



急件

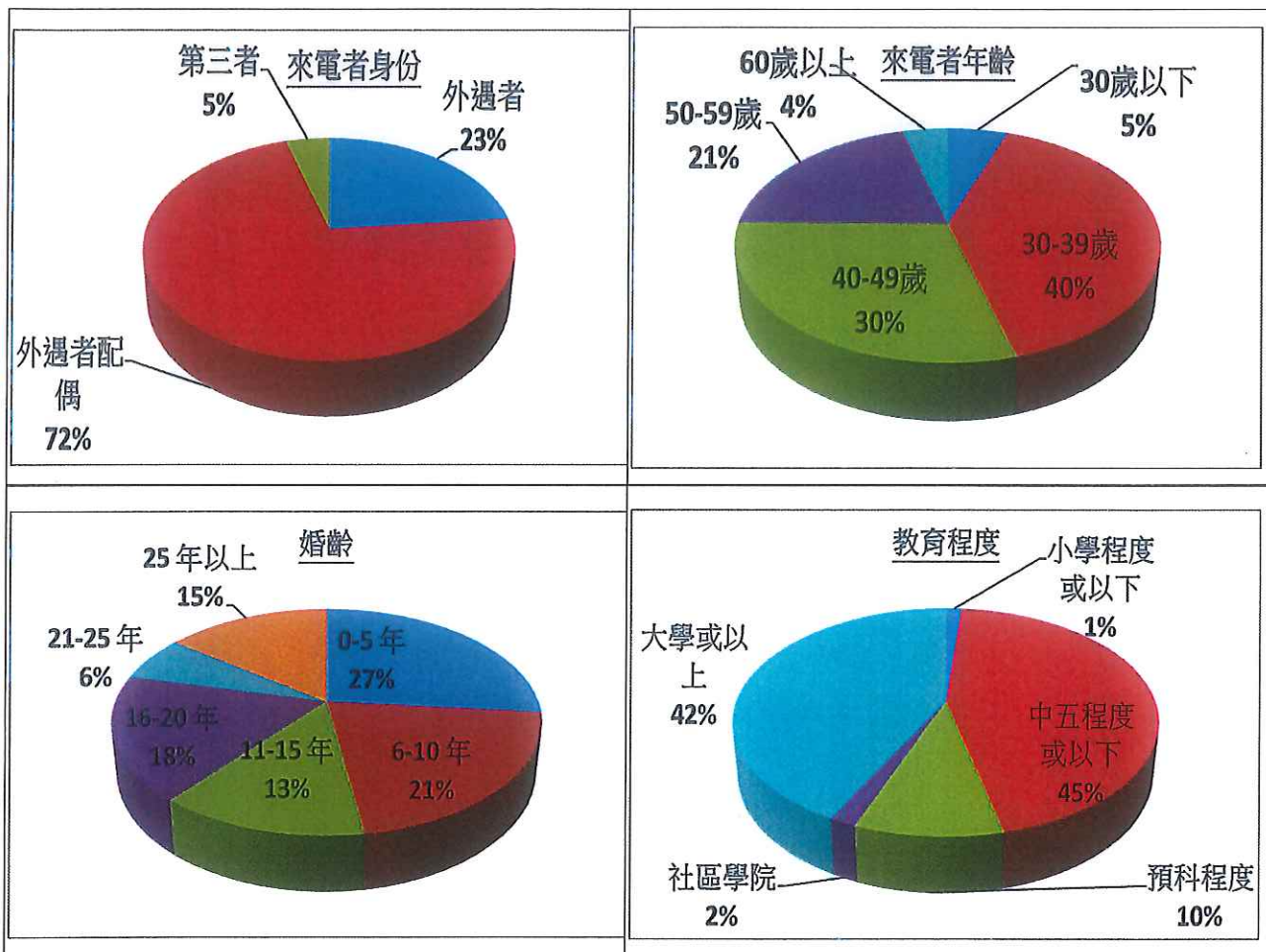
明愛向晴軒危機專線及教育中心

新聞稿 — 揭露婚外情 · 分居宜冷靜

致各傳媒編輯：

2017年9月4日，油麻地區發生了一宗夫婦墮斃倫常慘案，據報導稱，事件涉及婚外情。事件引起各界關注，更令我們重視受婚外情困擾的家庭所面對的無助與困苦，確實需要得到及時的支援。

「婚外情問題支援服務」於1/9/2016至31/8/2017期間，共接獲1,966個求助電話，數據如下：



從以上數據可見，來電者的年齡主要介乎30-40歲，佔40%。而婚齡0-5年的夫婦出現婚外情問題相當嚴重，當中婚齡0-3年的佔了15.9%，可見新婚及年輕夫婦出現婚外情的情況非常普遍，情況令人擔憂。至於教育程度，當中42%為大學或以上的程度，從前線經驗所得，高學歷的當事人會有較大抗拒或較低動機尋求社工及專業人士進深一層的協助。

當婚外情被揭發後，大部份的外遇者配偶都會因失望、憤怒、不安、悲痛交集下選擇與外遇者對質，期望對方正視問題，承認過錯，作出抉擇；而外遇者在沒有心理準備下被配偶揭發婚外情，難免會慌亂、歉疚、迷失，甚至擔心要離婚而失去理智。

事實上，雙方均受到婚外情事件困擾，就「婚姻決定未明朗化」而感到焦躁不安及困擾，未能理性討論和冷靜判斷是可以理解的。所以有部分夫婦會選擇分居冷靜，雖然心理上仍然是想著急的解決，但婚姻的「去或留」，確實不宜在任何一方情緒不穩的情況下草率決定，這是不理想的時機。

就此，我們為受婚外情問題困擾的人士建議以下的自救錦囊：

1. 在揭發婚外情初期，難免因傷痛、不安而急於與對方對質，宜先冷靜自己，並尋求社工及專業人士的協助，商討如何與配偶和平地討論婚姻問題；
2. 如夫婦雙方均無法處理因婚外情帶來頻密及劇烈的衝突，或任何一方情緒激動，可考慮暫時分居冷靜一下，不宜單獨見面，如有需要，應考慮尋求社工及專業人士協助，並申請入住避靜中心；
3. 如夫婦未有足夠的支援，雙方暫時不應見面，或作出一些重要的決定；
4. 如需要保持聯絡，可考慮以電話、短訊溝通，或在親友陪同、社工協助下，選擇在合理的時間和合適的地點見面，以保障雙方的安全；
5. 相信自己及對方仍然有選擇，自殺及他殺並不是出路，只會讓一切無法逆轉及挽回。

明愛「婚外情問題支援服務」專為受婚外情問題困擾的人士提供熱線輔導，另有定期舉辦《雨後彩虹》婦女輔導小組、《一期一會》互助小組及相關專題講座，協助當事人紓緩負面情緒及正面處理婚外情問題。如有任何查詢，請致電 3161 6666 與本服務社工聯絡，或可瀏覽本服務網頁 <http://ema.caritas.org.hk>，獲得最新資訊。

明愛婚外情問題專線：3 1 6 1 6 6 6 6（由註冊社工接聽）
服務時間：星期一至五（公眾假期除外），中午 12 時至晚上 11 時

向晴熱線：18288 (24 小時由註冊社工接聽)

王翠珊
明愛向晴軒危機專線及教育中心
高級督導主任

二零一七年九月五日