兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

「父母好好說，孩事要幸福」

離婚家庭兒童陪伴與輔導技巧研習課程

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

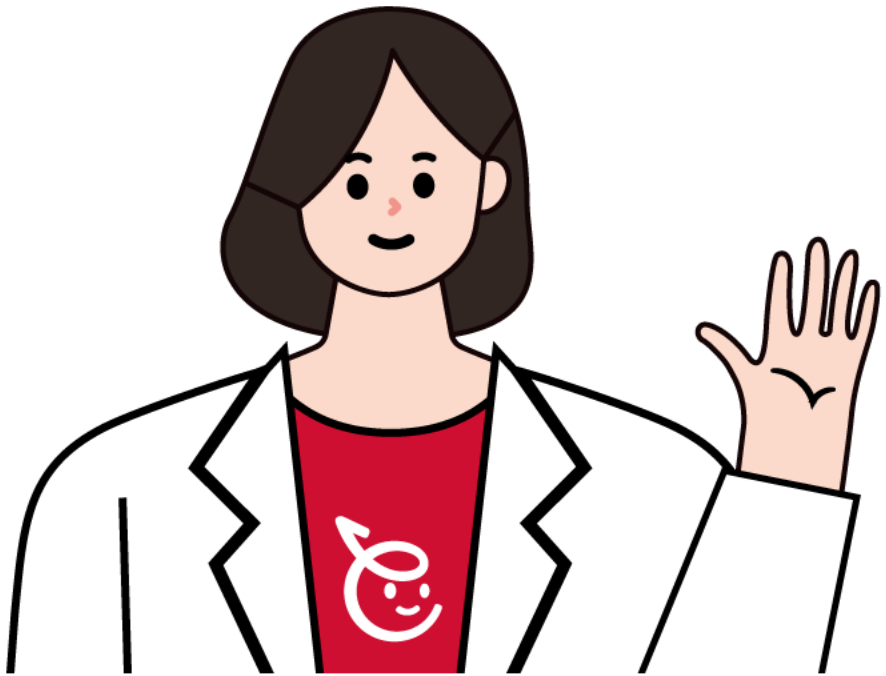
與孩子共創更好的世界
特殊境遇｜家庭增能｜社會共好

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

What we do?

兒福聯盟在做什麼

我們會持續讓孩子更好。



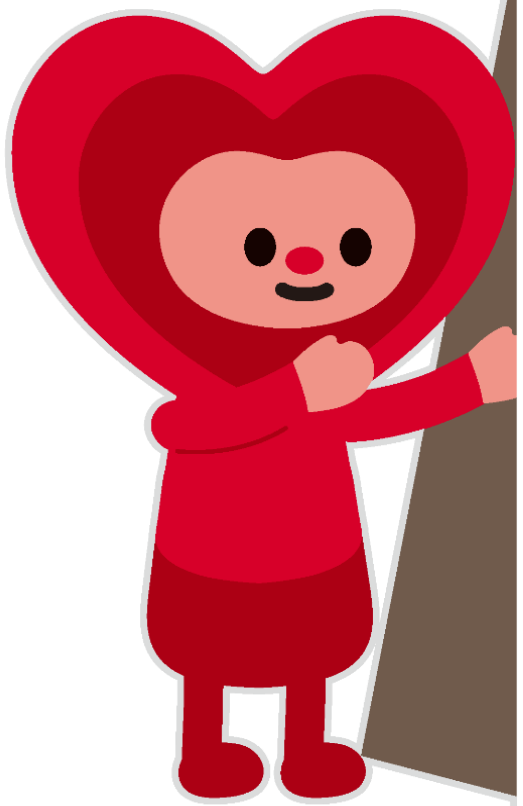
特殊境遇
Special Situation

家庭增能
Family Empowerment

社會共好
Better Society

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

課程內容



1.離婚家庭的處境與需求

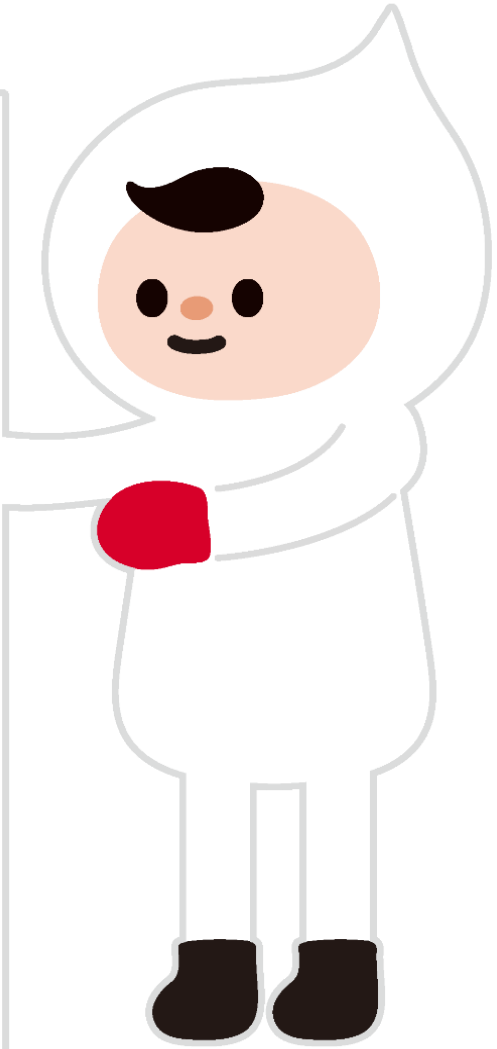
2.離婚相關法律規定

3.納入兒少意見之

　社區家事商談服務

4.離婚家庭資源

5.情境討論與Q&A



兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚家庭的處境與需求

婚姻衝突中父母的狀態





常見父母行為



講到對方總是憎恨、厭惡

在孩子面前爭執

拒絕與對方對話、眼神接觸



批評、指責

都是他的錯

他不是負責的爸/媽

他沒養你們、照顧你們



拒絕對方出席孩子的活動

禁止、限制孩子和對方聯絡(電話、見面)

拒絕對方的照顧和心意



告訴孩子自己比對方更愛他

孩子跟對方會面時，表現出思念、難過

讓孩子覺得有責任照顧父/母

婚姻衝突中父母的狀態



抗拒
逃避

失望
無助

空虛
寂寞

焦慮
沮喪

悲傷
氣憤

自怨
自艾

對孩子
覺得罪惡

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚家庭子女的四大痛苦

資料來源：兒童福利聯盟2016年離婚分居家庭子女心聲調查報告

- 「爸媽容易生氣，打我或罵我」58%會高度痛苦
- 「爸媽會在孩子面前批評對方」50%會高度痛苦
- 「很少看到爸爸或媽媽」38%會高度痛苦
- 「沒有跟爸爸住、也沒有跟媽媽住」39%會高度痛苦

父母衝突下孩子的狀態

- 需要無法被看見
- 無法區分父母與自己的情緒
- 少了父母的保護
- 安全感較少
- 成為父母攻防的武器

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

父母衝突下孩子的情緒



壓抑 → 逃避 → 失落 → 焦慮恐懼 → 難過憤怒 → 討價還價 → 愛與背叛的衝突 → 壓抑

父母離婚了，孩子的擔心...

67.91%
不知道接下來
會發生什麼事

61.54%
怕變成沒有爸爸
或媽媽的小孩

61.54%
害怕見不到爸媽
或其他手足親友

資料來源：兒福聯盟離婚分居家庭子女心聲調查報告，2021

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

爸爸媽媽做些什麼，可以幫助孩子？

- 知道爸媽即使分開，他們依然愛孩子(67.28%)
- 爸媽不要再吵架(52.14%)
- 兄弟姊妹不用分開(48.17%)
- 不用轉學或搬家(41.44%)
- 常常見到沒有同住的爸媽(37.92%)

資料來源：兒福聯盟離婚分居家庭子女心聲調查報告，2021

從創傷知情的角度重新理解孩子、大人

理解創傷

衝突的關係與歷程，

對大人、對孩子都可能是創傷經驗，

對心理及生理健康有很深遠的影響。

回應創傷

當人被理解與同理、找到情緒紓解出口，

才有能力選擇不同的方式面對創傷、

因應問題，找到讓生活過得更好的方法。

辨識創傷

在關係中受傷的大人與孩子，

各種負向的情緒與行為都是一種

求生存的機制，各種反應都有可能。

防止再度受創

創傷是可以復原的。

發展出自己的復原力，就能避免再次受傷。



創傷知情

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

Trauma-Informed＝創傷 + 知情

從「知道」開始療癒

好奇

好奇**這個人怎麼了**？
問你發生什麼事了?
而不是你到底有什麼問題？

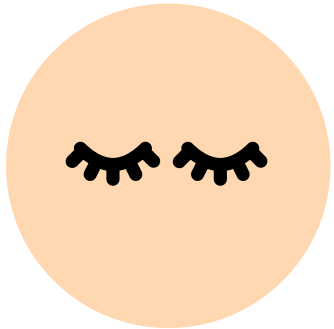
傾聽

關心人而非關注行為/後果
→傾聽就啟動了
　聽到、聽懂就是一種同理

穩定情緒

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

「吸4吐8」呼吸法



4

8

1 閉上眼睛

2 吸氣4秒

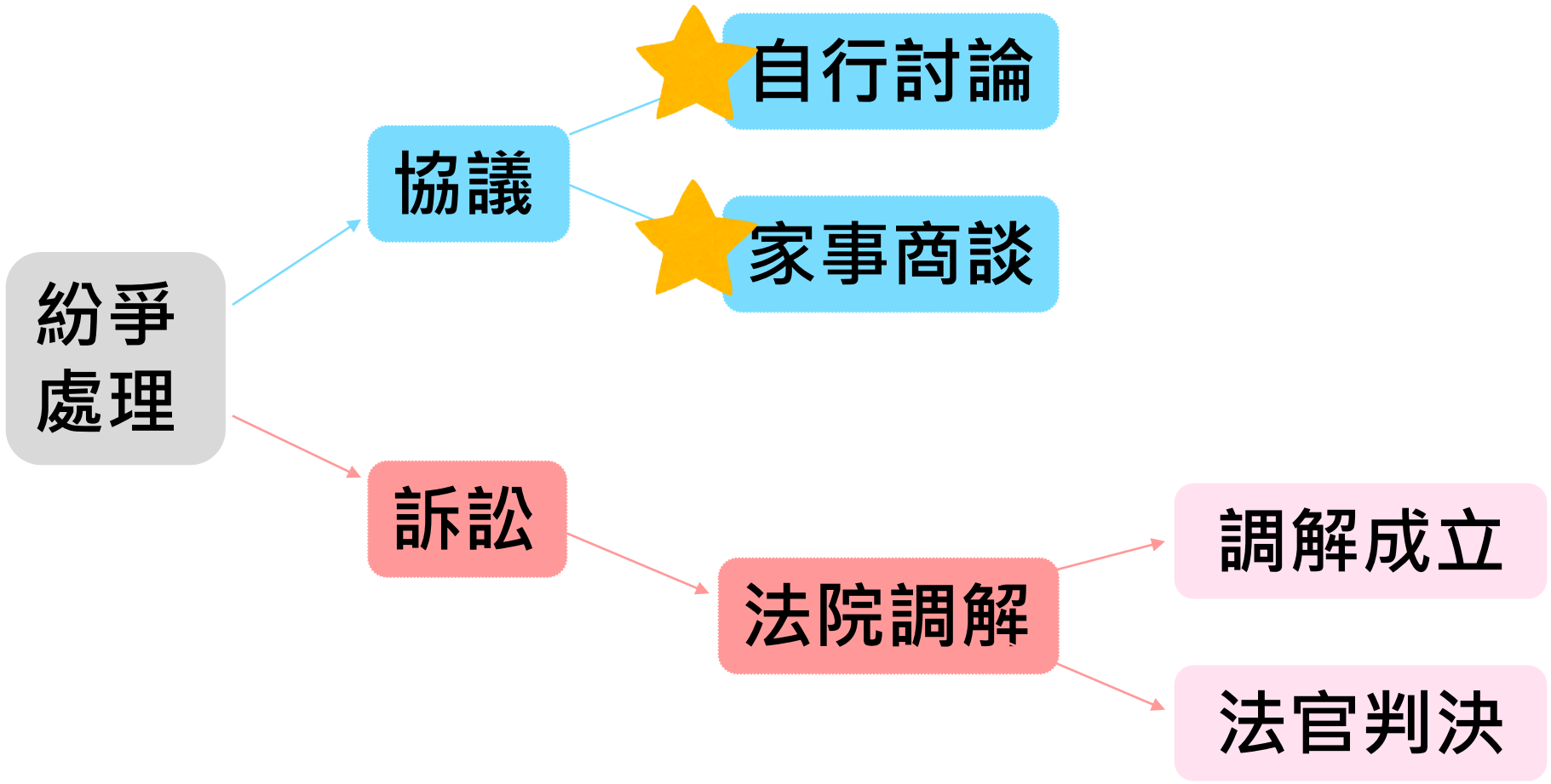
3 吐氣8秒

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚相關法律規定

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚程序-處理婚姻衝突或紛爭方式



親權 (俗稱監護權)

法律的意涵



- 孩子未滿18歲前
- 負擔未成年子女的權利義務

父母的責任



- 是權利，更是責任
- 為孩子負連帶法律責任

父母的合作



- 不管獨立或是共同監護，都要合作照顧孩子
- 孩子最佳利益

探視的安排

法律的意涵



- 兒童保有不與雙親分離的權利
- 是父母的權利，更是孩子的權利



孩子的擔心

- 多久可以見一次?
- 還可以回來嗎?
- 有人會不高興或難過嗎?

扶養孩子的費用

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

法律的意涵



- 扶養義務與監護權歸屬無關
- 父母均須共同分擔孩子扶養費直到成年

方案1 子女花費開銷

方案2 以「平均每人每月消費支出」的金額做為扶養費基準

方案3 依子女生活開銷項目作為分擔原則

讓孩子原本享有的資源
不因父母離婚而受到影響

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

納入兒少意見之
社區家事商談服務

難解的問題，不完美的解決方案

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

納入兒少意見之家事商談 目的



1.協助正向溝通，促進照顧共識

2.強調父母照顧責任與義務

3.討論符合子女最佳利益之分工計畫

(監護、扶養、探視等)

4.降低法院訴訟對立衝突與訴訟成本。

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

納入兒少意見之家事商談服務

(兒少專家、兒少商談員)

- 引入澳洲CIMC模式
- 實踐兒少表意權
- 提升安全與控制感
- 協助父母回應兒少需求
- 尋求符合兒少最佳利益的解方

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

哪些當事人適合轉介商談？

1. 面臨分居、離婚或已離婚之家庭。
2. 雙方**育有未成年子女**者。
3. 對於子女之監護權、探視權、扶養費等相關議題需要協商。
4. 雙方均有意願(**可協助邀請對方**)。

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

哪些當事人「可能」不適合進入商談？

1. 有兒虐事實。
2. 有家庭暴力的狀況。
3. 一方受到另一方的恐嚇威脅。
4. 有精神疾病史，影響到個人做決定的能力。
5. 家事商談被不正當濫用，例如拖延離婚。
6. 當事人拒絕提供商談所需資訊。



安全風險
權控議題
理性思考
做決定的能力

可透過個別商談，釐清需求、提供協處。

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

納入兒少意見之家事商談 服務流程

收案

- 自行申請
- 機構轉介
- 法院轉介
(家事調解)

評估

- 個別會談
- 個案輔導
- 資源轉介
(諮商)

商談

- 共同/個別
- 共親職教育
- 資源轉介
- 納入兒少意見商談
(兒少商談、兒少專家)

結案

- 擬定協議
(至地院製作筆錄)
- 法律訴訟

兒福聯盟子女為本離婚協議書

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

家事商談
協商內容
＋
合作父母
共擔親職

離合決定

不是夫妻/婚姻協談

也沒有勸和、或勸離

協助對話，說清楚、聽明白

未成年子女照顧計畫

孩子要跟誰

分擔孩子成長的費用

讓孩子保有父母雙方的愛

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

未成年子女照顧計畫

親權歸屬

孩子未滿18歲以前
負擔未成年子女權利義務
不管獨立或共同監護，都要照顧孩子

費用分攤

監護≠探視≠扶養費
共同負擔孩子的費用
保持教養一致

親子維繫

不惡意搶奪、不辱罵對方
照顧與探視的分工協調
鼓勵促進親子互動

家事商談 × 共親職教育

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

1. 理解彼此
(孩子、父母、祖父母)
2. 自我照顧與身心安頓
3. 法律規定與資源
4. 把焦點放在孩子
5. 溝通練習與共親職

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚家庭資源

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

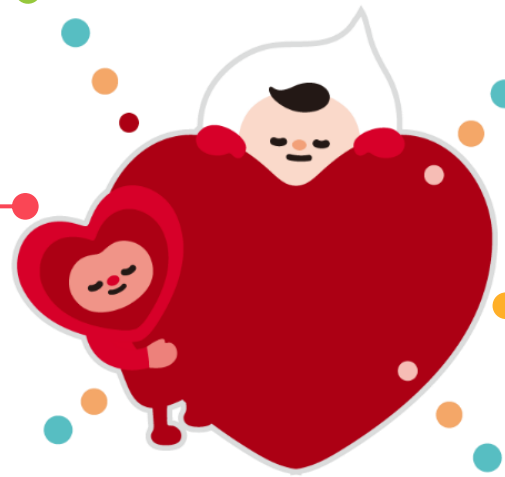
兒福聯盟 離婚親子維繫服務

社區家事商談

- 協助正向溝通，促進照顧共識
- 訂定符合子女最佳利益之分工計畫
- 離婚共親職教育的提供

陪同親子會面

- 短期、過渡型
- 陪同會面→自行會面
- 親情延續與維繫
- 離婚共親職教育的提供



兒少支持

- 兒少商談員+兒少專家
- 協助父母更了解孩子的困境→親職調整
- 兒少支持團體

共親職教育

- 社區/法院親職講座/團體
- 理解孩子→學習處理孩子情緒
- 學習合作當父母

兒福聯盟離婚親子維繫服務
服務據點

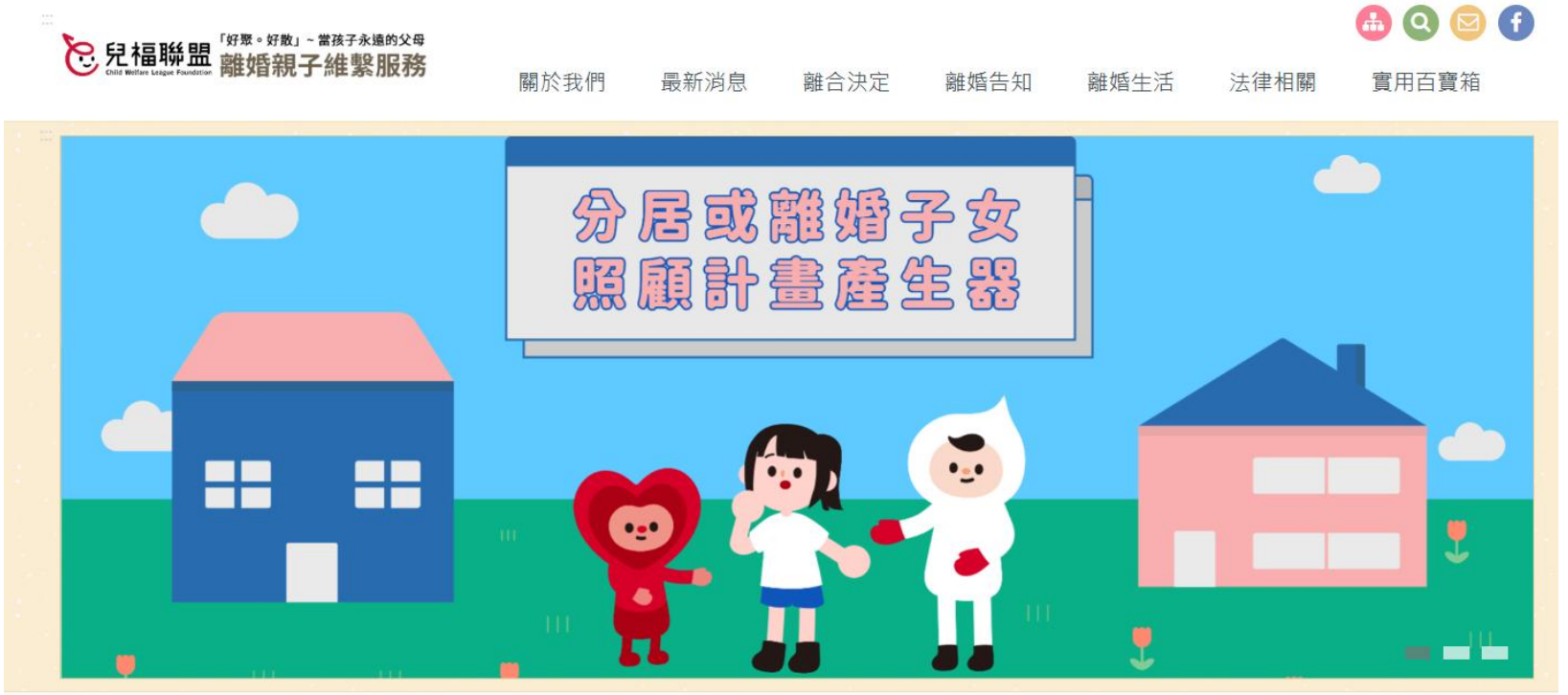
兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

區域	電話	地址	可服務範圍
北區	(02)2550-5959 轉 2	**童心協力合作+** 台北市大同區長安西路43樓8樓	大台北地區、宜蘭
新竹	(03)558-8212	新竹縣竹北市縣政九路169號4樓	新竹縣市、桃園
中區	(04)2202-5399 轉 5	台中市北區忠明六街12號	台中、彰化
高雄	(07)350-1959 轉 5	高雄市左營區博愛三路12號6樓	高雄、屏東、嘉義*

兒盟「視訊商談」提供跨縣市、不受區域限制服務

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚親子維繫服務網站



兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚父母共親職線上課程



兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚父母親職手冊







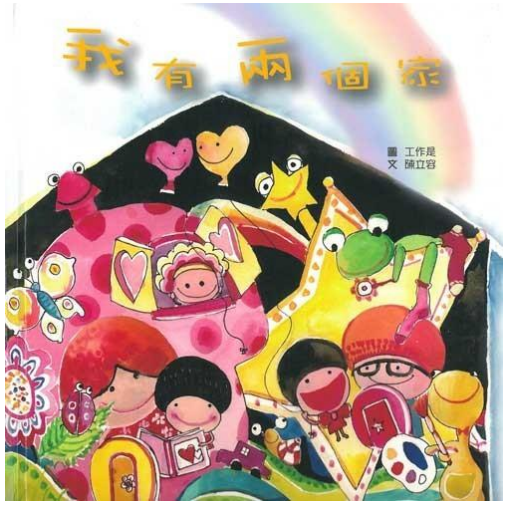
https://www.children.org.tw/goodbye/ebook

離婚家庭子女實用媒材

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation









兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

離婚家庭兒童的系列手冊(2024.9月出版)

❶可能會有的心情
❷生活會有的變化
❸重要的生活事務



https://www.children.org.tw/goodbye/ebook

感謝聆聽

一起成為孩子生命中的貴人

兒福聯盟
Child Welfare League Foundation

與孩子共創更好的世界
特殊境遇｜家庭增能｜社會共好