

# 外遇與分裂： 一位男性外遇者的經驗詮釋\*

許皓宜

國立台北藝術大學  
通識教育中心

李御儂

國立台灣師範大學  
教育心理與輔導學系

「分裂」的心理狀態是客體關係理論中十分重視的議題，指的是嬰兒從出生以來，感知到重要他人及所處環境時好時壞，所產生一種「好壞分裂」的矛盾與衝突感。在嬰兒的認知還不足以理解重要他人為何有時生氣、有時高興的時期，會習慣將某部分的感覺與特質排拒出去（通常是壞的感覺與壞的特質），以保護自己不受外在干擾——這個排拒某部份感覺與特質的歷程，客體關係理論稱之為「分裂」。研究者在從事婚姻治療的臨床經驗中，發現「分裂」的心理狀態及整合與否，對伴侶之間的相處甚為重要；有重複性外遇的婚姻關係，更深受此心理狀態所擾。在本研究中，研究者以深度訪談一位男性外遇者所得之敘說資料，透過詮釋現象學的分析方法，與客體關係理論中與「分裂」議題相關之文本進行探討與對話，深入分析：男性外遇者如何透過婚姻關係中的外遇經驗，來整合內在的分裂性情感以及外遇關係中，具有什麼樣的分裂心理現象。研究結果發現，男性外遇者的分裂性情感包含四個面向：1. 在成年親密關係中，感受到外在客體好壞的分裂；2. 在外遇經驗中，感受到自體好壞的分裂；3. 在外遇經驗中，體會本我與超我的排拒及衝突；4. 在外遇的掙扎中，喚醒原生家庭未代謝的分裂性情感。在整合分裂性情感上，亦有四個相對應的歷程：1. 從足夠好的性經驗中體驗好壞情感之整合；2. 在被視為恆常客體之對象身上感受到好壞經驗的整合；3. 接納配偶身上的母性形象與超我形象；4. 覺察原生家庭未解議題在生活中的延續，開展內在客體關係的和解。研究者認為，外遇事件可視為內在分裂情感的行動化，在外遇後的婚姻重建實務工作上，並不能只看到被外遇者的創傷與失落，更要協助外遇者體察這種破壞婚姻的衝動來自何方；此外，「性關係的重建」也許是對婚外情治療具有關鍵力的重要元素，促使早年與原生家庭之議題浮出意識層面，得以被夫妻雙方所處理。

**關鍵詞：分裂、外遇、客體關係理論、詮釋現象學**

過去數十年來，開始有許多研究者試圖以婚姻和家庭的角度來了解個體；在 1950 年代，婚姻與家庭治療因而正式興起。其中一項重要的背景因素，即是對精神分析的修正。許多著名的婚姻家庭治療師受過精神分析的完整訓練，但有些對精神分析的問題解釋模式存疑，因而逐漸演變出

---

\* 1. 本篇論文通訊作者：許皓宜，通訊方式：ericahsu1231@gmail.com。  
2. 本文獲國科會補助，計劃編號：NSC 102-2410-H-142-002。

兩種不同的治療觀點：其中一派的治療師認為，要理解個體，一定要考慮家庭成員的相互作用，此為後來之家庭系統觀；另一派的治療師則堅守精神分析的論點，認為早年家庭環境下的性格形成時期極為重要，個體此時此刻的問題早已「內化」在人格當中。簡單來說，前者聚焦於「家庭現實」，後者聚焦於「內心現實」（童俊、丁瑞佳，2012）

精神分析本身是一個龐大的體系，以 Freud 為始祖來看的話，之後還有其弟子 Jung、Adler、Fromm、Sullivan 等，之後近半世紀來許多優秀的精神分析師如 Anna Freud、Klein、Winnicott、Bion、Fairbairn 等，客體關係理論即是由 Melanie Klein 所提出的重要理論。當代的美國精神分析師 David Scharff 及其同事將其應用到婚姻與家庭治療中，開啓了客體關係家庭治療的視野。

客體關係家庭治療屬於精神分析、也屬於家庭治療，關注在一個最重要的面向上：身處親密關係中人的愛恨情仇（童俊、丁瑞佳，2012）。其中應用了許多客體關係的論點進行與夫妻、家庭的工作，其概念既重視「家庭現實」之處理，也試圖將家庭成員從潛意識的束縛中解放，進一步學習處理自己與其他家人的問題。這種整合工作非常困難，但在美國已經被實施超過 20 年。

在客體關係家庭治療對於夫妻關係動力的解讀中，Dicks（1967）認為，婚姻所提供的關係經驗類似於早期與母親的關係，是一種恆久依附形象的象徵。早年的依附關係將引導個體尋覓伴侶的經驗，過去存放在潛意識中、被壓抑的客體關係會重新在伴侶關係中浮現，所以人們對於婚姻的期待通常是符合內在所需的客體圖像，而不自覺「理想化」具有婚姻承諾的伴侶。然而，婚姻真實生活往往好壞並存，當婚姻現實不符內在圖像，個體為了婚姻關係的存續，某些婚姻客體經驗需要被重新壓抑—如同嬰兒在與母親的相處中需要壓抑某些不被允許的欲望，早年的分裂情感也因而被重新體驗—壓抑困難的客體關係將使夫妻產生問題，其中，「婚外關係」被看作是一種具有攻擊性或防禦性的關係形式，個體將他的生理連結（性關係）從婚姻關係中分離出來，代表無法整合自己的內在客體世界（Scharff, 1991）。

研究者同時接受過系統取向及客體關係取向的婚姻家庭治療，在過去的婚姻治療經驗中，發現許多具有婚外情經驗的當事人，因想要修復關係而來。這些夫妻不同於外遇後，認為婚外關係才是真愛、或者堅持離婚的當事人，在婚姻受到痛苦與破壞的掙扎中，仍然想要靠近彼此，但外遇問題又常在婚姻關係持續後被強迫性地談論或重複發生。研究者認為，真正阻礙經歷外遇後夫妻重聚的重要因素之一，乃是他們對於外遇可能重新發生的恐懼—而這種恐懼也確實是經驗婚外情的婚姻治療中時常遇到的困境，但過去研究卻甚少探討這種具有強迫性質的「重複性外遇」背後的脈絡為何？據此，研究者對於客體關係家庭治療中談到的：「人們總是希望找到幫助自己整合的客體，並且將此期待放在伴侶身上」（Scharff, 1991）深感興趣，阻礙婚姻重建的恐懼是否可能與這種「幫助自己整合的期待」相關？因此，本研究以詮釋現象學的方法，訪談具有「重複性外遇」的當事人，深入探討客體關係中被認為與婚姻問題極為相關的「分裂情感」，如何形成推動外遇問題的內在動力，以擴展客體關係婚姻治療處理婚外情問題之視野。

## 文獻探討

### 一、童年經驗與親密關係

#### （一）親密關係的初始原型

母親的乳房是嬰兒的第一個原慾客體（libidinal object）。嬰兒在被餵食的過程中，偶然發現口腔慾望的滿足是快樂的來源；因此，嬰兒吸吮母親（主要照顧者）的乳房便成了一切親密關係的初始原型，而母親的愛撫與照料也成為嬰兒第一個完整的原慾滿足對象。自此之後，嬰兒開始尋找自身之外的客體，釋放特定部位的原慾，以滿足內在渴望與需求。Freud 與 Strachey（2011）認為，這種原始的親密關係原型，對人們日後親密關係的建立，具有無可撼動的影響力—也就是說，人們終其一生，在親密關係的建立上，都是為了延續這種原始吸吮母乳的親密連結；親密關係的追尋，更可視為嬰兒時期、母嬰愛戀關係的重現（Mitchell & Black, 1995）。

## （二）嬰兒時期的分裂經驗

就發展上來說，最早的客體關係是一種「共生」的狀態，亦即，自體無法擺脫地混淆著客體，自體與客體的區別並不明顯。對嬰兒來說，媽媽就是自己、自己就是媽媽。倘若母親能發現嬰兒的各種需要並給予適當回應，直至出生六個月之後，嬰兒自我功能便會逐漸獲得發展，逐漸在分離感中獲得個體感，客體關係理論稱此為「分離—個體化歷程」。

Mahler、Pine 與 Bergman (2008) 將「分離—個體化歷程」分成三個階段：階段一是「分化」，孩子會發展出一種「機靈、堅持且具有目的性」的神色，這個時期的孩子被抱著的時候，似乎要從母親身上掙脫開來、以找到一個好的視野來觀察母親，Mahler 等人 (2008) 認為，這表示孩子的自我逐漸「孵化出來了」。階段二是「實踐」，孩子會重複地操作那些他們所習得的新技能，例如，從爬行到站起來，以發展那些自發性的自我功能—然而，在這個階段，某些內在仍具有「共生」需求的父母，可能會在孩子不需要的時候把它抱起來，而阻擋了他們快樂的實踐。階段三則為「和解」，孩子對自己的脆弱以及對自己依賴母親有了新的覺察，而產生「如影隨形跟著母親」與「逃離母親」的矛盾感；因此，在情緒上可能會開始呈現出一種稱為「分裂」的模式，母親或其他重要他人，會被孩子交替地視為「全好」或「全壞」。在這過程中，好與壞的矛盾感，常常伴隨著孩子的情緒與當時的情境，時時輪替著：嬰兒將好的母親視為提供安全感的人物，將不好的母親想像成充滿破壞性的人物—藉由這種「分裂」感覺，來保護自己不受到矛盾感的破壞與干擾—那些好與壞的不舒服感，是從你身上來的、不是我！這些受到早年母嬰經驗影響所而形成的內在心理結構，在往後的人生中，將持續影響個體如何感知外界、以及與外界互動的方式，進一步影響外在人際關係的建立—特別是婚姻與親密關係，可視為個體早年客體關係的再現。

## （三）幼兒期性早熟與退化性分裂

在 Freud 的性發展理論中 (Mitchell & Black, 1995)，認為人度過三到六歲的性器期後，會先有數年的性慾潛伏期（即六歲到十二歲），直到進入青春期的，才再度喚發性的渴望與需要。倘若，被潛抑的性原慾在十二歲前提重現，卻因為身體器官的尚未成熟而無法被滿足，就可能化為內在的焦慮不安，對發展不利。Freud 與 Rieff (1997) 引用了臨床觀察的案例，認為：有些成人在所愛之人離去時，常表現出焦慮不安，就是因為原慾需求無法滿足的延續。面對這樣的不安全感，很多成人會將成年的自己與童年的自己分裂開來，以致退化成嬰兒的模樣來緩解內在的恐懼；藉由退化到嬰孩的模樣，把幼年時害怕不安的自己，從成人的我當中分裂出去，來降低焦慮。這種在親密關係中感到焦慮不安的延續性習慣，也將影響成人在親密關係中的穩定度。

## （四）青春期亂倫幻想與性慾排拒

Freud 的理論中，也提到亂倫的性幻想 (incestuous phantasies) (Freud & Strachey, 2011)：這是一種來自於嬰幼兒時期，孩子對父母的一種純粹的原慾之愛 (pure libidinal love)，進到了青少年時期後，因為性徵的發展，夾雜了肉體性慾的元素，開始產生對異性的性幻想與衝動，因此青春期的首要任務便是成功撤回對父母的依戀，最終脫離父母的管轄。倘若，無法成功脫離對原生家庭的依戀，Freud 認為這種狀況會導致對婚後性事產生影響。例如，排拒性生活 (sexual rejection) 及追求非性之愛 (asexual love) 的女性，常常是因為其內心過度渴望情愛 (excessive need for affection)，卻因為恐懼婚姻生活中真實的性需要，而將這些慾望分裂出去，掩藏並栓附在幼兒時期、對父母的情感愛戀中。

Freud 與 Strachey (2011) 認為，即使這種嬰兒時期的亂倫固著被成功克服，仍會對未來親密伴侶的選擇造成影響。例如：年輕男人尋找類似母親的熟齡女性、年輕女孩受父執輩吸引；親密關係中存在著與嬰幼兒時期類似的妒忌心理，性發展的困擾可追溯至早年父母關係失和等。

## 二、婚姻關係中的分裂與整合

### (一) 婚姻關係中的投射性認同

在上述探討中可以了解不同發展階段的分裂經驗如何形成，而這些經驗都可能形成個體的潛意識，被伴侶帶進婚姻關係中與對方相處。種種存在於個體潛意識中的經驗與感受，都是成年時期在婚姻關係中投射到親密伴侶身上的內涵。甚至可以說，伴侶之間親密感的形成，是奠基於投射性認同的基礎之上。

「投射性認同」的概念，最初由客體關係學者 Melanie Klein (Mitchell & Black, 1995) 所提出，用來解釋生命最初的母嬰關係，以及成年後的人際互動模式。Scharff (2000) 對 Klein 的概念提出詳實的說明：「投射性認同指的是，個體將自體身上某些分裂出去的部分，投射到客體身上的結果。投射性認同一旦發生，就可能導致自體在客體身上看見自己投射出去的特質，並試圖控制這個特質、或是對這個他所投射的客體產生認同。」因此，投射性認同不只是單一個體 (one-body) 的內在活動，而是兩個個體 (two-body) 之間的活動。尤其在親密關係中，人們怎麼看待自我的一部分，就會怎麼看待伴侶；因為在伴侶身上，人往往看見自己分裂並投射出去的自己。

### (二) 婚姻關係中的整合需求

Dicks 將客體關係的觀點應用於伴侶治療 (徐建琴、鄒春梅、李孟潮, 2011)，認為夫妻兩人的結合不僅是意識上的選擇，更是潛意識的互補 (unconscious complementariness)。人常常在另一半身上，看見自己難以接受的部分自我，並對這部分的自我產生反應，但其實這些反應乃因存在於自己身上的特質而引發—經由這些在配偶身上的反應，所產生的替代性表達，將兩個獨立而分別的特質與個體合而為一，形成「婚姻聯合人格」(marital joint personality)。從中，個體在另一半身上重新發現自己在最初的客體關係中，曾被剝離、壓抑、遺失的部份，並藉由在配偶身上的重新體驗，滿足內在需要整合自我分裂的需求。配偶就像是某部份的自己，而人們對待伴侶的方式，更取決於如何評價、珍視或抵損，這些被投射出去的特質。因此，人們經常由抗拒親密或攻擊關係裡的一方，來重新經歷生命早期的內在客體關係。例如，人們在婚姻中尋找一個與幼年時期好客體相似的對象，但當婚後、另一半不符合內心設想的理想伴侶形象時，人們便會失望地攻擊伴侶；相反地，當人們企圖選擇一個看似與內心壞客體相反的對象時，卻偏偏很失望地發現，另一半終究和壞客體一樣，於是內心充滿了憤怒。Fairbairn (1952) 則另外補充，越早面臨分裂情感的個體 (如早年喪失父母)，越可能渴望與所愛的人合而為一，彷彿這樣就能成為彼此的一部份，也因此這樣的人在心理上特別容易感到疏離或寂寞。因此，在伴侶關係中，人們試圖在尋找生命早期與主要客體關係分裂而失去的那一部分。

### (三) 婚姻中的分裂與整合將影響婚姻關係的健康與否

Scharff (1991) 用「一種互相滿足彼此的合謀系統 (a mutually gratifying collusive system)」來描述婚姻關係。認為在此婚姻關係的系統中，伴侶雙方會輪流扮演投射者與被投射者的角色，參與投射性認同的發生。婚姻中投射性認同的發生，不僅會調整個體對客體的觀點，同時也會引起客體以一種合謀的方式來回應自體的投射，因而扭轉自體的意象 (the image of the self)。在此歷程中，自體將衝突涵容於內 (contained inside the self)，或投射到關係中 (projected out into a relationship)。然而，投射性認同也可能決定一段關係的品質：如果投射主要被用來外化內在分裂的衝突 (亦即，把自我分裂的衝突投射到婚姻關係中)，將不利於婚姻關係；反之，如果配偶因投射性認同之共享經驗而更貼近彼此的內在，那麼婚姻關係將變得更加親近。

### 三、男性外遇者的原型與心理機制

#### (一) 整合失敗的「破壞性衝動」與「融合需求」

從不同發展階段的分裂經驗，可以發現原生家庭對孩童時期的分裂感之整合具有相當重要的影響。倘若個體能在進入婚姻關係前，逐漸地整合這些分裂的感受，那麼種種矛盾與衝突，就不至於帶入婚姻關係中，影響與伴侶之間的互動（Scharff, 2000）。然而，客體關係理論強調，這在嬰幼兒時期，有賴孩子具有足夠良好的家庭互動經驗，有足夠的被愛感、足夠的愛的能力，才能去容忍重要他人「壞的部分」，以及自己「壞的部分」，未來才有足夠的能量去推動內在進行整合（Hamilton, 1999）。倘若對母親或重要他人的正向感不足，個體會很難去進行內在整合，以免碰觸內心深處脆弱的自我。取而代之的，是一種想把「好的關係」炸毀的破壞性衝動——而這種感受往往讓個體感到不舒服，或想盡辦法把這種感覺排放出去，否則內在會有無盡的焦慮與空虛感（Garvey, 2009）。

此外，客體關係理論也提到（Hamilton, 1999），當個體在「分離—個體化」歷程遭遇困難時，「共生」階段便難以跨越，「融合」的感覺對這些個體來說就顯得十分重要，可能導致他們停留在過去與母親「融合」的溫暖幻想中，有種渴望失去「自體感」的需求。Hamilton（1996）提到，人們在「性關係」中就會產生這種「失去自體感」的狀態，甚至失去時間感、空間感、失去分辨自己與愛人的能力——對成人來說，這可能是最強大的「融合」經驗。

#### (二) 停留在童年時期對父母的眷戀

Freud 也提出了與本研究議題甚為相關的論點：孩提時代對於母親柔情眷戀的固著感，會讓男性在成年後，演變成兩種畸形（deformity）的擇偶方式或兩者之混合，以滿足內在的心理需求（Freud & Rieff, 1997），其中包括：

##### 1. 在成爲第三者的需要中滿足敵對的競爭感

Freud 以「the need for an injured third party」來形容這種男性的心理需求，意即，這樣的男性對單身女子不感興趣，反而深受那些隸屬於他人的女子所吸引。這種畸戀源於伊底帕斯情結的未化解：處於三角關係中的小男孩，渴望與母親交媾卻不可得，因為母親屬於父親；因此，他們常行使兩種心理機轉來滿足嬰兒原慾：深信母親與父親有染、對自己不忠，或者幻想母親不貞、將自己投射成與母親有染的第三者。Freud 認爲，這是因爲人們對於潛意識所認定不可取代之事物，將會永無止盡地追尋，並展現出異常的熱切，這正說明這群男性強迫式地要成爲受害的第三者，其實是在尋找母親的替身——然而，替身終究非本尊，永遠無法滿足他們的渴望，使得他們即使進入婚姻關係中，仍持續地尋找。

##### 2. 在妒忌感中體驗童年時期對母親的矛盾依戀

Freud 以爲，許多人仰慕純潔善良的女子，但有些男人卻專門喜歡不忠（infidelity）、放浪輕狂（sexually discredited）的女子，並在這兩種分裂的女性形象間擺盪。Freud 認爲，這些男性之所以幾近強迫地、反覆投入這樣的關係模式，乃因另一半不忠能燃起他們的妒忌之情（feeling of jealousy），而自己有拯救她，讓她變回純潔的重責大任——這是因爲意識中看似對立相斥的事物，在人們的潛意識中卻可能源於一體。就如同客體關係所言，「全好」與「全壞」的感覺皆源自於母親。隨著男孩的性啓蒙（sexual enlightenment），男孩逐漸發現父母居然從事著這種「難以啓齒」的性事，對男孩而言，母親的作爲令其產生又愛、又恨的感受，伴隨分裂與和解階段的發生，成爲男性生命中一個相當重要的議題（Freud & Rieff, 1997; Freud & Strachey, 2011）。

### 四、研究目的

綜合上述，本研究之目的乃透過現象學的「還原」方法，進一步分析探究：男性外遇者如何透過婚姻關係中的外遇經驗，來整合內在的分裂性情感？以及外遇關係中，具有什麼樣的分裂心

理現象？透過文本的閱讀、詮釋與理解，更加深入地探究，客體關係理論所言之「分裂」概念，如何在婚姻關係中展現？並透過這樣的歷程，初探客體關係婚姻治療的重要概念，以建構理解外遇心理的新觀點，最後回應婚姻治療實務工作，對夫妻關係的修復歷程提出建議。

## 研究方法

現象學者 (Heidegger, 1977) 將真理分為兩種：「確然之真」(the truth of correctness) 與「顯露之真」(the truth of disclosure)。「確然之真」指的是從一個被宣稱的命題開始，透過實證科學的研究，探究出所謂的「真理」；「顯露之真」則是單純地顯示出事物原本的樣態，雖然非實證而成，卻是一種直接的示現。Heidegger (1977) 也強調，「顯露之真」乃「確然之真」的基礎，提供所宣稱之命題所需的可理解性；而研究者也真的可能從某些資料當中，去發現事物相互連結的結構 (洪雅琴、李維倫, 2007)。

本文探討外遇經驗的理論基礎主要來自於精神分析與客體關係理論，蒐集資料的方式乃透過深度訪談。Ricoeur 與 Thompson (1981) 提及，諸如精神分析這類隨著時間與經驗而逐步演進的實務與研究歷程，具有「實踐性知識」的屬性，屬於「顯露之真」的研究範疇。這種「實踐性」的精神造就了精神分析理論的價值，卻也可能導致精神分析主觀的疏離與限制。因此，Ricoeur 與 Thompson (1981) 建議透過語言學與現象學的脈絡，重新將精神分析理論化；洪雅琴與李維倫 (2007) 即以這樣的觀點，轉銜到「詮釋現象學」的研究方法，作為精神分析文本的研究策略，提出「相互構成」的分析概念。在本研究中，研究者亦以這樣的理念作為文本分析的基礎。

### 一、以「相互構成」之概念進行詮釋現象學分析

Ricoeur (1970) 比較了精神分析與現象學之間的差異：精神分析解明的是人的「內在心理機制」，現象學闡述的則是人置身所在的「生活世界」--而洪雅琴與李維倫 (2007) 認為，「詮釋現象學」之所以能作為這兩者之間的連結，乃因為 Ricoeur 與 Thompson (1981) 所發展出的文本詮釋技術：透過寫作，將語言行動固定下來，形成文本。在文本當中，藉由人與人的對話 (訪談者與敘說者)，顯露出敘說者與他人的互動結構及關係，進一步開展出敘說者的「生活世界」，並間接呈現出精神分析所指的「內在心理歷程」，足以被探究與理解—這便是一個「相互構成」(李維倫, 2004) 的歷程—其概念與 Gadamer (1989) 提到的「對話詮釋學」概念相似：閱讀者在閱讀文本的過程中，以一種對話式的交談、協商與理解，不斷地分析文本內加入的訊息，來達成「視野的融合」(fusion of horizons)，以貼近文本所呈現的意義、建構出符合現象的描述。對本研究來說，即是透過文本中的對話來還原外遇者的「生活世界」，理解外遇經驗者如何與其配偶及外遇對象發展出「關連性」，並以「分裂」的心理狀態來加入文本對話，藉由對外遇者與重要他人關係的理解，「相互構成」外遇者的「內在心理世界」，建構外遇心理之理論架構。

### 二、研究對象與資料蒐集

本文第一作者透過人際網絡廣發訊息，尋覓適合本研究主題之研究對象，並透過面對面拜訪，了解受訪之意願、評估願意談論外遇議題之開放度，最後選定了本文之研究對象。

研究對象 D (代號) 之背景為男性、46 歲、育有兩子，24 歲進入婚姻，婚後兩年發生第一次外遇事件，與第一次外遇對象交往約 10 年，中間曾經二度被配偶發現、爭吵但未離婚，最後由外遇對象提出分手。和第一次外遇對象分手後，長達 4 年的時間，D 皆生活在失意當中，40 歲時偶然遇到第二位外遇對象，因傾訴第一次外遇的失落經驗而擦出火花，發展出第二次外遇事件，交往一年後，乃因外遇對象欲回歸她自己的婚姻關係而提出分手。D 分手後曾經失意一年多的時間，

體認到真正不會離棄自己的乃結髮之元配，爾後逐漸努力回到既有的婚姻關係當中，重拾與妻子的親密關係。

選定研究對象後，研究者先拜訪研究對象，說明研究目的、程序，並簽署研究同意書。自民國 102 年 8 月至 12 月間，共進行 5 次深度訪談，每次為時 2~2.5 小時。前 3 次訪談主要目的為充分了解 D 在原生家庭、婚姻情感及外遇經驗中的事件脈絡與情感認知，研究者以 D 的原生家庭、D 的情感與婚姻生活、D 的外遇經驗為初始訪談大綱之主軸，逐次理解、補述研究所需之資訊，此結果依序呈現在下列「研究結果」之第一部份「D 在原生家庭中的生活世界」、「D 外遇前在情感與婚姻的生活世界」、「D 在外遇經驗中的生活世界」。後 2 次訪談則發生在研究者與協同研究者進行文本分析與對話討論後，結合理論架構在訪談中所觀察到的心理動力現象，逐一向 D 提出，以喚發 D 更多思考，並對研究者與協同研究者相互共構的內容進行核對。亦即，研究者與協同研究者討論協商形成之「D 的生活世界」為本研究的第一層「相互構成」，研究者與研究對象的再訪對話形成之「D 的置身所在」則為本研究者的第二層「相互構成」。

研究結果由本文前兩位作者進行協同分析、撰寫，並由第三位資深實務工作者進行專業檢核與督導、研究對象進行資料內容呈現與結果真實性之檢核與回饋。

### 三、資料分析之具體步驟

本研究之具體步驟，乃參考李維倫（2004）、洪雅琴與李維倫（2007）所提出的詮釋現象學之資料分析步驟。研究者進一步整理實際進行之分析如下：

（一）將訪談錄音檔，轉錄成逐字稿，並進行流水號編碼。

（二）以「對話分析」的概念進行編碼，切割出足以理解一個具體行動的「交談段落」，成為可被探究的分析單位。

（三）將每個交談段落，還原至其交談動作背後的「脈絡」當中。羅世宏、蔡欣怡、薛丹琦譯（2013）舉例：當某人說「我的車壞了」--這句話放在對前幾天賣車給他的人而言，可能解讀成一句怪罪的話；放在上課遲到的情境中，卻可能變成要祈求原諒。因此，將交談動作還原其脈絡，才能了解交談所要表達的意義。如表 1 例子：

表 1 編碼與脈絡

交談段落	流水號編碼	逐字稿內容	還原脈絡
JC11010	JC030	所以我跟我太太完全是沒有這種歷程。	和元配交往時，談戀
JC11010	RH031	你跟她交往之後不會有這樣子嗎？雖然是在交往，可是也還是在談戀愛，但你不會爲了她騎機車騎到桃園去找她。	愛只是一種「工作」。
JC11010	JC031	也沒有這樣	
JC11010	RH032	你講起來好像關係很淡的樣子	
JC11010	JC032	也沒有不去找她，就是那種（停頓三秒），就是變成一個工作。	

（四）在上個步驟中，還原了交談的脈絡，接著便是把脈絡之間整合起來，透過說話者與研究團隊間「相互構成」的對話、協商與理解，分別依時間軸順序、主題類別，勾勒出說話者的「生活世界」。亦即，研究者與文本對話，提出反思、探討，並與協同研究者共同討論協商，再與說話

者澄清、核對與補充，如表 2、表 3 及表 4。在本研究中，研究者將「生活世界」界定為：從文本中呈現出的、說話者的生活樣貌。

表 2 將描述中的主題轉為 D 生活世界的描述

主題	編碼與省思	第一次訪談中，D 生活世界之描述
元配在剛結婚時 性關係無法配合	JCI1062OC：敘說者透露出，之前老婆在性關係上其實不太能配合自己。	D 透露出，之前元配在性關係上其實不太能配合自己。
元配在剛結婚時 性關係無法配合	JCI1063OC：過去老婆對性事的態度，和自己不同。	D 認為，過去元配對性事的態度，和自己不同。

表 3 還原脈絡中之相互構成歷程（第二次訪談）

流水號編碼	還原脈絡	補述內容
JCI1003OC	情感起源：日久生情，無時無刻發現自己想著，很自然地想要靠近。	這是泛指情感的發生，還是單指外遇的發生？
JCI1003AC	D 的某部分，對感情有很純粹的想像，談起來青春期一樣的浪漫。	
JCI1004OC	情境是情感邁入性關係的關鍵。	是哪種情境？和純粹式想像的情感初始有何不同？

表 4 依時間軸重新排列 D 生活世界的描述

外遇發生前	外遇過程中	外遇發生後
D 的情感起源模式，自述為日久生情：亦即「無時無刻發現自己想著對方，很自然地想要靠近對方」。	在外遇中，D 的經驗是：情感萌芽後，進一步邁入性關係的關鍵。	D 認為背叛者都不得善終，他如此描述前女友，之後也如此形容自己：有報應！

（五）當說話者的生活世界還原後，研究者與協同研究者依客體關係婚姻治療之理論架構，對生活世界之文本內容進行詮釋，形成對說話者「置身所在」的初步了解。接著將此理解一一提出、回饋給說話者，以刺激說話者更多反思、描述與辯證，共同形成經說話者認可之「置身所在」文本。在本研究中，研究者將「置身所在」界定為：說話者如何形容及感知他周遭所發生的生活與事件，以及研究者如何藉由精神分析的概念來理解說話者主觀理解之「整合」經驗。

（六）最後，將「生活世界」與「置身所在」，透過「相互構成」的概念，再次的對話與協商，建構出理解後的理論架構（詳見研究結果中之表 5），以回應本研究之目的與主軸。

## 研究結果

### 一、D 在原生家庭、婚姻情感、與外遇經驗中的生活世界

在這個段落中，研究者呈現與 D 的訪談文本中，透過編碼與時間軸重組所還原的生活脈絡資料，其中包括 D 在原生家庭、婚姻情感及外遇事件的經驗，以及 D 在訪談中所闡述的對於上述三者之情感認知。

#### （一）D 在原生家庭中的生活世界

D 對童年生活的印象是：母親忙碌、父親酗酒。「我在恐怖中長大的啊！我爸在家都在喝酒啊！

喝酒完就打人啊！」「我很快就說我想殺他（爸爸）了。」「我媽哪有空保護我們啊！她比我爸更忙的。」D對原生家庭的經驗多是負面的，除了和貧窮、暴力有關外，D更「覺得他們兩個（父母）根本不應該結合的」。所以D從小就對小說和雜誌特別有興趣，「我很喜歡活在那個故事的想像情節裡」。

雖然不滿意自己出生的家庭，D卻深知自己對母親存在的渴望，「我印象中有一次，超深刻的，那是颱風天，南迴鐵路斷掉，她（母親）沒辦法做生意，就待在家裡面。那是生命中第一次吧！她不用去賣菜，早上我起來她在家裡面。」但母親在D的印象中，大多是缺席的，除了「每天會幫我泡一杯牛奶」，D和母親相處的記憶淡薄。在D的心中，母親是他主要認可的對象，「我覺得我媽媽是一個很忙的媽媽，很辛苦、很可憐的媽媽。一個苦命的女人，嫁給一個不是很有錢又嬌生慣養的少爺（爸爸）。對D而言，他認同母親的犧牲奉獻，「從小看到我媽這樣（犧牲奉獻），我覺得女人就應該這樣」，並想像母親是很有能力的，「我媽受限於她沒有學歷，所以她沒辦法去做很多事。」「但我現在回想起來她滿聰明的，她不認識字，但是非常會打算」；卻又間接認同父親的價值觀，「我不覺得我媽媽漂亮」、「我媽不認識字，我爸又一天到晚嫌她不認識字（可見雖然想像母親有能力，但這能力還是不夠的）」，「我小時候都跟我媽說，我長大要娶水某」，以及認同了父親外貌的優勢，「他的長相是周潤發和馬英九的結合體」、「我覺得我長得像我爸」，所以D對伴侶的期待要「漂亮又聰明」。但D也拒絕了內在覺得父親「沒有能力」又「坐享其成」的感覺，「我對我爸的感覺非常不齒」，尤其是看到母親的付出，父親不但沒有好好對待、卻暴力相向，「你要相對的付出啊！應該要疼惜她」，讓D立誓「不要成為這樣的人，所有他做過的事我都不要做」，母親的付出卻也形成D對母親表達真實感受的困難：「我不知道跟她（母親）關係是好還是不好，人家說父母緣、父母緣，我跟他們就沒什麼緣份。」

雖然童年時曾經非常渴望母親在家陪伴，D在上高中之後，就一個人離家、住校，開始在外獨立的生活，直至現在。期間，D「陰錯陽差」取得高學歷，擁有較同儕更好的工作，形成一種「我覺得我其實蠻優秀」的心情，而這個「優秀」也成了D最重要的擇偶標準。在外念書、工作的將近三十年來，除了每月提供給母親的生活費，兩人幾乎沒有什麼交集。父親幾年前過世後，母親罹患憂鬱症；前兩年，母親憂鬱症復發、又得了呼吸道疾病，D才將母親接上北部照料，同住一個屋簷下，也因此被元配發現，母親還保有每天幫D泡一杯牛奶的習慣：「怎麼你媽到現在半夜還叫你起來喝奶」。D認為，自己「其實很想好好照顧媽媽」，但是「生活習慣真的很不一樣」，特別是母親還保有當年貧窮、撿拾舊東西的習慣，讓D感覺到「彷彿都還聞得到養豬的味道」，提醒自己很想擺脫的過去。

## （二）D外遇前的情感與婚姻生活世界

D的情感起源模式分成兩種：一為一見鍾情「看著外型就覺得她吸引我」，但這種狀況大多「只有曖昧、沒有結果」，「彼此有好感，但沒有在一起」；會交往的則因日久生情、從好感而情漸濃轉為交往，例如婚前唯一交往的前女友便是如此：「我去當兵的時候通信，通信通到後來就變成通電話，然後就在一起了」，交往的原因主要是「突然發現自己無時無刻想著對方，很自然地想要靠近對方」。可見D內在的情感是單純而羞澀的，「對感情有很純粹的想像」，談起感情來青春一樣浪漫的。但D過去喜歡一個人時，也會想偷窺、控制與征服對方，「我暗戀我一個學姐，會半夜去她的教室偷看她的檔案，想知道她在幹嘛。」

D與元配交往的開始是「特殊」的。原本，D與前女友是以結婚為前提在交往，前女友也是D第一次發生性關係的對象。後來發現前女友劈腿、心轉移到別的男人身上，因此分手。分手一個月後，經人介紹、交往，且也屆適婚年齡了，同儕紛紛走入婚姻，因此與元配結婚，「我是失戀之後要找尋慰藉嘛！我記得我生日發現她劈腿，十天後人家就介紹我老婆」。亦即這不同於日久生情、自然動情與靠近的模式，也不完全是一見鍾情（雖然元配外貌漂亮），有一種人工的意味（經人介紹、失戀轉移）。可見D和元配的交往方式並非他想像中發展親密關係的方式，因此D與元配的交往沒有熱情、衝動，也缺乏非理智的浪漫、追求與深刻之情，「談戀愛就變成只是一種工作」，婚後亦這樣「過了三年的平淡生活」。

D和元配剛結婚時，雖一開始自述「性關係不錯」，但仔細探索後才發現，D覺得自己「真誠坦率，對性與浪漫有很多想像」，但元配雖然「生活上持家配合」，卻很難回應D的真誠需求，

不管在「親密或性都是」。此外，元配雖然漂亮，但「不聰明、不優秀」，因此 D 認為，即使第一段外遇沒有出現，「我也遲早會外遇」，而且在第一段外遇出現前，「心裡已經有假想的明確對象，她聰明又漂亮」。D「理想中的另一半是漂亮又聰明」，是因為他覺得自己「聰明」（像母親有能力）、「帥氣」（像父親如馬英九），如果「要找一個更優秀的一定找得到」。也因此，D 婚後即對元配的條件感覺有缺憾，並自覺剛結婚時，就會有其他女子主動「一直接近我」。但 D 也會拿外面的女子和元配比較：「如果沒有比家裡的好，我幹嘛要？」D 認為女人是「自己來的」，反映著 D 在關係中，需要感受到自己被「主動接受與需要」。

### （三）D 在外遇經驗中的生活世界

D 的第一段外遇對象出現，符合他內心對完美伴侶的期待：「她非常非常優秀」。他們之間「除了是親密伴侶也是工作夥伴」，「覺得很幸福」。第一段外遇是位「百依百順」的女性，D 對她有很深的駕馭感，「對，沒有錯，就是駕馭」，也從全然征服與駕馭中，「帶來一種感動」。

D 與第一段外遇對象的關係，也包含一種被征服者的「主動配合」，外遇對象啟動了 D 童年時期在雜誌與書籍中「想像中的整齣劇碼」！就像他「肚子裡的蛔蟲一樣」，「知道男人心中征服的渴望」，「配合」種種被征服戲碼的邀請，「她真的連我的尿都可以喝」，滿足 D 內在與伴侶融合的親密需求，「跟她在一起常常有分不清你還是我的感覺」，「我覺得我們兩個是同一個人」。

有了全然的納入與融合，D 兩度提到對第一段外遇對象的「依賴」，包括工作、生活與親密的「全然依賴」。但完美外遇的感覺導致 D「看老婆不順眼」，心裡又對這種感覺「感到愧疚」，「家庭氣氛也變糟」。

在第一段外遇中，D 明明外遇卻不離婚，自述是因為「沒資格」，「離婚對女人很嚴重」，但「其實不是沒想過，想說房子留給她們（元配和小孩），我跟她（外遇）走，但我憑什麼這麼做？這不就跟我爸一樣不負責任」，所以把愛留給外遇、名分留給元配，直到後來才發現，「失去愛其實會讓女人（元配）凋零」。

D 認為，如果不是第一段外遇對象提分手，外遇可能會「持續到現在」，「可以在一起，不用結婚也是一種永恆」。但即使分手，仍深信對第一段外遇而言，她對自己的情感依舊「十分深刻」。D 為了第一段外遇對象，即使後來她離開，仍不與老婆發生性關係。雖然聽起來像是在為第一段外遇守身一樣，但 D 又覺得像是第一段外遇太厲害，以致元配激不起 D 的興致，「她真的是極品，我老婆真的比不上」。因此，D 在第一段外遇離開後，認為「人生失去希望」。這些都回應 D 對第一段外遇的感受，已超越了「征服、駕馭」，到達一種「客體被納入自體後、自體被剝奪的失落感」，「對，就像妳講的那樣，我覺得跟她分開就好像是與自己分離一樣」。直到第二段外遇出現，生命才又點燃曙光。

只是，交往後 D 才發現，不同於第一段外遇，第二段外遇「其實很難搞」、「難以駕馭」，而且短暫交往後，駕馭感「還未滿足」，她又因為要回到老公身邊而離去（第二個外遇對象乃有夫之婦），也形成 D 生命中的一個未完成事件，「其實我最近心裡有在偷想，和她（第二段外遇）還有沒有可能，不過這個想法馬上就被我打翻了」。之後，D 認為生活仍算充實（忙碌），但又失去希望感，因此不斷追尋強烈的（性）刺激：A 片和自慰。也因此，D 認為背叛者會「有報應」（如同對前女友背叛的描述），從第二段外遇離去後，再度心灰意冷。直到一年前，D 母生病，D 發現元配不計前嫌地幫 D 照顧母親，感受到元配忠實的守護，「我覺得這世界上大概只有她們兩個（母親與元配）是不會離開我的」，心裡感動，開始對元配有不同的情感，但 D 不太肯定這是如同外遇般的喜歡，「這種感覺說不上來，跟她們（外遇對象）不太一樣」，可是在元配身上看到和第一段外遇一樣的特質：「配合」，而且元配對 D 更是不離不棄與犧牲奉獻。D 因此開始從「性事」上訓練元配如同第一段外遇般「主動配合」。D 要的主動配合，不只是日常生活上，也包括「身心的滿足」，「妳知道，就是如果在我老婆身上也找到外面那種感覺就好了」。

## 二、D 在外遇事件中經驗的置身所在

在這個段落中，研究者呈現與協同研究者依照客體關係理論視框，對D訪談後所還原之生活世界文本提出的初始認識，進一步與D進行二階段訪談、對話與核對後所共同保留下來的結果。文本資料內容透過編碼與時間軸重組，進行詮釋性的分析，其中包括D在外遇事件中浮現的分裂情感，以及D在外遇中所經歷的分裂與整合。

### (一) 回應原生家庭與婚姻關係：D 在外遇事件中浮現的分裂情感

#### 1. 優秀與糟糕：將「糟糕的家」排除出去，保護「優秀的自己」

Klein (1998) 提出「原初性分裂 (primary splitting)」的概念，認為孩子在童年時期，對於好、壞感受未能整合的焦慮，會投射到重要他人身上，所以孩子會把「好的母親」和「壞的母親」分裂開來，只靠近好母親、遠離壞母親，以保護自己不受壞母親的干擾。在D的生活經驗中，母親忙碌、父親酗酒，生活並不如意，D因而將原生家庭視為一個「全壞的系統」，在提到原生家庭時，一向平和的語氣會變得特別激昂：「對，我是很不滿意我的家庭啦！（大聲）我出生的家庭。」D對原生家庭不如意的防禦方式，乃透過一些故事情節的想像，將原生家庭的不如意感排除出去，讓自己在想像中不用受那個「糟糕的家」、「糟糕的出身」所影響。這樣的防禦方式延續到婚姻中：D 渴望透過新成立優秀的家，來對抗過去那個糟糕的原生家庭。因此，在D的伴侶經驗中，「優秀」具有如此強烈的地位。

此外，依照 Klein (1998) 的觀點，若外在客體分裂，自我也會跟著分裂：當D成年且進入婚姻後，他感受到自己「有時候有一些潔癖」（對母親養豬又髒又臭的拒絕），但潔癖外卻又保有「真誠隨意」，因此他又娶了一個比自己更有潔癖的元配後，「她一定要我全身洗得香香的、乾乾淨淨的才讓我碰，那我就不要了啊！」，又被可以為了他喝尿的第一段外遇所吸引...種種的特徵都反映D對於潔淨與汙穢懷有矛盾的情感。一方面想要透過潔淨成癖的原配感到淨化昇華；另一方面又希望有人能吸納自己原生的穢物—早年的分裂情感在現今的婚姻與情感中發生作用，產生愛恨交雜之分裂與矛盾。如同D在談到母親時的矛盾情感，總從柔和語調轉向激昂情感：「我多想叫她不要再養豬啦！我現在做夢都會夢到養豬！我恨透養豬了！（嘆氣四聲）。我痛恨那些東西！那些東西油油膩膩的！我討厭死了！有那麼多工作為什麼要找這個工作！」。

#### 2. 外貌與能力：「辛勤持家美女」之外，駕馭「聰明有能力蕩婦」的渴望

Stern (1998) 將婚外情的無意識動力分成幾類，其中包括：(1) 將配偶當做亂倫的對象，因此具有性的禁止意涵，促使他們向外尋找性對象；(2) 配偶是個體所反抗的超我的展現；(3) 多人的婚外情是一種雙性戀的展現；(4) 婚外情是一種對與配偶形成共生關係的防禦。總而言之，不管是亂倫的伊底帕斯情節或共生的防禦，人的性動力中存在著早年與父母相處中尚未代謝的需要，因此到未來的親密關係中，總會想要重建一個三角關係，來重獲早年在父母間的平衡。在D的經驗中，元配擁有的是D所認同的「外貌」（父親的形象）、「辛勤持家」（母親的形象）；第一段外遇擁有的則是D所認同的「工作能力」（對母親形象的期待）、「性關係上的瘋狂、犧牲與配合」（父親酗酒瘋狂的形象、與母親犧牲配合形象的結合）。兩相比較，原配僅體現原生父母分裂形象的並陳，外遇對象帶給D的卻是父母形象的交融與整合，遠遠超越元配所能給予的，既提供D一個超越原生家庭的新經驗，又證明了D具有駕馭「優秀」的能力。

#### 3. 親密、工作與性：「安穩平順的超我」底下，潛藏著「熱情刺激的本我」

在外遇經驗中，D擺盪在元配及外遇對象之間。元配的美麗、溫柔、持家，讓D能充分在工作上努力，是內在「超我」的代表，「我是一個很熱愛工作的人，就是從我媽那邊嘛！一年三百六十五天都不用休息，每天都要工作才會覺得充實」。但兩人關係卻有種疏離的感覺，「我對她（元配）有感覺，但就是覺得有堵牆在那裡」。D認為原因有二：其一，在工作上，元配是幫不上任何忙的，特別當外遇對象出現後，不只超越了元配所給予D的親密感，在工作上更是D的好幫手，外遇對象和D之間「一起工作又可以做愛」，「我老婆幫得不多，到現在還是啊！我沒有寄望過她（元配）會是我工作的幫手」，工作和做愛的感覺讓D覺得生活充實且完整。其二，在性關係上，元配對做愛這件事有很嚴謹的要求，例如，做愛之前要求D一定要先洗澡，道德控制感很強；反

觀外遇對象，從情趣用品、汽車旅館、公車、野地，隨處可做，甚至配合到主動要喝D的尿液，這種本能的滿足不只讓D覺得興奮、更有一種「這個人可以為我犧牲到這種地步」的感動，是內在「本我」的代表。然而，即使與外遇對象間的吸引力如此強烈，D仍選擇留在婚姻關係中，一邊嫌棄元配阻礙了自己的快樂幸福，一邊又為元配「沒有做錯事、自己怎能如此對她」的道德感所箝制。據此，D對自己掙扎的詮釋是：「第一，我違反道德，但又在裡面出不來。」「第二，她（外遇對象）離開了，離開對我來說應該是種解脫，但我是覺得人生沒希望了。」反映了精神分析的觀點中，人內在掌管道德感的「超我」、與掌管快樂感的「本我」之間的分裂與爭戰，也回應了 Stern (1998) 所提的：婚外情可能是個體將配偶視為超我加以反抗。

#### 4. 依賴與獨立：「我明明要妳」，卻希望「我不要妳」

在元配的身邊，D扮演一個獨立工作、賺錢養家的丈夫；在兩個外遇對象的身邊，D則「希望她時時刻刻都在身邊」，特別是交往時間很長的第一段外遇，D說：「我那時候是早上六點就去接她去上課，下班去接她下課，然後去汽車旅館，一直到很晚才載她回家，整天黏在一起。」並以「全然依賴」來形容與外遇的關係。談起獨立和依賴，D顯得猶豫且有些無奈，D與母親的關係中，具有一種「餵養」的關係，母親的忙碌和不善言的特質，讓她用「每天出門前泡一杯牛奶」的方式來對待D。在精神分析的觀點中，這種餵養的渴望與性本能的喚發有關，也因此D在親密關係中，是先從「性和本能」的滿足中，才能感受到「情感的交流」。然而，一但有情感交流後，所產生的「依賴」情感，讓D感到恐慌、「壓力很大」，因為D只要在關係中開啓了內心情感，就會產生許多對這個人的控制與渴望，「她愛我比較重要，我有沒有價值，這不重要。」而這不同於他一直以來在原生家庭中的自我保護機制：如果「我不這麼需要妳」（對共生需求的拒絕），我就可以對抗「妳怎麼沒有好好保護我」、而「我也無力保護妳」的焦慮！

### (二) 外遇過後：D在外遇事件中所經驗到的分裂與整合

#### 1. 外遇以好客體的姿態降臨，D初嚐整合的美好

客體關係理論認為，當個體體驗到自己對外在客體有所需求（通常是母親），主要有兩種應對的方式：一是知道自已的需要，並且找方法來滿足；二是毀滅這個需要及有感知的自我，切斷與客體的連結（Garvey, 2009）。D自述童年在許多恐懼與不愉快中度過，當他可以自立時，就切斷與家庭的連結，到外地去唸書，也切斷對重要客體的好與壞之感受。遇到元配前，前女友的背叛引發了對重要客體的「壞」的感受，為了抵銷這種感受，D隨即找了一個看起來擁有美好外貌的「好客體」--亦即元配，卻發現不管在性關係、親密感上都達不到自己的預期，而起了破壞這種「虛假美好」之心。此時，第一段外遇即以完美的「好客體」姿態出現，D在體驗前女友的背叛、與元配關係的疏離後，在第一段外遇身上就彷彿初嚐「整合」的美好：好客體（外遇對象）願意接納自己的壞東西（喝尿），在強度刺激的性關係中，D更體驗到一種全然的「融合」。Scharff (2000) 認為這種對個體而言「足夠好的性」是具有功能的：好的性關係能讓個體經驗到母性的完整，彌補了對「足夠好的母親」的匱乏感；經由性的情感，個體得以充分表達對好客體的依戀以及保留好客體的願望，人因此得以從慣性防衛中釋放出來。回應 Garvey (2009) 的觀點，這種融合的溫暖也會讓人有產生失去自體感的錯覺—研究者認為，D透過這種性的美好，體會到整合的體驗，是為其內在整合動力之一。

#### 2. 外遇的使壞與離去形成對好客體的壞體驗，D被迫體驗分裂的整合

依照客體關係的觀點，個體在成長的過程中，需要了解到好壞的感覺都來自同一個人，進而將好與壞的感覺整合到同一個人身上，以擁有容納重要他人及自己身上「壞的部分」的能力。在與外遇對象的相處中，由於工作、親密與生活全然依賴之美好，D開始學習接納親密關係中「壞的部分」，例如：外遇對象對D讓元配懷孕的憤怒。期間更歷經外遇被元配發現，外遇對象被打受傷，卻仍未離開兩人的關係，某種程度上也修復了D曾經被前女友背叛的經驗，體驗到一段關係中可以同時擁有「好」與「壞」的部分。後來外遇對象選擇分手，D被迫體驗剝奪的「壞的感覺」，但此時的D，已經幾乎將外遇對象納為安全、恆定的客體，即使外遇對象在苦求下仍堅持離去，外遇對象在D心中仍充滿美好的回憶，「下一個男人真是太幸福了，我都幫他調教好了」，也讓D暗自立誓，「我要活久一點、活到八十歲」，有一天要再和外遇對象在一起。因此，雖然

看來是和曾經被納入自我的客體分離，卻埋藏了一個深刻的動力：我要再重新找回那種美好體驗。研究者認為，曾被D視為恆常客體的外遇對象離去，為促使D內在整合的動力之二。

### 3. 元配的忠實與犧牲，再度喚醒D整合的動力

第一段外遇對象離去後，D有很長一段時間留戀在外遇對象曾經的犧牲與配合中，不但不恨外遇對象的離去，甚至對自己無法善待與保有這個美好客體滿心愧疚。其後遇到第二段外遇，短暫交往後，又因為駕馭不成（外遇回歸自己的婚姻，D輸給第二段外遇的元配先生）而心有遺憾，亦留戀在尚未成功駕馭的感受中，此種競爭的感覺與Freud所提到的伊底帕斯情境相似。直到母親生病、北上同住，D的童年經驗從回憶中被帶到現實，元配犧牲奉獻、照顧母親的行為，恰恰與母親過去對父親的犧牲相對應。結婚以來，D初次在元配身上找到這種「感動」，又想起父親對母親犧牲的粗暴回應，期望能成爲一個不同於父親、疼惜他人的人（超越伊底帕斯情節的動力）。於是，D試著正視他的元配妻子。雖然這種整合的動力乃始於外遇紛紛離去、獨留元配在身邊之「不得不爲」（被動整合），但起了願意嘗試的動力後，D在與第二段難搞的外遇相較下，發現要讓元配開心是件容易的事，「我只要花一成心力在她身上就可以辦到了」；雖然容易取悅的元配尚難以激起D征服駕馭的快感，但因為情感開始有交流，D嘗試在婚姻關係中重建美好的感覺，亦即將元配調教成能激起他征服快感的客體。研究者認為，D這種嘗試超越元配身上的母性形象，喚起性愉悅的動力，為促使D內在整合的動力之三。

有了整合的動力後，D也跨出實際行動來重建婚姻關係：除了學習和老婆重新談戀愛，並從「性」重建婚姻關係。D自述自己的性探索有三個階段：第一階段「使用輔助品」（情趣用品—第一段外遇和元配身上都有）、第二階段「變換不同情境」（在不同地方做愛—僅第一段外遇）、第三階段「想像不同情境」（如角色扮演—第一段外遇和元配都有）。其中，第三階段更是現在婚姻生活的重點—這部分與D童年時對雜誌書籍幻想之情境相似，可見童年生活中未滿足的地方，D已開始在現在關係中進行整合。D除了開始在元配身上尋找與外遇對象類似的快樂感覺外，也將「情感恩情」等納入婚姻裡。可見，D心中的「性與親密」、「獨立與依賴」、「超我與本我」正逐漸整合，希望能在同一個人身上獲得滿足。

### 4. 孩子的呼喚，D重新整合家庭經驗與父母關係

在修復婚姻關係的歷程中，上高中的大兒子捎來一封信，點醒D那些前塵往事對家庭與孩子造成的傷痛，重重撼動了D，讓他從愛情的迷戀中回頭去思考自己的婚姻與家庭關係，也加深了D的修復與整合決心，「我跟我大兒子，以前不會覺得要跟他們怎麼樣有緣份，直到兒子寫了那封信給我，我才覺得，真的是有遺憾。」D與兒子的關係如同當年沒有緣份的父親，卻因為外遇打擊開啓D去了解兒子的內心情感。此後，D開始慶幸當初外遇有結束，更發現如今兒子和自己之間的心結，直如當年自己與父親關係的重演，而起了處理父子心結的心願。研究者認為，這種親子關係模式在代間延續的覺察，乃促使D內在整合的動力之四。

### 5. 最終的體會：了解性的意義，學習在現有關係中找回自己

當D重新憶起原生家庭經驗後，開始思考何以自己對「性」如此著迷？「我以前都以為，夫妻只要生完小孩，就不用再幹（上床）了！以前人類生完小孩就是去工作、養家。包括我自己，我現在有時還想，我幹嘛還要接觸這些東西。」「我不知道為什麼以前有這種想法，像我現在就想說，為什麼我還在做這種事情，還會去看A片。」客體關係理論提到，當人未能充分感受到愛的時候，被愛的需求就會投射到性器上。D在親密關係上之所以有這樣的互動與吸引模式，除了是他童年時對母愛渴求的轉化，另有對父親愛恨交雜的複雜情結。D父駕馭及競爭D母之愛的方式，是透過施暴來加以滿足，D雖然對父親的暴力懷有怨恨，卻也認同了其征服者的姿態，於是他選擇超越暴力的「性」，來滿足征服駕馭的本能慾望。最後，終於因為看到兒子信裡的憤怒、感受到老母親晚年始漸漸靠近自己，D得以重新經歷原初性分裂階段，與雙親和解。

此外，在兩段外遇關係中，D都仰賴工作能力良好的外遇對象來助自己一臂之力。外遇對象離去後，D對元配無法如同外遇般協助自己雖有遺憾，卻也長出了自己獨當一面的能力，完成工作中一個重大的里程碑。即便認為「一個完美的伴侶、完美的性關係，會讓工作更有力」，D也嘗試在現任婚姻關係中創造「可能不完美，但可以滿意」的性關係，「我老婆其實也蠻願意讓我調教的」；此外，雖然D曾經覺得「她（外遇）的離開，某部分的我也跟著走了」，但現在正在創造的生活，也是想再「把那部分的自己再找回來」，D說：「我現在是更靠近我自己了。」「前面那

四位（前女友、元配、兩段外遇）都讓我更靠近我自己。」可見，D 在一段又一段的關係中，拼湊、整合、認識並貼近自己。

## 研究討論

### 一、外遇經驗中分裂性情感

從D對外遇經驗的描述出發，研究者整合研究團隊與D「相互構成」的經驗詮釋後發現，外遇歷程中所浮現出來的分裂議題包括：為排拒原生家庭痛苦而生的自我保護機制、對雙親認同的矛盾與衝突、想要安穩生活卻渴望炙熱情感自我、餵養與情感依賴無法共存的焦慮。接著，透過文本內容的編碼、詮釋與歸類，研究者歸結出外遇經驗中分裂性情感的四個面向，包括：1. 在成年親密關係中，感受到外在客體好壞的分裂；2. 在外遇經驗中，感受到自體好壞的分裂；3. 在外遇經驗中，體會本我與超我的排拒及衝突；4. 在外遇的掙扎中，喚醒原生家庭未代謝的分裂性情感。研究發現，從文本資料與時間軸的先後順序看來，這四個面向具有深淺層次。

#### （一）客體好壞的分裂（成年親密關係中）

在外遇事件中，因為有兩個以上的伴侶得以相互比較，外遇對象及元配的其中一方因而會以「好客體」的姿態出現，另一方相形之下被歸成「壞客體」，而好壞客體的判斷則相應於外遇者原生家庭中未代謝的個人需求與議題。這種心理形象形成後，個體會在關係中尋找證據來輔助自己對於好壞客體的判斷，以維持關係中的心理平衡感，以致情感上分裂為好壞客體，卻使個體難以安然的靠近元配或外遇對象，進一步分裂為在兩個不同客體之間，捨此就彼的掙扎。

以D為例，外遇對象為「好客體」，「優秀、聰明、配合」皆形成於早年的家庭關係；元配相形為「壞客體」（不優秀、不聰明，且被D視為性行為上不配合），D與元配間原本「平淡但還算幸福」的關係，成了阻礙D親近「好客體」的「壞關係」；但將元配視為「壞客體」的罪惡感，也反過來成為D與外遇對象間的阻礙。因此，D始終困難於真正選擇其中一方。

#### （二）自體好壞的分裂

外遇事件中的個體，多被激情的渴望與偷情的罪惡感所擾，這種「知其不可為而為之」的失控感，令個體產生強烈自我譴責的「壞感」，卻又有同時周旋於兩人之間的「快感」。

以D為例，外遇經驗勾起D「我是爛人」的感受，偏偏與外遇對象在一起時又充滿創造力，能同時擁有完美性愛與工作動力，讓D陷入自我優越與自我譴責的矛盾中。

#### （三）本我與超我的排拒及衝突

不同於上述之具有道德力、因外遇而自我譴責的「壞感」，這裡提到的「本我、超我之排拒」，乃呼應客體關係理論的幾個論點：其一，個體與母親的關係影響婚姻伴侶之追尋，對男性而言，伴侶身上通常具有母親的形象；其二，婚外情的類型之一，乃對配偶身上所具有的類似原生家庭的母性形象產生抗拒，因而無法將附有哺育下一代功能的元配視為性行為之對象。

以D為例，元配身上具有D母辛勤持家的特質，又具有超我形象的「潔癖」特質，在婚姻最初即使D產生性行為上的障礙。本能的性需求因此被願意為其飲尿的外遇對象觸發，但如此完美融合之性行為，仍無法讓D離棄代表母親與超我形象的元配，因而困在其中。

#### （四）原初客體好壞的分裂（原生家庭關係中）

客體關係理論認為，個人總是期望在伴侶關係中找到有助於自己整合的客體。當平衡的兩人關係轉變成具有競爭、比較意味的外遇關係，就如同再現了早年父、母、子之間的三角關係，從前整合未果的糾結很容易浮現出來。外遇事件所帶來的掙扎，心理與實際上的衝突爭戰，都給這些心理議題極大的發揮空間，但也相對提供了深層覺察與改變的前提。

以D為例，在外遇事件中，D對元配與外遇對象皆感到歉疚，前者未能好好疼惜、後者未能給予名分。這種「沒有好好對待犧牲奉獻的人」的感受，讓D重新體驗父親當年對母親與家庭的折磨。D口中的「會有報應」，不只在說自己，其實也在說一直鬱鬱寡歡、不得志的父親。

## 二、外遇經驗中的整合性經驗

在D的經驗描述、研究團隊與D「相互構成」的經驗詮釋中，研究者也發現D在此歷程中所浮現的整合性經驗，包括：與外遇對象關係中的性融合體驗（整合動力之一）、在被視為恆常客體之外遇對象身上感受到好壞經驗的整合（整合動力之二）、接納元配身上的母性形象（整合動力之三）、兒子對D的情緒表達促使D覺察親子關係之代間延續（整合動力之四）。接著，同樣透過文本內容的編碼、詮釋與歸類，回應精神分析與客體關係理論中的觀點，研究者總結出外遇經驗中整合性經驗的四個歷程：1. 從足夠好的性經驗中體驗好壞情感之整合；2. 性與親密感需求的整合（在被視為恆常客體之對象身上感受到好壞經驗的整合）；3. 接納母性形象與超我形象；4. 開展內在客體關係的和解（覺察原生家庭未解議題在生活中的延續）。回應上述分裂性情感的四個面向，分裂情感與整合歷程之間是具有關聯的。

### （一）從足夠好的性經驗中體驗好壞情感之整合

客體關係理論認為，當孩子能將母親視為心理上的恆常客體時，內在的信任感也會因而形成。但在具有強迫性外遇特質的當事人身上，早年的信任感及恆常客體之心理形象通常未建立完全。因此客體關係理論也提到，當人未能充分感受到愛的時候，被愛的需求就會投射到性器上；而「足夠好的性關係」能讓個體彌補早年對「足夠好的母親」的匱乏感。經由性的情感，個體得以充分表達對好客體的依戀，從慣性防衛中釋放出來，解放虛假自我的感覺。因此，透過外遇事件的衝擊，去感受婚姻重建的希望，或者在伴侶關係中找到恆常客體建立的希望是重要的。

以D為例，他認為自己的生命開始有熱力、有火花，即是發生在與第一段外遇的性關係後。早年時期，D總以雜誌書籍中的幻想來度過母親不在的日子，第一段外遇的存在修復了這部分，因而D將外遇視為心理上的恆常客體，即使分手也要活久一點去找她。在這樣的前提下，外遇對象在兩人交往期間的憤怒吵鬧，都變成D所能接受的經驗。這種願意在一個人身上實踐好壞情感的體驗，是可以走向整合的開始。

### （二）性與親密感需求的整合

除了足夠好的性關係之外，外遇當事人還有一個分裂上的困難，是難以將性與親密感放在同一個對象身上，因此從足夠好的性關係中激發親密感，或從親密關係中享受足夠好的性，進而帶起生活和工作的動力，對外遇者的整合歷程而言是重要的。

以D為例，D體驗到能與外遇對象一同工作和做愛。但由於這種被工作與愛充滿的感覺，乃因外遇對象而生、非出自D的自我概念，因此這種「偷情偷來的快感」讓D不安。外遇結束後，D開始靠自己的力量尋找工作上的成就感，獲得不錯成果，但仍是在感受到家庭及元配支持後，才在性與親密的幸福中產生整合動力，進而採取一些行動：諸如帶元配去重溫戀愛時光、出錢讓元配繼續念書、幫元配找工作，努力支持她繼續成長。

### （三）接納配偶身上的母性形象與超我形象

至於在母親形象與超我形象的部分，客體關係理論中提到，男人有時會對母親形象一般的妻子產生性行為上的排拒，這可能與伊底帕斯情結未度過有關（Scharff, 1998）。因此，幫助當事人覺察母性形象對婚姻的影響，以及內在對超我的排拒是重要的。

以D為例，在與外遇對象發生性關係的快感中，雖然感受親密，卻也有種自我譴責與自我放棄，這種罪惡感同時也激化了性的追求與渴望，但這種性的追求卻僅限於外遇對象上，而不願在有潔癖、辛勤持家的元配上。即使D與元配現在正開始重建戀愛時的親密感，但在性關係重建中，卻唯有想像充滿罪惡感、掙扎、被剝奪的情境才能令D高潮。研究者認為這呼應了：D試圖整合本我與超我的分裂，讓婚姻關係中能有全然投入、美好的性與親密感，而不受道德焦慮所束縛。

#### (四) 內在客體關係的和解

在客體關係理論中，早年的依附關係會延續到未來人際關係的，早年未解的議題也會跟著帶進伴侶與婚姻關係中。因此，要處理具有強迫性質的外遇議題，就要先覺察關係中重複的早年模式為何？並且和內在的父母形象和解。

以D為例，大兒子的信是喚醒D對父親情感的關鍵。在自己與大兒子之間，D彷彿看到當年父親與自己的平行關係，這才發現對兒子的傷害直如當年父親傷害了自己。承認對傷害自己的父親仍有「愛」與「認同」，進一步與內在的父母形象展開和解：我願意原諒你對我的傷害，我接納你、也接納被你所生的自己。儘管極其不易，卻是整合歷程中最重要的一步。

### 三、初探：外遇經驗中「分裂—整合」之心理復原模型

綜合上述之討論，研究者將研究資料的分裂情感與內在整合歷程整理如下（請見下頁表5），初探彼此間相互呼應之處。在D經驗發生的時間軸上，研究者認為整合歷程可分為兩個修復層次：初層次為「夫妻間」，也是外遇後的婚姻治療在短期內可以進行的關係修復工作；進階層次為「個體內」，乃具有強迫性外遇之夫妻需要長期工作之處。亦即，在外遇風暴後的初期，研究者認為治療焦點乃著重在「夫妻間的關係修復」，以本研究的結果來看，初步認為包含兩項治療元素：1. 建立夫妻間足夠好的性關係：婚外情的治療，始於確認外遇後夫妻雙方重回婚姻的意願，夫妻間性關係的探索可用於評估關係中被破壞的信任感、挽救被毀滅的安全感，有助於好壞情感之整合；2. 建立婚姻關係中的恆常客體形象：當夫妻雙方欲重回婚姻關係，外遇者要在治療中展現結束婚外情的決心，在配偶身上建立恆常客體的形象，以不迴避的態度允許配偶談論自己的婚外情，將有助於提升安全與親密感。此外，對於具有重覆外遇特質的當事人，研究者認為「個體內的心理修復」也極為重要，其中包含兩項治療元素：1. 覺察母性形象的認知與影響：幫助外遇者認識自己內在的本我衝動與超我衝突、以及母親與妻子形象，有助於理解對配偶及婚外情對象的性動力，在外遇者自我接納的學習下，使配偶感受到穩定、行為可預測的伴侶角色功能；2. 覺察婚姻關係中內化的早年議題：結束婚外情的決心在婚姻治療的開始雖然重要，但外遇者告別婚外情，卻也往往需要時間哀悼，研究者認為這種哀悼的重點不在婚外情對象身上，而在與個人早年議題的連結，但考量婚外情哀悼的細節可能對配偶產生傷害，研究者認為這需要在外遇者的個別治療中、花較長時間進行，使其內在客體形象獲得和解。

綜合言之，透過本研究可發現，反覆而強迫性的外遇關係，可追溯為早年未成熟之分裂情感在婚姻中的再現。研究者並以此發現回應客體關係婚姻治療理論：婚外情的婚姻治療工作確實需要兼重「家庭現實」與「內在現實」。

表5 外遇經驗中「分裂—整合」之心理復原模型

層次	分裂性情感	整合性經驗	婚外情之治療元素
初層次 (夫妻間)	客體好壞的分裂 (成年親密關係) 自體好壞的分裂	從足夠好的性經驗中體驗 好壞情感之整合 性與親密感需求的整合	1. 建立夫妻間足夠好的性關係 2. 建立婚姻關係中的恆常客體形象
進階層次 (個體內)	本我與超我的分裂 原初客體好壞的分裂 (原生家庭關係)	接納母性形象與超我形象 內在客體關係的和解	3. 覺察母性形象的認知與影響 4. 覺察婚姻關係中內化的早年議題

#### 四、討論：以詮釋現象學進行實務理論探討之應用與限制

本研究以詮釋現象學之分析視框，採取「相互構成」分析方法，對實務場域中所發現的議題進行研究。研究者在本研究中形成下列的經驗：

##### (一) 研究方法上

1. 為達成研究之嚴謹性、可靠性與真實性，「相互構成」分成兩個層次來進行：第一個層次屬現象學的概念，以「還原生活世界」為文本分析重點，研究者進行的方式乃將「文本對話」形成「描述文字」後再依「時間軸」加以排列，形成生活世界之文本；但為避免精神分析的理論視框過度加諸在還原文本的歷程中，除了已熟讀理論的研究者與第一協同研究者外，本研究又加入第二位非精神分析實務取向的協同研究者，以提出第一階段還原文本中的分析想法；上述歷程皆在前3次訪談中進行完畢。第二個層次屬詮釋學的概念，研究者與協同研究者先依客體關係治療的理論視野對外遇事件中的生活世界進行初始詮釋，並且將此詮釋在最後2次訪談中一一反饋給受訪者，其中大約有八成的反饋，受訪者能依詮釋的內容繼續深談，但也有兩成左右的反饋，受訪者接收後的第一反應是：「我沒有這麼想過，妳一時間我我也不知道怎麼回答」；倘若受訪者無法深談的詮釋，研究者會請受訪者先想一想，留待下次訪談再以澄清，真無法令受訪者接受的詮釋，則刪去不在研究結果中加以使用。

2. 先將理論視框懸置，瞭解說話者的生活世界，再拾回理論視框，對生活世界中的實務議題進行詮釋—乃研究者認為能對精神分析中所談論的諸多心理現象進入深入探索與驗證的方式。然而，與一般的質性研究相較之下，這種研究方法的訪談次數更多、時間花費更長，但這種醞釀與等待對心理歷程的揭露卻是必要的。

3. 本研究採單一受訪者的深入詮釋，目的不是在「驗證」這種心理現象，而是在深入了解阻礙實務困境的心理狀態，以及初探心理歷程的轉變如何發生。研究者站在實務工作的立場，認為單一受訪者的詮釋已能幫助實務工作了解過去在婚外情治療工作中尚未被細緻探討的可能性；但若站在學術研究的立場，研究者認為本研究提供一個介於精神分析治療與詮釋研究間的資料分析方式，但未來研究可繼續對更多具有類似經驗的男性及女性受訪者進行探究，並加入伴侶外遇的另一方的觀點，以形成更完整的婚外情實務研究。

##### (二) 實務應用上

1. 本研究將外遇者的經驗文本與精神分析中理論相互接合，動態地呈現了外遇者內在重複原初時期分裂的掙扎情感，以及逐步整合修復的歷程，並依上述發現提出四點婚外情治療的重要元素：建立夫妻間足夠好的性關係、建立婚姻關係中的恆常客體形象、覺察母性形象的認知與影響、覺察婚姻關係中內化的早年議題。研究者認為：在婚外情後的婚姻關係重建工作中，「性關係重建」往往較少受到關注與處理，但卻對婚外情治療具有關鍵影響。在性關係的建立中，早年原生家庭的信任與分離議題（與恆常客體相關）、與母親依附關係之內化議題，會跟著浮出意識層面，得以被夫妻雙方處理。

2. 研究者認為，對於重覆外遇者而言，外遇事件可視為內在分裂情感的行動化（acting out）；在外遇男性身上，可能同時具有需要毀滅關係的「破壞性衝動」（尋找外遇便是一種破壞原配關係的舉動），以及強大的「融合需求」（男性外遇經驗常與性關係密不可分），以致許多外遇關係常變得難分難解。在外遇婚姻重建的實務工作上，不能只看到外遇者原配伴侶的創傷與失落，更要協助外遇者體察這種破壞婚姻的衝動來自何方？進一步從外在的危機看到內在的失落，使重覆外遇者覺察自己的內在議題，帶出心理和解的力量、產生願意真正修復婚姻關係的動力，透過具有誠意的行動展現，才能真正邀請其伴侶重新建立婚姻的信任感。研究者也期待，未來的實務研究能從另一種不同視角出發，深入探討重覆外遇者之配偶留守婚姻難以離去的心理歷程，也許會發現與本研究相互呼應之處。

## 參考文獻

- 李維倫 (2004): 以「置身所在」做為心理學研究的目標現象及其相關之方法論。應用心理研究, 22, 157-200。[Lee, W. L. (2004). Situatedness as a target phenomenon for psychological research and the correlative methodology. *Research in Applied Psychology*, 22, 157-200.]
- 洪雅琴、李維倫 (2007): 精神分析取向心理治療與詮釋現象學的辯證關係: 精神分析臨床研究的困境與解決。中華輔導學報, 22, 157-183。[Hung, Y. C., & Lee, W. L. (2007). The dialectic relationship between psychoanalytic psychotherapy and hermeneutic phenomenology: Dilemmas and solutions in psychoanalytical clinical research. *Chinese Annual Report of Guidance and Counseling*, 22, 157-183.]
- 徐建琴、鄒春梅、李孟潮譯 (2011): 性與親密: 從精神分析看伴侶治療。台北: 心靈工坊。Scharff, D. E. (Ed.). (2000). *Object relations couple therapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- 童俊、丁瑞佳譯 (2012): 客體關係家庭治療。北京: 世界。Scharff, D. E. (1991). *Object relationship family therapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- 羅世宏、蔡欣怡、薛丹琦譯 (2013): 質性資料分析: 文本、影像與聲音。台北: 五南。Bauer, M. w., & Gaskell, G. D. (2008). *Qualitative researching with text, image and sound: A practical handbook*. London, England: SAGE.
- Dicks, H. V. (1967). *Marital tensions: Clinical studies towards a psychological theory of interaction*. New York, NY: Basic Books.
- Fairbairn, W. R. (1952). *Psycho-analytic studies of the personality*. New York, NY: Basic Books.
- Freud, S., & Rieff, P. (1997). *Sexuality and the psychology of love*. New York, NY: Simon & Schuster.
- Freud, S., & Strachey, J. (2011). *Three essays on the theory of sexuality*. Eastford, CT: Martino Publishing.
- Gadamer, H. G. (1989). *Truth and method* (2nd ed.). London, England: Sheed & Ward.
- Garvey, P. (2009). Separating and splitting up. In T. Bokanowski & S. Lewkowicz (Eds.), *On Freud's "Splitting of the ego in the process of defence"*. London, England: Karnac Books.
- Hamilton, N. G. (1996). *The self and the ego in psychotherapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Hamilton, N. G. (1999). *Self and others: Object relations theory in practice*. Northvale, NJ: Jason Aronson, Incorporated.
- Heidegger, M. (1977). On the essence of truth. In D. F. Krell (Ed), *Basic Writings* (pp. 113-141). New York, NY: Harper and Row.
- Klein, M. (1998). *Envy and gratitud*. London, England: Vintage.
- Mahler, M. S., Pine, F., & Bergman, A. (2008). *The psychological birth of the human infant: Symbiosis and individuation*. New York, NY: Basic Books.

- Mitchell, S. A., & Black, M. J. (1995). *Freud and beyond: A history of modern psychoanalytic thought*. New York, NY: BasicBooks.
- Ricoeur, P. (1970). *Freud and philosophy: An essay on interpretation*. New Haven, CT: Yale University.
- Ricoeur, P., & Thompson, J. B. (1981). *Hermeneutics and the human sciences: Essays on language, action and interpretation*. London, England: Cambridge University Press.
- Scharff, D. E. (Ed.). (1991). *Object relationship family therapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Scharff, D. E. (1998). *The sexual relationship: An object relations view of sex and the family*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Scharff, D. E. (Ed.). (2000). *Object relations couple therapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Stern, D. N. (1998). The process of therapeutic change involving implicit knowledge: Some implications of developmental observations for adult psychology. *Infant Mental Health, 19*, 300-308.

收稿日期：2013年11月20日  
一稿修訂日期：2014年03月10日  
二稿修訂日期：2014年05月19日  
三稿修訂日期：2014年06月27日  
接受刊登日期：2014年06月30日

Bulletin of Educational Psychology, 2015, 46(3), 449-469

National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

## **Affair and Splitting: An Interpretative study of the Experiences of an Unfaithful Husband**

Hao-Yi Hsu

Committee of General Education  
Taipei National University of the Arts

Yu-Nung Lee

Department of Educational Psychology and Counseling  
National Taiwan Normal University

“Splitting”, as stressed in the Object Relations Theory, is a very important psychological state in human development. It refers to a sense of contradiction and conflict of “being split into all good or all bad” formed since birth through perceptions of significant others and surrounding environments, which are sometimes good and sometimes bad. When a baby does not have sufficient knowledge to understand why significant others are sometimes upset and sometimes happy, he/she would instinctively exclude some feelings and characteristics (usually bad ones) in order to protect himself/herself from external disturbances. This process of excluding some parts of feelings and characteristics is called “splitting” in the Object Relations Theory. We found from clinical experience in marriage counseling that the psychological state of “splitting” and whether the split parts can be integrated back to the self are quite important for healthy marital relationships. Couples who repeatedly have affairs are often deeply affected by the state of “splitting”. This study is aimed to examine how “splitting” works in an affair and how integration of internal splitting was carried out by unfaithful husbands through their marriages. Data was collected by conducting five in-depth interviews with a man who had been unfaithful to his wife. Based on the Hermeneutic Phenomenology approach, data analysis was further performed through discussions and dialogues between the interviewee’s narratives and the theoretical texts with regard to “splitting” in the Object Relations Theory. This study found that the “split” affections of unfaithful husbands consist of four layers: (a) experiencing the state of “splitting” between the good and the bad of external object in adulthood intimate relationships; (b) experiencing the good and the bad of self in the extramarital affairs; (c) experiencing the mutual exclusion and conflicts between the id and the superego during the affairs; and (d) becoming aware, while struggling with the affairs, of the unresolved “split” affections from the family of origin. In the integration of “split” affections, there are also four corresponding processes: (a) integrating the good and bad affections through the “good-enough” sexual experiences; (b) experiencing the integration of good and bad on the proposed, constant object; (c) accepting the maternal and super-ego images projected onto the partner; and (d) becoming aware of the unresolved issues from the family of origin that are carried over to the current marital relationship. It is believed that an affair can be considered as “acting out” the internal “split” affections. When rebuilding a marriage after an affair, we must work on not only healing the pain and loss of the betrayed but also help the unfaithful partner to understand where this undermining impulse came from. In addition, the “reconstruction of sexual relationships” might be an essential factor in counseling marriages involving affairs, for it enables the unresolved issues formed in the families of origin to emerge onto the consciousness where they can be worked on by the couple.

**KEY WORDS:** extramarital affairs, Hermeneutic Phenomenology, Object Relations Theory, splitting

