



父亲与女儿

——女人为什么是女人？

●他是你生活中的第一位男人！这一开天辟地的男女关系以一种最为深刻的方式影响着你的这一生

.....



• 日常生活心理学丛书 •

父 亲 与 女 儿

——女人为什么是女人

〔美〕威廉·阿普尔顿 著

成伯清 译

知 识 出 版 社

北京·1990

内 容 简 介

本书基于最新的调查结果和引人入胜的个案历史，阐释了父亲在女性生活中的巨大影响。为每一位对父亲和自己都深感莫名其妙而疑云重重的女性，为每一位有过女儿的父亲，提供了匪夷所思的洞见！作者 W.S.阿普尔顿的富有探索性、系统性的著述将使女性心中郁抑已久的“灰姑娘情结”涣然冰释。

Fathers and Daughters

by

Williams, Applenton

Berkley Books, New York, 1984

日常生活心理学丛书

父 亲 与 女 儿

——女人为什么是女人

成伯清 译

知识出版社出版发行

(北京阜成门北大街17号)

新华书店总店北京发行所经销 文字大〇三厂印刷

开本 787×960 1/32 印张 6 字数 102 千字

1990 年 11 月第 1 版 1990 年 11 月第 1 次印刷

印数：1—6500

ISBN 7-5015-0469-5/B·47

定 价：2.50 元

女性生活三部曲

慰藉阶段：女孩正当童年，父亲30多岁。天伦之乐使父女一起逍遥于日常生活的严酷之外。她依赖于他无条件的爱抚、注意和关怀。

青春阶段：深刻的自我中心主义和独立与依赖之间的冲突，表现尤为突出。这是父女之间学会分离的过渡期间。

成熟阶段：女性已经成功地脱离父亲——既不依赖也无怨恨，欣然承认他及自身的力量与缺陷。

前 言

人们所面对的世界，是一个变幻莫测、丰富多彩的世界；人们所处的社会，是一个纷繁复杂、生机勃勃的社会。我们每个人每天生活在其中，与各式各样的人和事发生联系，各自品味着不同的生活感受：有喜、有悲，有欢乐、有忧伤，有顺畅、有曲折，幸福与痛苦交织，明晰与困惑并存。人人都希望自己的日常生活美满、如意，都不希望有欠缺、烦恼。为此而把目光投注于科学，也有的去祈求上帝、神灵的保佑。对于后者，当然不会有丝毫的益助，唯有科学才有可能真正满足人们的美好生活愿望。在这方面，一门十分年青并具有强大生命力的科学——社会心理学正愈来愈大地发挥着它特有的功能。这是由于这门科学自身的性质所决定的。我们知道，人们的日常生活，是整个人类社会生活的一个基本方面，而作为生活主体的人，既是有着生理和心理活动的生命个体，每个人同时又是在一定的社会中生活的，因此人的心理活动也无不具有社会性。以研究人们的社会心理活动为己任的社会心理学，无疑与人们的日常生活息息相关，其研究成果可以在很大的程度上

有效地帮助人们解决日常生活中所遇到的许多问题。正是为了满足人们追求美好的日常生活的热望，我们编辑了一套以社会心理学知识解答人们日常生活中的心理问题的通俗性丛书，以便于广大读者掌握一门驾驭日常生活的心理技术。

这套书总名为《日常生活心理学丛书》，共12本，内容涉及人们日常生活的诸多方面：有关于夫妻、母子、父女、朋友等关系中的心理问题及其调适方法；有关于如何在当今社会激烈的竞争中，或在与他人包括领导、下级、同事等人际交往中应付裕如的心理技术；有能使小孩显得更加活泼可爱，使成年男女增辉添色、更具魅力，使老年人重唤青春光彩的打扮技巧；有对走向现代化社会进程中的中国人种种心理问题的全景式曝光，也有对长期困扰人们的迷信、谎言等现象的心理透视。对于日常生活中存在的心理问题、心理障碍，本丛书并不仅仅限于诊断，同时也提供了有效的治疗方法和技巧。如：不用仪器、无需药物的催眠术，或通过笑的心理疗法来解除烦恼、忧愁等等。

本丛书没有冗长的篇幅（每本书一般都在10万字左右），没有深奥的哲理，没有晦涩难懂的概念。通过作者及编译者的努力，已经尽可能地把社会心理学及其相关学科的知识转换成通俗易懂的语言，所举的例子大多是你亲身经历过或在你身边发生的事。阅读本丛书，应当说是一件轻松、惬意的事。工作之余或旅行途中，都可以拿出其中的一本

随意翻阅,相信它对你的日常生活会有所裨益。

坦率地说,由于我们的水平有限,本丛书无论在总体设计上,或者书稿内容本身,总难免有这样那样的缺陷和不足,我们诚恳地欢迎广大读者提出批评。

本丛书得以问世,是众多著译者、编辑及出版人员共同努力的结果。我们首先要感谢各位作者、译者,正是由于他们的辛勤劳作,才使我们关于这套丛书的设想变为现实;我们由衷地感谢吴尚之、滕振微、朱建毅这三位责任编辑,他们是在担负着大部头工具书《中国大百科全书·社会学》卷这一繁重的编辑任务的状况下,利用自己的业余时间从事本丛书的文稿编辑加工工作的,尤其是吴尚之同志还协助我们做了不少主编方面的工作。承担封面设计的专家张慈中及胡杰同志,中国大百科全书出版社出版部的徐崇星、社科一部负责人钟国豪、龚莉同志,以及严峻、刘芳等同志,对本丛书的编辑出版都给了不少的支持和帮助,在此一并表示感谢。

吴尚之 谢曙光

一九九二年二月

译者前言

一般说来，父亲是女性生活中的第一位男人。

这一开天辟地的男女关系，在风俗习惯、日常伦理观念的笼罩之下，好似一团神秘的迷雾，人们对此往往讳莫如深。如欲探究，也无从下手。原因的复杂自不待言。然而，父女共处的经历确实持久地、深刻地影响着女性生活的方方面面：求学、职业进取、交友觅偶、性爱等等。而在这些方面出现的许多问题，大多可能根源于父女关系。遗憾的是，那些力图“自尊、自信、自立、自强”的女性，大多对此茫然无知。

美国学者威廉·阿普尔顿根据长期的临床经验和最新的调查成果，辅以发人深省的个案材料，细致入微地阐释了父亲对女性生活的巨大影响。他创造性地提出了“双重生活周期”的分析框架，将父女关系的发展历程分为慰藉、冲突和分离3个阶段。在慰藉阶段，女儿正处孩提时代，天真烂漫，承欢膝下；父亲恰值而立之年，在事业上惨淡经营，奋力拼搏。不难想象，当父亲从严酷的现实回到家中，他们共享天伦之乐，对双方都不啻是一种慰藉。进入冲突阶段，女儿步入青春时期，随着生理的日渐成熟和交往范围的拓展，导致心理的波动起伏，感情的变化有如暴风骤雨。这一时期，女儿的自我意识逐渐形成，她

们既想摆脱约束,与父亲分庭抗礼,但又无力自立,需要指导和支持。她们的内心充满矛盾和痛苦,往往焦躁不安,喜怒无常。这一阶段的父亲已步入中年,处于第二青春期,对自己的事业、婚姻、理想和人生价值都在进行重新评估,是改弦易辙,还是安于现状,或者认定一事无成而自暴自弃?他们也心烦意乱。又因为女儿已经懂事,父亲在她们心目中完美无缺的所谓英雄形象骤然陨落,所以她们不再乖顺听话,提供娱悦,一解父亲之忧愁。相反,她们可能由失望转为恼怒,对父亲的弱点和缺陷大加揶揄,极尽讽刺挖苦之能事。通常情况下,这是一个龃龉迭起、冲突不断的阶段。在分离阶段,女儿理应在生理上和心理上同父亲彻底分离,放弃对他们的依恋,完全成熟起来,开创和享受自己的生活。但有些父亲不忍女儿远走高飞,凭借自己在物质财富上的实力和人情世故上的练达,将女儿牢牢拴住,拢在身边,结果给女儿造成诸多不良影响。

倘若父女之间都能愉快、顺利地完成这三个阶段,则皆大欢喜,各得其乐,人间也可免除不少的烦恼和怨恨。遗憾的是,由于无知和处理不当,许多女性往往固着和停滞在某个不成熟的阶段,她们缺乏自信、自尊、安全感及其求职中所需要的技巧与能力,从而给事业和爱情带来了无穷的烦恼和忧虑。加之现代社会的飞速发展,更使得她们在接二连三的挫折面前,束手无策,心灰意冷,倍受寂寞孤独之苦。为此,作者追根溯源、条分缕析,将问题

的症结剖露于读者面前，并提出了改变现状、重塑行为模式的建议。

本书作者为我们揭示了许多熟视无睹的真相，诸如：职业建树的三个阶段，不安全感四种形式，适当的人际距离等等。女性读者阅完这一富有探索性和系统性的著作，并辅以坚强的意志和不懈的努力，那么，你心中郁抑已久的“灰姑娘情结”将涣然冰释。当然，如果你是一位男性读者，除了增添你对女性心理奥秘的洞察外，还可以加深你对自己的人格倾向和存在的问题的理解。作为一位父亲，如果想让女儿更好地适应未来的社会角色，如果想使父女关系更为和谐融洽，那末此书更在必读之列。

本书作者威廉·阿普尔顿教授随机选择了愿意合作的 81 位女性，就父女关系问题进行了深入的访谈，搜集了详细的第一手资料，作为他建构理论的直接素材。当然，他对所研究的问题的难度也是一清二楚的，凭一己之力不可能将全部问题搞得水落石出。然而，作者的分析的确有独到之处，他在研究父女关系方面迈出了重要的一步。诚然，仅仅从医学和心理学的角度来分析复杂的父女关系显然是不够的。由于文化传统、价值取向和社会意识形态的差异，作者所提出的有些观点，也有明显的局限性，相信读者会以分析的眼光来对待书中所提出的观点，并作出自己的判断。

在本书翻译和编辑加工过程中，译者及编辑根据中国的社会实际和读者的习惯，对原稿在文字上

作了一些加工和删节。承蒙本套丛书主编和责任编辑的鼎力相助，本书译稿才得以问世。学友赵惠兴对译稿作了不少润色，在此一并致谢！

成伯清

1990年春于南开

绪 论

在 20 年精神病学的研究生涯中，数以百计的敏感而聪明的女性，向我倾诉了她们对职业和与男性相处的失望之情。又因编辑《世界主义者》杂志的特约专栏之故，我收到过许许多多女性的来信，她们描述了自己与情侣相处的麻烦。令我诧异的是，在当今弗洛伊德主义风行的时代，这些困惑不安的女儿们，竟极少有人识辨出父亲是她们成年生活凄惨的一个促成因素。于是，我决定在业余访谈 81 位女性，力求深入了解、集中探讨她们的父亲对她们成年生活的影响。基于自愿的前提，从我执教的班级、我所参与的社交聚会、我工作和会诊的场所中，对参与这一研究的女性进行了随机选样调查，发现绝大多数女性非常乐意讨论父亲对她们的影响。

结果十分有趣。毫无疑问，她们的职业和私生活深深地打上了父亲影响的痕迹。我感到纳闷的是，为什么我的病人和《世界主义者》的读者没有主动地告诉我深藏于她们心中的一切，即她们与父亲共度岁月时所留下的深刻的印记。我发现，她们虽然的确意识到了来自父亲影响的重要性，但却不知如何运用这些洞见。因而，她们也还不善于自觉地去观察自己的父亲。每当被询问时，年轻女性经常

报告在维持亲密关系、享受成功喜悦和在工作中满怀信心勃然进取等方面，有一种无能为力的感觉。当进一步询问时，她们经常能仔细入微地描绘她们的父亲。但是，为了克服眼下的困境，她们都未能成功地消除过去父亲施加的不良影响。

撰写本书的宗旨，在于帮助女性在恋爱和事业追求中改变不愉快的局面，在社会生活中觅得更多的乐趣，在职业中充分挖掘潜力。仅仅关注父女关系并不会奇迹般地产生这些结果，但按照我所建议的方式运用这一知识，则将为达到上述目的提供有益的帮助。

如上所言，仅仅知晓父亲没有给予女儿以支持这一点，尚不足帮助女性在职业和爱情中树立自信。原因是双重的，首先涉及到所谓的离析防卫机制。它促使个体摆脱某一事变，阻止其成为他或她有意义体验的一部分。但事变本身无法忘却，只是被剥夺了感情内涵，其联想性连结遭到抑制。这就是为何女性“看出”父亲如何影响她们，但却不能在感情上整合这一事实的原故。

使我吃惊的是，克服了这一防卫机制，并不如经典精神分析学所声称的那样奏效。原因在于，这仅表明了全部父女问题的一部分。一位 45 岁的妇女，我称她为卡罗·雅各，在生活中她对男性总是怒气冲冲。克服了防卫机制之后，她终于能够将对遗弃家庭的父亲的怨恨联系起来。然而，只有当得知父亲奄奄一息后，她才能回忆起童年时代他们共享的

温馨和亲密。另一位女性，我叫她琼·泰勒，她叙述了试图亲近她的男性的狂傲自大。离析防卫消退之后，她能够将与情侣问题的起源和独揽一切的父亲联系起来。很久之后，她才意识到，在世上她最佩服父亲的智慧。而与男性交往的困难，不是由他们的独裁举措所引起的，而是导源于这样的事实，即谁也不如她父亲聪明，或者推而言之，谁也比不上她。恰是她自己鄙薄了她的情侣。

女性难以理解她和父亲的关系与她成年困难之间的联系，第二个原因在于她的知觉极其狭隘，而且停留在字面上。她自以为理解了个中底细，其实不然。

倘若理解父亲的影响，女性需要从他的全副形象开始。除了消除压抑和恢复记忆外，她尚须开阔与父亲共度岁月的视野。自精神分析盛行之后，有关成人发展阶段的知识便荡然无存。这样，父亲就被看作是简单的形象。现在我们知道，人的变化贯其一生。父亲不断成长，女儿更复如斯。那些开始说憎恨父亲，继而又说热爱他们的女性，实质是在叙说她们生活的不同时期。起初，卡罗·雅各仅记起了18岁时遭到父亲遗弃，只是后来才回忆起有关童年时代父亲对她的体恤和关怀。

对我而言，这些发现并非否定精神分析的价值。它不过表明，父女关系唯有根据时而错综复杂，时而冲突呈迭的双重生活周期，方能更好地加以理解。

对一个女性而言，如果她想理解与父亲共同生活的历史如何影响她胜任工作的能力等等，就必须

彻底领悟他们共度的全部时光及其具有的后果。唯有懂得了自身需要的发展过程及其如何影响了她对男人的选择和行为之后，她才能着手改变任何觉得痛苦而不尽人意的模式。

绝大多数女性无从克服与父亲共同生活的日子
的不利影响，其原因与其归咎于对犯忌性欲的压抑，
不如归咎于理解了他及她们内在变化后产生的罪恶
感。在小女孩、青年和成人的眼中，父亲呈现为三
种不同的形象。由于羞怯、太忙或者力图庇护她免
入艰辛的现实，父亲在女儿面前经常躲躲闪闪。即
便他空闲下来，而且态度和蔼，但她还是可能无力
或不愿去理解，因为她太幼小、太不现实、太害怕
恼怒或太爱他了。

父亲扮演了多种角色，包括养家糊口者、纪律
执行者、权威、男友、圣诞老人等。女儿通过童
稚的眼光和需要来观察他，有时还很现实，但这
种观察往往以歪曲的形式出现。他们同处的日子
是双方成长和变化的时期。我从调查中获悉，这
一过程大概延续30年。倘若一切顺利，女性便
成熟起来，从容地享受温暖的性爱，持久的亲密
和成功职业的快慰。

从研究中我了解到，女性30岁以后才能完全
理解她与父亲的关系。届时他年已60，展现得
淋漓尽致而一览无余。有人可能对这些带有任
意性的数字吹毛求疵，将女儿的觉悟年龄段划
在20多岁；或者断言，重大的变化可能在30
岁以后甚至60岁以后才会发生。但是平均而
言，如果女性到30岁时理

解与父亲的关系，生活的方方面面将为她提供足够的信息。

女性如若想理解与父亲共处的 30 个春秋，就不能为片面的感情记忆而一叶障目。对父亲的蛮横狂妄满怀忌恨的女性，抱怨这妨碍了她的成年生活，无疑言之有理；但她缺乏必要的洞察力，恰是由于对他倜傥不群的敬仰而导致了她对男性的蔑视。通过斟酌父亲的整个形象并意识到自己的盲目自大，她开始友善地同年龄相仿的男性交往。

然而，理解不代表全部。女儿此时面临着这样的挑战：将理智知识转化为情感知识，并明智地用它来消弭在成长过程中遭受的伤害。例如，一位 34 岁的女性谈到她父亲，总是颐指气使、强令服从，垄断了所有家庭成员的思想观点。她自己抱怨男人总是妄自尊大，苦心谋求对女人的控制。她很快地意识到，这一认识导致她寻找自己能够支配的孱弱男性。她渐渐地看清自己是如何在发号施令中觅得乐趣。后来她还明白了，与父亲及其他男性（不包括她的情侣）比起来，她感到自己是何等的软弱、优柔寡断和无能。她也不可能尊敬那些徒劳无益的情侣。女性的苦恼往往来源于上述那一类隐晦的连锁反应，但她们很难看清内在感情和生活方式之间的联系。只有理解了她当初所抱怨的那骄傲自大的父亲如何留给了她现在嫌恶一切的毛病时，这位女性才能开始改变自己的生活方式，从而改变感受形式。

激起改变的愿望总是令人烦恼的。一连串不愉

快的爱情事件，不安全感，职业中反复的失败，所有这些都将带来痛苦，从而有可能激发起改变不愉快模式的欲望。但要改变自身，必须认识可供选择的行为方式和感到作出选择的力量。改变意识的工具固然重要，但仅此还远远不够。还要告诉你现在何方、如何到达及去向如何。除此之外，为改变生活，努力和意志不可或缺。一个自信在理智上比所有情侣聪明(就象父亲比她高超一样)的女性，仅有洞见还不足以阻止她存在这种感觉。她必须开始选择亲密和平等，而非统治和征服。她应当学会欣赏一个平等的男人，并尊重他的胜己一筹的领域，接受他不大在行的领域。如果她想要改变跟男性的关系，从根本上讲，这就是她的责任。别人可以充当媒介，给予安慰和鼓励，但唯有她自己才能付诸实现。

通过本书，我希望能够帮助女性对长达30年盘根错节的双重生活周期的接触，而获得洞见。我为此建构了一个父女图式，或许能帮助她们迅速地达到目的。这在下列各章中将会充分叙述。但是，现在我有责任告诫各位女性，余下的要全靠你们自己了。根本的改变需要很长的时间，几年而不是数月。重重障碍有时也使人觉得无法克服，容易让人畏葸不前。有的女性确信，世上没有比她父亲更聪明或善良的男子。她孤独无比，但又无力与男性同享甜情蜜意。她的问题就出自父亲的影响。寻找适合自己的男性的每一步努力，她都需要更为深入的洞见。有时，试图改善她与情侣的交往方式，需要有