

美国父亲的家教观念

# 父亲的女儿

[美] 乔·凯利 ◆ 著

在女儿迅速成长的过程中，  
我们如何激励她、理解她、支持她？



*Dads  
and  
Daughters*



中信出版社  
CITIC PUBLISHING HOUSE

美国父亲的家教观念

# 父亲的女儿

## *Dads and Daughters*

[美] 乔·凯利◆著  
孟颖慧◆译

中信出版社  
CITIC PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

父亲的女儿 / [美] 凯利著; 孟颖慧译. —北京: 中信出版社, 2003.9

书名原文: Dads and Daughters: How to Inspire, Understand, and Support Your Daughter When She's Growing Up So Fast

ISBN 7-80073-938-4

I. 父… II. ①凯… ②孟… III. 家庭教育; 儿童教育 IV. G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2003) 第080634号

Dads and Daughters: How to Inspire, Understand, and Support Your Daughter When She's Growing Up So Fast

Copyright © 2002 by Joe Kelly

Chinese (Simplified Characters Only) Trade Paperback Copyright © 2002 by CITIC Publishing House.

Published by arrangement with Lark Productions through Arts & Licensing International, Inc., USA

ALL RIGHTS RESERVED.

## 父亲的女儿

FUQIN DE NUER

---

著 者: [美] 乔·凯利

译 者: 孟颖慧

责任编辑: 罗建强 赵爱哲

出 版 者: 中信出版社 (北京市朝阳区东外大街亮马河南路14号塔园外交办公大楼 邮编 100600)

经 销 者: 中信联合发行有限公司

承 印 者: 霸州市长虹印刷厂

开 本: 880mm × 1230mm 1/32 印 张: 10.75 字 数: 167千字

版 次: 2003年11月第1版 印 次: 2003年11月第1次印刷

京权图字: 01-2003-1433

书 号: ISBN 7-80073-938-4/G · 73

定 价: 21.00元

---

### 版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。服务热线: 010-85322521

E-mail: sales@citicpub.com

010-85322522

献给梅维斯·格鲁弗、尼娅·凯利和南希·格鲁弗这些  
使我成为爸爸的女性

## 致 谢

这 本书记不清它众多的父母曾给过它多少关爱，但它能够记住他们的名字。

我曾对众多的父女进行了一对一的采访，他们的坦诚有幸在俄克拉何马城第一教堂里，在明尼苏达州罗切斯特的社区教育节目中，在“爸爸网上论坛”上得到了见证。

我的好朋友琼·德鲁里、唐·蔡平、加里·斯波尔和莫琳·迈克逊为这项工程的启动提供了时间与场地。琼在苏必利尔湖北岸为我找了一个安静的处所，让我能有两个月时间来整理采访记录，这真是给我的一份厚礼。为了刺激我尽早开始本书的撰写，琼和莫琳竟然与我的妻子串通一气，组成了一个跨国的阴谋小集团。

出色的安伯·威诺娜·赖斯达姆·米勒几乎转录了所有采访录音带，并且还告诉了我她作为一个已经度过青春期的女儿的见解。特别感谢马克·金，他提供了与我谈话



的记录。

我刚一开始寻找被采访的父亲，众多《新月》杂志的爱好者就马上回应了我。下面提到的这些家庭甚至直接邀请我到他们的家中（有些甚至从未谋面）：达布尼、彼得森·福克斯、艾尔哈特、马勒、费尔纳、米切尔、勒纳·萨德克尔、卢埃林、理查德、梅利、卡尔、凯利、格鲁弗等等。我从《新月》杂志的编辑们身上学到了许多东西——这也有力地证明了如果成年人放手让女孩们去干，她们会产生出多大能量。《新月》杂志的成年编辑同样给了我许多知识、激励和支持，对我的帮助很大，他们是：巴巴拉、沃德、玛莉、安吉、米勒、琳达、迈琳、安德烈亚、麦金农、雪利、博伊斯、布里杰·格罗瑟、贝思·库珀·本杰明、谢利·约翰逊、克莱斯·伦德伯格、玛莉·斯特弗特、雷·纽科姆等等。

许多同事和朋友还通过网络表达了对我的支持，把他们的灵感告诉我，他们是：戴维·萨德克尔、德拉蒙德·派克、威尔·格伦农、乔·詹宁斯、菲利斯·勒纳、迈克尔·金梅尔、马戈·缅因、迈克尔·莱文、罗莎莉·玛戈、史蒂夫·埃米特、萨拉·斯廷森、威廉·克莱因、弗兰克·巴恩斯、罗伯特·沃克斯和琳达·沃克斯、斯蒂弗·博特金、吉姆·皮弗、霍利·霍夫、琼·基尔伯恩、凯西·卡特、麦克·海斯、玛



丽·皮弗、安妮·罗杰斯、尤安·克尔、苏珊娜·谢菲尔、肖恩·泰勒、詹纳·科尼克、达斯提·约翰逊等等。

我从两位优秀男士的身上学会了如何做父亲，他们是我的爸爸乔·凯利，还有我的爷爷弗兰克·巴恩斯。虽然不是尽善尽美，但他们将他们的关注、情感和激情全部倾注到我和我的姐妹们身上。

我的第一个编辑，苏珊娜·奥克和她的同事克莱尔·约翰逊给本书增色不少，他们所作的敏锐分析与合理指导让本书明白易懂、读起来朗朗上口。媒体宣传员艾琳·柯廷和贝齐容忍了我许多愚蠢的问题与担心，始终热情洋溢。

每一个与罗宾共事过的人都会觉得自己很幸运。她幽默、诚实、勇敢、实事求是、坚决果断，几乎具备了成为好朋友的一切素质。作为一个文艺代理人，不知道她用了什么诀窍让读者能被作者所吸引。最终罗宾让我相信这很有趣，也很有效，的确如此。

在我和罗宾完成了这本书策划的那天，“父与女”的副经理希瑟·亨德森去世了。她是我的良师益友和同事，是一个有感染力、善于与人交流的人，“父与女”的组织者、撰稿人和网站负责人。希瑟的死令人心痛地证明了这本书的出版以及“父与女”存在的必要性。她的心脏依然与我们共同跳动。

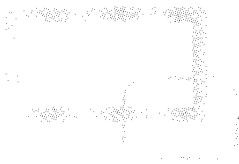


迈克尔·基斯克尼克首先是一对儿女的好父亲，他还创立了“父与女”这个组织。作为一个充满梦想的人，迈克尔将个人际遇与社会文化联系起来，他觉察到了父亲对女儿的独特影响——并且动员父亲们为了所有的女儿而让世界变得更美好（当然也为了儿子）。他还有勇气付诸行动，将自己的梦想化为现实。

我着手这本书是为了探索一条被两个非凡女性改变的为父之道，她们就是我的两个女儿梅维斯·巴恩斯·格鲁弗和安东尼娅·凯利（尼娅）。我的两个女儿对我的影响大到足以改变了我的职业，使我与她们一起工作。她们现在已经长大成人，不在家里生活了，但对我来说，仍然没有任何事比做她们的父亲更重要。

南希·格鲁弗是与我共事时间最长的同事，我们都是女儿们的学生。时至今日我仍然搔着脑袋想不明白为什么这位美丽动人、聪颖智慧、情感丰富、有创造力、有激情、有毅力的女人会嫁给我。在忙着着手一大堆的新项目，包括她自己即将出版的书的同时，南希还负责为我这个作者唤起记忆、转变观念、激发灵感，并且还努力扮演我最狂热的信仰者。每一个孤单的长夜都可以成为我感谢南希的理由。





## 前 言

每位父亲对女儿一生的影响都是巨大的。父亲是女儿遇到的第一个男性，因为处于这个重要位置，父亲能为女儿树立起心目中男性的标准，而这个标准比从其他任何人那儿得来的都具有权威性。由于性别原因，我们的女儿头上可能要戴上紧箍咒，言行受到文化定式的束缚。只有当我们真正去倾听、理解她们时，才可以帮助她们减少这种情况发生的可能性。如果我们从来不要求，也不希望女儿在和我们相处时感觉到“性别紧箍咒”的存在，那么我们就能帮助她们打破这个紧箍咒，消除性别角色定式的影响。这样，她们就能感觉到别处所没有的无拘无束。

懂得了这些之后，你已经开始力求做一个好父亲，而不只是嘴上说说罢了。在这本书中，你会发现，当我们一起探寻父女关系为何如此重要时，许多美妙之门会在你的面前打开。

我的人生旅途中开始有女儿相伴是在1980年，那一年，我和我的妻子南希·格鲁弗有了一对双胞胎女儿。



1992年，我的人生旅途更加充实——南希和我们的两个女儿梅维斯和尼娅由于反感《十七岁》(Seventeen)、《青年人》(YM)和《少男少女》(Teen)等一类主流少女杂志中污秽不堪的内容，决定创办一份替代性的杂志。这样，《新月——为了女孩和女孩的梦》(New Moon: The Magazine for Girls and Their Dreams)诞生了。这是一本国际性双月刊杂志，广告免费，由8~14岁的女孩担任编辑。结果，我成为《新月》的第一名雇员：接电话、处理订阅事宜、抄写编辑稿，偶尔也用吸尘器打扫卫生，亲密无间地和编辑《新月》的十五六个女孩工作在一起。每隔一周的星期天下午，包括我女儿在内的这些女孩子们聚集在我家客厅，商讨杂志的每一个细节：确定杂志的主题和主打文章，设计封面，选择作者，答复信件等等。两次会议之间，即女编辑们上学的时候，我就在她们的指示下工作。我们的编辑会议在活跃的讨论中显得气氛热烈，在会上，女孩子们交流思想，分享她们所关注和梦想的东西。她们不为成年人的专横行为所屈服，我也不是老板，只是她们的工作伙伴。在这个过程中，我对现代的女孩子们有了深入的了解。

在7年时间里，我还编辑了《新月网刊——送给关心女孩的成年人》(New Moon Network: For Adults Who Care About Girls)。这是一份时事通讯，它收集了众多人的经验，包括父母、继父母、教师、教练、学者、牧师、顾问、亲属以及那些关注如何培养健康自信女孩的人们。今天，我成为了国



家通讯《女儿——送给女孩的父母》(*Daughters: For Parents of Girls*)的发行人。所有这些使得我总是有许多机会和那些有女儿的父亲们交谈。1999年，在《新月》的发行如火如荼时，我又另辟蹊径，开始了另一项关于父与女的工作。

那一年，一位北加利福尼亚的父亲，《新月》的读者迈克尔·基斯克尼克在电子邮件中告诉我们他的想法：建立一个国家父女组织，这个组织旨在帮助父亲们更好地理解女儿所面临的问题，使他们了解在解决问题的过程中，自己可能起到的积极作用。此后不久，迈克尔建立了这个国家公益组织，取名为“父与女”(Dads and Daughters, DADs)，并且邀请我来负责。“父与女”是一个会员组织，它通过教育和倡导，为会员提供加强父女关系的方法，并致力于改变从外表而不是从内在本质来评价女孩的社会风气。“父与女”通过以下途径来完成上述任务：发行附属刊物《女儿》、两周一次的电子邮件、会员每月的积极参与、内容广泛的网站、媒体采访、教材、电台节目、父亲在线论坛以及全国巡展。通过“父与女”这个组织，我认识了几千位父亲。

过去的10年里，我一直在进行有关父与女问题的写作、游历和演讲。在这个过程中，我觉得有必要写一本书。这本书不仅是为你解惑，还要向你提出挑战；不仅要安慰你，还要与你共同寻找问题的解决之道。生活中，我们的女儿总是有一些关键问题需要我们帮忙，没有深思熟虑，我们不可能应对自如。



我的目的在于，读完这本书，你能更清楚自己和女儿的关系，为自己在她生命中所占据的重要位置而欣喜，开始全心全意地倾听她，把你的经验告诉她，给她以力量和希望，同时也把你的经验、力量和希望传递给其他父亲。

没有一个女孩的生活会真正的一帆风顺，但不管她们面前的风浪是大是小，父亲的帮助总能使她们乘风破浪，顺利前行。这是本书的写作基础，也是我们作为父亲的基本信条。在本书中，你将更加了解今天女孩子们所面临的困惑。你将知道怎样做才能为她们的生活带来积极的影响。而且，你还将学会怎样帮助你的女儿和其他女孩减少和减轻问题。

本书的每一章都独立成篇，内容充实，语言通俗，便于理解，实用有效。从中你可以了解到父亲们：

- 怎样正确倾听女孩子的心声？
- 怎样克服父亲角色的障碍？
- 怎样培养女儿的女性魅力？
- 怎样促使女儿热爱体育运动，全身充满活力？
- 怎样使女儿保持优美的体形？
- 怎样冲破女孩（或男孩）的性别角色限制？
- 怎样处理酗酒一类的严重问题？
- 怎样增强女儿的信心和智慧？
- 怎样建立终生良好的父女关系？

为了达到以上目的，本书提供了大量实用的锦囊妙计，其



实，父亲不正应该像那种应有尽有的百宝箱吗？百宝箱里既有宏谋大略，又有处理细枝末节的小窍门。有了它们，你就能在处理父女关系的过程中认清形势、稳操胜券；有了它们，你和你的女儿就能愉快地相处，顺利地沟通，从而帮助她踏上成功之路。

在本书写作的过程中，我录下了与至少125位有女儿的父亲们的谈话。这些父亲来自全美的各个州，其中包括生父、继父，已婚的、离异的、丧偶的和未婚的父亲，而且社会经济地位、家庭状况和种族各不相同。在大约1/4的采访中，我还和他们的女儿或继女进行了交谈。这本书的内容还来源于“父与女”在线论坛中的几千份材料。我得说所有这些采访和材料都不是科研性质的，它们仅是与父亲们的谈话而已。

给你一个善意的忠告：在读完此书之后，你可能会气愤恼怒、激动不安、欢欣鼓舞或几者兼有。这没关系，甚至是件好事。因为你投入到了其中，变得更加明智，而且学会了如何改变现状。你会发现我们为女孩（同时也是为男孩）开辟了一个新的天地。

父亲对女儿的自我评价会产生重大的影响。有了父亲坚实臂膀的支持和呵护，不管身处何处，女儿都能平安健康地茁壮成长。如果女孩的父亲能够理解和尊重她，那么这个女孩也会期望她未来的伴侣理解她、善待她。所以，告诉女儿我们相信她能行，这点非常重要！我们对女儿的爱和尊重将使她们受益



终生，使她们在独立生活之后能够正确地待人处事。这是我们可以留给女儿的最大的财富。

注：书中首行缩进和楷体的部分来自于采访谈话及父亲们（也有少数女儿）的笔记。为了保护隐私，一些姓名作了必要的处理。

# 目 录

前 言 XI

第一章  
“我不知道她想向我要什么”  
——建立父女关系 001

第二章  
“爸爸，你觉得我胖吗”  
——身体大战 047

第三章  
“想像我的女儿身在其中”  
——媒体的疯狂 087

第四章  
“在你35岁之前不要约会”  
——使你的女儿顺利度过青春期 129



## 第五章

### “我们都是嫌疑犯”

——父女之间的接触禁忌 185

## 第六章

### “这些不会发生在我女儿身上”

——烟、酒和毒品 205

## 第七章

### “爸爸，等我长大了，我想……”

——学习、工作、金钱、权力以及未来 241

## 第八章

### “你的女儿多大了”

——在父亲的陪伴下 289





## 第一章

### “我不知道她想向我要什么”

——建立父女关系

**或**许在每个女儿出生时，我们都应该发给她的父亲一副打橄榄球用的牙套，因为在接下来的几十年，他都得管好  
自己的嘴巴。

我的女儿尼娅13岁的时候宣布要把头发染成橙色。听到这个消息的一刹那，反对之情犹如潮水般在我胸中涌动，如果不是在最后一刻我管住了自己的嘴巴，那么下面就是我会喊出的话：

1. 噢，不行！我的女儿不能打扮得像个小丑！
2. 你有毛病吗？
3. 你已经很漂亮了，可别自毁形象。