

編著 / 莎蔓莎·裴瑞特·華爾雷芬斯 譯 / 林曉霞
Samantha Parent Walravens



媽咪 不用太完美

47位時代新女性找出家庭事業平衡力

TORN: True Stories of Kids,
Career & the Conflict of Modern
Motherhood

雙棲媽咪，不求完美，但要快樂、活出自我！

沒有完美媽咪，家庭和事業間也沒有完美的平衡！

一個好媽咪，從自我認同開始，

正面肯定自己的身分，進而找到安頓心靈的希望和力量。

本書收錄四十七位職場女性在家庭和事業之間拉扯、力求平衡的故事，

從中找到共鳴和對應自我的解決之道！

媽咪 不用太完美

47位時代新女性找出家庭事業平衡力

編著 / 莎蔓莎·裴瑞特·華爾雷芬斯 譯 / 林曉蘭
Samantha Parent Walravens

媽咪不用太完美：47位時代新女性找出家庭事業平衡力／莎蔓莎·裴瑞特·華爾雷芬斯 (Samantha Parent Walravens) 編著；林曉霞譯。

-- 初版.-- 臺北市：大好書屋出版：日月文化發行，2012.10

272面；14.8×21公分

譯自：Torn: True Stories of Kids, Career & the Conflict of Modern Motherhood

ISBN 978-986-731-087-3 (平裝)

1.母親 2.親職教育 3.職業婦女

544.141

101016496

媽咪不用太完美

47位時代新女性找出家庭事業平衡力

原書名：TORN: True Stories of Kids, Career & the Conflict of Modern Motherhood

編著：莎蔓莎·裴瑞特·華爾雷芬斯 (Samantha Parent Walravens)

譯者：林曉霞

總編輯：林慧美

主編：謝美玲

封面設計：高茲琳

美術設計：林佩樺

董事長：洪祺祥

出版：日月文化出版股份有限公司

製作：大好書屋出版股份有限公司

地址：台北市信義路三段151號9樓

電話：(02)2708-5509 傳真：(02)2708-6157

E-mail: service_books@heliopolis.com.tw

日月文化網路書店: <http://www.ezbooks.com.tw>

郵撥帳號：19716071 日月文化出版股份有限公司

法律顧問：建大法律事務所

總經銷：聯合發行股份有限公司

電話：(02) 2917-8022 傳真：(02) 2915-7212

印刷：禾耕彩色印刷事業股份有限公司

初版一刷：2012年10月

定價：250元

ISBN：978-986-731-087-3

TORN: True Stories of Kids, Career & the Conflict of Modern Motherhood

Copyright © 2011 by Samantha Parent Walravens

This edition arranged with Joelle Delbourgo Associates, Inc.

through Andrew Nurnberg Associates International Limited

Traditional Chinese edition copyright © 2012 Heliopolis Culture Group Co., Ltd.

All rights reserved.

Contents

—前言—

雙棲媽咪，不完美擺盪

009

史特拉的媽咪

015

第一部 平衡，誰在意啊！

流動 018

當風吹起時，你揚帆；當水流緩慢變淺時，你可以待在水淺上任其飄流；在激流中，你沒命地用槳划船。

——Lydia Denworth

探險家朵拉，我的臨時保母 026

表面上，我完成了一個工作任務，但從人生更大的格局來看，我一定得放掉某些東西。——Carric Lukas

夠好的媽咪 031

我經常出差，每次離開都讓我感到有些心碎；但當我不在路上而在家裡工作時，我盡可能積極地參與孩子們的生活。——Joana Jobsen

CEO媽咪 035

我了解到自己的翼幅將永遠不夠寬；它愈寬，我就會試著在每一天完成愈多東西。——Sabrina Parsons

高跟鞋和挑染 038

開始上班時，我穿著高跟鞋，手裡拿著星巴克，越過電腦螢幕，環視三十三層樓下方的港口，我覺得好極

了。——Kathryn Beaumont

需·要·慢·下·來 042

若你的超速導致碰撞，傷到自已或路人，你永遠到不了目的地，當然也絕不可能準時抵達。——Sara Esther Cripe

當然，我要工作 048

工作是尊嚴，是呼吸，若先生和我的婚姻發生任何狀況，它是未來的安全網。——Susan Morse

第二部 有罪惡感？

給女兒的一封信 054

誠實地面對自己。妳可以權衡雙方，然後找到自己的平衡——即便是不完美的平衡。——Katherine Shaver

媽咪箱子 060

女兒們不需要看到盒子底下我沸騰的情緒，她們只需要知道一切都會沒事的。——Jessica Scott

回家 064

最刺耳的莫過於，在紐澤西休息站時，我的女兒告訴我「妳不再愛我了」。——Jessica Scott

「瘋」杯子蛋糕 067

不可能真的全都擁有。在不同的時間，你可以在這兒有一些和在那裡有一點，但每樣東西都有其必須付出的代價。——Liesel Jurcek

媽咪是輸家 072

我善於處理媽咪的罪惡感。然而，還是會有一些時間，媽咪的罪惡感悄悄找上我。——Shelby Hogan

母親節不是給弱者過的 076

當面臨工作威脅時，母親節卡片可以幫助我將自己放回正道。我知道卡片裡描述的那個可人的媽咪並不是我。——Cathleen Blood

Contents

第三部 我不是女超人

紅皮書不再讓我嫉妒眼紅 082

再也沒有其他「工作」會如此殘酷地考驗著我；或說，如此豐富地回饋著我。在找尋了一輩子之後，我找到自己註定要演出的角色。——Holly Madden

真正的媽咪請站起來？ 086

身為媽咪，我們了解自已不是超級英雄，過去一直都不是，未來也從沒想要成為一名超級英雄。——Aluna Sheer

女性主義者母職……說些什麼？ 090

為什麼我沒命地工作、正要展開一項事業，卻在生了孩子之後，就必須被判出局？——Michelle Levine

妳永遠都不像海蒂·克隆 093

我們對超級媽咪意味著什麼，有著各自的焦慮；然而，媽咪們需要反思什麼，才是真正重要的。——Heather Cabot

從哈佛到家管 097

在我們幫助孩子們美好地長大的同時，我們也幫助自己用最真實可靠的方式成長。——Bracha Groetz

這就是美國夢？ 101

身為一位貧窮、單親的媽咪，我必須抑制住夢想，先面對現實，去追求能度日的薪資。——Kerza Willingham

角色認同危機 105

我覺得自己一直在過一種懸在半空繩索的生活，且絕大部分是失去平衡的。——Berta Davis

給下個世代的一封信 108

一旦承認妳無法全都一手包辦，就可以斟酌自己需要在哪些真正重要的場合出現。——Karen Sibert

第四部 切割的生命

咆「笑」山莊 112

一個社會——它不是強迫一位媽咪在其公開和私人生活之間做抉擇，就是向她擔保，她不能成功地同時兼備。——Alexandra Bradner

四重奏 121

在表面上，我仍是個害羞、中上階級的女孩，有一個令人難以置信的貝比，但在我內心裡，我知道自己孤立於文化和性別之外。——Courtney Cook

媽咪作家 134

我低估了他們在我生命裡的穩定力量；我沒有察覺他們是在提升而非削減我的工作。——Barbara G.S. Hagerly

昆蟲箱 140

婚姻、孩子、事業，我從未預期在生完貝比、回到工作崗位的日子，會被如此巨大的焦慮和憂傷給填滿。——Nina Misuraca Ignaczak

一隻腳跨足兩個世界 144

我想自己可能永遠都不會委身於一處，因為未曾找到一個獨一無二、感覺像家的地方。——Lindsey Mead

母職和昆蟲的變態 148

懷孕和母職帶來了軟弱、孤寂和漫無方向般地失控。在中年階段，如此戲劇性的改變，就像是一種責任、義務。——Kim Todd

不「只」是一位媽咪 154

我重新進入自己更富青春活力、創意的部分——我再度開始寫詩；在洗盤子時，和孩子們瘋狂地跳著各種舞步。——Jennifer Uveling

我打噴嚏時會漏點尿 159

我將所有精力放在貝比身上，把先生關在門外，不讓他成為父親，卻又期望他在跑道兩側為我當一名啦啦隊長。——Wendi Padua

Contents

柏拉圖和現代母職 165

在兒子出生前，我很期待與他產生情感上的連結。但在某處卻潛伏著一個我對他花愈多時間，我的野心就會愈加縮減的意念。——Regan Penluna

第五部 讓我喘口氣！

醫師媽咪 170

我們繞著多做一些的壓力，所以必須放棄某種事物——忽略孩子或你的事業，以及不管選擇哪一邊，終將伴隨著罪惡感。——Tara Bishop

重頭來過 174

選擇退出並不是真正的選擇，它是財務上的自我毀滅；我必須更清楚，不該將絞索放在自己的脖子上，然後稱它為一種選擇。——Amy Hudock

超級英雄也需要休息 180

如果你為自己把充電器插上，再重新啟動，答案是什麼？你會被更新，會有機會去消化你的日子，你的時刻，你的沮喪，以及你的懼怕。——Shley Stone

休息一年 185

在一天的末了，若可以和孩子們一起哈哈大笑或會心一笑，就已經將自己的工作做得很棒了。——Jill Gott-Glenon

和自己約會 190

想到馬拉松在家等著我，我得開始調整自己的身體及心念，來跑這場我曾跑過最長也最美好的比賽。——Sara Debbie Gutfreund

慰藉 195

當我醒來時，我覺得——不是被治療了，那是過度的期待，只有在童話故事裡會發生——而是更為完整、平靜。——Tracy Thompson

死亡的恐懼，生命的意義 198

我的優先順序如今是家人和看著孩子長大的成就感；我知道，不管我在或不在，她都能成功地擺脫逆境，進入成人階段。——Laurie Hennehan

第六部 全職媽咪的掙扎

來自全職媽咪星球的觀察 202

自從成為一名媽咪，我一直在追求某種難以找著的平衡，沒完沒了的重新調整。——Sue Repke

跟上家人 210

我假或激能在孩子們醒來面對這個世界時，成為始終在那裡引導他們的人；我比先生得到更多樂趣。

——Abi Colter O'Rourke

永遠不夠好？ 215

假設這段短暫的「自我時光」終將過去，緊跟而來的，還有我平衡家庭和朋友的困難、個人和社交上的努力。——Shannon Hyland-Tassava

一位瘋狂媽咪的自白 219

我回到那個有著頑皮、嘰哩呱啦啦孩子的屋子，他們不是我的事業或我的工作，也不是我的文憑，甚至不是我。——Darcy Mayers

專業媽咪 222

在成為一名全職家庭主婦許久後，我才與自己的復仇女神面對面槓上：從專業的職業婦女轉變成媽咪，姑且將它簡化為「專業媽咪」吧。——Darcy Mayers

Contents

妳是胖了，還是懷孕了？ 225

將一個稚嫩的嬰孩拉拔成一個合乎道德、聰明良善的人的責任，的確是有趣的，但其價值也是被低估的。

——Amy Schneider

粉紅色便利貼雨傘 233

我在每個地方都貼上了便利貼。當怒氣威脅到讓我瀕臨失控時，我需要它們來讓自己清醒過來——它們是我小小的粉紅紙傘下一場風暴的避難所。——Devorah Lithutz

沒什麼用過 240

三十九歲時，我開始了解到生命有四季，而我的生命則接近夏季的尾聲。——Katherine Ornament

一位全職媽咪的遺憾 244

我深深地感謝過去能參與兒子們大半的童年時光。一個孩子的童年很快就會消失——那麼麼具有挑戰，又是那麼美好啊！——Katy Reid

第七部 或許，貝比——

生產記號 254

年輕時，我有用不完的時光，當時我那樣想，在預備好時，我會知道；然而，我就是還沒準備好。現在我預備好了，但我的身體卻不再配合。——Deborah Fryer

空空的肚子 265

我注視著南半球的星空，我找到了一個新的答案來說服自己：若我生命裡的星宿排列是對的，我就會有孩子。——Majka Burhardt

媽咪 不用太完美

47位時代新女性找出家庭事業平衡力

編著 / 莎蔓莎·裴瑞特·華爾雷芬斯 譯 / 林曉蘭
Samantha Parent Walravens

Contents

—前言—

雙棲媽咪，不完美擺盪

009

史特拉的媽咪

015

第一部 平衡，誰在意啊！

流動

018

當風吹起時，你揚帆；當水流緩慢變淺時，你可以待在木筏上任其飄流；在激流中，你沒命地用槳划船。

——Lydia Denworth

探險家朵拉，我的臨時保母

026

表面上，我完成了一個工作任務，但從人生更大的格局來看，我一定得放掉某些東西。——Curtie Lukas

夠好的媽咪

031

我經常出差，每次離開都讓我感到有些心碎；但當我不在路上而在家裡工作時，我盡可能積極地參與孩子們的活動。——Joanna Leisen

CEO媽咪

035

我了解到自己的翼幅將永遠不夠寬；它愈寬，我就會試著在每一天完成愈多東西。——Sabrina Parsons

高跟鞋和挑染

038

開始上班時，我穿著高跟鞋，手裡拿著星巴克，越過電腦螢幕，環視三十三層樓下方的港口，我覺得好，極好。——Kathryn Beaumont

需·要·慢·下·來

042

若你的超速導致碰撞，傷到自己或路人，你永遠到不了目的地，當然也絕不可能準時抵達。——Sara Estler
Crispe

當然，我要工作 048

工作是尊嚴，是呼吸，若先生和我的婚姻發生任何狀況，它是未來的安全網。——Susan Morse

第二部 有罪惡感？

給女兒的一封信 054

誠實地面對自己。妳可以權衡雙方，然後找到自己的平衡——即便是不完美的平衡。——Katherine Shaver

媽咪箱子 060

女兒們不需要看到盒子底下我沸騰的情緒，她們只需要知道一切都會沒事的。——Jessica Scott

回家 064

最刺耳的莫過於，在紐澤西休息站時，我的女兒告訴我「妳不再愛我了」。——Jessica Scott

「瘋」杯子蛋糕 067

不可能真的全都擁有。在不同的時間，你可以在這兒有一些和在那裡有一點，但每樣東西都有其必須付出的代價。——Liesel Jurek

媽咪是輸家 072

我善於處理媽咪的罪惡感。然而，還是會有一些時間，媽咪的罪惡感悄悄找上我。——Shelby Hogan

母親節不是給弱者過的 076

當面臨工作威脅時，母親節卡片可以幫助我將自己放回正道。我知道卡片裡描述的那個可人的媽咪並不是我。——Carleen Blood

Contents

第三部 我不是女超人

紅皮書不再讓我嫉妒眼紅 082

再也沒有其他「工作」會如此殘酷地考驗著我；我說，如此豐富地回饋著我。在找尋了一輩子之後，我找到自己註定要演出的角色。——Holly Madden

真正的媽咪請站起來？ 086

身為媽咪，我們了解自已不是超級英雄，過去一直都不是，未來也從沒想要成為一名超級英雄。——Alanna Sheer

女性主義者母職……說些什麼？ 090

為什麼我沒命地工作、正要展開一項事業，卻在生了孩子之後，就必須被判出局？——Michelle Levine

妳永遠都不像海蒂·克隆 093

我們對超級媽咪意味著什麼，有著各自的焦慮；然而，媽咪們需要反思什麼，才是真正重要的。

——Heather Cabot

從哈佛到家管 097

在我們幫助孩子們美好地長大的同時，我們也幫助自己用最真實可靠的方式成長。——Bracha Goetz

這就是美國夢？ 101

身為一位貧窮、單親的媽咪，我必須抑制住夢想，先面對現實，去追求能度日的薪資。——Kerita Willingham

角色認同危機 105

我覺得自己一直在過一種懸在半空繩索的生活，且絕大部分是失去平衡的。——Berta Davis

給下個世代的一封信 108

一旦承認妳無法全部一手包辦，就可以幫助自己需要在哪些真正重要的場合出現。——Karen Sibert

第四部 切割的生命

咆「笑」山莊 112

一個社會——它不是強迫一位媽咪在其公開和私人生活之間做抉擇，就是向她擔保，她不能成功地同時兼備。——Alexandra Bradner

四重奏 121

在表面上，我仍是個害羞、中上階級的女孩，有一個令人難以置信的貝比，但在我內心裡，我知道自己孤立於文化和性別之外。——Courtney Cook

媽咪作家 134

我低估了他們在我生命裡的穩定力量；我沒有察覺他們是在提升而非削減我的工作。——Barbara G.S. Hagerly

昆蟲箱 140

婚姻、孩子、事業，我從未預期在生完貝比、回到工作崗位的日子，會被如此巨大的焦慮和憂傷給填滿。——Nina Misuraca Janczak

一隻腳跨足兩個世界 144

我想自己可能永遠都不會委身於一處，因為未曾找到一個獨一無二、感覺像家的地方。——Lindsey Mead

母職和昆蟲的變態 148

懷孕和母職帶來了軟弱、孤寂和漫無方向般地失控。在中年階段，如此戲劇性的改變，就像是一種責任、義務。——Kim Todd

不「只」是一位媽咪 154

我重新進入自己更富青春活力、創意的部分——我再度開始寫詩；在洗盤子時，和孩子們瘋狂地跳著各種舞步。——Jennifer Uveling

我打噴嚏時會漏點尿 159

我將所有精力放在貝比身上，把先生關在門外，不讓他成為父親，卻又期望他在跑道兩側為我當一名啦啦隊長。——Wendi Paulia

Contents

柏拉圖和現代母職 165

在兒子出生前，我很期待與他產生情感上的連結。但在某處卻潛伏著一個我對他花愈多時間、我的野心就會愈加縮減的意念。——Regan Penultima

第五部 讓我喘口氣！

醫師媽咪 170

我們總有多做一些的壓力，所以必須放棄某些事物——忽略孩子或妳的事業，以及不管選擇哪一邊，最終伴隨著罪惡感。——Tara Bishop

重頭來過 174

選擇退出並不是真正的選擇，它是財務上的自我毀滅；我必須更清楚，不該將絞索放在自己的脖子上，然後稱它為一種選擇。——Amy Hudock

超級英雄也需要休息 180

如果你為自己把充電器插上，再重新啟動，答案是否？妳會被更新，會有機會去消化妳的日子，妳的時刻，妳的沮喪，以及妳的懼怕。——Shiley Stone

休息一年 185

在一天的末了，若可以和孩子們一起哈哈大笑或會心一笑，就已經將自己的工作做得很棒了。——Criste Glenson

和自己約會 190

想到馬拉松在家等著我，我得開始調整自己的身體及心念，來跑這場我曾跑過最長也最美好的比賽。——Sara Debbie Gurfurud

慰藉 195

當我醒來時，我覺得——不是被治療了，那是過度的期待，只有在童話故事裡會發生——而是更為完整、平靜。——Tracy Thompson

死亡的恐懼，生命的意義 198

我的優先順序如今是家人和看著孩子長大的成就感；我知道，不管我在或不在，她都能成功地擺脫逆境，進入成人階段。——Laurie Henneman

第六部 全職媽咪的掙扎

來自全職媽咪星球的觀察 202

自從成為一名媽咪，我一直在追求某種難以找著的平衡，沒完沒了的重新調整。——Sue Repko

跟上家人 210

我很感激能在孩子們醒來面對這個世界時，成為始終在那裡引導他們的人；我比先生得到更多樂趣。

——Ari Carter O'Reary

永遠不夠好？ 215

假設這段短暫的「自我時光」終將過去，緊跟而來的，還有我平衡家庭和朋友的困難、個人和社交上的努力。——Shannon Hyland-Tissava

一位瘋狂媽咪的自白 219

我回到那個有著頑皮、噁哩呱啦孩子的屋子，他們不是我的事業或我的工作，也不是我的文憑，甚至不是我。——Darcy Mayers

專業媽咪 222

在成為一名全職家庭主婦許久後，我才與自己的復仇女神面對面槓上：從專業的職業婦女轉變成為媽咪，姑且將它簡化為「專業媽咪」吧。——Darcy Mayers