



凤蝶心理自助丛书

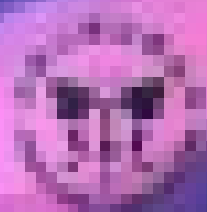
——婚恋前后、围城内外
de 心灵向导

解读 不幸的婚姻



[俄] 季丽娅·叶尼克耶娃 著
谢云才 焦玉红 译

中国城市出版社



解讀：社會與文化

——社會文化批判與社會批判

解讀 不幸的婚姻

◎ 社會文化批判與社會批判

◎ 社會文化批判與社會批判

凤 蝶 心 理 自 助 丛 书

解读 不幸的婚姻

〔俄〕季丽娅·叶尼克耶娃 著

谢云才 焦玉红 译

张洪波 校译

中国城市出版社

北京市版权局著作权合同登记

图字：01-2004-1262号

图书在版编目(CIP)数据

解读不幸的婚姻/(俄)叶尼克耶娃著;谢云才等译.
北京:中国城市出版社,2004.3

(凤蝶心理自助丛书)

ISBN 7-5074-1599-6

I.解… II.①叶…②谢… III.婚姻—心理学—通俗读物 IV.C913.13-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第004724号

本书中文版享有出版权由中华版权代理总公司和俄罗斯著作权协会代理取得。授权中国城市出版社在中国独家出版中文简体字版本。非经书面同意,不得以任何形式任意复制、摘编、转载本书全部或部分內容。

©李丽娅·叶尼克耶娃

策 划	姚凤林
责任编辑	姚凤林
插图	毛 过
封面设计	北京顾与孟设计顾问
责任技术编辑	张建军
出版发行	中国城市出版社
地 址	北京市朝阳区和平里西街21号(邮编 100013)
电 话	(010) 84275833 84272149
传 真	(010) 84278264
总编室信箱	citypress@sina.com
发行部信箱	citypress_fx@tom.com
读者服务部	(010) 84277987
经 销	新华书店
印 刷	北京集惠印刷有限公司
字 数	95千字 印张6.5
开 本	880×1230(毫米) 1/32
版 次	2004年3月第1版
印 次	2004年3月第1次印刷
印 数	0001—5000册
定 价	13.00元

本书封底贴有防伪标志。版权所有,盗印必究。

举报电话:(010) 84276257 84276253



前 言

经常有人到心理医生那里去咨询，他们抱怨说，家庭生活不和睦，夫妻缺乏沟通，彼此感情疏远，性生活也不和谐。由于长期存在矛盾，夫妻生活有时变得令人无法忍受。结果往往导致夫妻心情沮丧、抑郁不堪、对生活不满，长此以往，就会引发悲剧，甚至使人产生轻生的念头。

在30年的心理诊疗实践中，我遇到过许多不幸的婚姻。许多已婚女人对自己的丈夫不满意，对自己的婚姻和生活深感失望。我希望，我的临床经验和在此列举的例子会帮助那些不幸的人们避免一些错误和悲剧，甚至有可能改变他们的现状，增进夫妻双方的感情，使他们家庭和睦，生活美满幸福。



目 录

不幸婚姻的原因	1
性生活不和谐——夫妻矛盾的原因之一	4
如果你执意要离婚	64
夫妻离异与子女问题	103
单亲家庭和再婚家庭	123
早婚	162
同居	172



婚姻不幸的原因

夫妻性生活是否和谐，感情是否融洽，这两者互相制约，相辅相成，一方面，性生活的和谐与否可能影响到夫妻关系，另一方面，彼此感情是否融洽，也会对他们的性生活产生影响。

性生活不和谐可能是夫妻关系不和睦造成的。夫妻感情疏远，必然会破坏他们正常的性生活。

另一方面，对性生活不满又会导致心理压力过大、心情不舒畅、彼此不满意，从而出现一些家庭争执和矛盾，如果冲突得不到妥善解决，就会愈演愈烈，最终导致夫妻俩再无法忍受龃龉不断的婚姻生活而劳燕分飞。

家庭关系的两个组成部分——性爱关系和情感关系紧密相连，相互影响。

很多家庭之所以破裂，正是因为性生活不和谐，然而，许多夫妻并没有意识到这一点。如果妻子没有体验过性高潮，性生活常常得不到满足，她就会对性交失去兴趣，开始逃避过性生活。而这时，丈夫就会对此深感不满，他会因为妻子总是以各种借口拒绝他而心生怨恨。

所谓“我累了，我头痛，我想睡觉”，这些都是女人惯用的借口。夫妻双方性欲得不到满足，所以，他们经常心情郁闷、爱发脾气、找茬挑剔、拌嘴争吵，甚至大吵大闹。通常情况下，双方会从一些鸡毛蒜皮的小事开始，随后便互相指责，挑剔对方，都觉得自己委屈。离婚时，双方都认为，正是这些委屈，进而引发的不断争吵才导致了他们婚姻的破裂，虽然真正的原因是性生活和谐。

如果人们更多地了解性爱关系的各个方面，知道男人和女人的性欲特点以及性生活的心理因素，那么，一定会有很多人摆脱不必要的失望和痛苦。有些伴侣分手的原因就在于他们连一些最简单的道理也不知道，他们不能彼此坦诚相待，不愿说出自己的愿望和幻想，不能开诚布公地认真谈谈男女之间到底应该是什么关系：无论的情感方面，还是在性爱方面。

作为许多人生悲剧的目击者，我深切地同情这样的人。其实他们都是受伤害的无辜者，虽然彼此有时会狠狠地互相斥责，埋怨对方在性生活上只顾自己，毫不顾及对方的性需求。有时，一对伴侣来到我这儿，两个人都很不错，当他们讲述自己的委屈时，你会觉得他们每个人都是对的，让他们双方达到互相谅解其实并不是很难，只要俩人相互倾听一下对方的心声，并且努力做到互谦互让就会相安无事。



来看心理医生的人往往感到极端痛苦，他们是抱着最后一线希望前来咨询的。如您所知，家庭幸福、相处和谐的人从来不去看心理医生。本书我想讲述的是我在临床过程中所遇到的许多令人惋惜，甚至是悲剧性的事例。

也许，这会帮助那些家庭生活不和睦的人摆脱痛苦，同时，我也希望会避免更多的生活悲剧再度发生。



性生活不和谐——夫妻 的原因之一矛盾

男女双方在心理、感情和肉体上缺乏协调，往往会破坏他们性爱生活的和谐，这被称之为性生活不和谐。

如果夫妻双方性生活不和谐，其后果常常是他们中的一人或两人出现性欲衰退或者干脆完全丧失了性欲。许多夫妻前来寻求性心理医生的帮助，这其中最常见的就是埋怨自己的伴侣缺乏性欲。

性生活不和谐导致性欲衰退的女人要比男人多得多。一项调查资料表明，56%的女性对性生活感到失望。

在对自己性生活不满意的女性中，有一少部分的人从来没有经历过性高潮。她们中的一些人不喜欢性爱，或者是性冷淡，或者是对性爱感到厌恶。另外一些人喜欢性伴侣的爱抚和性行为本身，做爱能使她们在心理上得到满足，但却体验不到肉体上的快感。

有些女人达到性高潮是通过手淫，而在性交时却达不到高潮。

也有这样的女人，她们对目前的性生活不甚满意，



但她们以前在性交或者抚爱阴蒂时（或性伴侣用手刺激阴蒂，或借助自慰器的帮助）达到过高潮。这些女人只有跟合适的性伴侣做爱时才会得到满足，而同自己现在的丈夫或情人做爱时却达不到性高潮，因为他没有给予使女人达到性高潮所必需的爱抚。对于那些必须通过抚爱阴蒂才能达到性高潮的女人来说这是尤为重要的；而对于那些通过阴道性交就可以达到性高潮的女人来说这种抚摸同样很重要，特别是当丈夫患有各种性病，不能进行正常性交的时候。

并不能把那些一生中从未达到过性高潮的女人看做是性冷淡，女人体验不到性高潮并不证明她就缺乏性欲。

在临床实践中我碰到许多这样的女性患者，她们早就对性生活不抱任何奢望，因为她们觉得自己缺少性欲，她们或者完全拒绝性交，或者在伴侣的强烈要求下，勉强同意了，但几年甚至十几年后，在她们的生活中出现了另外一个男人，情况却发生了根本的改变。

有些女人非常喜欢做爱，做爱能使她们异常快乐，爱人一个轻轻的爱抚都会使她们周身颤抖。当女人春情荡漾、爱意缠绵的时候，便具备了达到性高潮的一个主要条件——做爱的性心理准备。这时，一个眼神或手势，一句话或一个抚摸动作——都会被她看做是一种示爱。正如女人们常说的：“性爱并不是在床上才开始，而是从

彼此眼神开始的。”女人主动渴望做爱，那么，她就有可能达到性高潮。

男女的性欲特点大相径庭。不要责怪男人，因为生理因素在他们的性爱中占有更重要的地位。当然，感觉和爱情对男人来说也有一定的意义：“同喜欢的女人做爱跟同不喜欢的女人做爱其感觉完全不一样。”不少男人在同刚刚认识而且毫无共同语言的女人做爱时，也会性欲亢奋并获得满足，但是，做爱之后他往往会扪心自问，自己是否喜欢她，是否真的爱她，是继续交往下去还是就此结束。

不要为此而谴责男人。有些失望的女人甚至用一些侮辱性的话语责骂男人，把男人的性欲比喻成动物的本能，这是不对的。首先，像女人和女人不同一样，男人与男人也不尽相同，那些感情奔放、风流倜傥的男人总是把感情放在第一位；其次，男人的性欲特点与女人确实不太一样。

男人的性欲比女人强烈，他们的性兴奋来得很快，仅仅需要几分钟（当然是指健康的男人），这时，感情暂时退而次之。常常会出现这种情形，本来一个男人深爱着一个女人，但偶然碰到另一个性感女人，这个男人便失去了理智。事后，他可能后悔自己背叛了爱人，也可能对此并不懊悔，他把爱情和性爱截然分开了。我不止



一次听到男人这样说：“我只爱一个女人，而同其他女人只不过是逢场作戏而已。”

女人却不能把爱和性分开，对女人来说，有了爱情才会有性爱。如果她喜欢他，她才会愿意同他发生性关系，而对不喜欢的人她则不会产生性欲。性心理学家奥·赫姆科说：“如果相互之间缺少坦诚与理解，性爱就不是爱情的真诚体现。”

男人也许并不喜欢与之发生性关系的女人，但重要的是，作为性伙伴的她能使他性欲亢奋。

有些男人在外面有情妇，但除了做爱外，他同情妇没有任何联系。许多老生常谈的例子可以证明这一点。比如：上司与女秘书有不正当关系，只要女秘书年轻、迷人，哪怕她愚蠢之极也无所谓。当然，这里指的并不是精神和感情方面。上司也有可能与既不年轻，也不漂亮的女秘书有这种不正当的关系，因为上司想“放松放松”时，女秘书就在身边，唾手可得；与女邻居或其他女人发生不正当关系的原因也是如此。这其中存在的仅仅是生理方面的关系——他们因性欲而结合；当然，男人同娼妓的性行为，并不带有任何感情成分，因为即使男人对自己的性伙伴没有任何柔情爱意，他也能从性行为中得到快感与满足。

也有一些女人同任何男人做爱都会达到性高潮，只

要对方是个称职的情人。在这种情况下，她得到的只是肉体上的满足，并没有任何感情成分掺杂在里面。我曾接触过一些女患者，她们把性行为看得就像体育运动一样，但她们在这种运动中并没有体验过性高潮。也常有这种情形：女人完全不在乎性伴侣的性别（这称为双性恋），她既可以同男人发生性关系，也可以同女人发生性关系，这时，她并不会迷恋上其中任何个性伴侣，所有的性伴侣不论性别，对于她来说，都只是获得性快乐的工具而已，正如女人们自己所说的：“性爱就是性爱。”这类女性中大部分人具有程度不同的感情缺陷，她们既缺乏细腻的情感，又反复无常，喜新厌旧，而且可能还存在一些其他的心理异常现象。

很难相信，一个心理健康的女人在同一个没有任何感情的男人性交时，会体验到真正的满足。即使没有炽热的爱情，起码也要对性伙伴有所倾心 and 好感才行。甚至哪怕是对性伴侣心存感激之情也好，因为他对她温柔体贴，极具抚爱之能事，并且使她享受到了快感。性欲旺盛加之对情人的感激之情使女人对男人恋恋不舍，这种情况下则很难说她对他没有任何感情。

大部分女人认为只有同自己喜欢的人才有可能做爱。当然，有时也会同不喜欢的男人发生性关系，但一般情况下这样的男人并不能使女人得到精神上的满足和肉体



上的快感。同自己不喜欢的丈夫做爱，会成为女人的一种负担，她仅仅是为了履行自己作为妻子的义务而已。

如果一个女人不喜欢自己的丈夫，那么，她就不会有做爱的心情。对于女人来说，重要的不仅仅是丈夫的性爱抚，而且还需要对这种爱抚有所反应。如果根本就没有做爱的心情，无论丈夫怎么抚摸和爱抚她，女人的性欲敏感区也会毫无反应，“无动于衷”。如果对男伴有反感，那么，对性爱刺激的反应会受到妨碍，她不可能动情，而不动情就不会有性高潮。如果女人不喜欢自己的丈夫，当丈夫触摸她的乳房和性器官时，她甚至会感到反感。她会紧闭嘴巴强忍着进行性交，而从中得不到一点快感。

在女人的生活中，爱情和性爱彼此密切相连。没有爱，女人就不会对性爱产生兴趣，她也不可能得到满足。因此，可以断定缺乏感情是女人不能得到性满足的原因之一。

女人得不到性满足的第二个原因是丈夫性功能低下、缺乏性经验或者是忽视她的性需要，即丈夫在性生活上表现得过于自私。有些已婚多年的女人认为自己缺少性欲，但她们同令她们心醉的情人性交时初次体验到性高潮之后，她们就会毫不犹豫地同自己并不喜欢的丈夫离婚，即使她不可能嫁给自己的情人也无所谓。

波兰性学家姆·基涅斯认为，如果男人跟女人的性行为仅仅出于生理上的需要，那么，这样的做爱则完全属于一种低级的动物本能。它可以使双方在肉体上得到满足，但却不能给他们带来精神上的享受。如果是这样，那么，人类的性交同动物的交配便毫无区别可言，因为动物同样存在雌雄之间的性吸引。例如，雌鹿不会轻易让某一只雄鹿接近自己，它会朝这只雄鹿乱咬乱踢，但它却乐意让另一只雄鹿接近自己。同样，雄鹿对雌鹿也存在“喜欢与不喜欢”的现象。但从总体上来说，动物的性交并不是爱恋的表现，而只是繁衍后代的一种方式。

人不是动物，因此，应把性爱与繁衍后代看做是截然不同的两回事。虽然正是性交使女人怀孕，但大部分人并非仅把生儿育女当作性交的目的。性爱——这是两个相爱之人共同生活的自然结果，他们想拥有正常的家庭，将性交视为爱的表现，而孩子则是爱情的结晶。在成年人的性生活中，生儿育女并非是惟一的目的。对于人类来说，性生活中的心理与情感因素显得更为重要。

“性和谐”这一概念包括生理和心理两个方面。在原始的性交情形下，如果女人没有心情，或者男人不抚爱她，大多数女人不会达到性高潮，这样，不仅肉体上得不到满足，而且心理上体验不到快乐。如果丈夫粗鲁或没有经验，而且不善于唤起妻子的性欲，她会对性



爱失去兴趣，而丈夫却硬说妻子性冷淡，矛盾便由此产生。性欲得不到满足必然会对两人的关系产生不良影响，而这首先会影响到做爱时的感觉。

男人对性生活不满意，抱怨妻子对性爱缺乏积极性，这同样会对他的心理产生负面影响。如果在同妻子做爱时性欲得不到释放，便会影响到他的身体健康。

由于性欲得不到满足，许多女人便产生了一种挫败感，结果往往导致心情不好、情绪低落、垂头丧气、萎靡不振、冷若冰霜。有些对性生活不满的女人则会变得易怒、爱生气、甚至有的女人还会号啕痛哭，或者对性伴侣大加指责。

性欲得不到释放，会给女人的健康带来诸多不良影响，因为在性亢奋和性交时，骨盆会充血，而性交之后性欲得不到充分释放，这种充血现象不会很快消失。久而久之，女人的性器官会出现不良反应，极易引起一些疾病，而这些不良反应在性交时会逐渐加重，并且常常导致性交疼痛，这也正是女人常常尽量逃避性交的原因。

玛丽娜，27岁，受过高等教育，语言学者，已婚，女儿4岁。

20岁时玛丽娜恋爱结婚，与自己未来的丈夫相识时，她还是个处女，丈夫是她的第一个男人。在同朋友