

療癒之旅一

重新出發

「當兒童的感受和需要能被理解和回應，由父母離異帶來的傷痛便開始得到療癒。」

父母離異後，兒童在生活、社交及情緒等也不斷適應及調整，家長的陪伴和回應是十分重要的，能協助兒童建立自尊感，讓他們身、心都能健康成長。



社工的話

記得曾經有一位小朋友與我分享：「我不喜歡自己，別人有爸爸，但我沒有。」

兒童面對父母離異就像經歷一場暴風雨，失落、不安、恐懼和孤單拍打他們的內心。但我深信只要給予他們安全和自在的成長空間，以接納、尊重和肯定作生命的養份，並陪伴兒童，他們會有自癒的能力，過渡這場暴風雨。

在過去的服務中，我親身見證陪伴的力量，看見一個一個的兒童能渡過傷痛，勇敢的走出暴風雨，踏進晴空萬里的下一頁。

天朗 Sir



過往工作期間，接觸很多在離異家庭成長的兒童，兒童都很有觀察力，洞悉家中的轉變及大人的情緒，也有很多智慧適應轉變。

唯當兒童被捲入父母的衝突或負面情緒中，兒童內心的鬱結便難以排解，出現壓抑或其他負面情緒、行為等，長遠更對他人及自己失去信心，他們也需要成人的關心和支持，以幫助他們釋放負面情緒及發現內在的能力。

盼望透過這些兒童的小故事可以向大眾和家長，展現兒童有智慧和能力的一面，也鼓勵各位成人可以聆聽兒童的心聲，兒童的內心比我們想像更加豐富和意想不到！

戴姑娘

「愛家馬拉松」兒童支援服務：

服務日期：
由2020年12月1日 - 2023年11月30日

服務對象：
居住九龍城區、觀塘、黃大仙、油尖旺區及
3-12歲兒童（家庭經歷父母離異或分居）

服務內容：

- > 危機評估
- > 兒童為本遊戲治療
- > 兒童適應輔導
- > 家長親職輔導
- > 友師計劃
- > 社區教育



facebook
救世軍兒童為本離異家庭支援服務 - 愛家馬拉松



網頁
救世軍九龍城家庭支援中心

查詢服務：2768 9298

中心地址：香港九龍土瓜灣九龍城道157-159號
寶城洋樓1樓C室

資助機構



香港公益金
THE COMMUNITY CHEST

主辦機構



救世軍九龍城家庭支援中心
The Salvation Army
Kowloon City Family Support Centre

愛家馬拉松
兒童支援服務

童行花園..

只要家長願意陪伴和聆聽，給予適合的回應，會發現...
每位兒童都是治癒自己的專家



兒童面對父母離異的轉變，容易出現情緒低落、不安、矛盾等情緒，甚至出現低自尊感的情況，因此「愛家馬拉松」兒童支援計劃，透過兒童遊戲治療、兒童適應輔導及家長親職輔導等，我們致力提昇兒童的自尊感，也積極鼓勵家長聆聽兒童的心聲，讓兒童的需要能被回應，可以健康成長。我們也觀察到離異家庭成長的兒童，有適應轉變的能力，他們充滿生命力和智慧，使他們能面對家庭轉變的挑戰、這些能力遠遠超出大人的想像。

家長為兒童提供養份，離異家庭成長的兒童也能茁壯成長。

父母離異後的生活仍很多可能性，兒童於不同方面，如生活、遊戲和社交，也有一些想法和能力，協助自己適應轉變，以下節錄部分與兒童的對話。

你願意聆聽兒童的心聲和需要嗎？

你看到兒童的生命力嗎？

你願意成為兒童的養份嗎？



生活篇

兒童與同住家長生活，日常生活上或需要兒童較多配合，兒童也展現自己的能力，但家長需留意不要過於要求兒童獨立，否則他們會承擔過大壓力。

- 「爸爸媽媽分開後，我學識多咗執書包、洗澡、有時都會幫手做家务。」
- 「我都會幫爸爸手，其實我都做到，爸爸唔使咁擔心我。」

理解與接納

輝輝(化名)今年5歲，就讀K2。輝輝的父母離異，他母親對父親有較多的憎恨，容易在輝輝面前數說父親的壞話，也曾出言警告輝輝如他不聽話，便將他交由父親照顧。因此，輝輝對外界容易感到不信任及感到憤怒，對弟弟和媽媽也曾有攻擊性行為。

而輝輝在遊戲室中化身為「惡魔超人」，透過攻擊不倒翁來宣洩憤怒和不滿情緒。持續的遊戲治療讓輝輝的負面情緒得以舒緩，也表示內心的想法：

「我不喜歡媽媽講爸爸的壞話，我喜歡媽媽，也喜歡爸爸。」

而透過社工反映兒童的心聲，母親學習理解和接納輝輝對爸爸的想念，她願意減少對前夫的批評，也讓輝輝心中有一個位置可以想念爸爸，輝輝漸漸從父母離異的傷痛中復原，情緒也較為穩定。



故事分享



遊戲篇

每個兒童都有遊戲的權利，而他們學習新遊戲的能力很快，家長在這部分絕不會失望。父母離異後，家庭角色有所轉變，但只要家長願意學習和陪伴兒童遊戲，也能協助兒童保持輕鬆心情，放下心中的鬱結。

- 「以往由多啲爸爸陪伴，現在媽媽都學習了新的遊戲，我教她玩遊戲…我可以無咁悶。」
- 「兩個人有時玩唔到多人遊戲…呀…我我又可以係屋企玩煮飯仔，媽媽做我既客人。」



社交篇

兒童與人相處時，對自己父母離異的情況感到難以啟齒，但他們也發現也有其他的離異家庭，讓他們感到自己並不是異類，而且他們也可以選擇與信任的人分享，減少壓抑自己的情況。

- 「原來唔係得我屋企係爸爸、媽媽分開。」
- 「呢d係私隱，我可以選擇唔講，或者只係同最好既朋友講。」

