

婚姻 心理

〔日〕国分康孝 著



68106

C813.1
88-16

婚 姻 心 理

(日) 国分康孝 著

王 江 段永萍 译



S0139637

世 界 知 识 出 版 社

0258/19
結婚の心理

国分康孝

福村出版株式会社, 1980 年

根据日本福村出版株式会社 1980 年版译出

责任编辑: 张光勤

封面设计: 孙为平

婚姻心理

(日) 国分康孝 著

王江 段永萍 译

* * *

世界知识出版社出版发行

(北京东单外交部街甲 31 号)

北京中国科学院印刷厂排版印刷

新华书店经销

787×1092 毫米 32 开本 印张: 5.125 字数: 107 000

1987 年 5 月第 1 版 1987 年 7 月第 2 次印刷

印数: 80 001—140 000

书号: 17003·1107 定价: 1.00 元

译者的话

本书是一部有关婚姻心理学的普及读物,从结婚动机、择偶标准、恋爱“程序”、夫妻关系等诸方面谈婚姻心理问题。

婚姻心理学,是一门比较年轻的学科。本书讲述婚姻心理时,涉及精神分析学、咨询心理学等领域。精神分析学是奥地利心理学家、精神病医师西格蒙德·弗洛伊德(1856—1939)开创的,它不仅对心理学,而且对现代西方意识形态、社会生活的很多方面都产生了巨大影响。咨询心理学(counseling psychology)则源于美国,是咨询行业与临床心理学相结合的产物。起初,它比较注意解决尚未达到患神经病程度的一般心理问题;1942年以后,由于美国心理学家罗杰斯等人的研究,逐渐重视怎样帮助人们形成健全的人格。本书作者国分康孝(1930年出生)在日本东京教育大学研究院毕业后,曾在美国密执安州立大学攻读咨询心理学专业,并获哲学博士学位。他撰写本书时,注意深入浅出,于娓娓倾谈之中不乏警句,在认真说理的同时信手拈来一些实例,庄谐兼备。

婚姻心理问题,同道德伦理、同人生观紧密相联,我们当然有自己的立场和观点。译者译介此书,主要是供我国读者了解国外这方面的研究情况,从中获取有价值的资料。另外,书中也有些较好的主张可供参考,例如人生意义在于从事社会需要的工作,择偶不能只重外貌,夫妻应互谅互让等。至于书中个别地方有弗洛伊德的“泛性论”色彩,以及个人主义

倾向等,读者不难识别。再者,本书只从心理学角度谈婚姻问题,当然不能面面俱到,自有它的局限性。

书中某些术语,鉴于目前国内译法不统一,特据日本出版的有关工具书查得英文附上。译注也多以日文文献为依据,仅供参考。不当之处,敬希读者批评指正。

本书前言、第一至七章由王江译;第八、九章和后记由段永萍译,王江校。

1986年12月

前 言

我在大学研究院读书时,就想结婚。去同父亲商量,父亲劝道:“等毕了业再说吧。你现在就结婚,简直象飞蛾扑火一样蠢。这种事怎么能着急呢?”然而,没过多久,我还是结婚了。

结婚果真是飞蛾扑火吗?有个办法可免当飞蛾,那就是:结婚前先弄清结婚是怎么一回事。一弄清,就不会冒失了。我到美国留学,那里有人学教育,连小费的使法都有人传授。对公司新职工,有人厂教育,连电话怎么打都指点一番。而结婚,却根本没人领路,似懂非懂的,一下子就开始了。看来,这毫无道理。

当然,结婚本是水到渠成,我也不认为有什么窍门。俗话说:生个孩子容易,分娩道理难懂。可是,我觉得,这话用在生孩子上也许合适,用在结婚上就不妥了。对于结婚,最好反过来说:看着容易做起来难。不知这一点,就可能成了飞蛾扑火。

结婚为什么难?怎样才能处理好?处理不好时又怎么办?本书将回答这类问题。

我曾经同妻子一起去留学,一共6年时间,因此有机会接触各种各样的欧美夫妇。我攻读的是咨询心理学专业,回国后又接触不少面临婚姻问题的人。我还研究过有关婚姻心理学的文献。凭着这些经历,我想同即将结婚的青年一代以及

已经备尝结婚之苦的众多同辈人，谈谈知心话。无论临床心理学家还是咨询心理学家，对婚姻问题的重视，都还没有达到治疗神经病和问题行为^①的程度。

我觉得，人生最大的事是工作和结婚，但很遗憾，婚姻问题竟不怎么受人们重视。因此，我决定写这本书，以抛砖引玉。为了使更多的人能读懂，专业术语尽量减少，表达方式上也尽量增加可读性。但是，写作当中，理论依据时刻不离脑海。未婚者、已婚者如能围绕本书展开讨论，笔者将不胜欣慰。

国分康孝

1980年7月

① 问题行为 (problem behavior): 主要指反社会的行为，同社会不协调的行为。前者如损坏他人财产，违反社会公德；后者如孤僻、胆小、寡言少语。——译者

目 录

第一章 什么叫结婚	1
结婚与恋爱的不同.....	1
结婚的动机.....	4
结婚的不良动机.....	8
结婚带来的欲求不满.....	9
结婚的收获.....	15
第二章 结婚的条件	19
心理断乳.....	19
对父母的好感.....	22
自承.....	25
责任和愿望的一致.....	28
其他条件.....	31
婚姻的幸福与不幸.....	33
第三章 配偶的选择	36
好丈夫候选人.....	36
好妻子候选人.....	40
其他观察要点.....	44
不想结婚的男女.....	48
择偶的基本思想准备.....	49
第四章 谈恋爱的 ABC	51
谈恋爱之前.....	51

什么叫健康的爱情	54
谈恋爱的程序	56
谈恋爱的注意事项	61
恋爱中止的做法	63
计算机介绍婚姻	66
第五章 婚后的各种问题	69
见异思迁	69
与父母同住	75
夫妻都工作	80
养育子女	83
其他问题	85
第六章 怎样处理不理想的婚姻	87
变纠正为理解	87
对别人的言行不要多心	89
一味自责是无能的表现	91
思考今后对策	92
任他人厌恶而不自弃	92
爱不起来的人不必虚伪地去爱	93
预测对方行动以求宽慰	95
保持心理距离	97
从容表明自己态度	98
用哲学观点看出意义	100
第七章 离婚问题种种	102
离婚的罪恶感	102
离婚的理由	103
离婚与孩子	106
离婚后的问题	108

第八章 婚姻实例	109
“处在婆媳夹缝中”	110
“从爱到恨”	116
“有口难言的婚姻”	120
“追求自由与限制的平衡”	125
“婚姻——爱与成长”	130
第九章 预防婚姻冲突	135
责任与愿望一致程度检查表	136
检查表	136
评价方法	151
后 记	153

第一章

什么叫结婚

结婚与恋爱的不同

我想先从结婚与恋爱的不同谈起。单身青年也许觉得，结婚之后，两人天天都可以象幽会那样，而且，首要之物——金钱与时间将充裕起来，不必在交际当中靡费了。这首先就错了。其实，结婚最需要金钱与时间。

恋爱是自在的，想什么时候见面就什么时候见面；结婚，则不想见面也必须见面。为什么呢？因为结婚是一种契约。契约就是约束。什么约束呢？两人都有必须做到的事。两人要在同一房间里居住，任何一方都需挣钱，要共同养育子女。此外，还有很多约束。只是这无需互换文本，这是一种默契。

这正同开始工作一样。开始工作的时候，彼此就薪水、工作时间、工作内容之类已达成谅解。结婚本来也是这么回事，只是没那么明显。

有人也许会说，结婚是契约的话就没意思了，结婚是爱情。我并不是说结婚不是爱情，契约并不意味着冷淡。科长与科员虽然在业务上打交道(契约)，但彼此难道就没有人情往来，就没有父母、子女之间那样的感情交流吗？过去，就连军队都如此。向长官敬礼时，不是尊重长官的人品，而是畏于其肩章上梅花的数量(级别)。这是职务关系(契约)。但另一

方面,长官与部下之间也有温暖的人情交融。

恋爱,是以互相喜爱这种感情为主的往来,是纯粹的私人关系,既无权利,也无义务,一任感情发展。结婚则与工作相同,不能全凭感情用事。即使遇到不满意的科长,作为一个科员,也必须做应该做的事。领取工资,不是因为喜欢某位科长,而是因为尽了约定的职责。结婚也一样。尽管丈夫生气了,妻子也必须准备晚餐;妻子的娘家有病人,作为丈夫也不能不去问候。这是因为,有约束(契约)。

有人也许会说,我才不要那种约束呢!然而,按照我们的文化传统,一旦结婚,不知不觉便订了契约。如果想摆脱,就必须在结婚时明确规定。结婚前不能不意识到,按照自己所属的文化传统,结婚所带来的“权利和义务”(责任)是什么。

总之,结婚是一种彼此担负责任的契约。这种契约中有伦理,并不因单方面讨厌便可撕毁,不能感情用事。在这一点上,结婚与恋爱不同。因此,结婚首先需要有自觉性。认识不到自己的权利和义务,糊里糊涂被潮流所裹挟便结婚,无论对自己还是对对方,都是不负责任的。这同不知道薪水、工作时间、工作内容便开始工作是一样的。

恋爱的时候,往往是不知不觉地坠入人情网,不一定需要自觉性和判断力。结婚则不然。结婚必须意识到自己的责任并确定承担与否。这是契约。

结婚与恋爱的第二点不同正在于那种责任性。恋爱,是互有好感。有的学生谈恋爱,把对方甩了,导致对方自杀,便感到好象被自己所杀,自己有责任,自己也想自杀。我觉得,这是不对的。

尽管对方死亡是由于被自己甩了,但说不定对方早就开始甩了自己,只不过这一次碰巧是自己先甩了对方。被甩的

可能性双方本来就各有一半。被对方甩了便生气的话，最好不要恋爱；自己甩了对方便害场心病，最好也不要恋爱。恋爱本来就无非是感情的随意交流。恋爱一开始就存在甩与被甩的可能性，是以此为前提的人际关系，并不稳定。

结婚则不然，彼此已经约定共同生活一辈子，不以具有分裂的可能性为前提。因此，财产、职业、住房都为两个人的生活服务，为双方所共有。就连人际关系，都互相制约（例如，不能与配偶以外的人有两性关系）。两个人都把命运交给对方，一举一动都互相影响。

这就是说，结婚必须忠实地执行契约，如同职员有义务不使公司倒闭一样。因此，“我爱你”，意味着“我”宣誓对两人的人生负责。这种誓言符合伦理。不应该是恋爱中的“我爱你”，而应该达到“我同你结合”。这时候的“爱”，不仅仅是“喜欢”这种感情，而且包含有一种伦理感。

因此，恋爱，连孩子都会，结婚则非成年人不可。对于太幼稚的人来说，结婚是负担。结婚要讲伦理，负责任，要有很强的实际生活能力。

结婚与恋爱的第三点不同是什么呢？恋爱，必须象孩子一样单纯，摆经理或教授的架子便不能恋爱。即使是年龄适宜，地位优越的人，一时不恢复童子之心，也难与妙龄女郎携手漫步。不丢掉面子、虚荣（不摆脱职责）则不能恋爱。脱离现实世界，自由奔放，这就是童子之心。

结婚则正好相反。经理必须住经理的房子，让妻子拿出经理夫人的风度。孩子的尿布不能不更换，朋友的婚礼不应酬。就是说，结婚必须在平凡琐事上下功夫，处理这种人际关系要非常实际。

结婚与恋爱的最后一点不同在于社会性。恋爱的时候，

互爱的双方即使与世隔绝也不会遭到责难，无论去哪里都可以二人同行，不必硬拉着不喜欢的人一起出席除夕晚会。1加1等于2，这就可以了。

结婚，则1加1等于3、4、5、6乃至更多，并不是仅夫妻二人愉快地过日子就可以，否则社会便不客气了。这同公司一样，公司如果不与社会打交道，商品便卖不出去，以致破产。结婚，是选择特定的一个人，而与众多的人形成一定的关系。对配偶的直系、非直系亲属的婚丧嫁娶都不能轻视，对配偶的上司、同事、下级也必须笑脸相迎。如果有了孩子，就免不了出席家长会。而且，孩子的朋友来了，还得给斟一杯果汁。结婚，并不仅仅是夫妻二人的世界。

恋爱是封闭的人际关系，结婚是开放的人际关系。结婚是进入社会，恋爱则是游离于社会。

我们指出结婚与恋爱的不同表现在自觉性、责任性、现实性、社会性这四个方面。有的读者也许会皱眉头：结婚真麻烦！这样想倒也未尝不可。麻烦的事，可以不做，完全没有必要走过场。结婚，可以只属于想结婚的人。

那么，想结婚的人企图得到什么呢？企图满足三种欲望：性欲望、社会欲望、爱情欲望。结婚应该满足这些欲望。说“应该”，是因为有时并不能满足。

结 婚 的 动 机

如果问年轻人为什么要结婚，很少有人回答是为了满足性欲。他们也许认为那样想不对头。然而，成千上万的人都默认，结婚可以满足性欲。

我们的文化传统规定，满足性欲，只能通过结婚。自由的

性生活虽然存在，但这会带来怀孕的不安、性病的危险、社会的责备。结婚则没有这些问题。依然存在的卖淫现象，也会带来性病的危险、社会的责备。有一种办法似乎可以免却性病和怀孕的恐惧，叫做手淫。但是，手淫使心灵深处的能量向自己内部释放，会造成社交障碍。性感情本来需要有对象，要想满足，就得培养社交能力。那么，把手淫作为发泄性感情的唯一方法，对性格的发展极其有害。特别是在青年时期，必须临时采取应急措施。

如此看来，要想免却性病、社会的责备(罪恶感、内疚)、怀孕的不安、社会性的缺乏等障碍，使性感情得以宣泄，在目前的情况下，只有用结婚的办法。

有人也许会说，不结婚不是照样有可能保持结婚式的性生活吗？例如同居、姘居之类。不错，这样做可以保持结婚式的性生活，但是并不能满足社会欲望。

社会欲望，指的是被社会所承认的欲望，是在社会上保持一定位置的欲望。例如美国妇女，即使有了博士称号，在舞会上也不喜欢被称做“某博士”，而特别喜欢的称呼是“某夫人”，因为这意味着她获得了妻子的地位。不过，参加学术会议时却愿意胸前的名牌上写着“某博士”，因为“某夫人”在学术会议的场合尚无法被承认。

结婚也同样。例如，有人结婚，配偶并不怎么可爱。与经理的小姐结婚，可能是贪图某种被人承认、被人另眼相看的特权。这就属于社会欲望。再有，为了不使家族断了香火，配偶不可爱也要与之结婚的男子，也是出于社会欲望。

同居的伴侣，姘居的异性，之所以不敢在公开场合双双露面，是因为那样不能满足社会欲望。不但不能满足，反而会觉得不容于社会。这进一步刺激了社会欲望。

上了年纪还是孑然一身，那样很难堪。为了同周围的人过同样生活，必须结婚，这也是社会欲望。有人强调个人之间志同道合的爱情关系。在他们看来，上述结婚方式是虚伪的，是功利的，是非人道的。然而，总不结婚会产生自卑感，变得孤僻、古怪。这样一想，就不能一味责备为满足社会欲望的结婚。已婚者中也有勉强维持夫妻关系的，因为这样比离婚更能满足社会欲望。

仅出于社会欲望而结婚，就如同对工作内容无兴趣，仅被一个公司的名气所吸引便前去工作一样。这未必就毫无意义，尤其是对于虚荣心强的人来说。当然，对工作内容也有兴趣的话，是再好不过了。

在结婚问题上，这种心理表现为对配偶的爱情。虽然丈夫的性格很讨厌，但从“经理夫人”的地位中得到满足，这种结婚对妻子来说就是有意义的。然而，从丈夫那儿得不到爱情，还是不满意，因为爱情欲望尚未得到满足。

无论什么人都有爱情欲望。爱情欲望，是追求自他一体感。为什么会追求自他一体感呢？那是因为，人最初的存在形态是母子一体。在母亲胎内，以及出生后被母亲怀抱哺乳，这是人最初的相互关系类型。这种类型带来最高的安定感。可是，人的成长是摆脱这种安定感，走向独立自主。成长（独立自主）意味着减少安定感，成长伴随着寂寞、不安、失助（helplessness）。这时，就感到应象从前那样同什么人结为一体。这种体验带来恢复安定感的愿望。人一边成长，一边想倒退；一边独立自主，一边想听从什么人。这就是说，相反的心理同时存在。

因此，所有的夫妻都是一方面追求爱情，另一方面又想：真讨厌，还是一个人好！丈夫不在家，妻子感到解放，就是这

种心理。然而,一旦丈夫失踪,妻子又受不了。这种相反的心理同时存在的现象叫情绪矛盾。

但是,也有不存在情绪矛盾的人。他们认为爱情至上。他们不想从配偶那里解放一下,无论何时,只要离开配偶便感到不安。这是听从母亲的那种幼儿心理,缺少独立自主的愿望。他们是具有幼稚性格的人。主张爱情至上而结婚,往往因不断受配偶束缚而逐渐苦恼。这就如同妈妈过紧地督促学习,孩子受不了那种苦而离家出走一样。

因此,为满足爱情欲望的结婚不能一味赞美。但是,没有爱情的结婚并不理想,这种结婚没有趣味,没有安宁,情绪也不稳定。一旦缺少趣味和安宁,就要设法填补。因为爱情欲望同食欲一样,没有教养、学历、年龄、性别、人种、宗教的区别,是任何人都具有的基本需要(basic need)。强忍着爱情欲望的孩子被认为是“好孩子”、“没有缺点的孩子”(成人则是“有修养的人”),但往往在家长(或配偶)不知道的场合,放纵一下(好象用用冲淡剂)。忍耐达到极限,难免爆发,采取粗暴行动,离家出走,或变得沉默寡言。因此,追求爱情欲望的满足,是结婚的重要动机。

总之,人们为满足性欲望、社会欲望、爱情欲望而结婚,这些欲望都不能满足时就要离婚了。三种欲望哪个是重点,则因年龄而异,也因人生观而不同。即使有人主要为满足性欲而结婚,也不一定就卑下、庸俗。其本人因此而满足,也就有某种意义,第三者无需说三道四,不要因自己喜欢贝多芬就贬低人家爱听爵士乐。再有,失掉爱情便离婚,也有可能是欠考虑的。只要社会欲望确实得到满足,这种婚姻还是有意義的。因此,尽管爱情变冷,离婚也未免太过分了。但这是人生观的问题。世上也有人重视爱情,准备达到那种程度。重要的是