

离异家庭对子女亲密关系的影响及相关干预

薛 彬

天津科技大学 天津 300457

摘要: 本文探讨了父母离婚对子女亲密关系的影响。前人研究表明离异后父母冲突、父母角色失衡、教养行为等因素对子女的亲密关系产生了重大影响。离异后父母之间的冲突是影响子女发展的重要因素, 父母冲突导致了孩子不安全感, 使其无法形成积极健康的亲密关系。离异后父母角色失衡易导致子女无法形成稳定的亲密关系, 甚至会造成子女性别错位。而离异后父母的教养行为也与子女亲密关系的建立密切相关。此综述从家庭、学校、个人三个方面提出了对离异家庭子女教育对策的建议, 以此帮助离异家庭走上正常化轨道, 重建离异家庭子女对亲密关系的信心。

关键词: 离婚; 离异家庭子女; 亲密关系

The influence of divorced family on children's intimacy and related interventions

Bin Xue

Tianjin University of Science and Technology, Tianjin 300457

Abstract: This paper explores the impact of parental divorce on children's intimacy. Previous studies have shown that factors such as parental conflict, parental role imbalance, and parenting behavior after divorce have a significant impact on children's intimacy. Conflict between parents after divorce is an important factor affecting the development of children. Parental conflict leads to children's insecurity and prevents them from forming positive and healthy intimate relationships. The imbalance of parental roles after divorce can easily lead to the inability of children to form a stable intimate relationship, and even lead to gender dislocation of children. The parenting behavior of parents after divorce is also closely related to the establishment of children's intimacy. This review puts forward suggestions on educational countermeasures for children of divorced families from three aspects: family, school, and individual, so as to help divorced families get on the track of normalization and rebuild the confidence of children of divorced families in intimate relationships.

Keywords: divorce; children of divorced families; intimate relationship

家庭驱动着一个人、一个社会、甚至一个国家的发展。随着现代化进程的加快发展, 家庭价值和观念的多样化, 我国离婚现象日趋明显。根据民政部门的统计数据, 2002年—2020年, 19年间粗离婚率从0.90‰上升到3‰, 增加了3倍之多。随着离婚率的增长, 离异家庭的子女的数量也在急剧增加。离婚的痛苦并不完全来源于离婚本身, 而更多的是未能正确处理对丧失的哀悼所造成的, 其中首要的挑战是如何帮助离异家庭子女对亲密

关系的信心的重建。

亲密关系的本质是将他人融入自我的概念中, 只要达到深层次的相互依赖都属于亲密关系的研究范畴^[1]。亲密关系的建立与离异家庭子女的心理发展联系紧密, 相关研究对于改善离异家庭子女的亲密恐惧至关重要。因此, 探索家庭系统层面影响离异子女亲密关系的因素, 总结有针对性的教育对策, 让离异家庭正常化, 帮助离异家庭子女重建对亲密关系的信心成为现代社会的重要任务之一。

一、离异家庭影响子女亲密关系的作用机制

近年来, 许多研究表明, 生活在父母离婚后家庭冲

作者简介: 薛彬 (2002.02-), 男, 汉族, 河北省衡水市, 天津科技大学文法学院, 本科, 研究方向: 秘书学。

突仍持续不断的环境下的子女在社交关系上存在更多问题,比如社交恐惧、自卑等^[2]。在离异家庭中,父母角色的残缺,不仅影响子女的心理发展,更影响他们今后的婚姻和幸福生活。在离异家庭中成长的子女并非都对婚姻失去了信心,甚至有些比来自完整家庭的孩子对婚姻更加乐观,这可能是由于离异后不同父母的教养行为的差异造成的。因此,此综述将围绕“离异后父母冲突、父母角色失衡、教养行为”这三个因素探索父母离婚对子女亲密关系的影响。

(一) 离异后父母冲突对子女亲密关系的影响

父母冲突是父母双方因某些原因而产生的言语或行为的争执与攻击,可根据冲突发生的频率、强度、内容、冲突是否得到解决来具体加以界定^[2]。在研究者看来,父母冲突并不会因为父母婚姻的解体而结束。根据对离婚如何影响子女发展的研究,研究者们更倾向于离婚过程论,离婚不仅是一个事件,更是一种过程。这个过程在父母离婚前就开始,一直持续到离婚的数年后。相较于离婚这件事本身,影响子女发展更多的是父母之间的冲突。父母冲突导致子女的不安全感,最终形成对亲密关系的恐惧。由此可见,有必要全面阐述离异后父母冲突对子女亲密关系的影响。

当在成年初期的子女感知到父母冲突时,他们更易对恋爱产生恐惧。父母冲突影响子女的自我分化,使子女易在恋爱中缺失归属感和安全感,甚至将原生家庭中父母冲突的行为模式延续到再生家庭中,造成其亲密关系的紧张^[3]。孩子起初对于恋爱、婚姻的理解是从父母的关系中获取的^[4]。父母的关系和谐稳定,孩子则易认为婚姻是美好的。父母冲突不断,孩子则易认为婚姻是紧张的。真正对孩子内心造成创伤的不是离婚,而是父母冲突持续的过程中所造成的紧张的家庭氛围。孩子看到父母间的勾心斗角,也会让他们难以与外界建立信任感,使他们更容易对他人产生防御心理。长期的父母冲突会影响孩子的情绪安全感,从而阻碍了他们在人际关系中发展出有效的应对方式。

(二) 离异家庭中父母角色失衡

在家庭走向解体后,孩子跟随父母其中一方生活的情况下,抚养方往往会阻止另一方与孩子来往。但从孩子的社会化过程中,父母双方的角色功能都不可或缺^[4]。父爱和母爱在孩子的成长历程中同等重要,父母对子女的教育存在差异性,他们的教育是一种取长补短的巧妙结合,永远无法被替代。即便在后来组建了新的家庭,在一定程度上可以弥补家庭的不完整,但对于已经懂事

的孩子来说,其心中“部分家庭环境被剥夺”已是无法改变的事实。本文探讨的父母角色失衡是父母离婚后一方抚养子女,另一方脱离孩子抚养的陪伴缺失型家庭关系。在这种家庭关系下,影响子女亲密关系分为两个方面:离异家庭子女亲密关系不稳定和离异家庭子女的性别错位。

1. 离异家庭子女的亲密关系不稳定

根据朱灵艳的分析可知,在孩子的个人成长期阶段(0—12岁),父母任何一方的缺位都会造成家庭结构的不完整^[5]。离异家庭的孩子比完整家庭的孩子获得良好亲密关系的挑战更大,他们更容易频繁地更换恋爱对象。一些离异家庭子女为了抗拒父母的离婚或者出于对一方父母的忠诚,甚至会选择不婚。因此,离婚对子女在建立和谐、稳定的亲密关系造成了一定的障碍。

2. 离异家庭子女的性别错位

离异家庭中的子女对性别角色的行为和活动缺乏全面的认知,缺少完整的性别角色作为学习对象。抚养方按照自己的性别角色培养孩子,孩子对性别角色则易产生认同偏差。缺少父爱影响的男孩和缺少母爱影响的女孩很容易出现“男孩女性化”或“女孩男性化”现象,往往找不到自己心仪的伴侣,或那个伴侣无法弥补其“父爱”或“母爱”的缺失,于是造成性别认同的模糊,甚至出现性取向偏差。

(三) 离异后父母教养行为对子女亲密关系的影响

“离异后父母的教养行为”被定义为在离异家庭中,抚养方帮助子女社会化的“教”和“养”的模式,包含理解包容、忽视疏离、放纵溺爱三种类型^[6]。众多研究结果显示,父母的教养行为会影响子女的价值观、人生观、和世界观,从而影响子女对婚恋的态度。据平捷对大学生发布的350份问卷调查显示,父母关怀或父母控制对子女亲密恐惧影响显著^[7]。父母对子女的关爱更多,给予更多信任和理解,会使孩子认为自己是值得被爱的,从而建立良好的亲密关系。父母对子女的控制更多,会使孩子缺乏对他人的信任,进而无法建立与他人的亲密关系。由此,本文将从离异后父母教育方式极端化的两个维度浅析对子女亲密关系的影响,期望对改善离异后父母的教养行为,帮助子女后续建立良好的亲密关系。

1. 离异后父母的忽视行为:孩子缺乏自我

父母在离异后,由最初的双方共同养育变为了一方的养育。这种类型的教养方式下,父母缺少对子女的关爱,孩子没有和父母建立有效的情感联结。在家庭中,他们没能获得父母的理解和支持。在学校里,老师精力

有限, 往往易采取消极的应对措施, 从而形成恶性循环。缺乏关爱的儿童容易产生自卑心理, 不愿与人交往, 无法建立良好的人际关系。孩子在成年后选择恋爱和婚姻对象时, 难以信任对方、不知道如何相处。即使开始了一段亲密关系, 也无法构建和谐健康的关系。

2. 离异后父母的溺爱行为: 孩子过于自我

此情况的溺爱行为是指父母离异后, 父母为了尽快弥补孩子内心的创伤, 对孩子的需求无条件地满足。一个孩子被父母过度溺爱, 长期处于缺乏约束和规则的家庭环境中, 在家庭中享受过度的自由, 则很难完成其社会化过程^[8]。避免溺爱不等同于父母正常的情感温度的缺失, 而是需要建立界限, 不能有求必应。父母的支持理解、情感温暖同样是子女自信的重要因素, 这类孩子在自信诸多维度上得分较高^[9]。由此可见, 离异后父母适度的情感温度对子女是有利的, 过度的宠爱对子女是有弊的。总体而言, 不正确的教养行为会深远地影响孩子的一生。

二、帮助离异家庭子女构建稳定亲密关系的具体思路探讨

(一) 家庭层面: 提供有力的家庭情感支撑

1. 与前任和解, 共同养育

离婚是父母夫妻关系的结束, 但对于孩子来说, 由父母组成的原生家庭是延续的。如果抚养方对另一方的态度是敌对的, 实质上对孩子造成了伤害, 因为孩子在潜意识里对父母的忠诚度是一样的。从这个角度来讲, 与前任和解也是对孩子的身心发展有益的。

共同养育可以定义为, 离婚后, 父母双方仍积极互动, 相互合作并保持相互支持的关系, 并且在孩子的养育中扮演积极的角色^[10]。与前任和解, 共同养育可能是让孩子更大程度感受到父母完整的爱的方式之一。研究表明合作型共同养育有利于孩子身心发展, 与主要和父母一方生活的儿童相比, 共同养育下的儿童遇到的问题更少。非监护方参与对孩子的养育, 也能弥补孩子对女性或男性角色学习的缺失, 汲取到关于亲密关系的正面信息, 从而在成年后能够与异性建立长久、积极的亲密关系。因此共同养育在离异子女的干预措施中应被予以关注。

2. 采取最有益的教养行为

由于离异家庭子女的婚恋观在很大程度上受到抚养方教养行为的影响, 为了正确引导子女婚恋观, 单亲父/母采取最有益的教养行为是泮林革音的。父母尊重、理解孩子, 引导孩子正确的婚恋观, 为孩子提供充满爱的

环境。这非常有利于子女形成良好的价值观、婚恋观, 获得幸福的人生。父母的负面情绪直接影响其教养行为, 父母应在孩子面前多表达积极的情绪, 对孩子做出积极回应, 这有利于子女建立自尊和安全感。因此, 父母可以采用更为轻松的方式加以教导, 父母应该尽早的从自己感情问题中走出来, 把重心更多地放在孩子身上, 提供最有益的教育行为, 帮助孩子建立积极的婚恋观。

3. 亲子共情

在家庭教育中, 沟通是父母和孩子情感联结的桥梁。父母通过共情的方式进行沟通, 与孩子产生心理共鸣, 更容易获知孩子的需求, 达到沟通的效果。在共情式沟通教养环境下成长的孩子通常也会潜移默化地对他人产生共情, 更尊重和理解他人, 从而更易建立稳定、和谐的亲密关系。父母应该敞开心扉, 倾听孩子内心的声音, 蹲下来看看孩子的世界, 用情绪理解的方式与孩子建立深层情感联结, 把重心放在重建子女对亲密关系的信心上。

(二) 学校层面: 提供高度的社会支持

1. 强化生命教育

生命是可贵的, 生命是开展一系列活动的前提, 了解生命而且热爱生命的人都是幸福的。好的教育是生命间的互相感化, 教育工作者在传递知识的同时, 也应加强生命的感化教育, 要特别关注离异家庭子女的心理健康状况, 适当给予他们更多地关爱。教育者需要帮助离异家庭子女建立正确的自我认知和良好的自我价值感, 引导他们尊重父母的选择。师生在共同交流中感受生命的充实和意义, 让生命教育意识渗透课堂之中。

2. 加强家校合作

在离异家庭子女的教育中, 家校合作工作至关重要。家校合作通过构建家庭和有效的学校情感连接来完成, 辅助家长承担自己的角色及责任, 建立家校之间的信任关系。教育工作者要争取家长的支持, 与家长及时沟通孩子在学校的表现。深入离异子女的家庭进行家访、开展校内家长志愿活动、依托专题培训等方式, 与家长在教育孩子的问题上达成共识, 为离异家庭子女创造良好的成长环境。学校与家长携手共进, 为离异家庭子女创造一个幸福的人生。

3. 离异家庭子女自身: 活出自我

作为离异家庭的子女, 或许可以通过自我调节的方式走出父母离婚的阴影。父母离异造成孩子缺少父母完整的爱, 实质上缺爱也是缺乏自我意识, 缺乏自身获取快乐和幸福的能力。没有人可以一直无条件地给予爱, 个体自身需要建立一种坚持走下去的信念。首先, 要自

我接受,接受无法改变的父母离婚的事实。发现自己的优点,自信地接受一切,建立良好的信念,即使曾有不完美的家庭的负面经历,但仍相信自己值得被爱。其次,要建立理解他人的同理心,懂得如何去爱别人、如何为别人付出,而不是一味地寻求被爱。最后,也要更好地融入社会,处理好人际关系。既要拥有快乐的权利,也要具备爱的能力。

三、研究启示及研究展望

从本文的研究探讨中可以看到,离异后父母的冲突、父母角色失衡、教养行为都对子女的亲密关系产生了重要作用。然而离婚对子女影响也是可调节的,父母离异后,应采取最有益的教养行为、共同养育、亲子共情式沟通。同时,学校应加强对离异家庭子女的生命教育、构建家校一体的体系、帮助孩子自我调节等都可以协助处理离婚所带来的丧失感。在我国离婚率逐年增加的情况下,我国对于离婚影响子女亲密关系的作用机制的探讨和研究有待加强。未来的研究可以采取追踪研究的方式,对离异子女生活的环境等一些重要因素的长期结果进行探讨,同时,也要深度研究对离异家庭子女亲密关系的干预机制。

四、结束语

离异家庭可能会增加子女在亲密关系的建立与维护中的诸多挑战。离异家庭的父母,应尽可能地创设良好的家庭环境氛围、处理好缺失的父母角色、重视教养行为,从而降低离婚对子女未来亲密关系建立的负面影响。并且通过学校高度的社会支持和对其个人自我调节的协助,使子女处理好离婚所带来的丧失,从而在成年后能够建立良好的亲密关系。

参考文献:

- [1]王玲玉.大学生依恋类型与亲密关系质量现状调查[J].教育观察,2021,10(09):60-63.DOI:10.16070/j.cnki.cn45-1388/g4s.2021.09.018.
- [2]池丽萍,辛自强.儿童对婚姻冲突的感知量表修订[J].中国心理卫生杂志,2003(08):554-556.
- [3]肖枫,苏雷,陈曼.父母冲突对子女人际交往的影响及其作用机制[J].科教文汇(下旬刊),2021(01):166-167.DOI:10.16871/j.cnki.kjwhc.2021.01.074.
- [4]丁芳.离异家庭子女心理问题产生的家庭影响因素及其教育对策[J].理论与现代化,2008(03):121-124.
- [5]朱灵艳.个人成长长期父母缺位与其成年后社会交往行为之间的关系[J].学前教育研究,2016(10):29-37.DOI:10.13861/j.cnki.sece.2016.10.003.
- [6]冯诗洁,张婕,杨解玲.离异家庭子女心理健康影响因素的质性研究[J].少年儿童研究,2019(06):5-13.
- [7]平捷.大学生父母教养方式、述情障碍、自尊与亲密恐惧的关系[D].哈尔滨师范大学,2019.
- [8]于凡.家庭教养方式对儿童社会化影响的研究[J].教育教学论坛,2014(08):3-4.
- [9]刘丽娟.高中生自信与其父母教养方式的关系研究[J].中国健康心理学杂志,2008(06):661-664.DOI:10.13342/j.cnki.cjhp.2008.06.025.
- [10]邓林园,赵鑫钰,方晓义.离婚对儿童青少年心理发展的影响:父母冲突的重要作用[J].心理发展与教育,2016,32(02):246-256.DOI:10.16187/j.cnki.issn1001-4918.2016.02.14.