



主编 安 健

NUYOU ZHIXIN
HUATI

女友

知心话题

当代／精华／文摘／丛书



山西经济出版社

编 者 的 话

《精华文摘》丛书是适应信息时代的快速需要而推出的一套通俗读物。它所摘编的书稿,大都是目前各个学科的领先成果,具有时代的先进水平,因而这套丛书的每部作品都具有可读性、实用性和收藏性。

本丛书的每部书稿,多数是编写者根据有关资料摘编而成的。摘编时曾与大部分原作者取得了联系,并得到了他们的大力支持。每部书后附有“参考文献资料”索引。在此,特向这些专家、学者表示敬意。但是,由于种种原因,还有些原作者未能联系上,在此,除向这些作者表示敬意和歉意外,希望这些作者见到本书后,能够主动与我们取得联系。

谢谢合作!



一 女人撑起的天空 ——谈谈女性与社会

- 1.1 我们应当树立什么样的妇女观? (1)
- 1.2 中国妇女在新时期经济建设和社会发展中取得哪些巨大进步和发展? (2)
- 1.3 为什么全社会都要关心和维护妇女合法权益? (5)
- 1.4 为什么要制定《中华人民共和国妇女权益保障法》? (5)
- 1.5 跨世纪中国妇女运动的光荣使命是什么? (6)
- 1.6 为什么说女性在事业方面是可以成功的? (8)
- 1.7 女性为何社交能力强于男性? (9)
- 1.8 阻碍女性事业成功常见有哪些问题? (9)
- 1.9 成功女性应具备哪些品格? (10)
- 1.10 如何选择自己的事业,争取更大成功? (11)
- 1.11 如何处理好事业与生活的关系? (13)
- 1.12 如何看待下岗与再就业? (15)
- 1.13 如何努力树立“自信、自主、自强、自尊”奔向成功之路? (15)

1.14	怎样做个出类拔萃的女人?	(17)
------	--------------------	------

二 谁都知道的事情,谁都说不全的知识 ——性知识与性教育

2.1	性是什么?	(19)
2.2	为什么要进行性教育?	(21)
2.3	你了解男性的生殖器官吗? 它有什么功能? ...	(23)
2.4	你了解女性的生殖器官吗? 它有什么功能? ...	(26)
2.5	什么是青春期?	(28)
2.6	青春期有什么生理特点?	(29)
2.7	青春期有什么心理特点?	(30)
2.8	青春期的生理卫生保健要注意哪些?	(32)
2.9	青春期的心理卫生保健要注意哪些?	(34)
2.10	男性性成熟有哪些特征?	(35)
2.11	女性性成熟有哪些特征?	(36)
2.12	什么是女性的正常月经?	(37)
2.13	月经期会有什么不适? 应注意些什么?	(38)
2.14	为何“女大十八变,愈变愈好看”?	(39)
2.15	什么是真正的性爱?	(40)
2.16	夫妻性爱也有原则吗?	(41)
2.17	为什么美满婚姻不应仅重情而轻性?	(42)
2.18	为什么说性生活是正常的生理现象?	(44)
2.19	为什么说正常的性生活有益于健康?	(45)
2.20	新婚之夜性生活前后应采取哪些必要的卫生措施?	(45)

- 2.21 初次性生活时女性应怎样主动配合? 怎样才能减轻处女膜破裂带来的疼痛? (46)
- 2.22 什么是处女膜? 怎样看待新婚之夜处女膜是否破裂的问题? (47)
- 2.23 如何过好新婚之夜第一次性生活? (49)
- 2.24 如何过好蜜月性生活? (51)
- 2.25 性生活反应过程如何分期, 各期的生理反应有哪些? (54)
- 2.26 男女性欲差别主要表现在哪里? (58)
- 2.27 怎样看待男女性欲的差别? 夫妻之间如何协调和配合以消除这些差别带来的影响? (60)
- 2.28 什么是“性敏感区”? 如何发挥“性敏感区”的作用? (63)
- 2.29 正常性生活应具备哪些生理和心理条件? (64)
- 2.30 为什么有的女子在性生活中会出现“呻吟不安”的现象? (66)
- 2.31 什么是女子性交疼痛或性交不适? 其主要原因是什么? 如何掌握治疗原则? (67)
- 2.32 男女身材悬殊较大、会不会在性生活时给女方带来不适? (69)
- 2.33 怎样掌握性生活的频度? (70)
- 2.34 夫妻性生活持续时间过长会影响身体吗? (72)
- 2.35 性生活安排在什么时间较合适? 清晨过性生活好不好? (72)
- 2.36 什么样的环境和气氛有利于性生活? (73)
- 2.37 为什么说和谐的性生活是夫妻感情的润滑剂? 怎样创造性和谐? (74)
- 2.38 怎样看待女子在性生活中的主动? (77)

4 / 女友知心话题

- 2.39 如何看待性高潮? (79)
- 2.40 为什么妻子不应以拒绝过性生活来惩罚丈夫?
..... (81)
- 2.41 为什么在性生活之后不宜马上喝冷水或洗冷水
澡? (82)
- 2.42 妊娠中怎样过好性生活? (83)
- 2.43 中年人怎样过好性生活? (84)
- 2.44 更年期怎样过好性生活? (86)
- 2.45 月经期间为什么不能过性生活? (89)
- 2.46 分娩、人工流产后何时可以过性生活? (89)
- 2.47 子宫切除之后会不会影响性生活? (91)
- 2.48 卵巢切除之后会不会影响性生活? (92)
- 2.49 饮酒和吸烟对性功能有什么影响? (93)
- 2.50 性生活中有哪些禁忌? (94)
- 2.51 怎样防止“性衰老”? (96)
- 2.52 怎样看待婚前性生活? (97)

三 你追求的“真绅士”在哪里? ——女性修养与恋爱

- 3.1 什么样的女性讨人嫌? (101)
- 3.2 为什么爱情不能替代友谊? (102)
- 3.3 如何划分爱情与友情的界限? (103)
- 3.4 如何让朋友们喜欢你? (104)
- 3.5 女性如何使自己更充满性感? (104)
- 3.6 女性与人交往的几个原则? (106)

3.7	已婚女性与异性交往应注意些什么问题?	(107)
3.8	女性在社交活动中如何自我保护?	(109)
3.9	女性在交往中如何避免上司骚扰?	(110)
3.10	如何避免性侵害?	(112)
3.11	为什么女性要勇敢地运用法律与犯罪分子作斗争?	(113)
3.12	什么是女性心中的男性美?	(114)
3.13	构成爱情的心理因素是什么?	(115)
3.14	女性选择什么样的男性做丈夫?	(116)
3.15	优选配偶需要注意哪些问题?	(118)
3.16	为什么说居美自傲后患无穷?	(119)
3.17	为什么说“以貌取人”不可取?	(120)
3.18	为什么不能用偶像套恋人?	(122)
3.19	怎样正确看待“一见钟情”?	(123)
3.20	怎样看待别人介绍的对象?	(124)
3.21	为什么要在广泛的交往中寻觅知音?	(125)
3.22	怎样不给自己留下终身遗憾?	(126)
3.23	为什么说“独身”并非明智之举?	(128)
3.24	恋爱中,为什么要协调男女差异?	(128)
3.25	怎样对待男方的求爱?	(131)
3.26	陷入三角恋爱怎么办?	(132)
3.27	为什么要珍惜初恋时的纯真情操?	(133)
3.28	热恋中过分亲昵好不好?	(134)
3.29	当恋人要亲吻和拥抱你时怎么办?	(135)
3.30	热恋中不答应非份之求就是不忠诚吗?	(136)
3.31	怎样提出约会和邀请?	(137)
3.32	约会时应注意哪些礼节?	(138)
3.33	第一次约会时谈些什么?	(140)

- 3.34 爱上了心上人如何表示? (141)
- 3.35 怎样让爱情睁开眼睛? (142)
- 3.36 怎样找一个最适合你的人? (145)
- 3.37 少女喜欢的求婚方式是什么? (147)
- 3.38 为什么说男人和女人都是“跛脚”的? (152)
- 3.39 如何处理夫妻矛盾? (154)
- 3.40 选择恩恩爱爱还是浪漫纯洁? (156)
- 3.41 怎样寻找“真绅士”? (159)
- 3.42 男女约会应怎样整饰仪容? (161)

四 幸福的家庭都是相似的 ——怎样建立温馨的港湾

- 4.1 什么是正确的婚姻家庭观? (163)
- 4.2 怎样确定结婚日期? 由谁定比较科学? (166)
- 4.3 结婚前需要什么准备? (167)
- 4.4 为什么要进行婚前检查? 应检查哪些内容?
..... (169)
- 4.5 怎样举行婚礼? (170)
- 4.6 哪些病不适宜或暂缓结婚? (172)
- 4.7 哪些人是属于在控制生育的前提下可以结婚的?
..... (173)
- 4.8 乙型肝炎表面抗原阳性的人能不能结婚? (173)
- 4.9 新婚之夜男女双方一般心态是怎样的? (174)
- 4.10 妇女在家庭中处于什么位置? (176)
- 4.11 为什么说平等是夫妻和睦的基础? (176)

4.12	为什么夫妻间要树立责任感?	(178)
4.13	怎样做一个好妻子?	(179)
4.14	夫妻为什么要互敬与爱?	(183)
4.15	婚后怎样才能使夫妻生活保持新鲜感和富有吸引力?	(184)
4.16	维系夫妻感情必须坚持哪几条原则?	(187)
4.17	影响夫妻感情的因素有哪些?	(189)
4.18	夫妻间怎样看待对方的缺点?	(191)
4.19	夫妻生活应注意些什么问题?	(192)
4.20	强化夫妻感情有什么秘方?	(193)
4.21	防范第三者插足应注意些什么问题?	(195)
4.22	当第三者介入之后怎么办?	(196)
4.23	为什么自己切莫充当第三者?	(198)
4.24	怎样对待配偶外遇?	(199)
4.25	为什么说狭路相逢勇者胜?	(203)
4.26	为啥要学点婚姻经济学?	(205)
4.27	为啥说家不是讲理的地方?	(207)
4.28	怎样对待婚后八件事?	(209)
4.29	为啥说婚姻是一件瓷器?	(211)
4.30	为啥夫妻感情应有个“磨合期”?	(212)
4.31	怎样教育好自己的子女?	(214)
4.32	如何对待父母?	(217)
4.33	如何处理好婆媳关系?	(219)
4.34	如何与兄弟姐妹和睦相处?	(222)
4.35	怎样正确处理好姑嫂妯娌之间的关系?	(225)
4.36	如何与亲友之间交往?	(230)
4.37	邻里之间如何交往?	(232)

五 小天使降临前后 ——女性必须懂得的常识

- 5.1 何谓妇女生殖健康? (236)
- 5.2 什么叫受孕? 受孕必须具备哪些条件? (237)
- 5.3 早婚、早育有什么害处? (238)
- 5.4 为什么试婚不可取? 尤其是对女性? (239)
- 5.5 未婚先孕有什么危害? 已经发生了未婚先孕应如何
何处理? (240)
- 5.6 怎样避免未婚先孕? (242)
- 5.7 什么是最佳生育年龄? (243)
- 5.8 什么是怀孕最佳季节? (244)
- 5.9 在接受 X 线透视等特殊情况下, 如何选择怀孕时
间? (245)
- 5.10 什么叫不孕? 为什么患不孕症时男女双方都应作
详细检查? (246)
- 5.11 患哪些疾病或性功能障碍会导致不孕? (247)
- 5.12 男女双方均无性功能障碍或疾病的影响, 属于
“技术性问题”导致的不孕原因有哪些? (249)
- 5.13 生男生女是由谁决定的? (250)
- 5.14 怎么知道是否怀孕了? (251)
- 5.15 胎儿的生命是怎样开始的? (252)
- 5.16 妊娠期母体有哪些生理变化? (254)
- 5.17 孕妇预产期如何推算? (255)
- 5.18 为什么要进行产前检查? (256)
- 5.19 怎样预防妊娠中毒症? (257)

5.20	孕妇为什么不宜接触小动物?	(258)
5.21	孩子是怎样生出来的?	(259)
5.22	临产时应注意哪些事项?	(260)
5.23	产后还应该做哪些检查?	(261)
5.24	为什么说在一般情况下,第一次怀孕最好自然 分娩?	(263)
5.25	什么叫性传播疾病?有什么危害?	(264)
5.26	控制性传播疾病流行的关键是什么?	(265)
5.27	受孕应尽早避开哪些不利优生因素?	(266)
5.28	什么叫优生和优生学?为什么要提倡优生?	(268)
5.29	优生的主要环节是什么?	(269)
5.30	何以说胎教利于优生?	(270)
5.31	母亲与胎儿怎样进行沟通?	(271)
5.32	孕妇情绪好坏对胎儿有何影响?	(272)
5.33	人乳喂养有什么好处?	(273)
5.34	怎样给小儿添加辅助食品?	(273)
5.35	为什么要注重孩子的早期教育?	(274)
5.36	孩子的早期教育为什么着重于智力开发	(276)
5.37	怎样培养孩子爱科学?	(277)
5.38	怎样培养孩子的创造意识?	(278)
5.39	为什么要重视孩子的德育?	(279)
5.40	怎样防止娇惯孩子?	(281)
5.41	什么是避孕?常用的避孕方法有哪些?	(282)
5.42	新婚夫妇采用什么避孕方法好?	(283)

六 学会保护自己 ——法律与女性

- 6.1 为什么说女性具有完全的公民权利? (285)
- 6.2 什么是婚姻自由的权利? (286)
- 6.3 法定结婚的条件是什么? (288)
- 6.4 什么是一夫一妻制? (289)
- 6.5 结婚需办哪些手续? (290)
- 6.6 为什么要实行结婚登记? 哪些机关有权利进行
结婚登记? (291)
- 6.7 婚约(订婚)有无法律效力? (292)
- 6.8 离婚必须具备哪些条件? (292)
- 6.9 怎样认定夫妻感情已破裂? (294)
- 6.10 离婚需办哪些手续? (295)
- 6.11 如何处置第三者插足的离婚案? (296)
- 6.12 离婚时子女的抚养和财产如何处置? (297)
- 6.13 未办理结婚登记手续即以夫妻名义同居生活,如
何认定他们之间的关系? (299)
- 6.14 女性婚后有哪些权利和自由? (300)
- 6.15 女性有哪些继承权? (302)
- 6.16 什么是保护妇女、儿童和老人的合法权益原则?
..... (303)
- 6.17 新婚姻法为什么要提高结婚年龄? (304)
- 6.18 办理了结婚登记手续,但没有举行婚礼就同居,
应该受到批评吗? (305)
- 6.19 异父的子女和异母的子女可以结婚吗? (306)

6.20	丈夫外出多年下落不明,妻子再婚是否违法?	(306)
6.21	父母干涉子女结婚或离婚对吗?	(307)
6.22	丧偶后想再婚,但子女反对该怎么办?	(307)
6.23	什么是干涉婚姻自由罪?	(308)
6.24	女性再婚可以带走夫家继承的遗产吗?	(309)
6.25	胎儿有继承权吗?	(310)
6.26	夫妻共有财产如何继承?	(310)
6.27	丧偶的儿媳、女婿有继承权吗?	(311)
6.28	违反婚姻法怎么办? 制裁办法分几种?	(311)
6.29	什么是破坏军人婚姻罪?	(312)
6.30	中国人可以与外国人结婚吗?	(313)
6.31	未婚生育能不能得到法律的保护?	(314)
6.32	女职工禁忌劳动范围包括哪些?	(314)
6.33	女职工“四期保护”包括哪些内容?	(316)
后 记		(320)
附:参考资料		(320)

一 女人撑起的天空

——谈谈女性与社会

1.1 我们应当树立什么样的妇女观？

马克思主义的妇女观,是运用辩证唯物主义和历史唯物主义的世界观、方法论,对妇女社会地位的演变、妇女的社会作用、妇女的社会权利和妇女争取解放的途径等基本问题作出了科学分析和概括。这种妇女观主要内容有:

第一,妇女被压迫是人类历史发展的一定阶段上的社会现象。在远古时代人类两性曾是平等的。只是当人类社会产生了私有制和阶级对立的时候,妇女才被剥夺了财产所有权,被排斥于社会劳动之外,成为家庭的奴隶和男子的附属物。这种现象是一定历史条件下的产物,因此它必将被新的历史条件下的男女平等所代替。

第二,妇女解放的程度是衡量普遍解放的天然尺度。在以私有制为基础的社会里,妇女处于被压迫地位,其实质是阶级压迫的一种特殊表现形式。在那里,这种状况不仅由社会经济制度所决定,受社会政治制度的保护,而且通过社会意识渗入人们的思想观

念之中。因此,妇女解放必须体现全体被剥削被压迫人民的社会解放而得到实现。

第三,参加社会劳动是妇女们解放的主要先决条件,人们在社会上和家庭中的地位,归根到底是由人们在社会生产中的地位决定的。恩格斯指出:“只要妇女们仍被排除于社会的生产劳动之外而只限于从事家庭的私人劳动,那么妇女的解放,妇女同男子的平等,现在和将来都是不可能的。”而这个先决条件,只有在社会主义制度下才能真正充分实现。

第四,妇女解放是一个长期的历史过程。它不仅为生产关系所制约,也为生产力所制约,不仅受物质生产水平的影响,也受精神文明程度的影响。推翻人压迫人的社会制度,建立人民当家做主的国家政权,为实现妇女解放,实现男女平等提供了根本的保证。但由于法律上的男女平等达到事实上的男女平等,任务仍然十分艰巨。

第五,妇女在创造人类文明、推动社会发展中具有伟大的作用。妇女与男子同是人类历史前进的推动者。同是社会物质文明和精神文明的创造者,应该具有同等的人格和尊严,同等的权利和地位。在人类自身生产中,妇女更具有特殊的价值,作出了特殊的贡献。尊重妇女,保护妇女,是社会进步的一个重要标志,是文明社会应有的法律规范和道德风尚。

1.2 中国妇女在新时期经济建设和社会发展中取得哪些巨大进步和发展?

第一,思想不断解放,观念不断更新。广大妇女从改革开放和社会主义现代化建设的伟大实践中看到了中华民族振兴的光辉前景,对党对祖国更加热爱,对建设有中国特色社会主义事业的信念更加坚定。在支持改革、投身改革的过程中,越来越多的妇女逐步认识到,解放思想,实事求是,就是要以经济建设为中心,坚持四项

基本原则,坚持改革开放,树立起适应社会主义市场经济体制的新观念。她们发扬新时期的创业精神,努力在社会参与中实现女性人生价值。当前,中国妇女正以求进步、求平等、求发展的追求,自尊、自信、自立、自强的精神,塑造着自己的崭新形象。

第二,参与经济建设的广度和深度不断拓展。农村实行家庭联产承包责任制,极大地调动了亿万妇女的生产积极性。农业内部产业结构的调整和农村服务体系逐步建立,使妇女获得了进一步发挥聪明才智的广阔天地。她们在以农、林、牧、副、渔、工、商、运、服、建等农村各业和蓬勃发展的乡镇企业中大显身手,成为振兴农地经济建设的主要生力军。在城镇,随着经济体制改革的深入展开,妇女的就业领域更加广阔,从1978年到1992年底,我国女职工人数从3128万增加到5600万,在职工总数中的比例由32.6%上升到38%。在电子、化工、轻纺等工业企业中,在商业、金融、邮电、保险,旅游、社区服务等第三产业中,女职工成为举足轻重的力量。

第三,参与国家和社会事务管理的程度逐步提高,八届全国人大女代表有626人,第八届全国政协委员有283人,分列代表和委员总数的21.03%和13.52%。目前,全国已有24个省(自治区直辖市)、244个地(市、州、盟)、2106个县(市、区、族)的党政领导班子中有了女性领导人。广大女干部勤政为民,廉洁奉公,以可喜的政绩展示了中国妇女的参政能力。

第四,素质普遍提高。改革开放以来各级各类学校女性人数不断增加,女性受教育水平明显提高。各条战线妇女刻苦钻研业务知识和生产技能,认真接受岗位培训和业余教育。1988至1993年5年来,全国有984万厂矿企业女职工参加各类文化技术培训,有41万农村妇女获得农民技术员称号。在“四有”、“四自”女性的号召鼓舞下,广大女职工、女农民、女干部、女知识分子和人民解放军、武警部队女官兵,在各自的岗位上艰苦奋斗,积极进取,拼搏奉

献,奋发图强。15年来(截至1993年),有572名杰出女性获全国劳动模范光荣称号,20152名优秀女性获得全国“三八”红旗手光荣称号。

第五,大批优秀专门人才脱颖而出。从1979年到1993年,我国共造就出中科院女学部委员26名,评出国家级专家152名。我国具有高级职称的各类女专业人员174000人,中小学女高级教师302843人,女将军12名,女外交官1208名,女法官21012人,女律师4512人。各行各业的女科技工作者、女专家学者,面对经济建设的主战场,刻苦攻关、勇攀高峰,取得了丰硕的科技成果。国防教育、新闻出版、文化艺术、医药卫生、计划生育战线涌现出许多优秀的女性工作者,她们创造性的劳动使社会主义精神文明的百花园更加绚丽多姿,为提高民族素质作出了积极贡献。女运动员在世界体坛上连连取得优异成绩,提高了国家声誉,振奋了民族精神。女企业家群体在竞争中崛起,经济特区和沿海、沿江、沿边开放地区从事经济开发的女能人茁壮成长,显示了女性在经营管理方面的才干和气魄。

第六,在婚姻家庭中的平等地位进一步实现。随着妇女自身素质的提高和经济收入的增长,她们在婚姻家庭中的各项权利进一步得到尊重。她们积极参加“五好”家庭、文明家庭活动,将中华民族的传统美德与改革开放的时代精神结合起来,正在逐步形成文明健康的婚恋观、家庭观和教子观。以爱情为基础的自主婚姻和男女平等的家庭生活,已成为当代女性的普遍追求。尊老爱幼、移风易俗,实行计划生育,夫妻分担家务,家庭成员共同进步,正逐渐成为我国亿万家庭的文明新风。改革开放以来中国妇女的进步与发展,是我国经济建设和社会发展的重大成果之一。