



出版：基督教宣道會香港區聯會 香港九龍柯士甸路22-26A號好兆年行地下宣道中心
電話：2381 3177 傳真：2380 5245 電郵：cmanews@cmacuhk.org.hk 網址：www.cmacuhk.org.hk

家訊

結伴同行 單親路



● 陳淑芬 梁彩霞 陳妙娟 吳少珍 周玉玲

單親家庭的創傷

有云：「只羨鴛鴦不羨仙」，誰不渴望成雙成對？當人因種種原因而成了單親父母，那種創傷是極大的（生活壓力測量表便將喪偶、離婚和分居列為頭三項壓力最高的事件）。他們必然會面對心理和生活上的衝擊。在心理上可能會經歷震驚、否認、憤恨、懼怕、孤寂、抑鬱等情緒的創傷。從創傷到癒合，一般需要一至五年，但亦因人而異。離婚者最少要經過一年才有起色，甚至要數年療養才痊癒。其次，在生活上也要作出調適，如經濟、居住、工作、照顧子女、料理家務、情緒與感情、人際關係等。還有，長遠來說，可能要面對再婚的問題。

單親家庭的孩子，同樣要面對很多創傷。有些單親父母經歷創傷後，未必常常能夠妥善處理自己的情緒，以致不能自制地把負面情緒發洩到孩子身上，孩子受影響，自己也後悔不已。其次，單親父母為了維繫家計而去外工作，沒有太多的時間或精力跟孩子相處，孩子可能會更孤單，有些孩子為了體貼父母的辛勞，不願再增添他們的憂慮，故表現得成熟、體貼；其實，是把負面情緒與心理需求壓抑下去。還有，當一個家庭成為單親家庭之後，孩子對於家的不完整會有一種失落和不安，加上孩子接觸的人，有些會帶著奇異的眼光看他們。

其實，社會大眾把單親家庭的子女與問題青少年劃上等號，覺得他們容易變壞、性格有問題，或者難於與人相處等，是十分不公平的，而且這種標籤化，也令他們承受很大的壓力。

關注青少年牧養工作的梁永善牧師指出，不應排除有些單親家庭對青少年帶來正面的影響，可能因為出身於單親家庭讓他們變得懂事成熟、更珍惜家庭，或者更努力學習，讓家庭可以早日過新的生活。這關鍵在於父母的處理方式與態度，如果他們希望離婚的家庭不是代表「破碎的家庭」，這個家同樣可以為子女提供完整與快樂的成長環境。當然梁牧師也不否認，單親家庭可能會對子女帶來不良影響，是要我們正面回應的。（註1）

我們相信除了單親父母的處理方式與態度會

影響整個單親家庭的發展；如果單親家庭未能得到足夠的關懷與支持，創傷痊癒的速度必然減慢，衍生的問題也會大大增加。

單親家庭的牧養

根據香港政府二〇〇六年中期人口統計，本港有72,326位單親人士（指已喪偶、離婚或分居，並與十八歲以下子女住在同一住戶內的母親或父親），較十年前增幅超過70%。其中已離婚或分居的單親媽媽由十年前不足20,000人增至超過45,400人。其實，單親的社會現象，教會的信徒亦不能倖免。面對單親家庭牧養的需要，教會可以如何回應呢？

從以上統計資料顯示，過半數的單親家庭是因為婚姻問題引致，因此教會須積極面對社會及信徒的需要，一方面向信徒灌輸聖經的道德標準；另一方面，要學效耶穌基督道成肉身的見證，盡牧養之責。教會是愛的肢體，可以愛心接納單親人士，為她們提供情緒和屬靈方面的支援，建立互助的網絡，重建她們的生命。教會更須防患未然，先教導信徒建立健康的家庭生活。（註2）

筆者曾訪問過播道會恩福堂負責單親家庭事工的同工，相信該堂的牧養經驗會對我們有些啟發，讓我們有效幫助單親父母走向幸福單親路：

該堂於一九九八年成立一個團契，專門服侍喪偶、離婚、分居或未婚媽媽的婦女，其中離婚者佔70%。初到團契的婦女，都得到貼身的關懷，被教會接納，給予成長的機會。加入團契的人平均年齡是三十至三十五歲，子女是幼兒和兒童的階段，教會同時為聚會的婦女提供照顧子女的服務，使成人和孩子能夠安心聚會。

該團契每週聚會一次，內容以查經和分享為主，團契定訂了四個目標：1. 重獲新生，透過查經和默想，帶領受傷的姊妹得到神的醫治，重建生命。2. 關心支持，藉坦誠分享，經驗交流，彼此相交，在情緒和靈命上得到支持。3. 使命傳遞，透過研經，培育屬靈生命，建立人際關係和親子關係。4. 共創能力，發掘潛能，投入事奉，參與教會的事工，例如三福、栽培、兒童事工等。

另外，教會為該團契提供每兩年一次的主日

學課程，為期三個月。課程內容圍繞婦女面對實際的問題，以神的應許、聖經的原則、心理學的理論與研究，輔助單親家庭婦女重拾信心，有力量地再上路適應新身分及新生活。

上文也提及單親父母除了情緒受到創傷之外，也面對經濟、居住、工作、照顧子女、料理家務和人際關係等問題，如果我們能夠在能力範圍內，針對他們實際的需要，提供治療和支援，相信可以有效幫助他們。

除了單親父母需要幫助，單親家庭的孩子也不能忽略。黃瑞西在其著作《祂知道我所行的路》分享到一些方法幫助這些有需要的孩子，這是一般弟兄姊妹和教牧可以借鏡與實踐的：（註3）

1. 了解他們特殊的需要，如情緒、適應新生活和人際關係方面。幫助孩子從消極的情緒中平復，讓他們了解、肯定自己的情緒，學習以積極的反應替代消極的反應。其次，幫助孩子認識到，現在是與單親同住，要學習獨立，接受更多家務的責任，以及學習更有效地與家人溝通。還有，我們要無條件地接納他們，獲得他們的尊敬和信賴，從而幫助他們建立積極的關係。
2. 父親角色代理人：根據研究，父親對孩子健康發展佔著極重要的角色，特別是男孩子。今天單親家庭的孩子也需要父親的角色代理人，如有需要，團契的導師或教牧可以權充父親角色代理人。
3. 實際的幫助：為孩子提供課業輔導；多關心他們，平常與他們做朋友，多傾聽其心聲，與他們一起玩；假期可邀請他們參加教會的旅行、活動，一同分享在基督裡的愛。

結語

無可否認單親的遭遇帶給人很大的衝擊，但人生不如意的事十之八九，除了面對單親問題，還有至親離世、患上重病、失戀、失業、生意失敗、投資失利等等，都讓人經歷不少創傷，或者是關係的破損和失落，彼此都有類同之處。有詩歌說：「分享的快樂加倍的多，分擔的重擔格外的輕。」在人生路上，我們或多或少都經歷過一些創傷，讓我們一起在主裡結伴同行，彼此扶持。因此，當我們思想如何照顧單親家庭的時候，除了考慮牧養的方法、策略之外，更重要的是，讓單親家庭得到我們的關懷，在愛的群體中，有人與他們同行，當然絕不可少的是以聖經真理幫助他們重建人生的方向和重整家園，因為惟有耶穌是我們醫治的主、拯救的主，惟有祂能完全幫助單親父母走向幸福單親路。

（作者為建道神學院學生及區聯會編輯）

註 1. 梁永善：《單親家庭青少年的牧養》（香港：建道神學院，2000），頁 96。

註 2. 余金蘭：〈香港教會「單親婦女」的現況探討與事工建議〉（香港：建道神學院教牧學博士論文，2005），頁 156。

註 3. 黃瑞西著：《祂知道我所行的路》（Monterey Park, CA：美國榮主基督教視聽圖書中心，1995），頁 325 - 329。