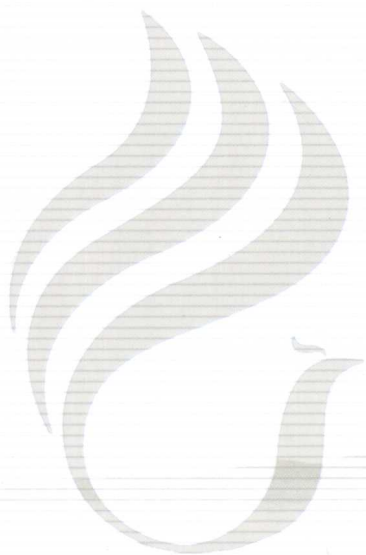


女性素质教育系列丛书

男女有别的心理观察

女性心理学

● 宋岩 崔红丽 王丽 著



 华中师范大学出版社

NXSZJY

● 女性素质教育系列丛书

男女有别的心理观察

——女性心理学

宋岩 崔红丽 王丽 著



华中师范大学出版社
2008年·武汉

新出图证(鄂)字 10 号

图书在版编目(CIP)数据

男女有别的心理观察——女性心理学/宋 岩,崔红丽,王 丽著. —武汉:华中师范大学出版社,2008.9

(女性素质教育系列丛书)

ISBN 978-7-5622-3807-2

I. 男… II. ①宋… ②崔… ③王… III. 女性心理学—高等学校—研究 IV. B844.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 169623 号

男女有别的心理观察

——女性心理学

© 宋 岩 崔红丽 王 丽 著

责任编辑:曾太贵

责任校对:方汉交

封面设计:罗明波

编辑室:第五编辑室

电话:027-67867364

出版发行:华中师范大学出版社

社址:湖北省武汉市珞喻路 152 号

电话:027-67863040(发行部) 027-67861321(邮购)

传真:027-67863291

网址:<http://www.ccnapress.com>

电子信箱:hscbs@public.wh.hb.cn

经销:新华书店湖北发行所

印刷:武汉中远印务有限公司

督印:章光琼

字数:203 千字

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:11

版次:2008 年 9 月第 1 版

印次:2008 年 9 月第 1 次印刷

印数:1—4000

定价:19.80 元

欢迎上网查询、购书

敬告读者:欢迎举报盗版,请打举报电话 027-67861321

前 言

胡锦涛总书记在党的十七大报告中指出，要优先发展教育，建设人力资源强国。而建设人力资源强国离不开占人口总数一半的女性的参与，保证她们的心理健康是实现这一目标的一项重要内容。因此，需要对女性的心理特点给予特殊的关注。本书就是为实践这一宗旨而进行的一些尝试，并且通过与男性相比较，发现女性的独特之处，进而完善女性心理学的理论体系。

为此，作者总结自身多年在女性心理学领域的研究成果，借鉴国内外有关文献资料，并从我国女性生活和工作的实际出发，撰写成这部著作。目的是为女大学生、女干部、职业女性、教师和相关的人员提供一部基础理论读物。这对帮助她们了解自身的心理活动，发挥其性别优势，进一步推动女性的全面发展，相信是会起到积极作用的。

我们撰写这部著作力图体现四个字。一是准。对于有争议的概念、基本理论，力求给读者一个统一的、准确的说法，避免模棱两可、含糊不清，并提出依据。二是新。力求反映本学科的最新发展状况和研究成果。三是精。文字力求简明，为读者留下思维空间。四是活。注重应用女性心理学的原理于实践，尽量做到论证与实证相结合。我们的这种愿望是否能达到，尚待实践的检验。

本书是由长期从事女性心理学教学和研究的宋岩、崔红丽和王丽三位学者共同撰写完成的。其中，第一、三、七、十章为广东女子职业技术学院宋岩教授撰写，第二、五、九章为广东女子职业技术学院崔红丽副教授撰写，第四、六、八章为中共黑龙江省委党校王丽教授撰写。全书由宋岩设计撰写提纲和统稿。

本书在撰写过程中，借鉴了国内外许多相关文献，在此不一一列举，谨向其作者表示真诚的感谢。本书的出版得到了广东女子职业技术学院的经费支持，在此也衷心地表示谢意。

由于女性心理学在我国的发展历史不长，各方面的研究资料还很缺乏，加之作者的知识、经验有限，所以本书难免有不当之处，恳请读者批评指正。

作 者

2008年9月

目 录

第一章 女性心理学的研究对象与内容	(1)
一、女性与女性心理学	(1)
二、女性心理学的研究对象和任务	(8)
三、女性心理学的研究原则与方法	(10)
第二章 女性心理发展的年龄特征	(13)
一、女性心理发展的年龄阶段划分	(13)
二、女童时期的身体心理特征	(14)
三、青春期女性的身心特点	(20)
四、青年时期女性的身心特点	(23)
五、中年时期女性的身心特点	(26)
六、更年期女性的身心特点	(29)
七、老年期女性的身心特点	(31)
第三章 两性的心理活动及其差异	(35)
一、认知	(35)
二、情感与意志	(46)
三、个性	(51)
第四章 女性独特的心理现象	(62)
一、月经周期的生理心理特点及其保健	(62)
二、妊娠和孕期的生理心理变化及保健	(65)
三、哺乳期女性的身心保护	(69)
第五章 女性的恋爱、婚姻心理	(73)
一、爱情的心理结构	(73)
二、恋爱中两性的心理和行为差异	(75)

三、女性恋爱中的心理问题及对策	(76)
四、女性在婚姻中的心理问题及对策	(79)
五、女性婚恋挫折与调适	(82)
第六章 女性的人际关系心理	(89)
一、人际关系的本质	(89)
二、影响女性人际关系的因素	(92)
三、女性人际关系的建立与改善	(97)
第七章 女性的心理健康	(102)
一、女性的心理健康及其影响因素	(102)
二、挫折与适应	(106)
三、女性保护心理健康的手段——讲求心理卫生	(111)
第八章 女性的犯罪心理	(121)
一、女性犯罪的特点及其危害	(121)
二、女性犯罪的成因分析	(124)
三、女性犯罪的心理发展特点	(128)
四、女性犯罪的预防对策	(132)
第九章 女性与家庭教育的艺术	(135)
一、女性在家庭教育中的优势和重要性	(135)
二、女性在抚育儿女过程中的心理误区	(138)
三、女性在家庭教育中应遵循的基本原则	(141)
四、做合格母亲需掌握的家庭教育的艺术	(144)
第十章 女性的领导艺术	(148)
一、女性领导者的性别优势与非权力影响力	(148)
二、归因理论与女性对成功和失败的归因	(154)
三、女性领导活动中的心理优化	(156)
主要参考文献	(170)

第一章 女性心理学的研究对象与内容

女性心理学是女性科学的基础学科之一，又是心理科学的一个重要分支。它所揭示的女性心理现象及其产生发展的规律，不仅对完善女性心理学的学科体系有着重要的理论意义，而且对女性的生活、学习和工作也有着广泛的指导意义。因此，作为一名女性，要使自己的工作卓有成效，生活更加愉快，就必须系统地学习女性心理学，掌握其理论精髓，并将其用于指导实践活动。

一、女性与女性心理学

自人类社会产生以来，女性与男性一样，具有独立的心理活动，并影响着相应的行为。但在女性心理学产生之前，人们对女性心理的了解一知半解，对其研究徘徊在主流心理学的外围，总是从男性的角度来分析女性、解释女性的心理活动，女性的心理问题从未受到充分的、科学的关注。随着以女性变量为中介研究的女性心理学的建立，把女性的心理活动作为独立的研究对象并将其研究结果与男性相比较，使我们对女性的认识在两性心理与行为模式的比较中得到了深化。因此，对女性心理的认知，既包括对与男性相同的、属于人类共同具有的心理活动的了解，也包括对女性自身不同于男性的独有的心理特点的认识。

（一）心理现象及其实质

心理现象是人们非常熟悉的精神现象。任何一种活动都伴有心理现象。女性在实践中，能够听到他人的言谈，记取和运用知识经验，预想活动的结果，思考在活动中遇到的各种问题。这里的“听到”，是心理学所讲的感觉或知觉；“记取和运用”、“预想”、“思考”是记忆、想象和思维。事业成功、家庭幸福带给女性的喜悦，事业受挫带来的悲伤等内心体验，就是情感和情绪。为了实现预定的目标，经常要克服重重困难，坚持不懈地实现预期目标的心理活动就是意志。在完成同一项工作时，有的人能够轻松地完成，有的人费很大力气也不能完成，这是能力水平的差异。在性情上，女性温柔、恬静，男性果敢、勇猛，这些都是男女两性在气质和性情方面的差异。由此可以看出，心理离不开活动，活动也离不开心理。心理是注意、感觉、知觉、记忆、想象、情感、意志、能力、气质、性格等心理现象的总称。

心理活动是客观事物以及它们之间的联系在人脑中的反映。人的心理现象错综复杂，丰富多彩，同时又是一个统一的整体。为了便于研究，心理学家将统一的心理现象分为心理过程、个性心理特征和心理状态三大部分（如图 1-1）。

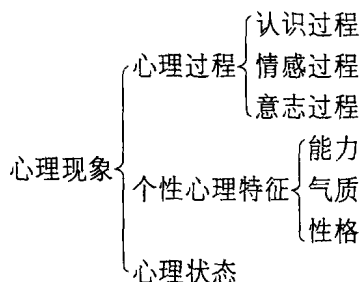


图 1-1 心理现象的结构关系

认识、情感、意志，是人所共有的心理现象。这些心理现象都是一种有始有终的活动过程，心理学上将其分别称为认识过程、情感过程、意志过程，统称为心理过程。个性心理特征则是在个人身上经常表现出来的、比较稳定的心理特点。这些心理活动在具体时间和空间条件下表现为心理状态。

人的心理是怎样产生和发展的呢？心理现象虽然是人们所熟悉的，但要认识它的本质并非易事。早在远古时期，人们就对心理有一些朴素的不够科学的解释，后来出现了主观唯心主义和客观唯心主义对心理的错误认识。到了 19 世纪后半叶，马克思和恩格斯创立了辩证唯物主义和历史唯物主义，才为科学地解释心理现象提供了哲学基础。

科学的心理观认为，人的心理是在实践活动中人脑对客观现实的能动反映。

1. 心理是人脑的机能。列宁指出：“心理的东西、意识等等是物质（即物理的东西）的最高产物，是叫做人脑的这样一块特别复杂的物质的机能。”^①这句话阐明了心理是脑的机能，脑是心理的器官。然而，人类并不是一开始就认识到心理是人脑的机能。在古代，人们常常把心理与心脏或身体的其他器官联系在一起，误认为心、肝、脾、肺、肾等五脏都是心理产生的器官。随着临床医学和脑科学的发展，人们终于否定了这些错误的结论，逐步认识到心理与人脑的密切关系。科学研究和实践经验都证明，人无大脑，不仅没有正常的心理活动，而且无法维持生命，无脑畸形儿的事例就可以说明这一点；人脑发育不全或损伤，人的心理活动也会异常。正常人的一切心理活动，都是人脑和神经系统有规律活动的结果。

2. 客观现实是心理的源泉，心理是客观现实的主观映象。人脑是人产生心理的

^① 《列宁全集》第 14 卷，人民出版社 1957 年版，第 238 页。

器官,但并不等于说,有了大脑就可以产生心理,人脑必须在客观事物的影响下,才能实现反映的机能。所谓反映,就是物质在相关联系和相互作用的运动变化中留下痕迹的过程。它是一切物质普遍具有的属性。人的一切心理现象,不论是简单的感觉、知觉,还是复杂的思维、情感等,都可以从客观现实中找到源泉,甚至在神话和传奇中虚构的、在现实生活中不存在的荒诞现象,不管它本身如何超脱现实,但构成它的原材料还是来自客观现实。如果没有作用于人的客观现实,人的心理乃至行为便成为无源之水、无本之木,是绝不会产生出来的。因此,客观现实是人的心理源泉和内容。

人的心理具有主观能动性,这是因为对客观现实的反映,总是由具体的个人进行的。主体已有的知识、经验、个性特点以及当前的心理状态等影响着反映的结果,使反映带有个人的特点。同一事物,仁者见仁,智者见智,这说明心理的主观性,说明人的心理是客观现实的主观映象。但这种主观映象不是像镜子反映外物那样机械、刻板,而是积极、能动地进行的。人脑反映客观现实形成心理,心理又能支配和调节人的行为活动,能动地反作用于客观现实。因此,人对客观现实的反映,是主观和客观的统一。

3. 实践活动是心理产生和发展的必要条件。人脑对客观现实的反映,是在人的实践活动中实现的。人的心理活动的产生,不是有了脑,有了客观世界就自然生成的,而是通过人和客观世界交互作用实现的。任何人尽管有正常的产生心理的生理机构,生存在自然界,但是如果脱离了人类社会,没有社会实践活动,就不能产生正常的人的心理与行为。在这方面,有些地方出现的“狼孩”事例就能说明这个问题。虽然“狼孩”具备了人的遗传素质,但因被狼掠去,脱离了人类社会生活环境,所以,形成了一些狼的心理与行为,而没有形成正常人的心理。实践活动不仅是人的心理产生和发展的基础,而且也是检验人对现实反映是否正确的唯一方法。当人根据对现实的认识进行活动的时候,活动产生的结果便检验着反映是否正确。因此,实践活动是心理产生和发展的必要条件。

(二) 女性心理学的产生与发展

自1879年冯特建立了现代心理学以来,心理学就渗透到社会的各个领域,形成了许多分支心理学,女性心理学就是其中的一个独立的分支学科。它的产生远非一帆风顺,因为冯特建立的现代心理学并未为女性心理打开研究之门,女性心理学是在妇女运动蓬勃开展的背景下,于20世纪70年代初在美国兴起的。女性心理学作为一门独立学科的研究虽然只有几十年的时间,但人们对它的兴趣和探索却有着很长的历史,经历了如下的过程:

1. 早期的研究。开创了心理学新纪元的冯特在其构造主义体系中,基本上没有

涉及女性心理学的内容。19 世纪下半叶,在达尔文进化论的影响下,机能主义心理学家们在探讨有机体适应环境的心理或机能中曾涉及过性差心理学,但最早把达尔文进化论与心理学研究相结合的是英国心理学家高尔顿,他创立了个体差异心理学。在《人类的才能及其发展研究》一书中,他对男女的各种身体和心理特性进行了定量研究,这是女性心理学研究的萌芽阶段。后来,蓬勃发展的美国机能主义心理学的学者们运用测验的手段,使女性的心理特性得到了完备的描述。然而,这一时期的研究是零散的,没有明确提出女性心理学这一研究课题。他们只是在其他研究中间接地谈论过女性心理学的有关问题,研究的目的是以客观的科学态度来探求女性心理的发展规律,而是把科学方法当成了论证传统观念中男优女劣的工具,如颅相学家关于女性大脑比男性小的理论,变异性假说理论所认为的男性在智力等特性上比女性更多地偏离常态,天才是男性的特质等都未能打破社会对男女两性的定型看法。而对女性心理学的研究比较系统、最具影响力的要属弗洛伊德创立的精神分析理论。该理论是典型的“阳物中心论”,非常强调男性器官的优越性,同时弗洛伊德还认为女性有自恋、自卑、虚荣、嫉妒、被动等人格弱点,而这些弱点是由缺乏阳具的生理结构决定的。这些都是弗洛伊德理论中有明显男性偏差的表现。他套用男性的发展模式,认为由于女性的早期发展中,未能成功解决“爱勒克屈拉”情结(出自于索福克勒斯的一个剧本,该剧描写了爱勒克屈拉如何驱使其弟兄们杀死谋杀了父亲的母亲的故事),最终导致缺乏成熟的自我,缺少公正、良心、社会正义感和对社会问题的兴趣等人格特征。弗洛伊德对女性心理的探讨主要是为其男性偏差很重的心理分析理论服务的,而并非为了女性进行研究。该理论完全抹杀了社会文化的决定作用,对科学认识女性心理的特征与规律产生了消极的影响。可见,20 世纪 70 年代之前的女性心理学研究,仍徘徊在主流心理学之外,女性的心理问题没有得到充分的重视和广泛的研究。

2. 女性心理学的产生。女性心理学是在许多相关学科所积累的知的基础上兴起的。其中生物科学的发展,使人们有更多的机会了解男女两性在遗传、解剖、生理活动等方面的同异,而且通过其对医学的推动,使人们在妇女月经、怀孕、分娩等方面有了更多的认识。历史学、语言学、社会学、伦理学等社会科学的发展,阐明了女性的社会属性、女性问题的历史根源以及不同文化中女性的性别角色适应等问题,最终为女性心理学的产生打下了间接的理论基础。

女性心理学的兴起与女权运动的发展紧密相联。人们习惯把女权运动分为三个阶段,也称三次浪潮。第一次浪潮是从 18 世纪后半叶至 20 世纪 20 年代,这个阶段的女权运动与早期资产阶级争取人权,反对神权;崇尚科学;坚持理性,反对迷信的思想启蒙运动联系起来,到 20 世纪 20 年代,女性在法律、政治、受教育权等方

面争取与男性的平等权利,在选举权、教育和就业方面取得了极大的成就,越来越多的女性获得选举权,女性教育广泛开展,女性就业明显增加。美国第一次妇女权力大会于1848年在美国举行,此时科学心理学尚未建立。第二次浪潮是指20世纪60年代至80年代的妇女运动。这次浪潮就是要消灭性别差异,并把这种差异视为造成女性对男性从属地位的基础。在女权运动的第二次浪潮中,还形成了一个女性研究的热潮。第二次世界大战后妇女接受高等教育的人数增加,主体意识与女性意识不断增强,把这一社会政治运动推向文化界,集中体现在学院派女性主义所创立的女性研究这一学术领域上。其中,以性别分析为出发点的女性主义是直接促发女性心理学诞生的重要动力。第三次浪潮是指20世纪80年代以后,随着西方国家后工业社会的进程而在后现代运动影响下的妇女运动,其特点是不仅要颠覆男权主义秩序,而且要颠覆传统女权运动据以存在的基础。它主张扩大社会性别的内涵,把其与种族、国家、阶级等问题结合起来。因此,可以说,女性心理学是在女权运动的第一次浪潮中孕育、在第二次浪潮中生成与发展,并在第三次浪潮中得到进一步发展。

3. 女性心理学的发展。20世纪60年代女权主义者活跃在美国的大学校园内,她们开设了与妇女有关的课程,使心理学领域中对女性心理研究的兴趣日益高涨。1969年,美国心理学界第一个妇女学术组织——心理学妇女联合会正式成立。到20世纪70年代,女性心理学作为心理学领域的一个分支学科得到承认,美国的全国性心理学权威组织——美国心理学会于1973年成立第35分支机构——女性心理学分会,标志着女性心理学正式走上心理学的历史舞台。1976年秋创立并发行了两种专门讨论女性和性别议题的心理学期刊,即《女性心理学季刊》和《性别角色》。此外,有关女性心理学的研究论文也出现在相当多的专业刊物上,对女性议题的关注也在心理学中逐渐突显出来。随即世界其他国家如苏联、英国、日本等也研究和开展了女性心理学。1980年10月,美国心理学会主席、女性心理学家丹玛克教授随美国心理学代表团访华,应邀参加中国心理学会举行的学术会议,作了题为《女性心理学:一个新兴领域的概观》的学术报告,这是女性心理学第一次被作为一门学科介绍到我国。随后,国内的一些学者陆续出版了一批与女性心理学、性别差异有关的论著,一批国外的女性心理学专著、教材也被翻译介绍到国内。此外,一些非心理学专业的民俗学、文化学、社会学学者乃至妇女理论工作者对女性学包括女性教育学、女性伦理学、女性社会学做了大量研究,促进了心理学家研究女性心理学的自觉性。国内的许多大学也相继开设了关于女性或性心理的课程。这些都昭示着女性心理学已经成为主流心理学家关注的一个重要心理学领域。但是,我们应看到,女性心理学在我国毕竟刚刚起步,女性心理学的教学和研究还没有形成规模和体系,仍然有许多问题需要深入探讨。

（三）两性发展的理论

男女两性由于从儿时起结识的人和所受的环境教育的不同，形成了性别角色差异，影响了其心理的发展，造成了以后两性发展机会的巨大差异，因此，了解性别形成的理论有利于更清晰地认识社会文化对性别角色心理的影响，有利于对男女两性有针对性地进行性别角色教育，使之心理健康发展。所谓性别角色是以性别为标准进行划分的一种社会角色，包括男人角色和女人角色。它是指属于特定性别的个体在一定的社会群体中占有的适当位置及其被该社会和群体规定的行为模式。男女性别角色相对存在，互为参照。对于性别角色的形成，各种学科的不同理论给出了不同的解释，较为著名的有：

1. 心理分析理论。心理分析理论的代表人物、奥地利精神病学家弗洛伊德认为，儿童在3~6岁期间将经历“俄狄浦斯”情结。处于这一阶段的儿童对异性父母产生了性兴趣，但年幼儿童害怕这种情况，会产生各种冲突。于是男孩开始认同其父亲，通过对其父亲的认同解决了因恋母情结导致的对父亲的嫉妒，女孩则开始认同母亲。儿童通过与同性别父母认同的过程而学会性别概念，在此过程中儿童通过内化了父母的男性化或女性化行为，并接受了父母关于性别的许多价值观上的认识，表现出与其性别相应的男性特征和女性特征。^① 心理分析理论的主要缺陷是夸大了个人的模仿作用，忽略了整个社会的影响作用。但从社会学理论的角度分析，模仿也是性别角色社会化的重要机制，在模仿的基础上最终达到性别认同和内化。

2. 认知发展理论。该理论强调性别恒常性对性别角色形成的作用，其代表人物是当代美国著名心理学家、教育家科尔伯格。性别恒常性是指基于生物属性基础上的永久的特性，不随时间、服饰、活动、自身愿望等有所改变。科尔伯格认为，性别认同是孩子性别学习的基本的组织者和管理者。孩子从他们的所见所闻中形成了性别刻板概念，一旦他们获得性别的一致性，他们的性别的信念就被固定下来，不可逆转，他们积极评价自己的性别认同并在行为上表现出与性别概念相一致，而且只有在获得性别恒常性后，儿童才喜欢模仿同性朋友。性别恒常性由三种对性别理解的不同成熟度组成，即性别同一性、性别稳定性和性别一致性。性别同一性要求用简单的能力去识别自己是男是女；性别稳定性是对性别保持恒定的再认，一个人的性别不论在年轻或年老时都是一致的。性别一致性是指尽管外貌、衣着、活动发生变化，但知道性别是不变的，这种能力在6~7岁获得。研究发现，尽管稳定的性

^① 赵丽琴：《性别角色行为的形成及其社会适应》，《华南师范大学学报》（社会科学版）2003年第5期。

别恒常性在6岁还没有达到,但是2岁的孩子已经能很好地区分男女孩子的玩具以及衣服等。儿童归类自己以及他人性别的能力和性别定型的知识对早期性别类型的出现是必要的。但该理论集中于儿童对性别概念的理解和获得,忽视了儿童如何获得性别概念和性别知识转化为性别行为的机制。^① 认知理论认为个体认知发展是性别角色形成的基础,当个体从已形成的性别恒常性中解放出来,就会产生推动社会结构的改革,追求平等、力量、权利、职业成就和教育机会的动力。

3. 性别图式理论。该理论是在认知发展理论的基础上提出的,其代表人物是美国心理学家贝姆。所谓图式是指在个体的成长过程中,会逐渐形成一种关于自我的知识结构或组织。不同的个体,自我图式是各不相同的,因而也就使他们以不同的方式来看待自己。如有人认为自己是内向的人,他总是回避各种社交场合,他有一个内向的自我图式。个体的自我图式来自过去的经验,但它一旦建立,就会影响个体的知觉、记忆和对自己及别人行为的判断。性别图式理论强调性别图式作为一种预期结构,为搜索和同化性别知识与信息做好准备。那些具有很强的男性化和女性化特征的人是性别定型了的,即更可能按照性别来认知、组织和评价信息,或者说有一种稳定的性别图式。如他们更可能注意一个男人是否具有男子汉气质,某个背包是否适合女孩子使用。但双性化和未分化的人不会用这种稳定的图式,而是按照有关性别的线索进行信息加工,只是偶尔把人或物分成男性或女性的。因为性别定型的人倾向于用男性化或女性化的术语来认识世界,因此可预期他们的行为不同于非性别定型的人。^② 性别图式理论预示了儿童拥有的性别知识越多,就越表现出性别偏好。但成人可以完全意识到性别定型,当性别知识增加后,并没有产生更多的性别相关行为,因此该理论存在一定的局限性。一方面它难以解释男女儿童拥有的性别知识增加后,其性别偏好未见明显增加。另一方面它强调性别图式的作用,却没有很好地探讨性别定型知识转换成性别行为的机制,也没有涉及性别行为的动机。

4. 社会学习理论。社会学习理论从个人因素(包括认知和情感)、环境和行为三元交互作用来考察性别角色形成的影响源和机制。该理论着重强调儿童的标准匹配机能和自我激励机能在性别角色形成中的作用。社会学习理论的创始人、美国心理学家班杜拉区分了三种环境:强加的环境、选择的环境和建构的环境。强加的环境是指不管人们喜欢不喜欢,却人为地将外在要求强加于他们。虽然在此条件下,人们无法控制环境,但如何解释和反应是自由的。如不顾儿童的个人爱好,已入学的

① 赵妙林、许百华:《儿童性别角色发展有关理论述评》,《应用心理学》2002年第4期。

② 赵丽琴:《性别角色行为的形成及其社会适应》,《华南师范大学学报》(社会科学版)2003年第5期。

儿童都得上学以及学习规定的课程,但学得怎样,却各不相同。选择的环境是指人们通过选择,把潜在环境转化为实际经历的环境。如对同伴的选择、活动的选择等。建构的环境是指潜在环境并不存在,人们通过产生式努力创造、建构社会环境和结构体系。如儿童通过想象建构符号环境,完成符号游戏。与之相对应,儿童获得性别概念有三种途径:直接教育、模仿与替代学习。^① 随着性别角色的发展,儿童从以赢得社会认同为标准的外部调节逐渐过渡到以个人标准为基础的自我认同。自我认同的调节由对性别行为的自我监控、关于个人标准和环境的行为判断与自我评价等一系列心理机能组成。另外,自我效能感也对性别的形成起了重要作用。在效能导向的自我发展中,个体通过选择有利于开发潜能和培养良好生活方式的环境来影响自己社会化的进程。这最明显地体现在职业选择和发展上。社会学习理论在吸收前者理论的基础上,较好地解释了性别行为的不可预测性和性别偏好的原因,强调了后天环境与儿童自主的作用。

从以上理论的分析中可以看出,性别角色的形成是在长期的社会化过程中,男女两性各自受到不同角色期望的影响,受到不同性别角色规范的约束,受到不同性别角色技能训练后逐渐形成并固定下来的。因此,性别角色可以通过教育予以改变。

二、女性心理学的研究对象和任务

(一) 女性心理学的研究对象

每门学科都有自己独特的研究对象,女性心理学也同样有自己特定的研究对象和研究领域。女性心理学是研究涉及一切与女性心理有关的现象及这些心理现象发生、发展和变化的规律。它是心理学的基本原理在妇女问题研究领域中的应用,是将性别与社会因素综合加以考察来研究女性心理问题的。它的研究结果必将作用于社会各个领域,帮助女性改善自身的生存与发展的条件,为提高女性的生活质量和工作效率服务。具体地说,女性心理学研究的内容包括两性的心理差异、女性的独特心理和女性的社会心理等问题。

1. 两性的心理差异。性别差异是女性心理学的母体,也是女性心理学的重要组成部分。当代性别差异研究的一个显著特点是,由社会因素造成的两性心理差异已成为该领域的研究核心。主要研究内容包括两性心理差异的方式、程度和性差内容的文化特殊性与普遍性,以及研究女性心理发展变化的年龄特征等。

2. 女性的独特心理。女性的独特心理主要研究女性在月经、怀孕、流产、分娩

① 缪周芬:《女性性别角色的发展》,《常州师范专科学校学报》2004年第3期。

等特定时期的心理现象，这些是女性独有的、由生理现象而产生的心理反应，是女性心理学研究的重要内容。

3. 女性的社会心理。心理现象不是孤立产生的，是与社会、历史、文化条件紧密相关的。女性社会心理是女性心理的重要组成部分，它包括女性的婚恋与家庭心理、女性的人际关系心理、女性的心理健康、女性的犯罪心理和女性的领导心理等内容。

（二）女性心理学的任务

女性心理学既是女性科学的一个重要组成部分，同时又是心理科学中的一个重要分支。它的基本任务可概括为：女性心理学所研究、揭示的女性心理活动的规律，可以提高女性认识自身和他人心理活动的能力，以便调整其心理活动方向，保护心理健康，提高社会适应能力，提高其生活质量和工作效率，增强女性的自信心，为开发自身潜能提供理论支持。女性心理学的具体任务主要包括：

1. 帮助女性正确认识自身，提高女性的素质和潜能。人力资源是实现组织目标必须具有的诸种资源中最重要资源，而人力资源的开发离不开占人类总数一半的女性的参与。因为女性是创造人类文明和推动社会发展的一支伟大力量，女性的地位和作用是衡量一个国家社会进步和文明程度的重要标志。如果女性在社会生活中的参与程度与质量得不到全方位的提高，社会的发展就会受到制约。因此让女性正确认识自己的心理活动，按照女性心理规律去生活、学习和工作；把握性别优势，扬长避短，充分发挥自身的潜能，增强敢于竞争和勇于拼搏的勇气，以实现其个人价值与社会价值的统一。这一任务是女性心理学的一个特色。

2. 帮助女性有效地开展维护心理健康的工作。揭示女性心理活动规律性的一个很重要的目的，就是帮助女性有效地进行调控心理活动和预防各种心理疾患，使之不断地提升心智模式，纠正心理偏差；建构完善的人格、健康的情绪体系；培育具有健全的意志、协调的人际关系和创造性思维的心理素质，以提高适应社会的能力。这一任务不仅是培养现代女性所必需的，同时也是提高学习和工作效率的一项综合措施。

3. 为女性领导者提高自身的素质和影响力提供理论依据。女性领导者在组织中处于重要地位，其自身的素质和影响力，关系到领导效能的高低，关系到组织的成败，因此，必须加强自身建设。女性心理学研究和揭示有关规律的一个重要目的，就是为女性领导者提供对人进行心理管理的理论依据，而其中，包括女性领导者对自身的心理管理。为了完成这一任务，女性心理学还专门对领导心理进行了研究，因为领导者在管理中处于举足轻重的地位。

4. 完善女性心理学理论体系。女性心理学作为一门独立学科，其发展历史还较

短，可以说，它是一门新兴学科，是一门年轻的学科。这门学科目前还不够成熟，因而，它需要在广泛应用的同时，不断丰富自身的理论，提高学科的科学性，完善学科的研究方法，进行大量的实验，并在实践中验证已有的理论，使其得到进一步的发展。

三、女性心理学的研究原则与方法

科学研究的方法是科学发展的工具和武器。要科学地研究女性心理学，必须遵循正确的研究原则和采取正确的研究方法。

（一）女性心理学的研究原则

以辩证唯物主义作指导，是进行一切科学研究的最根本的方法。根据女性心理学的特点，在运用辩证唯物主义指导其研究的时候，必须遵循以下原则：

1. 客观性原则。客观性原则就是实事求是，它的根本前提和基础是从实际出发。这是一切科学研究必须遵循的首要原则。女性心理学的研究对象是特殊社会环境中女性的心理现象，而女性的心理现象是一种内在体验，无法像研究自然科学那样应用显微镜、催化剂等工具直接进行定性或定量的分析，只能对她们的言语、行为、表情、心理活动的产品及劳动产品的数量、质量等进行间接的测量和分析。这就使得女性心理学的研究容易受主观臆断的影响。因而，在研究中，只有从客观性原则出发，才能使判断不附加任何外来的成分。坚持客观性原则，要求研究者对任何心理现象必须按照它的本来面貌加以考察，对研究所得出的结论必须有充分的事实根据，而不是任凭研究者的主观臆测或超越事实的推论。

2. 发展性原则。客观世界中的一切事物都是处在由简到繁、由低级到高级、由旧质到新质的运动变化之中。作为人脑对客观现实反映的心理现象，虽然有一定相对的主观独立性，但从根本上来说，它仍然是随着客观事物的变化发展而变化发展的。因此，在女性心理学的研究中，必须坚持发展性的原则。这一原则要求在研究中特别注意女性个体和群体的体验与反应等不断发展变化的情况，注意引起其发展变化的各种条件。这样，才能防止用凝固的、僵化的观点和模式去对待已经发展变化了的心理现象。

3. 系统性原则。所谓系统性原则就是坚持系统、整体的观点，既要女性心理进行多层次、多水平和多侧面的系统分析，又要对各种心理现象及其形成因素之间相互作用的关系进行全面、整体的研究。因此，在女性心理学的研究中，必须坚持系统性原则，不仅要考虑与之相联系的其他因素的影响，而且要在联系中探讨心理活动的真正规律，从整体上进行系统分析与综合相统一的研究，才不至于顾此失彼，

从而得出全面而正确的结论，科学地指导女性的实践活动。

（二）女性心理学的研究方法

女性心理学具体的研究方法很多，常采用的有以下几种：

1. 观察法。在日常生活条件下，观察者以感官为工具（如眼、耳等）直接观察被研究对象的行为，并把结果按时间次序作系统记录的研究方法称为观察法。

由于观察的目的不同，观察的方法也不同。从观察时间上分，有长期观察（几个星期、几个月或几年）和定期观察（每天或每周一二次）；从观察内容上分，有全面观察（观察被研究对象在一定时期全部心理活动表现）和重点观察（有重点地观察被研究对象在一定时期内从事某一活动中的心理表现）。

研究者无论采用哪种形式的观察，都必须有充分的心理准备，明确的观察目的、任务和计划，详尽的观察方案，严谨的观察记录，切不可粗枝大叶和带有主观偏见。

观察法的优点是被观察者的心理表现自然；缺点是研究者只能处于被动的地位，消极地等待有关现象的出现，收集到的材料难以定量分析，特别是很难精确地确定某种心理现象发生的原因。

2. 实验法。有目的地严格控制或创设一定条件来引起研究对象产生某种心理现象，从而加以研究、找出有关心理现象的规律的方法称为实验法。实验法可分为实验室实验法和自然实验法两种形式。

实验室实验法通常是在实验室内借助各种仪器进行的。这种方法的优点是能严格控制条件，而且可以重复进行；不足之处是具有很大的“人为性”（即人为地创设某些条件），往往把复杂问题简单化，使所得结果与实际生活有一定差距。

自然实验法是由实验者有目的地创造一些条件在日常生活或生产劳动等自然情况下进行的。这种研究方法的优点是结合日常生产劳动或工作实际进行研究，缺点是不容易精密地控制实验条件。因此，运用时应适当地和实验室实验法结合起来。

3. 测验法。采用标准化的心理测验量表或精密的测量仪器来测量被研究对象有关心理品质的研究方法称为测验法，也称心理测验。测验的方法很多，其中，按一次参加测验的人数来划分，有个别测验和集体测验；按一次测验的时间是否限定来划分，有速度测验和难度测验；按测验的内容来划分，有能力测验和人格测验；按测验的方式来划分，有书面测验和操作测验。各种测验方法所得的结果可作为人员选择与特征评价的依据。

一般地说，心理测验是采用一系列所谓“标准化”的固定问题和固定手续，测量被试的成绩，并和标准成绩（即测验常模）相比较，从而确定被试的心理水平或特点。采用测验法要特别重视测验本身的信度和效度因素。信度是指测验本身的一贯性，效度是指测验本身的有效性。现在许多国家已经明确规定，用于人员选择的