



子女抚养计划手册

分居了？家庭状况发生了变化？
本手册帮助您做出最有利于孩子的决定

目录



如何使用《子女抚养计划手册》	1
制定抚养子女的计划	2
第一部分：日常照顾与联系、交接、假期和特殊日子	3
可撕下使用的每周计划	6
可撕下使用的每月计划	7
第二部分：监护方面的决定（家庭生活、学校、医疗保健和人际关系）	13
第三部分3：重新讨论计划、承诺执行、签署	19
帮助您制定适合您孩子的计划	21
子女抚养计划未得到遵守，该怎么办	23

拥有安全感， 这是您的权利

如您或其他人感到不安全，
可以求助。

- 如果您或其他人面临即时的危险，
请拨打111
- 访问justice.govt.nz/family-violence
- 访问areyouok.org.nz
- 拨打免费电话0800 456 450，
致电“Are You OK”（“你好吗”）

如果您或您的孩子不安全，可以向家事法庭申请保护令。如需更多信息：

- 访问justice.govt.nz/protection-order-info
- 免费拨打司法部电话 0800 224 733

如何使用 《子女抚养计划手册》

本手册适用于分居或家庭状况发生变化后参与子女日常照顾的父母、监护人和whānau（亲人和朋友）。



帮助共同制定子女抚养计划

分居或家庭情况发生变化后，需要就如何照顾你们的子女做出重要决定。本手册将帮助您对这些决定进行考量。

一般而言，所有相关人士能合作制定一个各方都认同的子女抚养计划是最优选。这并不意味着双亲对子女的监护必须对半平分。你们可以决定如何做对你们的孩子最好。

子女抚养计划当以孩子为重

本手册旨在帮助您为子女制定一个最佳计划。关注孩子的需求有时意味着要将您自己的想法和感受放到一边。这样的心态可能对您有益，尤其是当您发现难以与对方取得共识时。

* 监护人是指负责抚养和照顾儿童的成年人。

制定子女抚养计划



按照以下步骤制定你们的子女抚养计划

1. 参考本手册中的思路，共同制定有关子女监护的决定
2. 写下所有内容——使用本手册或制定自己的计划
3. 签署经商定的子女抚养计划——所有相关人员都应如此
4. 确保每个签署子女抚养计划的人都得到一份副本

帮助您达成协议的服务

分居或家庭状况发生变化后，就如何照顾子女达成一致并不总是那么容易。各方达成共识需要时间。参加免费的“分居期间抚养子女”课程也许会对您有所帮助。本课程帮助父母、监护人和亲人朋友在孩子父母分居或家庭状况发生变化后了解并重视孩子的最大利益。

你们也可以尝试通过“Family Dispute Resolution (家庭纠纷调解)”进行调解。该调解是一项帮助父母、监护人和家人朋友集中精力达成协议的服务。独立人士或家庭调解员将致力于保证协商顺利进行。

孩子的名字





要了解更多关于“分居期间抚养子女”和“家庭纠纷调解”的信息，请查看本手册的第23页。



第一部分：

日常照顾与联系、 交接、假期和特殊情况

如果您想向家事法庭申请将你们的抚养子女计划纳入法庭庭令，您需要就第一部分中的详细信息达成一致。

想想你们的孩子会在哪里生活

首先，尝试制作一个显示谁将在不同时间照顾子女的周历或月历。您不必使用本手册中的示范日历。如果那个示例不适合您的家庭，您可以删除一些内容并代之以适合您的内容，或者创建您自己的日历。

示例：每周计划（面向学龄前幼童）

右侧为学龄前儿童的每周计划示例。绿色阴影部分是孩子与A人士相处的时间。蓝色阴影部分是孩子与B人士相处的时间，而紫色则为与C人士相处的时间。

- A人士
- B人士
- C人士

描述：

孩子将在以下日期和时间由A人士照料：

- 从周一早上8点到周二早上9点，
- 从周五早上8点到周六下午1点。

每周三下午4点至晚上8点，孩子将由C人士照料。

其余时间孩子将由B人士照料。



	周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
上午8点	A人士	↓			A人士		
上午9点							B人士
上午10点			B人士				
上午11点							
中午12点						↓	
下午1点							
下午2点							
下午3点							
下午4点			C人士				
下午5点			↓				
晚上6点							
晚上7点							
晚上8点							
过夜							

您的每周计划：

在我们的示例中，我们称照顾孩子的人为A、B和C人士。确保在提供的方框中写下将照顾孩子的人的姓名，以便每个人都能理解该计划。



	周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
上午7点							
上午8点							
上午9点							
上午10点							
上午11点							
中午12点							
下午1点							
下午2点							
下午3点							
下午4点							
下午5点							
晚上6点							
晚上7点							
晚上8点							
过夜							



示例：每月计划（面向学龄儿童）

右侧为学龄儿童的每月计划示例。绿色阴影的时间段是孩子与**A人士**相处的时间。蓝色阴影时间段是孩子与**B人士**相处的时间。紫色阴影时间段为与**C人士**相处的时间。

- A人士
- B人士
- C人士

描述：

此处所示的一周内，孩子将由以下人士照顾：

- A人士周一、周二
- B人士周三、周四、周五和周六
- C人士周日。



	周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
第1周	A人士		B人士			C人士	
第2周	} ↓	↓					
第3周							
第4周							
第4周							



这份日历，参与孩子日常照顾的每个人最好能人手一份。您还可以在线制作共享日历，或将日历的照片保存在手机上。

您的每月计划：

在我们的示例中，我们称照顾孩子的人为A、B和C人士。确保在提供的方框中写下负责照顾孩子的人的姓名，以便每个人都能理解该计划。



	周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
第1周							
第2周							
第3周							
第4周							
备注/提示：例如课后活动、体育运动。							

交接——在不同的家庭之间接送

交接是指孩子由一位父母、监护人或家庭成员照顾转由另一位父母、监护人或家庭成员照顾。



示例

- **A人士**将于周三上午将孩子送到学校，**B人士**将在周三放学后接孩子。
- **A人士**将于周日上午9点从**B人士**的家中接孩子（或在当地公园与**B人士**会面以进行交接）

交接会给各方带来不同的感受，因而很棘手。

最好能够周详地考虑谁应该、谁不应该参与交接，包括送孩子或接孩子。确保各方就这一点达成共识。

共同协商，找出一个最佳的交接地点。如果孩子需要旅行（例如，如果父母或家人朋友住在不同的城镇），那么最好制定一个对各方都可行的计划。你们的计划可能还要包括如何分摊交通费用。

制定一份检查清单也很有用，因为孩子从一个家到另一个家时，可能需要随身携带一些东西。这可能包括校服或特别的玩具。

您的交接计划：



A large light blue rectangular area containing ten horizontal blue lines, intended for writing a handover plan.



最好还能制定一个后备计划，以防发生意外情况（例如有人迟到或提前放学）。参与交接的各方将如何保持联系？最好能指定一个各方都同意的独立紧急联系人。

与亲人和其他人保持联系

想一想您的孩子什么时候会与亲人们相聚。还有谁可以照顾孩子？这可能包括保姆、亲戚、托儿所和课后托管班。



示例

第1周及其后每隔一周的周五，我们的孩子会在放学后跟（外）祖父母见面，一起喝茶。第2周及其后每隔一周的周六，我们的孩子将从上午10点到下午3点与姑姑一家在一起。

您与亲人和其他人联系的计划：



需要帮助以达成协议？ 尝试留出时间与对方单独交流（不要当着孩子的面）。尽量不要让孩子看到你们为他们而争吵。他们可能会认为你们之间的问题是因为他们做错了什么。

课外活动

谁来接送参加课外活动的孩子？



示例

- 孩子放学后下午3点到5点去上美术课。星期二负责对孩子进行日常照顾的**A人士**需要工作到下午4.30。每周二，**B人士**将在下午3点接孩子放学，并带孩子去上美术课。下午5点，孩子上完美术课，**A人士**将其接回，并根据协议进行日常照顾。

课外活动的计划





需要帮助以达成协议？以孩子的需求为中心。你们自己关系方面的问题以后再说。



第二部分：

监护方面的决定（家庭生活、学校、医疗保健及其他决定）

监护人是指负责抚养和照顾儿童的成年人。大多数孩子出生时，他们的父母自动成为监护人。家事法庭可以指定其他成年人（例如外/祖父母）成为额外的监护人。分居或家庭状况发生变化后，监护人应共同决定如何抚养孩子。

卫生保健

想好当孩子需要去看医生或牙医时，您会带他们去哪里。父母和监护人之间如何分摊这类费用？最好记录下孩子可能服用的药物，或任何他们可能有的健康状况或特殊需求。



您的医疗保健计划： 



需要帮助以达成协议？ 你们制定的第一个子女抚养计划不必是最终计划。如果执行得不顺利，子女抚养计划还有重新讨论和更改的空间。

与参与孩子生活的各方沟通

如果计划需要更改，参与孩子生活的各方将如何相互保持联系？

这可能是由于一些意外情况造成的，例如，A人士的汽车在接孩子放学的路上抛锚了。如果有紧急情况，你们有没有互相联系的方案？最好能指定一个各方都同意的独立紧急联系人。

与参与孩子生活的各方沟通的计划





准备一个笔记本或日记簿，在交接（在不同家庭之间轮换）时让孩子随身携带，可以帮助父母和家人朋友就非紧急的事情进行沟通。



支付孩子所需

是否有人定期向另一方父母、监护人或家庭成员支付孩子的抚养费？孩子的日常需求（例如衣服和校服）如何支付？您如何支付孩子的学费、课后活动费用、就医和托儿费用？



支付孩子所需的计划



其他对您的家人很重要的决定

关于孩子的抚养，可能还有其他一些对您和您的家庭来说十分重要的决定。您可以选择在这一部分纳入这些决定。

示例

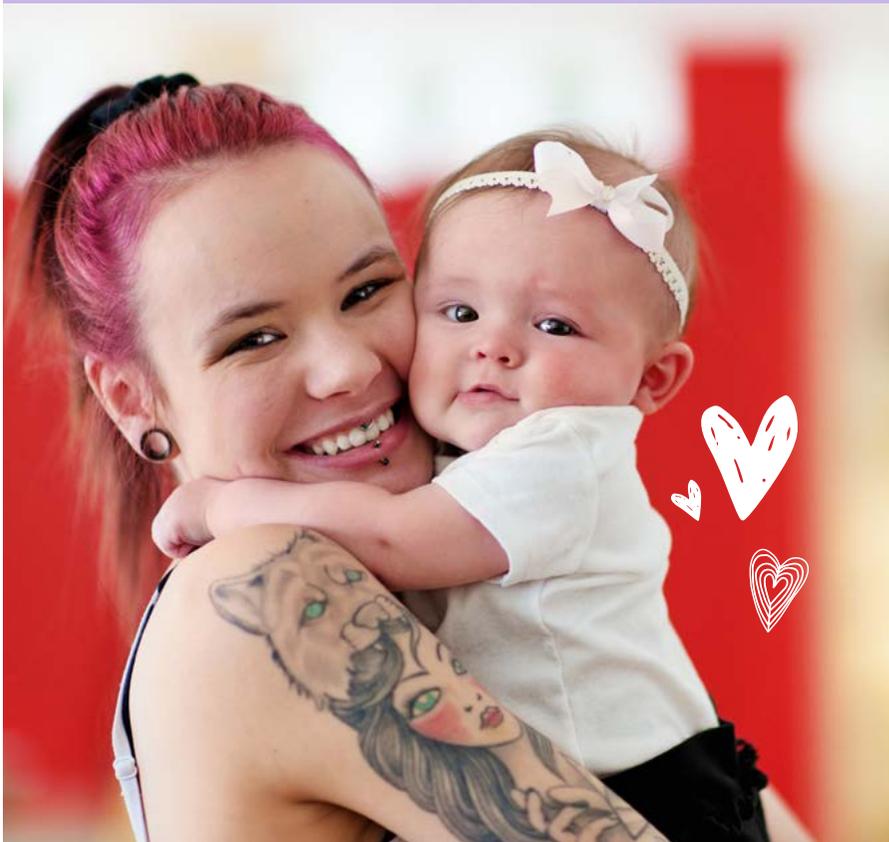
例子可能包括：

- 您的孩子或家庭有什么饮食偏好或特殊需求，如何管理。例如，如果您的孩子只能吃不含麸质的食物
- 孩子何时可以去旅行，可以去哪里，包括他们的护照放在哪里
- 可以允许孩子有多少屏幕时间
- 您是否想让您的孩子去教堂等宗教场所
- 您想让您的孩子接种什么疫苗
- 您的新伴侣将如何与孩子相处
- 特殊需求。

关于其他决定的计划： 



您可以向法庭申请将您的子女抚养计划变成育儿令。如果你们不能就监护方面的决定达成一致，您可以向法庭申请颁布庭令以解决监护人之间的纠纷。



第三部分：

重新讨论、 承诺执行及签署

重新讨论你们的计划

随着孩子长大，情况可能会发生变化。最好能设定一个日期，定期重新讨论并更新你们的子女抚养计划。在各方同意的前提下，您可以随时重新讨论你们的子女抚养计划或制定新的计划。

承诺执行子女抚养计划



重新讨论的日期： _____

最好在您的日历或手机上添加一个重新讨论的日期提醒。

作为本子女抚养计划中指定的父母、监护人和家人朋友，您理解并同意本子女抚养计划所做出的决定。您将遵守本计划，直至其结束或重新讨论。

姓名： _____

签名： _____

日期： _____



法庭不能对不执行此子女抚养计划的人采取行动。

帮助您制定适合孩子的计划

作为父母、监护人^{*}和家人朋友，你们关心的重点是孩子。虽然本页罗列了一些安排照顾孩子时需要考虑的事项，但其宗旨是找出最适合孩子的照顾模式。与孩子交流，试着让他们也参与进来。

婴儿至5岁的学龄前儿童

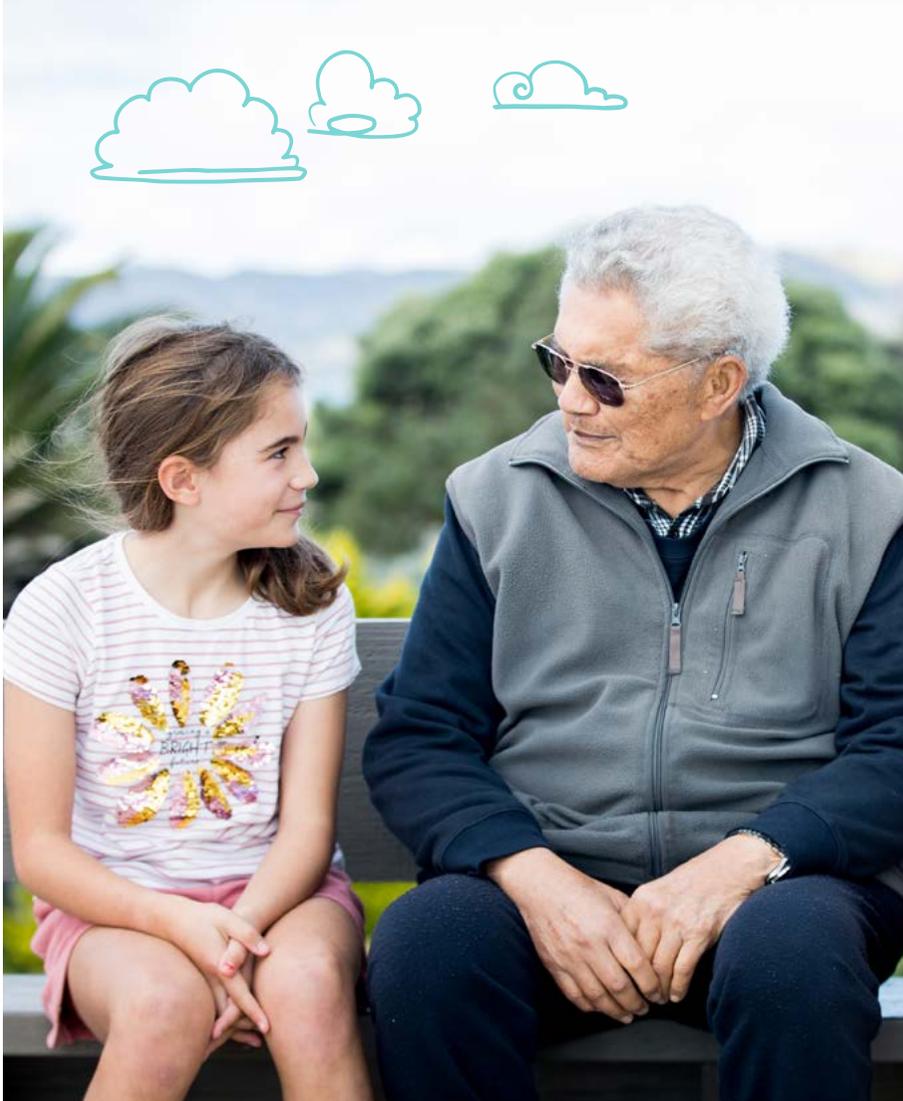
婴儿和学龄前儿童通常依靠您为他们做出正确的决定。年幼的孩子大部分时间与一位家长同住，而另一位家长、监护人和家人定期探访，有些家庭觉得这样的安排最适合他们。而另一些家庭则更愿意在一个以上的家庭之间分担日常照管。

如果您选择让孩子主要居住在一方的家里，请考虑如何让孩子与另一方家长、监护人或家人朋友见面，这对各方都很重要。应该多久见一次面？每次会见多长时间？他们应该过夜吗？

如果你们决定由两个家庭分担照看，务必留意孩子精神压力水平。他们应该在每个家里呆多长时间？如果孩子在一方的家里却想见另一方家长，该怎么办？如果孩子因频繁转换住家而感到疲倦，可以如何帮助他们？

想好可以帮助孩子应对交接（在不同家庭之间轮换）的办法。如果交接让孩子难过，父母、监护人或家人朋友可以提供什么帮助？

^{*} 监护人是指负责抚养和照顾儿童的成年人。





5 - 11岁学龄儿童

学龄儿童往往比较适应父母不在身边。例如，当他们在学校和参加其他活动时。

考虑一下，让孩子主要居住在一方的家里并定期拜访另一位家长、监护人或家人朋友是否会更好。孩子可能更愿意在两个家之间更平均地分配时间。最好能让孩子参与讨论。

12岁及以上的青少年

青少年可能希望在如何安排与父母、监护人和家人朋友相处的时间和地点方面有更多发言权。

与各方交流，了解孩子想要什么。一些青少年可能更喜欢主要居住在一方的家里，而与另一方家长、监护人和家人朋友定期见面。另一些青少年则可能更愿意在两个家之间更平均地分配时间。

他们的生活随着学校考试、兼职工作和社交生活等方面发生变化，子女抚养计划也可能需要随之改变。想一想如何留意孩子的精神压力水平，如何确保他们有放松的时间。

您也可以要求家事法庭考虑将您的子女抚养计划纳入庭令。这不是必需的步骤，但如果您有意于此，可以通过扫描二维码或点击此链接了解更多信息：



justice.govt.nz/consent-order

免费拨打司法部电话 0800 224 733

用手机摄像头扫描我

子女抚养计划未得到遵守，该怎么办

家事法庭不能对不执行子女抚养计划的人采取行动。然而，有一些方法可以使子女抚养计划顺利执行。

您可以：

与不遵守计划的人交流

这可能是因为他们不知道如何执行子女抚养计划，或者他们想做出改变。请记住，在各方同意的前提下，你们可以随时重新讨论并更新子女抚养计划。

联系您所在地区的Kaiārahi

Kaiārahi（家事法庭导航员）可以作为您的家人，帮助指导您在分居或家庭状况发生变化后做出选择，以便为您的孩子做出最佳决定。他们还可以帮助您在社区中寻求支持。想要联系kaiārahi，请访问您当地的法院，写电子邮件至：kaiarahi@justice.govt.nz 或拨打司法部免费电话**0800 224 733**。

试一试参加“分居期间抚养子女”课程

这是一个帮助父母、监护人和家人朋友在孩子父母分居或家庭状况发生变化后了解并重视孩子的最大利益的免费课程。您可以随时参加“分居期间抚养子女”课程。它可以帮助您制定子女抚养计划，或者在事情不顺利时迈出第一步。

通过扫描二维码或访问此链接，了解有关“分居期间抚养儿童”（PTS）的更多信息：

justice.govt.nz/parenting-through-separation

免费拨打司法部电话 **0800 224 733**



用手机摄像头扫描我

尝试进行“家庭纠纷调解”

这是一项调解服务，独立人士或家事“调解员”将直接与父母、监护人和家人朋友合作，以在分居或家庭状况发生变化后就孩子的照顾达成协议。“家庭纠纷调解”可以是一种有用的、以孩子为中心的、解决各方不同意见的方式。

通过扫描二维码或访问此链接，了解有关“家庭纠纷调解”的更多信息：

justice.govt.nz/family-dispute-resolution

免费拨打司法部电话 **0800 224 733**



用手机摄像头扫描我





咨询律师

律师建议可能对您有所帮助。如果您不确定自己能否请得起律师，最好咨询本地的社区法律中心的工作人员。您或许也可以从家庭法律咨询服务处获得帮助，该服务可以让你们在分居或家庭情况发生变化的早期阶段与律师会面。

通过扫描二维码或访问此链接，了解有关家庭法律咨询服务的**更多信息**：

justice.govt.nz/lawyers-for-parents-and-children

免费拨打司法部电话 0800 224 733



用手机摄像头扫描我

向家事法庭申请裁决

如果你们无法达成协议，家事法庭可以就孩子的抚养问题做出决定，这通常是在尝试“分居期间抚养子女”课程和“家庭纠纷调解”服务不果之后。

通过扫描二维码或访问此链接，了解有关向家事法庭申请裁决的**更多信息**：

justice.govt.nz/apply-to-the-family-court

免费拨打司法部电话 0800 224 733



用手机摄像头扫描我

