

理解個案的思考過程

來源：區祥江。《夫婦輔導的理論與實務》，頁90-91

■ 夫婦首次面談

1. 他們對求助問題的看法和所理解的含意
 - a. 他們認為問題的本質是甚麼？問題在哪裏？因由是甚麼？
 - b. 誰應對問題負責？
 - c. 其他有關人士對問題有甚麼看法？他們又認為問題在哪裏？
2. 問題發生的時間或歷史背景——它的起源、隨時間的轉變、先前的問題等
 - a. 問題從哪時開始？
 - b. 發生問題之前有沒有甚麼變動？
 - c. 他們曾否在此段或之前的關係中出現過類似的問題？
 - d. 問題隨時間有甚麼轉變？
 - e. 他們現在求助的動機是甚麼？
 - f. 之前用過甚麼方法處理？結果怎樣？
3. 問題帶來的後果——對夫婦二人及個別的影響
 - a. 問題對他們的生活有甚麼影響？
 - b. 假如問題消失了，他們期望會是怎樣？
4. 他們對評估及將會進行的輔導有甚麼目標？
5. 他們在首次面談中有甚麼不尋常或特別之處？當中代表甚麼？
6. 輔導員處於他們當中的感覺如何？這感覺對他們的關係和求助的問題有甚麼啟示？

■ 事實

1. 他們在法律上的關係是怎樣的？二人的看法又如何？擴大的關係處境是怎樣的？
2. 他們的關係維持了多久？
3. 在二人的關係中，有哪些預計得到及預計不到的壓力？
4. 二人的財政關係如何？
5. 二人有種族、族裔或其他方面的差異嗎？這些差異在二人關係中扮演了甚麼角色？

■ 個別特徵

1. 他（們）有沒有甚麼特徵？
2. 他們個別的關係歷史是怎樣的？
3. 他們分別處於人生甚麼階段或轉變？
4. 他們分別對這段關係有多投入？

■ 求助問題的關係因素

1. 是甚麼吸引他們走在一起？雙方對一段理想關係的描繪或期望有多接近？
2. 他們如何在二人關係裏，平衡獨處與相聚的時間？
3. 他們在情感、功能和道德標準上的溝通程度如何？他們處理差異及解決問題的能力如何？
4. 他們如何處理性別衝突？
5. 他們在關係裏保持公平和信任的能力如何？
6. 他們對性生活的滿足程度如何？彼此從性結合中得到的歡愉（pleasure bond）有多強？
7. 他們的關係如何受身邊的關係圈子影響？
8. 在二人的關係中，有甚麼個人及關係上的資源？
9. 他們有沒有顯示出對親密及相依方面的困難？這些困難與他們的求助問題有關嗎？
10. 他們的求助問題，能夠帶出甚麼正面或系統上的幫助？

與有外遇的一方處理其婚外情關係

- 你們是怎樣認識的？
- 你們是怎樣互相吸引的？
- 是誰主動展開這段關係？
- 關係開始時，你對自己有甚麼感受？
- 關係開始時，你對自己的婚姻有甚麼感受？
- 關係開始時，你的生活正處於甚麼景況？
- 你對這個人依附的程度有多深？你認為自己愛他／她嗎？
- 這段關係對你有甚麼意義？
- 這段關係為你的婚姻帶來了甚麼幫助／傷害？
- 這段關係對你自己帶來了甚麼幫助／傷害？
- 你有想像過自己會發生婚外情嗎？
- 這段關係對你的倫理、道德或價值觀帶來了甚麼挑戰？
- 你最喜歡這個人／這段關係的是甚麼？
- 你最不喜歡這個人／這段關係的是甚麼？
- 要結束這段關係，你覺得怎樣？
- 你覺得這個第三者對結束這段關係會有甚麼感受？
- 你覺得你結束這段關係後，那第三者會放下這段關係，還是會繼續糾纏？
- 還有甚麼人知道這段關係？
- 你曾否想過結束這段關係，或試過但不成功？
- 你的配偶曾否想過結束這段關係，或試過但不成功？
- 你需要多少精力去維繫兩段關係？你覺得這樣做疲累嗎？
- 你覺得這段關係完結後，自己會有甚麼感受？
- 你會否因為要結束這段關係而惱恨配偶？
- 你試過必須結束一段關係嗎？
- 之前的關係要結束時，你覺得怎樣？
- 你是否準備會為失去這個（第三者）人而傷心？

受婚外情打擊後的心理反應

- 失去自信——從前對自己充滿信心，今天覺得自己如此差勁，開始懷疑自己。
- 失去了在婚姻中不可以替代的位置——原以為自己在婚姻中是不可替代的，豈料現在有另一個人可以取代自己，這是對自我價值的重大打擊。
- 失去自尊和自我的價值——為了挽回婚姻，不惜討好對方，失去尊嚴和自我的價值。
- 責怪自己——回想過往，為甚麼不早些察覺對方有婚外情的迹象？開始有點兒怪責自己。
- 失去了對自己思想和行為的控制感——在腦裏不停思索，追究原因，對每件細微的事情，也翻來覆去地想多次，好像不能抑止；有時則不由自主地懷疑和追蹤配偶，切切地渴求尋根究底。
- 覺得世界沒有秩序和失去公理感——一向認為善有善報、惡有惡報，世界總有公理；豈料現在無辜地承受這種打擊，感覺世界沒有秩序、沒有公理。
- 失去了信仰——我們不是相信上帝會保守我們免於災難嗎？為何祂會容許這些事情發生在我身？祂是慈愛的嗎？我還可以依靠祂嗎？
- 失去了與人的聯繫——連最信任的人都出賣自己，我還可以信任誰？如果向別人傾訴，他們會明白和了解嗎？他們會否用懷疑的眼光看我，猜想我怎麼連婚姻也保不住？
- 失去了生存的目的——從前為了愛和為了這段婚姻，甘心樂意地付出；豈料現實並不是自己想像中的那回事，我還有甚麼生存的意義和目的？