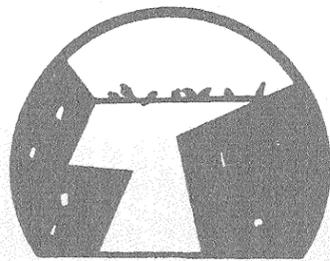


# 香港公教婚姻輔導會

# 橋



地址：香港堅道明愛大廈五零二室  
香港北角建華街三十號聖猶達堂  
九龍聯合道七十八號二樓  
九龍登打士街五十六號裕裕商業中心一—五室

電話：28101104；28101105  
電話：25665019；25665020  
電話：23366523；23388485  
電話：27827560；27839453

第61期  
特刊

第一版

「華人社會的婚外情」研討會—婚姻輔導專業探討·專輯

一九九七年七月

The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

香港公教婚姻輔導會

SYMPOSIUM ON EXTRA-MARITAL AFFAIRS:  
Clinical Intervention in the Chinese Context

## 「華人社會的婚外情」研討會 婚姻輔導專業探討

日期：一九九七年一月廿二及廿三日

場地：香港城市大學惠卿劇場（廿二日全日及廿三日上午）  
香港城市大學演講室 P4906（廿三日下午）

### 程序表

時間	活動	講題內容	講者
一月廿二日	專題探討 (1)	「婚外情增多的原因和後果」	何立嬰教授 北京教育學院心理系主任 北京心理學院副會長 北京市婚姻家庭研究會副秘書長
	專題探討 (2)	「香港婚外情問題剖析及個案處理經驗」	江任燕瓊女士 香港公教婚姻輔導會輔導主任
	專題探討 (3)	「外遇的原因及類型分析」	簡春安教授 台灣東海大學社會工作研究所教授 中華民國社會工作專業人員協會理事
	專題探討 (4)	「外遇的階段的推吸分析」	簡春安教授
	專題探討 (5)	「外遇問題的處理」	簡春安教授
一月廿三日	專題探討 (1)	「陰差陽錯：比較中西系統治療法異同及應用」	李懷敬博士 香港理工大學醫藥科學系講師
	專題探討 (2)	「從系統理論看婚外情個案及經驗反省」	黃麗彩小姐 香港公教婚姻輔導會輔導員
	真實個案演繹 (錄影帶播放)	系統理論使用技巧	李徐麗輝女士 香港公教婚姻輔導會輔導委員會主席 陳麗玉蓮女士 香港公教婚姻輔導會婚姻調解服務 兼任督導主任

香港公教婚姻輔導會

## 「華人社會的婚外情」—婚姻輔導專業探討

講者：簡春安教授

日期：一九九七年一月廿二日上午

講題：外遇的原因及類型分析

### 一·前言：(從婚姻中“成為一體”的涵義談起)

1. 行為上成為一體(夫唱婦隨,形影不離)
2. 心理上成為一體(情投意合,你儂我儂)
3. 意志裡成為一體(無怨無悔,終生不離)

### 二·婚姻衝突的原因分析

1. 社會環境的急速變遷
2. 婚姻觀念的改變
3. 萎縮的家庭功能
4. 夫妻之間的關係失調
5. 關係維護的意志力不足

### 三·兩性關係的原則問題

1. 感覺與行為之間
2. 過程與結果之間
3. 個別化與比較之間

### 四·婚外情的原因分析

1. 溝通問題
2. 婚姻維護能力不高
3. 角色協調不當
4. 情緒成熟度不高
5. 觀念與認知衝突
6. 問題處理技巧不良
7. 夫妻之間的推吸失調

### 五·婚外情的類別

1. 傳統型
2. 拈花惹草型
3. 保護型
4. 感性型
5. 情境型
6. 舊情復燃型

講者：簡春安教授

日期：一九九七年一月廿二日下午

講題：處理婚外情個案的輔導理論及應用

### 外遇的階段與推吸分析

#### 一·從大禹治水談起：

1. 夫妻之間的「取悅動機」因素
2. 愛的學習
3. 婚姻的經營與管理

#### 二·外遇的階段分析

##### 一) 外遇前

1. 感情褪色期
2. 行為義務期
3. 關係忍受期

##### 二) 外遇時

1. 醞釀期
2. 嚐試期
3. 衝突期
4. 無奈期
5. 決斷期

#### 三·外遇的推吸分析



##### 一) 外遇的現象有兩個基本原因

1. 外遇者受到介入者的吸引
2. 元配的推力

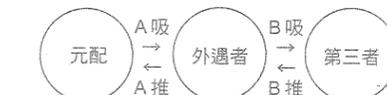
##### 二) 推力因素有兩種現象

1. 元配的不良因素  
如貌醜, 語言乏味, 不知體貼, 不做家事, 不善賺錢, 沒有情趣等;
2. 元配的優良條件:  
很會說話, 勤奮工作, 太過溫馴, 全心全意照顧小孩, 太講理, 太重視原則等。

##### 三) 吸力因素必有兩種現象

1. 第三者的優良條件:  
如貌美、別有風韻、純真、談得來、性愛中使男人有成就感等。
2. 第三者的不良條件:  
喜歡辯論、貪愛玩樂、不計小節、墮落風塵、楚楚可憐等。

##### 四) 三者間的推吸分析



一般吸力：貌美；會做家事；

元配吸力 (A 吸)：介入者吸力 (B 吸)

(一) 推力：元配推力 (A 推)；介入者推力 (B 推)

(二) 外遇的推吸分析：

1. A 吸 < B 吸
2. A 推 > B 推
3. A 吸 < A 推
4. B 吸 > B 推

#### 一·外遇問題的處理

- 一) 把元配的推力轉變為吸力：學習打扮, 學做好菜, 學習溝通, 改變性愛的觀念或方式等。
- 二) 減少元配推力：不要天天哭、鬧、上吊, 不要疑神疑鬼, 不要與師問罪。
- 三) 化第三者的吸力為推力：如千萬不要答應離婚, 爭取經濟控制權, 使外遇者與介入者產生經濟上的壓力。
- 四) 抵消介入者的吸力：元配盡量學習第三者的優點, 並增強自己的條件, 以抵消介入者的吸力。

#### 二·外遇不同階段之輔導策略

##### 一) 醞釀期的輔導策略

1. 現象：羨慕別人, 偶有試探性口吻, 心不安定, 對元配無興趣。

##### 2. 策略：

- i) 對欲有外遇者：告之所將付出之代價, 避開狐群狗黨, 往日情懷的呼喚, 道德規範之提醒。
- ii) 對元配：對婚姻的關心, 不可大意, 增進溝通時間, 重視感受, 做好推力與吸力之分析。

##### 二) 嚐試期的輔導策略

1. 現象：情緒不定, 從蹤不正常, 常有奇怪電話, 回家時情緒低落, 要出門時欣喜異常, 漸注意打扮, 口味明顯改變, 彷彿高人指點。

##### 2. 策略：

- i) 對來求助之外遇者：告之後果與代價, 破壞外遇美感, 了解外遇者的認知、苦悶, (認識治療法的應用), 幫元配講好話。
- ii) 對介入者：破壞其為愛付出的壯烈感, 美感, 指出代價的慘重。
- iii) 對元配。(尚不知情)

##### 三) 衝突期的輔導策略

1. 現象：吵鬧不休, 水深火熱, 強烈的情緒反應, 配偶憤腦哭鬧上吊的方法, 配偶疑心加重, 矛盾行為增加, 愛恨交織, 方寸大亂。

##### 2. 策略：

- i) 對元配：強調推吸原理, 幫助元配了解自己的特長, 以增吸力, 幫助元配了解是否有不自覺的推力, 告知此種階段千萬不要有報復的行為。
- ii) 對外遇及介入者：告知麻煩剛開始而已, 所有的副作用即將產生, 要求他們冷靜思考, 兩者關係是在四種基礎上; 告之避免使用暴力解決問題。

##### 四) 無奈期的輔導策略

1. 現象：三方面都左右不了情境, 無可奈何; 外遇者行為依舊, 甚或變本加厲, 希望元配讓步, 元配希望重新開始, 無奈木已成舟, 介入者希望趕快了斷, 無奈動彈不得。

2. 策略：要元配不可放棄婚姻, 立場堅定; 對介入者有敵對的決心; 試圖在經濟上充實自己, 要求贍養費, 準備就業; 離婚手續的了解, 本身權益的爭取, 尤其在財產, 子女撫養權上的努力; 注意推吸關係。

##### 五) 決斷期的輔導策略

1. 現象：要求離婚; 棄家不管, 經濟上不支持, 否認以前所有的好關係。

2. 策略：經濟上謀求解決與自立; 把受害減低限度; 教導元配寬恕, 原諒配偶及第三者, 或以認命的態度來看人生; 建立新的人生觀, 離婚手續要齊全, 必須斤斤計較; 分手後不要在孩子面前講對方的壞話。

#### 三·不同外遇類型的輔導策略(討論)

- 一) 傳統類型外遇：婚前眼睛睜大(對伴侶心態上的了解與掌握); 婚後則做好「矯治的教育計劃」, 如演講, 宗教熏陶;
- 二) 拈花惹草型：事前的了解與預防, 提高愛的品質; 增強愛的控制力, 增強有效的溝通管道; 宗教輔導;
- 三) 保護型：告知外遇的嚴重性, 不要有外遇的幻想美; 了解人性的軟弱;
- 四) 舊情復燃型;
- 五) 感情型;

#### 四·外遇處置通則

- 一) 注意夫妻之間的維繫力或吸引力的強弱與否
- 二) 強調夫妻之間的生活規劃
- 三) 提高夫妻之間的溝通品質
- 四) 注意夫妻之間的角色有無衝突
- 五) 警覺人性的軟弱
- 六) 了解外遇的可怕與嚴重性
- 七) 遇有問題時, 儘速找專家處理

督印人

香港公教婚姻輔導會

「橋」編輯委員會

江任燕瓊 黃玉書

周小玲 陸惠玲 李睦順

承印：雅軒設計印刷公司

電話 23655628

美滿婚姻 幸福家庭



非賣品

### 香港公教婚姻輔導會

## 「華人社會的婚外情」研討會

### ——婚姻輔導專業探討

講者：何立嬰教授

日期：一九九七年一月廿二日上午

講題：婚外情增多的原因和後果

#### 一、引起社會廣泛關注的社會現象

婚外情自古有之，但是近年來，越來越引起人們的廣泛關注，一九九六年三月，在北京大學進行的《家庭倫理道德狀況》的專題調查中，反映最為強烈，人們最為擔憂的涉及家庭生活不道德行為的問題有三個，而婚外情則居於首位。婚外情已成為一個造成多方面影響的、不可忽視的社會問題。表現出數量多、層面廣、原因多樣、表現公開、社會人士關注等特點。

一項萬人全國性文明調查資料表明，城市人發生婚外情比例為14.1%。北京大學對212人進行的調查表明，41%的人承認自己周圍有婚外情；29.7%的人認為「不太多」，19.3%的人完全否定。據一項婦女熱線統計，二萬個諮詢電話中竟有80%是關於婚外情的。

現今婚外情在各個年齡階段，各種職業及文化社會階層人群中廣泛存在。尤其是在過去較少發生婚外情的知識分子、國家公職人員，甚至有較高名望和地位的高級知識分子和領導人中大量出現。雖然由於種種原因，一部分人仍以隱蔽的形式來進行婚外情的活動，但總的說來，婚外情已經一改「隱蔽」的特點，不怕輿論，不迴避公眾目光，甚至不迴避配偶，公開亮相。有的人還以此炫耀，互相攀比，成為時髦。

以往老百姓對有婚外情的人常使用貶義的「破鞋」之類的稱呼；到七零、八零年則使用帶有明確責備含義的「第三者」，到近年來則改稱完全不含貶義的「情人」、「相好」等。由此可以看出社會輿論對婚外情態度的日見寬鬆。日常生活中人們對婚外情的現象已視為平常，越來越少議論，許多人甚至以為這根本不是問題。

#### 二、婚外情產生的原因

婚外情的出現除了一般的原因外，近年中國社會的劇烈變革給人們心理上帶來的衝擊和變化，以及原有的婚姻家庭倫理觀念的動搖，成為一個突出的原因。調查顯示，社會變革的力度與婚外情的發生比率呈正相關。

(一) 外界原因

主要是社會政治、經濟生活狀況的改變和價值的變化，以及社會公眾態度的變化。

1. 由於近年社會宏觀環境比較安定，政治寬鬆、經濟發展。人們的物質生活水平提高以後感情需求增加。而經濟的發展使家庭功能外移，動搖了家庭原有的穩定性。

當經濟相對落後的時候，婚姻和家庭的主要價值是功利性價值，與之相呼應的是愛情和婚姻的不統一。傳統婚姻家庭觀念。而當政治形勢嚴峻，社會控制極強，人人自危的時候，夫妻，甚至一家人必須為了個人和家庭的生存保持家庭內部的統一，相互依存。在上述情況下，人們很有可能將感情轉向婚外，更何況那時婚外情被視為「資產階級生活方式」，本身就是政治問題，至少是思想問題。所以，以前的中國社會中婚外情確實是很少的。

近年來，中國社會安定，政治寬鬆，人們有了安全感；改革開放以來，經濟活躍，人們的物質生活水平大大提高了。社會經濟的發展，使家庭功能外移，人們對婚姻家庭的依賴感大大降低。家庭的穩定性被動搖。而且，隨著物質需要的滿足，人們的精神需要，感情需求增加，相應地，家庭的功利價值有所降低，而審美價值上升。人們要求更高質量的婚姻生活，追求婚姻和愛情的吻合，於是出於傳統觀念而結成的

缺少愛情或沒有愛情的婚姻，受到當代價值觀念的猛烈衝擊。

2. 市場經濟的發展引起人們價值觀念的變化，自我價值感和自主性增強。「家庭本位主義」的傳統觀念受到衝擊，夫妻間在價值觀方面的衝突加劇。在計劃經濟向市場經濟的轉變中，「鐵飯碗」、「終身制」的打破，競爭機制的引入，「一部份人先富起來」的現實都改變了個人與群體的關係，引起了人們價值觀的改變，自我價值感和自主感大大增強。社會價值傾向於張揚個性和強調個人自由，使「家庭本位主義」的傳統觀念受到一個個人本位、新思潮的衝擊。一些人甚至用經濟生活中的平等交換原則，處理婚姻家庭中的問題。

在社會轉型時期，社會生活的急劇變化，影響人們價值觀變化的不但是外界因素，而且人們內在的價值觀的分歧也暴露了出來。明化、演化為現實的衝突。在經濟大潮的衝擊下，一些夫妻間的價值觀急劇分化，以至背道而馳。

3. 開放的社會導致家庭由封閉走向開放，各種新思潮和大量新信息的湧入對家庭發生了巨大的影響；改革開放，社會劇變，周圍人和事日新月異，各種新的事物、思想和信息都進入了家庭，使人們感到不安，並且都想抓住機遇改變自己的命運。因此，人們空前地重視信息溝通，熱衷於人際交往，傳統的封閉式的家庭變得開放而不穩定。

4. 社會輿論對婚外情由斥之為「道德敗壞」，給予嚴厲的批判到逐漸寬容也是婚外情增多的重要的外部因素。

近年來，社會輿論對婚外情採取了從未有過的寬容態度，原因有多方面的。主要的原因是社會轉型時期，人們的價值觀念更趨於多元化。隨著人們對自我價值的強調，越來越多的人把婚外情看作是個人「隱私」和個人私利，對因歷史原因造成的不幸婚姻普遍同情，對原有婚姻制度和傳統觀念抱有否定的態度等等，都使人們對婚外情表現得空前寬容。造成家庭倫理失調，社會道德失控的現狀。

北京大學的調查表明：在200位被調查者中，有4%的人認為「那是人家的私事，不該干涉」，2%的人認為「無所謂」；14%的人認為「是社會發展的正常現象，是人們對生活的不懈追求」；31%的人回答「不太多」或「不道德」；13%的人答「極不道德」。而女大學生對婚外情行為、性心理、性觀念調查結果顯示，45.4%的女生一接受丈夫婚外的行為，女大學生表現出的超前意識，接近於亨特七十年代調查的美國大學生態度的水平。

(二) 當事人婚姻內部和個人的原因：

主要是現有婚姻的質量低，個人不正確的人生觀，價值觀以及道德水平低下。

1. 在發生婚外情的情況中，大多是有婚外情質量低，存在隱憂，比如當初為解決各種實際問題而結成的婚姻，這些充滿功利色彩的婚姻在物質生活水平提高的情況下，變得鬆弛。而當事人對個人感情滿足的新追求的衝擊下，顯得十分脆弱。而當事人對現有婚姻不滿，但又怕出離婚帶來的經濟和聲譽的損失，怕承受離婚帶來的輿論與壓力，或可能造成的一系列實際困難，於是婚外情就成為人們逃避和解決婚姻矛盾的一種捷徑。

有相當一部分婚外情發生在中老年人身上，這些婚外情都有其特殊的歷史背景，主要是文革期間的婚姻。文革時期，由於種種原因結合的一些配偶，因當時的政治、經濟情況掩蓋了雙方在某些方面的差別而結婚。現在政治、經濟的壓力解除了，在新的形勢下，面對生活中遇到的新問題，由於個人早年生活環境、教養、所受教育不同形成的雙方在志趣、信念、甚至習慣等方面的差別逐漸明確及深化，最終導致婚姻關係的危機。這樣的夫妻關係中就有一條為冰雪覆蓋的潛在鴻溝，現在冰消雪化，使他們清楚地看到了，而且突出地體會到了雙方的分歧是那麼深刻，於是感情淡化，甚至互相仇視。另外，還有相當多的婚外情發生在婚齡不長的婚姻中。有的是不幸的婚姻，如父母包辦或買賣的婚姻，當事人自己也不愛的人結了婚，雙方毫無感情。也有的是由於草率結合，缺乏了解，例如舞會相識，一見鐘情，只重外貌、貪圖金錢和權力，甚至雙雙為了解決住房問題或城市戶口而匆匆結婚。還有的戀愛期間越軌，只好草率結婚，婚後又不注意培養感情。

#### 這些對現實婚姻不滿的人們又往往感到不能或不願離婚，有的還念夫妻感情，不願一忘恩負義；有的為了孩子；有的害怕壞了自己的名聲；有的怕承擔經濟損失，以及離婚可能帶來的其他種種實際問題，例如住房等，因此他們還要維持現有的婚姻，婚外情就成了不幸婚姻的最為便捷的補救方法。

2. 現代生活節奏緊張，競爭激烈，經常遭受心理挫折，使一些人感到精神苦悶，對感情生活有更多的要求，當現有的婚姻缺少安穩和支持的「避風港」作用，或不能滿足這種要求時，一些人就到婚外去尋求滿足。

3. 社會變化，道德觀念混亂，封建腐朽思想沉渣泛起，極端利己主義，尋樂主義人生觀的流行，以及西方「性解放」、「性自由」思潮的滲透，使一些人面對外部的誘惑。道德防線崩潰，這也是婚外情增多的一个重要原因。

在這種思潮的影響下，一些人強調自我利益、自我享受、強調自己在婚姻家庭中的種種權利，而忽視道德和義務。還有一些人在社會的大變動，大震盪中，人生信念動搖，道德觀念混亂，思想空虛，信奉「人不為己，天誅地滅」的信條，追求的是一「只要一時擁有」的一時之快，欣賞的是「瀟灑走一回」不負責任的態度，尋求刺激和貪圖享樂，甚至以有情人為地位、權勢、富有為標志、炫耀，甚至互相攀比。

4. 貪婪心理，社會變革引發的許多新的需要，也給人們滿足各種需要提供了機會。一些人，尤其是那些經濟上的爆發戶有一種要佔有一切，要當盡一切人間美事的心理，使一些人「貪新忘舊」，他們既要有平靜的家庭生活，又要有浪漫的婚外愛情，追求新鮮刺激，多多益善，頻頻更換情人。

5. 不良的社會風氣和某些大眾傳媒的誤導，使一些人盲目追求所謂「潮流」。社會上一些人，尤其某些明星人物公然宣揚自己的婚外情，加上新聞報導的影響，使之家喻戶曉。一時婚外情似乎成了各人必備的一種風采，成為一種「時髦」，一些人竟相模仿。

一些影視作品對婚外情的描寫、渲染，都在婚外情這一觀念上起到不少推波助瀾的作用。一些文藝作品關注的不是正當、不健康的家庭生活，把婚外情當成愛情的真正追求加以宣揚。大眾傳播有時也只是從「新聞效益出發」，把家庭的破裂、婚姻的瓦解等內容單純當作一種熱門話題，而缺乏從倫理道德角度上加以引導，這些都潛移默化地影響人們，產生誤導。

在反腐倡廉的作風腐敗的幹部，大都生活腐化，有多個「情人」、「小室」。這一方面，引起社會輿論的指責，但另一方面，也使一些人在對人對己行為的道德要求上降低標準，對婚外情的輿論控制大大減低。

#### 三、婚外情的主要型態

(一) 隱秘型

由於感到社會道德對婚外情持否定態度，有外遇的一方努力保守秘密，使婚外情在隱秘的情況下進行。

(二) 配偶視而不見型

夫妻一方知道另一方有婚外情，但由於種種原因為了維持現有的婚姻，對對方的婚外情關係保持沉默，敢怒不敢言。

(三) 公開式婚外情

有婚外情的一方不顧社會輿論和配偶的反感及反對，公開與第三者發展婚外情關係。有的公開婚外情是因為夫妻雙方均有婚外情，或雙方達成協議或默契。

四、婚外情的後果

目前人們對婚外情給個人和家庭帶來的危害尚缺乏足夠的認識，有的人完全不認識，甚至有人認為，有婚外情的一方因有內疚感，帶著贖罪的心情在配偶面前做出種種好表現，反而會有利於夫妻關係。婚外情，在本質上是破壞婚姻，破壞家庭的，這一點

在現實中已經體現得很清楚。

(一) 婚外情破壞家庭，是社會不穩定因素

儘管婚外情的產生也會有一定的理由，但是從本質上說，婚外情有悖於愛情的排他性，可以說是對愛情的反動。婚外情從嚴格意義上講，是婚姻的腐蝕劑，是妨礙家庭倫理道德建設的主要因素。

婚外情是對合法婚姻的直接侵犯和破壞，造成夫妻離異，家庭破裂，甚至誘發傷害和殺人，不但給夫妻中受害的一方及其子女帶來巨大的痛苦和創傷，也不利於良好社會風氣和安定團結的社會環境的形成和保持。

婚外情已成為離婚的一個重要原因，上海離婚案例中由婚外情導致的佔60%；上海郊區更甚，竟達70%；北京海澱區為20%。

(二) 影響青少年健康成長

一方面，婚外情導致單親家庭的增多，而根據統計，在青少年犯罪案中，出自離家家庭的佔40%；另一方面，有婚外情的成年人事實上也有為青少年作出壞榜樣的榜樣，使青少年道德意識薄弱。

(三) 使當事人陷入心理危機

多數當事人未從婚外情中建立起更為理想的婚姻關係，甚至也達不到原來所期望的精神上的滿足，一般來說，陷入婚外情的人都會產生內心衝擊，有內疚感，結果是使他們陷入更嚴重的心理危機。

搞婚外情的一方意在婚外再得到一份快樂，將情人視為他在家庭之外的附屬物，而情人，尤其是未婚的女性，卻認真投入地去愛，將對方視為自己心中未來的一種寄托。由於雙方感情基點和預期的不同，無法滿足雙方長遠的需要，所以產生分歧是不可避免的。

調查顯示，與情人結婚的約為17%，而真正感到幸福的約為5%。值得重視的是，與離婚率同時攀升的復婚率。據有關部門對24對復婚家庭的跟蹤調查，通過協議再婚而復婚約12對，通過法院判離的有12對，在這些復婚家庭中，生活和睦的為2戶，基於相安無事的為35戶，再次離婚的為17戶。

婚外情的大量出現是社會轉型期建立新的婚姻道德過程中產生的現象，不能簡單把它當作偶然的、偏離正常發展軌道的現象來看，在某種意義上，它表明了愛情在婚外情中上升，包括著對舊有的婚姻制度的否定。社會轉型必然要求婚姻家庭也隨之轉型，實現由傳統家庭向現代家庭的轉變，以便與社會的發展相適應，這個變化是艱難而複雜的，是充滿著新與舊、傳統和現代、民族文化與外來文化等觀念的激烈碰撞與鬥爭的，只有用積極的觀念克服消極的觀念的影響，婚外情才能有用，因此，對婚外情問題應具體分析，不能以婚外情的多少或以因婚外情而離婚的多少來說明社會的進步與否，目前的婚外情現象表現出的極大的盲目性，對現有婚外情缺乏冷靜和嚴肅的審視，對傳統道德缺乏認真的考慮，而只是簡單否定。

愛情專一和婚姻穩定是現代不同社會制度一致的道德標準，因為它是人類文明進步的一個標誌，良好的道德標準，是一個民族立足之本，家庭和睦，夫妻之間忠實是為中華民族普遍認同的觀念，也是中華民族的優良傳統。無論社會如何轉型，堅持正確的婚戀觀，對於社會和家庭都至為重要。

減少婚外情現象的根本在於提高婚外情的質量，同時，社會控制也是必須的，對婚外情社會不只需要法律控制，而且更需要道德控制，習俗控制。建立健康的社會輿論是十分必要的，對婚外情持默認、姑息、乃至欣賞、讚許的態度，是特別值得引起注意和必須加以改變的，重要的在於教育。



# 中華社會的婚外情研討會 陰差陽錯：比較中西系統 治療法的異同及應用

李懷敏博士 香港理工大學

一、楔子  
系統治療法是西方近年興起的一種新的心理治療法，不同的學派有不同的稱謂。諸如保羅系統理論(Bowen Family Systems Theory)，堪尼(Israel W. Chany, 1992)的存在/非存在婚姻治療法(Existential/Dialectical Marital Therapy)和榮格(Carl G. Jung)的分析心理學(Analytical Psychology)，均可歸類為系統治療法。本文從中國傳統醫學哲學的基本概念出發，初步嘗試整理中國醫學心理思想的系統觀，並比較榮格吸收了中國陰陽法則成為其分析心理治療法一部份，以察其異同。

二、中國傳統的醫學心理治療  
中醫學理論體系的基本特點——「整體觀念」和「辨證施治」同樣可以應用於心理輔導和治療。

1. 整體觀念  
中醫學強調人體(包括身和心)的統一性和完整性，人與外界環境存在著一種積極的、主動的相互關係，即內外環境的統一性。整體觀念也是現代系統理論一個重要的概念。

2. 辨證施治  
「証」在這裏可視為人際關係發展過程中某一階段的狀態概括，它包括了性質、原因和修正關係，反映出人際關係過程中某一階段的變化的本質，因而它比人際關係各個問題更趨全面，更深刻和更正確地指示該關係的本質。

所謂辨證，就是在輔導裏所收集有關夫婦二人的資料，通過分析和綜合，辨清婚姻出現問題的原因、婚姻關係的本質、邪正之間的關係等，概括和判斷為某種性質的証。施治則是根據辨証的結果，確定相應的治療方法。辨証是決定治療的前提和依據，施治是治療疾患的手段和方法。中醫基礎理論，一般分為陰陽五行、藏象、氣血津液、經絡、病因與發病、病機和防治原則等部份。傳統上涉及個體心理健康的，多以七情內傷為病源，較少涉及人際關係，特別是婚姻關係的探討。本文重新整理傳統中醫基礎理論的陰陽學說和病機兩部份，並作出借鑑，從而勾劃出一套「關係治療法」(又稱雙向治療法，diathetic therapy)的基本模式。

三、陰陽學說  
「陰陽」是我國古代哲學的一對範疇和說理工具。《易傳》說：「陰一陽之謂道，是古人用以認識自然和解釋自然的世界觀和方法論。陰陽的最初涵義是很樸素的，原是用來指稱日光的背向，背光為陰，向日為陽，後來將此分派伸延至一切現象的正反兩方面。《類經·陰陽類》說：「陰陽者，一為二也」，指的就是這個意思。簡單地說，陰陽這對範疇被我國古代思想家採用來解釋兩種既對立而又統一的現象。陰陽學說的基本內容有如下數點：

甲、互根互用  
這是指一切事物和現象都有對立兩方面，但二者既相互對立，又相互依存。譬如說，以物體的高度而言，沒有「高」也就無所謂「矮」，在婚姻關係而言，沒有「夫」也就無所謂「妻」，反之亦然。所謂互根，實際所指的就是現象的對立雙方都要相互依存，任何一方面都不能脫離另一方面而孤立存在。《醫貫珠·陰陽論》所言之「陰陽又各互動其根，陽根于陰，陰根于陽；無陽則陰無以化，無陰則陽無以生」，指的就是互根互用這個道理。

乙、消長  
世間一切事物和現象的對立兩方面，既然都有互根互用的本質，這就關聯到陰陽學說的另一點基本內容：對立統一。對立在這裏指的是二者之間矛盾相反的一面，而統一則是二者之間相輔相成的一面。沒有對立也就沒有統一，沒有相反也就沒有相成。

丙、對立統一  
陰陽兩個方面既對立又統一，主要表現於二者之間的相互制約和相互消長。《黃帝內經素問·陰陽應象大論》的「陰勝則陽病，陽勝則陰病」和《類經附屬·醫易》的「動極則靜，靜極則動」之說，最能說明陰陽對立與統一之消長的關係。

丁、互轉  
《黃帝內經·素問·六微旨大論》說：「夫物之生從于化，物之極由平復，變化之相薄，成敗之所由也……成敗倚伏生乎動，動而不已則變作矣。」指的是事物在運動變化的過程中，大多數會出現一個由量變到質變的現象，這是說，事物的對立雙方，在一定條件下，常是極端，即《老子》所言之「物極必反」的條件下，可以各自向其相反的方向轉化，即陰可以轉化為陽，陽也可以轉化為陰。

戊、動態平衡  
事物的陰和陽兩方面的互根互用，對立統一，制約相長和相互轉化，並非靜止和不變的，而是恆常處於「陰消陽長」和「陽消陰長」的不斷變化的動態平衡狀況。動態平衡指的是相對而非絕對的平衡。事物只有不斷地消長和平衡，才能形成正常的生命活動和發展。消長和平衡一旦失調，即進入異常狀態。譬如說，如果只有「陰消陽長」而無「陽消陰長」，或只有後者而無前者，陰陽的動態平衡即受到破壞(內經稱之為陰陽的「更勝」)，形成陰虛或陽虛的偏盛或偏衰(即陰陽失調)，出現如《素問·陰陽應象大論》所說的「陰勝則陽病，陽勝則陰病；陽勝則熱，陰勝則寒」的狀況。

己、陰陽互涵  
陰陽的相互作用帶來陰陽互涵的特性。陰陽互涵，指的是陰陽之間的相互反照。《黃帝內經素問·天元紀》有云：「陽中有陰，陰中有陽」，指的就是這個意思。在相互作用的過程中，陰陽各自把本身的信息轉遞給對方，自身同時又是對方信息的接收者和貯存者。這種陰陽關係裏「你中有我，我中有你」的現象，對後人影響很大。王夫之在《系辭上傳》說過：「陰陽不可稍有所勝，陰勝于陽，陽勝于陰，而道在其中」，正好說明這個道理。元明趙孟兆貞在他的作品《贈管夫人詞》裏描寫得淋漓盡致：「泥人來，好以咱兩個，捻一個你，捏一個我，看兩下裏如何？將它來揉和了重新做，重捻一個你，重捏一個我，我泥裏有你，你泥裏有我」。

庚、陰陽法則在婚姻輔導中的應用  
中醫認為陰陽為「萬物之綱紀」(《素問·陰陽應象大論》)和「萬物之本也」(《素問·四氣調神大論》)。婚姻既為萬物之一，自然也要受陰陽這一普遍法則所支配。所以，婚姻輔導亦從陰陽這個根本上入手。陰陽法則是把握和分析婚姻關係結構、運作功能、問題和疾患變化、証候歸納和治療的基本法則和綱領。

四、說明婚姻的組織結構  
根據陰陽對立統一的觀點，婚姻是一個有機整體，充滿着陰陽對立統一之關係。婚姻裏一切組織結構，既是有機聯繫的，又可以劃分為相互對立的陰陽兩部分，性別的陰陽，不用多說，男為陽，女為陰；家事的陰陽，主外的為陽，主內的為陰；性格外向的為陽，內向的為陰，剛烈的為陽，柔順的為陰；男性意識為陽，女性意識為陰等等。

五、榮格的「分析心理治療法」  
在西方諸派系統心理治療法中，榮格的「分析心理學」(Analytical Psychology)的部份理念，最接近從我國古代陰陽法則伸出來的人際關係治療法和婚姻輔導。眾所周知，榮格深受東方(特別是中國古代)思想所影響，不論是以異性的個人經驗為基礎的原型意象(archetypes)指女性的「女性象徵」和anima(「男性的女性象徵」)，意識和無意識、心理類型的「外傾性格」和內傾性格，處處都有著陰陽法則的影子。

和焦慮。輔導員協助雙方分別探索自身的性格、價值取向和基本做人處世原則的陰陽屬性。這個步驟有助於男女雙方了解關係裏的陰陽態勢。

在臨床應用時，輔導員應分辨婚姻關係裏的正邪邪虛、邪盛正虛、邪正俱盛或邪正俱虛等不同狀況，然後按照邪之輕重(如包二奶)、正之盛衰(夫婦感情和恩愛的濃淡)，從而決定採取扶正以達邪，或去邪以安正，或去邪與安正並重等補偏救弊、扶弱抑強的治療法。這是說，在調整婚姻關係的陰陽偏勝時，應注意有無相應的陰虛陽虛的情況存在。倘若陰虛陽虛，而其相對的一方並沒有構成虛損時，即可使用「損其有餘」的輔導治療法；若其相對的一方已構成虛損，則當兼顧其不足，採用扶陽或益陰的補劑。

至於怎樣才能做到陰陽調和，「以平為期」呢？張景岳在《景岳全書·新方八陣·補劑》裏有一番說詞，給我們很大的啟示。他說：「善補陽者，必于陰中求陽，則陽得陰助而生化無窮；善補陰者，必于陽中求陰，則陰得陽升而源泉不竭」。

五、榮格的「分析心理治療法」  
在西方諸派系統心理治療法中，榮格的「分析心理學」(Analytical Psychology)的部份理念，最接近從我國古代陰陽法則伸出來的人際關係治療法和婚姻輔導。眾所周知，榮格深受東方(特別是中國古代)思想所影響，不論是以異性的個人經驗為基礎的原型意象(archetypes)指女性的「女性象徵」和anima(「男性的女性象徵」)，意識和無意識、心理類型的「外傾性格」和內傾性格，處處都有著陰陽法則的影子。

四、說明婚姻的組織結構  
根據陰陽對立統一的觀點，婚姻是一個有機整體，充滿着陰陽對立統一之關係。婚姻裏一切組織結構，既是有機聯繫的，又可以劃分為相互對立的陰陽兩部分，性別的陰陽，不用多說，男為陽，女為陰；家事的陰陽，主外的為陽，主內的為陰；性格外向的為陽，內向的為陰，剛烈的為陽，柔順的為陰；男性意識為陽，女性意識為陰等等。

三、陰陽學說  
「陰陽」是我國古代哲學的一對範疇和說理工具。《易傳》說：「陰一陽之謂道，是古人用以認識自然和解釋自然的世界觀和方法論。陰陽的最初涵義是很樸素的，原是用來指稱日光的背向，背光為陰，向日為陽，後來將此分派伸延至一切現象的正反兩方面。《類經·陰陽類》說：「陰陽者，一為二也」，指的就是這個意思。簡單地說，陰陽這對範疇被我國古代思想家採用來解釋兩種既對立而又統一的現象。陰陽學說的基本內容有如下數點：

甲、互根互用  
這是指一切事物和現象都有對立兩方面，但二者既相互對立，又相互依存。譬如說，以物體的高度而言，沒有「高」也就無所謂「矮」，在婚姻關係而言，沒有「夫」也就無所謂「妻」，反之亦然。所謂互根，實際所指的就是現象的對立雙方都要相互依存，任何一方面都不能脫離另一方面而孤立存在。《醫貫珠·陰陽論》所言之「陰陽又各互動其根，陽根于陰，陰根于陽；無陽則陰無以化，無陰則陽無以生」，指的就是互根互用這個道理。

乙、消長  
世間一切事物和現象的對立兩方面，既然都有互根互用的本質，這就關聯到陰陽學說的另一點基本內容：對立統一。對立在這裏指的是二者之間矛盾相反的一面，而統一則是二者之間相輔相成的一面。沒有對立也就沒有統一，沒有相反也就沒有相成。

丙、對立統一  
陰陽兩個方面既對立又統一，主要表現於二者之間的相互制約和相互消長。《黃帝內經素問·陰陽應象大論》的「陰勝則陽病，陽勝則陰病」和《類經附屬·醫易》的「動極則靜，靜極則動」之說，最能說明陰陽對立與統一之消長的關係。

丁、互轉  
《黃帝內經·素問·六微旨大論》說：「夫物之生從于化，物之極由平復，變化之相薄，成敗之所由也……成敗倚伏生乎動，動而不已則變作矣。」指的是事物在運動變化的過程中，大多數會出現一個由量變到質變的現象，這是說，事物的對立雙方，在一定條件下，常是極端，即《老子》所言之「物極必反」的條件下，可以各自向其相反的方向轉化，即陰可以轉化為陽，陽也可以轉化為陰。

戊、動態平衡  
事物的陰和陽兩方面的互根互用，對立統一，制約相長和相互轉化，並非靜止和不變的，而是恆常處於「陰消陽長」和「陽消陰長」的不斷變化的動態平衡狀況。動態平衡指的是相對而非絕對的平衡。事物只有不斷地消長和平衡，才能形成正常的生命活動和發展。消長和平衡一旦失調，即進入異常狀態。譬如說，如果只有「陰消陽長」而無「陽消陰長」，或只有後者而無前者，陰陽的動態平衡即受到破壞(內經稱之為陰陽的「更勝」)，形成陰虛或陽虛的偏盛或偏衰(即陰陽失調)，出現如《素問·陰陽應象大論》所說的「陰勝則陽病，陽勝則陰病；陽勝則熱，陰勝則寒」的狀況。

己、陰陽互涵  
陰陽的相互作用帶來陰陽互涵的特性。陰陽互涵，指的是陰陽之間的相互反照。《黃帝內經素問·天元紀》有云：「陽中有陰，陰中有陽」，指的就是這個意思。在相互作用的過程中，陰陽各自把本身的信息轉遞給對方，自身同時又是對方信息的接收者和貯存者。這種陰陽關係裏「你中有我，我中有你」的現象，對後人影響很大。王夫之在《系辭上傳》說過：「陰陽不可稍有所勝，陰勝于陽，陽勝于陰，而道在其中」，正好說明這個道理。元明趙孟兆貞在他的作品《贈管夫人詞》裏描寫得淋漓盡致：「泥人來，好以咱兩個，捻一個你，捏一個我，看兩下裏如何？將它來揉和了重新做，重捻一個你，重捏一個我，我泥裏有你，你泥裏有我」。

庚、陰陽法則在婚姻輔導中的應用  
中醫認為陰陽為「萬物之綱紀」(《素問·陰陽應象大論》)和「萬物之本也」(《素問·四氣調神大論》)。婚姻既為萬物之一，自然也要受陰陽這一普遍法則所支配。所以，婚姻輔導亦從陰陽這個根本上入手。陰陽法則是把握和分析婚姻關係結構、運作功能、問題和疾患變化、証候歸納和治療的基本法則和綱領。

四、說明婚姻的組織結構  
根據陰陽對立統一的觀點，婚姻是一個有機整體，充滿着陰陽對立統一之關係。婚姻裏一切組織結構，既是有機聯繫的，又可以劃分為相互對立的陰陽兩部分，性別的陰陽，不用多說，男為陽，女為陰；家事的陰陽，主外的為陽，主內的為陰；性格外向的為陽，內向的為陰，剛烈的為陽，柔順的為陰；男性意識為陽，女性意識為陰等等。

三、陰陽學說  
「陰陽」是我國古代哲學的一對範疇和說理工具。《易傳》說：「陰一陽之謂道，是古人用以認識自然和解釋自然的世界觀和方法論。陰陽的最初涵義是很樸素的，原是用來指稱日光的背向，背光為陰，向日為陽，後來將此分派伸延至一切現象的正反兩方面。《類經·陰陽類》說：「陰陽者，一為二也」，指的就是這個意思。簡單地說，陰陽這對範疇被我國古代思想家採用來解釋兩種既對立而又統一的現象。陰陽學說的基本內容有如下數點：

甲、互根互用  
這是指一切事物和現象都有對立兩方面，但二者既相互對立，又相互依存。譬如說，以物體的高度而言，沒有「高」也就無所謂「矮」，在婚姻關係而言，沒有「夫」也就無所謂「妻」，反之亦然。所謂互根，實際所指的就是現象的對立雙方都要相互依存，任何一方面都不能脫離另一方面而孤立存在。《醫貫珠·陰陽論》所言之「陰陽又各互動其根，陽根于陰，陰根于陽；無陽則陰無以化，無陰則陽無以生」，指的就是互根互用這個道理。

乙、消長  
世間一切事物和現象的對立兩方面，既然都有互根互用的本質，這就關聯到陰陽學說的另一點基本內容：對立統一。對立在這裏指的是二者之間矛盾相反的一面，而統一則是二者之間相輔相成的一面。沒有對立也就沒有統一，沒有相反也就沒有相成。

丙、對立統一  
陰陽兩個方面既對立又統一，主要表現於二者之間的相互制約和相互消長。《黃帝內經素問·陰陽應象大論》的「陰勝則陽病，陽勝則陰病」和《類經附屬·醫易》的「動極則靜，靜極則動」之說，最能說明陰陽對立與統一之消長的關係。

丁、互轉  
《黃帝內經·素問·六微旨大論》說：「夫物之生從于化，物之極由平復，變化之相薄，成敗之所由也……成敗倚伏生乎動，動而不已則變作矣。」指的是事物在運動變化的過程中，大多數會出現一個由量變到質變的現象，這是說，事物的對立雙方，在一定條件下，常是極端，即《老子》所言之「物極必反」的條件下，可以各自向其相反的方向轉化，即陰可以轉化為陽，陽也可以轉化為陰。

## 從系統理論看婚外情

黃麗彰  
香港公教婚姻輔導會輔導員



隨著社會變遷，現代婚姻面對著巨大的挑戰，婚外情的困擾令無數夫婦在痛苦中掙扎，在每天的工作裏，我們與這群夫婦共同面對困難，經歷他們的淚水與傷痕。

究竟我們應怎樣面對婚外情的問題？作為婚姻輔導員，我們願以真誠和謙卑的心，嘗試深入理解這個問題，盼望能從輔導的理論中尋求一條出路。

傳統的輔導理論，多以個人為出發點，尋找個人在婚姻中應負的責任，發掘問題的根源，以便對症下藥，例如丈夫是否缺乏責任感，致令他在外邊尋花問柳？又是否因妻子過於嘮叨，迫令丈夫離家？然而這種問題取向，除了缺乏治療效果外，更使其中一方成為罪人，在滿受責難的氣氛下，更難產生改變的勇氣與動力。

經過多番的掙扎，一些有經驗的輔導員開始反思，這種以找出個人責任的輔導方法，是否真的能解決問題？在西方，開始慢慢以系統理論來面對婚姻及家庭中的關係問題，當我們細心思想「系統理論」時，亦發覺它甚有可取之處。

系統理論有很多概念，但我在這裏只道出兩個非常重要的概念，第一是因果循環，第二則是情境。傳統的直線邏輯裏，因果必有先後，由一件事引發另一件事情的發生，當要解決問題，則需要找出「因」，然後「果」才會改變。若丈夫不負責任是「因」，婚外情是「果」，那麼必要解決「因」的問題，才能改變婚外情的現實。然而因果循環則沒有孰先孰後的關係，事實上在人類關係中，往往是一件事引發另一件事，而後者亦同樣影響著前者，先後不是問題，重點是每個人在這循環裏有其獨特的角色與影響，只要改變自己的那部份，其他在這循環中的事情亦相繼受到影響。例如妻子投訴丈夫漠不關心，丈夫嫌棄妻子喋喋不休，然而當丈夫越加逃避，妻子更生氣，投訴的聲音越大，在這樣的交往裏，根本不能認定誰是因誰是果。

第二是情境的問題。當事情發生了，必有其獨特的情境，例如夫妻的相處方式，家庭發展的階段，甚至是某些大社會的氣氛特別容易引致某些問題特別容易發生。情況就正如植物要在某種特殊的土壤和氣候下成長；婚外情在一段婚姻出現，我們要了解究竟他們夫妻的關係，家庭成長的階段和社會氣氛是怎樣的？在五、六十年，當中國還未實施開放政策時，「包二奶」的問題不及今天的嚴重；又例如一對相處二三十年的夫妻，竟在兒女皆長大成人的情況下才出現婚外情，這都正顯示問題發生背後特殊的特殊情境。

系統理論帶我們從個人的層次進入關係的層次，然而個人的因素也是不容忽視的。每個人都有其獨特的氣質與情操，再加上不同的成長背景，即使在相同的情境下也有迥異的反應與思維，故此個人的因素也不要因系統理論的應用而有所忽略。

有了以上的理論基礎，當輔導員面對案主的婚外情問題時，又可以怎樣處理？

首先是把問題定位。我們怎樣理解婚外情的現象，就引伸不同的介入方法。例如若婚外情是表徵著婚姻中夫婦未能處理衝突，則我們的焦點便放在夫婦如何處理紛爭上；又或是婚外情反映出一段心如止水的關係，那麼焦點便是協助夫婦怎樣重新燃愛火和重建親密。無論如何，若能將婚外情定位在關係上，便能使夫婦二人攜手面對困難；若把它定位在個人責任上，則矛頭便直指一方，後者的影響已在前文中略述。

其次便是評定婚外情在這段婚姻中的階段，究竟夫妻雙方怎樣被這件事情影響？大多數配偶在剛發現丈夫或妻子有婚外情時，都會激動地要求離婚，輔導員需協助當事人減低過激反應，延遲他們作重大的決定，因為在這種情況下作出的重大和影響深遠的決定，將來後悔的機會甚高。當當事人情緒較為平復，輔導員便可協助他們以較闊的角度來反省自己的婚姻，例如多年感情的根基，問題怎樣發展至如今的地步，個人的價值觀與承諾等等，最後無論當事人如何決定，我們也以尊重的態度來接受的。

若夫婦決定重修關係，重建信任是十分重要的一環，婚外情對婚姻關係最大的破壞，莫過於動搖，甚至破壞雙方的信任，這是痛苦掙扎的歷程，夫婦不能操之過急，期望在短時間內，便假裝一切陰影已過，輔導員會協助雙方承認重建信任的困難，鼓勵及支持他們渡過這些難關。

其實婚外情的出現，正如冰山一角浮出水面，背後反映夫婦雙方累積已久的關係危機，婚外情正提供一個機會讓夫婦來面對，若夫婦能好好利用，便可化危為機，使雙方正視存在於他們關係中的障礙，因此輔導員協助夫婦為婚外情「解碼」，揭示雙方需要面對的關係問題。很多時，當夫婦認真和誠懇地解決他們之間的障礙時，婚外情過後的關係可以比以前更親密。

然而，無可否認地，婚外情確實是導致很多婚姻破裂的原委，倘若夫婦未能重修舊好，離異是不可避免的後果。以寬恕地離異抑或怨恨地離異，往往影響一個人的下半生，更無辜者是孩子們，因此輔導員可提供離異輔導協助雙方寬恕和釋放自己，又或把夫婦轉介往調解服務，協助他們和平地分手，更為孩子安排合適的生活環境，盡量減低父母離異對孩子的影響，我們深信夫妻雖不能同偕白首，他們永遠也是孩子的父母。

感情問題是自古至今眾多男女的煩惱，婚外情更帶給我們深深的哀痛，輔導員雖盡力從旁協助和支持，然而當事人也需親身經歷其中的掙扎，但願他們在痛苦中，也瞭望人間的曙光，在悲哀後獲得生命的蛻變。

