

女性解惑（三）

王小朱 主编

目 录

一失足成千古恨	1
姑娘，这不怨你	1
姑娘心头总也抹不掉的阴影	3
校园同居的悔恨	15
性爱泛涟漪	23
如何对待爱吸乳的男友	23
性是没法控制的吗	25
性高潮的同步化	26
小保姆的性不安	30
妻子，被丈夫“强奸”	33
未婚先孕，我应该如何自处	37
性爱之旅，佳境全在一路的好景色	41
少妇，告别性高潮的困惑	45
在悬崖边进行的游戏	50
情欲与道德的对话	52
破解恋兄情结	52
性游戏啊性游戏	57
面对早期的心灵创伤	61
性骚扰，责任在谁	68
我该不该答应他	71
畸情一幕，主角竟然是父女	73
挣脱“乱伦”的阴影	82
面对家庭的责任	87
爱上一个不该爱的人	87
出走的少女	92
爸爸，我没疯	100
母亲有外遇之后	108

如何克服性联想	114
人际交往，让友谊和功利“和平共处”	119
面对婆媳矛盾，少妇怎样化解自己的“心病”	123
残疾女创建美容厅，学会了给自己心灵“美容” ...	127

一失足成千古恨

姑娘，这不怨你

7 岁那年夏天，一个男孩将无知的我骗到他家里，强奸了我。在以后的三四年里，他常以各种借。将我污辱，事后威胁我不准说出去。天真的我对此守口如瓶，直到 12 岁，他搬走了，我才得以摆脱。

我 12 岁初潮，后来懂得的东西多了。回忆起童年那不堪回首的日子，才知道自己失去一个女孩子最珍贵的贞操。我好痛苦好内疚啊！如今已 20 岁，才真正地意识到事态的严重性。我曾暗自发誓终身不嫁。妈妈一直安慰我，让我把这事忘掉，可我怎能忘掉？

说不嫁人太不现实，因为我非常需要爱。可是一想到爱就觉得自己是那样肮脏，无法面对未来。我想我是不可能把这事讲给男朋友的，可我又该如何在新婚之夜面对我的丈夫……

我害怕，怕以后不会幸福。告诉我，我该怎么办？等待您的回答！类似你这样经历的女孩不止你一个，她们大多数也是在童年时期，由于年幼无知又无防卫能力的情况下遭到强暴的，长大以后深感问题的严重性而痛苦不堪，请求援助。

对有这种遭遇的女孩们，我要说一句公道话：这不怨你们，因为你们是被迫的，所以你们对此不应承担任何责任，恨要去恨那些坏人，而不该苛责自己。

固然，女孩的贞操对女孩是十分重要的，但贞操的概念，现时有现时的含义。过去以为，只要是女子未婚前与人有过性接触，就算失去贞操，没有贞操的女子被人瞧不起，自身也会由于传统观念的影响而瞧不起自己。可是现在的看法有很大的不同，对于那些年幼无知或在非志愿情况下失身于人的女子，谈不到贞操问题。贞操是抽象的，它只能在道德上去理解，如果该女孩的行为在道德上无可指责，比如才 7 岁的小姑娘，则不能滥用失贞二字。正如同处女不处女不能以处女膜完整与否来论定一样。假如我们说，因激烈运动或外伤使处女膜破裂是无可非议的话，那么因无知无防卫能力而遭恶人摧残的女孩也不该受到不公平的歧视。一个已经成年的女子无法对她年幼的经历负什么责任，就好比一个孩子无法挑起成年人的担子一样。因此，你大可不必为此而烦恼不安，更不要怪罪自己。

至于将来怎么面对男友，这问题无需多虑，该怎么交友就怎么交友，万不可背着包袱降低身价在男友面前自惭形秽。等到两人感情达到一定程度时，要看他是保守型的还是开朗型的，再决定是否把事实告诉他。因为大凡这种隐私绝不要在交友之初就轻易讲给男友，等感情正浓时讲出去易为对方理解和接受。如果对方不接受，你也不必伤心，这说明对方思维狭隘、心地不宽，你失去他不见得是坏事。

如果你实在说不出 0，也可以把它作为绝对的个人隐私而“守口如瓶”。坚持‘咱然破裂’原则，不管男人问什么，只要你沉着，也会化险为夷的。另外，也可以寻求医疗途径把意外破损的处女膜修补成形起来。有人说这是欺骗行为，我认为这种说法是片面的。我们承认

它是欺骗，但欺骗的不是丈夫，而是封建思想和男尊女卑的道德观。“欺骗”总比不信任好受得多。

女性要善于保护自己，形体上的乃至心灵上的。与其你整日愁在这里，莫如更好地加强自身的修养，以便将来作个称职的好妻子！

祝你轻装登上爱的航船，一帆风顺！

姑娘心头总也抹不掉的阴影

我大学毕业，因病休养了两年，后来到外地去工作。一个人远离家乡和亲人，来到一个人地两生的地方，第一次面对生存的问题。本职工作、人际关系、生活琐事，一切一切。对我构成了很大的压力。我勉强坚持了两个月，后来实在不能承受了。我回到了家里。

“回到家中，内心的焦虑并没有消除，加上父母的不理解，压力仍然很大，非常困惑和苦恼。这一切问在心中，很想找到一种宣泄的机会。不知怎么搞的，这种宣泄的欲望转化成了对异性的抚慰的渴望，转化成了对性的渴望。于是，我去了舞厅，碰到了一个人。当他让我去他家里的时候，我没有拒绝，对他可能的亲近行为我是有所准备的，或者说是有备而来。没想到事情比我想的更严重，我们发生了性关系。回到家里，我的心很痛，很痛，我怎么能这样，性关系只能在法律和婚姻允许的范围内，或者是恋人之间，没有爱情的性关系是不道德的，我怎么道德败坏堕落到这种地步？！如果有感情，或者为了钱，发生性关系也许都可以。可我全不是，什么也不为，我，我是自己把自己强奸了！！十几天几乎不吃、不喝、不睡，仿佛末日就在眼前。我不知道

以后该怎么生活。

“现在虽然走过了那段最难熬的日子，但是我感觉自己萎缩了，凋谢了，我放弃了生活，不想接触外界，想把自己和生活隔绝。现在我不敢接触性的问题，对有关性的问题非常敏感，非常怕！我活到现在真的不容易，我真的好怕……”

凄苦的抽噎让晓娟说不下去了。非常情况下的性行为成了压在晓娟心上的一块巨石，几乎压倒了她的整个精神，压垮了她的整个世界。那么该如何看待她与男人发生的性行为呢？

日常生活中人们习惯于以道德的评判作为论人议事的唯一标准，看不到事物背后蕴含的心理动因。这是可以理解的，但不能肯定。以心理咨询师的眼睛看，她遇到的问题属于非常情态下的非常性行为，是有其心理原因的。为了调整晓娟的认知，我讲述了下面的故事：一对痛失爱子的夫妻，在埋葬了儿子的当夜，经历了前所未有的性爱欢娱。事后，他们内心充满了自责，似乎愧对死去的孩子。但是，当时他们觉得彼此是如此需要，一种难以言说的深切的欲望控制了他们。那位悲痛欲绝的母亲对她最亲密的女友说：“那个夜里，我想做的能做的只有这一件事，他好像也和我一样。我们像脱离了真实世界，完全沉到肉体的感觉里。事后我们抱头痛哭，心里的悲哀仿佛轻了一点。”

这样的非常性爱，似乎有违常规，也有悖人情，但它们的发生并非病态，也不是“性”令智昏。透过神秘的帷幕，我们可以看到人们心灵深处的动因。极度悲伤之所以会唤起性冲动，有的专家分析是，悲伤中的人们会建立一根安慰与被安慰的强有力的情感纽带，使男人

和女人以性的方式结合在一起。更深层的原因可能在于，极度悲伤导致了心理平衡的破坏，使惯常的心理的抑制机制解除，因而释放出了性的原始冲动，使性冲动比平时更活跃，更强烈，更不可阻挡。

极度的消沉情绪和极度的悲伤是很相近的，是同一类情绪状态。晓娟的情况和故事中的情况虽然不尽相同，但有一点是共同的，那就是性行为的非常态，其深层心理动因都是心理平衡被破坏，平常状态下的抑制机制解除，释放出了非常态的强烈的性能量。如此看来，晓娟的非常态的性行为其实也是可以理解的。

所以，晓娟和那个男人的性行为尽管确实属于“违章操作”，确实应力求避免，但与本质上的道德堕落不能相提并论。所以，作为当事者本人总结教训，有所自责，学会做自己的主人，都是可以理解的，也是必要的。但是，不必也不应过分扮演道德家，用道德没完没了地鞭挞自己的心灵。因为这本来就说不上道德的堕落，是心理出现非常态的表现。对此晓娟表示理解，说心情有所好转，但还是不能立刻摆脱心理重压。我请她把前面的意思好好领悟，尝试进行一下自我认知调节，如果需要的话，下一个周六晚可再拨通电话。

女孩第二次打进电话的时候，说还是心理压力很重。于是，我就两个问题和晓娟进行了沟通。我问：“你有过爱情吗？”晓娟说：“大学里我喜欢过一个男孩，长得很帅，多才多艺，校学生会干部，明星级人物。我是系学生会干部。交往中我们萌生了感情。在我们还没有明确恋爱关系的时候，他又和我们同一寝室的一个女孩有了感情。后来他们正式建立恋爱关系，现在他们已经结婚。我付出了感情，却没有得到回报。”我又问：“你现在有

工作吗？”晓娟说：“我一直呆在家里，一直没有走出家门，看到别人每天走上自己的工作岗位，我就对生活更加失去了信心。”

现在看来，晓娟的心理压力已经不再是一个单纯的非常态的性行为问题，还有一个背景性的心理问题，那就是对自己的人生没有找到成功感，而被失败感强烈地包围。由于两年的闭门养病的生活状态和心境的影响，她没有找到自己的爱情，没有找到自己的工作。正是这样的双重失败感压垮了她的精神。她的非常态的性行为就是在这样的心理背景下发生的。所以，她的心理重压根本上在于生活的失败感。但是这样的失败感在她的意识中是很模糊很笼统不清晰不具体的，也是不愿正视和面对的。因为承认这些就意味着对整个人生的否定，远比一个所谓具体的道德过失更压迫人的心灵。于是，潜意识里就把由此而生的心理压力全部转嫁到了具体的非常态的性行为问题上。这样看来，晓娟的困境表面看来是走不出那个非常态的性行为的困扰，实质是走不出整个人生的失败感的包围。

电话里晓娟静静地一言不发，我知道她在沉思中少了一些情绪化心态。我建议晓娟赶紧走出家门，走向生活，在生活中寻找自己的爱情和事业。如此，心理压力才会真正化解。晓娟表示接受我的建议并且准备行动。我终于有些释然。

年后，晓娟再一次拨通我的心理咨询专线。她说，上次通话对她很有帮助，她最近心情挺好，年也过得好。她说，已经接受了一家公司的聘用，准备两天后去外地上班了。她说，她是来向我辞行的。我非常欣慰地祝贺她将要开始新的生活，同时提议，不论多么艰难，都要

挺住，如果遇难而退，问题会更麻烦。最后的成功常常就在于再坚持一下的努力之中。马老师给你加油，你也需要给自己加油。希望我们这次通话是为你壮行！我听到了女孩的抽泣声……

心理规律就是这样，要保持常态的心理必须拥有常态的生活，要营造健康的心理必须投入健康的生活。因为只有现实生活才是心理健康的真正源泉。

73? 挣扎在爱的漩涡里

先介绍上下我自己吧，我是一名普通的高二学生，现龄 17 岁。我有很多心底的话无法向人诉言，也不敢说，别说是父母老师，哪怕是最亲密的朋友，我都不敢向她们透露半点风声。

姐姐您别笑我，我知道在我这样的年龄谈恋爱是不允许的，您不敢相信吧，17 岁的我已经有过两个 boyfriends，听了这话，您对我的印象是否一落千丈呢？

先说第二位 boyfriend 吧，必竟是他带给我许多烦恼和痛苦，他叫强。我和他原来并不相识，可以说是缘分把我们扯在一起的。

那是去年 8 月份，他和朋友合伙开了一个服装店，我的同班同学和他们是朋友，便拉着我在他们开业那天去捧场，当服装模特试试衣服。我和强就这样认识了。

强比我大两岁，刚认识一个多月，他就开始追求我。我对他印象不错，就默认了。没多久我就成了他的女朋友。和强在一块很开心，一有时间，我就到他的铺子转转，看看又上啥服装了。这样还避免了听爸妈的唠叨。

那时，强对我很好，为了方便我顺利找到他，他配上了 call 机。有一天中午，快要放学的时候，下起了大雨，他没带雨具却来接我。我坐在他骑着的赛车后座上，

看着雨水淋湿了他的后背。

听他说，他要去广州进货，需要三天时间，忙完业务后便匆匆忙忙跑来接我，为的只是看我一眼……我听这话，很受感动。我并不是轻易动感情的女孩儿，可对他，我真的被他的真情感动了。

也许是禁不住他三番五次的“诱惑”，我做了挺丢人的事，把少女的第一次交给了他。那时，我哭了。他问我为什么哭，我说不为什么，我也不清楚自己心里怎么想的，我是个坏女孩儿吧。我要求他要真心待我，他答应了。

然而，事实并非我所想的那般轻松，强欺骗了我。他得到我之后，就不再像从前那样对我好了，看我的眼神也像是若有若无的样子。难道真如小说里写的那样‘愈得不到的愈想要，一旦得到了就视如草芥，弃如敝屣？’

有时我 call 他几次，他都不复机，可能是故意不理我；有时和他踩着踩着单车，他会突然踩得飞快，而把我甩掉。我喊他，他也不停下车。

后来，不知道什么缘故，我去他的铺子时，他竟刻意地躲开我。他把铺子卖掉也不告诉我……

这些我从来都不向别人诉说，也没有人替我分担，平常我与人相处时也不表露出来。我在别人面前，看上去无忧无虑的样子，活泼、天真，而这一切我是装出来的。到了夜深人静，我偷偷写日记的时候，我就一个人暗自落泪，我还防着我妈看出我伤心的样子，把日记本藏在一个隐秘的地方。

我好后悔，觉得自己没有自尊心，没有出息，没有教养，我在自甘堕落，我被他给要了，而我又那么不知羞耻。我为了和他在一起经常旷课、逃课，因我是班于

部在班上人缘又好。只要班主任不来查勤，值班干部也只是睁一只眼，闭一只眼，我躲过了一次次处罚。

我真傻，那段时间烦闷竟学会了抽烟。为了他，我曾有两个晚上夜不归宿，而被爸爸狠狠扇了几个耳光、把我的鼻子都打出血了。第二天我不敢去学校，要知道爸爸从来没有这样痛心地打过我呀！他还带我去过我从未去过的地方，像游戏机室，卡拉 OK 厅。我知道我不能再这样下去了，我和强的恋情是雾里看花水中望月，是可望而不可及的，这终究是一个美丽的错误，是不会有什麼结果的。

我不止一次地要下决心对他说，“我们分手吧！”但一看到他，心就软了下来，又把话咽了回去，我真的好喜欢他呀！

让我鼓起勇气跟他说“eameover”是在今年3月份，那时我妈要动手术，住进了医院。那是个星期六的下午，我又逃课了，强带我去他家，一个下午他都在和朋友玩电脑游戏，到了该吃晚饭的时候，我们决定去饭馆里吃。吃完饭，8点多钟，我怕爸妈担心，就吵着要回家。

我的钱、课本全放在书包里，而书包却在离开强家时忘了拿，我紧着催促要他陪我去拿。他说：“别急嘛！去唱一会儿卡拉 OK 再回拿去也不晚啊！”

他的朋友帮他说话，我不想扫众人的兴，便耐着性子去了。到了卡拉 OK 厅，我如坐针毡，不时向他问时间。我的心里乱糟糟的，我这叫干什么，我妈住院了，我还在这儿唱什么，我再怎么玩，晚上也一定要回家的呀。

但我又不能不回强家拿书包，如果不拿书包回去，我妈会疑心我旷课，我爸会毫不留情面地接我。可强他

明知我妈住院了，却迟迟不肯陪我回去拿书包。我烦躁地端了他一脚。

他冷冷地对我说：“你现在拿到书包也没有用了，根本就没有车回市里了，现在差不多半夜 11 点了！”他家离市区很远，得坐 1 个多小时的车。

看着他幸灾乐祸的样子，我恨透了自己，怎么堕落成这样，没心没肺，母亲住院了，不在她身边侍候，却有心思泡卡拉 OK 厅。

怎么办？没有回市里的车了，我泄气了，放弃了回家的念头，但心里老想着爸妈那不安的眼神……我从强的口中得知，回市里的早班车是 6 点钟。第二天一大早，我就起来，准备赶上那趟车。

我推了推正在熟睡的强，他说是要陪我一块儿回市里的，但他却翻个身理也不理我。我留了张纸条，拿了他的。all 机便走了。

怀着忐忑不安的心，我急匆匆地回到家里。爸妈都坐在客厅里，脸上挂着倦容，生气地看着我。

我纳闷，妈妈病了，这时候按说应该是在医院里验血验尿的呀，怎么回家来住了。后来，我才知道昨晚妈妈为等我回家，没有在医院住，一直等我等到 3 点钟才睡了会儿。妈妈呀，女儿错了！

这次，爸爸因为照顾妈妈的情绪，没有揍我，可他盯我的眼神，不如给我几个巴掌。望着眼角带着血丝的爸爸妈妈，我羞愧得无地自容。“可怜天下父母心”，我真不孝啊，怎么一点都不体谅做父母的心清。一股深深的内疚缠绕着我，使我低下了头，不敢看那么疼爱我的爸爸妈妈。

拿着强的 call 机，第一天强 call 了我，向我解释为

什么不陪我回市里的原因，还问我为什么拿走他的 call 机，说要有人 call 他怎么办？我觉得强好像是在责怪我一样。我心里窝着不可明状的火，我拿了他的 call 机一共才三天，却有三个不同姓名的女人 call 他。我都耐着性子复机。听那口气，不像是好女人，和强挺亲密的样子。

第三天，强来找我，就是为了拿回 call 机。那时我心情很不好，妈妈刚刚动完手术，还在 ICV 室里输氧气，我担心极了。

令我气愤的是，他只知道要回 call 机，根本没问我那天回去我爸妈打我没有？骂我没有？现在我妈的病情怎么样？

我心寒了，看着强挺英俊的一张脸，现在竟变得如此可憎。我把 Call 机还给了他，原本打好腹稿要对他说“cameover”的，不知怎的，我的心又软了下来。算了，我们没再说话，就各走各的路了。

我知道我没有胆量当着他的面提出分手，只好在 call 机上留言，把我要说的话全都留在了 call 机上。我为过去跟他所做的一切感到羞耻。

从那一天到现在，强也没有找过我，我突然觉得我这样做是明智的，正确的。因为，我在他的心目中根本就没有什么位置，他只是在玩我而已，我又何必去强求呢？他有什么值得我去恋恋不舍的？唉，我这人真贱，有时又情不自禁地想起他，真丢人呵。

莫愁姐姐，这些就是我和强之间的事了，写得乱七八糟的，也不知您看明白没有？我不知道和强分手是否真的明智、正确。我已不再是纯真少女了，以后会有人爱我吗？会给我带来幸福还是痛苦？我很在乎别人的眼

光和非议，我怕别人知道我以前发生的事会瞧不起我，在我背后指指点点！我害怕！

就在我同强默默地分手后，我的第一任男朋友出现了，他叫辉，世界上没有不透风的墙，锋是强和辉共同的朋友，也许是锋告诉他我的事吧！

．我同辉在一起有两年了，处得还不错，后来因为我太喜欢强了，我不忍心再欺骗他，就提出了分手。

故事要从初中说起，或许我叙述得太复杂了，不知姐姐是否有耐心听我诉说。在初中时，我被班里大多数学生公认为班花，就有几个在外面混的女生看不惯我，时时来找我麻烦。从初一到初二，我一直不敢反抗，只是回到家里告诉了爸妈，请他们去告诉老师。

爸妈不想去学校，他们认为同学和同学打架告到老师那儿没多少意思，老师的工作就够多了，别去打扰了。就这样，我任由她们欺负。

到了初二，我再也忍受不下去了。有一次，就和其中一个女孩——f打了起来。我不知从哪儿来的勇气，把她的嘴都打出了血，而事后，我自己却在不停地发抖，连手上流着血也不知道。

我害怕了，我怕她不会放过我，我头脑里闪过一个想法：我需要别人的保护，我需要一个在学校里有点背景的男生。莫愁姐姐，您肯定会说我怎么自己不去告诉老师呢？我去过，但是又有什么用呢？因为我们班年年都是年级先进，班主任不想因为这件事使我们班评不上先进，再说即使是老师找那个女生谈了，不要让她对我怎样，又有什么用？只能起反作用，她们有的跟社会上的人混在一起，心毒着呢！

这时辉出现了，他和我不在同一个班，我们认识是

因为我和辉都是校篮球队的，在一块儿练习时，彼此挺有好感。

辉追我不到一个星期，我就答应了。我想着让辉来保护我。他把我当成妹妹，很尽 boyfriend 的责任，对我很好，还把那个和我单挑的女生教训了一顿。我很得意！

尽管辉处处保护我，我却对他挺冷淡，甚至连普通朋友都不如，我总躲着他。他约我出去玩，我找理由告诉不想去，但他还是会去那儿等着我；我只要几天不露面，他就跑到我家的楼下抬头望我在不在家。

他几乎天天给我家打电话，我爸妈对男生打电话本来很敏感，最后干脆把电话线拔掉了……我对他很早就想提出分手了，但我却放不下他，因为他对我的感情是那么认真，我不忍心。后来我爱上了强，我不能再欺骗辉，我向他提出了分手。后来听朋友说那天他没有回家，他在朋友家里哭了，一边抽烟，一边猛喝酒……我知道他很难过，在他心目中，我是个值得他喜欢的女孩儿，我也不知道我这样做到底是对还是错？

我对不起辉，离开辉之后，我做了些什么，自己甘心堕落，不顾爸妈的数落管教，一味地走“自己”的路，最终落了个不三不四坏女孩儿的下场，我还有何颜面对辉？

辉重新来到我身边，像以往那样关心照顾我。他对我的感情一点也没有改变，那天我忍不住失声哭了起来，他搂住了我。我现在才觉得辉是真心对我的。我很怀念他对我的好。虽然他没有提出要我继续当他的女朋友，可在每次的谈话中，我能听出他的暗示，我该怎么办？我还是原来的我吗？

我现在的处境就像歌里唱的“爱我的人对我痴心不

悔，我却为我爱的人甘心一生悲若……爱我的人为我付出一切，我却为我爱的人流泪心碎……”

我也想过单身贵族的生活，因我们这儿的风气不太好，我又怕异性的骚扰，怕初中那位女同学报复我……莫愁姐姐，您说我到底该怎么办’！

莫愁姐姐，愿您能抽出时间给我来封信，好吗？

对于我现在的状况，真的很希望您给我指出一条正确的道路。

你不应该过早地涉入爱河，爸妈对你的管教训斥里对的。哪一个做长辈的不希望自己的子女出息休的做法的确很伤父母的心。我觉得，你只“boyfriend”投入的感情远远超过对你的父母，在你母亲住院的时候，你怎能不想着尽一个女儿的孝心？躺在病床的母亲还牵挂着你回家没有，想想这，你怎能再惹你的爸妈生气、伤心？不是姐姐责怪你，想想从小到大做父母的为你付出多少心血，还有什么理由不去同你的过去“cameover”？尽管辉念念不忘对你的情义安慰你，但你们的年纪毕竟还小，并不具备正常恋爱的心理，再说你正在念高中。学生的任务主要是学习，恋爱的心思还是留给踏入社会之后再去想吧。

像你这么大的女孩，并不都是以被异性追逐为荣，在你的身边，不会没有刻苦学习的女生，作为班干部，怎能不以身作则，让自己沉3面十不现实的憧憬中？

梦菲，在同强的交往中，你受到了深深的伤害，也看清了社会上某些人的另一面，虚伪、卑劣、这时候，自觉地从追悔中醒悟过来，端正人生态度，是你目前应该去做的。

辉是个好青年，把他对你的情意藏在心中，全身心