

<<三重束缚>>

图书基本信息

书名：<<三重束缚>>

13位ISBN编号：9787549902149

10位ISBN编号：7549902143

出版时间：2010-12

出版时间：斯蒂芬·欣肖、瑞切尔·克朗兹、刘明燕 凤凰出版传媒集团，江苏教育出版社 (2010-12出版)

作者：斯蒂芬·欣肖，瑞切尔·克朗兹 著

页数：232

译者：刘明燕

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<三重束缚>>

内容概要

从很多方面来看，现在是女孩子最好的时代：机遇像梦想一样向她们敞开。

但是警钟也在耳边敲响，沉重的压力扰乱了所有年龄段的女孩子。

社会的期望、文化的潮流和相互矛盾的信息，共同制造了心理学家斯蒂芬·欣肖所说的“三重束缚”。

女孩们既被期望擅长“女孩技能”，获得“男孩目标”，还要塑造像模特一般完美的身材。

三重束缚让越来越多的女孩陷入暴力行为、饮食失调、抑郁症甚至自杀的危险之中。

欣肖博士这本不可思议的振聋发聩的著作指出，身为父母该如何倾听、理解女孩们的心声，帮助她们解开三重束缚的绳索。

《三重束缚：未成年女孩的成长危机》讨论了很多重要话题，包括：内在冲突如何将女孩的自我表达转化为自我毁灭 基因、荷尔蒙和生物规律在三重束缚中是如何作用的 过度忙碌、过度疲劳的生活以及每件事都要力争优秀的压力，让女孩们陷入危机 传统的女性优势—共情、自我意识和语言能力—如何将女孩们置于焦虑、抑郁和其他心理障碍之中 十岁之前和十几岁小女孩的过度性化，像只性感小野猫 网络文化如何加重三重束缚，让女孩们更加迷茫 女孩把压力转化为暴力，她们开始像男孩那样打架 书中有大量的真实案例——真实到令人动容又让人不安的程度，是什么让女孩如此崩溃？

是基因，是脆弱性，还是无处不在的文化影响？

欣肖博士致力于为这些父母们——希望女儿们在重压之下健康成长——提供有效的策略和工具。

<<三重束缚>>

作者简介

作者：（美国）斯蒂芬·欣肖（美国）瑞切尔·克朗兹 译者：刘明燕 斯蒂芬·欣肖，美国加利福尼亚伯克利分校心理学系主任、教授。

他是一位国际知名的心理学家和研究者，专门研究受到媒体影响的儿童心理问题。

有关他的文章和报道见诸《纽约时报》《华盛顿邮报》《波士顿环球》《洛杉矶纪事报》《芝加哥论坛报》和《今日美国》他还多次上过《今日》、NBC《晚间新闻》、ABC《今晚世界新闻》和CNN的电视节目。

<<三重束缚>>

书籍目录

前言 处于危险之中的女孩们第一章 无法实现的期望第二章 蓝色牛仔裤和“蓝色”基因：抑郁症和三重束缚第三章 压力综合器：不可能完成的预期和超级忙碌的生活第四章 无处躲藏：抹煞个性的流行文化第五章 当优点变成惩罚：共情和语言能力如何给女孩们带来危险第六章 巴兹娃娃和性感小野猫：被过度性化的女孩们第七章 迷茫的孩子：网络文化是如何影响女孩子行为方式的第八章 看着女孩受伤：未成年女孩中的新暴力文化第九章 三重束缚有解决之道吗结语 和三重束缚共存参考资料致谢

<<三重束缚>>

章节摘录

版权页：因此，在如今的竞争环境中，仅有“女性技能”是不够的。

一个女孩想要获得成功，必须掌握能想到的最大限度的男孩技能，甚至变得具有攻击性——就像橄榄球运动员必须掌控比赛的节奏，忘却任何恐惧，无视在自己比赛中受到的和给对方球员带来的伤痛；就像一个男孩暗自下定决心：“总有一天，我会找到治愈癌症的方法，不管要付出多大的努力，不管要花去多少时间，不管别人觉得这是多么不可能。

”如你所见，对于女孩们来说，通常两个方面既有优势又有劣势，真正困难的是同时做到两个方面都那么完美无缺。

曾经的“永远的好朋友”在面对大学越来越少的招生名额时会怎样互相竞争？

如果一个备受瞩目的篮球明星发现穿不下2号的迷你裙或者不能忍受男朋友胜自己一局乒乓球时会怎样？

如果一个女孩想走出这种困局，找到属于自己的身份，以便能呼吸到一点新鲜空气，她如何才能做到呢？

3. 践行一套狭隘的、不现实的标准，没有替代之选。

现在我们进入三重束缚的第三个部分：多样化的个性——成为一个女人、与社会相融或者建构一个真实的自我的不同途径——已经被现在的文化抹杀殆尽了。

这是三重束缚真正险恶的地方，看起来好像提供了很多种选择，实际上却剥夺了所有的可能性。

乍一看，你可能会认为女孩们可以自由地作出选择。

但是接着你会发现，无论她选择了什么，她最终必须变得性感、苗条、美丽，有一个很棒的男朋友或者美满的家庭，还要在事业上取得非凡的成功。

以往的女孩如果想逃脱社会对女性的狭隘认知可以有很多种方式，比如行事乖张，或像个假小子，或成为女知识分子，也可以变成嬉皮士、朋克族或者哥特族。

她们拥护女权主义，声明女性并不一定要变得漂亮、可爱、苗条，不一定非要有个男朋友，也并不是所有的女性都想成为母亲。

<<三重束缚>>

媒体关注与评论

“如果接下来的几十年，你要读一本关于女孩的著作。

请读《三重束缚》。

斯蒂芬·欣肖敏锐地抓住了我们每个人的女儿都承受的紧张且隐形的压力。

最重要的是，他提供了解决之道。

”——梅格·米克硕士，《坚强的父亲，坚强的女儿》作者“今日社会让女孩们沉沦，逼着她们去争取她们无法取得的成功。

现在，斯蒂芬·欣肖称之为三重束缚，我们所有人要共同努力，让女孩们能够健康地成长和发展良好的自我。

《三重束缚》是必读之作。

”——戴安娜·E莱文博士，《来得如此之快，如此之早的性感》作者之一

<<三重束缚>>

编辑推荐

《三重束缚:未成年女孩的成长危机》：漂亮、甜美、善良、有运动天分]、有竞争力、功课全优，不可思议的完美。

<<三重束缚>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>