

中国人民大学

Renmin University  
of China



性社会学研究所

Institute for Research on  
Sexuality and Gender

<http://www.sexstudy.org>

[首页](#) | [学科建设](#) | [基础研究](#) | [应用研究](#) | [著作发布](#) | [图书检索](#) | [通俗文章](#) | [文献介绍](#) | [讨论地带](#) | [通讯文档](#)

您的位置: [首页](#) -> 性的交换论

## “夫妻性交换”系列1—6

作者: 潘绥铭 来源: 《家庭》1997年 类别: 性的交换论 日期: 2007.04.02 今日/总浏览: 3/1108

“夫妻性交换”系列之一

请注意对方的“性投入”

潘绥铭

如果把夫妻在性生活中的协调,比作双方都在投资搞基本建设,恐怕很多人都会觉得太牵强了。其实这是“话糙理不糙”。人人都知道,“一个巴掌拍不响”,不但发生矛盾时是这样,努力协调是也是如此。如果老是一方做出努力,而另一方却无动于衷,再有耐性的人也终究会改弦易辙的。

夫妻间的性协调,就好象是一个两人合伙的投资建设公司在运转。合伙公司运转得好坏,最重要的因素就是双方投入的东西与所获得的东西是不是基本相符。没有人愿意在一种合作关系中老是吃亏,也无法长期容忍另一方老是占便宜。

可是许多夫妻实际上并不懂得这样一个浅显的道理。最常见的失误就是,一方总是没有注意到,另一方实际上已经投入了许多努力,来协调双方的性生活。

例如,一方喜欢某些具体方式,而另一方却并不喜欢。在运用这些方式时,喜欢的一方就常常忽视了,另一方能够同意这样做,就已经是在付出和投入了。如果喜欢这样做的一方没有用赞赏、感激与体贴来作为回报,那么另一方就会觉得自己没有获得应有的回报,就会觉得对方不理解、不尊重、不爱自己。时间一长,好夫妻也会不由自主地生出些别扭来。

再如,在双方共同选择性生活的时机时,一方可能觉得在这个时机过性生活是天经地义的,但是另一方却觉得自己是在勉为其难,是在付出代价。如果前者没有理解和体谅到这一点,没有用其它方式或者在其它方面做出应有的回报,后者就会认为自己在吃亏,甚至是在被强迫或者被剥削。天长日久,每一个小阴影都累积起来,这个婚姻就会进入寒冬。

夫妻性生活里的互相奉献与互相回报，一般都是心照不宣，很少用语言来说。但是这种“交换”实际上确实存在，而且恰恰因为作出了奉献的那一方不会明说，另一方就更容易忽视，更容易在无意中伤了对方的心。

许多夫妻羞于谈论性的交换，甚至根本就不愿意从交换的角度来认识和评价自己的性生活。但越是这样，就越不容易认清对方为自己所作出的奉献，也就越不可能作出相应的回报，结果终成大祸。

实际上，无论丈夫还是妻子，都不大可能在性生活里一点都不付出，也不大可能一点都不期望回报。所谓夫妻性生活的协调，所谓两个成熟的人之间的和谐性爱，其实最关键的第一步就是：洞若观火般地认清对方的奉献与付出，“就高不就低”地评价对方的奉献对于自己的巨大意义。然后，才会有“涌泉相报”，才会有“鱼水之欢”。

\*\*\*\*\*

## “夫妻性交换”系列之二

### 男人为爱而付出

潘绥铭

大多数人都认为，如果说男人在性生活里也做出了努力，付出了一些东西，那么主要也是说的体力上的付出，或者射精等等生理现象。许多善于体贴人的妻子往往也这样看问题，因此常常在饮食营养、休息保健等方面照顾丈夫，以此作为对丈夫的回报。

这虽然不能算错，但是理解得毕竟浅了一些。对男人来说，尤其是对于血气方刚的青年男性来说，在性生活里最主要和最重大的付出，其实是出于爱情而努力地顺应对方和照顾对方。

中国古人说，在性生活过程中，男人象火，着得快，灭得也快。女人则象水，热得慢，凉得也慢。按照男性的生理需求来说，越是年轻力壮的男人，就越是渴望尽可能早地插入，尽可能快地射精。但是如果他真心地爱她，男人就不得不设法弥补男女之间的这种差异。他不得不多做爱抚的准备，不得不尽量延长性生活的时间，不得不在射精之后继续努力满足妻子的身心需求。对男人来说，这些都是付出，甚至都是“额外的负担”。为了做到和做好这些事，他所付出的努力比单纯地满足自己要多得多。（从这个意义上说，手淫可能是最省事的。）如果不是真爱，不是为了爱，恐怕没有几个男人会这样自己给自己找麻烦。

人到中年的男性，则是相反的付出。这时他的性欲开始减少，情趣日益单一，越来越懒得主动发起什么事。但是如果此前的夫妻性生活一直不错，妻子此时的性需求却开始增加，至少也没有明显的下降。结果许多丈夫开始觉得，过性生活似乎反过来成了自己在“尽义务”，似乎自己在勉为其难。这时，也是只有真爱，只有为了爱，男人才能激励自己，去顺应妻子的性需求。

简而言之，如果仅仅是为了性，男人付出的确实比女人少得多。但是如果为了爱，那么男人在性生活里所付出的，并不比女人少，一些男人可能还要多一些。

可惜，许多女性没有理解这一点。有些妻子自视过高，存在着一种“让你上床就不错了”的潜在心态，不仅无视丈夫的付出，有的反而怨声载道。有些女性对于不平等过于敏感，凡事仅仅从自己的感受出发，不会也不想理解对方，老是觉得自己“亏了”。还有的女性不自觉地把“贞操”或者“初夜权”当作跟丈夫交换的筹码，没有理解丈夫的爱。

这种失误，不但普通女性有，一些女性大学者也有。1994年的一次夫妻性生活调查发现，觉得自己付出得多的丈夫比妻子要多，超出的程度也比较大。于是某位女教授解释为男人在撒谎，或者他们的大男子主义在作怪。其实，所调查的都是高文化的较年轻的大城市里的丈夫。他们恰恰是那些最崇拜爱情、最追求爱情的男性。他们的付出当然会很多很多，而且是一大进步。这实在没什么可怀疑和奇怪的。

您说对吗？

\*\*\*\*\*

“夫妻性交换”系列之三：

“性投入”要主动

潘绥铭

夫妻间的性生活，在客观上是一种交换，因此总是需要有一方首先发起这种交换，首先肯于付出，肯于投入，肯于暂时不要求回报。

一般人都认为，这种首先的和主动的投入，理所当然地应该由男人做出。在新婚之夜，这当然毫无疑问是对的；可是在结婚一段时间以后，恐怕就不那么对了。这是因为，大多数丈夫在习惯于性生活之后，都会不由自主地、或明或暗地期望自己能够欣赏到和体验到妻子的激情，而且最好是主动的和自发的激情。许多丈夫开始期望妻子主动发起性生活，并且在性生活里充分体现女性的婆娑之美、活泼之情和飘逸之柔。丈夫们常常会潜意识地认为，这种需求就好象希望种瓜得瓜一样地自然，丝毫也不表明自己自私。

相当多的妻子没有体察到丈夫这种细微的心理变化。这当然也不能完全怪妻子自私，因为女性的性生理构造与男性不同。在她们的体表上，被动的感受区域往往比主动输出性刺激的区域要多。但是妻子们也不应该过多地强调这种生理差异，因为在性生活中，人的情感力量和行为方式都是无限丰富的，完全可以超越这种其实并不很大的生理差异。妻子如果不肯或者不会做出相应的反应与回报，时间长了，再好的白马王子恐怕也会知难而退的。那时再想挽回，不仅可能事倍功半，而且可能“涛声依旧，不见当年的夜晚”。

无论妻子还是丈夫，在刚刚发现双方出现性生活不协调时，往往都能做到主动投入、主动付出。但是，如果问题一时得不到解决，双方都有可能产生急躁情绪，或者一味怪怨对方，或者轻易地丧失信心，或者往别的方面猜疑，或者把以前的陈芝麻烂谷子都翻出来“算老账”。

为了避免这种情况，夫妻双方都应该真正按照“交换”的原则来思考问题和处理问题。中国有一句老话，叫做“买卖不成仁义在”。它说的是：在交换中，双方的共同目标是完成交换，而不是互相斗气，更不是为了在情感上伤害

对方。因此，在交换中只有付出与获得的平衡，没有任何吵架的必要，也完全不必硬往其他事情上或者其他情感上扯。当然，夫妻性生活里包含着极其浓烈的情感，不能完全跟做买卖相比。但是，对于那些已经出现性生活不协调的夫妻来说，又必须尽力避开感情纠葛，尽量客观地讨论双方的分歧，真的象做买卖那样，好好商量一下如何解决问题。在这种客观的商量中，不管是谁，总得有一方首先主动付出或者投入。在矛盾尖锐时，总得有一方首先做出让步。否则，就只好“买卖不成仁义无”了。

一般来说，觉得自己已经付出很多的那一方，往往更可能拒绝继续付出。如果双方都是这样，又没有外界力量的适当帮助，或者没有一个“下台阶”的机会，那么双方最好还是分手为妙，免得死拖活拖，活人拖死。

\*\*\*\*\*

“夫妻性交换”系列之四：

“性投入”要对路

潘绥铭

夫妻“性交换”的关键是“性投入”，尤其是主动的和首先的投入。但是并不是只要投入就行了，所有的投入都必须“适销对路”，才能发挥应有的作用。在这方面，男女两性容易出现的失误恰恰是相反的。

许许多多丈夫往往觉得，问题既然出在性生活里，那么自己的投入就应该越集中在性行为上越好。结果，有些丈夫盲目地提高性生活频率、增加动作的强度与幅度，甚至使用一些妻子所不能接受的行为方式。这样做，常常因为驴唇不对马嘴而事倍功半，甚至适得其反。

其实，一般女性的性心理特征是：她们往往是从婚姻与性爱的整体上来感受丈夫对自己的情感，并不是就事论事地仅仅看性生活过得如何。女性总是倾向于把性生活与夫妻之间的所有其他生活内容都综合起来，得出一个整体的但是又相当模糊的总体印象。还有相当多的妻子，尤其是以前生活在相对封闭的环境中的妻子，总是倾向于低估性生活对于婚姻与情爱的作用。因此，丈夫在性方面所加倍付出的努力，往往并不被这样的妻子所理解和欣赏，甚至会被误认为是丈夫只图自己快活。面对这样的妻子，丈夫应该更多地从日常生活的其他方面着手，从那些细微之处开始，循序渐进地表达自己的善解人意和亲密无间。这样做时，往往从越远离性行为的事情开始，效果越好。

妻子的失误则恰恰相反。许多妻子已经感受到了丈夫在努力付出，但是她们总是试图在日常生活的其他方面尽力做出回报。可惜，这种良苦用心却往往很难打动丈夫的心，尤其难以感化那些比较年轻的丈夫。结果，一些妻子就开始往丈夫变心的思路走，反而愈发不可收拾。

这种情况是由于男女在评价自己的性生活时，思维方式常常有很大的不同。男性往往喜欢把性生活看作是一件单独的和独立的事情，容易仅仅针对性生活的状况做出自己的评价。他们当然也知道性生活的好坏总是与婚姻状况和情

爱水平直接相联系，但是他们也常常认为，性的问题可以而且必须用性的方式来解决。因此他们会觉得，妻子在其他方面的回报简直就是隔靴搔痒，或者是文不对题，甚至是“装洋蒜”。这样一来，在妻子觉得整个婚姻无比美好的时候，丈夫却可能觉得唯有性生活有苦难言。

要解决这样的男女差异，可不是一朝一夕的事。但是鼻子底下有嘴，夫妻双方都应该做的就是：开口去询问对方在性生活中的感觉、评价、期望与不满。这跟所有交换中的问价，不是同一个道理吗？

\*\*\*\*\*

“夫妻性交换”系列之五：

把自己摆低一点

潘绥铭

在夫妻性交换中，总要有一方首先主动地投入和付出，或者做出让步，双方的交换才有可能持续下去，才能带来理想的效果。

这个道理，可能天下的夫妻都懂。但是许许多多的夫妻却往往在具体实践中，不自觉地出现了两个失误：

第一个是把“总有一方要付出”变成了“究竟谁来付出？是你还是我？”

第二个失误则是把“主动付出”变成了“谁应该付出”。

这样一来，即使在感情很好的夫妻之间，也难免因为“性交换”的问题而出现一些不顺心。

例如，当妻子在精神上比较疲惫或者有其他事情分心的时候，虽然感觉到丈夫有性爱的需求，但是常常会在心里抱怨：我这么累（或者忙），你就不能体谅一下我吗？她显然认为，丈夫“应该”在此时多付出一些。可是许多丈夫此时恰恰在想：虽然我知道你累了，但是男人总得过性生活呀。你就不能迁就我一下吗？他显然是认为，此时妻子“应该”付出。如果两个人能够开诚布公地谈论性问题，那么很可能从“谁应该付出”开始，争论到男人的性欲与女人有什么不同，甚至会“上纲上线”到男女平等这样的大问题。这还是好的。如果夫妻双方都把抱怨憋在心里不说，那么日积月累，难免生出些变故来。

我们为什么总是喜欢强调对方“应该”如何如何，却为自己的不主动付出而百般辩护呢？这恐怕是因为，在夫妻的相互关系中，我们不由自主地把自己的位置摆得比对方更高了一些，把自己的需求看得更重了一些。

其实，无论从心理学的角度来看，还是从日常生活中加以总结，我们都可以发现：凡是两个人之间发生任何一种矛盾时，把自己摆得低一些的那一方，往往更能够赢得解决矛盾的主动权。在摔跤比赛中，把自己的重心放低，就能使自己的动作更加坚实稳固。在商务谈判中，坚持从自己的最低要求谈起，就更容易促使对方做出应有的让步。在人际交往中，“弱者”一般不会被视作敌人，而且“弱者”的存在，常常在客观上迫使“强者”不得不表现出宽容、理解与呵护。

同样，在夫妻发生性方面的矛盾时，如果把自己摆低一点，首先考虑自己“应该”做什么，甚至把这种“应该”首先视为自己的义务，那么，第一，您就更容易理解和体谅对方的苦衷；第二，双方都无法生气，架也就吵不起来；第三，对方也不得不想想自己的“应该”，即使嘴上不说，当时不想，但是这种“欠债”的感觉总会油然而生的。这，不比互相争执或者心里憋气要好得多吗？

\*\*\*\*\*

“夫妻性交换”系列之六：

夫妻亲，“帐目清”

潘绥铭

如果说得“俗”一些，夫妻之间的性交换也和任何其他交换一样，不仅必须是等量的和自愿的，而且双方应该有一本共同的清楚帐目。

这本“账”，恐怕没有人会真的写在纸上，但是却必须存在于双方的心里。这本账有两个要素：第一是清楚，第二是共同，就是互相认帐。

清楚，并不是说事无巨细都一一记录在案，而是说，每一方对自己在夫妻性生活中的投入程度和对方的付出程度，都应该有一个鲜明的总体感觉。例如，有些丈夫只会抱怨妻子“性冷淡”，却说不出妻子曾经付出过什么，哪怕很少很少；也没想过自己还有哪些可改进之处。这账能算清楚吗？反过来也一样，有些妻子仅仅在自己的委屈里打转，一说起来，似乎丈夫从来就什么都没有付出过（这是不可能的）。这岂不是糊涂帐一笔？如果自己的账就不清楚，却要跟对方去“算帐”，只能引来一场混战，搞得两败俱伤。

有了清楚的账，还要互相承认才行。如果双方在生活的其他方面还是和谐的，那么最好和最简单的办法就是直说——在适当的时机、用适当的口气、直接说出适当的内容。如果双方还缺乏直接交谈的习惯，那么可以试用“折射式交谈”，就是通过谈论别人、议论书报上或者影视里的故事，来传达或者暗示自己的想法。如果双方已经有了一定的隔阂，则可以有意地设计一次不大的争吵，以“气头话”为掩护，把自己的真实想法喷吐出来。只要别伤感情，对方在事后会品味这些话的。这也就达到了交流的目的。当然，如果双方的矛盾已经很深，那么互相认帐就很难做到了。但是对于任何一方来说，来它一个“最后的晚餐”式的直说，也同样是可取的。它不仅还有破镜重圆的一线希望，而且也可以帮助你翻过这一页，重新面对选择。

但是也要注意：所谓“直说”，并不是直通通地只顾自己傻说一顿。凡是生活阅历丰富的人都知道，越是对亲近的人，越不能搞正面冲锋，反而是迂回进攻更容易成功。例如，可以首先从日常生活或者亲友关系说起，首先让对方意识到自己有一些烦恼，然后逐渐把话题引向夫妻的一些共同活动，例如做饭等等。最后再暗示：此外还有……。如果对方仍然没有醒悟，那么宁可就此打住，下次再重新照样来过。这可能很烦，也确实是新的付出，但是顽石点化之时，对方会新账老账一起认的，会换来更多的回报。

关闭窗口

文章版权归原作者所有，未经允许请勿转载，如有任何问题请联系我们。

Copyright ©2002-2005 中国人民大学 性社会学研究所 All Rights Reserved  
京ICP备05053204号 电话：(010) 62514498 Email: [book@sexstudy.org](mailto:book@sexstudy.org)