



香港公教婚姻輔導會

第91期
季刊
非賣品

網址: www.cmac.org.hk
電郵: os@cmac.org.hk

地址: 香港上環皇后大道中181號
新紀元廣場低座101室(總部) 電話: 2810 1104
傳真: 2526 3376
香港上環干諾道西28號 電話: 2810 1105
威勝商業大廈2樓202及204室 傳真: 2336 6523
傳真: 2336 9542
香港堅道2號明愛大廈502室 電話: 2523 3128
傳真: 2523 3121
九龍觀塘翠屏(北)邨翠樟樓 電話: 2782 7560
M2層101-109室 傳真: 2385 3858
香港北角連華街30號聖猶達堂 電話: 2566 5019
傳真: 2887 6340

第一頁

主題: 互聯網與家庭生活

二零零五年六月

編者的話

隨着現代科技的急速發展及電腦應用的普及化，互聯網成為全球性最大的一個資訊網絡，互聯網的使用也成為許多現代人生活中一個重要部份。兒童及成人藉着登入互聯網上數以百萬計的網站，體驗其在教育、資訊、娛樂、商業貿易等多面的功能。今期專題「互聯網與家庭生活」初步探討婚姻生活及兒童成長如何受着互聯網所衍生的另類衝擊，讓夫婦及家長對家

人的上網行為增加瞭解，讓個人進一步理解使用互聯網時可能產生的一些負面影響而知所取捨，也令為父母者更有效地掌握指導子女使用互聯網的要點和策略，讓這現代化的科技真能促成子女的健康成長和發展。

我們希望可以與各位讀者分享你們對「互聯網與家庭生活」這主題的迴響，歡迎你們登入香港公教婚姻輔導會網站www.cmac.org.hk「討論區」中的「婚姻園地」，給予寶貴的回應。

互聯網與婚姻關係

在現代社會中，電腦及互聯網的應用已廣泛滲透日常生活的不同角落，無論是教育、商業、資訊的搜集與傳遞、娛樂購物等都可透過互聯網拓展至人群當中。互聯網有助社會發展和個人與人之間的連繫，這是毋庸置疑的事實。然而，筆者發現一些夫妻關係的問題，也跟互聯網扯上關係。一些使用者透過互聯網上所提供的平台，尋找及表達跟性有關的行為。本文嘗試探索互聯網上一些跟「性」有關的現象，以及與夫婦衝突相關的情況。

互聯網上所提供的平台

互聯網上設立的「閒談室」、「討論區」和「專欄」，可供連線使用者登入，以文字方式表達訊息，以及與其他連線使用者作互動式的對話。一些特設的「閒談室」被明示或暗喻為與「性」有關的平台，讓使用者以文字方式放上引起性反應的色情故事，或以聲音及色情相片即時相互傳送，如有同時登入此平台的使用者作出回應，便可使一個單向的傳遞轉變成一個互動的溝通，引發對方的性幻想和性興奮。

「ICQ」的盛行及電郵往來，為不少有需要的人突破人與人之間的隔膜和孤立。一些素未謀面的連線使用者，透過玩「ICQ」的方式在虛擬空間相遇接觸，以文字方式作即時及相互「交談」。借用一個代號以表達自己的身份，運用文字的力量，選擇性地表達個人最理想的一面，以及利用文字需被主觀詮釋的特點，使另一方產生無限的想像。一些連線使用者借助這種通訊的特點，刻意塑造良好形象，以期取得對方的信任；以文字或圖片種種方式誘發對方的情慾，性幻想及性興奮，從中獲取個人的性滿足，再進一步約見對方，甚至發生性接觸。

此外，互聯網上出現數以萬計的成人網站，讓連線使用者從中自行揀選訂購不同種類、數之不盡的色情相片、影

片及產品，就如置身於這虛擬空間中的「紅燈區」。再者，一些高度商業化的網站借助高科技的影像傳播系統，為客人安排收看現場色情表演，以及按照客人的要求進行製作，讓客人創造和滿足其個人的性幻想。以上的種種現象，實在只是互聯網上性文化的其中一些面貌。

互聯網與夫婦衝突

筆者認識一些有關夫妻關係的問題，跟互聯網扯上關係。一些丈夫投訴太太一有空閒時間便登入互聯網玩「ICQ」，且每每用上一至兩小時與「異性」溝通，丈夫感到被冷落、憤怒；此外，一些作丈夫的述說有上網打機及瀏覽網頁的習慣，當妻子入睡的夜深時份，或是完成夫妻事後，便靜悄悄地開啓電腦，登入色情網站下載及觀看色情電影及照片。

一些人認為自己只是透過互聯網進入一個虛擬空間，而並沒有與真人作面對面的接觸，這不會影響及傷害他人；而沒有「肌膚之親」的接觸就不算不忠，也不算是「性」。此外，他們相信只要不被別人親眼目睹自己正在上網，而自己的身份只是以電郵地址或代號取代，自然不會被確認身份或住處，所以相信自己是安全的。

對於他們的配偶來說，所產生的想法和結論卻不一定相同。一些妻子對於其丈夫的行為感到反感，感到自尊受損，自覺不能跟網上的性感女郎和充滿挑逗性的相片競爭。她們對夫妻生活逐漸產生抗拒，感到自己是丈夫的洩慾對象。有時候，她們常會為配偶的行為而感到困擾，又或是過份關注配偶的一舉一動，試圖討好或企圖控制配偶的行為。

一些丈夫因著不想破壞夫婦間的感情，應允妻子終止那些上網行為，但不久卻又不由自主的重拾「舊趣」，不時

會「心思」，回憶以往的性快感經驗。在無聊、沉悶、寂寞或受壓力的時候，再次瀏覽有關的色情網站、登入「閒談室」或性資訊版，透過接觸當中得到的性刺激，摒除內心空虛寂聊的感覺，以期暫緩內心的壞心情。

學者嘉斯等人(Carnes et al., 2001)指出，這種足不出戶，具隱匿性及私人空間的網上連網「性」活動，誘發使用者減低個人的自我約束力。又因為由個人性慾的浮現及被激發，只需數秒的時間便可尋找及進入特定的網站，自行挑選可引發情慾高漲及興奮的色情物品，得到即時滿足的回饋，這強化連線使用者這類上網行為。

提升自我覺察

面對透過使用互聯網尋求性趣和性滿足，而又自覺有需要關注這境況的輔導受助者，筆者通常會詢問他們以下一些幫助提升自我覺察的問題：

- ◆ 在甚麼生活境況、狀態和心情裡，你會容易產生上網瀏覽色情資訊、觀看色情電影或相片的意慾？
- ◆ 從中你經驗到甚麼效果？心情有甚麼轉變？
- ◆ 當中你有甚麼性幻想？有否反映出你個人一些未完成的渴望和需要？
- ◆ 完成瀏覽和觀看後，你的心情怎樣？你對個人的行為有甚麼想法？
- ◆ 這些行為如何幫助你、抑或影響你日常生活？
- ◆ 這些行為有否帶給你煩惱？
- ◆ 對於你個人的社交生活、自我形象、健康、金錢及工作表現等各方面會否造成甚麼影響？
- ◆ 對於你的配偶、夫婦關係、家庭生活帶來甚麼影響？
- ◆ 有否其他人希望你改變這些行為？
- ◆ 你有否期望自己作出任何改變？為何希望作出這些改變？

香港公教婚姻輔導會 輔導員
謝龍騰

◆ 你希望作出甚麼改變？
◆ 改變後的你，會對自己有甚麼不同的看法和感受？

上述問題幫助輔導受助者不斷的反思和覺醒，增加認識個人內心的情緒流動、行為動機，以及有待滿足的需要；瞭解這種上網行為和所參與的活動，是否能幫助增進夫婦間愛和情感的流露，抑或逃避，甚至取代二人間真摯並親密的接觸。

結語

美滿幸福的婚姻生活，本是夫婦二人同心協力、互相悅納、傾心吐意並刻苦經營的過程和成果。二人學習彼此欣賞、包容、忍耐，認清配偶所付出的愛並不是理所當然的；在平淡的婚姻生活裡體會細微甜美的深厚感情，於激烈爭論中同時給予無私的確認，在對方傷心失落時獻上滿有愛意的肯定。這樣，夫婦間的情與愛，就像生生不息的泉水，洗滌內心的痛苦和怨憤，滋養雙方「執子之手，與子偕老」的婚姻盟約。

筆者希望透過上述探索有助讀者檢視個人與互聯網之間的關係，反省個人的心性發展和婚姻關係如何受互聯網所衝擊及影響，為自己在互聯網方面找出合宜的定位，珍惜夫婦間悉心孕育的感情和信任，與及雙方所付出的承諾，彼此體貼對方的需要，共創幸福美滿的婚姻關係。

參考書目:

Carnes, P., Delmonico, D.L. & Griffin, E. (2001). In the shadows of the net: Breaking free of compulsive online sexual behaviour. Center City, NJ: Hazelden.