

<<超级妈妈>>

图书基本信息

书名：<<超级妈妈>>

13位ISBN编号：9787501558292

10位ISBN编号：7501558299

出版时间：2009-9

出版时间：凯西·巴克沃斯(Kathy Buckworth)、康学琨、李宏丹 知识出版社 (2009-09出版)

作者：凯西·巴克沃斯

页数：234

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>

## <<超级妈妈>>

### 前言

在本书一开始，我首先要声明：“超级妈妈”这个头衔，我当之无愧。

因为无论是婚姻、家庭，还是工作等各个方面，我都通过自己的不断努力，得到了现在所拥有的一切。

所以当“超级妈妈”这个字眼第一次出现在我的脑海中时，我认为它听上去棒极了。

事实上，超级妈妈既像是一位精力充沛的职业女性，每天一上班就直冲进办公室，浑身活力四射，努力、勤奋地工作着；又像是一位仅仅存在于童话故事里的虚幻人物，穿着华丽的衣裙，享受来自别人羡慕的目光和话语。

这样的女人通常都希望自己会在工作上取得些成绩，然后在同事和上司的赞美声中离开办公室，自己开着小巧的跑车，步履轻盈地回家。

在走进家门时，她会受到家人们热烈的欢迎。

没有人会想成为那种无聊至极的、每天足不出户的、卡罗·布兰迪式风格的家庭主妇。

不！

坚决不！

实际上，超级妈妈们都想成为一种结合体——一种集美貌伶俐的梅格·瑞恩（Meg Ryan）、坚持不婚主义的克罗瑞亚·斯坦内姆（Glortia Stelnem），以及慈爱的恩斯修女为一体的女人。

## <<超级妈妈>>

### 内容概要

在《超级妈妈：成为一名超级妈妈的技巧与秘诀（珍藏版）》一开始，我首先要声明：“超级妈妈”这个头衔，我当之无愧。

因为无论是婚姻、家庭，还是工作等各个方面，我都通过自己的不断努力，得到了现在所拥有的一切。

所以当“超级妈妈”这个字眼第一次出现在我的脑海中时，我认为它听上去棒极了。

事实上，超级妈妈既像是一位精力充沛的职业女性，每天一上班就直冲进办公室，浑身活力四射，努力、勤奋地工作着；又像是一位仅仅存在于童话故事里的虚幻人物，穿着华丽的衣裙，享受来自别人羡慕的目光和话语。

这样的女人通常都希望自己会在工作上取得些成绩，然后在同事和上司的赞美声中离开办公室，自己开着小巧的跑车，步履轻盈地回家。

在走进家门时，她会受到家人们热烈的欢迎。

没有人会想成为那种无聊至极的、每天足不出户的、卡罗·布兰迪式风格的家庭主妇。

不！

坚决不！

实际上，超级妈妈们都想成为一种结合体——一种集美貌伶俐的梅格·瑞恩（Meg Ryan）、坚持不婚主义的克罗瑞亚·斯坦内姆（Glortia Stelnem），以及慈爱的恩斯修女为一体的女人。

## <<超级妈妈>>

### 作者简介

作者：(加拿大)凯西·巴克沃斯(Kathy Buckworth) 译者：康学琨 李宏丹 凯西·巴克沃斯，加拿大著名作家。

2006年，凯西凭借“超级妈妈系列作品”成为加拿大极具影响力的作家，深受读者欢迎。

同时，凯西还是《现代父母》、《现代多伦多父母》、《城市父母》、《密西西比新闻》、《幸福生活》、《加拿大生活》等多家刊物的长期签约作家。

并经常作为重要咨询专家作客各类电台节目。

主要著作：《黑莓日记：现代母亲的冒险历程》 《超级妈妈的回家之路：通往黑暗的旅程》 《超级妈妈：赞颂你一切的所作所为》 《超级妈妈：成为一名超级妈妈的技巧与秘诀》 译者简介：康学琨，男，英美文学硕士，1976年出生于黑龙江省哈尔滨市，目前任教于北京第二外国语学院，曾参与《剑桥美国文学史》第一卷的翻译工作。

李宏丹，女，1980年生于黑龙江省哈尔滨市，目前任教于北京市第八中学。

## &lt;&lt;超级妈妈&gt;&gt;

## 书籍目录

超级妈妈?谁?我?(序言)第一章 做好这份工作比工作更重要的工作 / 003全职妈妈与超级妈妈的区别 / 013如何重塑美妙、匀称的身材 / 015让孩子回到自己床上 / 021“墨菲法则” / 024超级妈妈真正的工作时间 / 027超级妈妈不为人知的一面 / 038换尿布是最小的事儿了 / 041有时,你会觉得自己不配做超级妈妈 / 045让孩子吃饭是最重要的 / 048做不完的家务事 / 05110个你已经成为超级妈妈的信号 / 055来自学校的“家长通知” / 059孩子们的生日聚会 / 063超级妈妈不要“超级身材” / 065第二章 怀孕纪事超级妈妈诞生记 / 071“孕妇脑”怎么办 / 076穿得漂亮才是超级妈妈 / 080给孩子腾出活动空间 / 084让丈夫看到这一页 / 088倒计时已经开始 / 090消灭那些变老的迹象 / 094第三章 丈夫的责任用自己的丈夫 / 101掌控性生活 / 105第四章 如何“对付”孩子并不是每个人都喜欢孩子 / 111有了孩子会有什么“好处” / 114是艺术,还是垃圾 / 122孩子会不断问你的那些令人烦恼的问题 / 125我们对孩子说的弥天大谎 / 127可怕的节日礼物 / 130孩子们的数量超过我们之后 / 141牢骚是超级妈妈生活中的家常便饭 / 144如何处理孩子们之间的关系 / 147第五章 出门在外室内游乐场——通向天堂或地狱的阶梯 / 151我的汽车就像一个大钱包 / 154和你的孩子出去吃饭(这是能够完成的任务) / 156地狱般的郊游经历 / 159你真的想看到那种照片吗 / 161和孩子们一起开车旅行 / 163和孩子们一起购物 / 166和孩子旅行的最好方法是什么 / 169第六章 初为人母如何度过最为艰难、无聊的那段时期 / 173初次为人父母的家长 / 176超级妈妈的背包里该装什么 / 179第七章 子女教育怎样选择各种各样的儿童早期课程 / 185怎样选择自己的超级组织 / 188儿童电视节目——救世主还是魔鬼 / 191这是他们的作业,不是你的 / 195第八章 家长培训家中出现的疯狂局面 / 201最好的子女教育培训班在哪里 / 207关于宠物 / 210怎样教孩子才能达到最理想的教育效果 / 213第九章 真诚的建议超级妈妈的最大敌人就是她们自己 / 219顺其自然吧..... / 223超级妈妈是如何定义“生活质量”的呢 / 225比赛现在就已开始 / 227如何做才能看起来像一个超级妈妈 / 230超级妈妈的神秘能力 / 233

## &lt;&lt;超级妈妈&gt;&gt;

## 章节摘录

对于超级妈妈来讲，美好的一天是这样的——没人把食物吐在你身上，没人把食物甩到你脸上，更没人骂你是蠢货。

但即使那样，我们仍然得生活，得活着，况且我们的生活也不会总是这么糟（尤其是你不会总挨骂的）是的，我们是超级妈妈，我们是家庭主妇们的头号劲敌，与其他类型的主妇相比，我们有不同的生活方式，所以，其他人能够很轻松地围绕在我们周围的内疚、自责的气氛中找到我们。

“超级妈妈”这个称谓是属于那些走出家门出去工作的妈妈们。

虽然从某种程度上讲，她们承担着家庭、事业的双重责任，但是，她们在尽自己最大努力使两者达到某种平衡。

每天在办公室的8—10个小时里，工作和喂养孩子的责任都不会消失，唯一消失的就是孩子的调皮和不听话。

而去干洗店洗衣服，到超市购物，回家做饭，收拾屋子，这些事只好被塞到晚上或是周末的一段时间里，所以超级妈妈们几乎没有，甚至根本没有什么闲暇时间来放松自己。

平时的5天工作日里，在完成家务活之后，全职妈妈们通常会感觉很轻松，她们会约上几个老朋友在一起享受休闲时光，而对于超级妈妈们来讲，这是不可能的。

她们觉得这种休闲时光简直就是不可实现的奢望。

对于我们的这种生活方式，相信大多数^都会表示赞赏和敬佩，但是我们只能保持谦虚、低调的态度，因为我们还承受不了这些赞美。

然而，当看到某个人做了我们没想到的事情时，我们会变得和全职妈妈一样：对这个人进行无情的批判和没有根据的评价。

很难相信我们竟然和“死对头”全职妈妈们有共同之处，要知道，超级妈妈和全职妈妈之间一直存在着某种无形的仇限。

全职妈妈害怕超级妈妈揭了她们的老底儿，因为想让她们像超级妈妈那样家庭、工作双肩挑是绝对不可能的，而且她们费尽了心思才让自己的丈夫相信这一点。

然后，她们又开始按照自己的想法来抚养孩子，只要是自己能做到的，她们就想方设法帮孩子做，甚至连孩子的未来，她们也一并代劳给设计好了；而超级妈妈却恰恰相反，她们既要照顾孩子，又得出去工作。

所以，帮着孩子设计未来？

算了吧，她们可没那么多闲工夫。

另一方面，对于全职妈妈的生活，超级妈妈们也有很多的想法和疑问，总的来说，就是：1. 嫉妒——这些女人（全职妈妈）的丈夫大都很有经济实力，不需要妻子出去工作，而且很支持妻子待在家里照看孩子。

真想不通，这些女人到底是怎么找到这样的男人的？

2. 质疑——为什么这些女人（全职妈妈）总喜欢替孩子做事呢？

大家都知道，现在所有的研究表明，家长一直待在家里陪着孩子，这对孩子以后的发展起不到什么好作用，那她们为什么还要把自己的一生都奉献给孩子呢？

超级妈妈和全职妈妈都有一种感觉，都认为对方——在某种程度上讲——是在“浪费自己宝贵的时间”。

超级妈妈认为自己的工作比养孩子更重要，而全职妈妈认为孩子是自己生活的全部。

她们把自己所有的注意力都放到了孩子身上，所以当她们不想让自己的孩子做某些事情时，问题就出现了。

大家还记得吗？

电影院曾经上映过一部电影，名叫《无敌老妈》。

那真是一部好电影。

讲的就是一位全职妈妈的故事。

她不想让自己的女儿参加学校的篮球拉拉队，所以就使出浑身解数给拉拉队捣乱。

## <<超级妈妈>>

最后呢？

唉，费力不讨好。

电影最后的结局很值得人深思。

而超级妈妈们可不会像那些“热心的妈妈”一样，把自己大量的时间放在孩子身上，所以她们很可能没有注意到孩子的某些小细节。

但也就是这些小细节促成了她们的成功，因为孩子们很喜欢把发生在自己身上的这些小细节和他们的超级妈妈分享。

另一方面，由于超级妈妈有工作要做，所以她们没时间过分细致地关注孩子，因此超级妈妈们能更客观地分析孩子们争吵的原因，从而更好地解决孩子间的各种问题。

这就是一个很好的界限，一个很好的平衡点。

没有哪种方法能解决所有的问题。

（提示：如果你是一位超级妈妈的话，假如你的孩子与全职妈妈的孩子出现矛盾了，那么在处理问题时，你一定要记得让着全职妈妈。

因为你不像她们有那么多的时间来处理这事。

毕竟，这是她们的专长。

）

## <<超级妈妈>>

### 编辑推荐

《超级妈妈:成为一名超级妈妈的技巧与秘诀(珍藏版)》: 荣膺加拿大“杰出幽默作家奖”“优秀期刊文章奖”改变无数妈妈的职场人生超级妈妈——孩子的超级MUM、老公的超级WIFE、职场的超级MVP、人生舞台的超级STAR!



<<超级妈妈>>

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>