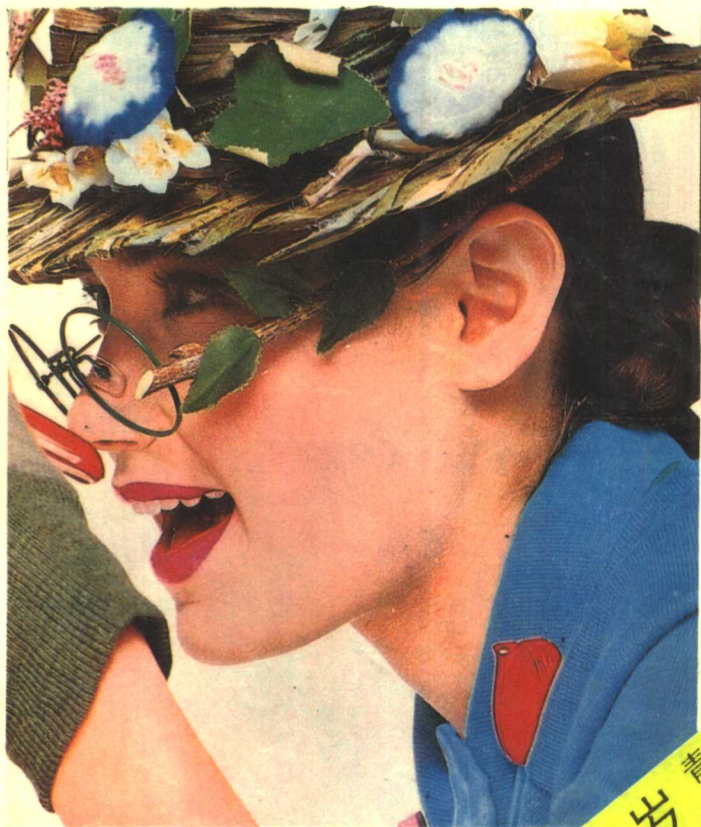


从少女到

—青年妇女百科

母亲

上海译文出版社



15—30岁 青年妇女
必读

从少女到母亲

——青年妇女百科

徐金森 朱洪仁 方 圆译

上海译文出版社

Н. И. БЕЛАЯ, Ю. Н. КОЗЛОВАЯ
ЭНЦИКЛОПЕДИЯ МОЛОДОЙ
ЖЕНЩИНЫ

Прогресс, Москва

本书根据苏联《进步》出版社1985年版译出

从少女到母亲——青年妇女百科

(俄译者)Н. И. 别拉雅、Ю. Н. 科兹洛瓦亚

徐金森 朱洪仁 方 圆译

上海译文出版社出版、发行

上海延安中路955弄14号

全国新华书店经销

上海翔文印刷厂印刷

开本8 0 × 1188 1/32 印张14.25 插页13 字数322,000

1989年3月第1版 1989年3月第1次印刷

印数: 00,001—15,000册

ISBN 7-5327-0649-4/Z·033

定价: 6.15元

中译本序

当今世界，随着科学技术的突飞猛进与改革浪潮的迅猛发展，人们的社会关系、生活方式以及思想观念正经历着一个不断演变和更新的过程。社会主义国家中的青年妇女应如何在新时代把自己培养成一个现代妇女，如何出色地履行作为一个女性（母性）的社会职责，处理好与父母、丈夫及子女的关系，社会主义社会应如何巩固作为社会基层组织的家庭，关心正在成长的下一代，帮助社会成员解决其生活中的各种困惑和疑难呢？本书的作者们就青年妇女的这些切身问题收集了大量而生动的资料并作了深入浅出的论述和探讨。书中广泛地涉及到社会学、伦理学、心理学、教育学、哲学、美学、医学等多种不同的学科。

由捷克斯洛伐克专家们集体编写的这本百科，（中译本改名为《从少女到母亲——青年妇女百科》），得到捷克斯洛伐克教育领导机构和社会舆论的支持和赞许，几年后又修订重版，后苏联学者们组织力量将它译成了俄文，介绍给苏联的读者。该书在两国得到了好评，人们一致认为这本专为15—30岁青年妇女编写的生活百科是一本既具有一定学科深度，又含有大量有益信息，在写作上独具特色的生活指导性大全。诸如此类的书在我国亦开始陆续出版，介绍西方这方面的译作亦时有所见，唯苏联和东欧的尚属初次，我们认为将本书介绍给中国读者在一定程度上填补了一个空白，就全方位地了解各国情况和观点而

言，这也是一项必要和有益的工作。

全书共分六章。第一章论述少女成长为妇女的过程，作者主要讲述了一个少女所必须懂得的知识：如少女应如何与同龄男性结交，如何表白爱情，以及何时可以开始性生活等。第二章主要谈青年妇女的形体美与心灵美。作者对青年妇女如何才能使自己显得更美作了专题咨询，由美容师、健美师和时装专家传授了如何进行美容，如何穿着打扮，如何塑造形体，以及如何陶冶情操，使自己的举止优雅得体等青年妇女颇感兴趣的基本知识。第三章作者结合捷克斯洛伐克的国情介绍了选择配偶和婚姻介绍的各种途径，以及计划生育、避孕、流产等医学常识。第四章涉及夫妻关系。作者以马列主义的观点对恋爱、婚姻和家庭的本质及其意义作了阐述，分析了新婚家庭常见的各种心理问题。在这一章里作者还对如何管理家务、经济自立，如何生育、抚养和教育子女，以及如何处理两代人的关系等问题作了专门的论述。离婚率的不断增长在捷克斯洛伐克和苏联等社会主义国家也已成为一个日益令人担忧的社会问题。作者在这一章里对离婚的历史渊源和原因从心理学和社会学观点进行了分析，并特别指出了离婚给子女和社会造成的不良影响。第五章谈的是如何当好母亲，作者从社会学、心理学、医学等角度，剖析了母性的本能和社会职责，母亲与婴儿之间内在的天然联系，女性与社会的关系，妇女在妊娠期的生理与心理变化，分娩及产后保养等问题。此外在这一章里还为妇女不育症及妇女病等提供了有关预防和治疗的基本知识，从各方面使青年妇女完成母亲这个大自然赋予的神圣使命作好充分的准备。第六章的专题是孩子。这里作者着重论述了儿童教育以及社会关怀和帮助儿童的问题。作者特别强调了婴儿的早期心理教育和母爱对儿童成长的重要意义，详细分析了幼儿的早期社会定向，基本的信任感和自信

心,培养独立自主的能力,克服疑虑和羞怯感,纠正孩子行为中的种种偏差,以及建立正常、健康的人际关系等问题。

总之,从本书所包含内容的广度而言,确实可以称之为青年妇女“百科”。值得特别指出的是,作者们经过调查研究后有针对性地选择了15—30岁这一档年龄跨度来进行写作,它包括了一个青年妇女从少女到建立家庭和生育第一个孩子为止的全部过程。我们认为这一选择是完全恰当的,因为这档年龄正是青年妇女在生活中遇到困惑最多的时候,所以特别需要有科学依据的生活指导。

另外,此书不仅向读者展示了一个社会主义现代女性的形象,而且还以马列主义的世界观和人生观阐述了现代女性应具备的精神素质和道德风貌。因此,与西方的同类著作相比,它就具有更大的借鉴意义,这也是我们所以决定向广大中国读者推荐此书的原因之一。

在这里应当提请读者注意的是,开放和引进并不意味着不加选择地兼收并蓄,特别在思想意识领域里更应遵循批判地吸收这一原则。每个民族都有自己独特的道德风尚、优良的传统和宝贵的精神遗产。例如在少女何时可以开始性生活这个问题上,我们与本书的作者们显然有着不同的看法。作者在第一章里对少女在婚前就开始性生活一般不持坚决反对的态度(也许是面对国内大量的既成事实),而只是提出在婚前开始性生活必须对自己精神和生理条件要有足够的估计并必须了解避孕常识,但我们认为这在我国是不允许的,因为洁身自好、自尊自爱乃是我国妇女的传统美德。马克思曾说过:“在我看来,真正的爱情是表现在恋人对他的偶像采取含蓄、谦恭甚至羞涩的态度,而不是表现在现在就随意流露热情和过早的亲昵。”这种含蓄、谦恭、稳重、端庄正是中国妇女的传统美德,因而婚前的性行为

是与我国民族的道德格格不入的，它会给少女今后的生活蒙上浓重的阴影，而失去贞操则往往要付出沉重的代价。然而问题的关键并不在于个别问题上的看法分歧，我们相信我们的读者是有鉴别能力的，重要的是《从少女到母亲——青年妇女百科》一书就广泛的问题给我们提供了大量信息，从而启发我们去思考，去探索，我们也相信只要本着这种精神，我们的读者一定能自己找到正确的答案并圆满地解决自己生活中所面临的问题。

本书虽为青年妇女而编写，但对于青年男子、家长、妇婴幼教工作者、大中专学校师生，专业研究工作者，工会和妇联干部以及更广泛的读者阶层亦都是一本有益的读物。

本书转译自俄译本，俄译者为H·И·别拉雅和Ю·Н·科兹洛瓦亚。参加本书翻译的有徐金森(第三章、第四章、苏捷版序、结束语、后记，并合作撰写中译本序)；朱洪仁(第五章、第六章)；方圆(第一章、第二章)。限于水平，加之时间仓促，谬误之处在所难免，尚希读者不吝指正。

译者 编者

一九八八年六月五日

俄译本序

我们向苏联读者推荐的这本书可以称之为**百科**，这只是假定而言。首先必须极其明确地加以说明，这不是一本按字母表顺序排列的、将有系统的知识汇编而成的手册或词典。不过根据本书所包括材料的多样性来看，它毫无疑问是属于百科图书之列。书中可以找到不仅捷克斯洛伐克妇女，而且苏联妇女也同样感兴趣的、范围极广泛的许多问题的忠告和建议。

此书并不要求从头至尾逐字逐句地阅读。当然这并不是说不应该一次地通读一遍，把它融会贯通（我们希望这种阅读能使我们的读者，尤其是女读者得到快慰）。不过按照我们的看法，此书就其性质和精神而言，更像是一位顾问和一位朋友，你可以同意他的某些意见，对某些看法采取信任的态度，因为你注意到这本书是专家和学者编写的，也可以就某些观点进行辩论。不管怎样，由于《青年妇女百科》就广泛的问题提供了大量确切的信息，因而同时就激励我们去思考、探索和寻找自己对某些问题的答案，这就是本书的独到之处。

众所周知，妇女在我国社会的生活中占有何等光荣的地位，社会主义为每个女性开辟了多么广阔的道路，与生活在资本主义条件下的妇女相比，社会主义国家里的妇女在发挥自己的全面的天赋和才能方面遥遥领先。

社会主义国家在妇女劳动保护、妇女保健和制定妇女与男人有同等权利方面是不惜人力、物力和财力的，所有这一切在所

有社会主义国家的宪法里得到了证实。然而，当你承认生活在社会主义条件下妇女的优越性并为之而自豪的同时，你对本书作者所提出的观点一定也会感兴趣的。作者们认为，社会主义今天已经达到非常成熟的程度，因此看来一个新的时代已经来临，在这个时代人们可以议论的话题不仅限于男女同工同酬（作者们理由充足地写道：“在这种同工同酬的制度中体力上不如男人的女子实际上与男人并不能处于平等的地位，因为男人的体力比女人强，他们有能力并在实际上比女人生产更多的产品，因而相应地也得到更多的报酬），而且必须估计到的恰恰是女性劳动的特点，因此人们所谈的已不仅是男女平等，而是男女两个对立性别之间的平等。

作者们很清楚地意识到，这个问题并不像初看那么简单，并且不可能靠某个人的意志或者靠一条指令性的指示在一天内就解决。不过我们之所以表示同意作者的观点，是因为至少在这方面有值得深思的东西，而人们深思的东西最终总是会找到能符合社会各方面利益的解决办法的。

但是对作者们所论述的从吃奶的年龄就开始的所谓对儿童的“自由教育”，是不能毫无保留地同意其所有观点的。苏联教育机构在全面培养青少年方面积累了许多正面的经验，在我们国家里儿童已成为真正享有特权的阶层，世界上没有一个国家能像我们国家那样花这么巨大的资金来培养全面发展的人材。只要举出我国发行的1/3的图书和我国电影制片厂所拍摄的1/4的影片都是针对儿童的这个事实，就足以证明这一点了。列宁关于“一切最好的东西都献给儿童”的遗训，已经成为每个成年苏联人的生活准则。然而不能忽视在我们的现实中一些令人担心的现象：有部分青少年表现出一种依赖别人的心理，要求父母给予的，超过家庭实际收入的可能。实际上，这种要求对儿童的教

育是有害的。作者们是完全正确的，他们警告那些心肠过分慈悲、只要能满足孩子的所有愿望而自己宁肯吃苦的家长们说，这种类型的“满足”只能滋长孩子们无止境的贪婪，而自己却毫不奉献给他人的习性，使他们个人主义越来越膨胀，这样的“成年孩子”等长大后，一旦无法满足自己不断增长的“胃口”时，他们就会对一切和所有的人都感到不满，他们到哪里都会去找自己臆想的“贫困”的原因，就是不在本身无能和不愿意忘我劳动这方面去寻找根源。因此，我们赞成《青年妇女百科》的作家们发出的号召，要求家长从孩子的幼儿时期开始就把自己劳动的性质和特征告诉孩子，而对年龄稍大一些的孩子则吸引他们来讨论家庭的开支，讨论时要照顾家庭所有成员的利益，而不是只照顾一个孩子。

值得我们特别注意的是作者们就两性间的相互关系以及决定缔结婚约的青年男女对方所负的责任等方面的论述。今天在捷克斯洛伐克出现的离婚率增长的事实使《青年妇女百科》的作家们很担心。在我国，离婚率在一定程度上的增长也开始使苏联舆论界深为不安。自古以来在俄罗斯当人们祝贺新婚夫妻时，总是祝愿他们说：“愿你们和睦和相爱。”瞧，和睦和相爱是分不开的，而且爱情还退到了第二位，要从属于和睦。人民的智慧提示我们，爱情的狂热是会过去的，到那时为了避免年轻人互相缺乏了解，为了避免由于不了解而引起的、常常会导致家庭破裂的口角和争吵，年轻人还应该互相商量，应该想到的不仅是自己的愿望和需要，还应尊重配偶的愿望和需要。《百科》的作家们承认爱情应有的所有权利，同时号召年轻人掌握互相尊重的艺术，相互为对方而生活的艺术，相互考虑对方的艺术，正确地把家庭看作是个人利益与社会所有成员利益相结合的“社会的基层组织”。

苏联的男女读者大概对本书作者在这一部分中的论点也不会全部都采取信任的态度，但也毋庸置疑，他们对《百科》作家们那种希望看到所有缔结婚约的青年人都幸福的真诚心愿一定会予以肯定的。

互敬互爱、互谅互让、互相珍爱，这是建立每个和谐家庭的“建筑材料”。不幸的家庭是不可能和谐的，在不幸的家庭中子女也同样不能很顺利地成长。从这个意义上来讲，所有不幸的家庭，如果套用列夫·托尔斯泰的名言来说，都是同样地不幸。150多年前我们极伟大的诗人普希金以其深邃的思想写下了迄今还仍然使人们的想象力震惊的字句。在这里我们向我们的男女读者们提示一下普希金这些英明的话，是完全适宜的：“据说，不幸是一所好学校，也许是的。然而幸福则是一所更好的大学。幸福能陶冶富于善良和美德的心灵，使之达到尽善尽美的地步。”依我们的看法，《青年妇女百科》作者们的目的归根结底就是在于“陶冶富于善良和美德的心灵”，这也就是为什么我们决定把这本书介绍给苏联读者，尤其是女读者的原因。

自从捷克斯洛伐克版《青年妇女百科》问世以来，已经过了七个多年头了，生活当然不会停留在原地踏步，它朝着自己前进的方向继续发展，对我们原来的知识和概念已作了某些修正，所以与捷克斯洛伐克出版的《青年妇女百科》第二版相比，俄译本作了某些修改和补充，这样，我们认为本书的内容与苏联读者当前的要求就更接近了。

在我们今天的生活中所发生的变化，每天每日苏联人民所得到的物质和精神需求的新的满足超过了最大胆的计算和预测。今天我们已不只是议论如何培养新型的苏联人，培养具有坚定的共产主义信念的人，我们已经亲眼看见这种人，在工作单位，在家里，在与他人的关系中看到，在家庭里看到他。正如

弗·马雅可夫斯基所说：“共产主义不仅在田野和工厂、在流出的汗水中，它也在家里，在桌子旁，在家庭日常生活的关系中。”弗·恩格斯谈到在将来没有阶级的社会里家庭将变成什么样这一问题时，并没有去进行各种抽象的理论研究，而是以一个共产主义者的坦率态度直截了当地写道：“这要在新的一代成长起来的时候才能确定：这一代男子一生中将永远不会用金钱或其他社会权力手段去买得妇女的献身；而妇女除了真正的爱情以外，也永远不会再出于其他某种考虑而委身于男子，或者由于担心经济后果而拒绝委身于她所爱的男子。这样的人一经出现，他们自己将知道他们应该怎样行动，他们自己将造成他们的与此相适应的关于各人行为的社会舆论——如此而已。”①

这样的一代新人已经出现，是我们大家亲眼目睹成长的，明天将属于这一代新人。

① 《马克思恩格斯全集》，第21卷，第96页，人民出版社，1965年版。——译者

捷克斯洛伐克再版序言

你手中的这本书是《青年妇女百科》第二版，是修订和增补本。这本书反映了15—30岁的现代妇女的生活，论述了她应如何对待丈夫和子女，她的权利和义务及她在家庭里和社会中应有的形象。作者认为此书的任务是不仅试图从哲学的角度，而且从社会学、美学和经济学的角度来回答有关婚姻、家庭及父母责任的意义等基本问题。

我们很清楚，作为一本名副其实的百科必须在不大的篇幅内容纳范围相当广泛的信息。我们对第二版尽力作了最大限度的扩充。在研究第二版的过程中我们意识到对这类图书是多么迫切地需要一次又一次地进行修订和增补，因为生活条件和科学认识的变化是如此迅速，甚至于新版刚问世，就必须对它重新增补了。

参与编写《青年妇女百科》一书的除了医生、时装专家和社会学家，还有心理学家。这是不足为奇的。今天时代本身促使我们逐渐地变得越来越纯理性化和讲求实际，而且我们的纯理性主义（其实和多余的实践主义一样）常常与我们的情感产生矛盾。其结果是在现代工业化的社会里人们虽说无时不生活在群众之中，但却常常是孤身一人，他已不再相信自己的经验和自己的感觉，为了寻找使他苦恼的问题的答案，他常常去向那些知识浅薄、甚至是毫无知识的人请教并开始依照他们的主意行事。

1975年捷克斯洛伐克政府通过了一项法令，责成民族委员会创办婚姻和婚前教育问题咨询所。这种咨询所的任务是就男女间的关系和避孕等问题为未婚夫妻提供专家咨询，对公民进行建立家庭的婚前教育。仅1975年一年，当时成立的20个咨询所就接待了将近7000对已婚夫妇和未婚夫妻，并就2万多个问题提供了咨询服务。60%的男性来访者和68%的女性来访者不满35岁，最大的一个年龄组是25—29岁，恰好是我们这本《百科》的主要对象，其中40%前来咨询的夫妇，其婚龄不超过5年。

同时前几年的经验表明，还有许多人羞于来咨询所向专家说出自己的问题。一想到走访咨询所就会引起他们对自己的一种贬低感，似乎感到他们自己没有独立解决面临的问题的能力。这些人更乐意去向书本请教（所以这类书在书店里经常供不应求），不管这些书写的是心理问题、性生活问题，还是儿童教育问题。但愿我们这本《青年妇女百科》能为这些人效劳。

我们捷克斯洛伐克的离婚率至今还是相当高的。实践证明，优越的物质条件，富裕的家庭生活并不能使家庭更加稳定。恰恰相反：高水平的生活，家庭民主的扩大却常常会导致家庭内部关系的破裂，尽管这一切看上去是何等反常。在经济上妇女越来越不依靠男人，男人早已不再是养家活口的唯一角色了。正如调查材料证明，这就是离婚往往是由女方主动提出的原因，尽管离婚后因没有情侣而更感苦恼的恰恰是妇女，而子女则因失去父亲而遭受痛苦。因此在关于离婚问题的这一章里，我们决定补充有关子女对父母离婚反应的材料。这样我们尽力将一些很不寻常的问题范围扩大了，而解决这些问题决不是几个人，而且往往也不是几代人力所能及的。当然罗，不良的性格是不会遗传的，但令人遗憾的是不良的习惯是会被继承的。因此心理学家和精神病学家们往往在一些父母及其进入成熟年龄的子

女身上遇到同样的问题，同样的困惑。

按照现代心理学的观点，早在男女两人产生爱情的那一瞬间，他们尚未诞生的孩子的未来发展的先决条件就已奠定了。一个生长在不良的家庭气氛中的孩子，成年后通常是不善于建立一个美满家庭的。从前人们对这个道理认识得很清楚，而今天有相当一部分人却推卸责任，把对教育孩子的责任推给社会，然而社会只能对人们进行一些帮助，但决不可能把他们从生孩子、教育子女、抚养孩子的个性等义务中解脱出来。

心理学家在前不久有了一些新发现，其中之一是这样一个事实，就是一个婴儿在他生命的头几年所形成的不仅仅是他今后发展的“轨道”，而且是决定这种发展方向的“箭头”。事实证明，如果婴儿在其生命的头几个月和头几年不与母亲一起度过，那么这对他的心理会带来极有害的后果。在实际生活中，人们对这个发现还重视不够，尽管我们大家都是那些生长于不良家庭的个别青年人所犯的各种形式的越规行为的见证人，这种越规行为尽管很慢，但确实日趋严重，而且日益严重的这种越规行为主要出现在生活水平高的工业发达的社会里。这种社会的特征是持续的快节奏，它表现在人们感到时间不够用，尤其是不得不缩短关心、教育婴儿，与婴儿接触的时间。这就是我们为什么要在《青年妇女百科》的新版本里竭力更全面地阐明婴儿对母亲的依赖关系，尤其是在婴儿发育的早期阶段。

也许关于婴儿依赖母亲的报道不仅使个别青年妇女感到奇怪。问题是我们解放了的青年妇女常常是难以想象她们过去、现在并永远是婴儿从人类的幼苗“变成人”的一个何等重要的陪伴(当然与整个社会一起)，这棵幼苗与兽仔相比，其灵活性和适应力要差得多。要使这棵幼苗变成一个真正的人，需要母亲花出多少时间和关注呢？为此母亲须付出多少年的宝贵生命

呢？母亲对孩子的教育应灌输些什么呢？什么东西可以托付给奶奶、保姆和一般外人呢？

所有这些问题我们都试图在本书里作出回答。

自《青年妇女百科》初版问世以来，生活中许多东西发生了变化，并且是朝好的方向变化。但是每个新家庭都会遇到的许多所谓“永恒的问题”却并没有变化。我们希望妇女们能在我们这本书里找到关于日常生活中出现的问题的答案，并希望这些答案能帮助妇女们即使不能摆脱时刻都可能出现的困惑，至少也能很好地克服它们。

我们希望本书的第二版能受到在第一版发行时还是孩子的妇女们的欢迎，也希望本书能够送到没有看到过第一版的妇女们的手中。

作 者

目 录

俄译本序	1
捷克斯洛伐克再版序言	7
第一章 少女成长为妇女	1
(一) 少女与性欲	3
(二) 少女与父母的关系	7
(三) 结伴	9
(四) 柏拉图式的爱情	10
(五) 舞蹈课	11
(六) 恋爱妨碍学习吗?	12
(七) 爱情与钟情的区别	13
(八) 爱情的表白	14
(九) 少女在什么时候可以开始性生活	15
第二章 如何使你显得更美	18
(一) 你的外貌	18
1. 你年方十五	19
2. 在舞会上	22
3. 美容卫生	23
4. 你是青年妇女	26
5. 你在三十开外	27