

Mensagem para os pais

Ser pai e mãe é maravilhoso e também exige muito esforço e paciência, principalmente na fase do divórcio.

O divórcio pode ser um dos momentos mais difíceis e estressantes da vida, com muitas mudanças e ajustes para fazer. Os seus filhos também serão atingidos e necessitarão de sua compreensão e ajuda para se adaptarem às mudanças na família.

Mesmo com o fim do relacionamento amoroso, você e seu/sua ex continuarão conectados através de seus filhos e, portanto, apesar de suas diferenças, deverão se esforçar muito para continuar sendo parceiros parentais e lidar com os conflitos de uma forma saudável, porque é essa parceria parental que vai ajudar seus filhos a superarem esta fase difícil que também enfrentam e a se desenvolverem regularmente.

A Oficina de Pais e Filhos foi concebida para ajudá-lo(a) a ter melhor compreensão sobre os efeitos que o divórcio produz nos seus filhos e, ainda, para dar-lhe algumas ideias de como lidar melhor com essa nova fase da vida, estabelecer uma boa parceria parental e proteger seus filhos dos efeitos danosos do conflito e ajudá-los a superar essa difícil fase de transição.

Lembre-se, sempre, que o futuro de seus filhos depende de você e com conhecimento, esforço e paciência, você poderá melhorar o bem-estar deles!

A mudança na estrutura da família decorrente do divórcio ou da dissolução da união estável pode ser estressante e traumática para os pais e, também, para os filhos, especialmente nos casos de conflitos intensos e mal administrados dos pais. Os pais precisam de orientação para poder ajudar seus filhos e a si próprios a superarem as dificuldades inerentes a esta fase de suas vidas. As crianças e os adolescentes merecem um local seguro onde possam explorar os seus sentimentos e adquirir estratégias para se adaptarem à reestruturação familiar.

Com a ajuda da Oficina de Pais e Filhos, os pais e seus filhos podem trabalhar juntos para conquistar uma vida mais harmoniosa, pacífica e feliz.



Para mais informação ou para se inscrever na Oficina, contate-nos:

NÚCLEO PERMANENTE DE MÉTODOS CONSENSUAIS DE SOLUÇÃO DE CONFLITO DO TRIBUNAL DE JUSTIÇA

DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - Av. Ernesto Braga, 115, Lâmina II / 10º Andar / sala 1004 - Centro - Rio de Janeiro

Telefone: (21) 3133-2617 - E-Mail: nupemec@tjrj.jus.br

CEJUSC - Centro Judiciário de Solução de Conflito e Cidadania

Beco da Música, 121 - Centro - Rio de Janeiro

Telefone: (21) 3133-5571

E-mail : capcentromediacao@tjrj.jus.br



Oficina de Pais e Filhos

Você e seus filhos estão sofrendo por causa do fim do seu relacionamento?



Oficina de Pais e Filhos

CNJ
CONSELHO NACIONAL DE JUSTIÇA

PODER JUDICIÁRIO
ESTADO DO RIO DE JANEIRO

NUPEMEC

Apresentação

A Oficina de Pais e Filhos é um programa educacional interdisciplinar para casais em fase de ruptura de relacionamento, e os respectivos filhos menores, de seis a dezessete anos de idade. O programa se apoia na literatura sobre os efeitos do divórcio e na importância dos pais e demais membros da família buscarem maneiras saudáveis de lidar com o término do casamento. A Oficina oferece a oportunidade para que as pessoas que buscam a Justiça, para a solução de suas lides, encontrem apoio e se transformem em protagonistas da solução de seus próprios conflitos.

Público alvo

- a) famílias que enfrentam a fase de transição familiar, por conta da ruptura do relacionamento dos pais;
- b) multiplicadores: profissionais que queiram reproduzir o curso em outras esferas.

Objetivo geral

A Oficina de Pais e Filhos tem como objetivo instrumentalizar as famílias que enfrentam a ruptura do laço conjugal a criar uma efetiva e saudável relação parental junto aos filhos.

Metodologia

- A Oficina é ministrada em uma sessão, com duração de quatro horas, na qual pais e filhos são atendidos em salas separadas, e contém:
- Apresentações de vídeos;
 - Palestras proferidas por profissionais capacitados para esse fim;
 - Período para questionamentos e discussões.

Resultados esperados

Oficina de Pais:

Resgatar a responsabilidade das pessoas pela sua própria vida, transmitindo aos pais algumas informações relevantes sobre os efeitos negativos de seus conflitos intensos e mal administrados aos filhos e o que eles podem fazer para estabelecer uma boa parceria parental para que suas crianças e adolescentes vivam em um ambiente tranquilo e se tornem pessoas emocionalmente saudáveis.

Oficina de Filhos:

Proporcionar aos filhos um ambiente seguro para a exteriorização de seus sentimentos e transmitir-lhes algumas estratégias e ideias para uma melhor adaptação à transição familiar.



Carta de direitos das crianças e dos adolescentes cujos pais não convivem

1. Não ser instado a tomar partido.
2. Não ser informado dos detalhes das ações judiciais de seus pais.
3. Não ser informado de "coisas más" sobre o caráter ou a personalidade do pai ou da mãe.
4. O direito à privacidade enquanto falar com seu pai ou sua mãe ao telefone.
5. Não ser interrogado por um de seus pais logo após passar algum tempo com o outro.
6. Não ser usado como mensageiro entre o pai e a mãe.
7. Não ser instado por um dos pais a dizer inverdades para o outro.
8. Não ser tratado como um confidente em relação aos assuntos dos adultos.
9. Expressar seus sentimentos, independentemente de quais sejam.
10. Escolher não expressar alguns sentimentos.
11. Ser preservado dos conflitos dos pais.
12. Não ser induzido a se sentir culpado por amar o pai e a mãe.

Para obter mais informações sobre os direitos dos filhos de pais separados e outros relevantes assuntos a respeito do divórcio, acesse a Cartilha do Divórcio para Pais e a Cartilha do Divórcio para Filhos Adolescentes, respectivamente, através dos endereços eletrônicos:

http://www.cnj.jus.br/images/imprensa/cartilha_divorcio_pais.pdf e http://www.cnj.jus.br/images/imprensa/cartilha_divorcio_filhos.pdf