

女人需要什么

〔美〕路易丝·艾奇鲍姆 等著

苏格 金宵 译



学院图书馆

3.1

妇女出版社

编者的话

新中国的女性是幸福的。社会主义社会的建立，为妇女的解放铺平了道路。在法律上，国家已经给了妇女很多很多。

然而，当代女性仍然面临着许多的困惑与问题。

作为社会的成员，国家繁荣与发展负有责任。怎样才能实现社会的期望，挑起“半边天”的重担？

作为女人，她要结婚，做妻子，生孩子，做母亲。怎样才能获得婚姻的美满与家庭生活的和谐？

特别是，双重角色的冲突，使不少职业女性神情疲惫，举步维艰，怎样才能摆脱这种困境？

所有这一切，都要我们去探索。探索需要理论，探索需要实践，探索还需要进行比较和借鉴。

我们选了国外一些有关妇女问题的书籍翻译出版，编辑了这套《女性的世界》，仅供广大妇女工作者和对妇女问题有兴趣的读者参考，

这些著作的观点未必精当，但对于了解国外有关情况，对于开阔视野，是有裨益的。

中国管理科学研究院 王行娟
妇 女 研 究 所

1989年5月

前 言

“妇女治疗中心”于1976年4月8日在伦敦开业，它是为妇女和她们的家庭提供心理治疗和咨询服务的。就其种类和范围而言，在大不列颠它是属第一家，因此我们很快就被来自全国各地的妇女们的咨询所淹没，这是我们照顾到妇女特点的反映。妇女们谈论着那些占据了她们一生的感情上的困扰——她们的婚姻，独居，她们在工作中所遇到的困难，以及女性特有的本质，做母亲，做主角的渴望和想要抓住一切可能改观的机会。在近六年中，数以千计的妇女：年轻的、中年的、还有老年的，来到这个中心，让我们了解了她们脑袋里想的是什么，心中又装着什么。随着“中心”的发展，我们的足迹遍布了整个英国。心理健康协会、妇女研究计划和妇女小组，它们为“妇女治疗中心”所做的工作是很有意义的。

在妇女治疗小组中和专题讨论会上，妇女们学习怎样评价自己的经历，重新思考她们生活的各个方面以及她们感情上的渴望。那种由于不同的阶层背景，不同的生活方式，不同的

职业，不同的年龄，甚至不同的性适应能力而存在于女性之间的隔阂，随着妇女们在一起讨论她们共同的感情问题和心理体验而消失了。每一位女性是怎样度过她的一生的，这个表面上看，答案是非常不同的问题，在讨论之下，小组中的其他妇女都有着同样的问题，同样的解释，有着同样的斗争经历和忧虑。倾听着彼此对这些问题的诉说，女人们认清是什么在困扰着她们，并从中得到支持和勇气，以实现她们期望的改变。

参加“中心”活动的妇女们，通过剖析她们自己和她们的所关心的问题，确定了“中心”的发展和方向。而治疗专家在分析我们所遇到的女性一生的期望和痛苦之后，受到了启发，又促使我们的计划不断地加以完善。从属性是许多妇女关心和困惑的主题。为了更深刻地理解这一主题，我们反复思考着我们自己的经验，和那些经过我们长期个别治疗的顾客的经历。我们反省着，这一有争议的问题是怎样在小组中流传开来的，我们探索男女友谊之间存在着哪些问题，并且开始有意安排一些讨论会，将焦点直接对准这一主题。

在妇女解放运动的最初阶段，人们就开始将妇女在生活经济地位及其对妇女感情上的影响相互联系在一起了。在我们这个文化环境中成长起来的妇女，从小就被教导要在感情上依附于男人。谁都明白婚姻就是这样一种契约——妇女必须干家务活，要照顾家庭和孩子；而男人们则要赚钱，要保证有足够的开销。由于没有其它的抉择，许多妇女对婚姻不满意，也只好忍受它的煎熬。就是在今天，许多希望选择分开生活的男男女女们，仍旧继续生活在一起。这不仅仅是因为经济结构单一，还有变得越来越衰弱的问题，她们别无选择。妇女劣等经济地位问题是妇女运动最先引入争论的问

题之一。现在尽管很多妇女已经达到了自食其力，但是这场争论远远没有胜利。在同样的职业范围内，妇女仍旧比男人挣钱少得多，妇女仍然是最后一个考虑被雇佣，第一个考虑要解雇的人。经济结构的确与感情范畴相关联，但绝不是机械地联系在一起。

我们遇到过许多女性都已经在经济上取得了独立地位，并运用这种独立去削弱她们对男性的依赖。但是她们依然在不停地寻找那种彼此间相互亲密的关系，只是不允许她们自己感觉到她们在这种关系中是从属物。一种新观念正在妇女运动中形成。那种由于经济上依赖他人而使妇女感到受伤害的做法，已被视为过时的风尚，不是真正的男女平等主义者，而是太迷恋于浪漫，并过多地要求他人隶属自己，等等。妇女们都极力抨击她们的从属性质，并尝试得到解脱，不再沉醉于那种本来已是很亲密，仍时时要求部份或全部都处于一种更加强烈的甜腻又更加富有戏剧性的关系之中。妇女们开始认识到，亲密的关系往往会产生种种更加可怕的感觉。与其相比，刚开始与一个新的朋友保持亲近可能要融洽、安全得多。妇女寻求经济上的独立，只有这样她们所建立的感情关系才有可能完全是另一副样子。

我们在伦敦“妇女治疗中心”和在纽约两地的工作，使我们懂得了解决妇女从属性的“问题”绝不是一件简单的事情。这不是说，那些以前不能养活自己的妇女，现在已经成功地通过协商，不再渴望得到那种双方的交流、感情上的相互依赖以及被养活的关系。那些能够自食其力或者还不能够自立的女性，仍旧流露出对感情上的依附性困惑不安。这表明了经济范畴和心理范畴的内在联系比表面现象要复杂得多。那是因为卷入了男女关系之中的妇女发现：尽管她们自己已

经发生了巨大的变化，但是与她们有关的男人却没有变。女性的这种人身自由的发展，很显然会迫使男女间的争端公开化。男性正在从行为上进行调整以适应女性的要求。但是男女关系的变化远远超出了要求男人做饭看孩子这类事情。男女之间的心理状况还不可能象描绘地图那样叙述得清清楚楚。实际上，对于男性来说，就象解除了他们的义务感那样，他们被剥夺了进行个人或政治的深刻变革权利。对女性来说，妇女运动为我们提供了一个可以停泊的海岸。其意思是在男女关系中感情是发展了而不是压缩了，感情的关系得到了正确的评价。由于我们认清了从属性，我们就可以去依赖朋友和心爱的人。我们懂得了从属性是男女都会遇到的问题。我们知道在生活中友谊和爱恋是多么重要，而且在我们成长中和自我发展中给予了多么大的支持啊。因此我们不需要回避从属性的问题。希望弄明白怎样去看待这个问题，即对于女性来讲，与其说要摒弃依靠，还不如说渴望得到依靠。同时我们也扪心自问：男性是怎样控制这种依赖于他人的需要的。

作为心理疗治专家，我们很清楚，我们对于那些与感情相关的问题所持的观点是复杂的，而不是一目了然的。假如我们可以透过字的表面含意来看这些问题：从属性、爱、供养、需要以及不安全感，也许我们会弄明白是什么东西在主宰着女性（还有男性）的世界。在实践中，我们不断听到来自顾客的种种不安全感，由于妒忌、竞争、猜忌而产生的压抑感和相互不信任感。在每一位女性心灵深处都有一块与世隔绝的、隐藏很深的、只属于她自己的小世界，在那里她感到被遗弃，被排斥，并感到自己幼稚孩子气。我们不得不反问自己：假如社会暗示妇女就是从属物，那么为什么有人在她

们身边时，她们仍然感到不安全呢？要是妇女的依靠已不成问题：那么为什么有的女顾客要花几个月的时间来治疗，让我们了解她自己的从属性问题呢？在过去的十年中，从属性这一论题好象已成为大西洋两岸女性心理学的核心问题了。

从属性问题，最早还是在我们治疗诊所萌发而显示出来的。在那些日子里，我们讨论着为什么在治疗过程中我们会感到：女性要引起他人的注目是多么困难。认真地去听取她们的意见，真诚地对待她们，为她所动情并去关心她们，这些对女性来说是多么的陌生。我们开始注意到有个别的顾客试图与治疗专家交换彼此的关心和照顾。经过三、四次这样的交流后，顾客感到她的需要已经得到了满足。随后我们看到的是：一个又一个曾有过不愉快经历的顾客逐渐领悟到，只有我们才真正关心她和她的事情，但她们还是怀疑我们对她的关心和照顾是否可靠。慢慢地我们澄清了这个问题，即在人际关系中，妇女容易去注意他人，容易去听别人演说，当她们处在给予一方时从容自然；而当她处于接受一方时却很拘谨。总之，我们所看到和接触到的事实是妇女极力抑制她们需要有依靠。如果她们把这种需要放在第一位，她们会表现出害羞和厌恶自己的情绪。有好几次，我们都听到我们的女顾客自以为她们不会，也不可能指望从别人那里得到关心和注意了；她们应该自己关心自己，她们需要被当做弱者或孩子般地看待。同时她们又说，假设有其他人需要她们的话，她们一定会随叫随到的。这是多么明显的不平衡呀！这种给予的需求和接受的困难是我们所遇到的每一位妇女的共同特点，这使得我们把这一问题当做妇女心理学发展的核心问题。当我们将观察到的这一现象带到妇女小组中去讨论时，她们才真正认识到并承认我们的观察是正确的，无限感

叹地说道：这不是一件个人的事情，而是涉及到我们大家。随着妇女心理学上的疑难问题一一被阐明之后，妇女们彼此间相互了解了，也就可以既能为对方解除痛苦，又能保持亲密的关系了。当母亲、女儿、祖母、青少年，中等阶层的妇女、劳动阶层的妇女，同性恋的妇女以及异性相恋的妇女都能够把别人的痛苦当成是自己的痛苦时，那些将不同经历的妇女分隔开来的种种障碍就会消逝得无影无踪了。我们不断惊讶地发现，女性在她们个人的生活环境中如此地不受重视，已成为存在于全体女性生活中非常相似的感情问题了。我们对从属性这一问题的看法又不断地被那些和我们有过交谈并得到治疗的妇女们的肯定。

在本书中，我们总结了所有同我们一道工作过的妇女们的经验。也就是说，你可以看到不同年龄的妇女的经历。她们中间有些人已经结婚，有些是单身，有些同别的女性住在一起。她们的开诚布公使我们能够将千变万化的人生经历所派生出的从属性各个方面的问题集大成以览读者。我们非常珍惜从顾客那里学到的东西，并希望我们目前的对女性和男性心理学，对它们之间的互相作用，对男女关系的推论及女性之间友谊关系的推论，等等，阐述清楚并能够引起你的共鸣。琳达·郝利有创见地编辑了此书，作者对她的帮助谨致谢意。

目 录

前言.....	(v)
1. 被禁锢了的感情：女性和	
依赖性.....	(1)
四个女人的命运.....	(1)
家庭留下的永久烙印.....	(21)
2. 一大忌讳：男人的	
依赖性.....	(34)
男人的神话.....	(34)
男人的困难和恐惧.....	(31)
缺陷与忌讳.....	(30)
3. 恰恰现象：夫妻关系中	
依赖动态的认识.....	(57)
恰恰现象.....	(50)
堕入情网.....	(74)
自恋需要.....	(76)
自恋自居作用.....	(78)
感情的转移.....	(80)
4. 性和依赖性.....	(86)
性依赖的困惑.....	(89)
感情满足的复杂因素.....	(105)

5. 怀孕对依赖动态的影响.....	(115)
移情的女人	(116)
婚姻变奏曲	(119)
6. 女性间的友谊.....	(127)
女朋友的依赖	(128)
多变的友情	(132)
分离与亲近	(138)
友谊与竞争	(144)
7. 新趋势.....	(152)
改变观念	(152)
正视现实	(160)
现代尝试	(168)
未来的设计	(173)

1. 被禁锢了的感情：女性和依赖性

“我所需要的一切就是要知道并确定有某个人为我而生存；那样我就可以去休息或离开或去做我自己的事情。”

四个女人的命运

海伦27岁了，是个会计，未婚女子。她以前曾和鲍勃住在一起，但是两年前他们分手了，从那以后她又与许多男人有过约会。我们看到她正准备外出与保罗进行第一次真正的约会。保罗35岁，是离过婚的社会工作者，也是海伦一星期前在一次偶尔的相遇中认识的。这是一个星期六的晚上，海伦悠闲地在洗漱间梳洗打扮。整个下午她都在麦克西商店中买新鞋子，新皮带和新围巾，为今晚的约会作准备。她早已被这次约会弄得神魂颠倒了，以至一整天都没怎么吃东西。她已经感觉到他们有可能会“堕入情网”，并在一起度过美好的时光。她还幻想会见他的父母，也把他引见给她的父母，并使夏日在火利岛上的度假充满香槟味。

六个月之后，保罗和海伦常常见面。但他们的关系早已失去了原来的光辉。海伦受到了挫折，感到失望，她开始疑心他们分开的晚上保罗是怎样度过的。她变得非常粘糊，认为只有他们住在一起关系才能好转。她特别嫉妒鲁娜塔，她是保罗的一位同事，并猜想他们在一起一定很快活。私下里她也害怕保罗离开她跟鲁娜塔好，因为她相信鲁娜塔一定更有趣，更能够满足保罗想要得到的一切。

海伦一味地顺从，并没有意识到这对于她来讲是何等的困难，又是何等的可怕。她感到的那种空虚促使她梦想能过上一种精心制造的幻想中的生活。在他们首次约会前，保罗就已是那位将要来到她身边，使她起死回生的白马骑士了。正象女人所受到的早期教育那样，海伦把注意力都集中在他人身上，她无法感觉到自己的力量并具有安全感，实际上，正是由于她自己不能肯定自己的需要和自己的能力，她才幻想出一个理想关系的世界。在她的内心深处，她对自己的力量没有信心。从小她就知道，只要是男人的意见，她就该去办，该抛弃并中止她已过惯的生活。造就一种什么样的生活方式才能适合她，而这种方式又怎样才能反映出她是谁。她已经对弄清楚这个问题丧失了信心，反之她所受到的教育是让她依赖于她未来男人的生活方式上。她的依赖性已在她日常生活中变得很明显了。现在当她独自一人时，她对于她应该买什么刀具都踌躇起来，不敢肯定她到底喜欢哪一套，而以前当她离开鲍勃时，她曾经是那么固执己见，对自己那一套想法又是多么肯定。那时她是很清楚她需要什么，对自行其事并不感到可怕。

当海伦独自一人时，她感到不可能建立起真实的生活。因此她开始生活在一个着色更浓的幻想世界中，一个多少她

能够控制的世界中。海伦个性中相反的一面得到了发展，且远远超出了她真实生活的范围。她梦想有一个谁也无法进入的世界，在那里一切关系都象早已设计好的那样，象电影里一样，在那里她可以控制得更加自如，并感到更加安全，更加有保障。

退入她自己的小世界中，她看到了她的生活到底是个什么样子，但她的看法是极其偏激的。她将她与保罗分离的原因归罪于另一个女人鲁娜塔。但是保罗从来没有对鲁娜塔产生过兴趣，他对海伦的嫉妒感到莫名其妙。海伦诅咒鲁娜塔，她说：她与保罗之间的困难是来自鲁娜塔的威胁。当她渴望亲亲密密的时候，她总是怀疑她能否信任保罗。她错误地认为有明显迹象表明他在躲避她，想彻底离开她。她提心吊胆地过日子，深信感情之斧必将砍下来，使她又要重新遭到冷落。

凯蒂一直没有结婚，直到37岁那年，她在去欧洲的旅途中遇到了彼得。在那以前凯蒂在城市里的一家公司工作，一直具有非常独立的个性。她决心不要凑合的婚姻而是等待，直到她遇到一位能够引起她内心深处强烈的、热烈的爱的男子。凯蒂和彼得在建立关系的头两年就好象生活在蜜月似的狂喜之中。他们下班后急切地想见到对方，一起聊天，散步，做爱，拜访朋友，好象有使不完的劲。只要他们能够找到机会，他们就躲开大家，浸泡在欢爱之中。他们相处的第三个年头，凯蒂与彼得长谈了几次，并做出了这样的计划，凯蒂辞职做个自由的作家。对于这项计划是否妥当地她没有把握。此时是经济不稳定时期，她却要中断历来有保障的工作。另外特别是彼得所挣的钱比她在那个岗位上所挣的钱还要少些（他们并没有分开花钱，但是他们已把日常的花销降到了

中等以下的水平)。她绝不是厌倦了工作，而是想迎接挑战，使之重新开始依靠自己。彼得是一个工会代表，因公需要他出差一周，但此时凯蒂又刚好放弃了原来的工作，因此凯蒂有一种被遗弃的感觉，甚至不知道如果没有他，她将怎样度过这一星期。她不顾一切地忙着重振旗鼓再度工作。实际上她在这整整一周里，只有一个晚上有空闲。她感到非常沮丧、委屈、弱不禁风，一想到就要开始靠自己生活了，她就惊恐万状。彼得一周后疲惫不堪地回到了家。他采取了退让和分离的办法。事后他说他离开凯蒂一周简直是糟透了。他回来后不久就感冒了，接着又在踢足球时受了伤。他在家躺了几个星期。凯蒂照顾了他，是他最可靠的人。他很快就好起来，但是从此以后，他们之间的关系起了巨大的变化。在这之后的几年中，凯蒂对彼得时时猜疑，并有点看不起他。她觉得他不可能象过去那样真诚地将一切都奉献给她。她还怀疑她是否正确地估计了他们之间所失去的东西。她变得日益需要依赖这种关系。她长这么大了却从来没有比现在感到更加不安全。某些迹象表明他仍旧爱着她。

凯蒂痛苦而惊诧地发现，只要她不处于那种紧密的关系之中，她就可以一直保持独立。然而当她刚一敞开心扉接受这种紧密关系时，所有一切隐藏着的和被禁锢了的依赖要求就一起涌向了她的，把她淹没。她陷入了强烈的绝望情绪之中，并迁怒于彼得。她对于这种状况十分恼火。她曾经参加过妇女小组，认为她已经克服了这种无能为力的感觉。不合时宜的分离，再加上她离开了工作岗位，这对于她来讲，就意味着她已不属于自食其力的人了。与此同时，她又失去了精神支柱。她认为这个支柱应该来自彼得。失去了这种支持感、独立感之后，她就象堕入了深渊，十分压抑，同时感到她在

为自己决心而战的时候根本没有武器。当她找到的有固定收入的工作在各方面都达不到她的目标时，她又感到了害怕。她对遭人拒绝已变得非常敏感。她的自信心彻底垮掉了。

这一连串的不幸事件打破了凯蒂的平衡心态。她被就事论事地解释为受感情与忧虑的困扰。神经通过触动，感情得到了升华。已被粉碎了的自信心，在凯蒂与彼得相好的几年以后，她又恢复了原来的样子。抛开合理的，有意识的和生活经历这一层不讲，就凯蒂的潜意识而言，它就声张了正义。怀着重新待人，重新确定生活目标的心情，凯蒂又重新与彼得生活在一起了。她象婴儿学步那样迈向独立。

当我们刚刚来到这个世界时，我们需要完全地依赖他人。没有食品，没有身心的关怀，或没有感情上的支柱，我们就不能成长。感情与我们的生存有着如此重要的关系，所以婴儿在没有足够的人们的关怀下就无法发挥他们潜在的生命力，甚至会停止生长直至死去^①，无论是谁首先关心我们，或自始至终地关心我们——通常是我们的母亲——将会成为我们精神上的核心支柱，我们的生存也正是有赖于她。我们与她融为一体不分彼此。她在感情上给予我们的一切将组成我们精神的和人格的最基础的实质。是她的爱和关心铸成了我们的人格，这种爱和关心与抚养我们在身体上的成长的作用是相同的。她的身影充满了我们的世界。我们的第一次经验，我们的欢乐与痛苦，都发生在她所造成的感情环境中。我们为她而狂喜，被她所迷恋，也非常非常地需要她。由于早期的交往所致，我们的个性都深深地打上了她们独特性格

^① 引自瑞恩·A·斯皮茨所著《生命的第一年：人们直接关系的正常与逆反发展之心理分析研究》（纽约：国际大学出版社，1965年出版），第278页至284页。

的烙印。母亲以何种态度对待我们，她又以何种方式来表现自己，以及外面世界是如何呈现出它的面貌的，这些都将给我们以深刻的影响。母亲成功地与他人交往将传染给我们，使我们渴望同他人建立联系。如果母亲忧虑重重，那也会传染给我们，使我们在面对一种新型的人际关系时感到不自在，不肯定。

每一位母亲都无法隐瞒她的需要以及她的孩子的需要。每一位母亲都感到孩子要依赖她。在这当中有欢乐，也有厌恶，这又是多么的矛盾呵。每一位母亲都在担心自己是给予的太多了，还是太少了。每一位母亲都知道什么时候孩子是绝对需要她的，什么时候她必须放手。每一位20世纪的西方母亲所获得的心理学方面的知识，足可以使她感到，她是能够对她孩子的心理健康负责的。母亲的关心和重视构成了孩子走向大千世界的基础。当孩子能够移动身体去观察他们周围的世界时，他们就会让母亲知道他们对母亲所需求的方式已经不同了。身体的成长同感情发展的变化是相辅相成的。孩子受到他人的吸引，开始在他人那里寻求以前由母亲所提供的需要。这个蹒跚学步的小孩子正在迈出走向分离成为他或她自己进程的头几步。这一过程贯穿着我们的一生。但是以发展观点看问题的心理学家将这一过程明确地分成三、四个阶段。在这些阶段中如儿童期和成人期，我们都有某种感情上的稳定和以摸索向前发展成为进入其它不同的感情阶段的序列。这些阶段的第一个时期就发生在8个月至30个月之间。它被称做分离与独处阶段^①。在孩子从他母亲的

^① 引自玛格丽特·S·梅乐，佛里德佩尼和安妮伯格门所著《婴儿的精神诞生：共生与独立性》（纽约，贝斯克书局1975年出版），第3、33、34和54页。