

探视交流指南

—为了父母子女能持续进行有意义的交流—



探视交流是为了孩子健康成长。

孩子的父母应将内心感情从夫妻关系切换为纯粹的父母关系，为了孩子做到互补合作。对于孩子来说，无论父母的哪一方，都是非常重要的。

最初，探视交流可能进行得并不顺利。但是即使这样，也应考虑到孩子的幸福，不因眼前情况而一喜一忧，灵活对待是非常重要的。

将夫妇分开生活以后，没在一起生活的父或母与孩子定期持续地保持交流，称为“探视交流。”

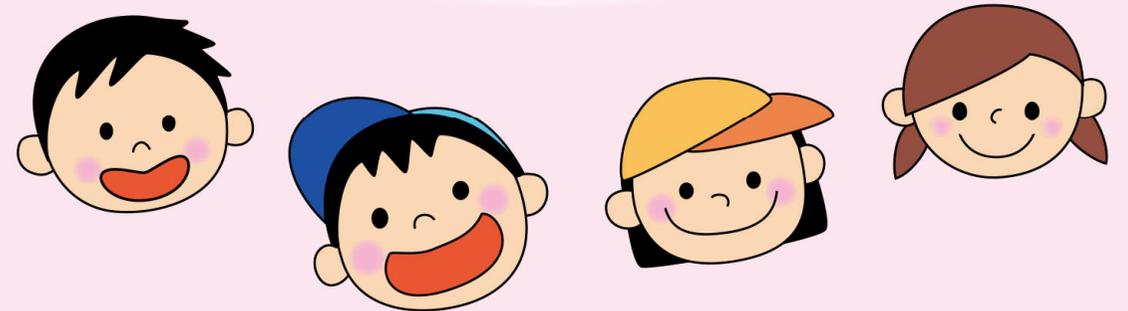
一般认为，如果探视交流进行得成功，孩子能因感受到被父母双方所爱而内心获得安全感。

本指南通俗易懂地介绍了圆满进行探视交流的要领。

民法第 766 条经修改之后，对探视交流及抚养费等做出明确规定，孩子的利益必须优先于一切。（2012 年 4 月 1 日施行）

“1.父母协议离婚时，协商确定孩子的监护人、父或母探视孩子及其他与孩子的交流、孩子监护所需费用分担及其他孩子监护的必要事项。届时，孩子的利益必须优先于一切。

2.前项协议不成立或无法协商时，由家庭裁判所规定该事项。”



家庭裁判所

面向和孩子分开生活的父母一方



探视交流的日期、时间、地点等，应适合孩子的身体状况、生活节奏和时间安排。

应充分考虑到孩子的年龄、健康状况、学校、课外活动、课外班等的时间安排，确定适合孩子的日期、时间、地点和内容等，让孩子能乐于见面。

与孩子
见面
前

遵守事先商量好的探视交流约定。

应遵守事先商量好的探视交流约定。特别是应避免不与对方商量就改变探视交流的结束时间、交还孩子的地点等。另外，由于紧急事情而无法遵守约定时，应立即通知对方。

与孩子
见面
时

让孩子过得轻松愉快。

你说和孩子一起生活的一方的坏话，或对另一方的情况刨根问底，会使孩子心情沉重。

最好提出例如孩子关心的事情、学校的活动、最近的高兴事等孩子能兴奋讲述的话题，你只是注重听孩子讲。

不要赠送昂贵的物品、提供过分的服务。

从孩子健康成长的角度来说，你用昂贵的礼物等引起孩子的兴趣是不合适的。

在真正需要物品或钱时，父母应协商。

不要不与和孩子一起生活的一方商量，就与孩子做出约定。

如果你不与和孩子一起生活的一方商量，就与孩子约定“去住宿旅行”等，会让孩子产生内疚，或让孩子感觉到不安，还有可能引起父母之间新的纠纷。

重要的是由父母之间商量决定，不让孩子感觉到负担。



面向和孩子一起生活的父母一方



最好将孩子的情况告诉对方。

没有和孩子生活在一起的父母一方会非常关心孩子的健康状况、学校的活动计划、孩子所做出的努力及其成果等，所以你最好尽量告诉对方。这样会使对方能与孩子和谐相处，有助于顺利地探视交流。

平时的
生活中

不要告诉孩子过去夫妇之间的矛盾或说对方的坏话。

最好努力使孩子对不在一起生活的父母一方保持良好印象。

孩子说“不想见面”时，最好询问其理由。

如果孩子好像不愿意探视交流，或感觉是个负担时，最好回顾一下此前互相对探视交流的态度。

另外，以孩子所说的理由为借口，单方面中止探视交流，会产生新的矛盾。届时，父母双方应冷静地协商。



孩子
出门
前

孩子出门去探视交流时，最好笑脸相送。

孩子对父母的心情和表情非常敏感。你稍微的言语、表情或动作，都会使孩子对与不在一起生活的一方见面感觉到内疚，以为自己做了不好的事情似的。

最好告诉孩子，自己认为探视交流是一件非常好的事情。

孩子回来时，最好以笑脸热情相迎。

孩子可能会顾及你的想法，心情沉重地回来。所以最好以笑脸热情相迎。

另外，不要过于详细地询问见面中的事情。你让孩子与分开生活的另一方父母渡过愉快的时光，会使孩子感受到来自父母双方的爱。

孩子
回来
后