

# Índice

## INTRODUCCIÓN | 15

### 1. PONER FIN AL MATRIMONIO: ALTERNATIVAS Y ALGUNAS CUESTIONES BÁSICAS | 19

Divorcio, separación o nulidad. | 19

Divorcio contencioso o de mutuo acuerdo. | 22

El juez y el abogado: dos figuras claves. | 24

¿Qué juez resolverá mi divorcio? | 25

Qué dirá el juez en la sentencia. | 26

Elija bien a su abogado: él hablará por usted. | 28

Referencias legales. | 31

### 2. LA CUSTODIA DE LOS HIJOS. PIENSE EN ELLOS. 33

Algunas precisiones terminológicas: «patria potestad», «custodia monoparental» o «compartida». | 33

¿Cómo se decide quien ostentará la custodia de los hijos menores? | 36

El progenitor no custodio no es un convidado de piedra. | 39

El mal llamado «régimen de visitas». | 41

Los abuelos también quieren ver a sus nietos. | 44

Algunas recomendaciones en materia de custodia y comunicación con los hijos. | 45

Referencias legales | 47

### 3. LA PENSIÓN ALIMENTICIA A FAVOR DE LOS HIJOS: CUÁNDO, CUÁNTO, CÓMO... | 49

¿Cuándo se fija esta pensión? | 49

¿En qué cuantía se fija la pensión? | 51

¿Cómo se abona la pensión? | 52

Los denominados «gastos extraordinarios». | 54

Cuestiones importantes respecto a la pensión alimenticia para los hijos. | 55

Referencias legales. | 57

### 4. EL PROBLEMA DE LA VIVIENDA. | 59

Criterios legales seguidos para la atribución del uso de la vivienda familiar. | 59

Cuestiones más habituales respecto a la vivienda familiar. | 61

Referencias legales. | 64

### 5. ¿TENGO DERECHO A RECIBIR UNA PENSIÓN COMPENSATORIA TRAS EL DIVORCIO? | 65

La razón de ser de este tipo de pensiones. | 65

¿Cómo se cuantifica la pensión o compensación por desequilibrio? | 66

¿Durante qué plazo deberá abonarse la pensión compensatoria? | 68

Referencias legales. | 71

### 6. EL REPARTO DE LOS BIENES. | 73

La organización de la economía familiar cambia con el divorcio. | 73

«Inventario», «activo», «pasivo» y otros términos contables. Así se realiza el reparto. | 74

Algunas recomendaciones desde la experiencia. | 75

Un buen reparto de los bienes tras el divorcio se prepara muchas veces antes del matrimonio. | 77

Referencias legales. | 78

### 7. LA INEVITABLE VISITA (O VISITAS) AL JUZGADO. | 79

En los procesos de mutuo acuerdo. | 79

El juicio o juicios (puede haber varios) en los procesos contenciosos. | 81

El juez intentará un acuerdo: escuche con atención y piense con calma. | 81

Habla el abogado de su «ex»: un momento duro en el que no se debe perder los nervios. | 83

Las pruebas en el divorcio: no lleve a declarar a su madre o a su hermana. | 85

Cuando usted declare: tranquilidad, claridad y concisión. | 86

Los niños en el juzgado. | 88

- Referencias legales | 91
8. EN EL DIVORCIO NADA ES ETERNO: LA MODIFICACIÓN DE LAS MEDIDAS ADOPTADAS EN LA SENTENCIA. | 93
- Requisitos | 93
- Supuestos más habituales. | 95
- Referencias legales. | 101
9. Y SI SE INCUMPLE LO QUE EL JUEZ DICE EN LA SENTENCIA, ¿QUÉ OCURRE? | 103
- El impago de las pensiones. | 103
- El fondo de garantía del pago de alimentos. | 107
- El incumplimiento del régimen de visitas, comunicación y estancia. | 109
- Los puntos de encuentro familiar. | 111
- Referencias legales | 113
10. SI NO ESTOY CASADO Y SOY PAREJA DE HECHO, ¿VALE PARA MÍ LO DICHO HASTA AHORA? | 115
- Las parejas de hecho: una realidad social cuya ruptura está mal regulada. | 115
- Las medidas relativas a los hijos menores. | 116
- Medidas respecto a los convivientes: a la pareja de hecho se le complica la ruptura. | 118
- Los hijos extramatrimoniales sin convivencia de los progenitores. | 119
- Referencias legales. | 119
11. LA MEDIACIÓN FAMILIAR: UNA BUENA ALTERNATIVA. | 121
- ¿Qué es la mediación familiar? | 121
- Ventajas de la mediación en los procesos de familia para las partes y los hijos. | 123
- ¿Cómo se desarrolla la mediación familiar? | 125
- Valor de los acuerdos alcanzados en la mediación familiar. | 127
- Referencias legales | 128
12. DIVORCIO Y VIOLENCIA FAMILIAR. | 129
- Efectos legales de la violencia familiar en los procesos de divorcio. | 129
- Las medidas civiles de la orden de protección. | 131
- Referencias legales. | 133
13. DIVORCIARSE CUANDO EL CÓNYUGE ES EXTRANJERO. | 135
- Si su cónyuge es extranjero sus hijos pueden ser unos privilegiados... o vivir un infierno. | 135
- El divorcio de extranjeros: el juez español se pone peluca. | 139
- Matrimonios «blancos»... pero nulos por fraudulentos. | 140
- Referencias legales | 141
14. LAS REPERCUSIONES DEL DIVORCIO EN EL ÁMBITO FISCAL Y DE LA SEGURIDAD SOCIAL. | 143
- El divorcio y hacienda. | 143
- El divorcio y la seguridad social: algo que preocupa a muchas mujeres. | 146
- Referencias legales. | 50
15. LAS PERSPECTIVAS PSICOLÓGICAS DEL DIVORCIO. | 151
- El divorcio es mucho más que un proceso legal. | 151
- La importancia de un «buen divorcio» psicológico. | 152
- Incidencia del divorcio/ruptura en los adultos | 157
- Informar a los hijos sobre la decisión de divorciarse: quién, cómo, cuándo y dónde. | 166
- Incidencia del divorcio en los hijos. | 170
- Las rupturas familiares pueden ser un contexto de maltrato para los menores. Síndromes que pueden aparecer | 180
- Cita con el psicólogo del juzgado: algunas recomendaciones | 187
- ¿Qué hacer cuando mi hijo va a tener una audiencia (exploración) judicial | 195
- Los costes psicológicos de un divorcio contencioso frente a las ventajas de un proceso de mutuo acuerdo. | 199
- ¿Desde el punto de vista psicológico, ¿qué tipo de custodia es la mejor

para mi hijo? | 202

Las familias reconstituidas: se puede ser una buena madrastra. | 208

A modo de conclusión: opte por pacificar su conflicto. | 213

ANEXOS. | 215

A) Tablas orientadoras para la determinación de las pensiones alimenticias de los hijos en los procesos de familia elaboradas por el consejo general del poder judicial | 215

B) decálogo del buen divorcio. | 233

C) direcciones de utilidad. | 240

D) bibliografía básica. | 257

CURRÍCULO (EXTRACTO). | 259

ADENDA. | 262