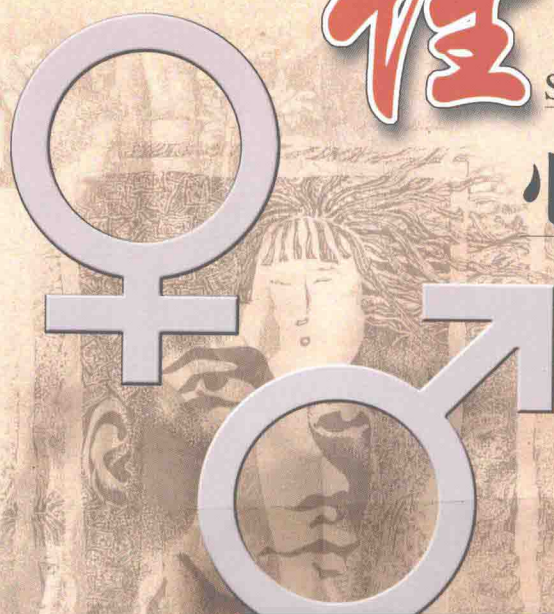


邱鸿钟◎著

性

Sex Psychology

心理学



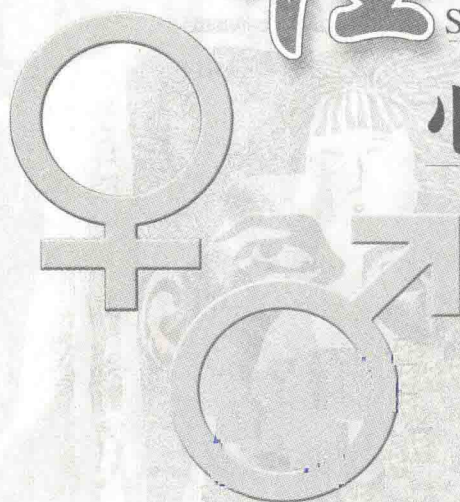
广东高等教育出版社
Guangdong Higher Education Press

邱鸿钟◎著

性

Sex Psychology

心理学



广东高等教育出版社
Guangdong Higher Education Press

广州

图书在版编目 (CIP) 数据

性心理学/邱鸿钟著. —广州: 广东高等教育出版社, 2014. 2
ISBN 978 - 7 - 5361 - 5058 - 4

I. ①性… II. ①邱… III. ①性心理学 - 高等学校 - 教材
IV. ①R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 024171 号

Xing Xinlixue

广东高等教育出版社出版发行

地址: 广州市天河区林和西横路

邮编: 510500 电话: (020) 87553335

网址: www.gdgjs.com.cn

广东信源彩色印务有限公司印刷

787 毫米 × 1 092 毫米 16 开本 16.5 印张 381 千字

2014 年 2 月第 1 版 2014 年 2 月第 1 次印刷

定价: 32.00 元



前 言

为什么要探讨性心理学问题？性是人保留最本能的一个领域，也是最纷纭复杂的一种社会文化现象；既是最隐秘的私事，又是最流行的社会话题；是许多人自以为都知道的事，也是存在最多谬误的地方；看似一个激动人心和充满爱的地方，但也是一个暗藏变态和暴力的痛苦深渊。正如法国哲学家和心理学家米歇尔·福柯所分析的那样：“性逐渐成为重点怀疑的对象，具有渗透在我们的行为与生活的普遍的和令人不安的意义，它成了罪恶的威胁向我们袭来的必经的脆弱之处，成为我们每个人都带在自己身上的恶的断片。”^① 性，的确是一个被遮蔽和最虚伪的话语领域。福柯曾经将探讨过去300年来性知识形成的方式，以它为对象的话语增殖的方式，以及最终导致我们为这些话语想要产生的真相付出了极其高昂的代价的原因作为自己的一个研究任务。

何为性心理？广义上而言，性心理其实就是普通人的心理，因为人总是有性别的，人的心理特征和心理过程大多是具有性别差异的。性交行为虽然只是一瞬即逝的事，而与此相关的爱却是深沉久远的，所涉及的相关因素也是广泛多方面的。性行为的健康及变态与否根植于漫长的性别的塑造和性别角色的养成过程。因此，性心理研究不应只是局限于性行为的心理，还应包括性别的心理、性的发育、爱情、婚姻、性态度、性别角色、性文化等相关心理问题的探讨。

探讨性心理问题具有什么意义？从进化心理学的角度来看，性选择是人类进化的主要动力，但人类选择配偶有什么规律可循？配偶选择决定了婚姻的命运吗？从精神分析学派来看，几乎一切神经症都具有性的起源，一切神经症都具有性的含义；人的性格的强弱悬殊都与性的压抑和实现程度密切相关。从艺术来看，爱情与性是文学艺术创作的无穷无尽的活力源泉，是性力升华的花朵。从福柯的后现代哲学的观点来看，性是男人和女人之间、青年人与老年人之间、父母与子女之间、神父与俗人之间、政府与人民之间等权

^①（法）米歇尔·福柯．性经验史[M]．余碧平，译．上海：上海人民出版社，2003：52．



力关系中来往特别密集的通道。“在权力关系中，性不是最沉闷的要素，而是手段最高强的要素之一；适用面最广，而且对于各种最具有变化性的策略，它也能够提供支撑点和连接点。”^① 我们也应该思考，性行为是如何、为何和以何种形式被构成道德领域的。由此可见，性，无疑是人性最核心的本质之一，性心理的探讨实质上就是关于人性的哲学、社会学、人类学和医学。儒家经典《中庸》中说得精彩：“君子之道，造端于夫妇，及其至也，察乎天地。”这等于说，从男女之道可以推及世间的一切道理，本书的写作正是基于这样的认识高度和这样的一种情怀。

2014 年春于广州白云山鹿鸣湖畔

^①（法）米歇尔·福柯. 性经验史 [M]. 余碧平, 译. 上海: 上海人民出版社, 2003: 75.

MULU 目录

1



1

绪论/1

一、概述/1

- (一) 性心理学的研究对象与内容/2
- (二) 性心理学的研究目的与意义/4
- (三) 学习与研究性心理学的态度/7

二、人类的性史与性心理学研究/10

- (一) 性的蒙昧与崇拜/11
- (二) 性的天放与爱的浪漫/13
- (三) 性的禁锢与规制/16
- (四) 性的觉醒与反思/19
- (五) 性文明与理性/20
- (六) 性态的多元性与性心理学的兴起/23

三、性心理学的研究方法/30

- (一) 观察研究法/30
- (二) 访谈研究法/32
- (三) 问卷调查法/33
- (四) 实验研究法/34
- (五) 个案研究与临床研究法/34
- (六) 文献研究法/36



2

性心理的发育与健康的性心理/38

一、性心理的发育/38

- (一) 口腔期/39
- (二) 肛门期/39
- (三) 性器官阶段/40
- (四) 潜伏期/40
- (五) 生殖期/40
- (六) 中年期/42
- (七) 老年期/42

目录 MULU

二、影响性心理发展的因素/43

- (一) 性心理发展的生物基础/43
- (二) 性心理发展的社会文化因素/45
- (三) 父母的教养方式与家庭环境/46
- (四) 偶然事件的影响/47

三、男女性心理的差异/47

- (一) 需求心理方面的差异/48
- (二) 思维方面的差异/48
- (三) 情感和个性方面的差异/48
- (四) 生活习惯方面的差异/49
- (五) 恋爱行为中的差异/49

四、健康的性心理/50

- (一) 认同与悦纳自己的生理性别/50
- (二) 为异性相吸并能与异性和谐相处/51
- (三) 有与年龄变化相一致的性欲和性反应/51
- (四) 有社会责任感地承担自己的性行为带来的后果/52
- (五) 性生活符合双方自愿、平等、科学、卫生的原则/52
- (六) 性动机合法、合情、合理/52
- (七) 排他与忠诚/53

五、人类性行为的特点/53

- (一) 普遍性/53
- (二) 功能的多样性/54
- (三) 排他性/54
- (四) 隐秘性/54
- (五) 责任与义务/55
- (六) 社会文化性/55
- (七) 意义与价值/56
- (八) 持续性/56
- (九) 女性性高潮/56

(十) 性生活中手的运用/57

六、性生活的健康效能/57

(一) 体能锻炼/57

(二) 延缓衰老和延长寿命/57

(三) 消除紧张和焦虑/57

(四) 美容/58

(五) 减少某些疾病的发病率/58

七、性权利/58



3

性态度/60

一、性的崇拜与性的敌视/61

二、关于手淫/64

三、性和性属/65

四、月经和遗精/67

(一) 月经/67

(二) 遗精/69

五、避孕与堕胎/69

六、黄色和淫秽作品/72

七、卖淫与嫖娼/76



4

爱情心理/79

一、恋爱与爱情的界说/79

二、择偶心理/84

(一) 父母偶像理论/84

(二) 同类匹配理论/86

(三) 资源交换理论或互补需要理论/86

(四) 男高女低择偶梯度说/88

三、婚后的爱情/91

四、婚外恋与性/93

目录 MULU



5

婚姻心理/97

- 一、选择结婚的原因/97
- 二、婚姻关系心理/99
 - (一) 性关系/100
 - (二) 生育关系/102
 - (三) 经济关系/103
 - (四) 姻亲关系/104
 - (五) 家务劳动分工关系/105
- 三、婚姻冲突和暴力/106
- 四、婚姻的稳定性与解体/109
 - (一) 婚姻稳定性的相关因素/109
 - (二) 离婚经历的心理阶段/110
 - (三) 离婚对当事人和子女的影响/111
- 五、关于单身问题/113
- 六、婚姻问题的心理咨询/116
 - (一) 婚姻咨询前期的思想准备/116
 - (二) 问题的界定与适合对象/117
 - (三) 咨询目标/118
 - (四) 婚姻质量的评估/118
 - (五) 婚姻心理咨询所涉及的理论与技术/123
 - (六) 婚姻咨询的阶段性工作要点/123



6

性神经症/126

- 一、临床类型/127
 - (一) 性器官或性功能焦虑症/127
 - (二) 性病和性变态等疑病症/127
 - (三) 因性问题所致的恐惧症/128
 - (四) 因性生活缺失所致的失眠症/129
 - (五) 因性压抑所致的强迫症/129

二、性神经症的病理机制分析/131

(一) 易感因素/131

(二) 病理机制的分析/132

三、性神经症的诊治要点/133



7

性功能障碍/135

一、性欲缺失/135

(一) 临床表现与诊断/136

(二) 性欲缺失的原因/136

(三) 心理治疗/137

二、性欲唤起障碍/137

(一) 临床表现与诊断/137

(二) 性唤起障碍的原因/138

(三) 心理治疗/138

三、性乐高潮障碍/138

(一) 临床表现与诊断/139

(二) 性乐高潮障碍的原因/139

(三) 心理治疗/139

四、性交疼痛与阴道痉挛/140

(一) 临床表现与诊断/140

(二) 性交疼痛障碍的原因/140

(三) 心理治疗/141

五、性欲减退/141

(一) 临床表现与诊断/141

(二) 性欲减退的原因/141

(三) 心理治疗/142

六、性欲亢进/142

(一) 临床表现与诊断/142

(二) 性欲亢进的原因/142

目录 MULU

6

(三) 心理治疗/143

七、阳痿/143

(一) 临床表现与诊断/143

(二) 阳痿的病因/144

(三) 心理治疗/145

八、早泄/146

(一) 临床表现与诊断/146

(二) 早泄的原因/146

(三) 心理治疗/147



8

性变态/148

一、性变态的界定、分类与基本原因/148

(一) 性变态的界定/148

(二) 性变态的分类/149

(三) 性变态的基本特点与病因/149

二、性变态的类型/150

(一) 性别认同紊乱/150

(二) 性偏好障碍/154

(三) 性指向障碍/163

(四) 几种特殊的性心理障碍/180



9

性的妄想/184

一、性妄想的临床表现与类型/185

(一) 钟情妄想/185

(二) 关系妄想/185

(三) 特殊意义妄想/186

(四) 内心被揭露感/186

(五) 嫉妒妄想/186

(六) 被害妄想/186

(七) 罪恶妄想/187

- (八) 其他性幻想和性妄想/187
- 二、性妄想形成的机制与影响因素/188
 - (一) 性妄想产生的机制/188
 - (二) 影响性妄想的因素/189
- 三、性妄想的诊治要点/190
 - (一) 性妄想的诊断/190
 - (二) 性妄想的治疗/191



10

性的社会文化心理问题/193

- 一、五字符的性文化心理现象/193
- 二、阴阳鱼图案的性文化心理现象/197
- 三、宗教之爱与信仰的矛盾现象/199
- 四、食物与药物文化中的性心理现象/200
- 五、生育控制/201
- 六、性骚扰的社会问题/204
- 七、强奸问题/207
- 八、斯德哥尔摩综合征/209
 - (一) 斯德哥尔摩综合征的缘起/209
 - (二) 产生斯德哥尔摩综合征的条件/209
 - (三) 斯德哥尔摩综合征的发展过程/210
 - (四) 斯德哥尔摩综合征的心理辅导/210
- 九、老年人性犯罪的特点、原因与防范/210
 - (一) 老年人性犯罪的特点/211
 - (二) 老年人性犯罪的原因/212
 - (三) 老年人性犯罪的预防/212



11

性欲的调节与升华/214

- 一、性本能的特点与性欲的动力性质/214
- 二、升华的形式、机制与价值/216

目录 MULU

- (一) 升华的概念与价值/216
- (二) 升华的条件、机制与形式/217
- (三) 关于诙谐、幽默和滑稽/218

三、自慰的形式与作用/220

- (一) 自慰的概念/220
- (二) 关于自慰的工具/221
- (三) 自慰的合适对象/222
- (四) 自慰的双向作用/222
- (五) 对待自慰的评价/224



12

性心理咨询/226

一、精神分析取向的性心理咨询/226

- (一) 基本理论/226
- (二) 基本技术/229
- (三) 案例分析/232

二、行为主义取向的性心理咨询/234

- (一) 基本理论/234
- (二) 基本技术/236
- (三) 案例分析/241

三、人本主义取向的性心理咨询/243

- (一) 基本理论/243
- (二) 基本技术/246
- (三) 案例分析/250



1 绪 论

饶舌的性是我们社会的众多标志之一。性既受到约束，又急于表白，一旦我们碰上它和拷问它，它的回答就会滔滔不绝。终于有一天，一种有着美妙隐身法的机制逮住了这个多嘴多舌的性。它让性在快感与强制、赞同与审查的混同中说出了自我和他人的真相。

——法国哲学家和心理学家米歇尔·福柯

性心理学是性学的组成部分。所谓性学是指以人类的性和性态（sexuality）为研究对象的多学科研究。包括性解剖学、性生理学、性医学、性心理学、性社会学、性伦理学等分支学科。本章主要讨论性心理学的研究对象、研究内容、性心理学研究的历史发展、性心理学的目的与意义，以及研究态度和方法。

一、概述

现实世界中的人总是有性别的，性器官是个体机体组成的一部分，性别是人类基本的生物、心理和社会特征，性活动是人类日常生活不可缺少的基本内容，所谓“食色，性也”，性心理是人类本性的基本属性之一。因此，性心理学是人类心理学的有机组成部分。



（一）性心理学的研究对象与内容

在中国汉字中，“性”字的本义是指人的本性，如“天命之谓性”^①。“生之所以然者谓之性。”^②性，还指事物的性质或性能，如“物性之不同”^③。性，也指男女或雌雄的生物特质，如性别；性还指有关生物生殖的活动，如性交、性欲、性爱。在英语中，sex的字义比较单一，一指性别，如男性和女性；二指色情；三指性交等性行为、性欲和性感。

性，可以与其他字词组成复合词组，如性爱、性交、性别、性感、性对象、性心理、性行为、性别角色等。因此，演绎出一门内容丰富的性学（sexology，1906）学科来。性心理学就属于性学中的一个分支学科。

在心理学中，将丰富多彩的人类心理现象分为心理过程和人格心理特质两个方面。因此，广义上，我们可以将性心理现象分为与性别相关的心理特质和与性活动相关的心理过程两个方面。前者通常指性别心理，后者指与个体性行为相关的动机、态度、情绪和认知等心理过程与行为反应。狭义上，按霭理士的观点，性心理是指个体完成积欲和解欲的性冲动的过程。依据对性心理的理解，本书将性心理学（sexual psychology）界定为：以性别心理和性行为过程为研究对象，研究性心理健康发展和性心理变异的病因病理、性心理问题的评估与诊断以及性心理治疗的学科。

从行为主义心理学的眼光来看，性心理是内隐的过程，性行为则是性心理的外显反应。性心理因人而异，因性别和年龄不同而不同。从个体性行为的过程来看，性心理包括：性角色的认知、性需求与欲望的产生、性动机的形成与目的、性的认知与态度、性对象的选择与审美、性能力的发挥、性交行为过程的完成等现象。因此，内隐的性心理问题或性心理障碍就相应表现为：性别认同与性别统合障碍、性冷淡或性欲过强、性指向障碍、性偏好障碍、非器质性性功能障碍、性高潮缺失等。从男女性差异的角度来看，男女双方在性活动中的感知觉、欲望、情绪和想象、冲动与生理反应、恋爱与婚姻中的价值观和表现方式等多方面都存在着很大的差异；从性心理的发展过程来看，儿童时期具有性别分化、性别认同、性别统合、同性敌对等性心理发展的问题；青少年时期则有性违常（例如恋物癖、露阴癖等与性别有关的行为违常现象）、性冲动等问题；而中老年人则有性满足、性卫生、性功能

① 《礼记·中庸》。

② 《荀子·正名篇》。

③ 《梦溪笔谈》。



障碍等增龄性变化的问题。因此,性心理学的研究内容主要包括以下6个方面。

1. 性心理发展与性健康心理研究。主要包括研究性心理在各个年龄阶段的发展任务和社会化过程,研究健康性心理的特征与标准,研究性别的认同与统合、性别角色等问题。个体的性心理源于对自己性别、体像、生殖器官和第二性征、性生理和性能力的认知评价,自信的性能力和正确的性态度和认知会直接影响当事人的人格发展、爱情与婚姻生活,以及心理健康。

2. 性变态心理学研究。主要包括研究个体的性心理问题和性变态的成因与病理机制,以及性心理障碍的评估与诊断标准和方法的研究。性心理问题和性变态的成因复杂,涉及个体人格、家庭教养方式、社会环境影响等诸多因素,性心理学要广泛吸收生物学、医学、心理学、社会学、文化人类学,甚至是经济学等多学科的知识来深入分析人类个体的或集体的反常性心理现象。性心理障碍比较隐蔽,目前大多也只能用自陈式问卷进行评估和诊断。性犯罪问题常常涉及性变态心理,因此,性心理学也研究性犯罪的成因、性心理的评估鉴定、性变态心理的矫治等问题。

3. 性别心理学研究。主要包括女性心理学研究和男性心理学研究。性别心理既是女权主义关注的话题,也广泛涉及教育心理、消费心理、恋爱与婚姻心理、职业指导、妇女工作等多个领域。性别心理学在了解人类心理规律的过程中应该成为普通心理学的重要的和必要的补充。

4. 性爱心理学研究。主要包括择偶心理、恋爱心理、婚姻心理、离婚、丧偶和单身的性心理问题,婚外恋的心理问题、性爱过程中的心理反应等相关研究。性爱在两性关系中是一个核心的问题,性爱心理的满足或压抑和扭曲是导致家庭的喜剧或悲剧,充满幸福感或是高发精神疾病,安逸或失眠、平静或焦虑的关键因素。

5. 性心理治疗研究。主要包括对性身份认同障碍等性变态心理、恋物癖、洁癖、强迫性手淫等性神经症、对心因性阳痿、早泄、性冷淡、性乐高潮缺乏等非器质性性功能障碍进行治疗的理论和方法的研究,例如精神分析疗法、行为疗法、婚姻治疗和性治疗等。

6. 性文化心理研究。主要包括性崇拜与性禁忌、割礼与去势、性习俗、性象征、与性题材相关的艺术等性文化研究。人是文化的创造者,也是被文化塑造的产物。每一个个体都从属于一定的文化类型,文化观念和文化信念、社会制度与文化习俗都对个体的性观念和性行为模式带来深刻的影响。

总之,与性别相联系的和以性为内容的感知觉、记忆、想象、思维、欲



望、情绪、冲动、意志等各种心理过程，以及与性别人格特质相联系的对性的态度、评价和取向等性心理都属于性心理学的研究内容。性心理学的研究对象既可以是个体的，也可以是性伴侣两人之间的，还可以是男女群体、家庭与民族的社会文化现象。性心理学的研究对象既可以是人，也可以是符号、艺术与象征的事物。从某种意义上说，性心理学是现实世界中的心理学，是人类社会中男女人际关系的心理学。

（二）性心理学的研究目的与意义

1. 性心理学的研究目的。

（1）认识两性心理的发展规律，使个体获得与年龄增长相一致的有关性心理的发展水平。随着年龄的增长，人的性生理和性心理都会发生相应的变化，如果不知道这些正常的变化可能会引发不必要的焦虑与恐慌。奥地利心理学家精神分析学的创始人西格蒙德·弗洛伊德（Sigmund Freud, 1856—1939）就这样主张，“一开始就要让儿童从容地或自然地对待性的问题，使之像儿童应该知道的其他一些问题一样，得到正常的理解和探索”^①。

（2）考察男女两性心理的差异，帮助人们正确地认识两性差异，欣赏和理解异性的特质，学习与异性和谐共处的艺术。马克思认为，“人与人之间的直接的、自然的、必然的关系是男女之间的关系。因而，从这种关系就可以判断人的整个教养程度”。正如没有音符的差异就无法谱写出优美的乐曲一样，没有两性的差异就不可能创造出美丽动人的爱情故事。认识和发挥自己的性别特点是维持两性和谐共处的基础。

（3）性心理学研究认知、审美、需求、动机、情绪、认知等心理过程和人格、文化心理等因素对性生活过程、性行为 and 性生活质量的影响；建立性心理健康的标准，研究性心理变态的病因与病理；探索性心理障碍、非器质性性功能障碍的诊断标准与治疗方法，减少和避免某些社会文化刺激对性健康的不良影响。

2. 性心理学研究的意义。

（1）性是人的基本生物属性，性教育有助于推进对人类心理个体差异的进一步认识。早期的人类心理学研究是无性别的心理学，尤其是“无女性”的心理学。正像行为主义曾将心理学改造成没有“心”的心理学一样，普通

^① （奥）弗洛伊德. 性学与爱情心理学 [M]. 罗生, 译. 南昌: 百花洲文艺出版社, 1996: 17.