

NUXINGXINLIYUSUZAO

女性心理与塑造

陈景清 张立兰 任巧玲 张 丽 编著



人民卫生出版社

中国心理学会心理与行为科学分会 中国心理学会心理与行为科学分会

女性心理与塑造

作者：[美] 玛丽·麦卡锡 著 王 明 译



人民卫生出版社

女性心理与塑造

陈景清 张立兰 编著
任巧玲 张 丽

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

女性心理与塑造/陈景清等编著. —北京:人民卫生出版社,1998

ISBN 7-117-03158-1

I. 女… II. 陈… III. 妇女心理学-普及读物 IV. B844.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 31851 号

女性心理与塑造

陈景清 等 编著

人民卫生出版社出版发行

(100078 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼)

三河市富华印刷厂印刷

新华书店经销

787×1092 32 开本 5.5 印张 122 千字

1999 年 4 月第 1 版 1999 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

印数:00 001—4 000

ISBN 7-117-03158-1/R·3159 定价:6.50 元

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

前 言

随着社会的发展,竞争机制的加剧,自然而然地潜在心理源和心理需求增加。每一个人、每一个家庭、每一个行业,人们或多或少地存在各种各样的心理问题。许多事实表明,心理学日益成为科学中的“热门”、学校中的“主课”、生活中的“常识”。女性作为一个大的群体,是家庭的支柱、社会的中坚,在社会的各个方面、各种行业无不留下她们的情影。70年代各种心理学应运而生,女性心理学专著也可见到几部,但比约占1/2人口的妇女就显得少的可怜。女性当今更广泛地涉入社会各个方面,加之其特有的社会角色,十分关心自身价值和心理状态,对什么样的心理状态才是健康的常缺乏细致了解,遇到心理问题不知如何调适。《女性心理与塑造》旨在根据心理理论和技术描写女性这一群体的心理特征及心理适应,同时收集现实生活中遇到的常见女性心理及异常心理,以科普文章的形式,用心理学知识进行剖析。内容上重点描述和刻画女性心理的特殊性以及常见心理问题产生的背景、原因、表现形式、调节处理方式,以期提高女性的心理素质和生活质量,增强她们适应社会和改造社会的能力。

本书打算通俗地介绍这个研究领域已经取得的成果,以便普及这方面的知识,引起女性们的兴趣;但由于作者水平有限,某些观点难免有失偏颇,望与同道及读者共榷。

作 者

1998年9月20日

目 录

一、国内妇女心理学研究简史.....	[1]
二、男女的异同.....	[5]
性别之谜.....	[5]
生理优势和生理弱点.....	[8]
男女的性格.....	[11]
男女的社会角色.....	[14]
三、少女的生理和心理.....	[17]
妙龄少女.....	[17]
报春信号.....	[19]
情窦初开.....	[22]
四、青年女性的生理和心理.....	[25]
青年女性的生理发育.....	[25]
青年女性的心理.....	[25]
五、更年期女性生理和心理.....	[31]
多事之秋.....	[32]
更年期综合征.....	[34]
夕阳无限好.....	[36]
六、老年期女性的生理和心理.....	[38]
老年的标准.....	[38]
正常衰老.....	[39]
老年妇女的性格.....	[42]
祝您健康长寿.....	[44]

七、孕妇的生理和心理·····	[47]
妊娠早期心理·····	[49]
妊娠中期心理·····	[50]
妊娠晚期心理·····	[51]
产妇分娩前心理·····	[51]
八、婚前性行为的心理剖析·····	[55]
婚前性行为产生的背景·····	[55]
失贞操方的心理感受·····	[58]
未婚先孕引产者的心理障碍·····	[59]
婚前性行为预防策略·····	[60]
九、再婚心理与适应·····	[61]
再婚心理·····	[61]
再婚夫妻感情危机·····	[64]
再婚心理调适·····	[65]
十、女性婚外恋的内心深处·····	[69]
婚外恋产生的原因及心理类型·····	[69]
春色满园关不住,一枝红杏出墙来·····	[71]
走出婚外恋的困惑·····	[72]
十一、女性被强奸后的心理特征·····	[74]
十二、少女性爱心理错位分析·····	[77]
十三、女人渴望什么·····	[81]
十四、女性的嫉妒心理·····	[84]
嫉妒心理的产生·····	[84]
女性嫉妒心理表现形式·····	[85]
嫉妒心理带来的苦果·····	[87]
十五、女性消费心理·····	[88]
十六、女性美容心理透视·····	[92]

美容术·····	[92]
美容者心理剖析·····	[93]
美容手术失败者的心理·····	[96]
十七、女性要掌握生活美学·····	[98]
十八、女性成才心理问题与调适·····	[106]
人才产生必备的素质·····	[106]
影响女性成才的因素·····	[108]
常见心理障碍·····	[111]
常见心理障碍的自我调节·····	[111]
十九、职业女性心理压力与自我调节·····	[115]
职业女性心理压力的形成·····	[117]
二十、夫妻性格沟通技巧·····	[121]
夫妻性格的组合类型及效应·····	[124]
夫妻性格的协调原则·····	[126]
二十一、搞好婆媳关系的秘诀·····	[128]
婆婆与儿媳相处“十忌”·····	[129]
婆媳矛盾六方面·····	[130]
家庭成员和睦相处的秘诀·····	[133]
二十二、迷信与心理卫生·····	[134]
迷信的社会基础·····	[134]
迷信的心理基础·····	[135]
迷信与心理卫生之影响·····	[136]
二十三、少女为何易患神经性厌食症·····	[142]
二十四、女性常见的不良性格·····	[145]
二十五、女性常见的变态心理表现·····	[148]
恐怖·····	[148]
怕见男人的女人·····	[149]

焦虑	[150]
夫妻中的焦虑症	[152]
抑郁	[153]
自杀	[154]
女性手淫	[156]
女性神秘的性帷幕	[159]
二十六、心理咨询和心理治疗	[160]
心理咨询	[160]
心理治疗	[162]

一、国内妇女心理学研究简史

妇女，这是一个多么伟大的字眼。历史表明，妇女不仅是人类自身再生产的承担者，而且也是社会再生产的重要动力。没有妇女，人类社会既不能生存和延续，也不可能繁荣和富强。

然而，几千年来，主要是阶级社会以来，由于广大妇女在经济上无地位、政治上被压迫、思想上受歧视，以及一些相关科学的成熟，因而有关妇女的科学包括妇女心理学在内，长期以来一直没有形成成为独立的科学。至于某些有关妇女心理的思想，都是同神话、宗教、哲学和文学交织在一起的。

19 世纪 70 年代，冯特的《生理心理学纲要》(1873—1874)的问世，莱比锡大学心理学实验室 (1879)的建立，心理学作为一门崭新的科学领域而得到确立。但是，95%以上的早期研究从未涉及性别差异，心理学几乎只局限于由男子对男性或雄性动物的研究。

本世纪以来，主要是 70 年代以来，随着妇女参加生产劳动、政治运动、科学研究、文化生活的日益增多，妇女在社会发展中的地位和作用的日益提高，心理学、社会学、人类学、神经生理学、性学等有关科学的日益发展，妇女心理学同妇女学、妇女社会学、妇女人口学、妇女美学、女性学等有关妇女的学科先后应运而生。因此，妇女心理学的产生，是人类社会发展的需要，是妇女自身解放的需要，也是心理学和社会学高度分化的需要。

妇女心理学是心理科学的一个新兴分支。在美国,它诞生于1973年。该年美国心理学会正式建立了“妇女心理学分支”,这也是妇女心理学在世界上作为一个合法的研究领域得到承认的标志。在苏联、日本等国,妇女心理学受到心理学家的重视也是70年代的事情。

我国对妇女心理学的研究起步于80年代,1983年傅安球的《男女智力差异与教育》是我国第一本系统论述男女智力差异和发展的著作。它分析了男女两性智力差异,差异产生的原因,并论述男女两性智力优异发展的措施。男女智力差异是妇女心理学的研究内容之一。1986年,任平安和赵艳屏这两位女性学者自著的《妇女心理学》(辽宁大学出版社),力图以马克思主义为指导,以国内资料为基础,对妇女心理学的研究对象及其意义,妇女心理学发展的年龄特征,妇女成才的心理因素与途径,妇女的美感心理及培养,妇女的爱情与婚姻心理,犯罪妇女心理及其矫正,妇女的心理卫生,妇女的家政心理等方面的问题作了系统、通俗易懂的阐述,填补了我国心理学这一领域的空白。虽然我国妇女心理学研究晚于俄、美等国,但从80年代至今,我国出版的国内学者自著的妇女心理学方面的著作已有几种。有《女性心理》(张李玺、宋辉编,中国妇女出版社);《女性的深层世界》(董维真编著,湖北人民出版社);《女性心理学》(葛鲁嘉、刘翔平编著,北方妇女儿童出版社);《年青女性的内心世界》(何立婴等著,四川人民出版社);《女性心理与行为分析》(孔令智、汪建新主编);《中国女性禁忌》(郭锦桴著,河北人民出版社)等等。这无疑是个令人兴奋的开端。

综观我国妇女心理学的研究,近年来,探讨得比较多的问题有:男女心理差异,妇女成才心理,女性的心理健康,女性的

犯罪心理,女性的婚恋,家庭心理特征。

男女心理差异也就是性别差异心理,是妇女心理学研究的主要内容之一,性别差异心理承认男女在生物学、心理学方面确实存在差异,但这些差异不是对立化绝对化的。通过后来的学习,男女性别的心理差异是可以互补的。我国在这一问题上研究它的论著有:张德的《论性别的偏见》、《关于性别偏见的调查报告》(《社会心理学研究》1990年第3期、1993年第2期)、《性别与大脑两半球机能优势》(蔡厚德《南京师大学报》1995年第2期)、《学龄期儿童性别差异之比较》(史耀芳《上海教育科研》1994年11期)、《儿童性别意识发展的研究》(张履祥《心理科学》1990年1期)、《中学生性别心理差异的研究》(施铁如《心理科学》1993年1期)、《男女差异心理学》(袁振国等著,天津人民出版社,1989年版)、《男女智力差异与教育》(傅安球著,北京出版社,1983年版)、《女性心理平衡》(丁契著,福建人民出版社,1989年版)、《两性世界》(时蓉华主编,华东师大出版社,1992年版)等等,调查研究表明:男女性别心理的差异较多的是受社会文化的影响,是个体社会的结果。

女性成才心理,这包括妇女成才的心理因素、女性人格的重塑、提高女性的自我意识、女性角色的探讨、女性潜能的发掘等方面,内容较丰富。这方面的论著有:《中国城市女性人格特质研究》(方俐洛等《社会心理研究》1991年1期)、《中国女性人格的二重性及其文化根源》(郭砾《妇女研究论丛》1993年1期)、《女性人格的异化及其重塑》(何锡蓉《社会科学》1995年5期)、《中国女性自我意识扭曲的历史文化根源》(王增予《江苏社会科学》1991年1期)、《中国女性角色问题探讨》(韩冰洁《人大报刊资料复印D423》1991年3期)、《女性的潜能

及其自我意识》(吴秉先《内蒙古社会科学》1991年1期)、《提高女性心理素质的途径》(《社会科学研究》1990年3期)、《关于女性角色社会的研究》(曾建国《心理科学》1989年6期)等等。研究者认为:女性认知力、阅读能力、瞬间记忆力、形象思维、语言流畅力、观察力、意志力、嗅觉、听觉、动作能力都很强。女性成才的最大障碍是消极的自我意识,是传统文化观念对女性的影响。

近年来,妇女的心理健康、妇女的婚恋、家庭心理越来越受研究者的重视,妇女的身心健康关系到每个家庭,关系到下一代身心健康,关系到国家与民族的素质。这方面的论著有:《现代妇女心理咨询》(宋辉编著,山东人民出版社,1992年版)、《现代女性心理咨询》(张潘仕、侯志明主编,春秋出版社,1989年版)、《女人的心理与健康》(刘道时编著,天津科技出版社,1990年版)等等。

犯罪女性的心理特征。女性有着与男性不同的生理和心理特点,因而,女性的犯罪心理也有别于男性。相当一部分妇女犯罪是她们所处的客观环境的逼迫与其自身弱点相结合造成的。女性犯罪具有攻击性小,隐蔽性大,对社会的危害性极大,因此要保障妇女的合法权益,提高妇女的自身素质。

有人称男性为人类勇敢的一半,女性为人类“美好的一半”。虽然我国对妇女心理的研究还是刚刚起步,相信不久的将来,认识和发展这“美好”的一半将会被更多的专家、研究者所重视。

二、男女的异同

在科学昌明的今天，恐怕没有人再相信“女人是男人的一根肋骨造成的”那样的荒诞传说了。但是要回答女人和男人到底有什么区别？他们在生理结构上有哪些不同？在心理上又有哪些差别？却并不那么简单。

性 别 之 谜

男女有别，众所皆知。区分一个人是男性还是女性，似乎是最简单不过了。但是也有少数人他们的性别却是个谜，不容易确定，甚至需要由专家以专门的技术进行鉴定。

发生过这样一件事。有一名运动员，在一场国际比赛中打破了某项径赛的女子世界记录。这一记录需要得到世界田径联合会的承认。联合会的专家们作了一系列的检查，包括计时器是否准确，当时的风速是否在标定的标准范围之内，还检查这名运动员是否服用过兴奋药之类，一切都合乎标准。但是有名专家对该运动员的性别产生怀疑，提出要由医学专家作性别鉴定。鉴定结果，这名运动员不是女性，而是男性。如果以男子的要求来衡量，他的成绩与世界记录相距甚远，当然也就不存在是否打破记录的问题了。

这名运动员，从外表来看，很象个女人；他没有胡须，没有喉结，也没有明显的阴茎。他一直认为自己是个女人，他的父母也一直把他当作女孩子，他确实并非故意弄虚作假。那么，医学专家根据什么认为他应属男性呢？这里便涉及“基因性

别”的问题。

医学上认为,男女的性别是以他们的细胞核中染色体的组成来决定的。人类细胞核中的染色体,一般是 46 条。这 46 条染色体中,有 44 条是常染色体,双双成对,一共 22 对,它们和性别没有关系。另外,还有两条,叫做性染色体,它们决定人类性别的分化,性器官的发育,第二性征的产生。所有这些染色体,应用特殊的细胞技术,可以把它们一一区分开来,并根据国际上规定的标准,予以编号和命名,这叫染色体组型分析。男女的常染色体,没有什么不同,区分只在于性染色体,女性是一对 X 染色体,即 XX;而男性是一条 X 染色体,一条 Y 染色体,即 XY。

人类染色体有时会有变异,就以染色体而言,有的女人少了一条 X 染色体,成为 XO,称为先天性卵巢发育不全症,大约每 2 500 名女婴中便有一名;她们的内外生殖器都是女性型的,只是卵巢没有功能性结构,只有一些纤维组织,她们没有月经,不会生育,身材矮小。有的男人多了一条 X,成为 XXY,叫做原发性曲细精管发育不全症,大约每 500 名男婴中便有一名。他们的睾丸小而萎缩,性器官发育延迟,常伴有精神发育不全的表现。另外,还有 XXX 和 XYY 等染色体组型。还有些人,部分细胞是一种组型,而另外一些细胞是另一种组型,叫做嵌合型,例如 XX 和 XO 的嵌合型是 XX/XO;还有 XY/XXY,XX/XXX 等。那么,它们的性别怎样确定呢?很简单,只要有 Y 染色体,他的基因性别便是男性。没有 Y 染色体,不管她是只有一条 X 染色体,还是有两条、三条或更多的 X 染色体,她的基因性别都是女性。

人类的基因性别,多数是在受精的瞬时决定的。男性的精子,及女性的卵,都是单倍体,即只有 22 条常染色体和 1 条性

染色体。很容易理解,女性的性染色体是 XX,因此卵中的性染色体总是 X;而精子则不同,半数携带 X,半数携带 Y。受精过程中,只有一个精子能进入卵。如果是带 Y 染色体的精子和卵结合,受精卵的性染色体便是 XY,因而生男;反之,则得女。社会上有些人,把生不出男孩,归罪于女方,真正冤哉枉也,因为生男得女的关键只在于受精的精子带 X 还是带 Y,精子是从男方那里来的,如果一定要讲有什么过错(其实,双方都无过错),那么,似乎应该由男方承担。

性染色体组型,决定着基因性别。一般而言,基因型和表现型是一致的,也就是说基因性别和生理解剖学的性别应该是吻合的。染色体由许多基因组成,性染色体上有着控制生理性别的基因谱,能促发一系列的变化,导致性分化过程。已经确认,Y 染色体分为长短二臂,它的短臂上存在着决定男性的基因,使胚胎的性腺始基分化成睾丸;如果是没有 Y 染色体的 XX 时,分化成卵巢,但是如果只有一条 X,即 X 单体,如 XO,也不能分化成有功能的卵巢。

然而,有时性别的基因型,却和它的表现型并不一致。因为遗传基因并不是决定性分化的唯一因素,产前及产后的许多因素都可以改变由基因决定的某些性状。无论是基因男性还是基因女性,在胚胎的最初的六周,他们的内外生殖器完全相同。第六周才开始出现原始的性腺,它具有双向发展的能力,既可能发育成睾丸,也可能发育成卵巢。性器官分化的方向,与一种激素——睾丸酮的水平有关,如果水平适量,性器官向男性方向分化发育;假如水平低下,不论是何种基因性别,性器官均向女性方向分化发育。因此,基因性别便可能同生理性别不相一致。上面所提到的那个运动员,恐怕便是这种情况。

分析染色体组型作基因性别鉴定的方法比较繁复,需要一定的设备条件,技术人员也得进行一定的训练,还要静脉采血,细胞培养,显微照相,染色体排列等。一般的基因性别鉴定,常以颊粘膜刮片的染色体块做检查,取代组型分析。经特殊染色,女性面颊粘膜细胞中,25%~50%在细胞核膜的边缘,有一个半圆形的斑块,称为染色体块,或贝尔小体。细胞核内染色体块的数目,比X染色体数少一个。XX者,为一个;XXX,为两个;男性是XY,就没有;但XO者,也没有。目前,在运动员的基因性别判定时,常用这种较为简便的方法,只有当结果不肯定或有争议时,才作组型分析以进一步明确。

生理优势和生理弱点

在若干生理特点上,女性似比男性要强一些。

调查发现,流产的婴儿和死胎,如果做一下性别鉴定,可发现XY多于XX。换句话说,女胎的成活率比男胎要高一些。似乎是比男性多一条X染色体所产生的生理优势。

统计新生儿的死亡率,也发现男性新生儿的死亡率要比女性高一些,其机制则未明。

女性生理优势的最有力的证据,是世界上绝大多数地区的人口调查,均证明女人寿命要比男人长。多数发达国家,女性的平均寿命比男性高,英、法、苏、日等国的平均寿命,大概是75岁左右;而男性的平均寿命则为70岁左右;换言之,女性可以比男性多活上5年左右的时间。我国的情况也是如此,根据人口普查的资料,我国多数地区的女性平均寿命,已超过70岁,对妇女而言,“人生七十古来稀”的说法,已经不再适用,而多数地区的男性平均寿命,却还不足70岁。总之,女的要比男的长寿一些,这是一个普遍规律。