

ZHONGGUO JIAZHENGXUE XINBIAN

# 中国家政学新编

周文建 庞大春 主编

当代世界出版社



# 中国家政学新编

当代世界出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

中国家政学新编/周文建,庞长春主编.

—北京:当代世界出版社,2000.1

ISBN 7-80115-293-X

I. 中… II. 周… III. 家政学 IV. TS976

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 00946 号

当代世界出版社出版发行

(北京复兴路4号 邮编 100860)

廊坊市解放军四二一〇厂印刷 新华书店经销

开本: 850×1168 1/32 印张: 9 字数: 229千字

2000年2月第1版 2000年2月第1次印刷

印数: 6000 定价: 16.00元

ISBN 7-80115-293-X/T.1

## 中国家政学新编编辑委员会

主 编 周文建 庞大春

编辑委员会成员(以姓氏笔划为序):

王春明 王锡义 王晓宇 李婉筠

余龙文 陈忠菊 杨立明 张陆庆

张有荣 张飞燕 张亚红 张柱石

周文建 庞大春 钱渊华 晋武明

曾 钊 蒋少虹 魏 娟

為發展我國的  
家庭服務事業  
做出貢獻

祝賀家庭服務業協會成立

沈志福



一九九四年  
三月二十八日

运用市场机制  
优化家庭服务

祝贺中国家庭服务业协会成立

孙起孟



倡導家庭服務  
的科學管理化

費孝通



一九四四年六月

發展第三產業為人民  
提供更多方便

為利康搬家公司題

吳學謙  
一九九三年  
四月



發展家庭服務事業  
促進經濟繁榮推動  
社會進步

張皓若

一九九〇年  
育



# 序

家庭是社会的细胞，家庭管理是家政学的核心内容。人类已进入 2000 年，家政研究越来越引起人们广泛的关注。国家有关领导人对家庭服务业的健康发展寄予厚望，并为本协会题词（见扉页），以支持家庭服务业的发展。周文建、庞大春先生主编的中国家政学新编，在汲取同类书籍长处的基础上，对中国家政学的建立和推动中国家庭服务业的发展，作了有益尝试和深入的探索。

翻阅全书，深感作者各具灼见，切实中肯。

全书观点新颖，材料翔实，具有理论性、务实性、可操作性等特点。

我衷心感谢两位先生和其他编著者为我国家庭服务业的开拓与完善所作的努力与贡献。

在这本《中国家政学》正式出版的时候，我愿意向广大家庭服务业的同行们、千家万户和家庭理论研究人员、关心家庭、家政事业的广大读者推荐这本书，愿它为新世纪家庭、家政工作发挥更大的作用。



2000 年 1 月 13 日

---

张建纪先生系中国家庭服务业协会法定代表人、常务副会长兼秘书长，原全国人大常委会办公厅副局长。

# 前 言

中国家政学新编正式出版，了却了我们多年夙愿。古往今来，各个民族和国家都积累了极为丰富的家庭生活经验，形成各具特色的家政思想。为了总结我国家政事业经验和家政工作规律，对外经济贸易大学、中国人民大学等高等院校的专家、学者通力合作，编写了中国家政学新编一书。

在写作过程中，我们吸取了许多学者的研究成果，限于篇幅，不能一一列出，在此向他们一并表示衷心的感谢。

家政学是一个尚待探索的领域，由于我们掌握资料有限，研究还不够深入、全面，书中必然会有疏漏乃至错误之处，恳请广大读者不吝赐教。

中国家政学新编编辑委员会  
2000年1月

# 目 录

<b>第一章 中国家政学概说</b> .....	( 1 )
<b>第一节 家政学的涵义及相关问题</b> .....	( 1 )
一、家政学的涵义及意义 .....	( 1 )
二、家政学的相关问题 .....	( 3 )
<b>第二节 家政学沿革</b> .....	( 5 )
一、家政学的产生、发展、现状 .....	( 5 )
二、家政学的研究展望 .....	( 8 )
<b>第二章 家庭结构</b> .....	( 10 )
<b>第一节 家庭概述</b> .....	( 10 )
一、家庭的涵义及职能 .....	( 10 )
二、家庭的沿革及感悟 .....	( 12 )
<b>第二节 现代家庭</b> .....	( 15 )
一、现代家庭结构 .....	( 15 )
二、中国家庭 .....	( 18 )
<b>第三章 家庭管理和家事管理</b> .....	( 20 )
<b>第一节 家庭管理</b> .....	( 20 )
一、家庭管理概述 .....	( 20 )
二、家庭管理的内容及应用 .....	( 21 )
<b>第二节 家事管理</b> .....	( 23 )
一、家庭居室 .....	( 23 )
二、家庭服装 .....	( 42 )
三、家庭膳食 .....	( 47 )
<b>第四章 家庭教育</b> .....	( 61 )

第一节	家庭教育概述 .....	(61)
一、	家庭教育涵义及意义 .....	(61)
二、	家庭教育原则及任务 .....	(62)
第二节	怎样搞好家庭教育 .....	(63)
一、	家庭教育的特点及重点 .....	(63)
二、	怎样搞好家庭教育 .....	(65)
<b>第五章</b>	<b>家庭关系</b> .....	(74)
第一节	家庭关系概述 .....	(74)
一、	家庭关系及其相关的问题 .....	(74)
二、	搞好家庭关系应重视的问题 .....	(76)
第二节	如何处理好家庭关系 .....	(77)
一、	家庭关系中的关键——男人和女人 .....	(77)
二、	家庭关系 .....	(85)
<b>第六章</b>	<b>家庭有关法律</b> .....	(96)
第一节	与家庭有关的法律法规 .....	(96)
一、	与家庭有关的重要法律法规 .....	(96)
二、	民事诉讼法的有关法律常识 .....	(99)
第二节	家庭法律顾问 .....	(100)
一、	与家庭生活密切相关的法律问题 .....	(100)
二、	家庭法律顾问 .....	(104)
<b>第七章</b>	<b>家庭文化生活</b> .....	(112)
第一节	家庭文化生活概述 .....	(112)
一、	家庭文化涵义、功能、特征 .....	(112)
二、	家庭成员文化生活管理 .....	(113)
第二节	家庭文化生活空间 .....	(114)
一、	家庭文化天地及家庭生活空间 .....	(114)
二、	家庭茶文化 .....	(124)
<b>第八章</b>	<b>家庭社交礼仪</b> .....	(131)
第一节	社交礼仪概述 .....	(131)

一、社交礼仪的涵义及功能·····	(131)
二、社交礼仪的特点及原则·····	(133)
第二节 家庭生活社交礼仪·····	(134)
一、家庭礼仪规范·····	(134)
二、家庭生活社交真知灼见·····	(137)
<b>第九章 家庭理财</b> ·····	(146)
第一节 家庭理财概述·····	(146)
一、家庭理财的涵义及意义·····	(146)
二、家庭如何理财·····	(147)
第二节 家庭投资·····	(159)
一、家庭投资的涵义及分类·····	(159)
二、家庭如何投资·····	(160)
第三节 家庭储蓄·····	(176)
一、家庭储蓄作用及意义·····	(176)
二、如何搞好家庭储蓄·····	(177)
第四节 家庭保险·····	(189)
一、保险的涵义及职能·····	(189)
二、投保程序和家庭保险·····	(190)
<b>第十章 家庭卫生保健</b> ·····	(208)
第一节 家庭卫生保健·····	(208)
一、家庭卫生·····	(208)
二、卫生保健·····	(212)
第二节 家庭保健指南·····	(215)
一、家庭保健的基本常识·····	(215)
二、家庭保健指南·····	(219)
<b>第十一章 家庭养生之道</b> ·····	(239)
第一节 环境、健康、健身·····	(239)
一、环境与健康·····	(239)
二、健身之道·····	(242)

第二节 养生之道·····	(249)
一、养生之术·····	(249)
二、家庭医生论养生·····	(258)

# 第一章

## 中国家政学概说

### 第一节 家政学的涵义及相关问题

#### 一、家政学的涵义及意义

家庭是社会的细胞。家庭在社会生活中起着巨大的作用。在中国社会,家庭的地位和作用更为人们所重视,而家政学的重点是研究家庭的地位和作用,以及家庭生活有关事务的处理。

##### (一) 家政学的涵义

##### 1. 什么是家政

家政学研究中的家政一词有多种涵义,这些涵义主要包括以下四层意思。

(1) 家政是指家庭事务的管理。“政”是指行政与管理,它包含有三个内容:一是规划与决策,二是领导、指挥、协调和控制,三是参与、监督与评议。

(2) 家政是指在家庭这个小群体中,与全体或部分家庭成员生活有关的事情,它带有一种“公事”的意味,另外还含有“要事”的意思。在实践中,它要求我们把主要的注意力放在大事和要事上面,也就是首先抓好事关全局的重要事情。当然,大事和小事是互相联系的,对小事也不可忽视。

(3) 家政还指家庭生活办事的规则或者行为准则。家庭生活中需要有一些关于行为和关系的规定,有的写成条文,有的经过协商形成口头协定,有的在长期共同生活中成为不成文的习惯规则。这些规则有综合的,也有单项的,如对学习和娱



乐，常常需要作特别的规定。

(4) 家政指家庭生活中实用知识与技能、技巧。家庭事务是很具体、很实际的，人们的修养、认识、管理都要与日常行为结合起来，才能表明其意图，实现其愿望。

总之，家政是家庭中对有关各个家庭成员的各项事务进行科学认识、科学管理与实际操作，以利于家庭生活的安宁、舒适，确保家庭关系的和谐、亲密，以及家庭成员的全面发展。

## 2. 什么是家政学

家政与家政学的概念是不同的。从纵向看，家政的历史更长，自从出现家庭以来，就出现了家政。从横向看，家政学的外延更宽，从个人家庭到社会家庭，从家庭的物质生活到家庭精神生活，以及社会关系等的规范、实施和管理工作，都属于家政学的范畴。

家政学是研究家庭生活规律，以提高家庭物质生活、文化生活、伦理感情生活和社交生活质量为目的的一门综合性应用学科。

家政学有狭义和广义之分。

狭义家政学是家庭生活学或家庭管理学，指家庭种种事务的管理，因而，又叫家庭管理学。

广义家政学涵盖家庭的方方面面，包含各种工艺，如食品备置、食品加工、烹饪等；服装选购和保护、美容美发等；住宅设计、室内装潢和设计、庭院设计和管理等；妇婴卫生、育儿、儿童心理等；家电维修、电子应用等；家庭婚姻；家庭簿记、家庭经营管理等。

家政学是一门系统的科学知识体系，它运用各门学科的研究成果，为改善家庭生活服务。它把有关知识在家庭生活的整体上加以综合融化。因此，它是综合性学科，与社会科学、自然科学、管理科学、技术科学、哲学、美学、住宅学、伦理学、生理学、人口学、人才学、法律法规、保险、家庭经济