

避免衝突小貼士

- 對自己的決定及人生負責任
指責對方是很容易的事，而對自己的行為負上責任才是最勇敢的。
- 與前配偶維持健康的界線
不要把對方包含在自己生活圈子內，在對方的生活當中抽離。只需要跟對方共同處理管教孩子及生活部份，其餘的已不再是需要關注的範圍。
- 清楚及完善的管養孩子方案
當兩人的衝突越大，管教孩子的計劃就越需要清楚明確。
- 減少對孩子探視安排的改動
除非有緊急事宜，不要隨便作出任何修改。盡努力改變你的時間表，以讓計劃可繼續實行。

避免衝突小貼士

- 情緒管理
照顧自己的情緒，並把未處理的問題解決，學習好好管理自己的情緒。
- 相處之道
以合作伙伴的態度與對方相處。
- 溝通方式
計劃另一種方式跟對方決定事情及處理不同的意見，為求減低父母因高衝突而對孩子造成的影響，父母可尋找不同的處理方式，例如：調解或輔導，千萬不要責罵對方。