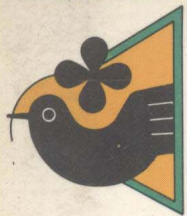


桂冠父母親叢書



媽媽的管理藝術

鍾思嘉博士 主編 孫青 著

不再有「主婦難為」之嘆！

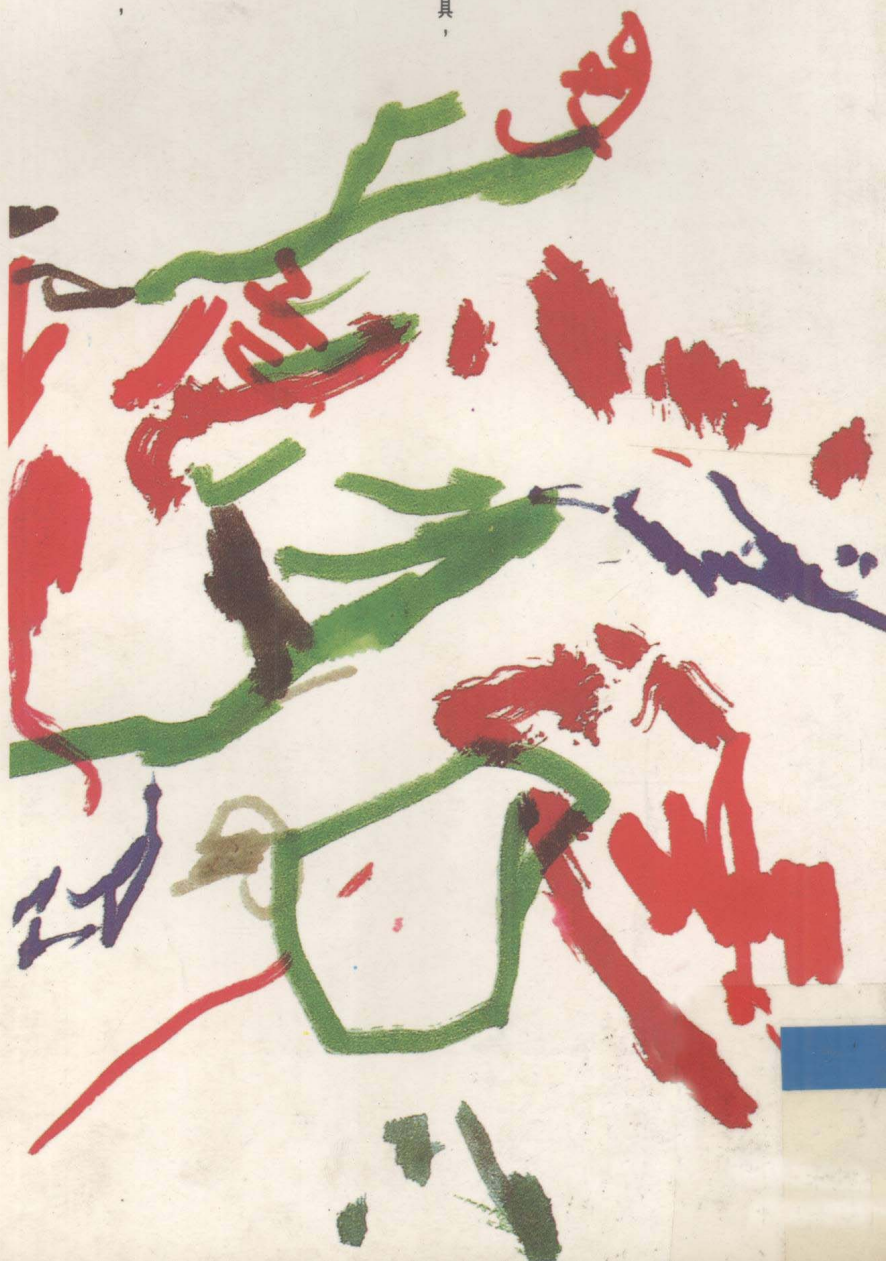
讓媽媽們能得心應手地處理家務，

本書提供一些實用有效的方法，

總讓媽媽們有少一隻手的感嘆。

吵鬧的孩子，瑣碎的家事，

堆得滿籃的衣物，撒得滿地的玩具，



25

鍾思嘉博士主編·父母親叢書②5

孫青著

媽媽的管理藝術

鍾思嘉主編 桂冠父母親叢書⑳

媽媽的管理藝術

作 者／孫 青

發行人／賴阿勝

出 版／桂冠圖書股份有限公司

登 記 證／局版臺業字第 1166 號

地 址／臺北市 10769 新生南路三段 96-4 號

電 話／368-1118・363-1407

電 傳／(886 2) 368-1119

郵撥帳號／0104579-2

初版一刷／1993 年 3 月

初版二刷／1994 年 1 月

版權所有，請勿翻印

本書如有破損、裝訂錯誤，請寄回調換。

ISBN 957-551-618-4

定 價／新台幣150元 ；

〈購書專線／(02) 367-1118〉

桂冠父母親叢書序

常應邀在一些學校、社教機構談論親子溝通、婚姻關係等問題。從實際的參與和觀察中，發現一個非常普遍的現象：許多夫妻或父母希望我能針對他們目前家中發生的問題提出一個直接、快速，且一試見效的方法。然而這些問題往往因個人、家庭狀況的不同，而無法提出一個標準的答案。畢竟短短一、二小時的演講或座談只是提供了一些觀念，促進了一些思考，雖然也有具體的方法和技巧，但都只是原則性的建議，以供每個人面對困境的參考。因此，我常推介一些有助益的書刊，希望他們能獲得更完整、有系統的知能；然而有的興趣缺缺，有的更直截了當地回答說沒有時間。今天的父母常要求孩子讀書，可是自己卻很少讀書；今天的父母常為孩子買書，可是卻很少為自己買書，我想這很難教孩子心悅誠服地求知向學；也有些父母親為了從旁幫助孩子學習，於是孩子學電腦，自己也去學電腦；孩子學音樂，自己也陪著一起學……。依我看來，似乎是捨本逐末的做法，因為父母不可能跟著孩子

學一輩子，而且也是永遠學不完的，甚至過一段時日，學習的結果反不如孩子好。其實，父母真正要學的是一套有系統的教育孩子的觀念和方法，不管孩子學什麼，父母都能有所本地幫助他們，這才是上策。

爲了讓父母有充分進修和充電的資源，我們結合了一些教育學、心理學、醫學、營養學等專家學者，於七十四年元旦創辦了「父母親月刊」。我們懷抱著「幫助父母成長，親子溝通橋樑」的宗旨，朝向「加強家庭教育，促進社會和諧」的理想前進。一年多來，非常感謝許許多多關懷的回饋和支持，使我們更肯定了未來的方向，更踏穩了成長的腳步。桂冠圖書公司深體親職教育的重要，一本服務社會人羣的理念，將父母親月刊的精采內容加以重新整理，組合了這套「父母親叢書」，使我不得不佩服他們的智慧和心血。相信讀者從叢書的封面以至於內文，可以看到這一系列探討兒童身心發展、親子溝通、婚姻成長等文章豐盛的水準。由於它的呈現代表了許多作者理論和經驗的結晶，在此特別感謝他們不計較名利的貢獻，更欽佩他們在推廣親職教育行列中的使命感。謹以爲序，並紀念與祝福他們在各個工作崗位或國外進修身心健康。

鍾思嘉 謹識

民國七十五年四月於父母親月刊社

父母親叢書

- | | | |
|------------------|-------|--------|
| 17521 ①只要我長大(一) | 陳淑娟著 | 100元□B |
| 17522 ②只要我長大(二) | 陳淑娟等著 | 100元□B |
| 17523 ③兒童心理診所 | 柯華葳等著 | 150元□B |
| 17524 ④父母不再傷腦筋 | 鍾思嘉等著 | 100元□B |
| 17525 ⑤兒童眼中的世界 | 宋秀芬等著 | 100元□B |
| 17526 ⑥兒童與家庭 | 柯華葳等著 | 100元□B |
| 17527 ⑦親子溝通(一) | 胡幼光等著 | 100元□B |
| 17528 ⑧親子溝通(二) | 金鈴等著 | 100元□B |
| 17529 ⑨婚姻溫度計 | 鍾思嘉著 | 100元□B |
| 17530 ⑩心理頻道 | 游乾桂等著 | 100元□B |
| 17531 ⑪創意父母 | 游乾桂著 | 100元□B |
| 17532 ⑫家庭劇場 | 游乾桂著 | 100元□B |
| 17533 ⑬民俗、文學、心理學 | 游乾桂著 | 100元□B |
| 17534 ⑭中國孩子的生活壓力 | 鍾思嘉等著 | 150元□B |
| 17535 ⑮培養有責任感的孩子 | 鍾思嘉等著 | 150元□B |
| 17536 ⑯培養快樂的孩子 | 游乾桂著 | 100元□B |
| 17537 ⑰兩代親 | 鍾思嘉著 | 100元□B |
| 17538 ⑱孩子的真心話 | 林惠雅譯 | 125元□B |
| 17539 ⑲狄 妮 | 陳新綠譯 | 100元□B |
| 17540 ⑳虎 眼 | 陳新綠譯 | 125元□B |
| 17541 ㉑馬 丁 | 陽琪等譯 | 100元□B |
| 17542 ㉒閩家歡 | 吳櫻卿等譯 | 100元□B |
| 17543 ㉓如何教出滿意寶寶 | 黃暖惠等譯 | 150元□B |

17544 ㉔ 孩子的世界 125元□B

17545 ㉕ 媽媽的管理藝術 125元□B

17546 ㉖ 崇尚自然的新式父母 125元□B

17547 ㉗ 青少年的世界 125元□B

目 錄

桂冠父母親叢書序	一
管理的藝術——家事	一
孩子與家務	七
維護自我！	一五
孩子的氣質與生俱來？	二一
男生女生不一樣	三一
孩子有自己的想法	三五
愛不求等量	四一
孩子的利他行爲	四七
被寵壞的孩子	五五
培養孩子的幽默感	六一
安靜對孩子的好處	六七

如何改正孩子的壞習慣·····	七三
孩子的心愛「伴侶」·····	八一
孩子寵物同一國·····	八七
今夜我們來說故事·····	九五
再說一個故事嘛！·····	一〇一
夢魘·····	一〇五
孩子學騎單車·····	一一三
帶孩子外出吃飯傷腦筋·····	一一七
孩子：漂亮寶貝·····	一二一

管理的藝術——家事

家有一歲的幼兒，再怕胖的爸爸媽媽也不必擔心身材，保證短期之內就累得你苗條下來。此話不是蓋的，且聽我細細道來：

多年以來，我們夫妻過得相當悠閒的日子，不想燒飯或冰箱存貨已盡時，就上館子解決民生問題；衣服堆成小山了才送去自助洗衣店清理一番；支票帳單四處可放。日子怎麼自由怎麼過。直到小逸——我兒子加入這家庭，我們的閒散生活不得不改變了。

娃娃吐奶的衣服和尿布可以在轉眼之間堆滿洗衣籃，因此不得不每三天得洗一次髒衣服；高椅、學步車、玩具到處都是，不得不每半天歸位一次。尤其在他一歲之後，小娃娃會到處走動時，爸爸丟在竹籃的臭襪子被檢到客廳中央，媽媽的隱形眼鏡盒會出現在玩具堆中，外加搬家工人的譏笑，我才痛下決心要好好整頓家了。

我看了不少「家庭管理」方面的書，不外乎是「事先做好計畫」，「每天早餐前先鬆弛一下緊張情緒」……之類老生常談的論調，和實際生活問題並不相脛合。直到一天看到美國紐約大學管理學院的米雪·瑪蒂稚教授和名作家荻妮絲·蘇菲的文章之後，我才深感獲益。她們的至理名言是：「除非每天動手清理，否則家裏不會奇蹟般地變得乾乾淨淨。」

蘇菲指出，一如任何方面的管理藝術，要懂得如何控制全局，分工合作，讓全家一起來維持清潔。首先召開簡單的「家庭會議」。每個人把家中最不順眼的、造成零亂的事具體的寫出來提供別人參考，這些都是微不足道的小事，卻日復一日，年復一年地重複發生，引發更大的磨擦。以我丈夫為例，他最痛恨我把隨手記事的備忘字條東扔西放；他氣我看完信亂丟，害他找不到。我則天天抱怨他看完電視茶杯東一個西一個；亂丟我的字條；孩子玩具亂成一團也不幫忙收拾只讓我一個人忙得昏頭轉向；帳單混亂一團害得我們不是付了重複的帳就是欠帳逾月而不自知。

我們的解決辦法是：所有物品定位放置，設立備忘牌專供記事，更重要的是：隨手收拾。

蘇菲再三警告：少說多做，從小處著手。與其爭吵不休，不如動手在每個房間安裝櫃子供存放之用。眼下可見的東西愈少，房子愈不會零亂。

維持清潔並不太困難，問題在於我們信服兒童發展專家所言：應當鼓勵孩子把遊戲與日常生活事務相結合。因此，在玩具之外，我們的走廊上還有舊的雞蛋盒、油漆刷、大滾桶……這也使得隨時收拾的工作更爲煩人。不過，下列幾點是在看書與經驗相結合所歸納出來的：

一、玩水的玩意兒限制在浴室內玩；積木或樂高玩具放在房內，蓋房堆沙堡的花招只准在戶外進行。

二、每個房間都有專門放玩具的箱子。

三、每次只能玩少數幾樣玩具，用畢收拾後才可再拿其他東西。

四、如果玩具是收在架子上，應各項各類分清，否則架子上團混亂會更可怕。

五、儲藏箱子不妨用透明的，以便兒童找尋。

蘇菲本身是五個孩子的母親，她的看法是：如果每個孩子的玩具物品都放在各個人房

內，收起來更加煩人，不如把全家同類玩具分別存放，玩舊了用破了就加以淘汰，大都可以分享新玩具。她另將每個不透明的玩具箱玩具袋加上標籤；廢物利用各種盆狀、盤狀容器來裝玩具。

至於要怎樣快速收拾呢？童軍守則中的一條是很值得參考的——隨時改善環境，任何東西務必歸位。

其次，相同的事一起辦理。例如要熨的衣服累積一起熨，可免每次收拿熨斗時間與麻煩。

第三，充分利用時間，在使用吸塵器時可以同時把髒衣放進洗衣機內。使用洗碗機時一起把爐子灶台擦乾淨。

家中另一處混亂場所就是廚房，購買微波爐、食物切碎機或調理好的食物包固然省事，但並非沒有便過不了日子。下列幾點可供參考以加速烹調時間和餐前餐後的收拾：

一、先排一下每天吃的菜，今天炒一盤開洋白菜，不妨留一點白菜供明天煮湯之用，明天就少一樣菜要切要洗了。

二、事先排好菜單，註明各項配料，買菜時方便不少。

三、菜單要用筆寫清楚，不但不會遺漏，更可以請別人代勞購物。

四、如果家有嬰兒還在吃奶或吃嬰兒食品，務必在冰箱內保留一個區域專事存放。以免嬰兒食物混在成人食物中沾了油或忘了已開罐。

許多家庭主婦常會有這樣的怨言：家事好像永遠做不完，家人不但不協助也不知感謝。但我首先自己要想想是否經常對家人偶有的協助誠心地讚美鼓勵。其次要寓娛樂於工作——拖地時放搖滾樂，替孩子洗澡時放點泡泡精使大人小孩都歡喜。最後，若是僱清潔婦每週來清理一回，就得忍受看著房子一天比一天髒的情形。

我的家在努力整頓之後，雖不是好卻是上軌道多了。尤其在蘇菲的提醒：「生活在清潔環境下的孩子，也會養成整齊清潔的好習慣」之後，我每每在不耐與怒氣升起時，總能很快的調理情緒，愉快地彎腰收拾整理了！

孩子與家務

今日的父母，要求孩子分擔家務的一個共同動機是：「這麼做是為他們好！」

每次和小逸一起看故事書、看電視，遇到小主角必須幫忙砍柴、燒飯、牧牛、蓋房子時，他總是不勝羨慕地說：「媽媽，如果我是他的話多棒！」回頭看看他扔一地的玩具，丟在浴室的小襪子、沒有摺好的圖書紙……真想回他一句：「你這麼喜歡幫忙做事的話，就請先收收自己的東西吧！」

許多家庭大概都有類似的經驗。生活較為寬裕、工具更方便、孩子愈來愈花時間在學習才藝之後，過去分擔勞力、賺零用錢的機會也相對減少以小逸的例子來說，無柴可砍、無飯要燒，但要他擺個桌子、收個碗盤卻又一臉無趣的模樣。「媽媽，這不一樣的，這不是真的幫助！餵馬、鏟雪才算！」這是他強而有力的理由。

隨時代的潮流，不論城市或鄉間生活之中，兒童角色扮演有著顯著的改變。在過去農業社會，全家共同分工努力才能換得基本生存條件，這也是為什麼人們主張多子多孫多一雙工作手的緣故。這種需求在第三世界國家仍有跡可尋，但在工業化的世界，許多工作被機器所取代，兒童工作與家庭福祉的關係就不那麼明顯了。

今日的父母要求孩子分擔家務的一個共同動機是：「這麼做是為他們好！」美國威斯康辛大學兒童暨家庭研究專家史坦堡博士指出，即使在經濟最不景氣時代，美國孩子在外面打工賺零錢也不是為了生活所需，他們大多是想要一筆額外的錢買一點父母未必肯負擔的奢侈品。父母本身的看法也日有不同；父母不再視孩子為家中財富的生產者，而理所當然的消費者。這種心態的改變是錯是對很難評斷。美國總統特任委員會中的社會學者柯曼博士表示，他們最關心的是年輕人不知工作是何物，不知賺錢不容易，成長後加入上班族時會產生適應上的困難。雖然不少人主張孩子應當盡情享受童年，但從社會心理學的觀點來看，孩子最好