

Management Skills for
Mothers

好妈妈

应/该/懂/点

管理学



余哲◎著

一位**管理学博士后妈妈**对孩子幼年成长的真实记录

自我管理能力是孩子成才的关键，好妈妈必须懂得如何给孩子**最好的引导**

一本将**亲子教育**与**管理学**完美结合的创意之作



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

Management Skills for
Mothers

好妈妈 应该懂点 管理学

余哲◎著



电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京·BEIJING

内 容 简 介

每个妈妈在面对孩子的时候多少都会有些束手无策，因为从未有一门课程教我们学会如何做家长。在本书中，作者从不同的视角探索和总结了做妈妈的艺术，提出了养育孩子的终极目标——培养孩子自我管理的能力。作者通过案例分析的方法和深入浅出的文字，与妈妈们分享了自己的体会及身边的经典案例。新颖的观点让人耳目一新，可操作性的方法让爱学习的妈妈们跃跃欲试！

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

好妈妈应该懂点管理学 / 余哲著. —北京：电子工业出版社，2014.12
ISBN 978-7-121-24120-8

I . ①妈… II . ①余… III . ①家庭教育 IV . ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2014）第 191859 号

责任编辑：杨 雯

印 刷：三河市兴达印务有限公司

装 订：三河市兴达印务有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编：100036

开 本：720×1000 1/16 印张：17 字数：261 千字

版 次：2014 年 12 月第 1 版

印 次：2014 年 12 月第 1 次印刷

定 价：36.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

你准备好和小熊一起跳舞了吗

初为人母的你兴奋又充满期待，为了迎接小生命，你开始积极准备。我们的孩子是一群可爱又略显笨拙的小熊，他们的智商很高，身心却还没有发育成熟。你准备好和他们一起跳舞了吗？

在你成为母亲的过程中，你可能会经历很多甜蜜的烦恼。当然，有些没法解决的烦恼，就成为了真正的烦恼。

兴奋与不安

在知道自己怀孕的那一刻，大多数妈妈都会体验到非常复杂的情绪。通常一阵狂喜之后，随之而来的是兴奋和不安，因为自己从此就要进入到人生的另一个阶段（当然，这个阶段所带来的天翻地覆的变化是大多数人始料未及的）。你将遇见你生命中最重要的那个人，你会为他（她）发生彻头彻尾的改变，比如，由一个自我中心主义者变成一个盘旋在孩子周围的“直升机”妈妈，从一个不打扮一小时就不出门的美女变成抓起一件衣服就推着孩子出门的实用主义者。至少，在一段时间内，你会觉得你自己好像变成了另外一个人。

于是，刚开始的兴奋变成了不安。当你稍有时间停下来去思考的时候，可能会有些恍惚，“这是真的吗？现在的我，浑身充满奶香和婴儿气息，几乎已经完全没有自由时间。我会一直这样吗？”

对此，你完全不用担心，这个看似漫长得没有尽头的过程不会持续太久。根据每个人自我调节的能力不同，或早或晚，你都能找回自我。我在女儿一岁零一个月的时候和最好的朋友去云南徒步，我以为自己会疯狂地想她。但实际上我更享受这次没有她陪伴在身边的旅行，我觉得自己逐渐在“妈妈”和“自我”这两个角色中找到了平衡。一天黄昏，我和朋友坐在当地金碧辉煌的寺庙中看夕阳，女儿用稚嫩的声音在电话里跟我说“妈妈，我想你！”就在那一瞬间，内心涌上一种从未有过的幸福感，这是我人生最充盈的时刻之一，平静而又灿烂。

选择与失误

我们每天都在面临着选择。有时候，仅是吃苹果还是吃香蕉之类的小事；有时候，却是工作还是辞职这样事关重大的选择。但是对于一个妈妈而言，一旦她知道自己的每一个选择都会对宝宝的人生产生影响的时候，她可能会变得更加谨慎。

我在生孩子之前做了充分的准备，通晓各种育儿理论，自以为有了这些知识的武装，自己一定会成为一个淡定的妈妈，在一片混乱中闪亮登场。事实证明，一旦你面对一个鲜活的小生命，任何知识都必须重新排列和验证真伪。

我看到一种育儿理论是：孩子哭的时候不抱他，笑的时候才抱，这样你就会拥有一个微笑的天使。我很喜欢这个说法，也对书中的案例深信不疑。可是，当我具体执行的时候却碰到了困难——我在孩子无助的哭声中感受到了自己内心的煎熬。妈妈的本能告诉我自己，不能这样做，于是我冲过去抱起了孩子。那一刻，我的内心再次充满宁静和喜悦，我的宝宝也立刻停止了哭泣。后来，我才知道，这个曾经在国外风靡一时的观点，实际上带来了严重的心理问题，包括观点的提出者本人及其子女都深受其害。

不可避免的，我们每个人都有选择出错的时候，有时候是做选择所依赖的信息发生了错误，有时候是选择本身发生了错误。作为一个对自己要求严格的妈妈，尽管你会后悔与自责，但是你一定要知道，无论如何，做

出错误的选择总比不做选择要好，而且你是应该做出选择的那个人。

经历与成长

如果一定要将每个人的人生划分为两个阶段，我愿意这样划分，生孩子之前和生孩子之后，特别是对于女人！

在生孩子之前，我们每天都在为自己如何变成一个更有能力和吸引力的女人而奋斗，但是生了孩子之后，这一切就完全不同了！

记得生完孩子从医院回家那天，等在家里的爸爸妈妈照例在我按响门铃时，开始点火、下锅炒菜。等我进门之后，一桌丰盛的美食已经呈现在眼前，但是我没有进餐厅，而是对他们说，“你们先吃吧，宝宝饿了，我先给她喂奶！”在此之前，我一直都难以理解，一个人居然可以自己饿着肚子先照顾另一个人吃饭；一个人在自己睡得迷迷糊糊的时候居然因为一声啼哭就立刻精神百倍地跳下床。但是，就在那一刻，我忽然明白了。因为我丝毫不觉得自己饿，我只知道我怀里的这个小家伙需要我。看见她那么努力而满足地发出“巴唧巴唧”的声音的时候，我根本忘记了自己是饱还是饿！

但是，几分钟之后，妈妈端着一碗饭菜走进了我的房间。在我喂宝宝吃奶的时候，妈妈在喂我吃饭！尽管我坚持要求待会儿自己吃，这几十分钟的等待根本算不了什么，但是妈妈也同样地坚持！在前一秒钟我理解了天下所有的妈妈；而在后一秒钟，我理解了自己的妈妈。她那么多的唠叨和看似无理的要求，实际上只有一个原因，那就是爱！

一直坚持晚婚晚育的我，以为这样就可以享受更加完整的自我。但是，我发现自己错了。在我成为妈妈之后，我才真正地变成了一个完整的我！很少牵挂他人的我，在女儿出生之后经常会有莫名其妙的担心；以前我对于别人的批评总是虚心接受但从不改正，可是当我发现女儿在用一模一样的腔调和我说话时，我就发现自己必须得改了；对于整洁有着高标准的我，在女儿出生之后也开始接受家里不断出现的混乱场景。总之，以前那个坚不可摧的我，开始一点一点地瓦解了。我发现自己变得更加柔软，更加容

易感受幸福，也更加懂得倾听——我居然变得更有女人味！

所以，我特别感谢女儿的出生，是她让我拥有了从未有过的体验，并成为我最好的人生导师。通过和她的朝夕相处，我开始自觉自愿地学习、思考、对话和实践，并且迅速升级为一个更好的自己。在这本书中，我非常愿意和大家分享的就是这样一个过程！

如何善用本书

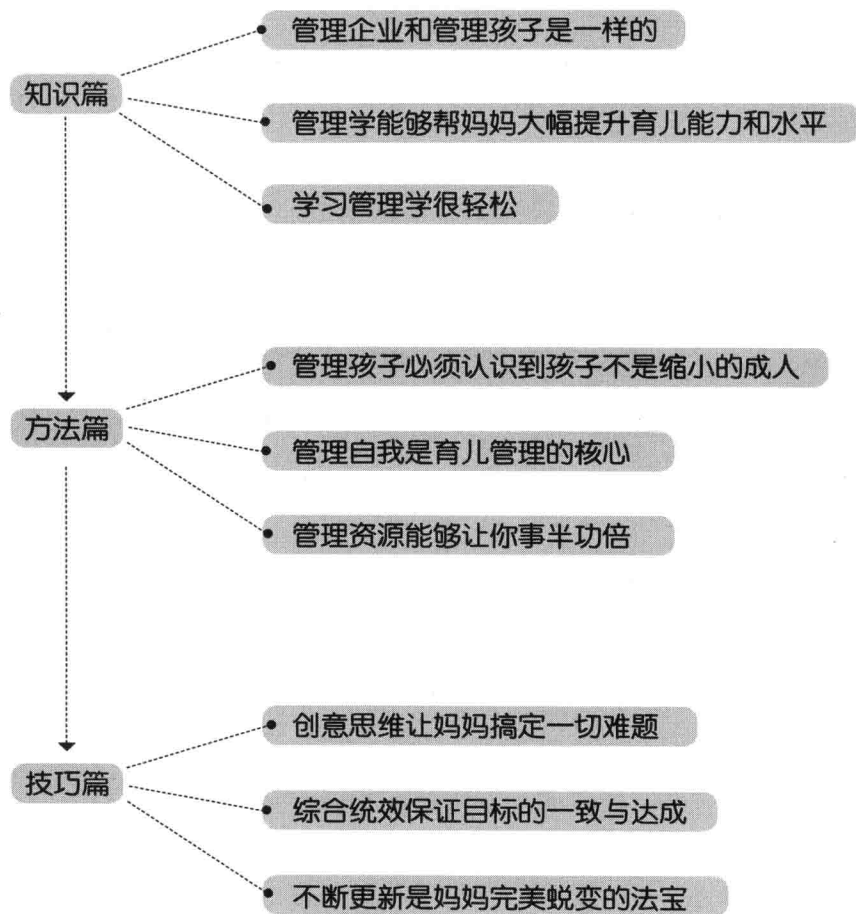
如果你和我一样，是一个挑剔的读者，那么你一定会在拿到这本书的时候，问自己两个问题：我怎样知道从这本书中我将获得什么？我如何确定自己投入到这本书上的时间和金钱都没有被浪费？

首先，请你浏览一下这本书的章节目录。作为一个训练有素的读者，你应该知道，从一本书的目录中，即可以获知作者的大部分意图，并且决定自己是否有必要看下去。如果你在第一眼就明白了我写作本书的主旨和思路，并且对于管理学方法和育儿技巧之间的关系能够自如切换，那么恭喜你，你已经在亲子管理方面具有非常完善的知识和技巧，请按照扉页上的邮箱地址给我发邮件，我将非常愿意向你学习。

如果你已经认定这是一本值得一读的书，那么你或许想知道该如何善用此书？我的建议是，你不要一口气读完，当然，如果你愿意将这种做法当作对我的褒奖的话，我也不会拒绝。不过更好的方式是，每天读一个小节，仔细体会每一个管理案例和我们亲子教育的具体联系；然后，你就会逐渐明白这本书的写作意图；进而，你就可以像读一本侦探小说一样预期这本书会如何发展，并且通过阅读验证自己的猜想；最后，你会发现这本书的确和你的思路完全吻合。也就是说，是你自己和我一起做出了书中的结论，那么你就不会认为自己是被动地接受我的观点。实际上，我们是在相互探讨的过程中一起写了这本书。

为了让你更加容易理解，我在这本书的开头，会首先提供一幅框架图，它将向你解释本书的核心观点，并且让你清晰地知道每一章节具体涉及这

幅框架图的哪一个部分，让你不至于在阅读此书的时候由于激烈的头脑风暴而迷失方位。现在，你准备好了吗，我们将开始一段奇妙的旅程！





知识篇 管理孩子和管理企业是一样的 / 1

第1章 管理学在亲子关系中的妙用 / 2

- 1.1 天才没什么了不起 / 2
- 1.2 管理企业与管理孩子 / 7

第2章 好妈妈应该懂点管理学 / 13

- 2.1 无处不在的管理学 / 13
- 2.2 轻轻松松学管理 / 16
- 2.3 妈妈学习管理学的意义 / 20



方法篇 亲子管理中的三角结构 / 27

第3章 管理孩子 / 30

- 3.1 设定目标 / 31
 - 3.1.1 有目标和没目标的差别 / 31
 - 3.1.2 共同的目标和针对不同人才制定的目标 / 38
 - 3.1.3 为了实现目标，必须学会放弃 / 47
- 3.2 了解管理对象 / 53
 - 3.2.1 孩子是特殊的管理对象 / 53
 - 3.2.2 孩子应该具备哪些特质 / 61
 - 3.2.3 父母应该具备哪些能力 / 67
- 3.3 实施管理 / 81

- 3.3.1 激发孩子获得幸福的信心 / 81
- 3.3.2 培养孩子获得自我实现的能力 / 89
- 3.3.3 培养孩子感知幸福的能力 / 100

第4章 管理自我 / 109

- 4.1 认知自我 / 110
 - 4.1.1 自我定位的方法 / 110
 - 4.1.2 自我评价与分析 / 115
 - 4.1.3 寻找适合自己的管理模式 / 121
- 4.2 优化自我 / 128
 - 4.2.1 时间管理 / 128
 - 4.2.2 决策力管理 / 138
 - 4.2.3 执行力管理 / 145
- 4.3 释放自我 / 153
 - 4.3.1 情绪管理 / 153
 - 4.3.2 压力管理 / 161
 - 4.3.3 沟通管理 / 166

第5章 管理资源 / 175

- 5.1 人力资源管理 / 176
 - 5.1.1 你的首属亲密关系是谁 / 176
 - 5.1.2 外援：让人欢喜让人愁 / 180
 - 5.1.3 孩子也需要建立自己的社交圈 / 188
- 5.2 环境资源管理 / 193
 - 5.2.1 管理日常环境 / 193
 - 5.2.2 开始短途旅行 / 201
 - 5.2.3 安排长途旅行 / 206
- 5.3 信息资源管理 / 211
 - 5.3.1 如何获取信息 / 211
 - 5.3.2 如何处理信息 / 217
 - 5.3.3 知识如何转化为信息 / 222

**技巧篇 成为优秀管理者的三个法宝 / 231****第6章 创意思维+综合统效+不断更新 / 232****6.1 创意思维 / 232**

6.1.1 创造力为什么不见了 / 233

6.1.2 如何产生创意 / 236

6.1.3 创意与管理 / 238

6.2 综合统效 / 241

6.2.1 综合大于局部 / 241

6.2.2 不断回归目标 / 243

6.2.3 确保高余额的情感账户 / 246

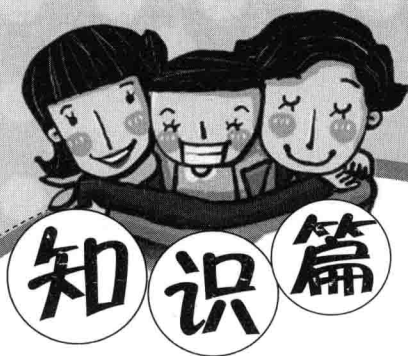
6.3 不断更新 / 249

6.3.1 孩子成长的速度永远超乎我们的想象 / 249

6.3.2 我们必须让自己的成长跟上孩子的脚步 / 251

6.3.3 高质量的成长能够带来蜕变 / 253

后记 / 255



管理孩子和管理企业 是一样的



第1章

管理学在亲子关系中的妙用

1.1 天才没什么了不起

天才没什么了不起，了不起的是他们的父母。每一个天才的背后都可以发现一两个充满育儿智慧的父母，天才并非偶然，而是必然的结果。

通常，我们会恭喜那些“天才”的父母：“恭喜你，生出这么聪明的孩子！”但是，我认为，我们更应该恭喜的是这些孩子：“恭喜你，拥有这么好的父母！”

案例呈现

● 泼在比尔·盖茨身上的凉水。

比尔·盖茨从小就精力过人，处于青春叛逆期的小盖茨经常和父母顶嘴。有一次，正在吃饭的盖茨又和母亲吵了起来。忍无可忍的父亲将手中正准备喝的一杯凉水泼到了盖茨身上，而丝毫没有悔意的盖茨只是倔强地说了一句，“谢谢你给我洗澡！”¹

如果盖茨的父亲继续延用这个做法来教育孩子的话，恐怕我们就没机会目睹后来那个盖茨和他的微软帝国了。事实上，泼水这件事没有浇醒小盖茨，却让盖茨的父亲冷静了下来，他认为一定是哪里出了问题，于是他

1 张笑恒著，《像乔布斯一样思考，像比尔·盖茨一样行动》，中国画报出版社，2013年。

带盖茨去看了当地著名的心理医生。经过一番检测，医生给盖茨父亲的建议是，“如果可能的话，尽量顺着小盖茨的思路去教育他，因为他比一般的孩子拥有更加清晰的思维能力和更加丰富的创造力。当然，还有更加旺盛的精力！”实际上，盖茨的很多行为和自闭症的孩子都很相似，比如，喜欢沉浸在自己的世界里，对于秩序有着非凡的要求，喜欢不自觉地耸肩和抖动双腿，等等。如果是一般的父母，可能会认为盖茨的与众不同是一种病态的表现，但是，盖茨的父亲选择了相信医生的话。

作为一个明智的父亲，他将小盖茨转到了对于孩子的个性更加尊重的私立中学。尽管比公立学校的学费高出了许多，但是转学之后的效果却显而易见。小盖茨再也不用忙着对付那些束缚自己的条条框框了，他只需沉浸在自己所建构的奇妙世界中，并且不断探索就行了。

在盖茨后来的很多决定中，他的父母都扮演了朋友，而非高高在上的父母的角色。实际上，他们从泼水这件事之后，就学会了尊重盖茨的个性。他们将盖茨是看作是一个具有独立思考能力且能够为自己行为负责的人（而非孩子）。所以，无论是后来盖茨在哈佛提出转专业，还是决定退学，他的父母都没有表示任何异议，因为他们充分地信任自己的孩子。

或许有人会说，那是因为他们的孩子是盖茨。如果他们的孩子退学是因为成绩不好或者调皮捣蛋，他们就不会那么心安理得了。或许是这样，但是他们在当时又怎会知道盖茨会开辟自己的微软帝国呢，他们同样也担忧孩子从哈佛退学之后的种种可能，或许成功，或许失败，或许平庸。但是，他们选择了相信自己的孩子，并且让他自己承担风险，这是很多父母做不到的。所以，像盖茨这样的天才并不见得很少，但是，却很少有人能如此幸运地碰见让自己的天赋尽情发挥的父母。

● 乔布斯的养父为他准备的工作间。

乔布斯虽是和盖茨同一时代的电脑巨人，但他和盖茨的童年却无太多相似之处。盖茨生活在富裕的美国中产阶级家庭，乔布斯却一生都在寻找自己的亲生父母。乔布斯的养父是一位朴实的工人，他像对待自己的亲生儿子一样对待乔布斯，以至于乔布斯从来不称之为养父，而是父亲。



谢谢你给我洗澡！



这个孩子不一般，
尽量顺着他的思路
去教育他吧。



和很多早慧的孩子一样，乔布斯的童年也是在精力过剩的恶作剧中度过的，但是很幸运的是，他的养父知道应该怎样对付他。他既没有责备也没有说教，更没有充满善意的建议，他只是将家里的车库改造成了一个工作间。每当乔布斯觉得无聊或者有精力无处发泄时，他就带乔布斯来到这个工作间，让他自己动手进行机械拆装或者和他一起进行敲敲打打的探索。乔布斯在这里充分体会到了动手的乐趣，他也因此对那些能够让机器运转的程序深深着迷。后来，他遇到了与其共同开创苹果帝国的死党，两个人一起在工作间里探索着机械的秘密。

和盖茨的父亲一样，一旦意识到自己的孩子和一般的孩子不太一样时，乔布斯的父亲也选择了相信他。并且为他创造了一个适宜的成长环境，而非改变他。如果说改造一个车库对于一个家庭而言，只是小菜一碟的话，那么搬家就不是那么容易的一件事情了。乔布斯在上高中之后就变得非常叛逆，他尝试过很多事情，包括吸毒、禅宗学习、水果减肥等。他对于发生在自己身上的很多事情充满了强烈的怀疑和不确定性（特别是自己被人遗弃这一事实）。最终，他做出了一个大胆的决定。他对养父说，他想进湖滨学院学习，除此之外，他对任何大学都没有兴趣。要知道，湖滨学院是美国收费最昂贵的私立大学之一。尽管它的资源和环境都名列前茅，但是花费也很惊人。对于像乔布斯这样的家庭而言，这并不是一个轻松的决定。但是乔布斯的父亲还是选择支持他，直到他自己因为成绩达不到预期而提出退学为止。

很多孩子都像乔布斯一样，在小时候就在某方面显现出极高的天赋，但是他们大多严重偏科或者狂妄自大、愤世嫉俗，并不是老师眼中的好学生。有多少父母能够像乔布斯的养父那样，心平气和地接受自己的孩子，而非努力将他打造成大众心中的“好孩子”呢？做一个有个性、有想法的孩子远比做一个好孩子有意义得多。当然，这也意味着作为这些孩子的父母，他们需要承担更大的压力，以及更多的付出。

● 输在起跑线的哈佛男孩于智博。

中国的早教历史应该是开启于《哈佛女孩刘亦婷》一书，与之同时代

的另一本书可能并不为大众所熟悉，那就是《输在起跑线的哈佛男孩》。

这本书的主角是一个叫于智博的男孩，他的父母也在其年幼时离婚，但是和刘亦婷不同的是，他既没有和父亲，也没有和母亲生活在一起，他是和爷爷奶奶一起生活的。忙于工作的母亲很少有时间和他相聚，在香港工作的父亲也只能通过书信联系。智博学习不佳，成绩经常倒数，除了体育不错，几乎没有什么拿得出手的项目。但是，他的爷爷奶奶既没有逼他参加补习班，也没有阻止他的兴趣爱好，仍然高高兴兴地陪他成长。

智博升入中学后，因为知道自己的学业水平无法顺利通过高考，于是他向父母提出到国外去读高中，父母尊重了智博的决定。智博到了美国之后，从数学课开始逐渐收获信心，重新投入学习，并且开始规划自己的未来。后来，他进入到当地优秀的高中，考到专业排名靠前的密西根大学，以及自己的终极理想哈佛商学院。智博终于从一个输在起跑线的男孩开始赢得了自己的人生。

智博认为，自己的成功来源于家人的理解。即使在他学习成绩最差的时候，家人也没有因为学业的压力而逼他放弃自己擅长的体育。体育一方面保持了其自信心；另一方面也培养了他良好的竞争精神和领导力，而这几种品质都在其日后的学习和工作中发挥了重要作用。兴趣广泛的智博也拥有良好的情商，这让他不至于成为智商和情商不成正比的书虫，一旦机会来到，他就能很快抓住，并且好好利用自己良好的素质。

在这个案例中，智博的家人一直都扮演着一种宽容的、朋友的角色。他们没有用传统的成绩作为标准来评价智博，而是找到智博最擅长的事情，对他加以鼓励。拥有快乐童年和满满自信的孩子才会拥有积极健康的心态，他们不会轻易否定自己，也不会随波逐流。他们就像一颗随时会发光的金子，注定会闪耀。

在以上三个案例中我们可以发现一些共同的特性，那就是，很多孩子从小就表现得与众不同。当然，这种不同并没有让他们的父母觉得自己的孩子是天才或者神童。事实上，他们更像是问题儿童，他们精力超群、不服管教、对学习没有兴趣……大多数父母都不知道该如何对付这样的