



家庭教育

The Connected Father

怎样做个 体贴的父亲

著者：皮卡哈特

译者：祁志强 郭熠 等

成为好爸爸的12堂必修课

 华东师范大学出版社

The Connected Father

怎样做个体贴的父亲

成为好爸爸的12堂必修课

著者：皮卡哈特

译者：祁志强 郭熠 等

 华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

怎样做个体贴的父亲/(美)皮卡哈特(Pickhardt, C. E.)
著;祁志强译. —上海:华东师范大学出版社,2009
(明心书坊·家庭教育)
ISBN 978-7-5617-7225-6

I. 怎… II. ①皮… ②祁… III. 青春期—健康教育:
家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 180521 号

明心书坊·家庭教育

怎样做个体贴的父亲

著 者 (美)皮卡哈特
译 者 祁志强 郭 熠等
责任编辑 刘 佳
审读编辑 胡亚楣
责任校对 赖芳斌
装帧设计 黄惠敏

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
电话总机 021-62450163 转各部门 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537(兼传真)
门市(邮购)电话 021-62869887
门市地址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 址 www.ecnupress.com.cn

印 刷 者 常熟市文化印刷有限公司
开 本 700×1000 16 开
印 张 11.5
字 数 181 千字
版 次 2010 年 3 月第 1 版
印 次 2010 年 3 月第 1 次
印 数 4100
书 号 ISBN 978-7-5617-7225-6/B·504
定 价 26.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

译者序



培养人不仅仅是传授知识,还包括情感和个性的塑造。青春期孩子的情感和个性,均是在父母语言和行为的影响下形成的,尤其是父亲,他的一言一行对孩子的心理成长起着非常大的作用,而这在当今的家庭中常被忽视。父亲与孩子的关系,尤其是与青春期孩子的关系常常很僵。幸运的是喜欢交朋友的我,能有机会观察多位父亲,比较他们之间的异同,并观察由他们塑造的孩子的心理世界的差异。因此,我能深刻地认识到,在青少年成长的漫长过程中,父亲的语言和行为对孩子的心理世界所产生的巨大影响,但无奈至今还没有看到一本好书专门描述这一现象,直到看见了 Pickhardt 博士写的书,喜出望外,有种久旱逢甘露的感觉,便决定一定要翻译过来,介绍给国内的广大父亲,希望本书能帮助他们改善与青春期孩子的关系,能有助于为我们的祖国培养健康阳光的下一代。

育人工作是润物细无声的,需要父母不厌其烦地、细



致耐心地帮助他们的孩子成长,在这方面,母亲常常做得比较好,父亲在家庭中常常以一种权威、不好沟通的方式呈现在孩子尤其是青春期孩子面前。只有发现自己的孩子在个性和情感上存在严重的缺陷时,父母才认识到家庭教育的巨大作用,然而为时已晚。因此,谨希望本书能改进父亲与自己孩子为数不多的交流方式,防止涓涓流水汇聚成一滩死水而后悔不已。

本书有两个特色:

一是观点新颖、系统全面。

在全世界范围内,研究者大多热衷于探讨家庭中女性角色对孩子人格的影响,较少关心男性角色对孩子人格的作用,似乎在家庭中教育孩子主要是女性的工作,而男性只需负责在外面的世界中打拼事业,赚钱以养活家人。于是在孩子教育失败后,女性大多成为人们指责的对象,男性似乎不需要负责任。然而家庭中的男性角色(父亲)对孩子的人格塑造确实起着不可忽视的作用,本书作者敏锐地发现了这一问题,并在书中系统全面地阐述了这一问题:包括青春期各个年龄段的孩子,既包括男性,也包括女性。

二是观点讲解深入浅出,语言自然动人。

本书作者以平实、自然、通俗的语言叙述着自己的观点,没有使用生涩难懂、矫揉造作的词句,使读者能够容易、准确地领悟作者想要表达的意图。将智慧的精华显现于波澜不惊处。

本书译者如下:序,祁志强(南京政治学院上海分院);第一章,杨春辉;第二章,陈晓华;第三章,周其亮;第四章,李云;第五章,郭熠(空军装备研究院);第六章,祁志强;第七章,许翔杰;第八章,祁志强;第九至第十二章,柳恒超(上海市委党校)。最后,祁志强和郭熠对全书进行了统稿、编辑和校正。

祁志强

2009年4月于上海

序言



这本书不是空谈理论而是教人如何做。本书尝试回答一个问题：“父亲在面对青春期的孩子给自己带来的种种挑战时，能够采取什么样的行为应对，采取什么样的话语沟通，以保证自己和孩子的亲密关系呢？”就这一问题本书讨论父亲作为亲人和家庭中的男人，应做的事务以及应承担的角色。在青春发育期间我们的儿子和女儿开始了他们那繁琐和错误地迈向独立的旅途。本书通过大量的讲道理、举例子和对白，描述了如何帮助父亲应对这一时期的孩子在成长过程中的种种问题。

在阅读过程中，请记住以下4点建议：

首先，要了解没有任何一位父亲能够遵从本书所描述的每一条原则。不仅因为这些原则太多了，而且它们不一定适用于每个家庭情境。请选择对你有用的想法和建议。

第二，除本书介绍的方法外，仍存在许多能够与你的孩子保持亲密关系的方式。所以，我的例子仅仅旨在帮



你参考一系列的父亲可以做的选择。

第三,在书中我描述的父亲和母亲之间的性别差异,不是确定无疑的,而是一种倾向,留有大量的余地供大家将这些差异分出层次或者寻找例外。

第四,记住没有一个单一的适用于每一位父亲的有关父亲身份的定义,而且也不应该有这样的定义。过去的经验、个性特征、文化差异、家庭传统、生活环境、宗教熏陶、父亲和婴儿的人性特点、婚姻模式等,这些因素综合起来导致不存在两位父亲在定义和承担自己的角色时是一模一样的。但是,父亲的身份或定义确实存在着积极的方面,这是每一个人应该效仿的。虽然不存在普遍适用性的父亲角色,但作为一个男人他还是在人性、性格倾向以及家庭环境的允许下,付出全部的忠实的努力。

通过他自身提供的榜样,通过他如何对待他的家庭,通过他如何在世界上立足,父亲对他孩子的发展产生了巨大的影响,尤其是在孩子处于青春期,正寻找榜样去认同和效仿的时候。对于一位父亲来说,如果在这个关键时期他躲得远远的,那么就意味着他放弃了这个机会,放弃了这个影响,放弃了这个责任。

这本书不是谈关于如何成为一个完美的父亲的问题,当然也不存在这样的人。任何一位父亲,像任何一对父母一样,能给予孩子的最好的东西是一个平凡的人:既会坚强也会脆弱,既会作出好的判断也会作出坏的判断,既会表现出体谅的一面也会表现出自私的一面,既会做正确的事也会做错误的事。事实就是如此。我的目的不是告诉你如何做父亲,而是让你思考自己想成为哪种风格的父亲,尤其是当孩子处于青春期之时,当为人父母的艰难时刻开始之时。

当孩子进入青春期后，本书有助于你理解作为父亲要承担的独特的角色和责任。



目 录

译者序 1

序 言 1



第一课 父亲与母亲的关键差别 1

父亲不是母亲，青少年不是孩童 1

父亲不是母亲 2

父亲是一个注重表现的家长 10

青春期不再是孩童时代 13



第二课 为什么父亲会失去与孩子的亲密关系呢 15

由失落产生痛苦的问题 16

表现失败的问题 18

不断升级的冲突 20

建立双向的联系 23





第三课 工作的烦恼 25

花时间在工作上，减少了与家庭相处的时间 26

让工作束缚给家庭带来压力 28

把最好的状态奉献给工作而不是给家庭 30



第四课 弄明白青春期变化的期望 33

否认的问题 33

知道你期待什么才是重要的 37

第一阶段：从儿童期分离 39

第二阶段：重新定义身份 41

第三阶段：进入独立期 41

以错误为基础的教育 43



第五课 青春期早期的亲子关系(9到13岁) 45

青春期与发育期 46

否定的态度 47

逆反 50

早期的试验 54



第六课 青春期中期的管理(13到15岁) 57

混乱的房间 60

互联网 63

当行为变得勇敢 65

冲突的舞蹈 67

偷溜出去 68

说谎的力量 69



第七课 青春期晚期的亲子关系(15到18岁) 72

鼓励更多的责任感 74

在新行动开始时的焦虑 76

经费预算 78

物质滥用推迟成熟 79

支持“做人做事的规则” 81

第八课 自立试炼期的父亲行为(18 到 23 岁) 84

- 生活方式上的压力 85
- 父亲的倦怠问题 87
- 孩子在自立试炼期的三种脆弱性 88
- 从管束者到良师益友 89
- 正确看待失败 92
- 自立试炼期结束的标志 94
- 最后结算 95

第九课 权威的维持 99

- 约束和促成权威 100
- 青少年和家长权威 102
- 基于控制的和基于关心的权威 103
- 青少年的独立与成年人的权威 103
- 控制的问题 104
- 控制策略 106
- 后悔的问题 110
- 全面地看待家长的影响力 111
- 权威与愤怒 112
- 谁主导着父亲的愤怒 114
- 愤怒和暴力 115
- 当一个人易于发怒时 117
- 方法 119

第十课 引导交流 120

- 沟通的简单哲学 121
- 感觉被割裂 122
- 使交流中断的因素 125
- 说者和听者的角色 126
- 电子媒体的干扰 127
- 了解的需求 128
- 性别上的差异 129



沟通等同于“说出来” 130
闭口不言的问题 131
鼓励沟通的有效途径 132
害羞和闭嘴 133
当你的孩子不愿意和你谈论 134
父亲的责任 135



第十一课 抚养一个青春期女儿 136

为什么青春期的女儿对父亲来说是迷惑的 137
当孩子有同性恋倾向 138
架起跨越性别鸿沟的桥梁 139
家庭中女儿的青春期的旅途 140
给女儿足够的距离 141
避免和女儿保持过远的距离 143
心不在焉的父亲 144
练习解决问题的艺术 145
教女儿处理男女恋爱关系 146
性骚扰和性侵犯 148
是一个女性 = 是一个少数者 149
家庭中的性别歧视:边缘化的孤零零的父亲的问题 151



第十二课 抚养一个青春期儿子 153

适应青春期的儿子 158
构建跨越差异的桥梁 159
解决差异 161
处理与你青春期儿子的冲突 163
权力争斗和权力测试 165
探讨性的现实 167
讨论钱的可行性问题 169
最后的话语 170
父亲的工作 171

第一课 父亲与母亲的关键差别

父亲不是母亲，青少年不是孩童

成为父亲需要跨越一道门槛。跨过了那道门槛，你就不仅是从一个角色转换到另一个角色，而且你也必须从一个婚姻合作者晋级为接受一系列繁琐的新责任的人。这种责任将会使你成为一位培育者和供予者，成为一位父亲和家庭中的男人。

对于一些男人来说，这种“晋级”的挑战与别的相比是更为诱人和熟悉的。也许你在回想自己曾接受的父爱和家庭经历时，会认为它们是积极正确的，进而把它们作为令人鼓舞的榜样行为去学习：“我要成为一位好爸爸，就像我爸爸以前对我那样好。”另一方面，如果你在成长过程中没有接受到积极的父爱，只有淡漠的情感、缺失的父爱或者遇到了粗暴的父亲经常的虐待，那么你会对父亲这个角色感到恐惧，因为你头脑中如何抚育孩子没有概念和自信。最糟糕的是，你可以感觉到注定要在一个新的家庭中再次上演你儿时的痛苦和难受。

如果你的脑海中存在着许多关于父亲对你粗暴行为的回忆，且是痛苦的，那么父亲这一身份对你来说可能会作一个巨大的调整，而且会使你感到焦虑。所以你可能会逃避这个角色，把养育孩子的责任留给你的妻子，而不是积极融入父亲的

角色。你或许这样想：“我对于如何做父亲一无所知！”然而事实并非如此，所有的父亲，就像所有的母亲一样，给孩子提供了两种父母的模型，而不是一种：如何成为一个合格的父亲或母亲；为何不能成为一个合格的父亲或母亲。曾受过良好父爱的那些人可以按照“如何成为合格的父亲”的原则形成自己关于父亲的定义；而那些曾接受过不良父爱的人将会部分地按照“为何不能成为合格的父亲”的原则形成自己关于父亲的定义。他们可能会坦诚地自言自语道：“通过看到自己父亲许多不应有的行为后，我开始懂得父亲这个角色了。”这个消极的开端促成了一种积极肯定的抉择，一位父亲会反问自己：“根据我自己的成长经验，我想成为什么样的父亲呢？”这时，可能会有些积极的答案出现在头脑中：“我可以是懂得欣赏的，而非满腹牢骚的；我可以是懂得鼓励人的，而非吹毛求疵的；我可以是对孩子感兴趣的，而不是置之不理的；我可以是平易近人的，而不是忙忙碌碌的；我可以听进不同意见，而不是不与他沟通；我可以在冲突中保持平静和理智，而不是成为那种喜欢威胁孩子和坏脾气的父亲。”

如果你善于从令你痛苦的反面事例中吸取教训，那么你就不会再重复过去的那些不快的回忆。在咨询中，我发现一些父亲可以从他们知道的那些不良家庭成长情境中走出来，并创造他们想要的一切。

父亲不是母亲

对比一下你曾接受到的父爱和你要提供的父爱，你也不得不作出这样一个区分：父亲不是母亲。这种生物学上的差异将会塑造父母角色的不同，决定了你只会成为父亲。

在你的孩子出生之后，你要学习很多关于为人父母的事情。因为父亲和母亲将会在完全不同的时间和地点与婴儿建立各自的关系。经过9个月的怀孕期、辛苦的生产期和亲密的哺乳期，你的妻子将会和婴儿形成以身体接触为基础的亲密关系。母亲一开始就与儿童以一种神秘的并且是父亲所不能体会到的方式紧密联系在一起。她开始了解自己的孩子（婴儿也开始了解母亲），无论婴儿在母亲子宫内还是出生之后。

你的妻子开始成为孩子的一部分，因为孩子开始成为她身体的一部分，完全依赖她，分享她的血液，居住在她的身体之中。居住在母亲身体中，是母亲的一部分，从母亲身体中来，这就是孩子与母亲建立联系的开始。母亲从一开始就与婴儿结成紧密的

关系。这对于父亲来说是一种难以理解的关系。当然,缺乏这方面的联系并不意味着你不能和你的孩子建立深厚、强烈和持久的关系。请记住,那些抚养孩子的父母、继父母或寄养父母既没有与孩子有身体上的联系也没有生物学联系,仍可以与孩子形成牢固的关系;一个照顾周到并投入感情的父亲肯定也可以与孩子形成紧密的关系。就像Brott(1997)在他的著作《初为人父》中提到的“虽然绝大多数的研究都集中在母亲和孩子的关系方面,但是有一些研究现在已经开始关注父亲与孩子的关系。他们的研究结果证实,那些积极的并且感情投入的父亲会被孩子一直牢记在心中,也就是说父子之间的关系和母子之间的关系一样重要”。

无论有早期的这种联系还是没有早期的这种联系,均可以影响到随后父母角色的形成。一位母亲为了婴儿实实在在地牺牲自己的身体,婴儿寄生在母亲身上,依靠母亲来获得保护、补给和生存。当母亲怀孕时,父亲可以通过帮助母亲来支持婴儿。通常,这些早期的义务的承担预示着父母将如何区分各自随后的性别角色。母亲可能比父亲更具有牺牲精神,母亲往往会为了照顾孩子而置自身兴趣和健康于不顾。而父亲更可能会成为切实的家庭支柱,父亲倾向于努力工作来提高家庭的生活水平。这种差别是一个大致的倾向而非必然。因为母亲当然也可以靠努力工作来支持一个家庭,而父亲作为父母中的一员当然可以为了孩子牺牲自己。

与你的妻子相比,你一开始与婴儿的关系就有一定的距离。尽管新生儿一出生就能辨认出他的母亲,但你作为父亲对婴儿来说只是一个陌生人。即使婴儿是在你的协助下出生的,你也必须在婴儿出生后和他建立身体和情感上的、言语和非言语上的联系,出现在孩子的家庭世界中,和孩子建立一种关系,使他可以经常相信你、爱你和依靠你。

尽管母亲和孩子之间的关系是从一开始就存在的,但父亲可以通过积极的可见的行为(抚育、抚摸、交谈)来和孩子建立关系。同样,孩子会很快学会用积极的可见行为来获取你的认可。相互取悦对父子关系的建立非常重要,父亲与孩子之间的认可可以调节父子关系的建立。母子之间的关系往往是无条件的,因为他们存在着天然的身体上的联系。而父子之间的关系往往是有条件的,因为需要通过父亲积极的行为来获得孩子的认可。

非常有趣的是,有种差别在孩子处于少年期时是常见的,而在其他时期是见不到



的,即“妈妈会担心我是什么样的人;而爸爸更关心我会如何做事”。但是当孩子处于青春期时,他们会尝试从家庭中独立和分离出来,这给家长与孩子之间的关系带来很大的压力,此时“接纳型”母亲和“认同型”父亲之间的根本差别可能会再次出现。

我们在咨询中可以在青少年后期的行动上看到这种差异,他们正计划着告诉父母他们的一个很重要的兴趣爱好:“我希望妈妈会喜欢我带回家的每个人,同时我也希望能够获得爸爸的认可。”或者有青少年表示:“我想妈妈能够爱我,并且我想让父亲为我感到骄傲。”在你的孩子进入青春期时,这种区别对于作为父亲的你是非常重要的,是需要记在脑中的。如果在他们成长的关键时刻,在他们需要你的保护、认可和支持的时候,你不认可他们的表现,就会造成你和孩子关系的破裂。

我们可以对比一下父亲对青少年意外事件的两种不同反应。第一种反应是:“你怎么这么蠢,以前有没有学习过啊?”第二种反应是:“在你处理你所做的事情引起的后果时,我会陪着你。”如果你是青少年,你会接受哪种反应呢?作为父亲,你想要给予哪种反应呢?当你与孩子保持密切联系或断开与你孩子的关系时,作为一个父亲,你必须慎重地使用你的权力。

古老的为人父母的忠告仍然是值得借鉴的:父母可以不赞成孩子的行为,但不能否定孩子的为人。“仅因为我不同意你的选择并不意味着我会因你所做的事情而减少对你的爱。”要辩证地看待父母的认可与父母的接受之间的关系。认可给行动以肯定,接受则给做人内在的意义和价值以肯定。作为一位父亲,你需要清楚地向孩子传达你的接纳是不变的和无条件的,而你的认可是有条件的并且要根据孩子的选择进行适当的调整。你对孩子的接纳并不保证你一定要批准孩子的选择(我的部分工作就是让你知道我对你的所作所为是如何想的),而你的不赞成也并不会改变你对孩子的接纳(“不管孩子如何做,父母对孩子的爱是永恒不变的”)。

我相信,婴儿早期与父母之间关系的差别会造成以后父母角色的性别差异。然而生理性别、社会性别和父母角色的交互作用仍然很复杂。心理学中关于性别的差异以及由此引起的社会行为上的差异,还有部分尚未解决或者正在进行辩论(Rhoads, 2005)。

我的观点是,先天的性别和后天的教养在区分母亲和父亲角色时都有一定的作用。在先天的生物学意义上,父亲不是以与孩子在身体上的附属关系来开始为人父母

的,也不是像母亲那样开始早期的亲子关系。同时在后天的性格角色塑造过程中,男孩和女孩在成长中逐渐了解了不同社会性别的含义。详细地描述就是,在同性的同辈中,那些参与社会性别角色训练的男孩和女孩倾向于接受一般意义上的角色分化,男性的成长往往更注重竞争,女性的成长则往往更注重沟通与亲密感。因此,我相信父亲通常会给父子关系带来更多的行动,而母亲通常会给母子关系带来更多的关系。

这种更为强烈的敏感性可以帮助母亲更好地发展儿童和家人的关系,因为洞察力可以增进依恋。“具有良好洞察力的母亲被评为更细心的人,而与那些洞察力不好的母亲相比,更能和孩子产生良好的母子关系。”在育婴阶段,母亲由于在抚育中和孩子形成深深的依恋,因此对婴儿需要什么或什么会让婴儿不舒服的直觉比父亲更为敏感,而且婴儿所作出的反应也主要是为了让更具敏感性的母亲解读。而父亲需要更多的时间来“感觉”和“解读”孩子表达高兴和悲痛的非口头语言,进而来了解他要照顾的这个刚出生的小生命的个性和气质。

我常常被母亲的表现所震惊,因为母亲对少年孩子潜在的情绪都这么的敏感,而且与父亲相比她们能深入细致地观察到微小麻烦问题的迹象。而父亲往往只能观察到明显的行为和主要的困难情境。因此,不要把你妻子说的话看成没有理由的无法证实的忧虑,相反你通常必须相信她那强烈的情绪敏感度和她可以提供的洞察力。与其一味地批评母亲担心太多了,不如你耐心地问她:“你所感觉到的会不会有错?”以我在咨询当中的经验,大部分父亲根本不可能像母亲那样敏锐地处理与孩子的关系。

这里就有一个例子。即便没有证据支持她的怀疑,母亲仍会感觉到女儿的约会有些不妥,甚至是危险的。因此她向丈夫吐露道:“总觉得今天晚上跟女儿约会的年轻人不太好,但是我不能告诉你到底是为什么。”丈夫没有忽视妻子的话而认为这是没有理由的担心,相反他密切地观察着并鼓励妻子与女儿一起分担这份不安。“我手边没有具体的理由,但我希望你知道我对你今晚的约会感觉不是特别舒服,所以我希望你外出时能比平常更为警觉。”后来,女儿参考了母亲的那个建议。当那个男青年建议在看电影之后去参加一个聚会时,女儿决定直接回家。作为一个心理学家,我曾经见过很多次母亲这种神秘的有见识的保护价值。

当然,这种母性依恋的力量和大多数人类特性一样是把双刃剑,一方面会创造力量,另一方面则会制造问题。母亲和婴儿一开始就有非常密切的联系,于是后来孩子



在青春期中出现的关于成长的难题，往往都与孩子要求得到足够的独立空间有密切的关系。因此，一位十几岁的儿子抱怨他的母亲：“你的保护有点过分，你需要让我出去闯闯！”因为父亲和婴儿一开始就是分开的，青春期中出现的关于成长的难题往往是关于父子如何建立和维持良好的关系。因此，十几岁的女儿抱怨父亲：“你关心什么，你甚至都不了解我！”

因为许多父亲已经社会化，逐渐在一些活动中或者和同事共事过程中建立关系，所以与婴儿建立关系对父亲来说可能是一大挑战。母亲通过简单看一个婴儿就可以增加自己对婴儿的敏感性以及联系感。相比之下，许多做父亲的往往很少观察入微，很少耐心地观察，因为他和婴儿之间没有发生任何行动。父亲们能和他们的子女开始在一起做事往往要等待好几年，这些男人只有等到孩子长大一些和更有互动能力时才会和孩子建立明显的关系，这时会发生性别角色的分化，对儿子粗犷一些，对女儿温柔一些。

父子之间的关系与母子之间的关系始终是不同的。这种差别应该被尊重和被接受到这个程度：父亲的工作并不是复制或竞争母亲的角色，或者说是模仿或尝试成为另外一个母亲。他的工作是为了配合完善母亲的角色，此时父亲以他个人的独特方式提供了一个重要的、额外的父母风采。

当然，一个父亲可以像其配偶一样做很多“母亲”的行为。除了母乳喂养，父亲可以充分参与并完成一系列的儿童保育服务。他也可以表现出那些传统上的“女性”特征，比如培育、同情、敏感和慰藉。尽管如此，通常情况下他不能弥补母亲给予家人的照顾，因为在成长过程中女孩在这方面的实践往往多于男孩。

在男同性恋伴侣结合的家庭中，父亲的这些女性特性往往会被更充分地表达出来。同性恋父亲可能比纯粹的父亲更多地表现出敏感、脆弱、同情的方面，更鼓励这种情绪的表达，更容易与孩子建立关系。“同性恋父亲似乎对扩展他们的男性身份到抚养孩子方面特别有兴趣。”

在成长过程中，男孩和女孩不断地社会化以适应不同的性别角色，同时他们把这些分歧纳入各自的父亲和母亲角色中去。“男性化”和“女性化”被绝对地区分开来，甚至到了使年轻人失去本来面目的程度。这些年轻人会觉得被迫适应简化的性别区分，这些性别区分在各自的限制下发展成为性别歧视。跨越这个分界，当一个女孩展示