



香港明愛  
家事調解服務

## 離異後如何**合作**做父母

機構網址：<http://family.caritas.org.hk>

如有查詢，請致電2669 2316(調解主任)，  
或聯絡各區明愛綜合家庭服務中心

明愛東頭綜合家庭服務中心(黃大仙西南)  
CARITAS INTEGRATED FAMILY SERVICE CENTRE  
TUNG TAU (WONG TAI SIN SOUTH WEST)  
九龍樂善道26號東頭社區中心1樓  
1/F., Tung Tau Community Centre, 26 Lok Sin Road, Kln  
Tel. : 2383 3377 Fax. : 2383 2985

5,000份/2009年7月

## 離異後如何合作做父母

和平協商解心鎖  
親子情誼永共享

## III. 離異後如何合作做父母

### 宜 DOs

- ◆ 若雙方協定離婚，**宜雙方共同向子女傳遞離婚訊息**，應以簡單清楚的語言，表明父母要分開，並保證對子女日後不變的愛及照顧。
- ◆ 一切離婚後的生活安排，**宜以最少變遷為原則**，以減少子女不安情緒，協助盡快適應生活。
- ◆ 父母**宜相約定期在電話交談子女的生活情況**，選擇合適時間，免打亂子女的生活節奏。
- ◆ **宜鼓勵子女與不同住一方**，包括父母，長輩及表兄弟姊妹等，**保持聯絡**，安排有規律的探訪，加強支援系統，維繫親情。
- ◆ 縱使夫妻未能同偕白首，父母的天職卻是一生一世。**尊重子女，以他們的利益為依歸**，以安排育養權，生活照顧及探視安排。
- ◆ **父母保持合作與溝通**，就子女生活照顧及成長需要定期交流，有需要時互相配合，彼此承擔責任。
- ◆ **留意子女的情緒及行為變化**，給予適當的關心及輔導。

### 不宜 DON'Ts

- ◆ **不宜在子女面前爭拗生活安排**，以免影響子女情緒，亦削弱父母的正面形象，引致管教困難。
- ◆ **不宜要求子女作傳話人**，例如要求取家用等，父母應私下協商處理子女生活安排。
- ◆ 子女若與另一方見面，**不宜事後要求子女匯報見面情況**，以探究對方生活，免致子女陷入是否對父母忠誠的矛盾感受中。
- ◆ **不宜在子女面前批評另一方父母**，減少子女矛盾心情。
- ◆ **不宜要求子女為自己或父母關係守秘**，以免引起子女不安的情緒。
- ◆ **不宜將子女贍養費及探視混為一談**，或因不滿對方拖延費用，而阻止其探訪子女。
- ◆ **不宜向子女發洩你離婚後的情緒及生活困擾**，大人的事向大人求助。
- ◆ **不宜要求子女做公證**，或使他們成為父母紛爭的「磨心」。
- ◆ **不宜以禮物，優待或寬鬆的管教來討好子女和補償你的內疚。**