

• 黄爱玲 主编

女性心理学

Female Psychology



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

女性心理学

Female Psychology

黄爱玲◎主编



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

女性心理学/黄爱玲主编. —广州:暨南大学出版社, 2008. 8
ISBN 978 - 7 - 81079 - 889 - 1

I. 女… II. 黄… III. 妇女心理学—教材 IV. B844. 5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 141620 号

出版发行: 暨南大学出版社

地 址: 中国广州暨南大学
电 话: 总编室 (8620) 85221601
 营销部 (8620) 85225284 85228291 85220693 (邮购)
传 真: (8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)
邮 编: 510630
网 址: <http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版: 暨南大学出版社照排中心
印 刷: 广州市怡升印刷有限公司

开 本: 787mm × 960mm 1/16
印 张: 15.5
字 数: 313 千
版 次: 2008 年 8 月第 1 版
印 次: 2008 年 8 月第 1 次
印 数: 1—3000 册

定 价: 29.00 元

(暨大版图书如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换)

目 录

Contents

第一章 绪 论

- “女人”你的名字叫弱者? / 1
- 第一节 现代社会生活与女性心理健康 / 1
- 第二节 女性心理学的诞生 / 7
- 第三节 女性心理学的研究对象和研究内容 / 10
- 第四节 女性心理学的研究方法 / 14

第二章 女性生理与心理健康

- 有了健康才有快乐幸福 / 21
- 第一节 女性生理健康 / 21
- 第二节 女性心理健康 / 30

第三章 女性发展与心理年龄特征

- 蜿蜒心河九曲十八湾 / 42
- 第一节 婴幼儿期女孩 / 42
- 第二节 童年期女孩 / 48
- 第三节 青春期女性 / 53
- 第四节 青年期女性 / 60
- 第五节 中年期女性 / 65
- 第六节 老年期女性 / 69

第四章 女性职业发展与事业成长

- 难道真的女子无才便是德? / 74
- 第一节 女性职业发展的现状 / 74
- 第二节 女性职业发展和成才的心理分析 / 81

- 第三节 女性职业发展的社会学分析 / 85
- 第四节 女性职业发展的心理障碍 / 92
- 第五节 女性职业发展与塑造成才 / 100

第五章 女性爱情心理与恋爱交往

- 哪个少年不钟情，哪个少女不怀春？ / 113
- 第一节 女性恋爱的心理动力与矛盾 / 113
- 第二节 女性择偶的心理及主要类型 / 116
- 第三节 女性失恋挫折及心理调适 / 120
- 第四节 少女早恋问题及心理疏导 / 124
- 第五节 大龄未婚女性的心理及调适 / 128

第六章 女性的婚姻心理与家庭幸福

- 婚姻真的是爱情的坟墓？ / 134
- 第一节 夫妻关系心理类型 / 134
- 第二节 女性婚姻心理冲突及调适 / 138
- 第三节 女性的亲子关系 / 143
- 第四节 女性的婚外恋、离婚心理及调适 / 151
- 第五节 女性的再婚心理及调适 / 158

第七章 女性审美心理与形象塑造

- “郎才女貌”不无道理？ / 164
- 第一节 审美概述 / 164
- 第二节 女性审美心理分析 / 169
- 第三节 现代女性的审美观 / 174
- 第四节 现代女性的自我形象塑造 / 183

第八章 女性的人际交往与休闲娱乐生活

- 女性职责仅是相夫教子？ / 189
- 第一节 女性的人际关系与人际交往 / 190
- 第二节 现代女性的休闲娱乐方式 / 196

第九章 女性犯罪心理与教育改造

- 高墙电网下的彷徨与忏悔 / 205
- 第一节 女性犯罪的心理动机 / 205

- 第二节 女性犯罪的主客观因素 / 209
- 第三节 女性犯罪的类型与心理特点 / 212
- 第四节 女性犯罪的预防和改造 / 220

第十章 发展的女性观与现代两性和谐发展

- 男人的一半是女人 / 224
 - 第一节 历史发展的女性观 / 224
 - 第二节 男女性别差异 / 230
 - 第三节 男女互补与两性和谐发展 / 234

参考文献 / 238

后记 / 241

目

录

第一章 绪 论

——“女人”你的名字叫弱者？

第一节 现代社会生活与女性心理健康

一、现代社会生活与女性心理健康

在经济高速发展的时代，每个人都面临着不同程度的压力，如生活上的、经济上的、家庭上的、工作上的等，而这些都是由现代社会生活的特点所决定的。女性作为现代社会发展的支柱，承受的压力越来越大，其心理健康也愈来愈受到关注。

（一）现代社会生活的特点

1. 多元化、信息化、全球化

多元化、信息化、全球化对现代人来讲已经不是陌生的字眼。现代社会是一个集科学、技术、政治、经济、文化于一体的多元的社会，信息资讯更是铺天盖地地充斥着这个世界的每一个角落。有资料表明，世界每年都有 80 多万种不同的书籍面市，假如我们每天读一本，也得花上两千多年才能读完。据有关专家统计，一份《纽约时报》所包含的信息比一个生活在 17 世纪的普通英国人一辈子所接收的信息可能还要多。资讯正以前所未有的变化影响着人们的生活，也正因为如此，许多人患上了资讯恐慌症。职业女性一族更是时时忧虑自己无法把握所谓的时势，唯恐自己会“过时”，为社会所淘汰。

知识经济信息化、全球化的发展也对女性提出了多元发展的要求。20 世纪 90 年代以后，社会的多元化进程大大加速了。最能表现社会生活多元化的特征是社会就业结构的变化。但是，目前的女性过多地把自己的专业选择局限在文秘、外语等传统的女性社会分工领域，以至于在高级专业人才和科技系统的学科带头人中，女性所占的比例非常少。女性选择的专业集中在“金字塔”的底部，这必然导致女性人才在相对不重要的领域发生堆积，而在代表社会发展方向的高新技术和产业领域则极度匮乏女性领导。如此愈演愈烈，将使女性人力资源配置变得更加不合理，最终影响女性社会地位的提高。



女

性

心

理

学

2. 快节奏、高压力、强竞争

快节奏、高压力、强竞争是现代社会生活的另一大特点。现代人常常感叹的一句话就是“计划赶不上变化”，可见，现代社会生活的节奏之快。在竞争压力之下，人们提倡一种高效率、快节奏的行为方式，提倡用尽量短的时间、尽量少的环节办成尽量多的事情。快节奏同时也导致强竞争，强竞争又导致高压力，高压力继而引发了现代人一系列的身心疾病，而这些身心疾病不仅对工作人员及其家庭生活造成伤害，同时也会导致企业生产力和竞争力下降，甚至造成无可弥补的损失。

现代医学显示，由于快节奏、高压力、强竞争而导致的职业性精神疾病发生得越来越频繁。这些职业性精神疾病包括焦虑症、抑郁症、适应障碍症、躯体化疾病、睡眠或饮食障碍及酒、药物成瘾问题等。常见的职业压力症候群主要有科技压力症候群、燃烧症候群、妇女职业症候群及人事异动症候群等。

3. 物质化、舒适性、高品位

随着时代的飞速发展，物质生产极大丰富，人们生活水平普遍提高。物质化、舒适性、高品位的生活是现代社会生活的一大特色，而追求舒适和高品位的生活也是现代人追求的生活目标。然而，由于地域、资源分布的不平衡，从目前的状况来看，社会发展毕竟是不平衡的，贫富差距还是极其严重地存在于社会的每个角落。一些先富起来的大款们奢华的生活从各个方面强烈地刺激着每个人。生活在这样一个繁华多彩的世界里，耳濡目染着都市的物质文明和现代气息，作为占绝大多数的都市女性工薪一族，时常感到薪水缺乏，囊中羞涩。五光十色的世界又不断刺激着她们，诱发女性的喜怒哀乐的复杂情绪，于是在心身与外界之间就有产生失调的可能。追求物质化、舒适性、高品位的生活无可厚非，然而，如果不能把握方向，不是从自己的实际出发而是一味地追逐，则可能使自己迷失方向，甚至坠入犯罪的深渊。当精力较弱、智能不足或有生理缺陷，而外界的刺激又是如此精彩时，则容易使人自卑、沮丧、失去朝气。特别是在一些男权文化比较明显的组织机构中，女性付出更多的努力，却得到很少的回报，还要时时担心自己会因表现不佳而被降职或解雇，自卑焦虑的心理油然而生。

(二) 现代社会生活对女性心理健康的消极影响

1. 中国现代女性面临种种问题

中国现代女性正面临着种种挑战。在改革大洪流的冲击下，社会竞争日益激烈，科学信息迅速膨胀，生活节奏逐渐加快，这些使她们心理上原有的平衡受到极大的震动。由于女性自身的生理与心理特点的制约，加上多重的社会角色的困扰，传统观念又给她们以束缚。因此，在现代社会生活中，她们面临着比男性更多的困惑，心理冲突的发生比男性更加频繁。她们希望自己在事业上能够成功，

但在成才的路上却心理障碍重重；她们渴望得到幸福的婚姻、美满的家庭，但是又缺乏婚恋心理知识与家庭管理的技巧和艺术；她们想追求美的风度，但又不甚了解永葆女性魅力的诀窍；她们望子成龙、望女成凤，却由于教子无方而迟迟达不到预期的目的；她们想保持心理健康，但又缺乏心理卫生与心理保健的知识；她们希望在社交中得心应手，但又缺乏交际的艺术……总之，现实生活中的不少女性，由于心理冲突或心理障碍而使自己的学习、工作与生活以至身心健康都受到影响。

2. 由各种未能解决的问题而导致的高自杀率

相关统计数据结果显示，中国女性自杀有两个高峰年龄段，一是15~24岁，二是60岁以上，其中，3/4的人文化程度在初中以上。有专家分析认为，青年人因恋爱受挫、夫妻矛盾、家庭纠纷自杀的占多数，女性自杀行为多发生于月经前期。过去农村妇女自杀率较高，近10年，18~25岁的城市妇女自杀的人数上升较快，大多因婚恋、工作遇到挫折，心理承受能力差，一时冲动而引起。另外，抑郁是导致自杀的一大凶手，因为产后抑郁而导致自杀的案例也时有发生。

从更深层次的角度分析，可以得出，社会心理模式可以解释女性自杀率，尤其是农村女性自杀率在中国居高不下的原因。专家指出，在传统的中国社会文化中，自杀是一种可以被接受的且在某些情况下甚至是被鼓励的行为。在旧时代，受儒家文化道德观念影响的中国女性，在保存名节、随某人而死、实现美德和对生者施加压力的情况下，选择自杀的行为是被歌颂的，特殊者甚至可得到官方的表彰，颁给荣誉，建立贞节牌坊。从儒家观点看，这些自杀行为被认为是“合乎理性”的，它维护了对社会文明进步至关重要的权利与职责的平衡。专门研究明清两代妇女自杀的学者认为，在中国的15到18世纪，殉夫或守节而死的行为是受到政府鼓励和赞扬的。近代一些中国学者则指出，低阶层的年轻妇女常常使用自杀作为一种抗议手段，或者用死来逃避无法忍受的生活现状。

无论从哪个角度进行分析，女性自杀者人数居高不下，现代女性的心理健康受到严重威胁，这是一个不争的事实。这一事实应该引起社会全体成员的高度重视，要加强建立社会生命危机干预措施。从更高的精神层面上来说，要大力推进女性心理学的研究工作。

（三）现代社会生活中高心理素质女性优秀代表

尽管现代社会生活的特点给女性的心理健康造成了很大的威胁，但是仍然不乏一些杰出的女性。这样的女性在中国社会的各个历史时期、各个领域均有出现，在知识化、信息化的现代社会生活中，更是出现了一大批具有卓越成就的知识女性、职业女性。在她们把自己的事业打理得井井有条的同时，她们也拥有幸福美满的家庭。这样的女性应该说是具有很高的心理素质，是我们学习的楷模。



1. 杨澜的艺术人生

杨澜可以说是一个很成功的女性，自从在中央电视台当节目主持人以来就备受大家的关注。她一路走来，取得无数的荣誉与成就，成为年轻女性的偶像。她毕业于北京外国语学院英语系。1990年2月，中央电视台公开招考主持人，她在上千名的竞争者中脱颖而出，开始主持《正大综艺》节目。1994年，她在事业成功的巅峰急流勇退，远赴美国排名首位的哥伦比亚大学就读国际传媒专业。1996年5月，她以全优成绩毕业，并获得了硕士学位。之后，杨澜与哥伦比亚广播公司制片人莫利斯·莫米德共同制作导演了《2000年那一班》这部两小时的纪录片。该片在哥伦比亚电视网晚上7点黄金档向全美播出，创下了亚洲主持人进入美国主流媒体之先河，并获评论界好评，《纽约时报》、《新闻周刊》等大型媒体均对其进行了大篇幅的报道。1996年，杨澜被选入英国《大英百科全书名人录》，同年，她与上海东方电视台联合制作的《杨澜视线》节目在全国52个省市电视台成功发行。1997年，杨澜应联合国副秘书长的邀请，作为东亚唯一代表，出席了联合国世界媒体圆桌会议，11月，又应邀出席了联合国“97”世界电视论坛”。杨澜被选为哥伦比亚大学国际关系学院校董事，成为这所美国常春藤名校有史以来最年轻的董事。1997年底，杨澜结束了在美国的生活，正式加盟香港凤凰卫视中文台，推出访谈节目《杨澜工作室》，自己当制片人也当主持人，采访了众多著名时事人物，节目大受评论界的欢迎和赞赏。1999年10月，杨澜辞去了凤凰卫视的职务，收购了香港良记集团的股份，并将它改名为“阳光文化网络电视投资有限公司”。从此，杨澜由电视界转向了商界。由杨澜任董事会主席的香港阳光文化网络电视有限公司被2000年10月出版的美国财经杂志《福布斯》评为全球最佳300家小型企业之一，被《福布斯》形容为业内的“未来之星”，“阳光文化”是入选20家“未来之星”最佳小型企业的唯一一个中国公司。次年，杨澜跃居《福布斯》2001年度中国富豪榜第56位。

除了在事业上的辉煌，杨澜也是一个贤妻良母，相夫教子，尽职尽责。她和丈夫吴征一起耕耘于卫星技术、网络传输、收费电视、宽带内容提供以及房地产业等领域，取得了令人羡慕的成绩。她的两个孩子在她的培养下也健康快乐地成长着。35岁的杨澜事业成功、家庭美满。在繁忙的工作之余，她还撰写了《凭海临风》、《渴望生活》、《杨澜访谈录》等作品。

2. 令人羡慕的张欣

作为SOHO中国联席总裁的张欣女士也是众所周知的风云人物。她一方面是SOHO中国有限公司、SOHO现代城、建外SOHO、亚洲建筑师走廊、海南博鳌蓝色海岸的主人、规划者，另一方面她也是地产界巨人潘石屹的妻子，潘让、潘少两个孩子的母亲。

张欣从小父母离异，14岁她就一个人跨过罗湖桥在香港做女工，赚了学费

之后去了英国留学，成为英国剑桥大学发展经济学的研究生。1992年，她获得英国剑桥大学发展经济学硕士学位。1992年到1995年先后在高盛集团（Golden Sachs）和美国华尔街投资银行旅行家集团任职，主要负责中国直接投资项目。1996年，她放弃了收入丰厚的工作，回国嫁给了在业内暂无名气的潘石屹。之后两人一起开办公司，携手共创了SOHO现代城、建外SOHO。在她的事业如火如荼之际，她暂时放弃了工作，去香港生孩子。在完成女人向母亲的角色过渡后，她又重新踏入职场，提出亚洲建筑师走廊、海南博鳌蓝色海岸的项目规划。现在的张欣有了人人羡慕的事业和家庭。她使生活处于一种平衡状态，没有顾此失彼，这是每个职业女性最难做到的事，而她却做到了！

这样的一个女人，事业和家庭同样美满，她本身的生活也丰富多彩。很多有才华、有能力的人都因为过分努力地工作而忽视了娱乐，或忽视、损害了健康，甚至英年早逝，然而张欣却比其他人更重视健康。她每天都去运动，去健身房健身，游泳和跑步成了她生活当中不可缺少的两大运动。她还注意自己的形象修饰，在穿衣打扮上也是流行时尚的领头人。

张欣是个极有才华的新经济条件下的现代女性，用SOHO现代城设计师安东尼奥的话说：“张欣是一个具有‘敞开’意识的人，非常善于接纳、吸收国外先进的东西，而且这成了她成功的前提。”这里所说的“敞开”，即接纳、吸收，不封闭自己。

无疑，中国各行各业像杨澜、张欣等这样具有稳定的心理素质、聪明睿智的头脑、坚强的意志力的成功女性还有许多，她们能够在现代社会生活潮流的冲击下站稳脚跟，活得精彩，归根到底是因为她们在现代社会生活中，保持着健康良好的心理状态。

二、开展女性心理学研究的重要意义

开展女性心理学的研究工作具有重要的意义，具体体现在以下三点。

（一）提高女性自身素质的内在要求

提高女性素质主要是提高女性的思想政治素质、文化技术素质、心理素质和身体素质。思想政治素质提高了，才有较高水平的道德意识和社会责任感，才会真正明白人生在世除了个人的权利和自由，还有对亲人、朋友和社会的责任。在遇到困难和挫折的时候，才不会采取极端的方式来结束自己的生命。换言之，现代女性只有这四方面的素质都提高了，在综合运用知识方面才能果断决策，随机应变，才会具有创造力和开拓精神，工作效率才会提高，工作业绩自然也会变得显著。只有对某一领域、某一行业感兴趣，才会对自己所从事的工作由衷地热

爱，才能以专注的感情和坚强的意志工作到底。

（二）对女性正确处理特殊心理行为问题具有重要的指导意义

女性在成功与发展的道路上面临比男性更多的困难与障碍，女性要成就事业必须付出更多的艰辛与努力。这跟我们的社会发展历史密切相关。在中国女性的身上，有着几千年封建社会所积淀的权威崇拜的特性，对个人处境的改善不是寄希望于自己的奋斗与决定，而是依靠能人智者的指点与帮助。另外，封建宗法观念对女人性格的扭曲，造就了她们弱者的心态，这就是对男人的依附性与顺从性。不少的女性在认识上存在着这样的误区，即认为女人在社会生活中只能属于从属的地位，女人是男人的附庸。正是这种思想，导致了她们自我发展权利的丧失，丢失了女性应有的独立人格和社会地位。所以，在这样一个几千年来一直以男性为中心的社会背景下，女性要成功，比男性面临着更多的压力。除了来自家庭的压力，来自工作和职场的压力也越来越大。传统的社会性别观念仍然对劳动力市场产生着影响。现在部分用人单位对女性的能力和价值认识有偏差，过分夸大生育、养育、更年期对女性就业的负面影响，加剧了妇女在就业竞争中的不利处境。现代社会的职业女性挑起事业和家庭两副重担，女性在发展的过程中存在着比男性更多的必须克服的心理障碍与弱点。拥有健康的心理，培养良好的心理素质，是现代女性适应社会发展的需要。开展女性心理研究对女性解决这些问题具有重要的指导意义。

（三）对提高女性在现代生活中的地位具有重要意义

在社会现阶段的社会文明建设领域中，不可避免地存在着性别歧视、虐待女性的思想、行为，男女不平等是既存的事实。单从受教育的机会和受教育水平上看，男性就普遍高于女性；在艺术、文学领域，女性的弱者形象一直占多数，而很少有独立自主的形象出现；在伦理道德方面，由于受封建时代的“三纲五常”、“三从四德”的影响，男尊女卑、男强女弱、从一而终的思想依然存在；在家庭生活中，男主女从、男外女内的现象仍然存在。所以要加强女性心理的研究发展，在社会文明建设中逐步确立男女平等的意识，以提高女性在社会文明建设各领域中的地位。

女性心理学将告诉女性们怎样使爱情美满、家庭幸福；如何展示女性的风采，保持青春的魅力；怎样把子女培养成才；如何塑造健全而完美的人格，做到自尊、自信、自立、自强；怎样实现多重角色的完美统一；如何在社会竞争中立于不败之地。同时，提出女性应如何提高自身的心理素质，在改革的洪流中，为祖国的“四化”建设充分发挥自己的聪明才智。

第二节 女性心理学的诞生

近代心理学的开始是以1879年德国心理学家冯特在莱比锡建立的第一个心理学实验室为标志的。发展至今有已一百多年的历史了，但是女性心理研究却是在20世纪50年代以后才得到重视的。早期的心理学是“无女性”的心理学。这不仅是由于当时几乎没有女性心理学家，而且心理学界也普遍认为女性的体验不值得研究。心理学中的概念都是基于男性的。例如，弗洛伊德（Freud Sigmund）曾在他的著作里从男性的角度提出俄狄浦斯情结（Oedipus Complex）和阳具嫉妒，把它们应用于两性。艾里克森（Erik Erikson）关于青少年自我认同发展的主张也是这样。在整个心理学历史上的大多数时期，对女性的注意很少，不仅低估女性的经验，而且导致将男性的经验不正确地全面推广到包括女性的整个群体中。

随着妇女运动和女权主义的兴起及科学家对两性脑的比较研究的发展，女性心理逐渐得到重视和发展。女性心理学是一门边缘学科，不仅涉及心理学，而且涉及生理学、社会学、妇女运动史等各学科。随着这几个学科的进步和完善，女性心理学也得到进一步发展。

一、妇女运动和女权主义的兴起

女性为了争取自身与男性享有同等的存在和发展的权利，在各个历史时期都进行过不屈不挠的反抗与斗争。近现代以来，女性开始以各种形式组织起来，展开争取女性的社会解放和男女平等的斗争，形成了各具特色的妇女运动。世界上第一位女权主义者，法国的玛丽·沃尔斯通克拉夫特于1791年写了《为女权一辩》一书，书中有两种观点：一是认为如果妇女不能同男子平等，人类知识和美德的进步将会停滞；二是认为妇女如果要为文明作出贡献，就必须为此做好教育上的准备。第一个观点肯定了妇女的地位，以及为人类所作的贡献，第二个观点提出了要重视妇女的心理发展。20世纪60年代，贝蒂·弗里丹出版了《女性的奥秘》一书，这标志着现代女权主义运动在美国开始。随后，国家妇女组织也得以建立。

女权主义学者信奉五种不同类型的女权主义。

（1）自由女权主义认为女性和男性应具有同等的政治、法律、经济和受教育的权利与机会。自由女权主义者倡导改革，他们的目标是改变对女性不公平的态度和法律，使教育、就业和政治机会平等。例如，他们寻求一种鼓励女性在所

有学术领域发展的教育环境，去除在工作场所中妨碍女性全面参与和晋升的障碍，给女性更多的政治领导职位。自由女权主义者强调女性与男性的相似性，并主张性别差异是由机会不平等所带来的。

(2) 文化女权主义则反映了这样一种信念，即女性和男性是不同的，其中许多方面都是由女性特殊的品质决定的，比如养育、关心他人及合作性等。文化女权主义者关注与男性特质（比如攻击和缺乏情绪表达等）有关的破坏性的后果，并想通过提高人际指向的价值增进女性的能力。

(3) 社会主义者的女权主义认为性别不平等源于经济不平等。这类女权主义者相信对女性的压迫是基于性别、民族和社会阶层彼此的相互作用，只有改变了社会的资本主义结构，才能消除这种压迫。

(4) 极端女权主义认为性别不平等基于男性对女性的压迫。极端女权主义者认为是父权制即男性控制和支配女性带来性别不平等，这已经有很长的历史，一定要消除它以达到性别平等的目标。极端女权主义者不同于社会主义者的女权主义者，将男性看作女性受压迫的来源。他们不只关注在社会机构中如工作场所的不平等，也关注在家庭和其他亲密关系中的权力分配。

(5) 有色人种女性的女权主义认为，女权主义运动主要关心白人女性面临的问题，她们认为，种族主义（racism，由于种族不同而区别对待）和阶层主义（classism，基于社会阶层的偏差）与性差别主义（sexism，基于性别的偏差）是同样重要的。

很明显，女权主义的观点并不一致，但是她们都认为女性相对于男性是不利的，男女是不平等的。女权主义理论家和研究者认为，多数心理学理论、研究和实践存在性差别主义的偏差。于是，他们着手扩展有关女性的知识并纠正过去的错误。在女权运动的这些年里，女性心理学成为一门独立的学科。1969年，女性联合会成立了。1973年，美国心理学会（American Psychological Association, APA）建立了女性心理学分会（Female Psychology），并出版了一些女性心理学教材，以此为名称的大学课程也开始出现。

二、脑研究及女性生理研究促进女性心理学的发展

脑是心理机能的物质载体，心理研究长久以来都跟脑研究息息相关。早期心理学家认为女性不同于且不如男性。他们的证据就是有研究说女性的脑小于男性，并以此解释他们的假定：女性不如男性理智、聪明。按照正常发育的平均脑重量，男子是1 388克，女子是1 252克。但是这种理论与相对脑量——相对于体重的脑重——的发现是不一致的。因为女子的体重轻于男子，男子体重每千克脑重为21.6克，而女子体重每千克脑重为23.6克。这样看来，女性的相对脑量



大于男性。而且，单从历史名人考证的话，单纯以脑髓的长短和重量来考察心理素质是很不科学的。比如，法国科学家霍可曼脑重只有 1 226 克，作家法朗士脑重只有 1 017 克，而一个脑重 1 925 克的男子却是一个傻子。至今发现的两个脑重为 1 742 克和 1 580 克的女子都是患精神病的妇女。

传统认为男子优于女子的刻板定型的观念不是那么容易消除的。于是科学家开始比较两性脑的不同部分，并企图找到所谓的女性智力差的原因，结果没有发现任何差异，然而探索还在继续。1982 年，享有很高声望的《科学》杂志发表了一篇研究论文，称女性的胼胝体（连接两大脑半球的部分）大于男性。研究者提出这种差异也许能说明假定的女性有较差的空间能力的说法。但是这个研究有很多的漏洞，首先研究的样本数很少，只有 9 个男性的脑和 5 个女性的脑，无法推广到所有的两性个体身上。有神经解剖学家使用了大得多的样本进行研究，但是没有发现任何的性别差异。

第一代女性心理学家们也展开研究以挑战女性劣于男性的观点。结果有研究发现，男女两性在智力上的差异是很小的。曾经有一种流行的观点，认为女性在月经期内是虚弱的，所以不适合拥有责任重大的职位。月经是女性发育到成熟期所出现的一种生理现象，主要表现为子宫内膜受卵巢激素的影响，出现周期性的变化及出血。在月经期间，大脑皮层兴奋性降低，常有精神不振和痛经现象发生。但是有最新的研究报道说，在女性的整个月经期，智力、感觉和运动能力无系统性的变化。只要加强保健卫生，使影响缩小到最低限度，女性在月经期间照样可以参加社会活动，当然也可以承担责任重大的职位。

三、女性心理学者的增加为女性心理学发展作出巨大贡献

我们知道，个人的偏爱决定了个人所关注的对象。同理，科学家个人的兴趣也影响了他们决定要研究的题目。如果一个男性心理学家相信领导品质主要是男性的特质，他就不可能研究女性的领导风格。纵观心理学的历史，多数心理学家是男性，所以很少有与女性相关的题目被研究，女性心理学迟迟得不到发展。

心理学中的第一批女性学者面临着许多的困难。18 世纪末到 19 世纪初，很多大学不欢迎追求高学位的女性。这种性别歧视一直持续到 20 世纪。

自 1970 年以来，伴随着女性心理学家的增加，与女性相关的研究课题也逐渐增加，女性心理学也作为一个学科而得到发展。在 1974 年至 1993 年间发表的对女性重要的问题的研究的文章增加了很多。1974 年没有关于女性成就的研究论文发表，而 1993 年有 161 篇。1982 年至 1993 年大学心理学教材涉及女性的贡献和有关性别的研究的书籍数量明显增加。在普通心理学教材中涉及性别相关的

题目从 20 世纪 70 年代早期到 90 年代早期增加了将近 40%。

总之，女性心理学家的增加，进一步推动了女性心理学的发展，使之不断走向完善。

◆ 女 性 心 理 学

第三节 女性心理学的研究对象和研究内容

妇女运动和女权主义的兴起，导致了女性学的产生。可以说，女性心理学的产生也深受其影响，它是女性学下的一个分支学科。女性心理学是一门运用心理学学科，也是一门边缘科学。它不仅涉及心理学，而且涉及生理学、妇科学、妇女学、女性社会学、女性人类学、妇女运动史等学科，所以女性心理学有其自身特殊的研究对象和内容。

一、女性心理学研究的对象

女性学的研究对象是一个不断扩大的同心圆，它由“女性”这一原点出发，逐次探讨女性本质、女性存在和生存状态、女性的外涉关系、女性问题、妇女运动、女性观念和女性未来发展等问题。心理学的研究对象是人的心理现象的发生、发展及其规律。女性心理学的研究对象既不同于女性学又不同于心理学。主要对象有以下几个方面：

（一）探讨“女性”这一性别群体的心理特点与规律

它是从心理学角度对女性特质的解析。女性是人类组成的一部分，她不是孤立存在的，不是生活在单性的世界里，而是生活在社会和家庭之中，镶嵌在性别关系里的。女性心理学的研究对象是以“男性”作为参照对象来比较研究的。有关女性心理的论题来源于特定的性别文化和性别结构，女性心理学不能不涉及性别关系。事实上，女性心理学正是以宽泛的两性关系为背景，通过考察性别结构、性别文化和性别制度，描述和分析女性的各种心理特征，探索女性心理发展的规律。

（二）探讨女性的特殊生理、心理活动及其发展规律

女性的特殊心理及其发生、发展和规律，是与女性特殊的生理特点相关联的。这些特殊生理特点包括月经、怀孕、流产、分娩、哺乳、更年期等。这也是与男性心理相异的原因之一。

怀孕期间的女性，在怀孕早期，孕妇均感到将做母亲的喜悦、幸福和自豪，

这种有益的心理反应对胎教有利。但一部分孕妇由于内分泌的变化，会产生紧张心理，尤其是有早孕反应的妇女，由于恶心、呕吐、眩晕、食欲不振等因素而产生种种烦恼：担心妊娠失败甚至厌恶妊娠；吃过药、打过针的人害怕胎儿畸形；在居住条件差、经济条件不够、学习未完成、有机会出国等情况下担心妊娠会带来负担，想做人工流产，又想继续妊娠，忧心忡忡；稍有腰酸腹痛，又担心胎儿流产。怀孕后期，由于胎儿生长发育加快，母体各脏器的负担也达到高峰，孕妇会感到十分疲劳，这也影响她的心理活动。孕妇因为行动不便，更需要家人照顾，自己感到笨拙、丑陋、乏味、邋遢，希望孩子早点出来，但是又对分娩产生顾虑，怕难产、怕分娩疼痛，会为分娩是否顺利、安全，胎儿是否正常、健康而担忧，这些都会造成精神紧张。特别是过去有不良产史或有其他高危因素者，则焦虑更重。到分娩前或接近预产期时，孕妇对分娩既高兴又害怕，既紧张又充满希望。心情是复杂的，情绪是不稳定的。所有这些心理都是男性所不能体会的。

（三）探讨与男性相异的女性特殊心理

女性与男性相异的特殊心理，不仅仅是生理上的差异造成的，更多的是由许多人际的、文化的和社会的因素所造成的，是社会建构的结果。在还是小孩子的时候，就已经永久地设定了女性和男性在认同、人格和情绪需要上的不同发展道路。社会对于女性，在人际关系和情感方面给予了很高的期望，而在工作成就方面则期望比较低。相应地，女性就发展了体贴、温柔、忍让等品性，而忽视了成就动机；相对于男性而言，女性的自信比较低，也不自立、自强。所以现代职场中的女性面临着更大的心理压力。当她们成家有了孩子之后，往往面临着事业和家庭的矛盾。如果矛盾尖锐时，她们更容易放弃事业而让位于家庭。

（四）实现多学科的综合

任何心理现象的产生都有物质基础作为依托，是社会历史发展的产物，是与一定的社会历史环境相联系的。女性心理的研究当然也离不开生理基础，特别是不能离开脑研究、认知神经科学研究而独立存在。当然也离不开社会环境，特别是离不开教育。正如法国的玛丽·沃尔斯通克拉夫在1791年写的《为女权一辩》一书所认为的那样，妇女如果要为文明作出贡献，就必须为此做好教育上的准备。

当然女性心理不能只是片面地放在生理学的基础上研究，也不能只是片面地放在社会文化背景中进行，而必须把两者有机地结合起来，把女性的生物特性看作是女性心理的自然基础，把社会文化背景看作是女性心理的社会方式，在自然的基础上，按照社会方式的不同要求组织起来。这种特殊的认识过程，构成了女性心理的表现。