



女人的性爱

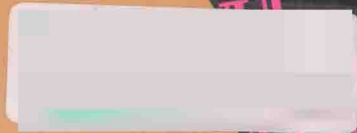
Why 动机

WOMEN

I HAVE

SEX

掌握女性身体密码  
探索男性性爱地图



1006名受访女性  
237个性爱动机

辛迪·梅斯顿  
(Cindy Meston)  
戴维·巴斯 著  
(David Buss)

海兰 译

让男人更了解女人  
女人更洞察自己



中信出版社 CHINA CITIC PRESS



## 女人的性爱动机

辛迪·梅斯顿  
[美] (Cindy Meston) 著  
戴维·巴斯 (David Buss)  
海兰译

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

女人的性爱动机 / (美) 梅斯顿, (美) 巴斯著; 海兰译. —北京: 中信出版社, 2014.5

书名原文: Why Women Have Sex

ISBN 978-7-5086-4444-8

I. ①女… II. ①梅… ②巴… ③海… III. ①性知识-普及读物 IV. ①R167-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第 027752 号

Copyright © 2009 by Cindy M. Meston, David M. Buss

Simplified Chinese translation Copyright © 2014 China CITIC Press

All rights Reserved

本书仅限中国大陆地区发行销售

## 女人的性爱动机

著 者: [美] 辛迪·梅斯顿 [美] 戴维·巴斯

译 者: 海 兰

策划推广: 中信出版社 ( China CITIC Press )

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

( 北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029 )

( CITIC Publishing Group )

承 印 者: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 9.5 字 数: 154 千字

版 次: 2014 年 5 月第 1 版

印 次: 2014 年 5 月第 1 次印刷

京权图字: 01-2011-1955

广告经营许可证: 京朝工商广字第 8087 号

书 号: ISBN 978-7-5086-4444-8 / G · 1083

定 价: 32.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000

投稿邮箱: author@citicpub.com

## 辛迪·梅斯顿的其他著作

《女性的性功能和性功能障碍》

(与欧文·戈尔茨坦、苏珊·戴维斯、阿卜杜尔马吉德·特瑞什合编)

## 戴维·巴斯的其他著作

《进化心理学：心理的新科学》

《人格心理学：人性的知识领域》

(与兰迪·拉森合著)

《隔壁的谋杀犯：探究谋杀心理》

《进化心理学手册》(编)

《欲望的进化：人类择偶的策略》

《危险激情：为什么嫉妒像爱和性一样重要》

《进化和女权主义角度的性、权力、冲突》

(与尼尔·马拉姆合编)



献给所有勇敢地同我们分享自己性经历的受访女性



## 序言

为什么女性对有的男人投怀送抱，而对有的男人避之唯恐不及？女性会用什么样的策略吸引心仪的配偶？为什么有些女性将爱与性混为一谈？为什么言情小说的读者大多为女性？为什么有的女性会试图在床上留住伴侣，而有的又在床上摆脱不喜欢的伴侣？

## 女人心，海底针

女性的性爱动机是一个极为重要却又无人问津的话题。因为大家，包括科学家，都认为女性的性爱动机不言自明——为了快乐，为了爱，或者为了开枝散叶。因此，为了揭示女性性爱的奥秘，我们花费五年多的时间进行了大量的调查和研究，参与人员超过 3 000 名。

2007 年 8 月，《性行为档案》杂志 (*Archives of Sexual Behavior*) 刊登了我们的《女人的性爱动机》这篇科学论文，引起了科学界广泛的关注。不过这篇论文揭开的只是冰山一角，在调查研究中，我们总共整理了 237 个性爱动机，表现了女性丰富而细腻的情感心理。有的动机俗不可耐（“我无聊”），有的庄严神圣（“我想接近上帝”），有的慷慨无私（“我希望他快乐”），有的疾恶如仇（“我惩罚他朝三暮四”）。在性爱中，有的女性追求凌驾于他人之上，而有的女性追求被



他人摆布，有的想在朋友面前威风一下，有的想报复情敌（“我想勾引她的男朋友”）。有的女性沉浸在甜蜜的爱情中（“我想和他融为一体”），有的女性满腹仇恨（“我想把性病传染给他”）。但是所有的这些都不能解释每个“动机”背后的原因。

经过统计分析，我们又将女性的性爱动机归为几大类。然后，专门为写作此书进行了大量的走访调查，以便进一步了解女性的性生活。在研究过程中，为了做到对女性性爱心理最深刻、最丰富的理解，我们不断借鉴我们的实验室以及其他实验室的最新科学发现。

《女人的性爱动机》这本书能够让读者更深入地理解生活。本书具体地描述了女性在现实生活中的性接触，分析了促使女性发生性行为的背后动机，并从理论角度解释了女性的性心理。这本书对女性的性事做出了最精辟的解释。

讲一讲我们两位作者的合作渊源吧。我们两位都是得克萨斯大学奥斯汀分校心理学系的教授，办公室紧挨着，加上我们处于共同的研究领域，所以我们经常聚在一起探讨人类性欲的问题。有一天，话题突然变成了性爱动机，于是我们开始思考一个简单的问题：人为什么要做爱？

我们两个人在合作中取长补短。临床心理学家辛迪·梅斯顿是研究女性性爱心理和生理的世界著名专家，进化心理学家戴维·巴斯是研究人类择偶策略的世界著名专家。我们的合作促使我们能够更深刻地理解女性的性爱心理。

从临床和进化角度来看，女性的性爱心理非常有趣。为什么女性对有的男人投怀送抱，而对有的男人唯恐避之不及？女性会用什么样的策略吸引心仪的配偶？为什么有些女性将爱与性混为一谈？为什么言情小说的读者大多为女性？为什么有的女性会试图在床上留住伴

侣，而有的又在床上摆脱不喜欢的伴侣？

对性的科学研究，即“性科学”，是一个跨学科领域，涉及心理学、社会学、人类学、进化生物学、医学等众多学科。过去几十年中，性科学有三个核心问题：明确并理解什么样的性行为、性态度、婚姻关系是正常的或者健康的；分析生物学因素、人生轨迹、个人偏好、生活环境如何影响性取向以及性欲；发现性与社会关系之间的相互影响。临床心理学家主要关注的是在何种程度上可以改变或者改进个人的性选择和性反应。进化心理学家主要研究人类性心理各方面的进化功能以及为什么在现代环境中性动机有时候会失灵。

自19世纪末以来，性研究者研究人类性行为的科学方法主要有三种：案例分析、调查问卷和走访调查、行为观察和评估。案例分析就是细致深入地分析个人的性问题或者性异常。比如，早期的性科学家理查德·克拉夫特-埃宾（Richard von Krafft-Ebing, 1840~1902）发现自己的多数病人都有手淫现象，所以下了（错误的）结论，认为手淫是导致所有性问题的根源。心理学家西格蒙德·弗洛伊德（Sigmund Freud, 1856~1939）根据案例分析，推理说成年时期的性行为取决于儿童时期的性欲望。

调查研究的先驱哈维洛克·艾利斯（Havelock Ellis, 1859~1939）强调性行为的个体差异，并写了一本回忆录，详细记录了自己与自称为同性恋的妻子的“公开婚姻”。在20世纪四五十年代，阿尔弗雷德·金赛（Alfred C. Kinsey, 1894~1956）和科研同伴华地·帕姆洛依（Wardell B. Pomeroy）、保罗·杰布哈德（Paul H. Gebhard）、克莱德·马丁（Clyde E. Martin）发表了两份有关男性性行为和女性性行为的报告，重新界定了美国人的性观念。金赛和他的团队一共采访了大约18 000名美国男性和女性，详细询问受访者的



性生活历史，这是迄今为止规模最大的人类性行为调查。后来，他们设计的问卷成了所有此类问卷的模板。金赛自己完成了其中 7 985 份调查。

美国纽约的妇科医生罗伯特·拉托·迪肯逊 (Robert Latou Dickinson, 1861~1950) 发明了一种观察女性生理变化的玻璃管，从而开了在实验室内观察女性性活动的先河。金赛也曾使用直接观察的方法研究人类性反应，不过，当代实验室性学研究始于威廉·马斯特斯 (William H. Masters, 1915~2001) 和弗吉尼亚·约翰逊 (Virginia E. Johnson, 1925~ )，他们 1971 年结婚，1992 年离婚。和过去的研究者不同，马斯特斯和约翰逊招募了近 700 名男性和女性参与实验室中的研究，他们在实验室中记录性唤起和性高潮的生理变化。他们发现了阴道湿润对性唤起的作用，不同高潮的生理变化，以及女性阴道高潮和阴蒂高潮的相似性。

马斯特斯和约翰逊在 1966 年出版了一部里程碑式的著作《人类的性反应》(The Human Sexual Response)，从此出现了实验室研究的新学科：性心理生理学。性心理生理学研究人类性行为的心理（情感、情绪、思维）和生理（激素、大脑中的化学物质、生殖器膨胀、阴道湿润）之间的相互关系。

精神上的性唤起一般通过调查问卷来测量，比如问受访者在某种情境下是否有“性趣”、情绪是否高涨等。在性心理生理学发展的初期，研究者喜欢用改造过的动物测量仪器来测量人类的生理唤起程度。比如，阴茎勃起监测仪可追溯到 19 世纪末期马夫所用的一种用来防止种马自慰的仪器。20 世纪 70 年代早期，两位医生发明了一种测量绵羊阴道热导系数的探测器。他们称在长达 4 小时的实验中，这种探测器对“醒着的绵羊不会造成任何不适”。该仪器太大，不适用

于女性，但是现代阴道探测器和该仪器还是有一些相似之处。

现在，研究者有几种方法可以测量生理性反应，尤其是生殖器血流。测量女性生理反应时可使用阴道光电容积脉搏波（一种感光仪器）、脉冲式多普勒超声检查、骨盆磁共振成像技术、检测阴道和阴唇温度变化的传感器、大腿和生殖器的热成像技术。此外，性心理生理学家也会记录心率、呼吸率、体温、血压、汗腺活动。这些均能够反映性唤起时的生理变化，但这和性反应无必然联系，因为愤怒、恐惧、焦虑甚至大笑等情绪也能够引起这些生理变化。不久前，研究者开始使用功能性磁共振成像（fMRI）来分析控制性反应以及性行为的大脑区域。

梅斯顿性心理生理学实验室的研究者以及世界各地的研究者，使用这些现代技术研究性反应的方方面面。在过去的 11 年中，梅斯顿实验室研究了以下问题：生理性唤起和精神性唤起的如何关系？早年创伤性的性经历如何影响成年后精神和生理上的性唤起？女性的身材如何影响女性的性功能和性满足？香烟以及其他药物如何影响男性和女性的性唤起能力？抗抑郁药如何影响女性的性唤起能力以及如何避免这些药物的副作用？性交是否能够引起体内的荷尔蒙变化并因此影响女性的性欲？为什么焦虑情绪有时候会增强而有时候会减弱女性的性功能？

研究者也使用心理学和生理学方法来验证女性性心理的进化假设。有的人认为从进化角度去分析女性的性心理有些不妥。事实上，直到 20 世纪 50 年代，在生物学领域，“行为是进化的结果”的说法都被认为有失体面，生物学家只关注解剖学和生理学。但是自那时开始，进化生物科学发生了天翻地覆的变化。性器官毕竟是为性行为设计的！所以不能将解剖学、心理学、生理学和性行为分开而论。



谈到进化，很多人便想到“腥牙血爪的大自然”和“适者生存”等残酷的概念。虽然生存竞争的确是进化论的内容，但不是最重要的内容。事实上，达尔文自己也常被那些无法用“生存选择”理论解释的现象困扰。比如，“生存选择”理论无法解释孔雀华美的羽毛。耀眼的羽毛怎么可能是进化的结果呢？因为这些羽毛消耗能量，而且不容易躲避天敌，这都无益于生存。达尔文在给朋友的信件中写道，他一看见孔雀就做噩梦，因为他无法用进化理论解释孔雀华美的羽毛。

后来达尔文的噩梦没那么多了，因为他发现了对理解女性性心理极为关键的进化理论：性选择理论。性选择关注的进化问题不是造成性高潮的生存优势，而是择偶优势。性选择是通过两种方式发挥作用的——同性竞争和异性选择。同性竞争就是同性之间相互争夺优秀的异性。同性竞争的典型形象就是两只正在顶角的公鹿。达尔文强调雄性之间的竞争，但是说到人类，女性之间的竞争和男性之间的竞争同样激烈。不论哪个物种，雄性个体在外表、健康、资源、基因等方面都有优劣之分，因此在竞争中获胜的雌性便能够获得优秀的异性，从而保证自己成功地繁衍后代。从根本上而言，这一进化理论的关键是繁衍而不是生存。

同性竞争中的获胜者因为能够和优秀的配偶成功地生育众多优秀的后代，所以得以将自己的大部分基因遗传下来。而那些同性竞争中的失败者的大部分基因，由于后代较少而流逝在了进化的长河之中。男性之间的夺偶竞争比较明显，而女性之间的夺偶竞争比较隐晦。比如，女人的名声是同性竞争的一个重要方面，因此名声便在人们的流言蜚语、拉帮结派、明枪暗箭中起起伏伏。进化（简单来讲就是随着时间发生的变化）是同性竞争的结果，因为只有胜利者才能获得优秀的配偶。

异性选择意味着选择能让自己成功繁衍后代的配偶。比如，同健康男性交往的女性，繁殖力强于同体弱多病的男性交往的女性。首先，这些女性本身会比较健康，不会从伴侣那里感染疾病。其次，她们生育的孩子也会比较健康，不仅不会从父亲那里感染疾病，而且还能遗传父亲优质的健康基因。女性的择偶偏好以及喜欢的男性特质都是长期进化的结果，因为只有那些在选择性伴侣以及长期配偶时做出明智抉择的女祖先的基因被成功地遗传了下来。

进化心理机制是一个宽泛的内容，远远超出女性的繁殖话题，涉及女性的性欲、性吸引类型、择偶偏好、爱的情感、性嫉妒等内容。女性心理的每个因素解决一个适应问题，使女性，具体地说是现代女性的祖先，从中受益。所以当进化心理学家提到“进化心理机制”以及“心理适应”等词时，他们不是指死板的如机器人一样的行为本能。相反，人类的心理适应极其灵活，对周围环境极其敏感，而且只有在特定的社会环境中才会起作用。比如，醋劲大发的女性可能会在床上讨好伴侣，希望伴侣不要再心猿意马。但是只有在别人威胁到自己的感情时，女性才会出现嫉妒、吃醋等心理。

另外，当感情受到威胁时，女性会采取各种各样的办法，比如提高警惕或者给予对方更加热烈的爱。但是当女性出现某种性心理时，她们不一定会采取行动。比如，当一个女人遇到一位高大帅气的陌生男子时可能会产生性欲，但是因为她不想背叛自己的伴侣，怕自己的名声受损，或者有道德、宗教方面的顾虑，她会控制自己的本能欲望。由此可见，心理适应不是死板的本能反应，不可能全部用行动表达出来，而是高度灵活的受环境影响的心理机制。

在过去的 20 年中，巴斯进化心理学实验室一直在使用各种研究方法探索人类的性心理。比如，到单身酒吧观察女性如何吸引异性，



记录其生理变化，让受访者想象自己的伴侣和他人做爱的场景，请受访者自述自己如何“挖墙脚”，进行男性性感身材的实验性研究，研究排卵期的激素变化对女性性欲的影响等。受访者包括大学生、情侣、新婚夫妇、年龄较长的夫妇，还有 10 000 名来自 33 个国家的不同民族的人。巴斯实验室探讨了各种各样的问题：危险的嫉妒心理，红杏出墙的原因，父母对女儿的教导，爱情的进化，感情上的欺骗，排卵对女性性欲的影响，男女之间是否有“纯洁的友谊”，影响性满足的个性特点，伴侣出轨的前兆，诋毁情敌名声的流言，以及“性爱智慧”等。

女性性心理的许多因素都有着进化功能，但这并不意味着女性所有的心理特点都是合宜的，或者女性所有的性行为都是有益的。恰恰相反，我们会在本书中了解到，女性的有些心理相当于自我毁灭，会导致许多个人问题，甚至会造成人生悲剧。有的心理过于扭曲，成了一种病态，进而导致严重的性功能障碍。从性功能障碍的苦不堪言到完美性生活的激情四溢，本书涵盖了女性性心理的方方面面。

从 2007 年 6 月到 2009 年 4 月，我们进行了女性性爱动机的研究。我们通过网站和在线分类广告招募女性参与者。我们使用 128 位加密的数据库保存调查资料，以防黑客盗取信息，同时严格保密参与者的身份。女性参与者首先需要阅读一份同意书，请她们全面了解本次调查的内容，并向她们保证她们可以随时停止参与调查。书中给出的采访内容基本都是参与者的原话，只是删除了有可能会泄露参与者身份的细节。另外，我们告知参与者如果她们对本次调查有任何顾虑，或者在回答问题后或在分享了自己的故事后感到情绪抑郁，那么我们有临床心理学专家来帮助她们。

之前提到，我们原先已经归纳了 237 个性爱动机。在本次采访调

查时，首先询问受访女性是否曾有过其中某个动机，如果回答“是”，就请受访女性讲出自己具体的经历；如果回答“否”，就请受访女性给出一个新的性爱动机。受访女性的回答，证实、深化、丰富了我们原有的调查发现。最重要的是，这给予了女性用自己的话解释自己性爱动机的机会，从而使我们更深刻地理解女性的性心理，而这一点，靠数据分析是做不到的。

在研究过程中，1 006 名来自世界各地的女性与我们分享了自己的经历。她们来自美国的 46 个州（除了阿拉斯加州、蒙大拿州、内布拉斯加州、特拉华州的美国各州）；加拿大的 10 个省（除了萨斯喀彻温省和爱德华岛的各省）和一个区（西北地区）；三个欧洲国家（德国、比利时、法国）；澳大利亚、新西兰、以色列、中国。受访女性的年龄介于 18 岁（我们规定参与者年龄不得小于 18 周岁）到 86 岁之间，包括美国印第安人、亚洲人、黑人、白人（非西班牙）、拉丁美洲人。57% 的受访者称自己有宗教信仰，包括基督教（她们分别是英国圣公会教徒、浸礼会教徒、天主教会教徒、美国圣公会教徒、路德会教会教徒、卫理公会教徒、摩门教教徒、圣灵降临节集会教徒、新教徒、基督复临安息日会教徒）、犹太教、伊斯兰教、佛教、印度教、道教、普救一位神教、异教或者威卡教，26% 的受访者是不可知论者，14% 的受访者是无神论者。调查是通过网络进行的，受访者来自不同的社会经济背景：17% 的受访者的家庭年收入少于 25 000 美元，31% 的受访者的家庭年收入在 25 001~50 000 美元之间，33% 的受访者的家庭年收入在 50 001~100 000 美元之间，19% 的受访者的家庭年收入在 100 000 美元以上。

当然，我们也询问了受访女性的感情状况和性取向。约 80% 的受访者称自己处于恋情之中，10% 的受访者称自己在约会，但感情

不稳定。93%的受访者称自己偏向于或者完全是异性恋，2%的受访者称自己为双性恋，5%的受访者称自己偏向于或者完全是同性恋。11%的受访者选择了“其他”，包括同性恋、无性者、双性恋、双性偏异性、全性恋、泛性恋、酷儿、异性恋加其他、无固定性取向、开放性取向、多边恋、性取向不明确以及混合性取向，比如“主要是异性恋但是有一点同性恋倾向”。

研究中最令人惊讶的是，每一种性爱动机都有成功和失败的例子。性爱通常来讲是非常快乐的，给予女性激情、爱情、温暖、新奇感：

我发现……有两件事情非常重要——既能和他有激情缠绵的性爱，又能和他一起开怀大笑，和他体验分享不同的快乐。好像性和笑同时满足了身心的需要。

——异性恋女，42岁

女性喜欢身心的愉悦。

但是如果希望通过性爱来达到什么目的话，有时候难免会遭受失败。事实上，性爱有时候会使女性感到孤独苦楚。一位受访女性不堪寂寞而去寻求慰藉，不料事与愿违：

上一段恋爱中，我完全是因为孤独寂寞，感到没人爱，所以才和他发生关系的。这样做太傻了，因为我后来心情变得更加糟糕……我现在很后悔，因为我们彼此不是很了解，而且感情很不稳定。一个月后，我们分手了。

——异性恋女，39岁

虽有失败，但也有读来令人震撼的成功例子。一位受访女性谈到

自己如何利用性爱来增强自己的自信心：

我曾出于同情心和几个男孩发生过性行为，他们都是处男，我可怜他们从来没有接触过女人的身体，所以我给了他们。我当时觉得自己很伟大，我感觉自己在驾驭他们，他们则是服从的弱者。作为他们的性爱导师，我自信心大增，觉得自己更有魅力。

——异性恋女，25岁

有的女性则认为性爱是一种体验上帝的方式：

我无法具体描述这种感觉……但是性爱带给我纯粹的快乐，与另一个人交融让我更深刻地感觉到生命的轮回和天地间暗藏的力量……本质上说，是上帝。

——异性恋女，21岁

本书包含了女性真实的故事，大量的科学和临床发现以及我们自己原有的研究，期望向读者揭示女性丰富多彩的情爱心理，有人感到快乐，有人感到悔恨，有人沉浸在两情相悦的甜蜜中，有人体验着不染烟尘的爱。

我们希望本书能够帮助读者做出明智的选择——何时、如何、为何和自己的伴侣或者情人发生关系。本书虽不是“自助”书籍，但是相信读者必能从中学到能够运用于生活中并和伴侣分享的知识。我们希望本书能带领着读者从全新的角度细细品味女性丰富的情爱心理。





## 序 言 女人心，海底针

IX

为什么女性对有的男人投怀送抱，而对有的男人避之唯恐不及？女性会用什么样的策略吸引心仪的配偶？为什么有些女性将爱与性混为一谈？为什么言情小说的读者大多为女性？为什么有的女性会试图在床上留住伴侣，而有的又在床上摆脱不喜欢的伴侣？

## 第一章 如何撩拨女人心？

001

为什么浓重的汗味和低沉的嗓音能够撩拨女人的性欲？如果说男人才是视觉动物，那为什么如此多的女人会为安东尼奥·班德拉斯或乔治·克鲁尼发狂？是不是男人一定要风度翩翩才能够拨动女人的心弦？一个相貌平平的男人如何靠自己的耀眼魅力让女人神魂颠倒？外表的魅力什么时候会压倒一切？