

父母离异的孩子，我该怎么爱你

苑丽丽

(南京师范大学附属中学江宁分校小学部 江苏 南京 211100)

[摘要]从婚姻法的角度看，结婚离婚都是社会的正常现象，不能认为离婚一概都不好，都会给孩子造成影响。但绝大多数的离婚子女都是心里存在或多或少的健康问题。离婚率也存在着不断上升的趋势，那么，怎么加强离异家庭子女的教育成了如今的热点话题。

[关键词]离异家庭；子女心理；影响

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.06.431

[案例背景]

随着时代的发展，人们的生活水平在不断提高。生存环境给人带来的生活压力也越来越大。在这种高压、高素质、快节奏的影响下，教师接触到的离异家庭子女也就越来越多了。从2010年以来，我国的离婚率每年都在直线上升，最多的城市高达39%。在百度上搜索“离婚对孩子的影响”，可以搜索到827031条回答。在和一线老师的谈话中，很多老师也在教育教学中发现，最容易暴露自身问题的学生也大多来自离异家庭。父母离异对孩子的影响非常明显，而离异家庭的孩子也成了学校教育中需要关注的特殊人群。

[案例描述]

“离”开你们，我要怎么办

“老师，她早上不愿意进学校，我问了她说是因为考试，平时我们对她的考试成绩一直很包容。希望老师有机会可以帮忙开导她一下，给她一点鼓励，她很愿意听您的话。”临近期末的一天清晨，我突然收到了小苏家长的这样一条消息。看到这一条消息，我想到了小苏最近的表现。

最近一段时间，小苏总是喜欢趴在桌子上，课堂上原来认真听讲的小朋友也会偶尔发呆。课间也不再能看见她在草坪上奔跑的身影，更多时候她会站在教室门口看着其他小朋友玩，有一点孤单，成绩也不停地下滑。从一年级开学起，爸爸妈妈就请托管老师每天放学来接，没有出现什么问题。但最近，一旦托管老师出现，小苏就开始嚎啕大哭不肯走，直到和家长通了电话或者家长来接才能平静下来。尽管还不知道在小苏身上具体发生了什么，但有一点很明确，孩子遇到了一点“问题”。而通过小苏妈妈的信息，我知道，这个“问题”更严重了。

在收到小苏妈妈信息后，我仔细观察了小苏的学校表现。她有些不开心，但并不影响她和其他小朋友的沟通交流以及平时上课。她出现问题的时间不是在上学时就是在放学时，且都与爸爸妈妈有关。综合以上信息，我猜测，不是她在学校出现了问题，出了问题的应该是她的“家务事”。

原来，她的父母正在闹离婚。

很明显，小苏的爸爸妈妈离婚了，但并没有给孩子做好过渡工作，导致孩子出现了分离焦虑。不肯离开爸爸妈妈上学，放学急切着见到爸爸妈妈，这是安全感缺失的一种表

现。给孩子足够的安全感，对于孩子的成长以及构建人际关系非常重要。单亲家庭孩子的分离焦虑归根究底在于存在不安全感。妈妈已经不和自己一起生活，每周只有一天能见到，爸爸就像海洋里的浮木，是自己唯一能抓住的一点依靠。而父母认为孩子不肯来学校是因为害怕考试，实际上，小苏是害怕自己已经失去了妈妈的陪伴，当自己上学离开爸爸又会失去爸爸。这说明父母没有对孩子的情况有足够的重视和反思，甚至在逃避自己婚姻问题给孩子带来的影响。在离婚后的校外托管中，爸爸总是最后一个接，让她在未知的恐惧中越来越害怕分离，无形中加重了小苏的分离焦虑。孩子对大人缺少足够的信任，所以不能在学校的时候把经历都放在学习上，分离焦虑对孩子的影响十分严重。

小苏几乎在社交、学习和生活上都明显体现了父母离异对她的影响，针对她的情况，我做了以下几点：

1. 父母离异的孩子会不愿向别人说心里话，所以进行及时有效的疏导是必要的。我利用课间和午休时间主动接触她，和她谈心，引导她把心里话说出来，把更多的精力投入到学习中去。并且在日常的学习中，多给予关心，在课堂上多提问，对每一次进步都给予表扬，增强她对生活、学习的信心。

2. 在和小苏的爸爸妈妈沟通的过程中我发现，两个人的婚姻是不能挽回的。教师不应干预家长的私生活。在充分尊重小苏爸爸妈妈的生活和选择的前提下，解决因这个“家务事”严重影响小苏的学校生活的问题为方向，我们一起坐下来谈谈，孩子需要什么，身为父母和老师的我们在这个特殊的时候能给予孩子什么样的帮助。从孩子以后的发展角度，我们又能给孩子提供什么保障和帮助，为孩子的成长保驾护航。现在小苏最害怕的就是和爸爸妈妈分开，以及放学后在托管班未知的等待。在和父母的聊天中，妈妈说小苏是支持他们离婚的。但对于一个8岁的小朋友来说，她并不知道离婚意味着什么。她只知道爸爸妈妈离婚了，生活里就没有争吵了。但她对母亲的离开是没有预期的。所以父母必须给自己做好过渡并建立足够的安全感，安排好上下学的接送，再周末时间多给孩子陪伴，帮助小朋友找回自信和笑容。所以我和小苏的父母一起制定了接下来的接送方案和陪伴方案。爸爸负责一三五的接送，妈妈则负责周二和周四的

接送，如遇工作有困难不能准时接送，自己和另一方沟通解决。而不参与当天接送的人，必须用手机和孩子沟通，并在沟通中明确向小苏表达自己对小苏的爱，并注重自己对孩子的每一个承诺。一周后，小苏明显阳光了起来。

3. 在和与小苏父母的合作解决她的分离焦虑的问题后，我发现这个孩子还是有一点沉默寡言，甚至有一点自卑，与之前的她有很大的区别。她觉得自己与别人“不一样”，别人都是爸爸妈妈都陪在她身边，而她只有一个。这个“与众不同”的小秘密，她害怕被别人发现，所以她选择了拒绝沟通。在了解这个情况后，我也给她讲了一个小秘密：“其实你并不特殊，班级里还有一个小朋友的爸爸妈妈也是离婚的。他是一个男生，也跟着妈妈，你知道他是谁吗？你猜不出来老师也不会告诉你的。其实在我们年级也有很多爸爸妈妈离婚的小朋友，这是爸爸妈妈选择的生活方式，和你们无关。你们还是老师喜欢的小朋友，老师会守着这个秘密的。所以不要担心，我们都和你在一起，而且其他小朋友不会知道你的小秘密的”。一个善意的谎言，一个班主任的承诺，小苏终于笑着和我说了再见。慢慢的，操场上又能看见她和别人一起玩耍的身影了。

4. 在之前的学习中可以发现，小苏是一个非常有潜力而且能够主动学习的学生。在父母离异之前，她能主动帮助同学讲解题目，课间和同学游戏。这种好的品质依旧可以发挥它们的长处。我在班里成立了几个互帮互助的小组，小苏就是其中的小组长之一。利用小组比拼的方式，带动她主动去和同学沟通，去发现、认同自己的价值。当她的组员取得进步之后，将整个小组成员一起表扬，突出她的价值。在教育实践中，我们不难发现，这些孩子对外面的世界是试探的，因此班主任可以循序渐进地带领她超越自己。

[案例反思]面对父母离异的孩子，我们能做什么？

父母离异，对孩子的影响是非常明显的。离异家庭的孩子很容易产生自卑感，在情绪和情感上发生巨大的改变。在父母离异的过程中以及离异后，很大一部分孩子会出现孤僻、信任感丢失等问题，产生一定的社交障碍。而由于家庭的破裂，缺少了完整的家庭情感体验，并因感觉自己和他人不一样而带来的自卑感，也会造成生活和学习上自信心的缺失。面对父母离异的孩子，班主任更需要爱她，给她足够的安全感和关注，用更专业的知识、更温暖的怀抱去陪她度过这段困难的时间。

一、找准问题、对症下药。

1. 鼓励、支持，缓解分离焦虑。班主任在情感上理解、包容、支持、鼓励，才能从行为上给予该类学生温暖和幸福的底气。对于班级内出现了分离焦虑的孩子，班主任首先要从情感上进行理解接纳，不能因为孩子消极的表现而去排斥或者情感上表现出厌恶的状态。这一段过度时间对孩子来说

也是困难的，更需要他人的包容和鼓励。

2. 对孩子的学习情况和情绪状态一定要进行干预。帮助孩子理解三方面内容：一、接受父母离异的客观现实，明白“大人离婚、并不是不要我了，他们依旧非常爱我”的观念。二、正确认识自己，父母离异不是我的错，我并不比其他人差，要尊重自己，继续快乐。

3. 指导加强学生与父母的沟通。父母离异，都有自己的难处，要学会关心爸爸妈妈。单亲家庭的孩子与其他孩子其实并没有什么不同，成长环境里父母一方的缺少可能会让他们没有以前那么快乐，但不代表孩子不可以拥有幸福的童年和学习生活。

二、尊重家长，站稳立场。

教师必须有这样一个概念，即家长并不需要为其孩子所表现出的所有毛病负责。教师应该尽力把家长的这种情绪转变为友好、坦率，使自己成为一个帮助者，让家长感受到教师的善意。教师不应干预家长的私生活，他们两人之间完全不同的教育方式和要求，也是他们生活的一部分的，所以应选择从孩子需求、发展角度和孩子的爸爸妈妈进行沟通。

三、尊重隐私、暗中呵护。

一个合格的教师应当是观察敏锐的。很多学生的心理问题是由环境造成的，没有环境的改善，任何方法的作用都是有限的，都只能是治标不治本的。父母离异是她的小秘密，她会小心翼翼的藏好不被别的同学发现。老师也要注意这一点，帮助其守护好小秘密，呵护孩子的成长。

四、同学互助，重拾自信。

人都是渴望成功的，当一个人做完一件事情或者做一件事情时，为自己所做的事情感到愉快或成功的感觉。这就是成就感。可以在班里成立了几个互帮互助的学习小组，任命小朋友为其中的小组长之一。利用小组比拼的方式，带动小朋友主动去和同学沟通，去发现、认同自己的价值。当她的组员取得进步之后，将整个小组成员一起表扬，突出她的价值。在教育实践中，我们不难发现，这些孩子对外面的世界是试探的，因此班主任可以循序渐进地带领她超越自己。

面对那些父母离异的不幸家庭的受伤孩子们，只要教师用更多的关心、更多的爱，让爱渗透到孩子们生活的各个方面，让他们在爱心中感受真情和温暖，肯定能重塑他们健康的心理和健全的人格。只要教师能针对他们的实际情况，提供具体的帮助和辅导，也一定能扶持他们比较顺利地度过难关。

参考文献

[1] 连丽香. 父母离异如何让青春期的孩子免受伤害[J]. 中小学心理健康教育, 2021(07): 70-72.

[2] 苏君华. 离异家庭子女心理特点及教育策略探析[J]. 成才之路, 2021(08): 143-144.