

## 和平與高衝突的離異家庭之特點

### 父母彼此的信任程度

#### 和平的離異家庭

- 父母重視對方與孩子的親子關係
- 父母能履行自己的角色，雙方保持基本的信任
- 父母會努力持守對孩子的承諾

#### 高衝突的離異家庭

- 不重視對方在孩子成長中的重要性
- 父或母認為另一方沒有把孩子的需要和利益放在首位
- 認為對方有性格上的缺陷，質疑對方管教及照顧孩子的能力，甚至會危害孩子的安全
- 父母討論孩子的事宜，父母雙方互不尊重，同時，他們會感到被威嚇、煩躁，容易與對方產生衝突及否定對方的建議
- 常有「非黑即白」的想法，認為對方是絕對錯誤的
- 父或母嘗試離間或破壞孩子與另一方父母的關係
- 拒絕依從法庭判令，例如不讓孩子接觸對方、阻礙探視或拒絕孩子接聽對方的來電

## 離異父母對孩子的影響

### 三至五歲（幼稚園階段）

#### 倒退行為

孩子因失去父母穩定的照顧和探視而感到驚惶，故他們會在行為上倒退至嬰兒期的階段（如吮手指、遺尿、常哭、發惡夢、焦慮不安、鬧情緒、語言能力倒退）。

#### 黏身、欠缺安全感

孩子因父母持續性的衝突及家庭轉變而感到混亂、焦慮、恐懼、害怕被遺棄。因此，他們有時會較固執，甚至黏身以獲得安全感。

#### 攻擊性

孩子感到受傷害及憤怒，當他們感到受威脅，孩子容易做一些較有攻擊性或暴力的行為，藉以發洩其憤怒及不滿的情緒。

#### 過份守規

有些孩子會呈現內疚感和自責感，他們會認為自己是造成父母離異的原因，嘗試以「好行為」討好和取悅父母。

## 離異父母對孩子的影響

### 六至十二歲（小學階段）

#### 身體常感不適

部分孩子會因過多的負面情緒而經常感到身體不適，他們甚至出現身心症的情況，例如經常無故地感到肚痛、胃痛、扯頭髮、咬手指、不斷眨眼等。另外，部分孩子為了多些陪伴或過分擔心情緒低落的父母而選擇留待家中，他們因此而無法上學。

#### 成績倒退

憂傷、憤怒、擔心等負面情緒促使孩子感到身心疲憊，使他們難以集中精神學習。

#### 說謊和欺騙

有些離異父母在紛爭的過程中，使孩子成為父母的傳聲筒，他們往往需要瞞騙父母雙方，以顯示他們對父母雙方的忠誠，因而養成了說謊的習慣。

#### 退縮、害怕與人接觸

孩子感到被遺棄和不值得被愛，他們擔心不再被父母愛錫，因此自我形象低落，感到自卑和不可愛，害怕被人拒絕及難以建立互信的人際關係。

## 離異父母對孩子的影響

### 沉溺行為

孩子為了逃避父母的紛爭，他們可能會出現沉溺行為，好讓自己不用感受因父母衝突而帶來的傷痛。

### 過多的責任感

孩子認為自己需要為父母的負面情緒和衝突負責，因此，他們希望自己能保護父母。另外，有些父母因過份憂傷而未能料理家務及照顧弟妹，孩子期望自己可以承擔作為父母的責任。

### 十三至十八歲（中學階段）

#### 反叛及行為問題

孩子會對父母持續不斷的衝突及行為做出道德判斷，他們因而感到憤怒、羞恥、及有可能出現抑鬱情緒，與父母關係轉差，若受朋輩的影響下，他們可能常流連街頭，不願留在家中，甚至有濫藥的情況。

#### 難於建立互信的人際關係

高衝突家庭中的孩子，他們容易感到失落、無助、孤單與被拒絕的感覺，孩子難與他人建立信任的人際關係，或者他們會過早發展親密關係，從而得到被愛和重視的感覺。