

家庭心理

姜德珍 滕桂荣 王爱民 钱铭怡 著



家庭丛书

科学普及出版社

家庭丛书

家庭心理

姜德珍 滕桂荣 王爱民 钱铭怡 著

科学普及出版社

内 容 提 要

怎样建立适应现代化社会发展需要的家庭，是人们普遍关心的问题，也是我国社会主义精神文明建设的一个重要方面。本书结合我国的国情和社会实际，运用心理学的原理，论述和分析现代家庭生活中容易发生的一些心理现象和问题，介绍国内外与家庭心理有关的情况、观点和新的发展趋势，普及心理学科学知识，俾使人们能自觉地运用心理学的规律来指导和改进家庭生活，建立幸福美满的家庭，从而有利于社会的安定和发展。

家 庭 丛 书

家 庭 心 理

姜德珍 滕桂荣 王爱民 钱铭怡 著

责任编辑：范国俭

技术设计：赵丽英

*

科学普及出版社出版（北京海淀区白石桥路32号）

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京昌平长城印刷厂印刷

*

开本：787×1092毫米 1/32 印张：5.875 字数：132千字

1991年4月第1版 1991年4月第1次印刷

印数：1—4250册 定价：3.25元

ISBN 7-110-01800-8/Z·72

前 言

家庭是社会的细胞。社会的制度和变革，社会物质文明和精神文明的发展程度，必然影响家庭的状况，并促使其发生相应的变化；另一方面，无数家庭的幸福与否也影响到整个社会的安定和发展。因此，怎样建立适应现代社会发展需要的家庭，是人们普遍关心的问题，也是我国社会主义精神文明建设的一个重要方面。

在现实生活中，常常可以看到有些家庭气氛和谐，充满欢乐，成员间团结友爱，互助、互学、互谅；它们的成员由于有一个美满幸福的家庭，工作、学习朝气蓬勃，充满信心，勇于克服困难，富于创造精神。有些家庭则与此相反，矛盾重重，空气沉闷，成员间不能平等相待，互相埋怨，争吵不休；它们的成员因家里有矛盾，心情抑郁，工作、学习精神不能集中，创造性和克服困难的勇气也受到影 响。当然，更多的家庭往往处在上述两类家庭之间的状态。

能不能从心理学的角度分析家庭生活现实，并提供一些建议，帮助人们改善家庭气氛和家庭成员间的关系，建立起幸福、美满的家庭呢？回答是肯定的。事实上，每一个人都可以根据心理学的规律，调节自己的心理状态和行为，全面、正确地认识周围的事物和人，较好地控制自己的情绪和情感，采取恰当的言行，从而处理好家庭矛盾和家庭成员间的关系，建立起一个理想的家庭。

《家庭心理》一书结合我国的国情和社会实际，运用心理

学的原理，论述和分析现代家庭生活中容易发生的一些心理现象和问题，介绍国内外与家庭心理有关问题的情况、观点和新的发展趋势，普及心理学科学知识，俾使人们能自觉地运用心理学的规律来指导和改进家庭生活，建立幸福美满的家庭，从而有利于社会的安定和发展。

本书内容涉及家庭心理的各个方面。前两章是家庭观念、家庭结构及家庭成员间的关系，其中包括：家庭的观念、作用和职能；当代家庭中的婚姻观念及对生育、离婚的态度；家庭的结构、家庭成员间的关系和家庭的管理。第三、四章是家庭教育：父母对子女期望的特点，期望的适宜，期望的实现和变化；教育子女的几种主要思想，教育中常见的一些问题。第五章是家庭中的老年人：老年人的人格特征，老年人适应问题和婚姻心理，老年人在家庭中的作用。最后一章是家庭心理卫生，包括心理卫生和家庭，家庭中常见矛盾产生的原因，以及如何实现家庭和睦。

本书作者：第一、二章滕桂荣；第三、四章王爱民；第五章姜德珍，第六章钱铭怡。全书由许政援、沈德灿统稿审定。

衷心希望本书的一些介绍和论述能给大家一些帮助，不当之处，欢迎读者批评指正。

许政援

沈德灿

一九八九年六月二十一日

目 录

第一章 家庭观念及其变化

一、概 述

1. 家庭的概念 1
2. 家庭的稳定 3
3. 家庭的职能 5
4. 家庭的幸福 7

二、当代家庭中的婚姻观念

1. 贞操观念及其变化 9
2. 对婚姻的认识及对妻子性权利的尊重 11
3. 夫妻间的相互期望 14
4. 美满的婚姻 16

三、对离婚的认识及其变化

1. 对离婚的认识 19
2. 离婚的特点 21
3. 离婚的结果 25
4. 对离婚现象的分析 28

四、生育观及对子女的态度

1. 生育观念和人口 31
2. 职业妇女与子女教养方式 34
3. 美国妇女与孩子 36
4. 对儿童的培养 39

第二章 家庭结构及家庭成员间的关系

一、家庭的结构和种类

1. 家庭的结构	41
2. 大家庭逐步减少	43
3. 核心家庭不断增加	45
4. 特殊类型的家庭	46
5. 家庭结构的演变和发展趋势	48

二、家庭成员间的关系

1. 夫妻关系	50
2. 婆媳关系	55
3. 亲子关系	57
4. 其他关系	59

三、家庭的管理与消费

1. 经济开支的心理平衡	62
2. 家庭生命周期及社会阶层的划分	64
3. 成员间个性冲突和心理矛盾的处理	68
4. 现代家庭的变化与消费	70

第三章 父母对子女的期望

一、期望及其特点

1. 期望与孩子	73
2. 期望的特点	74

二、期望应适宜

1. 期望的目标应适宜	76
2. 期望的水平应适宜	78
3. 期望强度应适宜	79

三、期望的实现

1. 父母达到期望的方式	83
2. 父母的期望转化为孩子的愿望	87

四、期望的变化

1. 期望的目标的变化	88
2. 期望的水平变化	90

第四章 教育的几种主要思想及常见的问题

一、教育的几种主要思想

1. 注重智力的发展与注意非智力因素的作用 92
2. 强调强化的作用 97
3. 强调对孩子的限制 100
4. 强调内化的过程 106
5. 强调榜样的作用 110
6. 强调自然发展 112
7. 实际生活中的教育 113

二、教育中常见的问题

1. 对子女发展水平的判断与孩子实际发展水平不一致 116
2. 父母教子女学习的指导思想和方法不适当 118
3. 教育和要求子女的方式未随孩子的发展而有相应的变化 120
4. 消极的管教方式容易使孩子的行为发生问题 121
5. 父母素质方面的一些问题影响对子女教育的具体实施 122

第五章 家庭与老年人

一、老年人的人格特征

1. 老年人的人格特点和类型 127
2. 老年人人格变化的因素 130
3. 老年人的人格特征与家庭和睦的关系 133

二、老年人的适应性

1. 对离退休的适应 135
2. 对各种丧失特别是丧偶的适应 137
3. 当前我国老年人的适应性 140

三、老年人的婚姻心理

1. 老年夫妇情感的特点 142

- 2. 老年人的恋爱与结婚143
- 3. 老年人的再婚问题144

四、老年人在家庭中的作用

- 1. 承担家务148
- 2. 对后辈的经济支援149
- 3. 对后辈的教育与事业上的支持150
- 4. 与后辈共享天伦之乐151

第六章 家庭心理卫生

一、心理卫生与家庭

- 1. 什么是心理卫生?.....153
- 2. 家庭心理卫生包含的内容154

二、家庭中常见情绪问题产生的原因

- 1. 矛盾的产生157
- 2. 关于情绪障碍的ABC理论.....159
- 3. 每个家庭成员都应对自己的情绪负责161

三、家庭的和睦

- 1. 怎样对待自己的配偶?.....165
- 2. 怎样对待自己的子女?.....172

第一章 家庭观念及其变化

一、概 述

青年男女从相互爱慕的崇高、宁静而又浪漫的恋爱生活，走向婚姻家庭这具体而又实际的物质生活，需要在心理上有一系列的适应过程。家庭生活，并不是简单的1加1等于2的数字关系，它是容纳了人的各种社会角色的一个复杂的综合体。男大当婚，女大当嫁，这古老而又永恒的命题不知使多少青年男女对家庭生活有过憧憬。然而，家庭究竟是怎么回事呢？

1. 家庭的概念

家庭，是一种社会生活的组织形式，是社会生活的基本单位。这种组织形式是以婚姻关系为基础，以血缘关系为纽带，并为一定社会条件下的法律制度和道德观念所承认。在我国，婚姻关系就是指一夫一妻关系，血缘关系则是指父母子女以及兄弟姐妹间的关系。在传统的中国社会里，家庭是有婚姻、血缘或收养关系的人们所组成的经济独立且共同生活的群体，他们有继嗣、传宗和祭祀祖先的权利与义务。

家庭的产生和发展总是和一定的社会物质条件相联系的，它由社会经济基础所决定，并受上层建筑的影响。在我

国目前的经济改革过程中，由于社会经济成分很多，而经济发展又不平衡，地区、城乡差别较大，家庭的结构和形式必然多样化。当前家庭发展的趋势是家庭结构日趋简单、家庭关系日趋民主，家庭的管理方式日趋灵活。在这个背景下，家庭生活往往体现出人们多种多样的个性特点和生活追求。

目前我国有许多家庭质量不高，夫妻之间缺乏感情沟通，现代意识的渗透还不够充分。现代化的社会不仅要使物质生活水平提高，而且还要在家庭观念、家庭关系、家庭结构和家庭功能的变革上有所体现。婚姻家庭生活在我国经济改革过程中发生了很多的变化，也产生了许多问题。因此，必须对婚姻家庭中的许多情况做具体分析，以法律为准则，并用道德标准加以约束。

家庭，涉及到许多方面。婚姻的美满，对妇女权利的充分尊重，都是保持家庭生活和谐的重要因素，特别是男女平等，不应该只是形式上的平等，而应表现为性别角色的真正平等和人格的相对独立。要保持家庭的真正稳定，不只是表面上的一致，而是要不断提高家庭生活的内在质量。对于所出现的矛盾应认真地加以解决，适当的迁就或调和有时也是必不可少的。结婚自由和离婚自由是婚姻自由的组成部分。对离婚应该具体问题具体分析，不能一概而论。在家庭问题中，性生活不和谐常常影响夫妻关系。毋庸讳言，性是人类社会生活中和家庭生活中不可缺少的内容。打破对性的神秘感，使性的问题在人类生活中摆在恰当的位置上，对家庭的发展无疑会起积极的作用。

家庭观念的变更，并不是一日之间便能完成的。只有在吸收传统观念之精华的基础上不断更新思想，才会逐渐使新的家庭观念确立和完善。

家庭的成员组成，即家庭成员人数（特别是子女数）的多寡和成员角色的分布，是家庭构成的主要方面，按照现在对家庭的分类，一般分成以下三类：（1）核心家庭(nuclear family)，又叫小家庭，一对夫妇便构成核心家庭，以后再加上未成年子女；（2）主干家庭(stem family)，包括一对夫妇，一个已婚子女及其配偶和子女，以及这对夫妇的其他未婚子女；（3）联合或扩大家庭(joint or extended family)又叫大家庭，包括一对夫妇、两个以上已婚子女及其配偶和子女，以及这对夫妇的其他未婚子女。

关于家庭的结构和种类，这里只指出一个大体的轮廓，详细分类在第二章中将作进一步介绍。

2. 家庭的稳定

西方家庭社会学自本世纪20年代初迅速发展起来，它的研究对象是：在社会经济发展过程中家庭的本质、职能、结构以及发展规律。西方家庭社会学发展出很多的理论，已经为越来越多的人所重视。但是，对于现代工业社会以及后工业社会的家庭形式变化的趋向，以美国为代表的西方家庭社会学家们却存在两种截然不同的看法，即“家庭稳定论”和“家庭冲突论”。

家庭稳定论的代表人物首推帕森斯。他认为：家庭规模逐渐变小，结构日趋简单化，这是历史发展的必然趋势。以一对夫妇为主体的核心家庭不仅在现代工业社会中占据优势，在未来的后工业社会中也将占据绝对的优势。因此，家庭将朝向稳定、统一的方向变化。帕森斯从家庭的结构、功能等方面分析探讨了家庭和社会之间的相互关系，指出：家庭是一个具有一定结构和功能的动态系统，而社会是家庭赖以生存和发展的外部开放环境。他据此得出结论：核心家庭

是最适合于工业化社会的家庭构成形式。

家庭稳定论的赞同者们对于维护以核心家庭为中心的现代家庭模式起到了积极的作用。但是，他们关于家庭的这种观点，却忽视了社会发展过程中妇女在社会和家庭中地位的不断提高，对家庭生活方式、家庭权力分配以及家庭形式的变化将会产生不可估量的影响；同时也忽视了在当代西方资本主义社会中瓦解和冲击现代核心家庭的许多不利因素，如独身、分居、离婚、同性恋和婚外恋等等。

家庭冲突论的代表人物是美国未来学家托夫勒。他在《未来的冲击》一书中阐述了西方资本主义社会中随着工业的飞速发展而产生的家庭形式变化问题。按照托夫勒的观点，即使在相对停滞或发展极为缓慢的社会里，妨碍夫妇两者平衡发展的因素也是很多的，更不用说在瞬息万变的现代社会以及未来社会里了。在现代社会，许多传统的家庭观念和价值观念都被打破了，尽管有许多人都把追求建立在爱情基础上的家庭生活作为人生的重要目标。但是，爱情并不是凭空产生的，它也是在双方共同发展并保持平衡的基础上建立起来的。美满的家庭中的夫妻应该是双双并驾齐驱的。可是，影响夫妻平衡发展的不利因素却层出不穷，并且在不断变化，如家庭住址频繁迁移，丈夫的经济或社会地位升降沉浮，妻子受教育程度的提高，妇女就业机会增多，宗教信仰的改变，社交范围的扩大等。因此，家庭冲突论者认为：要求一对夫妻永久地结合乃至至死方休，是十分不切合实际的；而希望爱情之树常青，就更是可望而不可及了。

因此，尽管现代核心家庭比其他家庭（联合家庭、主干家庭及单身家庭）有更大的优势，但是却比工业化以前的传统家庭更不稳定，家庭将向小型化、多样化方向发展。在现

代信息社会时间因素大大缩短的情况下，还应运产生了“连续婚姻——连接起来的暂时结合形式”，也就是说一个人一生中结婚多次。其它形式的所谓“家庭”还有职业父母家庭、单亲家庭、同性恋家庭等。

家庭冲突论对于揭示家庭矛盾和随着社会发展而出现的新的婚姻家庭形式具有积极的作用，但却过分夸大了矛盾，忽视了人们对稳定家庭生活的基本的感情需求。事实上，家庭成员在矛盾冲突中是可以适当调整家庭关系、互补家庭角色，并齐心协力，取得一致的家庭生活目标的。那样的话，家庭依然会兴旺发达、稳定发展。因此，关于家庭发展趋势的西方两种观点中，家庭冲突论只具有借鉴意义，而家庭稳定论则是比较符合变化中的家庭的情况的。家庭就是在各种矛盾冲突中存在并达到相对的稳定的。

从我国的情况看，比较符合我国家庭发展的实际和趋势的，也是家庭稳定论，而不是家庭冲突论。在我国，尚不存在同性恋家庭，也不大可能出现连续婚姻这样的家庭形式。

3. 家庭的职能

家庭除具有固有的生物学方面的职能外，还具有生产、消费、教育子女和娱乐等多方面的职能。在不同的社会条件下，家庭的这些职能有大有小，甚至性质大不相同。

(1) **生物职能** 家庭的生物职能主要是指性欲的满足和生育子女而言，特别是性欲的满足。在我国，性欲只能在家庭中得到满足，而人的再生产也只有在家庭中才能实现。在家庭中，夫妻关系是核心，有了夫妻才会产生新的生命。因此，夫妻间的性行为以及生育子女，是家庭的重要职能。我国实行计划生育政策，提倡一对夫妇只生一个孩子，在保证优生优育的前提下，圆满地实现家庭的生物职能。

(2) 生产职能 家庭是社会的最小基层单位。我国农村历来就有男耕女织的生产分工传统，生产职能成为农村家庭的重要职能。特别是在实行了生产责任制、土地承包到户以后，农村家庭的生产职能更是有增无减。在城市里，家庭的大多数成员都在不同的工作岗位工作，一般说来，家庭不具有生产职能。但也有一部分个体户，他们的家庭还具有一定的生产职能。

(3) 消费职能 家庭是一个生活单位，也是社会的一个消费经济单位。家庭成员在不同的工作岗位参加社会劳动，但消费还是通过家庭实现的。劳动者通过自己的劳动所得来安排家庭生活。家庭消费水平的高低决定于收入、支出以及家庭人口状况。家庭如何消费，既关系到每个家庭成员的生活，也关系到整个社会生活，因此十分重要。

(4) 扶养职能 扶养主要是指夫妻之间的扶养，父母对子女的扶养以及子女对父母的赡养。尤其是子女对老年父母有赡养的义务。家庭是赡养老人和丧失劳动力的家庭成员的理想场所。在西方，子女长大以后不靠父母，但子女也不赡养和照顾父母。因此，有人说美国是青年人的天堂，老年人的地狱。我们中华民族具有悠久的历史，有许多传统美德。赡养老人，不仅在法律中明文规定，而且也得到了社会的支持。赡老抚幼，是一项社会福利事业，也是家庭的一个职能。

(5) 教育子女的职能 对子女的教育，包括教育能力、水平、教养方式和教养态度。在大多数社会中，从文化生态学的观点来看，家庭的主要功能之一，便是代表社会从事社会化工作，以培养子女顺利适应生活环境和社会环境所需的心理与行为原则。当然，家庭对子女的教育与教养并不限于

一种有形的方式或途径。家庭以及父母本身所具有的很多特征与作用，也能在不知不觉中对子女的心理与行为产生种种影响，起到潜移默化的作用。

除上面这些职能以外，家庭还具有其它一些职能，在此不一一赘述。

4. 家庭的幸福

婚姻家庭生活幸福与否，主要是指男女双方通过结婚，各自的欲望在一定程度上是否得到满足。夫妻不吵架不见得就很幸福。因为，不吵架的夫妻中也有相互忍耐和无可奈何的情况。因此，只从外表上看，很难说明家庭幸福与否。

应当承认，没有相互之间能够100%满足对方欲望的夫妻。因为每个人都有很多的事情要做，不可能总是去揣摩和体会对方的心意，而且，即使了解到对方的要求，也会由于时间、精力或金钱等条件的限制而无法予以满足。因此，幸福的家庭也会伴随着某种不圆满。何况每个人持有的标准不同，对家庭幸福的理解也会不同。有的人认为75%的欲望得到满足就可以满意了，而有的人则还要进一步满足其要求才行。例如，有一位丈夫突然把他的好朋友带回家里来，他的妻子事先不知道，没有准备饭菜，丈夫便感到很不高兴，认为自己的妻子小气，等等。对丈夫来说，也许认为伤了“面子”，感到妻子不近人情，没有很好地招待自己的朋友。但这种要求得不到满足并非什么大事，还不至于到了没脸见人的地步。妻子也有类似的情况，如果感到丈夫不爱说话、过于呆板或者不管家务，她们便觉得自己好象找了个废物男人，容易产生不满情绪。

所有这些不够良好的自我感觉都是因为不懂得婚后的家庭生活总会有一系列的不能满足。恋爱时幻想的那些美妙的

景象并不是现实生活中天天都能实现的。由于现代生活节奏的加快，夫妻两人每天忙忙碌碌，能否有机会与全家痛痛快快地吃顿饭都可能是个问题，更不用说别的要求了！而且，一些要求在家庭中得不到满足，也并不是什么了不起的事，应该有足够的忍耐；否则，就会使人陷入无端的悲观失望之中，也就无法建设幸福的家庭生活，还会导致恶性循环。因此，家庭的幸福与否，与其说是取决于配偶最初的选择，不如说是取决于婚后夫妻双方对家庭幸福含义的一致理解。

有人总觉得自己的婚姻是不幸的，其实别人的婚姻也不比你的有更多的幸福。关键在于要认清自己的要求，改进自己的思想方法。有曲折的婚姻和家庭生活，也会结出丰硕的家庭幸福的美满果实。

要使家庭生活幸福和睦，不仅要夫妻两人之间相互体贴与关怀，还要共同担负起家庭的其它责任，处理好家庭遇到的各种事务，并使夫妻双方都有丰富自己的文化素养和精神生活的机会。只有夫妻俩齐心协力，不断地朝着一个目标前进，才会有好日子过。

家庭的幸福，还离不开“爱的三角关系”。当代小家庭一般是由丈夫、妻子和孩子三方构成的。要使家庭幸福，使这三方面的关系稳固、和谐，就必须在这三方之间形成一个爱的三角，即由自爱、对配偶的爱以及父母子女之间的亲子之爱三种不同的爱的情感组合。

自爱是情爱和亲子之爱的基础。一个人，只有自爱自强，别人才会尊重你(妳)、珍惜你(妳)；只有自己保持个性，自强不息，追求人格的完整和事业的成功，别人才会尊重你(妳)、爱戴你(妳)。没有自尊、自强，处处依赖别人，自己不努力奋斗，而只是把希望寄托在丈夫(妻子)或孩子身上，这