

目錄

Parents No Longer in Love

序 1：擺渡人作者／區祥江 6

序 2：他們激勵了我！／何玉燕 9

I 家在破裂，我在……



與情感對話	14
爸媽不再相愛	16
戰場夾心人	22
100 宗離婚 · 100 個故事	31
只有單親在家的日子	41
分離從來不易	52
啊，爸媽有了新伴侶	62
這個家太陌生	71

II 轉轉轉——成長好轉機

想創未來	82
跟痛苦 Say Hello	86
我還有選擇	89
卸下不是自己的擔子	91
還未長大的成人	95
更幸福的家	98
重拾自信站起來	102
愛情，從愛自己開始	106

III 祝福

還有祝福	114
祝福心札：	
女兒給母親的信	119
父親給女兒的信	123
附錄	
支援機構	126
參考書目	128