

第一章

为人父母

孩子的问世对父母的生活而言，是一个重大的转变。在两人的亲密关系中加入了一个全然依赖于他们的“第三者”。这不仅改变了个人，也改变了婚姻。为人父母是一种发展的经验，无论子女是亲生、收养或再婚后配偶一方的孩子，这种经验直接制约着社会生活。

获取“父母”的“执照”是很不容易的。若要长期拥有这种资格，则更费心力。生儿育女的工作如同人寿保险，回报是未来的事，身为父母都知道这种回报是辛辛苦苦挣来的，需要苦尽甘来的思想准备。

一、孩子的依恋和母亲的就业

拿破仑曾经说过：“孩子未来是好是坏，完全在于母亲。”此话虽然有点言过其实，因为母亲不是孩子生活中唯一重要的人，

但她无疑是发展过程中的主角。

如果你观察一下家禽，譬如小鸡，你会发现刚孵出的小鸡总是追随它见到的第一个活动物体，这通常是母鸡。这种现象在心理学上称作“印刻”。印刻是一种本能的学习形式，在动物生命早期的某个关键时刻出现，而且不可逆转。鉴于此，你也许会想：如果孩子像小鸡一样，也有印刻现象，那么，在孩子出生后就将其与母亲分离，母子联系有否影响呢？

在国内外，有一些医院让产房中的母子同处一室，其时间跨度从孩子出生到母子出院。这样做的理由是，母子相处要比孩子出生后被抱离更有助于以后几年的母子联系。那么，通过母子接触，孩子从母亲处获得了什么？

（一）社会性依恋

如果你是一位母亲，你的孩子还很小，你在照料孩子的过程中会发现：当你在房间里时，孩子会看着你，朝你笑，对你呀呀喊上几句，或爬向你；当你离开房间时，你在孩子的视野中消失，孩子就会啼哭、喊叫；当你去而复返时，孩子又会破涕为笑；当孩子受到惊吓或不舒服时，孩子会紧紧地依偎着你。由此情形看，孩子对你已经形成依恋。

1. 依恋类型

若要了解孩子的依恋特征，你可以创设一种“陌生情境”。该情境由 8 个情节组成：①母子进入一个陌生的房间；②母亲坐在一旁，孩子自由探索；③一个陌生人进入房间；④母亲离开，由孩子和陌生人同处一室；⑤母亲返回，陌生人离去；⑥母亲离开，让孩子单独留在房间里；⑦陌生人返回作为母亲的替代者；⑧母亲回来，陌生人离开。

由此，你可以发现孩子的三类反应，分别可以 A、B、C 三种类型来表示。

A 型儿童。这类儿童对母亲在场或不在场影响不大。母亲离开时，他们并无特别紧张或忧虑的表现；母亲回来了，他们往往也不予理会；有时，他们也会欢迎母亲的到来，但只是短暂的，接近一下又走开了。这种儿童接受陌生人的安慰就像接受母亲的安慰一样。实际上，这类儿童并未形成对人的依恋，有人把这类儿童称为“无依恋儿童”。

B 型儿童。这类儿童与母亲在一起时能积极地探索陌生环境，对陌生人有积极的反应，与陌生人能友好相处，在新奇的环境中不感到过分焦虑。这类儿童当与母亲分离时，其探索行为会受到影响，明显表现出一种苦恼；当母亲重又回来时，他们有积极的情感表现，但很快会平静下来。

C 型儿童。这类儿童一方面有较高的分离焦虑，一方面又拒绝母亲的安慰。例如，母亲要离开他，他会表现出极度的反抗，见到母亲时立即要求母亲抱他，可刚被抱起来又挣扎着要下来。这类儿童害怕新奇环境和陌生人。

B 型为安全依恋型，A、C 型为不安全依恋型。一般说来，大多数儿童属于 B 型。A 型儿童暗示着母婴之间缺乏真正的感情联结，这一类型的儿童通常很少见。

依恋的类型不是一成不变的。研究表明，许多儿童在 12~19 个月期间，改变了依恋的类型。有些在 12 个月时属不安全依恋的儿童到 19 个月时则变为安全依恋型；而有的在 12 个月时属安全依恋型的儿童，19 个月时却变为不安全依恋型了。这种变化常与家庭环境的变化联系在一起，如母亲开始工作，经受这种变化的儿童可能从不安全型转变为安全型，同样，也可能发

生相反方向的转变。

2. 依恋类型的成因

孩子属于哪种依恋类型与母亲的教养方式以及孩子本身的气质特点等因素有关。

(1) 依恋类型与教养方式。心理学家研究了头一年母子之间相互作用占优势的模式，以探索这种模式是否可以预测头一年孩子对母亲依恋的强弱。他们在头 3 个月每 3 周一次观察母亲喂养儿童的情况，详细记录喂食时间的选择、母亲对孩子饿了哭时的反应速度、母亲是哄孩子吃还是强迫孩子吃、是喂得过饱还是喂得不饱、母亲是否允许孩子拒吃新的食物等等。然后，在孩子 1 岁时，观察他们在陌生情境里的反应。结果表明，母亲喂养孩子的模式对以后孩子形成的依恋类型有一定的影响。对儿童的食物需要显示高度敏感的母亲，她们的孩子都属于 B 型（安全的）依恋，而在孩子喂食不敏感的母亲中，她们的孩子基本上是属于 A 型或 C 型的，即不安全的依恋。

(2) 依恋与孩子的气质特点。依恋的发展是个双向过程，既有孩子对母亲的依恋，又有母亲对孩子的依恋。孩子形成哪种依恋类型，不仅与母亲的教养活动有关，也与孩子本身的气质特点有关。有些孩子从出生的第一天起就不喜欢别人抱，平时显得不太安宁，不愿让被子等东西压着他。在一项研究中，心理学家访问了 37 名孩子的家庭。在这些孩子出生头一年里每隔 4 周访问一次，到第 18 个月时再访问一次。结果发现，其中 19 名孩子喜欢成人抱，9 名孩子不喜欢成人抱，9 名孩子介于两者之间。儿童早先的这种气质特点影响着母亲对他们的态度，那些见人便笑、喜欢被人抱的孩子更容易赢得成人的欢心；那些不容易被抚慰而安静下来的孩子易遭成人的冷落，他们与人交往的

机会会大大减少。

所以，母亲对儿童的反应，部分是由儿童自身的气质特点以及母亲本身先前存在的倾向造成的；同时，母亲的反应又影响了儿童依恋的性质。要使儿童获得安全的依恋，母亲必须选择和学会养育儿童的合理的行为方式。

（二）就业母亲的孩子

母亲的就业对孩子有何影响？回答这个问题取决于许多因素：母亲为已婚还是单身？工作为全职还是兼职？母亲对工作的感觉如何？家庭是否需要这份薪水？孩子受到什么样的照顾？等等。尽管有这么多因素，但是，总的来说，母亲的就业对整个家庭具有正面效应。这些效应表现在：

1. 母亲的心理状态

就业妇女具有胜任感，情绪上较安全，能主宰自己的生活。就业妇女的自尊高于家庭妇女。除了在照料孩子方面较为忙碌、或在照料不周时产生些许内疚感外，就业妇女对自己的生活较为满意，这种满意会促使她更努力地照料孩子。这种情况特别是在收入较低的阶层，或是在教育程度较低的单亲母亲身上，更是如此。

2. 母亲就业促使家庭互动

母亲就业，使得父亲必须花较多的时间来陪伴孩子。在母亲就业的家庭中，夫妻之间的家务分工较少传统化，但是，一般说来，就业妇女仍要担负较多的家务。当母亲从事全职工作、孩子又小、而夫妻两人的薪酬接近时，丈夫的参与会更多些。这些参与涉及爱、帮助孩子解决忧郁问题，不断地照顾和注意孩子，等等，从而使孩子有机会看到非传统的男性的人格层面。

3. 就业母亲与孩子的价值观

如果母亲就业，而孩子为女儿，则母亲就业有助于孩子形成对性别角色的正确认同，这样的孩子比传统家庭中的孩子较少性别刻板化。当然，正确的性别认同还取决于母亲对父亲参与的态度，以及母亲对这种参与的评价。

4. 家庭成员各司其职

就业母亲的孩子，比起家庭主妇的孩子，拥有两个优势：明白家庭成员中每个人所承担的任务；②鼓励独立，承担的任务靠自己去完成，不能完全指望别人来帮助，因为别人也有任务。尤其是第二个优势，能使孩子变得更能干，更有自尊。

由于母亲就业，如何帮助孩子学会照料自己的问题便提了出来。在我们的社会，大部分双亲就业，孩子大多是在没有成人监督之下自行照料自己的，这样的孩子称作“钥匙儿”。从读小学开始，他们就一天24小时脖子上挂着钥匙，放学回家，用钥匙打开房门，放下书包，吃些干点，接着打电话给父母，告诉他们自己已回家，或者回家后准备外出游玩，或者去同学家做作业。吃过晚饭，孩子从收拾自己的碗筷开始，慢慢学会收拾父母的碗筷。总之，我们发现，随着孩子年龄的增长，他们学会照料自己的能力也在提高。

对“钥匙儿”而言，父母如何知道孩子已能够自我照料。心理学家认为，在让孩子学会照料自己之前，他们必须首先能够：

- 控制自己的身体，以免发生伤害；
- 能保管钥匙和开关房门，以免把自己锁在里面或外面；
- 能安全地操作必要的家事设备；
- 不会因为孤单在家而觉得过于恐惧；
- 有一定责任心，遵循父母交待的规定；

- 具有理解和记住口头或书面指示的能力；
- 具有记住或记下电话信息的能力；
- 对于来客或来电，知道该说些什么，做些什么，包括不要告诉陌生人自己单独在家，不要轻易打开房门让陌生人进来；
- 知道在遇到紧急情况时如何求得帮助，包括打电话给消防所或警察署，或打电话找友人和邻居。

父母可以通过下列方式帮助孩子：用电话保持联系；告诉孩子紧急时该怎么做，或如何找其他成人；设定自我照料期间的一个框架，使安全措施制度化等等。

二、父亲的角色

一般认为，女性具有照料孩子的生物基础。事实上，男性对孩子也有相等的敏锐和反应。不信，你可以做一个实验：让父母从电视监测器上看自己孩子哭泣或微笑的情形，同时分别测量父母的生理反应，例如心跳、血压、皮肤电反应等。你可以发现，这时父母的生理反应是极其相似的。

（一）父亲的定位

许多父亲在孩子一出生便与孩子形成了紧密的联系。骄傲的新父亲衷心喜爱自己的孩子，把孩子抱起来，或托着孩子两腋悬空晃动，甚至把孩子抛向空中，那种神情表明父亲的整个心思为孩子所吸引。

然而，在家庭网络中，父亲的角色与母亲的角色有着明显的差别。这些差别主要表现在下述几个方面：

1. 文化和传统的影响

文化和传统观念影响着父亲角色概念的构成。文化、传统间的差异决定着父亲对儿童教养的特性。例如，性别角色的定义依不同文化中社会、意识形态和自然环境等因素而变化。在某些文化中，父亲在喂养、接送、一般性照料儿童等方面担负着主要的责任；在另一些文化中，父母在照料儿童方面承担的责任是相等的；而在其他大多数传统文化中，父亲在照料儿童方面所起的作用较小。传统上，父亲被视作家庭群体的供养者，父亲的作用主要体现在为孩子的成长提供必要的条件，并对孩子接受和保持他所确立的目标感兴趣。这种状况现今已有所改变，在当今工业化社会，父亲不再把自己视作影响儿童发展中的次要角色。他们认为，对孩子所做的事情感兴趣是自己的主要责任，并鼓励孩子对父亲所做的事情感兴趣；同时，帮助孩子达到他们自己的目标，等等。

2. 依恋关系

从孩子依恋关系出现的那时起，他们对双亲都会形成依恋，而并非只对母亲一人。孩子并未表现出偏爱母亲而疏远父亲，而且其依恋行为具有特定的指向性，也即能把来访者和父母区分开来。更有甚者，孩子对父亲显示出的直接接纳行为比对母亲的更多。在父亲出现时，他们会更多地微笑、咿呀学语、注视和大笑。在一般情况下，父亲也像母亲一样经常哄孩子，所以孩子对父亲表现出的激动与对母亲的一样多。如果仔细观察的话，父亲与孩子玩游戏的时间要比母亲更长。在与父亲玩游戏时，孩子的积极反应更强烈。而父亲抱起孩子更多地是为了同他们游戏。这一事实可以解释孩子对父亲的接纳反应为何比对母亲的更积极。

3. 引导作用

父亲角色与母亲角色的不同之处在于，父亲把孩子引向外在世界，不再仅仅局限于母子般的亲密关系。父亲是向孩子呈现外在世界的关键性人物，他能够激起孩子对外界的兴趣，引导孩子对现实的观察。这种作用，不仅影响了孩子的情感和认知发展，而且使孩子从父亲的引导中获得了对世界的信任感，感到世界是一个以有序的方式运行的充满爱的地方。这是因为，父亲在引导中总是与孩子相互交流，鼓励他们大胆探索，解答他们的疑难问题，从而使他们在现实世界中获得的成功感大于挫折感。

4. 角色榜样

父亲在孩子面前起着行为的榜样作用，影响着孩子的价值和态度。从年幼儿童模仿父亲的动作中可以看到这类榜样的力量，它依赖于三个条件：

- (1) 作为榜样的父亲必须被视作有教养的。
- (2) 在儿童心目中，这种榜样应该控制着令人向往的目标（权力、爱）而且有能力完成儿童认为重要的任务。
- (3) 儿童必须领悟到他自己与榜样之间的某些基本的相似性。

父亲的工作如何影响子女，应视其工作的性质而定。当工作未能完全满足男性的心理需求时，孩子可能因此而得利。许多觉得工作缺乏刺激的男性，会把精力投注于家庭生活，通过子女来寻求一种成就感、趣味、智力投资、道德价值和自尊。但是，这不是绝对的，倘若男性把工作缺乏刺激的挫折，视作自己的无能，便会借严厉的管教来发泄，这时孩子便遭殃了。相反，如果工作吸引力太大，男性可能无暇顾及家庭。甚至还会把工作气氛带回家中，无论是满足还是紧张，都会在有意或无意中使母亲

和孩子学会“察颜观色”。

当父亲因为失业而变得悲观、失望时，可能不大会热情照顾孩子，相反，却会提供较多的惩罚。但不是所有的失业父亲都作如此反应。男性的反应有赖于他与妻子、孩子之间的关系。有些父亲在闲散的日子里也会发现生活中一些正面的东西，譬如与孩子更多地相处。尽管有“穷人的孩子早当家”的事实，但是，不等于说父亲没有工作对子女的自尊没有伤害。

（二）父亲缺失的家庭

在父亲缺失的家庭里，儿童认知测验的成绩往往很差。在父亲很少与孩子发生相互作用的家庭中，也存在这种情况。儿童与父亲的相互作用会促进其认知发展，相互作用的减少会妨碍其认知发展。父母分居所产生的影响可能比实际的父亲缺失更多地导致儿童过失，阻碍儿童的发展。儿童对父亲缺失的反应有两种典型倾向：①儿童意识到父亲缺失；②儿童完全贬低父亲，贬低的结果使孩子对母亲保持忠诚。在父亲缺失的情况下，儿童有可能用认同父亲的形象或将其结合进他的自我中去的方式，来避免失去父亲的痛苦。有的儿童可能认为失去父亲是一种惩罚手段，感到是他们导致了父母的离异。在这种情况下，儿童可能在以权力为目标中变得非常积极。只要他以为是他导致了父母的离异，他就很容易相信他有能力使父母破镜重圆。父亲死亡会影响儿童的发展。该影响不仅出现在死亡发生的时候，而且会影响到儿童以后发展的各个阶段。对失去父亲的哀痛和这种哀痛的消除，取决于儿童对死亡含义的理解。在早年失去父亲后，儿童一般在情感上会变得十分的压抑，有可能将攻击转向自己，同时对母亲更加依恋。随着年龄的增长，儿童便面

面临着既想继续依赖母亲又想脱离母亲而自立的冲突。在有些儿童身上，因这种冲突得不到解决而导致心理障碍。

人类家庭在许多方面不同于动物世界。在人类家庭里，孩子的父亲也像母亲一样是与孩子生活在一起的。然而，在有些家庭里，由于死亡、战争、拘捕、离异或遗弃，孩子通常见不到父亲。当一个孩子失去父亲之后，他的人格会有怎样的模式呢？让我们以一个美国的调查为例。在第二次世界大战期间，许多父亲退伍回家后，不少人感到自己的孩子对他们有一种疏远感或离间感，他们将其视如陌生人。如果父亲离家时孩子未出生或很年幼，则这种陌生感就更为强烈。其中，男孩甚于女孩。许多父亲有一共同看法，即把他们的儿子，也就是那些几乎完全由母亲来抚养的孩子，看作是过分警戒的胆小鬼。也许，父亲们的这些看法有其客观理由。后来的研究也表明，不与父亲生活在一起的男孩，比起双亲俱在的男孩，寻衅行为骤减，果断精神陡降，独立性较强，在兴趣和游戏方面带有更多的女性模式。随着男孩入学，他们的这些女性模式会因社会的性别认同而趋于弱化，但很有可能在他们身上滋生出一种危险的人格因素，那就是极端的男性模式，这好像是对他们先前缺乏的一种补偿。

心理学家的研究表明，男孩在生命的头 6 年里与父亲的关系是十分关键的，也就是说，在这期间成年男性的出现是非常必要的。这样，男孩就能通过现实社会的激励而学会适当的男性品质。否则，错过这时期，孩子就难以忍受了。

当父亲离开出走时，蒙受损失的不仅仅是男孩，女孩也需要父亲。让我们假设三类情境：第一种情境，当女孩还非常年幼的时候，母亲就遭到抛弃；第二种情境，当女孩还非常年幼的时候，父亲就过世了；第三种情境，在正常的父母俱全的家庭环境中成

长起来的女孩。所有这些女孩都没有兄弟，她们在学校里都表现不错，但她们对男性的反应却有着明显的差异。

第一种类型的女孩比起其他两种类型的女孩更为注意和欣赏男性。她们可能长时间逗留在男孩子经常出没的地方，坐得跟男性很靠近，并且采取一种懒散的姿势和男性来客交谈。与其他两种类型的女孩相比，她们更为前倾，经常看着对方的眼睛，更容易眯眯微笑。而且，她们更可能对他人的行为抱有惩罚的观点，她们主张苛刻地对待犯有过失的人，赞成对同伴的社会行为施以约束性的法律。

第二种类型的女孩倾向于回避男性，她们竭力避开男子聚集的场所，有些人甚至整日呆在房间里，拒绝有关的社交活动。她们对来访的男性，空间上保持一定的距离，并且老是侧着身子，好像有意回避的样子。她们对人不大微笑，很少接触对方的眼睛。

第三种类型的女孩则处于这两个极端之间。

所有这三种类型的女孩，当她们与女性相处时，能够保持十分正常的关系。对第一种类型的女孩来说，家庭关系的破裂越早，她们与其他两种类型的女孩比起来越容易接近男性，也越有可能从事性的活动。相反，第二种类型和第三种类型相比，女孩从事性活动的年龄要晚得多，在她们身上性生活好像有所阻抑。

这些女孩的行为模式与其母亲的教养有关。遭到抛弃的母亲，对其前夫以及她们的日常生活抱有消极态度。在她们看来，她们的生活和婚姻坎坷悲凄，她们所关心的是怎样做一个合适的母亲：喜爱女儿，表示慈爱。与处于正常家庭中的母亲相比较，第一和第二这两种类型女孩的母亲，对自己的女儿更为保护。但是，随着女儿的长大，这两种类型的母亲也有不同的态

度。遭到抛弃的母亲，在与丈夫分道扬镳之前，就表现出种种冲突的迹象，随着女儿达到青春期，又开始和女儿发生冲突。丧偶的母亲，面对女儿达到青春期，很少与女儿发生冲突。一般说来，女孩在她们的性格形成时期需要成年男性在场，以便当她们达到青春期时能够学会对男性的适当反应。

三、离异家庭的孩子

父母的婚姻破裂不可避免地伤害到孩子，孩子所感受到的痛苦和迷惑并不亚于父母。对许多孩子而言，家庭的中辍事件是各种危机中的主要危机，而该危机的一些副作用有可能伴随孩子步入成年。

离异家庭的儿童，绝大多数是与母亲住在一起的。生长在只有母亲的家庭中的儿童所受的影响，取决于自身的性别、父亲离家时儿童的年龄、失去父亲的原因、母亲的态度，以及是否有其他成人或姐姐可以用某种方式替代父亲的作用。缺少父亲，男孩所受的影响甚于女孩。缺少父亲家庭的男孩比起完整家庭的男孩，对“男性”玩具和活动常常较少感兴趣。有时表现得更有侵犯性、更焦虑。在只有母亲的家庭里生长的女孩，虽然在行为或个性方面与完整家庭的女孩没有什么差异，但在智力技能，尤其是数量技能方面，与男孩一样受到影响。没有父亲的儿童，在校成绩和认知技能测定的成绩常常比有父亲的儿童差一些。不管是男孩还是女孩，缺少父亲对数量技能的影响，要比对言语技能的影响大。这些损害似乎可以通过家里有一个代替父亲的人而得到减轻。

离异家庭儿童与父亲一块生活的较少。如果将与父亲一起

生活的儿童与由母亲监护的儿童以及双亲家庭的儿童进行比较，结果会发现，由父亲监护的男孩较之与母亲住在一起的男孩，适应性要好一些。而跟父亲住在一起的女孩较之与母亲住在一起的女孩，适应性要差一些。然而，在对这两类单亲家庭的儿童行为作出预料时，父亲或母亲的温情和权威性，以及他们对儿童的教养活动，比起父母的性别要显得更为重要。但无论如何，与完整的双亲家庭相比，单亲家庭由于在经济和精力等方面的限制，都会给儿童的教养带来不利因素。

（一）离异家庭 孩子的反应

离异家庭儿童在父母离婚的打击下有着某些共同的情绪变化模式 大体经历了 6 个阶段：

第一阶段为愤怒、痛苦。这个阶段发生在婚姻破裂前和离婚初期。主要表现是，儿童总有想哭的感觉、忧郁、出现退化行为、做恶梦、感到没脸见人、孤独、对别人怀有敌意。这个时期通常持续 3~6 个月，有的超过 1~2 年。

第二阶段为盲目乐观。主要表现是，对什么都无所谓，没有客观的现实感，成天嘻嘻哈哈，做错事也不感到羞耻。这是一个较为短暂的时期，一般不超过 2~3 个月。

第三个阶段表现为流动、出走。大约有 70%~75% 的离异家庭儿童经历过这一阶段，他们难以独自呆在家里，夜间到处乱跑，这种情形一周大约要重复 2~3 次。

第四个阶段是终日忙碌、闭门不出。大约有 30%~40% 的离异家庭儿童经历过这一阶段。处在这一阶段的儿童勤奋用功 想“争口气”但又有过重的心理负担 感到紧张和孤独。

第五个阶段为渴望、思索。为了摆脱困境，渴望寻找朋友，

开始思索：“什么是家庭？”“爸爸、妈妈到底怎么样？”他们为什么要离婚？”并从父母的离婚中得到启示，开始设想如何造就自己，决心不再成为父母的附属品。

第六个阶段表现为获得新生。这个阶段的儿童终于从沉闷中走了出来，显得懂事、成熟，有一种独立、自主感，不再自卑。

离异家庭的父母与子女的关系常常会恶化。由于自身的精神痛苦，在孩子需要特别的爱抚和指导时，父母很少给他们情绪上的安慰。与完整家庭的父母相比，离异父母的柔情要少一些。我国一项在全国 27 个省、市、自治区近千所小学进行的调查结果表明，在 929 名离异家庭的儿童中，痛恨父亲的占 24.86%，痛恨母亲的占 12.71%，惧怕父亲的占 31.48%，惧怕母亲的占 14.20%，喜欢父亲的占 19.27%，喜欢母亲的占 40.93%。由于母爱的作用，也由于对母亲的感情，这些儿童更愿意听母亲的话，接受母亲的教育。

离异家庭对儿童产生的负面作用是广泛的，有的甚至是久远的。离异家庭儿童在个性方面往往表现为抑郁、敌对、富于破坏性、容易激怒、孤独，有的得了抑郁症，有的甚至会自杀。他们对学校和社会生活不感兴趣。有关调查表明，小学阶段离异家庭儿童的学习成绩、认知能力和推理能力都显著地低于完整家庭的儿童，尤其是学习成绩的差异更大。在学校学习中的问题行为，如旷课、迟到、早退等，较多地发生在离异家庭儿童身上。这与家庭破裂、无人管教有很大关系。离异家庭儿童的自制能力以及与同伴的关系都明显地比完整家庭儿童差。由于他们中一些人存在着孤癖、冷漠、有不良行为习惯等问题，往往不易被同学接受。一般说来，离异家庭儿童在心理健康方面可能存在 6 个问题：①学习障碍；②神经机能失调；③不良情绪和性格；

不良习惯 ⑤品行障碍 ⑥社会适应。

（二）离异家庭的父母该做些什么？

1. 孩子对父母离婚事实的适应问题

面对父母的离异、处在成长岁月中的孩子，除了调适情绪外，还必须应付特别的挑战和负担。于是，适应问题便产生出来。孩子对父母离婚事实的适应，一般具有下述 6 种形式：

（1）认清婚姻破裂的事实。对于父母婚姻破裂的事实，年幼的孩子常常不明白是怎么回事，许多年长的孩子则在一开始时否认这个事实，他们会沉浸在父母重修旧好的幻想中。然而，大多数孩子在父母离异的第一年结束之际，便能面对这个事实。

（2）摆脱冲突和苦痛，继续原有的追寻。在父母离异开始时，孩子常为忧郁所占居，以至无法专心于学业，无心与其他孩子游戏。只有在适应了单亲家庭生活后，他们才会回到自己的生活。

（3）损失的解决。孩子最大的难题之一是，认清父母离异所带来的多项损失。他们得适应单亲生活，适应失去双亲关心和爱抚的不安全感，改变熟悉的日常生活惯例，等等。有些孩子得花好几年时间才能应付这些损失，有些孩子则久久无法适应，把自己被拒、没有价值、失去爱抚等感觉一直带入成年期。

（4）解决愤怒和自责。孩子知道离婚不同于死亡，是人有的，因此常对父母的如此抉择抱有责怪的态度和愤怒的情绪，或是自责。一旦他们达到宽恕父母、宽恕自己时，便会觉得自己有能力控制生活。

（5）接受离婚的永久性。许多孩子面对父母离婚的事实，仍固执于父母重合的幻想。只有到了青春期或成年前期，能与父

母进行心理上的分离之际，才会接受父母离婚“永久”这一事实。

(6)对人际关系作现实的期望。许多在其他方面适应良好的孩子，在经历父母离婚后，会视亲密关系为畏途，害怕重蹈父母的复辙。他们可能对人际关系抱讥诮、压抑或玩世不恭的态度，甚至怀疑自己能否找到持久的情侣。

2. 如何帮助孩子适应父母离婚的事实

对于上述诸种反应形式，父母应该帮助孩子适应离婚的事实。可供参考的建议有：

(1)以适合孩子年龄的口吻，向孩子谈及有关离婚的事。许多父母因为觉得孩子年纪太小无法理解而不向孩子作任何解释。其实，就算再小的孩子也知道家中发生了某种变化，父母需要以适当方式来告诉他们究竟是怎么回事。

(2)只让孩子知道他们所需知道的部分。许多父母往往会忍不住提及离异的原因：外遇、酗酒、赌博、性生活不和谐等等。然而，这样的谈话，给孩子的困惑多于帮助，使孩子背上父母一方为“罪人”的沉重负担。在孩子最需要情绪支持的时候，丧失了对父母一方的信心。

(3)让孩子明白不是他们造成离异的原因。年幼的孩子以自我为中心，认为世界为他们而运行，误把离异的原因归咎于自己，并时时受罪疚感的折磨。

(4)父母必须强调离异决定的必然性。幻想父母重合是孩子共同的现象，只要孩子仍期待重合，就无法接受现实。一旦孩子放弃重合的想法，则有助于减轻自身的痛苦。

(5)向孩子保证父母对他的爱是持续不变的。不管他由谁抚养，离走的一方仍然继续爱着他、关心他。

(6)规定孩子的行为界限。父母应维持严格、友善的管教，