

離異後的親子教育

FACT SHEET 1

內容概要 (1)

子女從父母身上需要些什麼

1. 當您站在子女的角度來理解他們身邊的事物及盡力幫助他們，就能夠減少夫婦分離對子女的影響。
 - 只要父母謹慎地處理離異問題，子女就有充分機會平安過渡父母的分離。
 - 假若父母不能小心處理離異問題，研究證明這樣會對子女造成極大的傷害。
 - 為孩子設想，您可以為他們做很多重要的事情 (即使沒有前配偶協助)。
2. 對子女而言，接受父母的離異是一種歷程 - 時間能使他們過渡這種經歷。
 - 在父母離異的初期，子女會感到難過、不安全、十分憂心和悲傷。
 - 一些孩子變得愛纏著人，而其他孩子會有攻擊性行為。
 - 假若子女表面看來很好，其實他們可能正在隱藏情感來保護您、或不知道該說什麼話、或怎樣尋求幫助。
 - 很多子女仍然希望父母可以復合。
 - 子女最終能夠適應父母離異帶來的變化。
 - 您為子女提供的幫助愈多，對他們愈有利。
 - 假若子女因為暴力行為或緊急情況而需要保護，法庭可以發出指令來幫助這些子女 (請聯絡家庭法院)。
3. 每個孩子都有不同的歷程，要留意他們的個人反應和需要。
 - 子女的年齡、性別、性格、您的行為及對子女的支持，都能引起子女對父母分離有不同的反應。
 - 孩子對於時間的觀念較成人為長。對於一位嬰孩而言，一週已是一段很長的時間。
 - 小孩子 (12歲以下) 時常自責：他們是導致父母分離的禍根。所以孩子需要很多安撫的話，使他們明白父母離異不是他們的過失。



4. 抽空細想離婚對您個人的影響。

- 雖然夫婦關係已經結束，但是您不能切斷與前伴侶的聯繫，因為您們雙方都要保持終身為父母的身份。
- 細想您的情緒及它如何影響每一個人。從離異而引起的情緒變動，是一種正常的反應，您要接受它。
- 當您必須作出一些重要決定時，您很可能與前配偶各自處於離婚歷程中的不同階段。
- 您或許會掙扎及難以把思想集中在子女的需要上，但這些正是您迫切要做的事情。
- 假若您因為暴力行為或緊急情況而需要保護，法庭可以發出指令幫助您（請聯絡家庭法院）。

5. 不要讓事情變得更差。

- 不要在子女的身邊發生衝突（包括喊叫、打架、冷漠、背後指責伴侶所帶給子女的壓力及其他行動，例如猛力地關門。）
- 不能要求子女在衝突中扮演任何角色，從而把他們牽扯在內。
- 不要阻攔子女與前配偶或其家庭成員見面。
- 不要忽略子女，要向他們解釋發生什麼事情，並保護他們遠離成人之間的問題和糾紛。
- 不要迫使子女在雙親之間作出選擇。
- 不要忘記子女需要成年人的關懷。
- 不要逼使子女在同一時間面對過多轉變。
- 不要忘記您的良好親子教育技巧。
- 不要遺棄您的子女。



This handout was written by Julia Maskill and Dr Kerry Gould for the Ministry of Justice (2007) and provides additional information to that provided in the free 'Parenting Through Separation' programme delivered for the Ministry of Justice. For details of programmes in your area phone 0800 211 211. There is more information available for parents who have separated from www.justice.govt.nz/family