

# 探視

## 知多少????

“解答離婚父母在探視方面常會關注的問題，並協助他們為孩子締造一個關愛而和諧的成長環境。”





# 探視知多少？

## 引言

探視是為了確保孩子得到父母關愛的權利，也是離婚父母必需履行的重要責任之一。在某些離異家庭，探視可能成為衝突的主要源頭，令孩子承受極大的心理壓力，甚至無法彌補的傷害。相反，處理得宜的探視能大大幫助孩子適應父母離異後的生活。本小冊子的目的，是解答離婚父母在探視方面常會關注的問題，並協助他們為孩子締造一個關愛而和諧的成長環境。

## 常見問題

### 1. 探視的目的是什麼？

父母離婚後，探視給予孩子和非同住的家長相處的機會，同時可藉此延續親子的關係。探視亦可令孩子覺得安全和被愛，從而幫助他們適應家庭轉變及增強他們的抗逆力。





## 2. 為何探視十分重要？

研究結果指出良好的親子關係，以及非同住父/母在孩子生活中的積極參與，是可以幫助減輕離婚給孩子帶來的壓力。而探視正好提供一個讓離異父母不斷支持孩子成長的機會，使他們得到最理想的發展。此外，探視亦是孩子的基本權利，讓他們享有父母的愛和教導。

## 3. 同住的家長在探視上的角色是什麼？

雖然探視的主角是非同住的家長和孩子，但要探視成功，實有賴父母雙方的努力和合作。若與孩子同住的家長能真誠地支持並鼓勵探視，將可減低孩子與非同住的家長見面時的心理負擔。此外，同住的家長應確保探視不會變為操控、刁難、偵查前度配偶的武器(例:若不支付贍養費就看不到孩子)，亦不應把孩子當作雙方傳話的工具，否則會令孩子左右為難，形成心理上的壓力。



#### **4. 非同住的家長在探視上的角色是什麼？**

非同住的父/母應該把探視看作自己對孩子的責任。事實上，親子關係的好壞，不單取決於父母和孩子相聚時間的多少，也取決於相聚時的和諧關係。因此父母應看重每一次的探視，盡可能貫徹執行和遵守既定的安排。請謹記，如果父母隨意在孩子的生活當中出現或消失，孩子會覺得父母並不愛自己，會感到被遺棄和傷痛。同樣，非同住的家長也應盡量保持理性的態度，以確保探視不會變為操控、刁難、偵查前度配偶的工具。

## 5. 怎樣才算是良好的探視安排？

一般來說，最令孩子得益的探視安排，就是讓他們定期緊密的和父母接觸，使他們感受到父母的愛和關注。在探視活動安排上，家長應兼顧「穩定」和「彈性」兩項原則。至於見面時間的多少，應視乎孩子的年齡及其發展階段的需要而定。例如：青少年期的孩子通常參與不少學校或社交活動，父母替他們制定探視時間表時，便應保留多些彈性。除了考慮孩子本身的發展階段外，父母亦需要平衡自己的各項職責和工作。總括而言，要獲得最理想的探視效果，父母應共同努力，釐定一個雙方都能接納的計劃。

此外，請為假期和特別日子（如父母的生日）預先作出探視安排。為了避免爭拗，父母可考慮平分假期的時間，或以每年交替的形式進行。不過，即使達成協議後，雙方仍可能需要因應一些突發情況而重新作出協調，以配合孩子和父母的需要。





## 6. 如何運用探視時間？

探視應該在正面和愉快的氣氛下進行。非同住的父/母有時會因見孩子的時間較離婚前減少而變得縱容孩子，又或者透過大量物質去表達對他們的愛。這些行為可能是出於補償心態，但都是極不妥當的做法。事實上，只要探視進行的模式像平常家庭生活一樣，孩子通常都能夠適應。探視時，安排一些符合孩子心意的活動，固然能增加彼此的樂趣，但最重要的是父母在過程中的參與和投入，以及一致和合理的管教。

## 7. 非同住的家長應否讓自己的新伴侶參與探視？

探視的目的，主要是為了培養非同住的父/母與孩子的感情。若新伴侶在場的話，父母對孩子的關注可能會不自覺地減少，令孩子覺得被冷落。即使如此，若孩子真正歡迎和享受父母的新伴侶加入，父母仍可考慮這樣的安排。

## 8. 若探視發生問題，應怎麼辦？

若孩子在探視交接時或結束後表現不安或有所投訴，甚至拒絕探視，父母應保持冷靜和理智，並嘗試找出導致問題的原因，不應立刻假設對方做了一些傷害孩子的事情。例如，年幼的孩子感到不安的原因可能跟穿梭於兩個家庭有關，而並非不願與非同住的家長見面。無論如何，父母都應該耐心聆聽孩子的感受，不可掉以輕心。

如果孩子堅持拒絕探視，或父母雙方在探視問題上不斷地出現分歧，可以考慮尋求專業輔導或家事調解服務來幫助達成共識，重建父母的合作關係。





## 9. 探視是否需要監督下進行？ 究竟何時需要呢？

為了保障孩子的安全及福利，在特殊情況下，例如涉及有關虐兒、家庭暴力、父母患有嚴重精神病、或父母之間有激烈衝突等的情況，探視活動有可能需要在社工督導下進行。家長需留意，這類探視是由法庭所頒令的，而所有相關的人均有責任去遵守法令上所訂明的探視細則。



---

在探視事宜上，如需協助，可致電社會福利署熱線 2343 2255 或聯絡各區綜合家庭服務中心。



社會福利署  
Social Welfare Department

社會福利署  
臨床心理服務科  
管養權評估工作小組  
2015年版