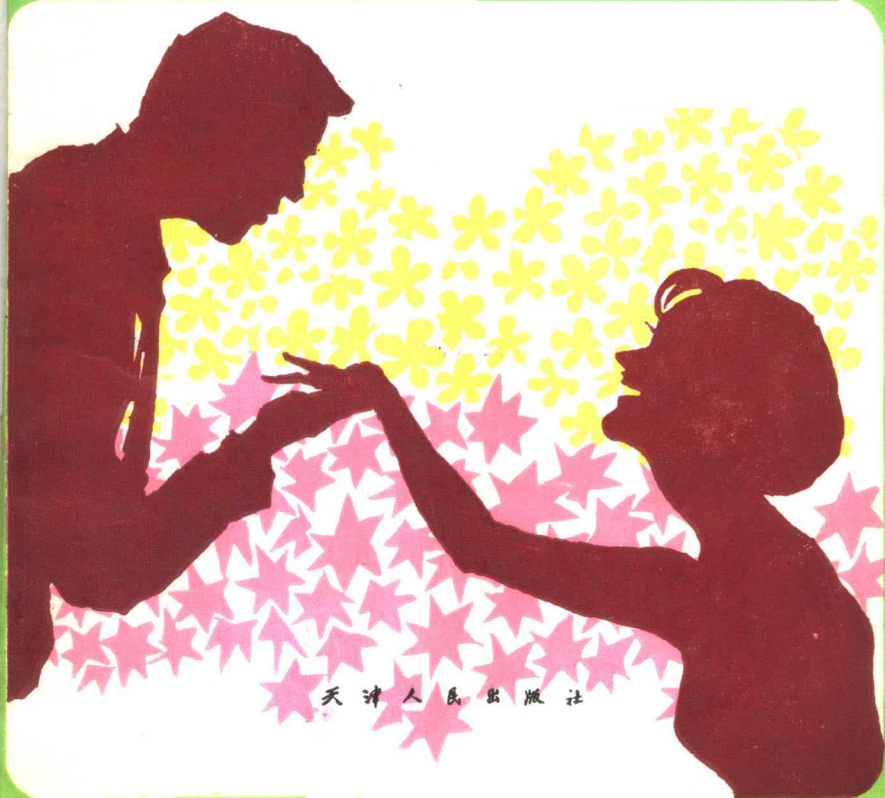


新婚家庭生活咨询

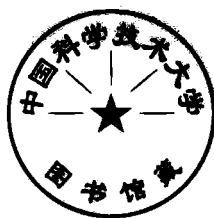
XINHUNJIATINGSHENGHUOZIXUN



天津人民出版社

新婚家庭生活咨询

胡廷溢 臧乐源 刘达临编



天津人民出版社

新婚家庭生活咨询

胡廷溢 臧乐源 刘达临编

*

天津人民出版社出版

(天津市赤峰道130号)

天津新华印刷一厂印刷 新华书店天津发行所发行

*

787×1092毫米 32开本 4.25印张 80千字

1987年9月第1版 1987年9月第1次印刷

印数：210,000

统一书号：17072·28

定 价：0.78元

出版说明

《新婚家庭生活咨询》原系《结婚纪念》册的一部分。

《结婚纪念》发行之后，读者和发行部门的同志们认为《新婚家庭生活咨询》文字不多，但科学、实用，且通俗易懂，介绍建立美满幸福的新家庭、家庭人际关系、性生理知识、优生优育、家庭管理等方面的内容，均系新婚夫妻立家之初最急切需要了解的，建议出版社单独发行。为满足广大读者要求，作了少量修改补充后再版。

乔植英同志也参加了本书的部分工作。

目 录

一、建立美满幸福的新家庭

- (一) 和祖国、人民的命运息息相通, 紧紧相连 (2)
- (二) 家庭幸福包括物质、精神两个方面 (3)
- (三) 健康是福 (4)
- (四) 与亲朋、邻里和睦相处 (5)

二、家庭人际关系

- (一) 家庭人际关系的特点 (7)
- (二) 家庭主要的人际关系 (10)

三、和谐的性生活

- (一) 性生活的前奏 (27)
- (二) 蜜月旅游须知 (29)
- (三) 正确对待“洞房红” (30)
- (四) 性生活的和谐 (30)
- (五) 性心理卫生 (31)
- (六) 夫妻性欲的同步 (33)
- (七) 性生活日期的选择 (34)
- (八) 性交体位与性生活和谐 (36)
- (九) 障碍性生活和谐的疾病 (37)
- (十) 防治性交困难的措施 (41)
- (十一) 巧安排计划生育 (44)

(十二) 新婚期的禁忌药物	(45)
(十三) 谨防洞房的意外与损伤	(47)
(十四) 新婚莫纵欲	(51)
(十五) 蜜月生活的食补	(52)
(十六) 蜜月病的防治	(54)
(十七) 须知七项	(55)

四、优生

(一) 遗传与优生	(64)
(二) 性生活与优生	(65)
(三) 营养与优生	(67)
(四) 环境与优生	(68)
(五) 药物与优生	(70)
(六) 烟酒与优生	(73)
(七) 胎教与优生	(74)

五、优育

合理的喂养

(一) 人奶喂养好处多	(76)
(二) 母乳喂养	(78)
(三) 人工喂养	(80)
(四) 混合喂养	(82)
(五) 添加辅助食品	(82)
(六) 婴儿断奶	(85)

精心的护理

(七) 新生儿的护理	(86)
(八) 看便识病	(87)
(九) 哭的学问	(89)
(十) 培养良好的生活习惯	(90)

(十一)	婴儿用药须知	(92)
(十二)	警惕“摇篮死亡”	(94)
(十三)	新生儿发热处理	(95)
(十四)	疾病的防治	
(十四)	预防新生儿低血糖症	(96)
(十五)	防止小儿缺铁性贫血病	(97)
(十六)	预防新生儿营养不良	(98)
(十七)	奶癣的防治	(99)
(十八)	冬天预防新生儿硬肿症	(99)
(十九)	头大与聪明	(100)
(二十)	囟门与小儿健康	(101)
(二十一)	怪味与遗传病	(102)
(二十二)	不能乱挑马牙	(102)
(二十三)	预防佝偻病	(103)
(二十四)	适时预防接种	(103)
(二十五)	早期智力开发与保健	(105)
(二十六)	早期教育	(106)

六、家庭管理

(一)	家庭管理的基本原则	(110)
(二)	建立合理的家庭消费结构	(112)
(三)	少花冤枉钱	(113)
(四)	调整你的消费心理	(115)
(五)	记好家用开支帐	(116)
(六)	积极参加储蓄	(117)
(七)	妥善管理家庭财产	(119)
(八)	建立必要的家庭档案	(120)
(九)	科学合理料理家务	(121)

一、建立美满幸福的新家庭

家庭是以婚姻和血缘关系为基础组织起来的社会单位，受社会经济关系和政治关系的制约。社会制度不同，家庭的形式和内容以及家庭的伦理、道德要求也就不一样。例如，在等级制度森严的封建社会里，家长在家庭中居于统治地位。“三纲五常”、“三从四德”等伦理道德观念就成了每个家庭必须遵循的信条。在资本主义社会里，拜金主义盛行，因而，资产阶级家庭，也充满铜臭气味。正象马克思、恩格斯所指出的：“资产阶级撕下了罩在家庭关系上的温情脉脉的面纱，把这种关系变成了纯粹的金钱关系。”^①

我们社会主义社会的家庭，是人类历史上的新型家庭。它建立在社会主义公有制基础上，受共产主义道德的集体主义思想制约。

社会主义社会家庭必须承担的法律和道德义务是：“实行婚姻自由、一夫一妻、男女平等的婚姻制度”；“保护妇女、儿童和老人的合法权益”；“实行计划生育”。中华人

^① 《马克思恩格斯选集》第1卷，第254页。

民共和国婚姻法规定的这几点，是我国家庭应该具有的最主要的特征。

作为社会的细胞，我国家庭仍然具有以下职能。第一，生育职能。生育子女，为民族和社会繁衍后代。第二，生产职能。象个体户、专业户，一个家庭就是一个生产单位，为社会生产必需的生产资料和生活资料。第三，教育职能。教育家庭成员遵纪守法，为社会主义多做贡献，把子女培养成为有理想、有道德、有文化、有纪律的共产主义新人。第四，消费职能。每一个家庭就是一个消费单位。我国两亿多家庭，每日都要消耗相当数量衣食住行等方面的物品。

新婚夫妇都希望建立一个美满幸福的新家庭。什么是幸福的家庭？是榴开百子儿孙满堂？是招财进宝？是年年有鱼（余），五谷丰登，六畜兴旺，丰衣足食？是夫妻卿卿我我，一家老小恩恩爱爱？这种种家庭幸福观，有的不可取，有的不全面。一个真正的幸福家庭，内容是丰富的。

（一）和祖国、人民的命运息息相通，紧紧相连

我们伟大的祖国是一个有10亿人口，两亿多家庭的国家。祖国的兴盛发达，关系到每一个公民和家庭的利益，而每一个公民和家庭的努力又直接关系到祖国的兴盛发达。天下兴亡，匹夫有责。这是我们中华民族的优良传统。传说中的夏禹，为了根治水害造福人民，三过家门而不入。南宋诗人陆游最后一篇作品《示儿》，句句充满爱国主义激情。

“死去原知万事空，但悲不见九州同。王师北定中原日，家祭无忘告乃翁。”宋代的民族英雄岳飞，为了挽救民族的危

亡，离妻别母，转战疆场，赤胆忠心置个人生死于度外。

“还我河山”，就是岳飞爱国精神的真实写照。革命烈士陈觉就义前给妻子的遗书中便写下了感人肺腑的话语：“谁无父母，谁无儿女，谁无情人，我们正是为了帮助全中国人民的父母和妻儿，所以牺牲了自己的一切。”社会主义时代的家庭，都要担当起建设四化，振兴中华的责任。并为此做出应有的贡献。这样的家庭是“光荣人家”、“幸福人家”，全家人都会感到光荣和欢乐。

（二）家庭幸福包括物质、精神两个方面

一定的物质条件是构成家庭幸福生活的重要方面，必要的房舍、用具，是建立家庭的前提，衣食住行更是人们生存的基本需要。少衣缺食的家庭，总不能说是美满幸福的。随着生产的发展，社会的进步，人们在物质生活方面要求得好一些，是自然的、正常的、无可非议的。例如青年人结婚，根据自己的经济条件购置些漂亮的家具和家用电器，是人们生活逐步提高的标志，也是现代家庭生活之所需。还必须看到，随着我国社会主义现代化的逐步实现，将带来家庭设备的现代化，是社会发展的必然趋势。家庭精神生活也是构成幸福家庭的重要内容，从一定的意义上说，是比物质生活更为重要的方面。这也就是说，处处体现着社会主义精神文明的家庭才是幸福的。只有家庭成员都努力学习政治理论和科学文化知识，积极参加健康的文化娱乐和体育活动，不断提高思想觉悟和文化科学素养，关心国家大事，才能培养高尚的道德情操，彻底摆脱封建迷信、愚昧落后的状态，不为吃

穿而吵架，不为争遗产打官司，不遗弃老人，不虐待儿童，夫妻互敬互爱，兄弟姐妹和睦团结，尊老爱幼，互相尊重，互相关心，互相帮助，生活在这样的家庭里，即使物质条件差一些，也是幸福温暖的。

（三）健康是福

“健康是福”，是我国著名作家、人民艺术家老舍先生的一句平凡而包含哲理的话。应该说，家庭成员的健康，是家庭幸福的一个极为重要的方面。“健康是福”包含着这样几层意思：一是家庭成员身体健康，老年人耳聪目明，长命百岁；青年人身强力壮，朝气蓬勃，少年儿童活泼伶俐，茁壮成长。健康会使家庭充满活力和欢乐。二是有了健康的身体可以精力充沛地去工作、劳动，为国家、社会、人民做出自己应有的贡献，这是生命价值之所在，人生幸福之真谛。三是有了健康的身体，就可以参加丰富多采的业余活动，如在假期有计划地到祖国各地去旅游，饱览湖光山色。我国唐朝大诗人李白就是一个旅游爱好者。有诗为证：“五岳寻仙不辞远，一生好入名山游”。祖国的锦绣河山，名胜古迹，日新月异的建设成就，可以开阔视野，增进知识，激发爱国主义的壮志豪情。旅游，这也是人生一大乐趣。保证家庭成员身体的健康，是每一个家庭都要特别注意的一件大事。在日常生活中，要注意营养，劳逸适度，讲究卫生，还要参加适当的文体活动，遇事要冷静，思想开阔、乐观，有病要及时治疗，遵从医嘱。

(四) 与亲朋、邻里和睦相处

人生活在社会中，总要和他人接触，总有种种联系。其中亲戚朋友关系是比一般人交往更多，更加亲密的关系。处理好亲属关系可以给家庭成员以激励和安慰，促进家庭和睦，使家庭生活更加美满幸福。同时，和亲朋交往，还可以得到亲朋各方面的帮助，有利于家庭成员的工作、学习。

和亲友交往要掌握些什么原则，注意些什么问题呢？一、要志同道合，也就是要有共同的理想和奋斗目标。对于社会主义时代的青年来说，所往来的亲戚和朋友，要热爱社会主义祖国，积极地投身于社会主义现代化建设事业。这样的亲戚和朋友才靠得住，在共同事业的道路上互勉互助，使情谊更加深厚，进一步巩固发展。现实生活中，有些人交上了酒肉朋友，聚在一起吃喝玩乐，结果磨灭了人的革命意志，使人的思想消沉。这是低级庸俗的，是不可取的。二、要彼此信任。这种信任是建立在相互了解的基础上的。不管是对亲戚还是对朋友，没有信任是处不好的。信任，意味着推心置腹，不疑不嫉。要讲真话，不讲假话。不仅彼此倾吐理想抱负、工作情况和生活情况，而且讲自己的缺点，讲自己的烦恼苦恼，以求得对方的了解和帮助。信任，还意味着，亲友所托之事，自己允诺之事，一定要尽力去做，不要言行不一，说话不算数。三、要互相帮助。在思想、工作、学习方面要互相帮助，在经济上要互相支援。对于亲戚和朋友的缺点要进行耐心、诚恳的批评，帮助克服。当他们遇到危难时，更要全力扶持，必要时要付出一定的代价。患难见真情，患

难之交最可贵，这就是亲朋好友的最崇高之处。对待亲戚朋友一定要有原则性，对那些不利于社会主义事业的言行决不能支持。

家家都有左邻右舍。远亲不如近邻，近邻不如对门。邻里关系是一种比较密切的关系。邻人之间不仅经常见面，而且利害相关。因此邻里之间要互相关心，互相帮助，彼此谅解，严以律己，宽以待人。

邻里之间和睦相处，会给每个家庭减少忧虑，带来方便，增加欢乐，保障安全。相反的，邻里不和，互相猜疑，指桑骂槐，甚至大打出手，不但会给家庭生活带来阴影，甚至会酿成不堪设想的后果。

二、家庭人际关系

(一) 家庭人际关系的特点

1. 家庭人际关系是一种社会关系 首先，家庭是社会的细胞。它是一个小小的社会。社会的种种关系，都这样那样、直接间接地反映到家庭生活中来。孤立于社会之外、与社会不发生联系的家庭是没有的。在一个家庭中既有经济关系、又有政治关系，也有法律关系、思想关系、伦理道德关系，还有家庭特有的婚姻和血缘关系。家庭人际关系就是通过上述种种关系表现出来，又通过处理上述种种关系而加以调节的。这就是家庭人际关系的本质。不能仅仅把家庭关系理解为传宗接代的血缘关系。

其次，家庭人际关系是复杂的、多层次的。它包括，夫妻关系，父母子女关系，兄弟姐妹关系等等。有的家庭简单，夫妻二人加一个小宝宝，由两代人组成。有的则三世同堂或四世同堂。在有的家庭中，还有继父或继母，养子或养女等。

第三，家庭人际关系是人类的一种亲密的关系。我们社会主义家庭成员之间，虽然存在着这样那样的矛盾，但一般

地说，其根本利益是一致的，休戚相关，生死与共。家庭成员收入的多少，直接关系到整个家庭生活水平的高低。一个家庭成员为社会做出贡献，会给整个家庭带来光荣。家庭成员身体状况的好坏，也会给整个家庭带来幸福、欢乐或痛苦、忧伤。还应该指出，家庭成员之间的关系，不仅是同志关系，而且还是由婚姻和血缘连接起来的更为密切、更为亲近的关系。

第四，我国家庭中也存在着思想上的矛盾和斗争。在我国社会中，不仅存在着占统治地位的无产阶级思想，还存在着封建主义思想，资产阶级思想，小农思想的残余。象家长制的残余，男尊女卑思想，利己主义等，使家庭内部不可避免地存在新旧思想的矛盾和斗争，增加了处理家庭人际关系的复杂性。

2. 处理家庭人际关系应有的态度和方法 首先是和为贵。每一个家庭成员都应该把“和为贵”作为自己处理家庭关系的根本出发点。一言一行都要有利于家庭的团结和睦。家庭团结和睦，不仅是家庭幸福的根本保证，而且有利于整个社会的进步和发展。我们每一个家庭成员都要象珍惜自己的眼睛一样珍惜家庭的团结和睦。

其次，要平等相处。家庭成员之间，不应该有高低贵贱之分，一家之长也不应该有家长制的作风，父母不能无理指责和要求子女；子女也不能非分地要挟父母。一家老小平等相处，互相尊重，互相照料，共操家务，民主理财，遇事大家商量，这是新型的社会主义家庭的一个重要标志。例如，我国著名的越剧表演艺术家徐玉兰，在她的老少八口的家庭

中，就是一名普通的家庭成员，与家里人同桌吃饭，共操家务。每天外出，她要向母亲等人打招呼，晚上稍有空隙就坐到母亲的床边亲切地闲谈。星期日，亲自到厨房给全家人做好吃的。徐玉兰家事誉满众邻，在上海街道被评为五好家庭。

第三，要有责任感。一个家庭的成员之间，彼此都负有法律的、道德的、社会的责任。这是每一个家庭成员都应该时刻想到的问题。有了责任感，才能巩固家庭的团结、关心其他成员的利益和进步，使家庭人际关系得到正确完满的处理。我国的婚姻法明文规定“要保护妇女、儿童和老人的合法权益”。在一个家庭里，保护还是侵犯妇女、儿童和老人的合法权益，不仅是一个道德问题，而且是执法还是违法的问题，每一个家庭成员，都应该从道德和法律的高度，自觉地维护婚姻法的这一规定，同一切虐待妇女、儿童和老人的违法行为作斗争。

第四，要开展批评和自我批评。处理家庭成员之间矛盾，应该采取批评和自我批评的方法。从团结的愿望出发，通过批评与自我批评使矛盾得到解决，在新的基础上达到新的团结。每一个家庭成员应该多做自我批评，检讨自己的缺点和不足。家庭成员之间有意见，可以心平气和地谈心，消除隔阂融洽关系，也可以提出意见，帮助对方改正缺点。采取这种批评与自我批评的方法，是解决家庭矛盾的唯一正确的方法。解决家庭的矛盾，不能靠争吵，更不能靠武力。那样做只能使家庭关系紧张，矛盾激化，无助于矛盾的解决。

（二）家庭主要的人际关系

家庭人际关系是复杂的、多层次的，其中主要的人际关系，概括地说，不外夫妻、父母、子女、兄弟姊妹三种。

1. 夫妻关系 夫妻是家庭中最基本的成员。由于有了夫妻、生儿育女，才产生了父母子女和兄弟姊妹的关系。所以夫妻关系是家庭人际关系中最基本最主要的关系。

夫妻关系是一种特殊的亲密的关系。结为夫妻，就意味着两个人相依为命，白头偕老。但是，一对夫妻，即使思想观点一致，性格脾气相投，相爱很深，感情很好，也总有某些差异和不一致处。何况天长日久生活在一起，难免会发生一些磨擦，说点气话，争吵两句，这是不足为奇的。那么，对于夫妻间的矛盾应该怎样处理呢？

周恩来和邓颖超同志根据他们相处几十年的实践，参照了许多正反两方面的事例，提出夫妻相处的“八互”，这“八互”应该作为处理夫妻相互关系的准则。这“八互”可以使夫妻间的矛盾得到正确的解决，永远恩爱幸福。这“八互”是：

第一、互敬。夫妻是革命的同志，共同生活的伴侣。夫妻之间要平等相处，相敬如宾。男尊女卑的“夫为妻纲”、“出嫁从夫”的封建夫权思想，固然要坚决反对，现代的“妻管严”式的大女子主义也没有任何可取之处。在家庭中，夫妻之间不能一方统治一方，支配一方，也不能一方对另一方指手划脚下命令。这都是对另一方人格的不尊重。有的青年同志说，结婚后没有谈恋爱时那么客气了。这反映了实际情况。可以说这是一种普遍现象。结为夫妻，关系更亲