

<<做个幸福的80后职场妈妈>>

图书基本信息

书名：<<做个幸福的80后职场妈妈>>

13位ISBN编号：9787115253231

10位ISBN编号：7115253234

出版时间：2011-6

出版时间：人民邮电

作者：大晨妈妈

页数：178

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>

## <<做个幸福的80后职场妈妈>>

### 前言

我，大晨妈妈，80后水瓶座，中学教师，有一个充分支持自己事业的老公，我们怀揣着两个不算磅礴的小梦想，一起奔跑在奔三的大路上。

当我得知自己的文字即将要变成铅字时，就第一时间依偎在老公身旁回首过去、展望未来。

我很庆幸自己，在大学4年里，坚持写随笔，既充实了生活，也积累了财富，即使在职场拼搏的这5年以及有了女儿的日子里，也从未舍弃过写日记。

我痴迷这种图文并茂的生活小品，并把它作为舒缓工作压力的方式之一！

我喜欢有期盼的自己，喜欢把生活过得有梦想、有情调，并且每天都追求上进……老公被我感动得一塌糊涂，并做了总结性发言：“写字，画画，买书，幻想，购物，照顾家，这6件事儿，对你来说，都是一辈子的事情啊……”呵呵，没想到这家伙这么了解我。

我希望借助我手中的笔，留住一周7天的美丽生活，等我们不再年轻的时候，蓦然回首，惊喜于80后的我们，一生没有虚度。

说实话，编写书稿，真是一件累人的活儿，不但是脑力劳动，更是一种体力劳动。

我曾经连续9天都是熬到凌晨5点才睡觉，晨爹调侃道：“你不一定每天都是数着星星睡去，有时候还可以适当地看看日出！

”呵呵，笑话归笑话，但是，编写书稿的过程，也是我重新认识自己、总结经验、绘画创新、练就慧眼、思考教育、感激生活的过程。

因为，在这个过程中，骨子里那点小懒惰消失得无影无踪，我养成了不断学习的好习惯，每天都有新的收获，同时，还使自己在生活和育儿中积累的好的经验、想法和窍门得到传播，让更多的人在我的文字和插画里得到启发……还有比这更让人开心的事情吗？

所以，我心甘情愿地用每天大部分的时间，来做这件十分有意义的事情！

更重要的是，我要用实际行动回报我的父母，因为他们为了照看大晨而放弃了工作，甘心躲在幕后，支撑我的事业。

我不晓得别人的父母是什么样子，但我清楚我的爸妈，他们哪怕看到我的一张小小的获奖证书，都会乐上一整天。

那份笑容，是我期待经常看到的！

实现人生价值，能让父母开心，还能记录大晨的童年，是件让我勇往直前不会退缩的事儿。

所以，一切的一切，成就了我的这本书！

现在，我比谁，都期待拿到这个小果实！

80后职场妈妈如何做到工作与家庭两不误？

如何挑战和适应现代职场？

如何掌握育儿平衡术？

请大家在我轻松的插画和文字中，慢慢体会这份摇曳多姿的小生活吧！

## <<做个幸福的80后职场妈妈>>

### 内容概要

一位小有成就的职场妈妈，结合亲身的经历与体验，描述了职场妈妈在工作和生活双重压力下的酸甜苦辣和喜怒哀乐；对于一些在工作、育儿及生活中会经常遇到的一些问题和矛盾，作者也分享了自己的感悟和经验。

书中精美的手绘漫画，也会让职场妈妈在阅读中放松心情，幸福生活。

## <<做个幸福的80后职场妈妈>>

### 作者简介

大晨妈妈

?本名赵辉，80后，一位3岁女孩的妈妈。

?济宁市美协会会员，中学教师，曾多次获得“优秀校外教育辅导教师”称号。

?新浪亲子百万写手，新浪亲子阅读组管理员，通过新浪微博、腾讯微博名人认证。

?多篇原创文章和手绘插画刊登在各大女性、母婴畅销杂志。

?《妈妈宝宝》杂志手绘专栏作者。

?“妈妈晒”网站专栏作家。

## <<做个幸福的80后职场妈妈>>

### 书籍目录

联合推荐

作者序

第1章 重返职场

三大困惑

职场妈妈应防“二病二症”

职场妈妈和全职妈妈，各有各的传奇

塑造快乐工作形象

职场妈妈的爱与痛

育儿中的三大遗憾事

第2章 “妈妈”是世界上最辛苦且最有价值的职业

职场妈妈最渴望什么

平稳度过孩子“可怕的2岁”

“乐活”班妈的灵感由来

职场妈妈的育儿之道

第3章 职场妈妈瞬间变成育儿“百事通”

“语言爆发期”该如何引导

如何应对宝宝护食

宝宝童言无忌但不说脏话

宝宝都喜欢玩沙子

宝宝入园，你准备好了吗

第4章 职场妈妈的超人优势

生活目标越来越明确

强烈的责任感时刻涌心头

认真生活是一种信仰

豪情万丈，爱拼的积极心态

爱心和耐心程度，无人比拟

更加丰富的人生感悟

第5章 职场妈妈的“心灵减压剂”

做一个知足常乐的人

快乐工作，精彩生活

做个青春无敌的职场妈妈

消除两大职业病

第6章 言教不如身教

捉迷藏的启示

不要揪着孩子的“缺点”不放

宝宝为什么爱藏东西

由认知色彩闹出的笑话

食育要从娃娃抓起

远离“强迫性”早期教育

第7章 职场妈妈下班以后

亲子阅读威力大

带孩子去游乐场

亲密的亲子时光

不要把工作带回家

玩和奋斗，都需要一种精神

## <<做个幸福的80后职场妈妈>>

### 第8章 职场妈妈低调走进“孩奴”时代

“孩奴”现象空袭80后

世界上最小的理财顾问

公益传递爱心

别做阻碍孩子成长的3件错事

做智慧“孩奴”

### 第9章 身懒心不懒，做80分妈妈

善于发现精彩的眼睛

结识年轻爸妈交流育儿之道

宝宝要情感独立

常思考、勤反思

### 第10章 职场妈妈的意外收获

练就了十八般武艺

无形中做了职场杜拉拉

晋级“育儿大班长”

相亲相爱的小生活

养儿方知父母恩

## <<做个幸福的80后职场妈妈>>

### 媒体关注与评论

翻阅的时候，心里流淌着作为妈妈的甜蜜和幸福……看着看着，就好想让其他妈妈也读到这本书。有幸福妈妈，才能有幸福孩子——感谢大晨妈妈让我们感受到一个幸福妈妈的幸福生活，也希望越来越多的妈妈拥有这样容易幸福的心灵，享受充满幸福的育儿生活。

——妈妈晒创始人 总裁 纪方 你有多久没有像小时候一样拿起彩色的笔来表达自己了？

还记得有一部电影里面有孩子对于梦境颜色的猜想，梦到底是黑白的还是彩色的呢？

看过大晨妈妈的作品后，我知道了这个问题的答案，你给生活添了什么样的颜色，梦就是什么颜色……好好生活……好好做梦…… ——七色光主持人清清姐姐 韩清 看到《做个幸福的80后职场妈妈》这本书之后，让我爱不释手，80后在成长的过程中已经开始学习怎么为人妻、为人母，每一个脚印都是自己成长的见证；面对就业的压力，职场的竞争，生活节奏的紧张，在不一样的环境下，80后还是有自己的方式生活着，养育着，快乐的育儿，和大家分享，虽然也有纠结，也有脆弱和颓败，但是挡不住的快乐宣言，做个幸福的妈妈，有个幸福的家永远是我们心中的主旋律 ——北京文艺广播FM87.6 小雨姐姐 社会上，真的有那么一群聪颖的80后女人，她们对工作倾注了火一样的热情，但不会逃避和颓废；她们对家庭无私奉献，却不会因此失去自我和自信；她们对生活充满激情和感恩，但不会忘记反省与自我反省，批评与自我批评……在她们眼里，孩子是事业的动力，是事业的灵感，更是审视自己的一面镜子！

——妈咪宝贝传媒发展有限公司 副总经理 全媒体内容总监 张艳 做一个自信乐观的80后妈妈！左手职场，右手宝贝，大晨妈妈以手绘方式一路描摹自己的育儿心路历程，各种小纠结，各种小温暖，同你一起幸福，同你一起感恩！

——《母子健康》杂志 教育主任编辑 张路 作为母亲，她骄傲，并骄傲地给孩子用书画的方式记录下她的成长。她的孩子，将来一定会骄傲，并骄傲母亲用这样的方式给她如此特别的礼物。

她不仅仅是个母亲，她还是一个有经验的教师，她用平和的态度对待孩子的成长和成长中的烦恼。

她同时是孩子最好的朋友，用平等的相处陪伴孩子的成长。

——金田特殊儿童康复中心理事长 田忠民 80后的妈妈们经历了考试、求职、现实社会的磨砺，想告诉自己的孩子：一定要有梦想、肯努力，别人的评判并不重要，多聆听自己内心的声音。

期待着与自己相似又不同的孩子，有更美好的未来。

这个过程，我们如此期待。

——瓷娃娃关怀协会会长 王奕鸥 幸福手绘本，育儿小甜点。

我轻轻松松地看着大晨妈妈的手记，重温着与孩子一起成长的点点滴滴，心间流淌着一种美好。

——浩途家长俱乐部创始人 海文颖 80后备受争议的声音犹在耳际，可转眼间已经开始为人父、为人母了。

事实上，我们的80后母亲正在用事实证明着，自己将是更为称职的新一代妈妈。

这本书讲述的正是80后职场妈妈需要面对的生活之种种。

本书的作者为您手绘了绚烂多彩、快乐幸福的“未来”。

细致体贴地告诉80后的职场妈妈要如何面对怀孕、新生儿的各个阶段，怎样应对职场压力等等。

本书的手绘插图生动细腻，可爱、可亲、可读，单是手捧这本小书的感觉，就已令人不忍释卷。

——山东大学文学与新闻传播学院讲师 北京大学中文系文学博士 高新华 初见大晨妈妈的手绘，感觉她华丽却低调，对了，就是低调的华丽。

品读大晨妈妈的文字，感觉她幽默也真诚，对了，就是真诚的幽默。

欣赏大晨妈妈的才华，感觉她浪漫又唯美，对了，就是唯美的浪漫。

期待大晨妈妈的新书已有时日。

她用朴素的文字和生动的画面，勾勒出对孩子的母爱，流露出对丈夫的关心，表达出对父母的感激。

喜欢她用满满的爱的音符谱写着她那多彩斑斓的生活和幸福美满的小生活。

——达人爸妈：快乐妈妈安琪 大晨妈妈的每篇文章和手绘都像一个小宝库，只要走进去了，就会惊喜地发现，大晨妈妈蕴含了那么多的小思想大智慧，每次都让我感动和欣喜。

## <<做个幸福的80后职场妈妈>>

在大晨妈妈的这本书里，我看到了不少解决具体问题的方法，看到了作为一位母亲和职场人所应拥有的心态，更重要的是，看到了大晨妈妈的想象力和才华。

强烈推荐每个父母看这本书，试着去了解一下孩子的想法，做一名好爸爸或好妈妈吧。

——达人爸妈：冰凌花语 早在一年前，在一本杂志上看到了一位80后年轻妈妈，谈她如何面对孩子的画，如何与孩子斗智斗勇，还讲了她如何想起要把孩子的调皮画下来做“证据”，呵呵，图文并茂，很独特的方式，很新颖的内容，充满教育智慧。

于是“大晨妈妈”这个名字给我留下了很深的印象。

当时，我对她的定位是“一位对幼儿教育有研究的画家妈妈”，今天得知大晨妈妈出书了，说真的，我比她本人，还开心呢！

感谢大晨妈妈，让我读到这本见解独到，感悟深刻的读物，我想，她是把幼儿教育真正当成事业去思考和探索的人！

强烈推荐！

——达人爸妈：风铃

## <<做个幸福的80后职场妈妈>>

### 编辑推荐

《做个幸福的80后职场妈妈:大晨妈妈育儿手记》职场妈妈，幸福就在你的身边，每个人都可以创造自己的幸福，它更多地来自于人的内心理念，它是一种在生活、工作上都不断进取、乐观向上的生活态度.....快乐不在于得到的多，而是计较的少！

快乐也不在于事情本身，而在于我们自己的心态！

女人最幸福的事情是什么？

有一份自己喜欢的工作，有一个钟爱有加的爱好，有一个幸福美满的家庭，有一双健康长寿的父母，有一个聪明可爱的孩子！

职场妈妈，你们是否有这样的辛酸与渴望？

是否忙完工作回家后，宝宝已进入梦乡？

是否一手抱着宝宝，一手还要敲打键盘加班工作？

是否觉得身心疲惫，梦想着长假休息？

是否希望24小时陪伴宝宝，不错过宝宝成长的每一个瞬间？

且看大晨妈妈，一位快乐向上的80后班妈——如何做到工作与家庭两不误？

如何挑战和适应现代职场？

如何掌握育儿十八般武艺？

大量精美手绘插画，演绎职场妈妈的浪漫幸福生活！

<<做个幸福的80后职场妈妈>>

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>