

青年生活方式

主 编

汪 力
陈 跃
厉明勤



西南师范大学出版社

青年生活方式

汪 力 陈 跃 厉明勤 主编

西南师范大学出版社

1993·重庆

青年生活方式

汪 力 陈 跃 厉明勤主编

西南师范大学出版社出版、发行

(重庆 北碚)

新华书店重庆发行所经销

重庆三峡印刷厂印刷

◆

开本：787×1092 1/32 印张：6.25 插页：1 字数：135千

1993年4月 第一版 1993年4月 第1次印刷

◆

ISBN 7—5621—0688—6/C·2

定价：3.80元

前 言

生活改变着社会，社会影响着生活。在全面改革和建设的当今社会，人们的生活方式正处在一个新旧交替、激剧变化的过程之中，科学、文明、进步、催人奋进的生活方式与愚昧、野蛮、落后、使人颓废的生活方式并存，对抗。面对这一现实，青少年作何选择，追求什么样的生活方式，这不仅关系到他们自身成长，而且关系到社会的发展和祖国的未来。这也是他们脱离父母，走向社会必须首先解决的问题。为此，我们编写了这本书，旨在引导青少年正确识别和选择生活方式，帮助他们建立符合社会主义事业发展要求的、文明健康、科学的生活方式。

本书力求真诚客观，力戒空泛说教，在介绍生活方式的基础知识的基础上，又着重选取一些青少年普遍关心的生活“热点”问题和在他们生活方式中普遍存在的实际问题进行探讨，还对生活方式的发展趋势、基本规律以及青少年应如何顺应时代发展的要求建立良好的生活方式提出了自己的看法和建议。本书既可作为我们与广大青少年探讨青年生活方式的理论与实际问题的媒介，也可作为从事青少年教育、研究的工作者的参考读本。

本书由汪力、陈跃、厉明勤主编并统稿，唐慧、陈平、李旭东、刘述萍参编。撰写情况为：汪力26题、陈跃25题、厉明勤23题、唐慧16题、陈平、李旭东、刘述萍各1题。在编写过程中，我们曾得到唐兴霖同志的热情帮助，一些青年朋友

和青年问题专家也给本书提出了宝贵意见，西南师大出版社为本书出版做了大量工作。在此一并表示谢忱。

由于我们水平有限，书中错误、失误在所难免，还愿望热心的读者批评指出。

编 者

1991年7月

内 容 简 介

本书是一本青年修养读物，在介绍生活方式基本知识的基础上，针对青年普遍关心的生活“热点”问题及其在恋爱、婚姻、家庭、社交、成才、发展等生活中的实际问题，进行了理论和现实的探讨，还对青年如何适应社会的发展和建立科学、文明、健康的生活方式提出了建议，具有较强知识性、实用性和可读性。既可作为热爱生活，关心生活的青年的益友，也可作为从事青少年教育、研究工作者的参考读物。

目 录

1. 什么是生活方式?	(1)
2. 生活方式有哪些基本特征?	(2)
3. 生活方式发展的基本规律是什么?	(5)
4. 影响生活方式发展变化的因素有哪些?	(7)
5. 社会主义生活方式有哪些基本特征?	(10)
6. 我国当代生活方式发展的总趋势是什么?	(13)
7. 什么是消费生活方式?	(16)
8. 什么是劳动生活方式?	(18)
9. 什么是闲暇生活方式?	(20)
10. 什么是家庭生活方式?	(21)
11. 城市生活方式与乡村生活方式有何区别?	(23)
12. 现代生活方式有哪些特征?	(25)
13. 青年生活方式有何特点?	(27)
14. 当代青年生活方式可分为哪几种类型?	(30)
15. 什么样的生活方式容易导致青少年犯罪?	(31)
16. 青年怎样才能适应现代生活方式?	(34)
17. 青年的身心特点对生活方式有何影响?	(36)

18. 青年的文化修养对生活方式有何影响? (37)
19. 怎样处理建立现代生活方式与艰苦奋斗、勤俭建国的关系? (39)
20. 为什么存在主义不应是青年的朋友? (41)
21. 什么是雷锋精神? (43)
22. 怎样看待在发展商品经济的条件下倡导雷锋精神? (44)
23. 当代青年应遵循的基本行为准则是什么? (46)
24. 应该怎样看待青年的信教问题? (48)
25. “理解”为何能在青年中引起强烈共鸣? (51)
26. 怎样正确处理现实生活中的“代际矛盾”? ... (52)
27. 青年应当怎样正确选择职业? (56)
28. 应当怎样看待青年中的“出国热”? (57)
29. 青年应怎样正确行使自己的民主权利? (60)
30. 培养青年的职业兴趣有何意义? (62)
31. 青年成才的基本途径和必备条件有哪些? (64)
32. 大学毕业生怎样缩短社会适应期? (66)
33. 妨碍青年创造力发挥的因素有哪些? (68)
34. 如何提高读书效率? (69)
35. 大学生参加勤工助学有何意义? (71)
36. 大学生参加军训有何意义? (74)
37. 应该如何看待当代军人的奉献? (77)
38. 应该怎样看待青年个体户的社会作用? (79)
39. 什么是社会主义的爱情道德? (81)
40. 青年如何保持爱情生活的甜蜜? (83)
41. 应该怎样看待中学生中的早恋现象? (85)

42. 青年择偶中的不良心理有哪些?	(88)
43. 当代青年的择偶方式有哪些?	(90)
44. 怎样选择理想的伴侣?	(93)
45. 情侣间的馈赠有何意义和作用?	(96)
46. 应该怎样对待恋爱中的亲昵?	(98)
47. 应该怎样看待青少年的婚前性行为?	(100)
48. 恋爱时应怎样对待父母的意见?	(103)
49. 婚前的必要准备有哪些?	(104)
50. 什么样的婚礼才光彩?	(106)
51. 怎样关心大龄青年的婚恋问题?	(108)
52. 怎样看待独身主义?	(110)
53. 怎样看待女强人?	(112)
54. 现代青年家庭有何特点?	(114)
55. 为什么青年最希望家庭生活社会化?	(116)
56. 影响爱情婚姻稳定的心理因素有哪些?	(119)
57. 夫妻之间应怎样对待个人隐私?	(121)
58. 已婚青年应怎样与异性交朋友?	(123)
59. 应该怎样看待“第三者”?	(125)
60. 怎样调适夫妻冲突?	(128)
61. 现阶段还存在哪些封建婚姻形式?	(131)
62. 青年离婚率上升的现象说明了什么?	(133)
63. 夫妻性生活和谐有何意义?	(136)
64. 怎样适应婚后生活方式的变化?	(138)
65. 夫妻业余兴趣爱好不一致怎么办?	(141)
66. 做父母后应注意些什么?	(142)
67. 建立新型的婆媳关系应注意些什么?	(145)

68. 青年夫妻怎样当家理财? (147)
69. 什么样的家庭教育容易导致青少年违法犯罪? (149)
70. 当代青年应该具备怎样的性格特征? (151)
71. 如何正确对待精神压力? (153)
72. 青年应该怎样对待竞争? (156)
73. 应该怎样对待流言蜚语? (157)
74. 应该怎样对待生活中的挫折? (159)
75. 应该怎样看待青年中的自杀现象? (161)
76. 社交对青年生活方式有何影响? (162)
77. 当代青年交际有什么特点? (165)
78. 青年应如何处理邻里关系? (166)
79. 青年小群体有何作用? (168)
80. 应该怎样理解青年生活方式中的“从众行为”? (170)
81. 成熟与世故有何区别? (172)
82. 朋友之间应该讲什么样的情义? (174)
83. 结交异性朋友有什么好处? (176)
84. 青年应该怎样择友? (178)
85. 青年怎样培养幽默感? (180)
86. 怎样聊天? (182)
87. 舞场上应该注意什么礼节? (183)
88. 如何提高青年的审美能力? (185)
89. 为什么在青年中会出现“健美热”? (186)
90. 怎样使业余生活科学化? (188)
91. 应该怎样赠送礼物? (189)
92. 应该怎样看待模特儿? (191)
93. 怎样使旅游更为有意义? (192)

1. 什么是生活方式？

近几年来，我国理论界和整个社会，对生活方式问题产生了越来越大的兴趣，成为人们思考的目标和探索的一个兴奋点。然而，一谈到生活方式，不少人往往把它归结为“吃、喝、玩、乐”的方式。其实，只要仔细观察，人的生活方式并不仅限于这些方面。我们知道，人是一个十分复杂的有机体，既有着复杂的生理机制和生理需要，又有着丰富的精神世界和无限高层次的精神需要、社会需要。人类社会越发展，人的高层次的需要越扩大，以致于可以说，仅仅满足低层次的需要，并不足以形成真正人的生活方式。那么，究竟什么是人的生活方式呢？

生活方式，简单地讲，就是人的生活活动所采取的方法和形式。具体讲，生活方式可分为狭义的生活方式和广义的生活方式。狭义的生活方式是指人们日常生活活动的方法和形式，即人们的衣、食、住、行、玩等消费生活的方式，其实质就是人们享受物质和精神的消费品，以及支配闲暇时间的方式。广义的生活方式，是指受一定生产方式和社会条件制约，由某种生活观指导的人们生活活动的方法和形式的总和。这些生活活动包括社会的、经济的、政治的、精神的、文化的以及日常生活的各个领域中的创造性活动，它是该社会人们生活数量和质量的综合反映。

生活方式是量和质的统一，因而它同人们常说的生活水平不同。生活水平是指一定社会所提供的、能用数字表示的、人们生活所需要的物质和精神的条件。具体讲，它就是

由按人口平均计算国民收入，由人们所得的实际收入数量，所消费的工农产品数量以及消费结构、教育、文化、卫生需要等生活福利指标来衡量的。它只表明生活方式的量的规定性。生活方式则是一个更广泛、深刻的概念，它不仅包括数量指标即量的规定性，也包括质量指标即质的规定性。生活方式的质的规定性指的是人们通过什么方式表现其生活活动，也就是人们通过什么方式取得生活所需要的物质生活资料，以什么方式参加社会政治、文化生活，由此表现此种生活方式与彼种生活方式的本质区别。一般来讲，生活方式的数量指标是由生产力发展水平决定的，生活方式的质量指标则是由生产关系、社会制度，以及人们的世界观、人生观和道德观所决定的。

我们知道了生活方式的含义和内容，就可消除对生活方式的片面的理解，有利于人们，特别是青年的生活方式向着科学、文明、健康的方向发展。

2. 生活方式有哪些基本特征？

人们生活方式的形成和发展，除了受一定社会生产方式的制约之外，自然环境，社会政治经济制度、思想道德、科学文化、价值观念、民族传统习惯等对人们的生活方式也会产生影响。正是由于制约和影响生活方式的条件多样性，造成了生活方式类型的多样性和差异性。但是，我们从丰富多样的生活方式中，不难看出它们存在的共同点，这就构成了生活方式的基本特征。具体表现为：

第一、继承性。生活方式的发展除了受生产方式和社

会、自然诸因素的影响之外，还和前人的生活方式有一种内在的继承关系。也就是说，前人生活的基本方法和形式是后人得以生活的前提，如果抛弃了前人积累的生活方式，就不可能有后人的生活。因此，人们的生活方式都是在继承前人生活方式中积极的、合理的因素的基础上产生和发展起来的。就是在今天最现代化的生活方式中，也能发现人类祖先所采用的取火煮食、穿衣蔽体、劳动为生等基本的、合理的生活方式，这是人类得以存在和发展的前提。当然，这种继承不是简单的沿袭，而是创造性的继承。随着生产力的发展，生活资料日益丰富，人的价值观念的变化，人的生活方式不可能永远停留在原有基础上，而是在此基础上不断开拓、创新自己的生活方式，使自己生活得更美好。因而，人类祖先的生活方式和我们今天的生活方式有着天壤之别：人类祖先靠钻木取火，我们则烧天然气；他们结草制衣，我们则穿毛料绸缎；他们用石器打猎为生，我们则用现代化大机器进行生产，创造物质生活资料。从一定意义上讲，人们的生活方式就是在继承与开拓相统一的基础之上，不断由简单到复杂，由低级向高级，由落后向先进发展的。

第二、层次性。人们的生活方式除受生产方式的根本制约之外，还受到生活主体的社会地位、具体环境及其对生活的需要和态度的影响。因而，不仅在不同的生产方式基础上有不同的生活方式，就是在同一生产方式的条件下，不同生活主体的生活方式也并不完全相同。这种不同便构成了同一社会中生活方式的多层次性。正如列宁指出的：“每一个社会阶层都有自己的生活方式，自己的习惯，自己的爱好。”

①《列宁全集》第20卷第480页。

在资本主义社会，不但存在着以利己主义、不劳而获、挥霍无度、醉生梦死、精神颓废为特征的资产阶级生活方式，而且存在着以出卖劳动力为生、政治上受压迫、生活相对贫困为特征的无产阶级生活方式。同时，在无产阶级内部，由于生活工作条件的差异和生活态度的不同，以及其他影响的不同，生活方式也表现出差异性。无产阶级中的一部分人的生活方式表现为屈从于自己所处的被剥削地位，只希望改善向剥削者出卖自己劳动力的条件，苟安于受压迫、受剥削的生活方式；无产阶级中的大多数人则采取另一种生活方式，他们意识到自己是资本主义的掘墓人，自觉为推翻剥削制度而进行革命斗争。可见，生活方式的层次性表现是多方面的。具体分析起来，每个阶级有自己的生活方式，每个社会集团有自己的生活方式，每个家庭有自己的生活方式，每个社会成员有自己的生活方式。生活方式的广泛内容正是存在于这不同层次的生活方式之中。

第三、综合性。生活方式的内容不仅包括人们的物质生活，而且也包括人们的精神生活，它融人们的物质生活和精神生活于一体。从生活方式的基本形式来看，它可分为劳动活动方式、社会政治活动方式、科学和艺术活动方式、宗教活动方式、日常生活活动方式，家庭生活方式，业余文化娱乐活动方式等诸种类型。可见，生活方式所包含的内容及其表现形式概括了社会生活的一切方面，因而它是表述人们在社会生活各个领域活动体系的综合概念。

3. 生活方式发展的基本规律是什么？

生活方式是一个具体的、历史的社会现象，抽象的、永恒不变的生活方式是根本不存在的。现实生活中，尽管不同的生活方式具有各自不同的特点，但它们的产生、变化和发展，都共同遵循着一个基本的规律，即生活方式决定于生产方式并随生产方式的变革而发展变化。

我们知道，生活方式是人们物质生活和精神文化生活的活动方式的总和，它赖以存在的物质基础是物质生活资料与精神生活资料，如果它的这一物质基础发生了变化，它也就必然要随之改变自己的内容和形式。而生产方式就是社会生活所必需的物质资料的获取方式，是一切社会生活的物质基础。一定的物质生活资料和精神生活资料，就是一定的生产方式运动的产物，因此，当生产方式发生变革时，生活方式也就必然要随之而发生变化。

同时，生活方式要受到思想意识、社会心理、传统文化和人们的生活观念，理想以及态度的制约，如果生活方式的这些制约因素发生了变化，也就会对生活方式产生重大的影响，并促使其发生变化。而生产方式作为社会存在的主要内容，它的变革必然要引起这些属于社会意识范畴的生活方式制约因素或迟或早地发生与其相适应的变化，从而最终引起人们生活方式的变革。

此外，生活方式的性质，水平不是取决于人的特性，而是取决于生产方式。对此，马克思、恩格斯曾明确谈到：

“生产方式不仅应当从它是个人肉体存在的再生产这方面来

加以考察。它在更大程度上是这些个人的一定的活动方式，表现他们生活的一定形式，他们的一定的生活方式。个人怎样表现自己的生活，他们自己也就怎样。因此，他们是什么样的，这同他们的生产是一致的——即和他们生产什么一致，又和他们怎样生产一致。因而，个人是什么样的，这取决于他们进行生产的物质条件。”^① 这就是说，生产方式是人们的一定的活动方式，它表现人们一定的生活方式，人们怎样生活，同生产什么和怎样生产相一致。例如，原始人的穴居巢处、茹毛饮血的生活方式，就是与当时原始、落后的生产方式相一致的，受后者决定的。既然有什么样的生产方式，就必然有什么样的生活方式，那么，生产方式发生了变革，就必然会引起生活方式的性质、水平的变化，使它同原有的传统形式决裂，形成一种与新的生产方式相一致的生活方式。这正如列宁所说：“正是大机器工业在工业人口的生活条件中进行了完全的和彻底的革命，使他们同农业以及与之相联系的几百年宗法式的生活传统彻底分离，”^② 而代替宗法式生活方式的是商品经济的生活方式。

综上所述，生产方式的变革必然引起生活方式的发展变化。生活方式发展的基本规律就是生活方式取决于生产方式并随生产方式的变革而发展变化。我们一定要遵循和利用生活方式发展的基本规律，坚持改革，发展生产，以促进社会生活方式朝着文明、健康、科学的方向发展。

①《马克思、恩格斯选集》第1卷，第25页。

②《列宁全集》第3卷，第494页。人民出版社1959年版。

4. 影响生活方式发展变化的因素有哪些？

生活方式作为现实社会中的人的生活方式，其发展变化必然要受到社会生产方式、地理环境和现实社会的上层建筑与社会心理，传统文化等主要因素的制约和影响。

生产方式是社会生活所必需的物质资料的获得方式，是生产力和生产关系的有机统一体，是一切社会生活的物质基础，是制约生活方式的决定性因素。首先，人们的物质生活水平和精神文化生活水平的提高，依赖于生产力水平的提高。从原始人的穴居巢处、茹毛饮血到现代人住的高楼大厦和吃的美味佳肴；从原始的劳动号子到现代的交响乐等物质、精神文化生活状况的巨大变化，无不是生产力的发展所带来的。生产力每一新的发展，都为人们提供了新的生活资料，开辟了新的生活领域，增加了新的生活内容；其次，人们获取生活资料的方式和比例，取决于生产关系。譬如：在社会主义社会，人们的分配方式是多劳多得，按劳取酬，就是由社会主义的生产关系所决定的。

地理环境是人类社会所处的自然条件的总和，包括气候、土壤、山河、矿藏和动植物等等自然条件。它是人类社会存在和发展的必要条件，对生活方式有着重大的影响和制约作用。马克思曾指出：“由于一个国家的气候和其他自然特点不同，食物、衣服、取暖、居住等等自然需要也就不同。”^①一般地说，人们是靠山吃山，靠水吃水。不同国家

①《马克思恩格斯全集》第23卷，第194页。