

婚姻与心理卫生

曾文星 徐静 著



人民卫生出版社

婚姻与心理卫生

李心博 著



人民教育出版社

婚姻与心理卫生

曾文星 徐 静 著

人 民 卫 生 出 版 社

(京)新登字081号

婚姻与心理卫生

曾文星 徐 静 著

人民卫生出版社出版

(北京市崇文区天坛西里10号)

河北省遵化县印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092 毫米 32 开本 4 印张 2 插页 87 千字

1992年4月第1版 1992年4月第1版第1次印刷

印数: 00 001—3 500

ISBN 7-117-01672-8/R·1673 定价: 3.25元

〔科技新书目261—224〕

〔作者简介〕

曾文星

台湾台南人

国立台湾大学医学院医科毕业

台湾大学附属医院精神医学专科训练

美国哈佛大学医学院精神科进修

美国精神医学学会资深学者

曾任：台湾大学医学院精神科讲师

美国夏威夷东西文化中心研究学者

现任：夏威夷大学医学院精神科教授

北京医科大学精神卫生研究所客座教授

南京儿童心理卫生研究中心顾问

世界精神医学协会文化精神医学分会会长

著作：最新精神医学

心理治疗：原则与方法〔修订版〕

文化、心理与治疗(Culture, Mind, and Therapy)

文化与家庭：问题与治疗(Culture and Family:
Problems and Therapy)

文静心理卫生丛书(十二册)〔正陆续出版中〕

编著：中国文化与心理卫生(Chinese Culture and
Mental Health)

亚洲之家庭与心理卫生(Asian Family Mental
Health)

亚洲与太平洋各地之自杀行为研究(Suicidal
Behavior in Asia and the Pacific)



徐 静

广东蕉岭人

国立台湾大学医学院医科毕业

台湾大学附属医院精神医学专科
训练

美国哈佛大学医学院精神科进修

美国精神医学学会资深学者



曾任：美国夏威夷东西文化中心研究学者

夏威夷大学医学院精神科教授

夏威夷圣法兰斯医学中心精神科主任

太平洋家庭心理卫生研究所所长

现任：主持夏威夷家庭心理卫生诊所

夏威夷大学医学院精神科临床教授

夏威夷家庭关系协会会长

著作：精神医学

合著：最新精神医学

心理治疗：原则与方法〔修订版〕

文化与家庭：问题与治疗 (Culture and Family:
Problems and Therapy)

文静心理卫生丛书(十二册)〔正陆续出版中〕

序

· 为了促进中国人的心理卫生，出版大众化的书刊，用通俗的言语，介绍有关精神卫生的专科知识，使一般人均能阅读了解，以促进大众的心理健康，是我们多年来的愿望。这本《婚姻与心理卫生》便是在这样的构想下写的。这次能由人民卫生出版社出版，以便使众多的中国人民能普遍使用，我们很高兴。

随着现代化的潮流，世界各地的社会与文化正在改变，人们的思想与生活方式也跟随着变迁；特别是有关婚姻的观念、制度及夫妻关系，也受现代化影响，有显著变化。如何配合这些变迁，来维持健康的婚姻与家庭生活，乃是人人所关心的事。

在这本书里，我们首先说明婚姻的本质，探讨婚姻对象的选择，包括交友、恋爱及择偶的要领。然后，详细分析婚姻关系的各种层次，研讨夫妻关系的发展阶段，澄清有关夫妻性生活的基本观念，夫妻应具备的性知识与了解。最后，更研讨各种婚姻关系之心理问题，并利用实在个案来详细分析，说明如何早期发现婚姻问题，及补救、改善的方法。

我们相信这本书不但对正在恋爱的男女青年有用，对于新婚及结婚多年的夫妻也有所帮助。希望此书能促进大家对人生最重要的婚姻关系能有更深入的了解，并由此体会如何去建立及维持美满的婚姻生活。

本书之简稿曾获北京医科大学精神卫生研究所所长沈渔邨教授之热诚推荐，在《中国心理卫生杂志》里，以特约系列

讲座之形式刊登，谨在此向沈所长致谢。

我们希望此书能促进大众的婚姻美满，家庭快乐，以更积极地贡献社会！

曾文星 徐 静

1991年6月5日

前 言

这本书是“文静心理卫生丛书”的第二分册。婚姻是成人生涯的开始，是年轻人最关心的一件事。从家庭的眼光看来，婚姻关系是家庭各种人际关系里的主轴，只要婚姻成功，家庭也就跟随着幸福，而人生的大半也就顺利。所以，第一分册：《了解你自己》一书首先介绍心理与行为的基本知识，帮助大家能了解你自己以后，接着这本第二分册就着眼于婚姻，谈论婚姻的心理卫生，是有其特别用意的。

在这本书里，我们首先阐明婚姻的本质与真象。然后对婚姻对象之选择，包括交友、恋爱及择偶的要领作详细之心理探讨。接着，仔细分析婚姻关系的各种层次，研讨夫妻关系的各阶段发展。然后，澄清有关夫妻性生活的基本观念，及应具备的性知识与了解。最后，详细研讨各种婚姻关系之心理问题，及如何发觉、补救及改善婚姻问题。

我们相信这本书不但对迟早将恋爱、结婚的男女青年有用，对于新婚及结婚多年的夫妻也有所帮助。希望能促进大家对人生最重要的婚姻能有更深入的了解，并由此体会如何去建立及维持美满的婚姻生活。

曾文星 徐 静

目 录

第一章 婚姻的本质与真相	1
一、婚姻的重要性	1
二、婚姻的定义	2
三、婚姻的各种制度	2
四、婚姻的功能	5
五、婚姻心理的各种角度	7
第二章 婚姻对象的选择	10
一、选择对象的方式	10
二、恋爱的心理分析	11
三、择偶的基本考虑	12
四、择偶结婚的动机	15
五、择偶的考虑因素	17
六、找对象的方法	24
七、交友恋爱的要领	25
第三章 婚姻关系的分析	33
一、夫妻感情	34
二、夫妻关系	36
三、夫妻角色	37
四、夫妻沟通	39
五、夫妻性关系	41
六、夫妻生活关系	42
第四章 夫妻关系的发展	44
一、夫妻关系的发展阶段	44
二、夫妻关系的变化：外遇、离婚与再婚	50
第五章 夫妻性生活	55

一、澄清对性的基本观念·····	55
二、常见的夫妻性生活问题·····	56
三、具备正确的性知识与了解·····	58
四、注意性生活的养护与卫生·····	60
第六章 婚姻心理问题·····	63
一、婚姻问题的来源与性质·····	63
二、婚姻问题的表现与过程·····	74
第七章 婚姻问题的个案分析·····	77
一、妈妈的“儿子”，不是妻子的“丈夫”·····	77
二、吵吵闹闹，相争不让的夫妻·····	81
三、与子女发生“三角冲突”的夫妻·····	87
四、到了中年才闹婚姻问题的夫妻·····	91
五、闹婚外情，情感发生波折的夫妻·····	95
六、经“外婚”想解决心理症结的夫妻·····	99
第八章 婚姻问题的补救·····	102
一、婚姻问题的发觉·····	102
二、婚姻问题的补救原则·····	103
三、婚姻问题的改善方法·····	109
四、婚姻问题的辅导·····	113
第九章 健康的婚姻·····	115
一、健康美满的婚姻·····	115
二、美满婚姻的维护与卫生·····	119

第一章 婚姻的本质与真相

一、婚姻的重要性

我们常说，婚姻乃是终身大事，很重要。可是，很少有人对这个关系一生的重要问题，作详细和系统的了解，使我们能很好地择偶结婚，组织家庭，并实行有关婚姻的心理卫生，维护婚姻，使这件终身大事能在我们一生中较为顺利美满地进行。

我国古代的《易序卦传》里曾说：“有天地然后有万物，有万物然后有男女，有男女然后有夫妇，有夫妇然后有父子，有父子然后有君臣，有君臣然后有上下，有上下然后礼仪有所错。夫妇之道，不可以不久也。”可见我们的人伦社会，乃以婚姻关系为其基础。

一个人在其一生当中，会经历、体验并维持各种家庭人际关系，包括与自己父母的亲子关系，与同胞的关系，夫妻关系，与自己子女的亲子关系等等。就其中，哪一种关系是维持最久，关系最深刻，影响我们生活最深远的呢？虽然我们的文化背景，在习惯上让我们养成一种观念，认为亲子关系是很重要的，但假如我们仔细想一想并加以比较，不难发现，实际上，夫妻关系是我们生涯中，彼此相处最长，关系最密切的家庭人际主轴。特别在现代化的社会，人们的寿命大为增长，一般在70~80岁。而一般夫妻生活，朝夕相处，共同生活，至少要经历五六十一年。至于与自己的父母也好，或与自己的孩子也好，其亲子关系虽然很重要，影响也很深

刻，但生活在一起的年月，一般说来，顶多不超过20年。换句话说，在现代的家庭生活里，各种人际关系中，夫妻关系乃是年月最长且影响最深的家庭人际主轴。

虽然在我们现代的人生里，婚姻关系显得更重要。可是，由于工业化、都市化、现代化，使现代社会结构与人际关系大大地改变，而直接或间接地影响并改变我们的婚姻关系与家庭制度，使我们更需要去重视婚姻生活、夫妻关系、维护家庭。

二、婚姻的定义

什么是婚姻？婚姻的目的是什么？恐怕不必用定义说明，是人们都知道的常识。大家知道，所谓婚姻是指：男女两人，决定结为夫妻，长年相处，生育子女，共同经营家庭生活。很简单，也很清楚易解。可是，假如我们想进一步有深度地了解婚姻，那还得从各种角度来探讨，才能增加我们对婚姻的真正认识。

首先让我们从人类学的角度来探讨，在人类的各种各样社会与文化环境里，以及在历史变迁的历程上，婚姻是否都一样；然后从社会学的眼光来看看，婚姻实际上有什么功能。最后，从心理与生活的角度，来仔细分析婚姻的各种层面，以帮助我们对婚姻较有系统和透彻的了解，进一步领会如何去使我们的婚姻满意。

三、婚姻的各种制度

专门研究世界各地不同社会与文化环境的人类学家，根据他们的研究观察，在这世界上，随着不同的习俗与文化，有各式各样的婚姻制度，显示婚姻的形式与社会文化有密切

关系。假如我们能了解在各种社会里的婚姻，并懂得其特别制度存在的理由，那么我们也就能较客观地体会现代社会里，我们自己现在通行的婚姻制度，并准备去迎接适应将来可能发生的任何演变，同时去维持我们社会文化环境里，我们认为很重要的婚姻本质与有关特点。

现在让我们从婚姻对象之选择，婚姻嫁娶之方法，婚姻方式之不同等方面来研讨婚姻在社会文化不同的环境里，如何实行不同的婚姻制度。

1. 婚姻对象之选择 比如，以婚姻对象之选择而言，很多社会明确规定和制约选择对象的范围。通常是依血统、种族、阶级、信仰等因素，规定只能属于与某界限内的对象成婚，称之为“内婚制度”。如，印度社会把人民依其血统及职业背景划分为几个种姓，并限制只能与同阶级的对象通婚，企图保持种姓之纯粹，是内婚制的显著例子。过去，古代犹太教徒不能与异教徒结婚，几十年前，美国南方人仍不许黑人与白人通婚，也是因宗教或种族的歧视，而产生的内婚习俗。不喜欢与习俗差异的外地人通婚，较喜欢与自己同样习俗文化的人结婚，也是内婚制的心理表现。

反过来说，社会也会规定只能与某界限外的对象通婚，称之为“外婚制度”。如禁止近亲通婚，规定一定要在某种血亲关系以外的对象才能通婚，太接近的亲属，则不许可，被禁忌。这种近亲通婚的禁忌，随社会的不同而有宽窄的差异。毫无疑问，自己的父母与子女通婚都是绝对禁忌的。兄弟姐妹间之通婚一般也是被禁忌的。但在历史上曾有少数社会，如古代埃及或夏威夷人，曾为了保持皇族的血统，偶尔实行兄妹间的通婚。一般说来，很多外婚制反对同氏内通婚。

2. 婚姻娶嫁之方法 在不同的社会，对于婚姻的娶嫁进

行方法也常有不同。比如，单在中国过去历代，在不同的地区与民族，就实行过很多形式的娶嫁方法。如由男方用相当数量的财物为代价，换娶女方为妻的“买卖婚”；男方赴女方家，为其服务一段时间，以便与女成婚的“服役婚”；抱养别家女儿为养女，到适婚期再与本家儿子成婚的“童养婚”；或招来男人，入赘于女家的“招养婚”等等，都是我们熟悉的特殊娶嫁方法。不用说，大家也知道，过去男女本身彼此都没有见过面，完全由父母作主，安排年轻人结婚对象的“包办婚”；而目前通行的，由年轻人本身自行找喜爱的对象，注重感情的“恋爱婚”。

3. 婚姻方式之不同 根据配偶的人数，婚姻方式可分为“一夫一妻”，“一夫多妻”，或是“一妻多夫”。一夫一妻的婚姻方式，我们都很熟悉，是我们目前的社会及绝大多数的社会习惯上所采用的婚姻，也是受法律规定保护的婚姻制度。

至于一夫多妻，在我国过去半世纪之前，有些有势或有钱的男人，除了本妻之外，曾娶姨太太，形成一夫多妻的婚姻关系。根据人类学的调查，公然允许有一夫多妻婚姻制度的民族或社会，尚有不少。回教的社会里，基于其历史背景，即因常有战争，丧亡男人，习俗上允许一男人可娶妇女，至多四妻。唯妻子们之间常有感情上的争闹，再加上现代化的妇女社会，已不甘于此种夫妻关系，这种婚姻制度已有渐衰之倾向。

至于一妻多夫，并不是一夫多妻的相反情况，即，因有势的强女人要了许多丈夫。根据人类学的研究，这种婚姻制度属于罕有，只在印度、尼泊尔及我国西藏的少数地区，及少部分的非洲人尚实行此婚姻制度。据推测，主要原因之一，乃是因居住在高原地区，可耕地极为有限，而为了避免兄弟

分田，兄弟们乃共娶一妇女为妻，以免因家田分小，而难于耕种且维持生活之故。可以说这是现实环境逼出来的适应办法。有趣的是，为了维持这种婚姻关系，丈夫们经常遵守一次习惯，即，在一个时间里，只让一个丈夫与此共同妻相处生活，别的丈夫则避开，以避免丈夫们之间的摩擦。过了一阵子以后，才换与其他丈夫相处。实际上，由于兄弟之间须轮流外出谋生不在家，从结果上来说，他们可以轮流且平和地过此一妻多夫的婚姻生活。

由上所述，我们知道，世界上的婚姻的确是各种各样的。虽然人类依他们不同的文化、习俗与观念，及现实需要，实行这些不同的婚姻方式与制度，而且根据社会及时代的变迁而作适当的调整。

既然婚姻制度多种多样，那么婚姻对人类有什么共同的功能与作用呢？从人类学角度看，婚姻有数项作用，即男女结合，成立长久关系，使其婚姻及性关系为社会所认识且接受；生育后代，并建立适当环境，以便养育子女，传播文化；建立分化而协作的男女功能及夫妻关系；与亲属成员建立相互的亲属关系及世代相传的家族制度。可见，从家族、亲属、氏族、甚至是民族的立场来说，婚姻的主要作用之一，乃在袒护家族系统的延续。

四、婚姻的功能

现在让我们改变我们的眼光，从社会学的角度，来探讨分析婚姻各方面的功能。

1. 生活的功能 首先，我们须指出：男女两个成人结婚，经营家庭，其主要目的之一为共同生活。男女两性生活在一起，分工合作，相互帮助，来解决衣食住行等现实的生活需

要。特别是在过去打猎、畜牧或农耕的社会里，因男女在生理、体力及能力方面的不同，常担负不同的生活职责，内外相补相配，以便共同生活。目前现代工业化的社会里，对男女所要求的职务上的差异，已大为减低；再者，家庭里的日常工作，男女都可参与，男女分工合作的需要已减少。不过，夫妻一起长年生活，有乐共享，有苦共负，有病相互照顾，成为两人一对的生活单位，其本质需要仍不变。

2. 生理的功能 基于生物的本能，男女生理的需要，经由婚姻的结合，社会的认可，夫妻可以产生性行为，过性生活。从生物学的眼光来说，性行为的原本目的为：孕育子女，传宗接代。可是最高等动物的人类，已经超越了此原本生物的目的，其性行为除了孕育子女之外，乃在满足男女的生理、心理及感情各方面需要。由于现代医学的进步，我们已发现了避孕的方法，可以配合自己的生活及社会的情况，实行生育计划，注重人口素质。这一倾向，更显示了性生活对生育的目的已较过去为淡薄，而专与生理、心理及感情方面的满足有关。至于婚姻的作用乃在于保障一对男女，根据夫妻的契约关系，来发生固定且专一对象的性生活。

3. 家族的功能 婚姻的主要目的之一，毫无疑问，仍在于以夫妻关系为主轴，孕育子女下一代，建立家庭，并与上一代及有关亲族保持家族关系。但随着社会生产方式及社会文化制度的变迁，家族的关系，也逐渐变化。也就是说，在畜牧及农业社会里，家族关系极为重要，所以婚姻的功能常与维护家族关系有密切关系。比如，在选择婚姻对象时，要考虑对家族有何影响。可是在工业化和都市化的社会，基于实际生活环境关系，家庭与家族的关系要疏远些，而在择偶时，以家族的立场来考虑就少些。