

阿呆和他的新媒体朋友: 技术支撑传播武器库 数据打造理性运营手

WCplus作者阿呆 微信: [wonderfulcorporation](#) 公众号(点击打开二维码):数据部落 网站:[askingfordata.com](#)

加入WC社群获得工具更新推送(好友验证请备注 WCplus用户+昵称 否则通过率低)

数据来自微信公众号平台,WCplus仅作转化工具,版权或使用问题请联系原公众号。请勿将数据用于任何商业用途,WCplus对此不承担任何法律责任

## 那个产后抑郁的妈妈，现在月薪3万+！

原创：咪蒙 咪蒙 2018-04-16

# MIMENG



第1186篇文章

插画师 / 猪坚强

## 咪蒙

我不知道活着是为了什么了。

一个全职妈妈给我发邮件说。

她在所谓最正确的年龄结了婚，最正确的年龄生了孩子……

然后她当了全职妈妈，一个人把孩子带到了3岁半。

她女儿上了幼儿园，有了自己的兴趣和社交圈，不再像以前那么粘着她了。

她习惯了被称呼cindy妈，脱离了妈妈的身份，她不知道自己是谁。

**对老公来说，她成了那个只会做家务、带孩子以及找自己要钱的人。**

她买一件300块的衣服，老公都骂她乱花钱。

每到这个时候，她都觉得很屈辱。

**她发现，自己的人脉也在一点点地流失。**

她在朋友圈不管发什么，除了家人之外，没人主动跟她互动了.....

甚至以前关系很好的朋友或同事，她去给他们的朋友圈评论，都没人给她回复...

**她不被需要了。**

不被女儿需要。

不被朋友需要。

不被社会需要。

**30岁，她感觉自己被这个世界抛弃了。**

跟她一样迷茫的全职妈妈，还有很多。

她们待在家里，却一地鸡毛。

她们想重返职场，却毫无头绪。

**她们想找工作，但是怕加班照顾不好孩子。**不加班的工作不好找，而且收入低；加班的工作相对收入高，但孩子怎么办？永远的两难。

**她们想换行业，但是不知道自己能做什么。**现在行业迭代太快了，之前的行业已经没落了，想转行，却完全无从下手.....

**她们年龄有点大了，工作经验不足，找工作没底气。**很多公司招聘的年龄上限就是30岁，很可能一进公司，就发现上司的年龄比自己还小，有点儿尴尬。

**她们恐惧社交，甚至和别人正常沟通都有点困难。**因为全职在家，她们的世界里往往只有孩子、老公和邻居几个全职妈妈。没有话题，不懂潮流，担心自己回到职场不会说话.....

这些都是全职妈妈们特别真实的顾虑。

因为顾虑太多，所以越拖越久，导致重返职场越来越难。

就这么放弃吗？

不！

因为有一些全职妈妈，咬牙去面对，咬牙去重新开始，然后她们逆袭了。

**我有个粉丝叫范范，全职妈妈期间，她抑郁了。**

最大原因就是因为她没有收入。

以前她在一家电商公司做运营，工资挺高，**旺季3w+，淡季也有1w+。**

她擅长推广和做爆款，特别有成就感。

怀孕之后，她辞职了，结果发现，**一切都不在她的掌控范围内了。**

带孩子跟工作不一样，不是你努力就会有好的回报的。

你努力，孩子还是会生病。

你努力，老公还是会怪你做得不好。

你努力，你婆婆还是觉得你是吃闲饭的。

她来例假了，腰疼背疼肚子疼，家人不仅不关心，**还说风凉话，“哟，不是说生过孩子之后就没有痛经这回事了吗”。**

去他大爷的。

**她决定重返职场，重新找到价值感和认同感。**

但是，问题来了，才离开2年，电商行业已经完全不一样了。

她有点跟不上了。

以前是靠照片引流，2016年之后短视频火爆，网红经济又兴起，她的推广方式落伍了。

**本来她是高手，现在她是新手。**

没办法，她只能一切清零，重新开始。

白天上班，晚上孩子睡觉之后，她就看各种直播，一晚上看几十个，分析他们的推广手段和引流模式，学习以前从没接触过的技巧.....

现在她越来越专业，**收入比怀孕之前还要高。**

真的，重返职场有难度，但绝对不是不可能。

这次采访，我特别有感触，因为很多妈妈真的太厉害了。

有个妈妈，每天晚上10点陪娃睡着，凌晨4点准时起床工作，一年之内收入就翻倍了，成了很厉害的新媒体运营负责人；

有个妈妈，孩子两岁的时候，开始准备司法考试.....周末去上培训班，周一到周五在家自学。把书撕了，一张张贴在墙上，带娃的时候都在背书.....后来她真的考过了，已经成为律师了.....

全职妈妈重返职场，到底要怎么做呢？

**01**

**怀孕的时候，  
就要做好重返职场的准备。**



把自己已有的技能系统化整理一遍，以便于重返职场可以衔接；

信息上要和社会同步，尤其是互联网新趋势方向的东西，要保持关注。

**02**

**找工作目标要单一，  
确定你的核心诉求。**



如果你找工作的目的是赚钱，那你就要做好要经常加班、没很多时间陪孩子的准备；  
如果你找工作的目的是兼顾家庭，那你就只能选一份轻松但薪水不高的工作。  
既特别赚钱、又不需要加班的工作，是没有的。

**03**

**不知道转行做什么，  
最好选自己相对感兴趣的工作。**



只要你感兴趣，你在这件事上自然就有积累，这样的竞争壁垒会高一些。

如果不知道自己对什么感兴趣，那就想想你的时间都花在哪儿的？比如有的妈妈喜欢烘焙，最后开了烘焙坊；有的妈妈喜欢摄影，后来开了摄影工作室。

**04**

**找回“职场状态”，  
不要过度关注孩子。**



不要自称“某某妈”，这样会缩小社交圈。

去做一些跟孩子无关的事，找到你自己。

找工作的时候，不要以孩子为重——你以家庭为重，公司能感受到，同等条件下，公司会更想要没有孩子的人。

**05**

**面试新工作的时候，  
要给对方安全感。**



首先，一定要表达出你可以长期地、稳定地干下去的意愿。  
其次，你要表现出你在职场空白期这段时间里，你的收获和成长，比如你看了什么书.....  
让HR感觉到，你这几年，并不是职场空白期。

最后想对职场妈妈说，不要害怕，不要被自己想象中的困难吓倒，不要因为未来不可知就停滞在原地。  
带孩子这么难的事儿，你都能胜任。  
还有什么你做不到的？  
每一个成功逆袭的妈妈都说，有两个信念在支撑她们：  
**想成为让孩子骄傲的妈妈。**  
**想证明自己有用，不想输。**

## PS /

很多全职妈妈，重返职场，不知道要准备什么。  
一方面，去搜索一下跟你的专业相关的知识和信息；  
另一方面，可以听一些课程，去弥补你的职场思维。  
我之前做的《咪蒙教你月薪5万》的课，很多职场妈妈都听了，说超有用，因为刷新了她们的职场思维。  
比如，面试的时候，要学会套路你的面试官；  
比如，谈薪酬的时候，掌握3招，薪水就可以再高30%；  
感兴趣的同学，可以点击“[阅读原文](#)”，重返职场，升职加薪，了解一下。  
很多同学都说，听了课之后，思维转变了，真的加薪了。  
对我来说，听到这样的消息，是最最最开心的。

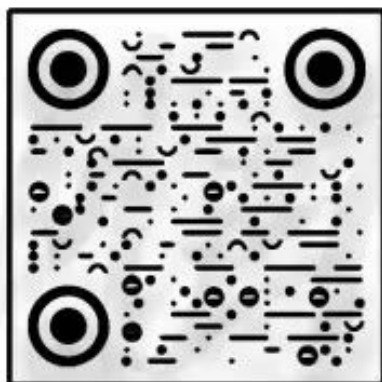
---

## BY /

本文编辑：张花花 阿徐  
版式：孟桃花

THANK YOU FOR

YOUR KIND ATTENTION



关注这个号的你可以说是很优秀了

[阅读原文](#)

---