

**DESENVOLVIMENTO APÓS O DIVÓRCIO COMO ESTRATÉGIA DE  
CRESCIMENTO HUMANO**

***DEVELOPMENT AFTER DIVORCE AS A STRATEGY  
OF HUMAN GROWTH***

*Diogo Jorge Pereira do Vale Lamela*<sup>1</sup>

Lamela DJPV. Desenvolvimento após o divórcio como estratégia de crescimento humano.  
Rev Bras Crescimento Desenvolvimento Hum. 2009; 19(1): 114-121.

**Resumo:**

O divórcio é um dos momentos mais estressantes na vida dos adultos. Após a dissolução conjugal, os ex-parceiros têm de enfrentar inúmeras mudanças e desafios. A literatura psicológica tem dado prioridade ao estudo das consequências negativas do divórcio nas trajetórias desenvolvimentais de todos os membros da família, através da pesquisa exaustiva de problemas de ajustamento que provariam que o divórcio é por si só um factor de desestabilização e risco psicopatológico. No entanto, atualmente, surgem linhas de investigação que se distanciam desta visão, para se focalizarem nas possibilidades de desenvolvimento positivo que podem germinar com a decisão de divórcio. Desta forma, a adaptação ao divórcio não é vista como um processo cumulativo de perdas mas, pelo contrário, como um potencial processo qualitativo caracterizado por novos objetivos de vida, melhoria de competências e maior maturidade afetiva e íntima. O presente artigo propõe uma conceptualização da adaptação ao divórcio como podendo ser medida através do resultado qualitativo de uma sequência de mudanças desenvolvimentais integradas, em que os níveis mais avançados de desenvolvimento, e de um certo modo também mais diferenciados, devem integrar e ultrapassar os níveis anteriores e mais instrumentais da adaptação ao divórcio. São também apresentadas as dificuldades teóricas existentes na literatura em definir o conceito de desenvolvimento ótimo, bem como os procedimentos metodológicos usados para compreender estas trajetórias de crescimento humano.

**Palavras-chave:** adulto; divórcio; desenvolvimento; trajetórias desenvolvimentais.

<sup>1</sup> Departamento de Psicologia, Universidade do Minho.  
Correspondência para: Serviço de Consulta Psicológica e Desenvolvimento Humano, Departamento de Psicologia,  
Universidade do Minho, *Campus* de Gualtar, 4710-057 Braga, Portugal. Tel: +351 253 604 245, Fax: +351 253 604 229.  
E-mail: dlamela@ese.ipv.pt

**Abstract:**

Divorce is one of the most stressful moments in adults' lives. After the marital dissolution, ex-partners have to face many changes and challenges. The psychological literature has given priority to the study of the negative consequences of divorce in the developmental pathways of all members of the family, through exhaustive research of adjustment problems that would prove that divorce is itself a factor of emotional destabilization and risk for psychological disorder. However, currently, there are lines of research that are distant from this view, focusing on the possibilities of positive development that can germinate with a divorce. Thus, divorce adjustment is not seen as a process of cumulative losses but, rather, as a potential qualitative process characterized by new life goals, skills improvement, and bigger intimate and emotional maturity. This article proposes a conceptualization of divorce adjustment as being measured by the qualitative result of a sequence of integrated developmental changes, where more advanced levels of development, which somehow are also more differentiated, must integrate and overcome the previous and instrumental levels in divorce adjustment. Finally, the theoretical difficulties existing in the literature to define positive development are introduced, as well the methodological procedures used to understand these pathways of human growth.

**Key words:** adult; divorce; development; developmental pathways.

**INTRODUÇÃO**

O divórcio, quando ocorre, ou quando sua possibilidade se torna real na vida dos casados, é uma das mais importantes crises da vida do adulto. No casamento, ambos os parceiros mudam ou evoluem com os anos, geralmente em diferentes ritmos, e não necessariamente em direções complementares, podendo surgir a necessidade de separação.

Vários estudos têm tentado perceber o impacto do divórcio na organização, funcionamento, estrutura e adaptação dos membros das famílias com pais divorciados.<sup>1,2</sup> Ao longo do último meio século, é visível uma evolução conceptual e destigmatizante da dissolução do casamento: da perspectiva do divórcio como resultado dos padrões neuróticos de interação<sup>3</sup> até à visão do divórcio como promotor de desenvolvimento e crescimento pessoais e como marco de *empowerment* na vida das pessoas.<sup>4-6</sup>

No entanto, os estudos do impacto familiar e desenvolvimental do divórcio, quer nos adultos que se divorciam, quer nos seus filhos,

demonstram que os níveis e a qualidade de adaptação a este stressor não são linearmente comuns a todas as pessoas que o experienciam.<sup>7,8</sup>

A dissolução conjugal submete as pessoas a fazer adaptações significativas nas suas vidas. Apesar de alguns dos stressores experienciados pelos divorciandos não divergirem qualitativamente de outros stressores, o que torna este processo mais exigente é a ocorrência sincrónica de mudanças em muitas áreas de vida num curto período de tempo.<sup>9</sup>

Ao longo das últimas décadas, a literatura é rica em enunciar e descrever o quão disruptivo e nocivo pode ser o divórcio para o desenvolvimento adulto. A maioria dos estudos conclui que as pessoas divorciadas experienciam pior bem-estar psicológico, piores níveis de felicidade e maiores índices de depressão e outras psicopatologias, quando comparadas às pessoas que permanecem casadas.<sup>10-12</sup> Os adultos divorciados reportam índices superiores de distress psicológico<sup>13</sup>, pior saúde física e menor esperança média de vida<sup>14</sup>, com maior probabilidade de sui-

cídio<sup>15</sup>, menor qualidade do suporte das redes sociais<sup>16</sup>, perdas severas na segurança económica e financeira<sup>17,18</sup>, distress psicofisiológico<sup>19,20</sup> alterações depreciativas das percepções do *self*<sup>21</sup> e desestabilização emocional e nos sistemas de procura e prestação de cuidados.<sup>22</sup> De fato, estes stressores psicossociais têm um impacto acentuado na pessoa divorciada que lhe diminuem os níveis reais de qualidade de vida, diminuição muito similar à encontrada nas pessoas viúvas.<sup>23</sup> Estes dados empíricos reforçam as conclusões do estudo de referência de Holmes e Rahe<sup>24</sup> que identificou a experiência de divórcio como o segundo evento de vida mais stressante para os seres humanos. Counts e Sacks<sup>25</sup> defendem que o divórcio assume-se como o mais stressante e traumático evento de vida, com a possibilidade dos seus efeitos perdurarem significativamente num período superior a 10 anos.

No entanto, é visível o surgimento de estudos e posições teóricas que refutam quer esta linearidade divórcio igual a problemas graves de ajustamento, quer a nocividade imediata do divórcio na vida dos divorciados, assumindo que a plasticidade é uma característica essencial no estudo do desenvolvimento humano, para além de considerarem a adaptação como resultado da interação de múltiplos mediadores psicossociais, condicionada por características individuais e pelo contexto desenvolvimental, o que invalida certezas *a priori* das trajetórias desenvolvimentais pós-divórcio.<sup>26</sup> Assim, o objetivo deste artigo é descrever as orientações teóricas e metodológicas atualmente adotadas na pesquisa das trajetórias desenvolvimentais após o divórcio, bem como contribuir para a reflexão sobre a emergência social deste tema nas sociedades ocidentais.

## MÉTODOS

Todos os estudos, dissertações e capítulos em livros sobre os processos do divórcio

foram elegíveis para inclusão. A pesquisa dos manuscritos científicos elegíveis foi completada através de uma pesquisa na base de dados bibliográfica *PsycINFO*. Estratégias de pesquisa foram desenvolvidas, usando combinações dos seguintes descritores/palavras-chave: adult, divorce, adjustment, positive adjustment, relationship breakup, stress-related growth, psychological well-being, e marital transitions. Não existiram restrições quanto à língua dos manuscritos. A seleção dos artigos foi feita tendo em conta a sua pertinência, a qualidade das publicações onde foram editadas, a inovação dos temas estudados e a sua frequência de citação em artigos de referência. Nesta análise, foi ainda dada especial ênfase aos contributos dos principais investigadores nesta área científica.

## O Divórcio como promotor de crescimento e desenvolvimento

O estudo longitudinal de Hetherington<sup>27</sup> identifica dois grandes rumos desenvolvimentais pós-dissolução conjugal. No primeiro, considerado o mais adaptativo, o divórcio é conceptualizado como um momento agudo de stress, similar a uma crise moratória, em que, após os dois primeiros anos do divórcio (em média), os níveis de ajustamento e bem-estar psicológico são iguais – podendo ser em alguns casos superiores – aos níveis anteriores à disrupção conjugal. No entanto, num segundo possível trajecto desenvolvimental, o divórcio poderá significar um stressor crónico, com repercussões ao longo da vida, em que não é evidente uma evolução adaptativa a esta transição familiar.

Concludentemente, o divórcio é uma decisão legal que pode trazer consequências positivas para os adultos. Vários estudos atestam que a dissolução conjugal aumenta o bem-estar psicológico, elevando-o a níveis superiores do que período de casamento.<sup>23</sup> Embora

o período inicial à dissolução conjugal representa um período de stress agudo, comprovado com uma maior incidência de perturbações psicopatológicas, prevalência de conflitos interparentais e litigância quanto ao poder parental, ruptura do apoio emocional e instrumental das redes sociais comuns aos membros do ex-casal, à tensão econômica e financeira, alguns estudos longitudinais identificaram o primeiro/segundo anos como um ponto de viragem no ajustamento ao divórcio, isto é, identificaram como um marcador desenvolvimental para a ocorrência de mudanças ontogénicas produzidas pelos processos de resiliência. Há consistência empírica em que, após os dois anos do divórcio, os níveis de bem-estar subjectivo relatados pelas pessoas divorciadas atingem níveis de bem-estar superiores do que anteriores à dissolução conjugal.<sup>23</sup> Tendencialmente, os estudos comprovam que após estes dois anos, a vida pessoal destes adultos apresenta melhorias significativas na sua história pessoal, que são resultado de uma maior consistência financeira, na (re)activação de redes sociais de suporte, na formação de novas amizades, na planificação e execução de novos projectos pessoais e na maior realização profissional, que se traduzem num aumento dos níveis de saúde física e psicológica, na abertura a novos relacionamentos íntimos e à diminuição dos níveis de conflito interparental e consequente aumento de disponibilidade para a renegociação de uma aliança coparental.<sup>1,28,29</sup> Ao contrário do que acontece na fase de ajustamento inicial ao divórcio, em que as mulheres sofrem mais consequências negativas da dissolução conjugal a curto-prazo, estes ganhos pessoais acima descritos são comuns aos homens e mulheres que se divorciam, em idêntica proporção.<sup>23,30,31</sup>

Nesta linha, Raff-Reed<sup>32</sup>, com um estudo transversal retrospectivo, dá um importante contributo na identificação das trajetórias desenvolvimentais das pessoas divorciadas,

uma vez que com o seu estudo conseguiu identificar dois percursos de desenvolvimento pós-divórcio: um percurso desadaptado às transformações ocorridas com o divórcio, outro percurso ajustado a estas transformações e outro percurso que identifica o divórcio como um fator de ignição para a mudança e para o crescimento pessoal.

A literatura científica é cada vez mais elucidativa sobre as evoluções conceptuais, teóricas e empíricas que fundamentam e alicerçam a possibilidade de identificar e traçar diferentes percursos desenvolvimentais face ao divórcio e que, principalmente, este stressor não é, por um lado, obrigatoriamente sinónimo de desajustamento crónico e, por outro lado, poderá ser um evento potenciador de crescimento pessoal. No entanto, nestes estudos, é visível a falta de consenso teórico na definição dos marcadores desenvolvimentalmente esperados, na interpretação dos resultados destes estudos e na filtragem de preditores da presença ou ausência da adaptação ótima. Os critérios pelos quais o ajustamento positivo ou de crescimento pessoal é determinado têm variado consideravelmente entre estudos<sup>12,23,32</sup>, uma vez que a foco nos resultados desenvolvimentais positivos não é, por um lado, sinónimo de manutenção ou retorno ao funcionamento adequado depois de experienciar a adversidade do divórcio mas pode, por outro lado, procurar perceber como os divorciados alcançam um funcionamento ótimo e quais são os seus preditores ao longo do primeiro ano após a dissolução conjugal.

Neste sentido, crescimento pessoal ou desenvolvimento ótimo não tem sido conceptualizado como ausência de patologia e déficits psicológicos, familiares e sociais, mas sim como a capacidade da pessoa negociar e potenciar as suas transições desenvolvimentais.<sup>33</sup>

O estudo das trajetórias de desenvolvimento positivo após a dissolução conjugal é bastante recente e poucos dados têm sido pu-

blicados. A maioria destes estudos opta por *designs* transversais, o que limita a observação das mudanças intraindividuais e a compreensão das relações transacionais entre a pessoa e contexto. Por consequência, é necessário o desenho de estudos longitudinais que aprofundem este tema de investigação, através da análise, compreensão e identificação dos marcadores e preditores de trajetórias de desenvolvimento, bem como examinar o peso dos factores individuais, transacionais e contextuais para um percurso de adaptação ótima e promotora de desenvolvimento à dissolução conjugal.<sup>1,33,34</sup>

De fato, o desenvolvimento de estudos longitudinais para analisar as variabilidades desenvolvimentais na adaptação positiva ao divórcio é, a nosso ver, uma linha de investigação essencial para a compreensão deste fenómeno. Analisando a maioria dos estudos de referência nesta área de conhecimento<sup>1,2,7,12,23,27,28</sup>, facilmente se comprova que a investigação sobre divórcio tem-se limitado a estudar, descrever e correlacionar fatos empíricos sobre as características que estão associadas à ruptura conjugal, bem como a medir e enunciar as consequências do divórcio na própria vida dos adultos, crianças e famílias. Dessa forma, são incipientes os contributos teóricos e conceptuais que agrupem, enredam e expliquem todos os fatos empíricos recolhidos ao longo das últimas décadas, uma vez que descrever os resultados da adaptação não é sinónimo de explicação deste fenómeno. Por outras palavras, não existe um mapa conceptual de matriz contextual e desenvolvimental que descreva, explique, integre e prediga consistentemente as variações individuais à adaptação do divórcio. Assim, como agenda futura, é fulcral, para a evolução desta área científica, o desenvolvimento de investigações conceptuais que formulem propostas teóricas rigorosas sobre a adaptação ótima ao divórcio que colmatem, por um lado, as lacunas conceptuais dos actuais modelos<sup>28,35</sup> e,

por outro, auxiliem a intervenção psicossocial na promoção de um desenvolvimento otimizado nos adultos divorciados e em suas famílias.<sup>27</sup>

O estudo dos processos de divórcio é uma emergência social. A comunidade científica deve unir esforços para compreender esta realidade familiar que é cada vez mais comum nas sociedades ocidentais. Os dados de prevalência das taxas de divórcio variam substancialmente entre os países, em que os Estados Unidos apresentam a maior taxa de divórcio de 4,1%, enquanto nos países europeus a taxa varia em os 2% e os 3%.<sup>12</sup> Em Portugal, por exemplo, a taxa de divorcialidade é de 2,2%, o que significa que por cada 10 casamentos realizados em 2006 assistiram-se a 4,8 divórcios.<sup>36</sup> Já no Brasil, a taxa de divórcio é uma das mais baixas nos países ocidentais, cifrando-se em 1,4%.<sup>37</sup>

Estes valores tão elevados que colocam a frequência do divórcio ao mesmo nível da frequência dos casamentos alertam para a necessidade da comunidade científica encarar o divórcio como um fenómeno tão comum como o casamento, eliminando a concepção do divórcio como uma realidade residual.<sup>23</sup>

A cultura, a prosperidade económica, a progressiva independência económica da mulher e a implementação de serviços sociais de apoio a famílias monoparentais são apontadas como as razões contextuais que contribuíram para o aumento das dissoluções conjugais nos países ocidentais.<sup>12,18,38</sup> No entanto, a implementação de leis facilitadoras do divórcio, cuja principal característica é a eliminação do conceito jurídico de culpa, é vista como o principal fator explicativo para estes valores.<sup>39,40,41</sup>

Estes dados comprovam que o divórcio é um acontecimento corrente nas sociedades. Por isso, conhecer as suas ramificações psicológicas e sociais é essencial para compreender os percursos desenvolvimentais dos adultos que

o experienciam. A possibilidade de uma adaptação ao divórcio bem-sucedida adiciona um maior ímpeto na necessidade de identificar e clarificar os factores e processos da adaptação e crescimento humanos a este estressor.

Este artigo providencia um pequeno passo no estudo dos aspectos positivos do divórcio nos processos desenvolvimentais. Na globalidade, o divórcio funciona como

potenciador de trajetórias de crescimento positivo. No entanto, compreender as conclusões das investigações empíricas neste campo científico é fundamental para promover políticas e intervenções psicossociais que potenciam as consequências positivas do divórcio no desenvolvimento adulto e atenuem, por sua vez, o risco de trajetórias desadaptativas que podem resultar da dissolução conjugal.

## REFERÊNCIAS

1. Hetherington EM, Kelly, J. For better or for the worse: divorce reconsidered. New York: Norton; 2002.
2. Ahrons C, Rodgers R. Divorced families: a multidisciplinary developmental view. New York: Norton; 1987.
3. Bergler E. Divorce won't help. New York: Hart Publishing Company; 1948.
4. Bailey J, Robbins S. Couple empowerment in divorce: a comparison of mediated and nonmediated outcomes. *Conflict Resolution Quarterly*. 2005; 22(4): 453-472.
5. Kaslow F, Hyatt R. Divorce: a potential growth experience for the extended family. *Journal of Divorce*. 1982; 6: 115-125.
6. Pals J. Narrative identity processing of difficult life experiences: pathways of personality development and positive self-transformation in adulthood. *Journal of Personality*. 2006; 74(4): 1079-1109.
7. Amato P. The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*. 2000; 62: 1269-1287.
8. Hetherington E. An overview of the Virginia Longitudinal Study of divorce and remarriage with a focus on early adolescence. *Journal of Family Psychology*. 1993; 7: 39-56.
9. Pledge D. Marital separation/divorce: a review of individual responses to a major life stressor. *Journal of Divorce & Remarriage*. 1992; 17(3/4): 151-181.
10. Simon R, Marcussen K. Marital transitions, marital beliefs, and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*. 1999; 40: 111-125.
11. Doherty W, Su S, Needle R. Marital disruption and psychological well-being. *Journal of Family Issues*. 1989; 10(1): 72-85.
12. Swepper S. Adult adjustment to relationship separation [dissertação]. Griffith: Griffith University; 2004.
13. Shapiro A. Explaining psychological distress in a sample of remarried and divorced persons. *Journal of Family Issues*. 1996; 17: 186-203.
14. Verbrugge L. Marital status and health. *Journal of Marriage and the Family*. 1979; 49: 267-285.
15. Cantor C, Sltator P. Marital breakdown, parenthood, and suicide. *Journal of Family Studies*. 1995; 1: 91-102.
16. Milardo RM. Comparative methods for delineating social networks. *Journal of social and personal relationships*. 1992; 9: 447-461.
17. Sayer LC. Economic aspects of divorce and relationship dissolution. In: Fine M, Harvey J, organizadores. *Handbook of Divorce and Relationship Dissolution*. Hahwah: Lawrence Erlbaum; 2006. p. 385-406.

18. Uunk W. The economic consequences of divorce for women in the European Union: the impact of welfare state arrangements. *European Journal of Population*. 2004; 20: 251-285.
19. Booth A, Amato P. Divorce and psychological stress. *Journal of Health and Social Behaviour*. 1991; 32: 396:407.
20. Kiecolt-Glaser J, *et al*. Marital discord and immunity in males. *Psychosomatic Medicine* 1988; 50: 213-229.
21. Baum N, Rahav G, Sharon D. Changes in the self-concepts of divorced women. *Journal of Divorce and Remarriage*. 2005; 43(1/2): 47-67.
22. Birnbaum G, *et al*. When marriage breaks up – does attachment style contribute to coping and mental health. *Journal of Social and Personal Relationships*. 1997; 14: 643-654.
23. Gardner J, Oswald A. Do divorcing couples become happier by breaking up? *Journal of the Royal Statistical Society: Series A* 2006; 169(2): 319-336.
24. Holmes T, Rahe R. The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*. 1967; 4: 189-194.
25. Counts R, Sacks A. The need for crisis intervention during marital separation. 1985; 30(2): 146-150.
26. Tashiro T, Frazier P, Berman M. Stress-related growth following divorce and relationship dissolution. In: Fine M, Harvey J, organizadores. *Handbook of Divorce and Relationship Dissolution*. Hahwah: Lawrence Erlbaum; 2006. p. 361-384.
27. Hetherington EM. Intimate pathways: changing patterns in close personal relationships across time. *Family Relations*. 2003; 52(4): 318-331.
28. Clarke-Stewart A, Brentano C. *Divorce: causes and consequences*. 1.ed. New Haven: Yale University Press; 2006.
29. O'Leary M, *et al*. Divorcing parents: factors related to coping and adjustment. *Journal of Divorce and Remarriage*. 1996; 25: 85-103.
30. Hilton J, Desrochers S. The influence of economic strain, coping with roles, and parental control on the parenting of custodial single mothers and custodial single fathers. *Journal of Divorce and Remarriage*. 2000; 33(3/4): 55-76.
31. Madden-Derdich D, Leonard S, Christopher F. Boundary ambiguity and coparental conflict after divorce: an empirical of a family systems model of the divorce process. *Journal of Marriage and the Family*. 1999; 61(3): 588-598.
32. Graff-Reed R. Positive effects of stressful events: psychological growth following divorce [dissertação]. Miami: Miami University; 2004.
33. Masten A. Ordinary magic: resilience processes in development. *American Psychologist*. 2001; 56(3): 227-238.
34. Lerner R, Dowling E, Chaudhuri J. Methods of contextual assessment and assessing contextual methods: a developmental systems perspective. In Teti D, organizador. *Handbook of Research Methods in Developmental Science*; 2004. p. 183-209.

35. Rollie S, Duck S. Divorce and dissolution of romantic relationships: stage models and their limitations. In: Fine M, Harvey J, organizadores. Handbook of Divorce and Relationship Dissolution. Hahwah: Lawrence Erlbaum; 2006. p. 223-240.
36. Instituto Nacional de Estatística. Anuário estatístico de Portugal 2006. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística; 2007.
37. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Estatísticas do registro civil 2006. Rio de Janeiro: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística; 2007.
38. Ressler R, Waters, M. Female earnings and the divorce rate: a simultaneous equations model. Applied Economics. 2000; 32(14): 1889-1898.
39. Allen D. No-fault divorce in Canada: its cause and effect. Journal of Economic Behavior & Organization. 1998; 37: 129-149.
40. Rasul I. The impact of divorce laws on marriage [manuscrito não publicado]. Londres: University College; 2006.
41. Mechoulam S. Divorce laws and the structure of the American family. The Journal of Legal Studies. 2006; 35: 143-174.

*Recebido em: 23/10/2008*

*Modificado em: 07/11/2008*

*Aceito em: 04/02/2009*