

<<媽媽不必當超人>>

图书基本信息

书名：<<媽媽不必當超人>>

13位ISBN编号：9789862165065

10位ISBN编号：9862165065

出版时间：天下遠見出版股份有限公司

作者：紐約瘋媽（Jenny Wang）著

页数：252

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>

## <<媽媽不必當超人>>

### 前言

一個母親的真實日記 中央大學認知神經科學研究所所長 洪蘭 一個故事要感人，它必須要真，這本書最感人的地方就是真。

它是一個母親放棄工作，在家帶三個小孩的真實日記。每個人都可以在這本書中找到跟自己經驗相同的地方，引起心裡的共鳴。我很喜歡這本書，作者的文筆流暢，很難想像她在台灣只念到初一，十三歲就出國去了，可見學習真的是在個人，有心就成。

書中作者提到的觀念都非常好，尤其談到美國和台灣學校對教育的觀點，更讓我們感到他山之石可以攻錯，應該好好反省一下。作者提到美國的學校不排名次，考試成績是老師和孩子之間的事，跟別人無關。但是來自亞洲國家的父母會去打聽別人考多少分，想要知道自己孩子的排名，惹得美國的父母問作者，為什麼這個媽媽要這樣做？美國人認為孩子的成績和他的進度是個人的隱私權，不會公開，更不會排名次，他們不能了解為什麼東方人這麼在乎成績。

曾經有個一直考第一名的孩子因為考了第二名被老師打，理由是退步了。我聽到這件事時簡直無法置信，按照老師的哲學，第一名的學生最恐懼，因為他們無法再進步，只能退步，永遠要擔心挨打。

這是什麼樣的教育呢？

為什麼我們不把眼光放遠一點，把競爭的對象放到國外，而不是自己班上的同學？

為什麼我們到了二十一世紀還是這麼相信「不打不成材」呢？

作者提到她去學校開懇親會，老師跟家長說，在學校沒有對與錯，只有試與不試，就算是錯了也沒有關係，因為錯誤是一個使自己變得更好的機會。

老師請家長不要把孩子的功課改到零錯誤，因為沒有錯誤，老師就不知道孩子在哪裡需要幫助；老師也告訴家長不要管班上別的孩子們的進度，因為每個孩子個性不一樣、開竅的早晚也不一樣，教導的方式自然不一樣，不可以比。

老師最後的建議是請家長多花時間和精力去鼓勵孩子。

相信經歷過台灣打罵教育的人看到這一段一定心有戚戚焉。

的確，分數不代表全部，它是評量的一個方式，並不是唯一的方式，更不是很好的方式，可嘆台灣父母迷信分數又喜歡比較，使我們的孩子視學習為畏途。

我常想，若能打破分數和比較的迷思，台灣的教改就成功了。

這本書發人深省，是一本非常值得看的好書。

一本誠實且溫暖人心的教養書 荒野保護協會榮譽理事長、《教養也可以這麼浪漫》作者 李偉文 這些年來，雖然台灣人愈來愈不想生孩子，但是敢生孩子的家長花在教育的心力也愈來愈多，但是往往在閱讀了許多有關教養的書，看到別人的孩子都這麼優秀，大人也似乎都遊刃有餘的陪伴孩子後，反而更加的徬徨與焦慮了！

Jenny這本《媽媽不必當超人》是一本非常誠實的書。

在生動、栩栩如生的描述中，我們簡直可以像是看紀錄片一般，深刻地感受到她的沮喪、挫折以及喜悅快樂與許許多多令人感動的頓悟，相信這些真實的告白可以撫慰許許多多每天仍然在與孩子進行似乎無止盡地爭戰中的父母。

書中沒有羅列許多教養理論，也不會抬出專家學者的研究來恐嚇大家，但是隨著Jenny與她三個有時像魔鬼又有時像天使的孩子互動中，每個人一定可以從中得到啟發，找到自己與孩子相處的方式。

我覺得Jenny以溫柔而堅定的方式建立孩子的規矩，要孩子為自己的行為負責，承擔後果，大概是現代忙碌父母最該學習的，因為我看到許多在職場上非常能幹頂尖的父母，忙得沒有時間陪孩子，偏偏一出現時就是動嘴責罵批評孩子，不然就恰恰相反滿懷愧疚地寵壞孩子，養出一個沒有規矩又自我中心的小霸王。

溫柔而堅定的幫孩子建立生活的常規，讓孩子知道他們可以自由活動的安全底線在哪裡，什麼事

## <<媽媽不必當超人>>

情可以做，什麼事情不可以做，當孩子很清楚地知道生活中有這麼一道絕不可越界的圍牆，反而可以讓他們很有安全感地成長與發展。

就像Jenny多年前在網路上不斷被轉傳的「父母的有效限期」這篇文章所提醒的，孩子很快就長大了，這些陪伴孩子的酸甜苦辣經驗，都將是我們一生最值得珍視的回憶。

教養不必變成超人 南投育樂國小老師、兒童文學作家 王文華 乍讀本書，有林良先生小太陽紐約版的感覺。

作者教養三個孩子的作戰（或溝通）策略，像是親子教養的緊急處方箋，適用於家有小孩的父母，當您被孩子吵得頭暈目眩、煩躁不堪之際，讀它一章，身心立刻從親子戰場抽離，順帶學得幾招妙法，頗為實用。

書裡的媽媽經，不唱高調，不同於坊間一般書籍把自家教養方式，吹噓得完美無缺；不，本書沒有這種神奇魔法，JENNY媽媽也有失敗的時候，她不是萬能，她說她不是超人，既然不是超人，婆媳之間當然有戰爭，被三個孩子擊得潰不成軍時，她甚至會有收拾行李（健身袋）離家出走（去健身房）的衝動。

所以，讀這本書時，你會讀的很自在，書中的情境，你會有似曾相識的感覺，每則小故事附帶的啟發與感動，又是你教養時的法寶與收穫。

媽媽，是世上最難最累的工作，JENNY媽媽卻能在這份工作裡，找到自我實現的快樂，教養不必變成超人，讀完這本書，你會發現，教三個孩子，其實沒有想像中的難，相反的，在親子過招中，它還蘊含了無窮的樂趣跟成就感，JENNY媽媽可以，您也可以。

因網路而結緣的兩個媽媽 前MTV, Chanel V VJ 全職媽媽 徐曉晰 已經記不得當初我是怎麼開始閱讀紐約瘋媽的部落格了，但是「一試成主顧」，我不但成為她的忠實讀者，還在自己的部落格裡大力推薦，然後意外地發現她也看我的部落格好久了，於是網路為我倆搭起跨越國際的友誼橋梁，隔著台北 - 紐約的遙遠距離，兩個素未謀面的女人透過文字分享著生活裡的快樂與煩惱。

紐約瘋媽沒瘋，她在台灣出生，年少時隨父母移民美國，受了又中又西的教育，結了婚，生了三個孩子，和你我一樣，終日為了生活裡小小的幸福而努力著。

她的文字沒有刻意堆砌的優美詞藻，也沒有高潮迭起的誇張情節，每一篇都是真實生活的點滴體會，如果你也是一位人妻或母親，一定會從她的故事裡產生共鳴，受到感動，學到經驗。

得知瘋媽要出書了，非常為她高興，這本書有一個母親的認真、挫折、學習、自省和滿滿的愛，尤其她又中又西的教養方式我想是非常值得大家參考的，試試看，也許你也會和我一樣，成為紐約瘋媽的粉絲啊。

自序 從零開始，跟孩子一起成長 記得當我懷著老二，大腹便便的跟老闆談產假時，我向他要求休息三個月。

他瞪著大眼睛看著我說：「三個月？

你瘋了嗎？

不可能！

別以為我不知道，當初妳的祖先可是在田邊一蹲，把小孩生出來了後，馬上就可以繼續回田裡工作。

為什麼妳不可以？

跟妳的祖先學學吧！

」我一手插腰，另一隻手抬起來，默默的對他舉起了我的中指。

我承認我們的溝通方式很特別，但毫不掩飾彼此的情緒，也意味著我們的交情夠深厚。

討價還價後，我們雙方妥協在六個星期上。

沒想到在家中待產的那六個星期，徹徹底底改變了我原本擬訂的人生藍圖。

在那六個星期裡，我親眼目睹了小妮子跟保母平時的生活情況。

原來當我把自己埋在工作裡時，我三歲女兒過得是完全沒規矩的生活：兇保母、亂丟東西、亂發脾氣、把餅乾當早餐吃，家裡的大小事情以及時間表全都由她來決定。

目中無人，橫行霸道的小妮子，完全震撼了我。

我知道這不能怪保母，保母的職責只是幫我養她，而教育她，是我的責任。

我失眠了好幾晚，良心與野心也不停的交戰著，我不想放棄剛爬上的職位，但我也知道，小妮子

## <<媽媽不必當超人>>

只聽我的，再放任她沒規沒矩下去，以後就更難教了。

在我猶豫、不知所措時，老公的一席話讓我毅然決然遞上辭呈。

他告訴我，再多的金錢，再高的職位，都比不過一個堅固的家。

而這個家，是我們這輩子最寶貴的東西。

於是的人生結束了一章，並開啟了另一個令我感到陌生、惶恐的新生活。

剛待在家中的那段日子，簡直像是被關禁閉一樣，每天周旋在一堆做不完的家事以及吵鬧不休的孩子之中，吃不好，睡不好的我，像是個鬥敗的戰士，覺得失去了很多很多，包括了自己。

對一個習慣用薪水來衡量自我能力的人，我頓時覺得自己很沒用。

經常感覺很無力，對著窗外發呆，也覺得這世界的運轉已經與我無關。

每天拖著疲倦的自己，我更懷疑是否做對了決定。

那段適應期，是我這輩子自信心最低的時候。

奇妙的是，當我掉到谷底，放低身段，從零開始跟孩子一起成長時，我的收穫反而更多。

我重新開始認識自己，一個本以為不存在的自己。

我從不知道原來我的火爆脾氣還有被磨練的餘地；原來孩子突如其來的一句「我愛妳」可以令我這麼開心；原來看著家人吃完我煮的一餐飯可以給予我這麼大的成就感；原來這世上還有比金錢更可貴的東西。

生了老三小胖後，我遇到了另一個瓶頸，突然覺得腦子裡好像有什麼東西爆炸了，零零落落的瑣事充滿整個世界，永遠撿不完，清不乾淨。

當時我日以繼夜的照顧著一個新生兒，還有三歲跟六歲的女兒，每天都被時間拖著走，老是在趕著昨天就應該完成的事。

就在我快發瘋的時候，我找到了一個叫部落格的東西。

每當孩子睡著後，我開始一點一滴的把心情寫出來，沉浸在自己思緒的同時，也整理一下自己的腳步。

每每完成一篇文章後，我心中找到了平靜，也補足了能量去面對新的挑戰。

我知道每個媽媽在帶孩子時，不免會有迷路的時候，覺得看不到前方的路，開始質疑自己做的對不對，甚至開始懷疑自己到底適不適合當個媽媽。

我不是個教育專家，並沒有顯赫的學歷，只不過是個帶小孩帶到快瘋的家庭主婦，也經歷過很多次的迷路。

但每次迷路、亂了腳步時，我會用愛為前提來反省一切。

我盡量把愛灌溉到孩子的心中，因為我堅信心中有愛的孩子，將來一定可以卓越穩當的成長。

我要特別感謝我的老公，我的部落格一寫三年，雖然他不是很高興看我每晚抱著電腦，冷落他，但他知道寫作對我的意義，所以除了忍受我之外，還開始幫我洗衣服，讓我有更多時間去寫文章。

他的鼓勵，讓我從谷底之中爬出來；他的包容，讓我完成了人生中的一個夢想，寫一本書。

這本書記錄著這三年來我跟孩子一起成長的故事，作夢都沒想到，一個十三歲就離開台灣的人，居然可以在台灣出一本書。

謝謝我的三個孩子，他們豐富了我的人生。

謝謝曉晰的推薦，很欣賞她平易近人的個性。

謝謝所有的格友，沒有大家的支持，我今天不可能出這本出書。

謝謝生命中所有幫助過我的人，也謝謝讓我跌倒過的人，沒有挫折，就沒有領悟跟學習。

我是一個很幸運的人。

## <<媽媽不必當超人>>

### 內容概要

紐約瘋媽Jenny，一個紐約的家庭主婦，13歲時從台灣移民美國，因為懷第二胎時在家待產，親眼目睹大女兒目中無人、霸道橫行的行徑，震驚之餘，決定放棄事業，成為全職的家庭主婦，從此展開與三個孩子鬥法的一連串精采篇章，每一個故事讀來溫馨又有趣。

瘋媽不是教育專家，也沒有顯赫的學歷，只不過是個帶小孩帶到快瘋的家庭主婦，但每當遇到挫折、自我質疑時，她會用愛為前提來反醒一切，因為她認為，心中有愛的孩子，將來一定可以卓越穩當的成長。

她更深刻體認到，孩子的童年真的很短暫，如果不好好的把握，一轉眼，便會錯失了孩子最寶貴的黃金教育時期，她期許所有父母都應該在這個有效限期內，做最好的準備。

## <<媽媽不必當超人>>

### 作者簡介

紐約瘋媽 (Jenny Wang) 出生於基隆，在台灣的教育體制讀至國一，13歲時移民美國，在美國從7年級讀起。

大學時主修國際貿易，副修哲學。

在美國已經24年，一直居住於紐約。

從14歲開始半工半讀，從沒間斷過。

大學畢業後進入服裝業，27歲生了老大，30歲懷老二時，在一家孩童服裝公司擔任產品經理，在家待產時，震驚於大女兒橫行霸道、目中無人的舉止，在失眠了好幾晚後，決定辭職在家當個家庭主婦。

2006年9月16日開始在部落格中寫下第一篇文章，透過部落格，拉近了自己與台灣的距離，也讓自己的生命有了軌跡。

部落格中記錄自己如何在中與西之間努力尋求平衡點來教育孩子，也記錄自己如何在照顧一家子的同時，不忘了自我的存在。

部落格曾入圍2008年全球華人部落格年度最佳親子部落格決選。

## <<媽媽不必當超人>>

### 書籍目錄

推薦序 教養不必變成超人 王文華一個母親的真實日記 洪蘭一本一本誠實且溫暖人心的教養書 李偉文因網路而結緣的兩個媽媽 徐曉晰自序 從零開始，跟孩子一起成長

第一部 每個孩子，都是獨一無二的

1. 一個倔強的孩子
2. 我家的惡小姐
3. 我把兒子給養娘掉了
4. 對付不愛乾淨的孩子
5. 我跟二小姐變同班同學
6. 過動的原因
7. 誰傻
8. 孩子的朋友交際

第二部 尋找教養的平衡點

1. 父母的有效限期
2. 不變的規矩 = 安全的牆
3. 誰家的孩子不吵架
4. 全在一念之間
5. 物極必反
6. 拜託，吹牛請打草稿
7. 教育不是以自己的方便為主
8. 話要說到心坎裡去
9. 「我不是故意的！」
10. 乖，不是應該的
11. 教孩子爭取合理的權益
12. 父母也有幼稚的權利
13. 放手

第三部 媽媽是一輩子的功課

1. 媽媽是人，不是超人
2. 離家出走
3. 不乖的媳婦
4. 摔筷子的故事
5. 並肩作戰
6. 除了孩子，妳還剩下什麼？

第四部 在中西之間學習

1. 到底要學中文還是英文
2. 名次這個東西
3. 我不打孩子的原因
4. 尊重與鼓勵
5. 紐約生日文化
6. 孩子才是主角
7. 猶太式教育

第五部 當媽媽的喜悅

1. 我要追上妳
2. Girl's Talk
3. 下不了台的聖誕老人
4. 童年的尾聲
5. 成長結語 為什麼孩子不聽話

## &lt;&lt;媽媽不必當超人&gt;&gt;

## 章節摘錄

3.誰家的孩子不吵架 前一陣子紐約有個滿熱門的新聞。

有位媽媽在開車時，因為受不了兩個女兒在後座爭吵，於是在離家約五公里，熱鬧的市中心之處停下車來，氣急敗壞的叫兩個分別是十歲跟十二歲的女兒下車，然後自己把車開走。

大女兒下車後看到媽媽要離開了，急忙飛奔追上去，媽媽停下車來，讓老大上車，卻留下那個十歲小女兒獨自在街上。

有個路人發現這個哭得很傷心的小女生，好心安撫她，還買了冰淇淋給她吃，並打電話報警。

這位媽媽到家後，可能是後悔吧，又開車出門去找小女兒。

在找的時候，接到了警察局的電話，說小女兒在警察局裡。

等這媽媽到了警察局，同時也被警方收押了，罪名是「危害孩童福利」(endangering the welfare of a child)。

這條新聞一出來，引起大家熱烈討論，那一陣子脫口秀節目主持人幾乎都在虧這媽媽。

很多人認為媽媽怎麼可以把孩子單獨留在街上，特別是後來得知這媽媽是個律師，知法犯法，不可原諒。

但同情這位媽媽的人也不少，覺得孩子在車上吵架真的會令人情緒失控。

又有人罵為什麼老大可以上車，老二就被丟在路邊，太不公平了。

大家各抒己見，鬧得沸沸揚揚的。

如果你問我，平時帶孩子最讓我抓狂的是什麼？

那我會告訴你，就是孩子們在車上吵成一團的時候，而且這種事在我家經常發生。

最令我生氣的是，我正在開車，根本沒辦法轉頭看後座的情形，也不能到後座把他們拉開來，只能一直忍受尖叫吵架聲，卻什麼也做不了。

我講得話也沒人要理，一直到我勸解無力時，不只一次的，我把車停靠在路邊，引擎熄火，回過頭來，帶著殺氣的眼神瞪著他們，一字字從我齒縫裡狠狠的蹦出：「再 - 吵 - 的 - 話 - 全 - 部 - 都 - 下 - 車。」

所幸到目前為止，還沒發生過我把他們趕下車的事。

可是如果有一天他們都十多歲了，還是繼續在車上吵鬧不休，也懂得把他們丟下車根本是個犯法的行為後，我又要用什麼來威脅他們呢？

這就是為什麼我很同情那位媽媽的原因。

不過我是不可能把孩子丟在路邊不管的，就算是他們三十歲了我也辦不到。

所以到時候很可能是我下車，然後蹲在路邊哭著說：「嗚，不要再折磨媽媽了，我快瘋了，

嗚&hellip;&hellip;嗚&hellip;&hellip;」 家裡有超過一個孩子的家長，應該都知道孩子的吵架聲是多麼可怕吧？

！

我只要一聽到他們吵架的聲音，會整個人馬上彈起來，發瘋指數立刻往上狂飆。

每次脾氣失控大吼大叫的罵他們，罵完後又甩門的離開，都是在他們吵成一團的時候。

甚至還有兩次，我被他們吵到哭了。

三個小人看到媽媽大聲的罵一罵，突然坐在沙發上掩面崩潰大哭，全部傻眼，呆呆的站也不是，坐也不是，走開更不是，最後是他們過來抱著我說對不起，反而我變成了被安慰的對象。

可是，因為小妮子的一席話，我的觀念全變了。

&hellip;&hellip;

## <<媽媽不必當超人>>

### 媒体关注与评论

- 「一個故事要感人，它必須要真，這本書最感人的地方就是真。」  
樂。&mdash;&mdash;教授 / 洪蘭 「媽媽，是世上最難最累的工作，Jenny卻此找到自我實現的快樂。」  
&mdash;&mdash;老師 / 王文華

<<媽媽不必當超人>>

編輯推薦

聯合推薦 王文華 李偉文 洪蘭 徐曉晰 超過180萬人氣、入圍2008年全球華人最佳親子部落格決選  
最受歡迎的紐約瘋媽 第1本親子教養書

<<媽媽不必當超人>>

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>