



女子风采大全
NÜZIFENGCAI
DAQUAN

女子风采大全

捷克学者集体编著

朱嘉德 蔡兴文等译

百花文艺出版社

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
МОЛОДОЙ
ЖЕНЩИНЫ

МОСКВА ПРОГРЕСС 1985

女子风采大全

捷克学者集体撰稿

郑丽华 乔立良 蔡兴文 译
徐桃林 张春山 朱嘉德

百花文艺出版社出版（天津市赤峰道130号）
天津新华印刷一厂印刷 新华书店天津发行所发行
开本787×1092毫米1/32 印张16 1/4 插页2 字数313 000

1985年2月第1版 1985年2月第1次印刷

印数1—120 000

ISBN7-5306-0086-9/G·3 定价：3.80元

内 容 提 要

现代女子追求动人的风采。本书就是女子风采的百科全书。它从女子的生理和心理这两个方面，科学而详尽地讲述了女性风采的系统知识。

它告诉您女性美的诀窍：少女在成熟过程中怎样才能有美丽的外貌、匀称的体形、端庄的仪表和优雅的气质……

它向您揭示爱情的真谛：少女对男性产生好感的特质和起因，识别男友性格和品德的方法，一见钟情究竟是好是坏，与男性交往中怎样防止猜疑和误会，热恋之中的少女如何调节自己的情感和举止……

有人说“结婚是爱情的坟墓”。本书除用有力的论据证明此系妄说之外，更主要的是从社会心理学的角度细致入微地分析了正确处理夫妻之间、婆媳之间关系的诸因素，提出了创造和睦温暖的家庭气氛的好方法。讲得入情入理，具体实用。

婚姻的结果是新生命的诞生。本书讲授了有关妊娠、分娩和育儿的科学知识，着重讲解女子需要作好一系列心理和物质准备以及克服母性失调的措施……

全书条目分明，内容充实，文字生动，理论与实用并重。

目 录

少女的成熟

少女的成熟.....	(3)
------------	-------

美

外 貌.....	(25)
----------	--------

女子和运动.....	(52)
------------	--------

举止仪表.....	(94)
-----------	--------

女人和男人

男女之间有什么不同?

男女为什么相爱?	(119)
----------------	-------

选择伴侣.....	(138)
-----------	-------

按征婚启事交往.....	(182)
--------------	-------

计划生育与避孕.....	(190)
--------------	-------

堕胎.....	(206)
---------	-------

夫妇生活

婚姻与家庭.....	(215)
------------	-------

青年家庭的心理问题.....	(229)
----------------	-------

独立经济.....	(266)
-----------	-------

离婚.....(293)

孩子与离婚的父母.....(313)

女子要做妈妈啦

分娩也是一项工作.....(333)

妇科学家对妊娠的看法.....(358)

不妊症和几种常见的妇科病.....(384)

心理学家看母性.....(392)

孩子

从出生—五岁是幼儿发展最宝贵的年龄.....(403)

比较详细地谈谈一岁前的婴儿.....(452)

社会 and 最小的婴幼儿.....(489)

单身母亲及其孩子.....(505)



少女的成熟

少女的成熟

不久前还是个蹦蹦跳跳的小姑娘，很快便已经长成了婷婷玉立的大姑娘，可一晃又变成了成年妇女……在我们的时代，这个变化过程比以前任何时期都要快得多。人类已登上了月球，在地球上，机器的速度记录着一切增长的速度，工厂加快着劳动节奏，人们到处都是急匆匆的：快速，人的身体也尽快成长和成熟！这个成长过程，在地球的各地都在缩短，特别是在工业发达的国家里，更加迅猛异常，眨眼之间，一个小孩儿便长大成人……他已有了成年人的观点，像成年人一样争论着，待人断事，犹如洞悉人生的一切。

但是，仅凭印象不足立论。心理学家研究结果证明，不同的人成熟的过程亦有所不同。有这种情况，有的人即使到耄耋之年，怎么也不会成熟。但这很罕见。人的成熟程度很难断言。而就其外表和装出的“样子”来看，一般不足为凭。真正的成熟是经历一定生活体验的结果，是自我认识的结果，在很大程度上有了初期独立劳动素养，才能促成自我认识。从这个意义上来说，青春——是一生最美好、一去不复返的时期，因为正是在这个时期，人为自己首次揭示了一切。

首先应意识到，姑娘成熟变成妇女，这是一种自然现象。在本书下面篇章中，我们还要就此题目详细阐述。在本篇章中只限于指出女人与男人的区别，不仅在于性别，体质强弱，以及她们的天职要生儿育女。女人不仅仅像许多人所说的那样，微同于男人（这是错误的），而恰好相反，她们有着自己独特的生理特征、心理特征，以及生活中的特殊作用。

亘古以来，男人去狩猎，觅取食物，而女人则抚养孩子，围着锅台转。至今谁也没有把妇女从这个义务下解救出来。但现今则要求妇女走出家庭“去狩猎”。“去狩猎”的权利被视为男人作为承认妇女解放所赋予的特权。这种“特权”却常常用来反对妇女本身。关于这一点，我们下面还要谈到。现在我们提到的是女人的最基本的作用——生儿育女。从这个意义上来讲，她是责无旁贷的，不可代替的。每个年轻姑娘都要理解到这点。在自然界，性生活的目的和结果都是繁衍后代。只有人类违悖这条自然法则（看来，把现代妇女的作用区分为爱人和母亲不是偶然的）。避孕工具使妇女做到与男人平起平坐。现在她自己可以决定要不要孩子。同时，就是这些避孕工具使妇女丧失掉自古相习无法改变的妇女特点。

我们当今世界，极其缺乏的是我们称之为女人或者说是母亲的天性。今天的姑娘不把作母亲当成自己的基本使命，而有时甚至不想当母亲。对这种姑娘来说（由于要求她创造更多的物质财富和终日忙忙碌碌），教育孩子的

事，她已力不从心了。解放运动的消极后果之一是，母亲的作用在现代妇女的眼中急剧下降。

历史上许多理论家的后代，其中包括，天才卓越、出类拔萃的学者，都天真幼稚地认为，孩子在专门的集体单位中，完全可以得到顺利成长和发展，可是时间证明，他们是大错而特错了。我们希望，不要把我们当成主张妇女呆在家里教育孩子，在创造性劳动中不能实现同男人一样权利的顽固分子。我们只不过想强调一下，如果年轻女子承认大自然赋予她的作用，并感到自身有力量能加以应付，可以指望在未来的生活中，她会幸福的。否则正相反，那些对自己的生理使命持反对态度，竭尽全力要和男人并驾齐驱的女子，未必会感到自己一度有过真正的幸福。几乎所有主张男女平等的人都不能如愿以偿。有些要求不能实现，妇女平权问题变成了纯属女人作用与男人作用含混不清的问题。

毫无疑问，从生理上来讲，解放了的妇女在社会上和家庭中，应拥有与男人一样的权利，但是，仍有一种根本错误的说法，认为妇女只是生儿育女，建立家庭。总之，依我们之见，妇女操持家务，生儿育女，都应列为创造性的劳动，而妇女在生产中的劳动，都应和男人一样平等，受到同样的重视和奖励。男性和女性各自有与生俱来的能力，社会使命则是使这些能力得以极为和谐地、淋漓尽致地发挥出来。

少女和性

从前认为，少女没有了处女膜就变成了成年女子了。其实，这种老生常谈的谬论本身并没有任何根据。少女第一次发生性的关系，并不完全变成真正的妇女。

少女早就具有生育的机能，这倒是正确的。不管怎样，少女这种天生的机能，尤大早于她在性关系和成人心理方面的成熟。现代文明蕴含着两种相互矛盾的趋势，一方面，什么都日新月异猛进的发展，其中包括体质的发育。另一方面，青年人本人的精神和知识的发展有着明显的减缓。要花费不少时间，去对一个人进行全面的教育和培养，使之对严峻的现实生活有充分的准备，不仅在体质方面，而且也在道德、精神面貌方面，以及为建立和维持各副其实的家庭所必要的物质方面有所准备。

但是，正如我们已经讲述过的，现代青年人身体的成熟大大快于过去。因此，十分自然地得出结论，在少年时期，他们就已产生了性的要求，或更正确地说，直接预感到对性生活的要求。此外，人本能认为最重要的性，从电影里、电视屏幕上、戏台上、书籍中，从各方面冲击着现代的青年人。但是这些本能不总是适应于尚未定型人的心理状态，本身蕴藏着最令人担忧的后果。如果谈及现代伦理发展得如此混乱无章法，常常与青年人的要求相矛盾。我们未必能揭示出其中之奥妙。学校教师对待事物持有一种观点，而父母又持有另外一种观点，自告奋勇帮助

分析混乱无章的问题的亲朋好友又持有第三种观点……可以说，有时，就在一个家庭里，母亲对这个或那问题持一种看法，而父亲则持完全相反的看法！这就更不用提及远亲对这个问题的看法了。

青年男女则按照自己的想法去对待这些矛盾：他们亲自或多或少地尝试到性生活，而后把这种体验与在书中读过的或在电影中看到的联系起来，还把这些与大男女朋友所讲述的故事相比较，装出无所不知的成年人的样子。实际上，不管小伙子或姑娘都还未成熟，由于他们的自傲和有意班门弄斧妨碍他们坦率地提出“令人讨厌的问题”和得到应有的坦率的回答。这些青年的状态，在布拉格性学研究所的伊·什波娃医生的实践中有过相当典型的描绘。

最初，病人给医生寄来一封信：“我对付姑娘一向是成功的，在性生活方面我从来未发生过问题，但十二月，我患了一次感冒，从这时起，和姑娘的关系发生了困难。”这个学生应邀来到研究所，他肯定地说，他在智力和才能上不突出，考试经常不及格。他说自己的女友是现代派，与小伙子处得很成功，有各方面的经验。此外，他对自己，对自己的女友再没说什么，要求说：“请给我开个处方，给效力大的药，使我……”后来几次来就诊时，都要求效力大的药，并拒绝把自己的女友情况介绍给心理学家。他说，一点也不能让她知道自己的困难，否则他会在她的心目中降低人格。

突然间发生了骤变。有一次小伙子来就诊，他痛哭流涕地承认，他想自杀以了此一生。从谈话中才弄清楚，他从一开始就没讲实话。事实上，他的学习很好，对哲学和诗都酷爱到入迷的程度，他自己也写诗，在他和目前这个女友见面之前，从未接触过任何姑娘。当同学们吹嘘自己的恋爱奇遇时，他甚感难堪，至今自己还是个童男。这个青年觉得，他的姑娘喜欢的只是威武英俊的小伙子，他对自己很不自信，并担心，如果他把一切实际情况都告诉她，她会抛弃他。这个姑娘，开朗、热情、好交际、自信、我行我素，使他觉得她在恋爱问题上是个老手，致使他竟决定装扮成在考场上经常失利的智力不高的人。伊·什波娃医生注意听取了这个年轻人的自白，并劝告他也如此真诚地向姑娘承认一切。

过了一段时间，他们一起来到研究所，幸福得容光焕发。他们互相推心置腹讲明了俩人都是处在相同状态：姑娘和小伙子一样，没有过任何性生活体验，但她却装出自己“老练练达”，尽力使男朋友把自己看成无所不知的“现代妇女”。最后，年轻人愉快地互相嘲笑了一阵。曾经如此折磨青年学生心灵的一切想象出来的“困难”，迅速烟消云散了。

男女青年结识时，往往产生比较复杂的误会，没有专家的帮助，要解决这些误会，有时是不可能的。有些青少年选择电影或电视主人公，通常选择“西方模特儿”作为自己的崇拜偶像，开始给自己提出无意义的要求。姑娘在这

些电影电视“模特儿”的影响下，也同样产生一种印象，所有小伙子天生就应如此，而不是别的样子。她们首先表明，期待他们的是“性的能手”。不过青少年很快认识到，他们的性能力比电影电视主人公是不“足”的，于是就去咨询单位要求他们给开“高效药物”，这还有什么令人惊异的呢！

许多现代姑娘，从言谈中了解到，她们认为抚爱是不合时宜的，而年轻小伙子则不把自己的姑娘看作未来的母亲（看得出，这里说的就是上面提到的把妇女的作用分成爱人和母亲之别）。如果姑娘确信，小伙子在床上是无能的，那她便不会像母亲般地抚爱他（当然，抚爱会解决一切问题），而会扬言要与他断绝一切亲密的关系。无论是男的还是女的，如果纯粹是为了性欲，在相互关系上，都是异常残酷的。青年人要求他们期望的和所听到的一切，包括性的关系，都是臻于完美。但是在生活中，没有十全十美的东西，也不可能有，不管青年人满意与否。

实际上，在这个时期，姑娘感情上的需要，大大超过第一次隐秘的接近。问题在于姑娘从孩提时起，就准备成为母亲，虽然她自己没有意识到这点。这就是为什么女子感情要比男子成熟得快，而女子得到性的充分满足则要比男子晚些。有的青少年认为，姑娘把性行为看作是男人力量的表现，这也是荒谬绝伦的。对于这点，姑娘一般最后才去考虑，性行为本身通常一开始不会给她带来任何快感。为此，她狂热地期望其他形式的爱：温存、抚爱、关

心，在此基础上加快姑娘的心理和性方面的成熟。而相反，小伙子强加于姑娘的过早的性生活，可能延缓或长久地破坏这个发展进程。

孩子和父母的关系问题

年轻姑娘在和父母亲的关系上常常产生各种各样的问题。其实，公正地说，父母亲往往也不能成功地解决自己和成年孩子的相互关系问题，即使他们（父母亲）不愿承认这点。孩子降生在这个世上，渐渐长成愈来愈独立的大人。当他一生下来，还躺在母亲的怀抱中，完全依靠母亲时，就与家庭其他成员（父亲、祖母、祖父、哥哥、姐姐们）开始接触，之后，他要有小朋友，再往后，和同龄人交往，最后，成为独立的一员，也就是我们在此处和下面按术语所称的伙伴。小孩儿这样连续不断地接触人的世界，父母对此是无法改变的。阻碍孩子独立活动能力的发展，就像那些人不让会走路的孩子下小车一样，这样做是很不明智的。随着孩子的成长，无微不至的照顾越来越成了孩子的累赘，当孩子成熟时，就不愿意要父母亲的任何照顾。我们认为，孩子对父母的依赖逐渐下降，而双方又不会发展成对抗，只有这种教育才是成功的。以后，当孩子长大成人时，和父母形成了和谐的关系，才可能培养出小辈敬重长辈的真正友好感情。

有很强的独立性的青年人应当明白，他们的父母经历了这所生活大学校，有一定的经验和多年积累的智慧。但

从另一方面看，父母也必须重视自己孩子的无经验和缺乏了解青春的特点，无疑这不仅可以帮助父母和孩子一起重新体会，而且在某些事情上还可以纠正在孩子身上重复出现自己的糊涂思想和错误。

和父母同住在一起的成年孩子，理所当然应对家庭生活作出自己的贡献，父母在这个问题上要坚定不移，要求孩子积极加入家庭的经济活动。当孩子能够自食其力时，还要对成年的孩子给予全面的物质上的关怀——有些父母亲认为他们自己曾生活得差劲，所以得让自己的孩子过得好一些，这就必将造成孩子自己不能满足自己要求的想法。这样成长起来的孩子结婚时要什么有什么，而结婚后，一旦碰到自己所不能解决的物质困难，就会感到自己受憋，由于他已养成依赖心理和缺乏自知之明，遇到一点小事就会轻易发怒。为了将来顺利地处理家庭关系，重要的是让孩子尽早学会合理支配钱和对生活中的物质方面形成基本概念。

正如我们下面要说的，家庭，一般来说是形成未来夫妻爱情关系的最重要因素之一。父母亲不仅能够对自己孩子选择伙伴施加影响，而且还能及时影响和告诫年轻人行为中可能发生的错误。问题在于对待与父母关系紧张的孩子，也要用最强烈的感情和他接触，激发他听从大人的意见。

父母亲和孩子之间的友好关系本应就是友好的，不容有丝毫的莫名的嫉妒或自私自利的想法。感情丰富的人能与自己双亲保持最亲热的关系，而且他不会让这种关系产