

良
性
离
婚

为了保护研究对象的个人隐私,我在书中隐去了他们的真实姓名和属于他们自己特有的东西,而他们述说的生活经历的确是真实的。尽管在写作时对他们的叙述作过一些编排整理,但他们原话的内容还是保留下来了。

书摇摇评

《良性离婚》一书属于美国必读书范畴。它将使我们永久地改变对离婚的看法以及离婚的方式。她的书对踏上离婚旅途的人来说，是行动的纲领、生命线和生存指南。除此之外，她还引入了新的思维方式。我衷心地感谢她带给我们的理性和看问题的新视角。

——哈里特·勒纳博士

这是描写人与人之间结合、分离、再结合的充满智慧、神奇的专业读物。阿荣斯博士将我们对离婚的观念由狭隘的“离婚即家庭破裂”模式，转变为新的充满激情的“双核心家庭”概念。她以同情和理解的态度完成了将有实际意义的信息汇集在一起的艰巨使命，她从未低估当事者们所遇到的痛苦和困难，倾心地帮助他们以积极的态度医治创伤。这真是一份珍贵的礼物！

摇

——奥尔加·西尔弗斯坦

摇摇一部充满激励的优秀作品。离婚并不是一件好事,但却有一条通向“良性离婚”的生路,在此父母们为了孩子而全力合作。

大卫·蕴·利维
儿童权利委员会

一部优秀的作品,它径直说出了家庭的需求,以及专业工作者如何对离婚且具有压力的家庭给予更多的关照。阿荣斯博士以勇气和坚定的信念,倾心地写作了此书。

——休·麦克伊萨克摇博士
俄勒冈州巡回法庭家庭服务部主任

一本鼓舞人心的书。它给人以新的希望和新的理由去拥有健康的孩子。每阅读一页,我都情不自禁地说:“对!对!对!”

——维基·兰斯基
父母养育专栏作家

摇

摇摇《良性离婚》的一个启迪是：良性离婚的奥秘在于爱你的孩子胜过恨你的前配偶，此话听起来简单，实施却很困难。康斯坦斯·阿荣斯博士重要而充满希望的著作告诉我们如何去做。

——拉比·劳拉·盖勒
伊曼纽尔寺院

引摇摇言

良性离婚

《良性离婚》？我的 65 岁的老母亲一脸困惑，不相信地摇着头。我们正坐在养老院她住的那间屋子里，她的一个朋友走了进来，母亲自豪地向那位朋友宣称：“我的女儿正在写一本书，书名是《离婚好》。”估计母亲没有听清我的话，我便耐心地给以解释，结果她仍然向另一个朋友重复同样的话。我觉得应该纠正她。但是我的努力根本不起作用。现在，两年又过去了，母亲仍然用她的思维方式谈论这本书的书名。“良性离婚”和“离婚好”使用的英语词汇相同，但是顺序不同，因而意思也完全不一样。

每 15 秒钟就有一对夫妻离婚。每年，仅仅在美国，就有一百多万个家庭解体。也就是说，每两对新人结婚，就会有一对离婚。这些夫妻没有一对是喜欢离婚的，往往是被离婚过程折磨了几年，都感到这是他们一生中最痛苦的一段生活。在影响个人压力指数的量表上，离婚排在首位，而亲人死亡则排在第二位。离婚是一种非常痛苦的经历。它对人的一生都会产生影

响。

离婚好吗？说不好的声音是强烈的。但不管怎么说，离婚是我们这个社会中的一个事实，也成了一种社会习俗。离婚能对不幸婚姻起到安全阀的作用。事实上，大多数人都都认为，只有发挥离婚这个安全阀的功能，才能说离婚是好的。对大多数人来说，离婚虽然是痛苦的，但那是短痛，比生活在不幸婚姻中，要经受没完没了的长痛还是要强一些。

如果说离婚不好，那么还有良性的离婚吗？回答也是完全肯定的。不仅确实存在这样的离婚，而且今天大约有一半的离婚夫妻在试图破镜重圆。在好离好散的夫妻中，双方没有毁掉他们曾相爱的那段生活，他们的孩子仍然拥有双亲，离婚的双方仍然与子女保持着良好的关系。这些良性离婚的家庭其实仍然还是家庭。

这本书写的就是关于良性离婚。书中的观点与那些对离婚抱疑虑态度并用陈旧观点看待离婚的人是相反的。我列举良性离婚的目的不是为了制造新闻，而是为个人和社会树立一个样板，表明它们是一场悄然兴起的社会革命的开始。因为良性离婚已经被人们所接受，我要说明的是，良性离婚是如何催化出已被人们认可的那种因联系了两三户而有了多重关系的家庭，而在文化观念上这种家庭仍不被接受。

对双核心家庭的研究

这本书是在我对离婚后的家庭关系作开拓性的纵向研究的基础上写成的。该项研究由国家精神健康研究所和威斯康辛大学提供资金,是对“正常离婚家庭”所做的首次突破性的研究。

在研究的初始阶段,我提出了“双核心家庭”这个概念,即任何一个涉及两个户的家庭都可称之为双核心家庭。核心家庭只有一个核心,家庭成员组成一户;而双核心家庭则分裂成两个核心,成为两个户,父母各自成为一个户的户主。这样的家庭虽然从一个核心结构变成一个双核结构,但它仍然是一个家庭单位。

一个正常的双核心家庭

令人感兴趣的是,投入到这个领域的大部分研究经费都分配到对精神病的研究,而不是对精神健康的研究。结果有关离婚的大量研究和临床文献涉及的都是那些有精神病史者的家庭,这些家庭都有明显的问题或者家庭功能失调。我的研究则与此相反,我采用的是 100 个来自美国中西部的正常家庭。而且这项研究是独特的,因为我的样本是从 1965 年威斯康辛州一个县所公开的所有离婚报告中任意选取的。(附录中有对这项研究所采用的方法和样本特点的进一步说

明)。我认为,使用随机样本,可以发现在某个地域离婚家庭的实际情况,而以非随机样本代表全部离婚家庭的情况则是可疑的。

当我最初提出做这项研究的时候,国家精神健康研究所的评论委员会对我通过随机抽样以获得足够的离婚家庭样本表示了极大的怀疑,他们认为离婚夫妇不会乐意配合做这项研究。

尽管此前有两项纵向研究——朱迪斯·沃勒斯坦和琼·凯利的被广为宣传的《马林县 1000 个家庭研究》和梅维斯·赫瑟林顿完成的《弗吉尼亚 1000 个离婚家庭和 1000 个婚姻家庭的比较研究》。他们在研究过程中对夫妇双方进行过采访,但他们的样本不是随机抽取的。沃勒斯坦和凯利通过登广告征集他们的研究样本,并为这些离婚家庭做了慎重的调解工作。而赫瑟林顿的研究样本——那些四岁的孩子和他们的父母,则是法官和学校提供的。我搞的这项研究在威斯康辛、伊利诺斯和加利福尼亚三个州经过一年的检验,证明不但是可行的,而且也证明,如果我们想准确地说明离婚的过程和后果,那么使用随机样本就是至关重要的。

为什么要研究离婚的双方？

研究离婚的双方是这项研究的一个重要方面。像对离婚一样,近年来人们对离异双方令人吃惊的不正常关系也给予了很大关注。事实上,我的研究是首次

将这类关系作为重点来研究的。

过去的以及现在的很多研究,包括大规模的调查研究在内,往往是从离婚的一方来获取所需材料。虽然妇女通常被当成了解家庭的对象,但她们讲述的也只是问题一个侧面。作为一个慎重的科学工作者,多年的经验使我知道,夫妻双方(不论是处于婚姻状态还是离婚状态)对他们之间关系的看法往往有很大差别。为了对离婚的过程有一个完整了解,听取双方的观点是十分必要的。

同一离婚的两种感受……两种不同的离婚

正如我设想的那样,离婚的双方对他们的婚姻关系的看法是有很大分歧的。事实上,如果我们隐去这些离婚夫妻的姓名,我们很难分清谁和谁是夫妻。一对离婚夫妻在他们最初分手的时候,在一些基本的细节方面常有争执,例如是谁决定离婚,离婚的原因是什么,孩子的父亲跟孩子的关系怎么样,孩子抚养费的数额,交付日期以及每人陪伴孩子要花费的具体时间,等等。一个父亲说,他每个星期六都和孩子呆在一起,而他的前妻则说他很少去看望他们。一个母亲说她独自一人监护她的孩子,而她的前夫则说是他们共同在监护孩子。

正如读者将要看到的那样,这些差异有些是属于个体差异,有些是属于性别差异,有些则是在子女的法律监护问题上地位差异和敌对情绪所造成的。

让时间描绘离婚家庭的面貌

在过去六年的时间里，我和我的研究生助手对几个离婚夫妻分别在他们离婚的第一年、第三年和第五年进行过三次采访。我们每人都绘制了一份图表用于采访——一幅标明家庭亲属网络的图表。当这些家庭通过再婚和再生育改变了原有的结构时，我们就把网络图相应扩大。

在 12 对离婚夫妻中，有 8 对从始至终参加了整个研究过程。除去那两个家庭（其中一个是因为孩子死亡而退出了这项研究），其他家庭都参加这项为期五年的研究，这是相当不简单的——因为大多数纵向研究在搞了几年后，都会失去一半的研究对象。很多采访对象告诉我们，他们之所以坚持下来，是因为他们知道这是一项开拓性研究，他们希望别的离婚者能从他们身上吸取经验教训，因为正是他们自己在与我们的访谈中学到了很多东西，而在此前，从来没有人问过他们离婚后的生活是否有好的一面，甚至是比以前更好的感觉。

另一个未曾想到过的，然而却是更让人感兴趣的方面是，这项研究使被研究者感到他们现在比以前更正常了。他们在我们提出的某些问题中了解到，别人坦率地谈出的那些离婚过程，其实和他们的情况差不多。在采访的某个阶段，我们会把问题印在卡片上，用以代替口头提问。比如卡片上写道：“离婚后，有时我

希望那个家伙死了才好’或者是‘她(他)对我如此负心,我真想惩罚她(他)”。这样的问题我们按程度分成缘类,标记为‘总是’、‘经常’、‘有时’、‘很少’、‘从不’。我们意识到有些问题不好直说(采访这部分问题时,可笑或可悲的事例是非常之多的),但通过这些问题有助于离婚者明白,他们的感情,他们的想法并不令人厌恶,也不是发疯,甚至是可以理解的。

通过五年深入的采访,使我了解了离婚是怎样改变了这些家庭,使我找到那些属于正常状态的范围。在比较的过程中,我还了解到,一些夫妻在摆脱不幸婚姻的同时,又是怎样设法使之对家庭成员不造成心理上的伤害,而另一些家庭却没能做到这一点。为了更好地了解离婚家庭运作的复杂性以及产生这些复杂性的原因,我们还采访了 25 个新父母,他们是以继父继母的身份加入到这些家庭中的。这样,在五年当中,我和我的研究生助手总共对 100 多个研究对象进行了多次采访,每个人都从他个人的观点出发,给我们讲述了离婚家庭生活的亲身感受。

跨国研究

1985 年,我把对双核心家庭首次采访的初步发现写成论文报告,提交到一次国际社会学的大会上。大会在比利时的洛文召开。在那里,我第一次见到了一些欧洲社会科学家,他们正在维也纳研究中心的组织下从事一个合作研究项目。这些科学家来自芬兰、瑞

典、匈牙利、丹麦、荷兰、波兰和挪威。使我感到吃惊的是,我和他们的研究设计竟是如此的相似,他们的研究也都包括了离婚夫妻双方。象我的双核心家庭研究一样,他们研究的家庭也都有需要抚养的孩子。

几个月后,我被邀请参加维也纳研究中心组织的这个研究项目,研究成员每年开两次会。在以后的三年里,我们采用跨国研究的观点分析数据。

我们都期望对家庭的跨国研究能发现大量有差异的东西。但最终的研究结果却出乎我们的预料。除了受到跨国文化影响,各国法律程序不同外,离异者在感情调适方面是相当一致的。

补充研究

除了主要对双核心家庭作纵向研究和跨国研究外,我还从其他一些渠道获取我所需要的样本、案例和结论。在过去的 15 年中,我还就不同年龄层和不同类型的人对于离婚的看法做过一些较小规模的研究:对圣迭戈 15 岁对共同监护子女的父母的的研究——他们离婚后曾在不同时期接受过两次采访;对 25 个祖母的研究——她们的儿子或女儿曾经离过婚;对 15 个年龄在 15 岁——25 岁的年轻人的研究——他们都刚刚经历了他们父母的离婚。

为了本书的写作,我还对另外一些父母和他们的孩子作了几十次额外的采访。由于在双核心家庭的研究中,选取的研究对象都来自美国中西部的中产阶级,

所以我想对不同民族、不同地域、处于不同生命周期的人再作一些采访,以拓宽我的认识。

作为一名心理治疗专家,15年的工作实践不断丰富和深化了我的认识。在这些年的艰苦工作中,我与我的研究对象建立起不同寻常的密切和信任的关系,所以我会时不时地把他们的生活经历写出来。

书中的不少观点还是在我1957年第一次研究离婚时就产生了,那时我正在威斯康辛大学执教并开始研究离婚现象和离婚产生的后果。作为一个家庭研究工作者,我看到越来越多的人陷入离婚所带来的家庭解体的恐慌之中。同时也发现,离婚的后果也不尽相同。有的处理得完满,有的就很糟糕,还有的介于两者之间。在我自己的个人生活中也经历过离婚,自我感觉好坏两方面的后果都有。我生活在这样的家庭,由于离婚,使我的角色不断更换。我当过单身母亲,再婚后重新成为妻子,并成为后夫孩子的继母,我和前夫分手了,但仍和他保持着朋友关系。所以我做的这个课题,既是分析研究自己,又是更高学术层次上的探讨。

这本书可以算是《离婚家庭》的姊妹篇。《离婚家庭》是一本学术著作和专业教科书,是1956年我和罗伊·匀·罗杰斯(1918—1987)合著的。这本书是应我的那些离了婚的学生、同事及研究对象的要求而写的,他们鼓励我写一本更能直接反映他们的书。这本书谈到了离婚好的一面,而不仅仅是坏的一面,这是与其他论述离婚的书不同的。

我最大的愿望就是希望《良性离婚》这本书对千万个离婚夫妻有强大的说服力,能够排除社会对于离

婚的种种偏见。如果你讨厌听到离婚是世界末日的报道,如果你讨厌成为社会问题的替罪羊,你就应该看这本书。

在这本书里,我向传统的社会观念——离婚是个人生活中最大的失败之一——提出了挑战。事实上,双核心家庭已经成为我们今天这个社会的重要组成部分。离婚夫妻想知道,也应该知道,如何尽可能地处理好双核心家庭,如何最大限度地减少压力,而最重要的一点是,如何使自己感觉到是生活在一个正常的家庭中。

目 录

引言·····	员
良性离婚？·····	猿
对双核心家庭的研究·····	猿
愿个正常的双核心家庭·····	猿
为什么要研究离婚的双方？·····	源
同一离婚的两种感受·····两种不同的离婚·····	缘
让时间描绘离婚家庭的面貌·····	远
跨国研究·····	苑
补充研究·····	愿
第一章摇离婚有什么好处 评价家庭·····	员
良性离婚不是词语的矛盾修饰·····	圆
现在离婚已被认为是正常的了·····	缘
第二章摇如何看待离婚 走出传统观念的误区·····	愿
关于离婚的认识误区·····	猿
现实社会对离婚的影响·····	源
离婚提出了家庭价值观的一系列问题·····	源
为了走出误区,我们必须面对现实·····	愿
离婚是正常的·····	远

第三章 什么是正常离婚 创造一种新观念	远苑
离婚的各种现实关系	远怨
家庭类型学 差异与变化	苑源
学会适应离婚的结构变化	愿缘
个人,家庭和社会对离婚的展望	苑苑
第四章 离婚的感情过程 放弃还是坚持	苑愿
变迁 乱中求治	苑愿
决定	苑源
宣告	苑怨
分居	苑远
最初的三个变化阶段 感情的波动	苑苑
第五章 双核心家庭 建立有限合作关系	苑园
有限合作的最佳案例 平等的结婚、平等的离婚	
.....	苑园
定义你的双核心家庭 将不明确变为明确	苑愿
寻找机会和衡量选择	苑苑
不平等环境下的有限合作关系	苑苑
父母如何建立有限合作关系以激励最佳养育之情 ...	
.....	苑愿
一些特殊的思考	苑员
有限合作关系的持续 修改合约	苑苑
适应变化	苑怨
第六章 正式离婚 履行法律手续	苑源