

論文摘要

本研究以澳門一所小學中的四、五及六年級學生的離婚家庭及其家長為研究對象，主要採用質性的研究方法，透過問卷調查、深度訪談五個離婚家庭中的父母及其孩子。本研究最後以四個單元輔導課程，輔導那五位小學生受到父母離婚事件的創傷而出現的負面情緒憤怒。

本研究的主要發現情況如下：

一. 家庭結構因離婚而瓦解

單親家庭在重組歷程中，所遭遇的適應問題主要有經濟、身心調適及子女教養困擾等方面，而離婚初期的適應問題最為嚴重，其中，離婚母親在經濟獨立，身心適應及子女管教方面的困擾較多；而離婚父親最主要的困擾在於事業與家庭難以兼顧。

二. 單親家長的負面情緒方面

在情緒控制上，單親家長認為離婚是一件不光彩的事，都以消極壓抑的方法處理自己的情緒，不願意和別人傾訴，更甚者是把負面的情緒發洩在子女身上，造成更沉重的壓抑，無法緩解。

三. 單親子女的負面情緒方面

在情緒控制上，因父母離婚而成為單親子女常覺得孤單，沒有人了解缺乏安全感、胡思亂想、心情憤怒、亂發脾氣、悲傷、更甚者會將他的憤怒指向離異的父母親或身邊的人，如果少年兒童對離

婚的憤怒反應及負面情緒不能渲洩，正確表達憤怒，對他們的成長亦會產生負面的影響。

四.離婚家庭小學生負面情緒——憤怒的輔導需要

孩子對離婚反應的強烈程度，取決於父母的反應。孩子看到父母間的沖突，敵對及情緒壓抑越少，他們越能較好地應付和適應父母的離婚。少年兒童對離婚的憤怒反應是難以矯正的，因此，兒童在面對家庭狀況的突然改變，其心理上的恐懼與憤怒和無助是可以理解的，因此，師長們對單親兒童要付出更多的關懷與愛心，來幫助他們快樂健康成長。

基於以上發現，本研究採用了「兒童及青少年情緒輔導」課程之四個單元並針對憤怒情緒而進行輔導，課程結束後，五位受輔學生對憤怒情緒及其來源有較正面的認識和醒覺，並加強了五位受輔導學生處理憤怒情緒的能力，憤怒情緒亦得到不同程度的紓緩，亦得到正面的教育。

根據研究結論，研究者提出以下建議：

研究離婚家庭的課題是要研究父母及其子女，並一同接受輔導，以便更有效地把負面的情緒變為正面的情緒。

- 一. 單親家長必須要正確地告訴孩子知道，父母離婚要正面的向其子女講解離婚的事實，父母離婚不是他們的錯，減少孩子的自

責感。在離婚的歷程中，父母要冷靜控制自己的情緒與子女一起渡過此階段的傷痛經歷。

二. 單親兒童在面對父母離婚的事實，外在的協助使他們不會產生自責及內疚的心理壓力。單親兒童要打開心扉，尋求社工或輔導員的協助，從而勇敢地表達自己的感受，用正確的方法去緩解內心的鬱結及憤怒情緒。

三. 學校方面應建立單親家庭的檔案系統，及時地察覺到單親兒童的情緒變化，以便能作出適當的關愛及開導。輔導方面應為配合，提供適時適當的支援，有效地為兒童的情緒紓解與心理調適，開設相關的輔導課程，特別是對失落感的應對與憤怒自責情緒進行輔導。