

The background of the cover features a light blue wash with two faint, stylized human figures standing on either side. The foreground is dominated by two large, stylized faces. The face on the left has green hair and is looking slightly down and to the right. The face on the right has pink hair and is looking slightly up and to the left. The overall style is soft and painterly, with visible brushstrokes and a muted color palette.

面對

婚外情

個案實錄

透過個案實錄，你可以知道……

婚姻以內，以

黑夜如何降臨

黎明如何再起

十字街頭…如何抉擇……

「婚外情問題」系列之二

面對婚外情

個案實錄

香港明愛家庭服務 出版

郭志英 編著

「婚外情問題」系列之二

面對婚外情、個案實錄

編著：郭志英

設計及製作：樹人紙品印刷有限公司

插畫：郭志英

出版者：香港明愛家庭服務

香港堅道二號一樓明愛家庭服務協調辦事處

電話：28434670 傳真：25215720

承印者：樹人紙品印刷有限公司

版次：一九九五年十二月初版

書號：ISBN 962 - 8052 - 05 - 5

定價：港幣二十五元

版權所有・翻印必究

目錄

序

前言

分享的喜悅

第一部份

黑夜降臨黎明再起

一、心靈自由

二、快樂是靠自己

三、成長

四、豁達可愛的屋村肥師奶

5

7

9

15

29

37

47

五、為自己而活

57

六、裝備自己

67

七、活得比你好

77

八、重塑生命

87

九、母親節專訪

97

十、義工

105

十一、共享天倫

113

第二部份

婚內婚外

一、漣漪

123

二、抉擇

133

- 三、為甚麼我沒有婚外情
- 四、不忠丈夫的自白
- 五、雨過天晴

第三部份

附錄

- 一、「婚姻以外」支持小組
- 二、「婚外情問題」熱線
- 三、輔導及支援服務
- 四、第三者力量不容忽視

目錄

序

前言

分享的喜悅

第一部份

黑夜降臨黎明再起

一、心靈自由

二、快樂是靠自己

三、成長

四、豁達可愛的屋村肥師奶

5

7

9

15

29

37

47

五、為自己而活

57

六、裝備自己

67

七、活得比你好

77

八、重塑生命

87

九、母親節專訪

97

十、義工

105

十一、共享天倫

113

第二部份

婚內婚外

一、漣漪

123

二、抉擇

133

- 三、為甚麼我沒有婚外情
- 四、不忠丈夫的自白
- 五、雨過天晴

第三部份

附錄

- 一、「婚姻以外」支持小組
- 二、「婚外情問題」熱線
- 三、輔導及支援服務
- 四、第三者力量不容忽視

序

近年不斷增加的婚外情案例確實威脅家庭的和諧穩定。自九三年開始，家庭服務的社會工作人員已察覺到婚外情問題的上升趨勢，而最令人擔心的，是大部份的個案，都涉及與第三者的穩定及長期關係。

明愛家庭服務的工作目標旨在鞏固與加強家庭的完整性，並透過不同層面的專業介入手法，提高個人及家庭整體的能力，改善家庭生活的質素。因此，近年家庭服務銳意加強對受婚外情問題困擾家庭的服務，以期收預防及補救之效。

「婚外婚內」及「面對婚外情」這兩本書的出版，就是希望透過深入淺出的文字，及過來人的由衷之言，協助正面對這個問題的人士了解自己

及家人的需要，尋求正面解決的方法。也希望能鼓勵其他夫婦積極注視檢討及改善婚姻關係，以預防婚外情發生。

香港明愛

社會工作服務部部長

陳秀嫻博士

前言

面對日趨嚴重的婚外情事例，心底的問題是：別人的婚姻出現問題，作為社工，作為朋友，或家人，我們的關懷與幫助怎樣才能發揮效用呢？若婚外情是一種傳染病，我們可以落實做些甚麼，去增加自己家庭的免疫力呢？

要維繫一段和諧的婚姻，從來都不是易事。就好像一對空中飛人，偶有閃失，就會雙雙掉下來。我們嘗試透過《婚內婚外》、《面對婚外情》這兩冊書，嘗試編織一個安全網，書中並沒有靈丹妙藥，但藉著社工搜集的資料及實際輔導經驗，以及曾經因婚外情問題備受困擾而最終能摸索出自己的道路的一群有心人的分享，我們有信心已經整理了一個輪廓，可供參考。

家庭是一個有機體，若遇上婚外情的衝擊，男女雙方及他們的子女都受影響，那就算是表面看來享受齊人福的外遇者，其實也無可避免地要付出巨大的代價。因此，我們嘗試從加強家庭的整體性和穩定性這個著眼點去面對婚外情問題。因為家庭服務的接受服務者及社工，以至參與這兩本書編寫工作的人員大都是女性，故此難免傾向從女性角度去分析及推論，這是此書的限制。但亦反映了部份的現實。香港基本上仍是一個男尊女卑，男立女從的社會。期盼這兩本書能成為兩顆明澄的石塊，擊向湖心，引發起熱烈的討論。讓備受困擾的家庭不再怯弱自卑，諱疾忌醫，一起面對婚外情的衝擊，重建破損了的家庭，勇敢踏上新生的第一步。

香港明愛家庭服務協調總監

黎鳳儀

分享的喜悅

婚

外情，由古至今一直以不同的方式存在。有很多人會被過份渲染為樸朔迷離、浪漫激情的婚姻以外關係所吸引，而不能自控。

旁觀者清，當局者迷，作為有外遇的一方「迷者」並未體會婚外情有如糖衣包毒藥，隨時會引發不可預計的效果。所謂紙不能包火，星星之火也可以燎原，大火熄滅後，景象不再。但為甚麼仍然有人在所不計，情況就有如燈蛾撲火一樣，箇中原因，或許，連當事人，也不明白所以。

至於另一方面的「迷者」，便是配偶的一方，黑夜驟然地降臨，明天會是怎樣，何去何從，一切似乎都不在控制之內。

面對這樣的困局，配偶是否就只有永遠無奈地等待；外遇者是否永遠

的逍遙快樂，置身度外呢？到底有沒有扭轉局面的可能性呢？

本書出版的原因，就是透過當事人包括了男性、女性、外遇者、配偶等，分享他們的親身經歷。從他們的個人經歷裏，我們可以得知婚外情的糖衣底下令人傷痛的一面，如何傷害配偶，雙方的感情，甚至是自己。但更重要的是，我們可從他們身上，看到人類的美善，堅忍和生命的動力。

書中的主角，都是曾經接受過輔導或參加「婚姻以外」支持小組的組員。從最初當局者迷的階段，慢慢地找到自己的方向，當中的掙扎並不是一件容易的事，但他們都一一做到了。

他們希望，以過來人的身份，透過書中的分享，可以協助一些正在處於水深火熱的朋友。當中有數位朋友，是初試啼聲，親自執筆。而另外有一部份則是另一位有心人畢美娟小姐協助筆錄。最初，他們常說，他們並

不善於寫作，很怕會見不得人。我的回應是，我們不是專業作家，並不以漂亮的文筆取悅讀者。我們是以真、以誠達到生命與生命的接觸，我相信讀者，同樣會以感受，來接觸、欣賞我們這羣創造者的誠意。

我們渴望能夠傳遞給讀者一個信息，成功並不是指外遇者中止婚外情，夫婦可以恢復完整無缺的婚姻生活，反而是個人怎樣突破困局，在十字街頭選取了最合適自己的道路及生活方式，並且繼續向前走。而在此過程中，他們對人生有著更深的領悟和成長。

我要強調本書無意指出一條康莊大道，經驗是無法轉移的，除非是自已親自去走，去體驗。

我們以喜悅的心情盼望本書能夠在婚外情問題上，成為一本產生激勵、啟示作用的書籍。也深信第一冊，「婚內婚外」可以協助你們更具體