

Parenting through separation

離異後的親子教育

FACT SHEET 10

內容概要 (10)

父母離異後孩子的棘手問題

給家長和家庭/大家庭的提示：

1. 盡你所能去回答子女的問題

- 當父母離異時，孩子需要明白是怎麼回事。
- 如果父母和家庭給他們真實而體貼的答案，子女能夠更容易適應。
- 不要編造另一方家長離開的原因。
- 幾乎所有的子女都希望父母會重拾感情；如果情況並不如他們想象一般，您要告訴孩子，使他們開始作出調整。

2. 在你的回答中讓子女安心

- 當父母分開時，子女的世界完全改變，他們面對着很多問題，也需要在真實中找到安心。
- 告訴子女，他們並不孤單；解釋給他們聽，數以千計的兒童的父母也分居了，但他們仍能持續見到雙方父母。

3. 保護兒童免受成人問題和你的情緒困擾

- 有一些細節的事情，子女並不需要知道的，特別是你敵視另一方家長的原因。
- 容許子女去愛和尊重雙方父母，使他們的感受良好。在你的回話中，不要說另一方家長的壞話。
- 避免情緒化的答案。和成年人分享你的感受而不是和你的子女分享。
- 不要向孩子傳遞一些痛苦的訊息。（不要說：“我們的家對爸爸來說不再重要了”）。
- 不要用一些藉口去隱瞞真相，並只告訴子女單向的訊息，從而博得他們與你站在同一陣線上。

4. 根據子女的年齡而作答

- 給幼兒簡單的答案。要記住孩子不具備成人的經驗，他們需要幫助去理解所發生的事。
- 你可以給較大的孩子較為複雜的解釋，但仍需保護他們免受成人問題困擾。



