



美国父母和孩子如何创造完美居家



# 居家Organize · 完美

## Absolutely Organize Your Family

〔美〕黛比·利拉德 (Debbie Lillard) 著 于潼 译



山东画报出版社



# 居家Organize·完美

〔美〕黛比·利拉德 (Debbie Lillard) 著 于潼 译



山东画报出版社

图书在版编目 ( CIP ) 数据

居家Organize·完美/[美]黛比·利拉德著;于潼译.  
—济南:山东画报出版社,2013.1

ISBN 978-7-5474-0643-4

I. ①居… II. ①黛… III. ①住宅—室内布置—装饰  
美术 IV. ①J535.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第079329号

Copyright © 2010 by Debbie Lillard.

First published by BETTERWARE BOOKS, Inc., an imprint of F+W  
Media, Inc., 4700 East Galbraith Road, Cincinnati, Ohio, 45236

山东省版权局著作权登记章图字15-2011-084

责任编辑 王硕鹏

装帧设计 王 钧

主管部门 山东出版集团有限公司

出版发行 **山东画报出版社**

社 址 济南市经九路胜利大街39号 邮编 250001

电 话 总编室 (0531) 82098470

市场部 (0531) 82098479 82098476(传真)

网 址 <http://www.hbcbs.com.cn>

电子信箱 [hbcbs@sdpress.com.cn](mailto:hbcbs@sdpress.com.cn)

印 刷 山东临沂新华印刷物流集团

规 格 148毫米×210毫米

6.625印张 55幅图 100千字

版 次 2013年1月第1版

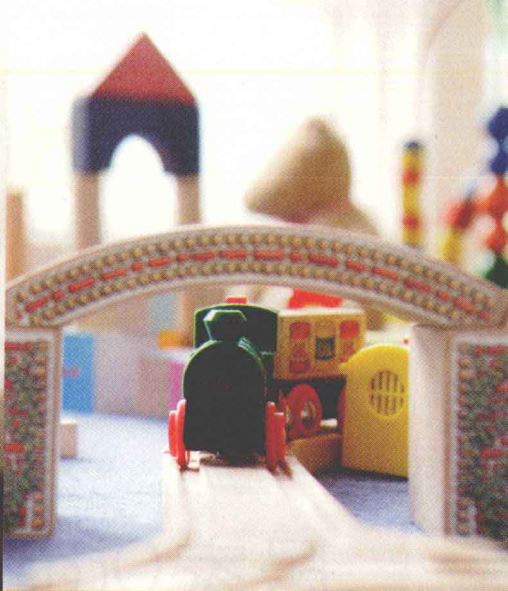
印 次 2013年1月第1次印刷

印 数 1-5000

定 价 33.00元

如有印装质量问题,请与出版社总编室联系调换。

建议图书分类:居家 生活 教子



## 前言

1

### 第一部分 和时间赛跑

4

第1章 在起跑线上……和父母一起计划起步

7

第2章 时间的考验……他们的时间都哪里去了？

19

第3章 选择你的活动……评估季节性活动

27

第4章 设定节奏……为你的月份、星期和每一天制定计划

43

第5章 每天调控……发展常规

57

Organized Thinking

69

### 第二部分 不要再分散分类

70

第6章 安放你家中的玩具

73

第7章 展示孩子的收藏

83

第8章 创建一个画廊

91

第9章 衣物整理方面的快速变革

101

第10章 管理家中的体育设备

111

第11章 缩短家中的电线

121



|                            |         |
|----------------------------|---------|
| 第12章 装点儿时的回忆               | 129     |
| 第13章 将照片归档                 | 137     |
| 第14章 将书籍和杂志入架              | 145     |
| Organized Thinking         | 153     |
| <br>第三部分 征服空间侵占因素          | <br>154 |
| 第15章 书包和文件：将它们打包后挪出去！      | 157     |
| 第16章 不再使用斜槽或梯子，现在整理书桌和储物柜吧 | 169     |
| 第17章 为你家的孩子建立家庭办公室         | 179     |
| 第18章 孩子们自己的房间——简单而温馨       | 191     |
| Organized Thinking         | 201     |
| <br>附录                     | <br>202 |
| 居家·完美准则                    | 202     |
| 每位家长需要的资源和工具以及在哪里可以买到它们    | 203     |
| 时间计划工作表                    | 204     |
| 黛比·利拉德的空间规划工作表             | 205     |

## 前言

很多书都以整理收纳为主题，这已经不是秘密，坦率地讲，这世界上有很多生活得不那么井井有条的人。我认为，我们生活得一团糟是因为有太多的选择。物品和信息随手可得，所以我们就成了“应受惩罚的贪婪者”——我妈妈过去总这样说。只要看一下超市里卖面包的走道，你就能意识到我们购物时可以有多少种选择。我们想买下所有东西，而且现在就想要。同时，我们也想让自己的孩子们享受这种权利。去上学、和朋友们玩耍……这些对他们来说是不够的。他们还应参加扩展的体育锻炼、去音乐教室、跟着家庭教师学习——这比我们小时候的生活可丰富多了。并不是说所有这一切都不好，但这种生活确实有些忙乱。一旦我们买下了所有东西，我们应该把它们放在哪儿呢？我们又怎样对其进行记录呢？

在这些选择之上，还要考虑到技术越来越快的发展，以及充满残酷竞争的国际市场，这样一来，我们的社会就充满了压力，变得一团乱。面对现实吧，我们的孩子在其中成长的这个社会和我们所知道的

那个社会是迥然不同的。比起成长于20世纪60、70和80年代的我们，他们拥有更多“东西”，更多机会，以及更多让人分心的诱惑。

因此我们需要这样一本指导我们如何组织自己孩子的书。这一步是无法避开的：作为父母，我们必须规划他们的生活，并帮助他们找到生活的重点。第一步就是树立良好的榜样，因此我为你设计了一份

如果你本身的生活非常井然有序，而从你的角度来看，你的孩子们生活得很凌乱，那么也许应该调整一下教育的方式。另一方面，也许还应该调整一下你的预期值。

私人清单。一旦你自己掌握了组织技巧，我们就可以讨论如何将其教授给你的孩子们。为了做到这一点，我们需要退一步，从孩子们的角度看问题。如果你本身的生活非常井然有序，而从你的角度来看，你的孩子们生活得很凌乱，那么也许应该调整一下教育的方式。另一方面，也许还应该调整一下你的预期值。我们看来很混乱的生活方式也许对孩子们来说非常方便实用。我们应该知足常乐。为

了做到这一点，我们应该看看自己为孩子们设定的目标。我们是想要一间整洁的房间呢，还是一个快乐的孩子呢？我们是想要一个干净的背包呢，还是一个成功的学生呢？我们是想要一个仆人呢，还是一个有责任感的、会积极完成自己分内家务的孩子呢？也许我们两者都想要，但是鱼与熊掌不可兼得。

可以做到的就是教授你的孩子一些组织技巧，帮助他们管理自己在学校和家里的生活。一旦他们将这些技巧应用到自己的日常生活中，他们就会成长为办事有效率的成年人。

如果你已经阅读过我的第一本书《绝对完美》(Absolutely

Organized)，那么就会知道我习惯分类思考。在本书中，我们也将按照时间、物品和空间的类别来进行讨论。我们将讨论你的孩子的时间管理问题，因为这将影响到你的整个家庭情况。

我们将讨论与你的孩子有关的不同种类的物品，以便孩子们能够独立地管理这些东西。我们也将讨论你的孩子作为学生所需要的空间的问题。无论你和你的孩子在这些类别的哪一项中需要帮助，你都可以将本书作为参考工具使用，也就是通常所说的参考书。

如果你就如何组织或如何保持井然有序而需要新想法及新诀窍，就请翻阅回答你组织需要的那一章。我在书中加入了我自身的生活、我的客户的生活以及其他职业组织者经历中的一些真实故事。在阅读这些故事时，我希望你能意识到你和你的家庭并不是唯一经历这一阶段的人，而且进行规划并没有“对”或“错”的方法而言。对于规划来讲，只存在有效和无效的方法。

我保证，你可以在生活中为所有东西找到自己的位置，而当一切归位的时候，生活就会变得更为轻松愉悦。



## 第一部分

# 和时间赛跑

在我们这个快节奏的世界里，家长和孩子可能会觉得每天都在进行赛跑。我们起床、穿衣、有时能匆忙吃点早餐，然后就要走马灯似地完成一件又一件事：工作、上学、去体育馆锻炼、买东西、去球场等等。

家长们时常觉得自己像是一支接力队伍。“你带着女儿，我带着儿子。咱们7点再在这里集合。我来洗盘子，你去接孩子们。我照顾他们做作业，你来帮他们洗漱。”这听起来很熟悉吧？

在孩子们很小的时候，我们就教他们辨认时间。我建议，也要教导他们如何管理自己的时间。如果我们能够教会他们这一点，也许并不用在这场



赛跑中临线冲刺，就可以把某些事情完整而彻底地做好，而且我们的孩子们也会有更多的空闲时间，在自己的一天中找到一些闲暇来享受孩童时光。我们可以将自己从容的一面和事先进行计划的技能传授给孩子们，而不是让他们继承我们所承受的压力。

“用事先的思考和计划来取代杞人忧天。”

——温斯顿·邱吉尔



## 第1章

# 在起跑线上……和父母一起计划起步

### 问 题

有时候，进行仔细的自省之后你会发现，自己身上就具有孩子们身上让你挠头的那种毛病。你有多少次对孩子说过这种话：“我真不敢相信你要等到最后一分钟才完成那篇文章！”或是：“你得事先进行计划呀！”然而，你是不是因为自己有同样的毛病而觉得有些内疚呢？如果你期待你的孩子在家、在学校、在应用时间方面都表现得井井有条，那就需要先审视自身，看看自己到底有没有树立良好的榜样。

### 故 事

我有个好动的儿子。从他睁开眼睛的那一刻起，直到他夜晚冲进被窝，他都一直在行动中。我们开玩笑说，他只有两个“档”：高速档和静止档。有时我们希望能有个安静平和的早晨，或者就想无所事

事地待着，可是他每隔五分钟就会跑过来向我们要些东西，这可非常恼人。于是我就回顾了一下我自己的典型的一天。我发现自己和他一样，也总是处于“行动状态”！家里人开玩笑说，每天晚上十点钟，当我终于坐在沙发上开始看电视的时候，我就“陷入了绝望状态”。有好多次，我就直接睡着了。有行动力并不是一件坏事。对我来说，这意味着有效率并且自我感觉很有效率。我的儿子天生充满了能量，对他来说这就是他生来的样子。对于我们家长来说，所要做的就是引导这种能量，使大家都觉得舒适，不让它打扰到其他人。我们还应教给这孩子一件事，那就是在日间拥有一段空闲或安静的时间也是很不错的。我们并不总是需要马不停蹄地完成一件又一件事。有时，待在原地也是很好的。

---

居家·完美准则：如果你做出表率，孩子们就会跟随你。

---

那么这和组织你的孩子有什么关系呢？这样说吧，如果你的孩子是个爱拖延的人，或者并不具有前瞻性，而是比较消极被动的，那么可能他是从你那儿学到这些习惯的。因此，在向他们大喊“把屋子打扫干净！”之前，请好好审视一下你自己的房间。

我总是说，对于组织规划来说没有对与错的方法之分。有的只是有效率和没有效率的方式。作为父母，你知道自己的系统是不是有效。按时付账单、进行约定并遵守这些约定。每个人都有上学和工作所需的一切东西。你当然也知道什么时候自己的系统运作得不是很好——当出现与以上情况相反的情况时就是了。请做做下面的测试，看看你在自己的生活中是不是个井井有条的人。

## 自我规划清单

- 你是否按时付账单？ 是 ☐ 否 ☐
- 你是否及时赴约？ 是 ☐ 否 ☐
- 你每周是否至少有三次和家人一起坐下来吃饭？ 是 ☐ 否 ☐
- 你每天早上的流程是否高效而没有压力？ 是 ☐ 否 ☐
- 你是否记录别人的邀请并按时回电话？ 是 ☐ 否 ☐
- 你每月是否至少去看你的朋友一次？ 是 ☐ 否 ☐
- 你工作之中是否有空闲时间？ 是 ☐ 否 ☐
- 你家中的桌面摆设是否整洁？ 是 ☐ 否 ☐
- 你能很容易地找到自己需要的东西吗？ 是 ☐ 否 ☐
- 你的配偶和孩子能够容易地在你家中找到他们所需的東西吗？  
是 ☐ 否 ☐
- 你的孩子在家中负责些什么吗？ 是 ☐ 否 ☐
- 你的所有衣物都挂起来或是放在抽屉中吗？ 是 ☐ 否 ☐
- 你可以立刻说出自己阁楼、地下室或车库中存储物品的种类吗？  
是 ☐ 否 ☐

如果你对这些问题中的大多数回答了“是”，那么在我看来，你是一个有条理的人。无论在任何指定时间你的房子看起来如何，你都是一个有效率的成年人。我敢打赌，你的家中总体上洋溢着一种安和的气氛。

如果你很有条理，真的会产生一种“涓滴效应”。

如果你的大多数答案都是“否”，你可以需要在时间管理、物品整理以及组织自己的家庭方面获得一些帮助。如果是这样，我会打赌你的家庭生活给你带来了压力。

## 解决方法

如果测验结果表明你并不是个有条理的人，而你想让自己的孩子成为有条理的人，那么你有两种选择。一种就是先自己学会打理自己的生活，然后再去教导自己的孩子。另一种选择就是接受自己在这方面有缺陷的现实，向自己的孩子承认这一点，然后和他们一起学习如何控制物品。

## 设定目标

我总是向我的新客户建议，将这句话说完：“如果我是个更有条理的人，我就可以……”并将这个行动作为自己组织规划过程的开始。讲完这句话，并写下你的答案。然后让你的孩子也这样做。将你们的答案贴在冰箱上，或是张贴在家里的公告板上，以此来鼓励你和你的孩子。将这句话说完，你就已经设立了自己的目标。也许你的答案是，如果你是个更有条理的人，你就会有更多的空闲时间、攒更多的钱、按时付账单，或是培养一种兴趣。也许你孩子的答案是，如果他是个更有条理的人，他就不需要和他的父母产生争端、或是他的成绩可以更优秀，或者他就会有更多的玩耍时间。你很有条理的话，真的会产生一种“涓滴效应”。让我们看看生活中的两个实际例子吧。

## 场景1

一个很有条理的人将自己的各类文件整理得很好。他为自己的慈善投入、商业支出以及可减免的医疗费用都设立了各自的文件夹。当新的一年到来时，他可以清空每个文件夹，计算出总的费用，然后将它们精确地记录在自己的税务表格中，同时计算出他可以获得的、最大额度的减免额。他将这些文件归类，并把它们交给一位税务方面的专业人士，由此他知道自己是在按照最新的税法行事。在4月15日之前这些事务就都完成了，于是在春季开始之前他已经拿到了自己的所有返款。

## 场景2

一个不那么有条理的人有好几包文件，都没有分类。当他开始从邮箱中收到自己的W2表格时，他才意识到又到了纳税的时节了，并因此而感到恐慌。他花好几个晚上的时间来整理成堆的文件，其中包括了各种收据，有些与税务有关，有些则毫无联系。在某个时刻，他认为自己已经完成了任务，就开始试着独立填写税务表格。然而，文件堆里还埋着一些可以给他带来更多返款的收据。已经4月14日了，时间可不等闲人。他终于在截止日期前赶到了邮局。可是他并不知道新出台了一些税法方面的规定，于是犯了一些错误，需要被审计。在他为自

所谓有条理，并不只是指将自己的东西收好，尽管那是其中一部分工作。有条理意味着有效率，在时间方面有组织性，明确自己的生活重点，并在生活中创造一种平衡感。

己索取的减免寻找证据的过程中，整个过程又开始了。很明显，这个没条理的人浪费了自己的时间和金钱，还经受了压力。这是个恶性循环。

所谓有条理，并不只是指将自己的东西收好，尽管那是其中一部分工作。有条理意味着有效率，在时间方面有组织性，明确自己的生活重点，并在生活中创造一种平衡感。这不是最终目标，而是通往目标的一种手段。这个目标是什么，要取决于你和你的孩子。在我们讨论组织规划的过程时，我们将谈到你的孩子在生活中各个领域的目标。当你和你的孩子明确了这些目标，再对他们进行鼓励就容易得多了。

### 组织规划的领域

我的第一本书《绝对完美》陪你走过了组织你的生活的三个主要领域的过程：你的时间、你的物品和你的家。如果你将这些生活领域保持得井井有条、充满平衡感，那么你就为自己的孩子树立了良好的榜样。

对于成为有条理的人来说，管理时间的技能是非常重要的。当你成功地管理了自己的时间时，你就知道做事情都需要多长时间，并可以就此进行计划。同样，你可以决定自己在一天中能完成多少事情，并知道在太忙的时候对更多的任务说“不”。不能好好管理时间的人总是试图完成太多事情，结果总是迟到或是完全不能赴约，或是要等到最后一分钟才能开始做事。无论结果如何，都只会产生压力。

整理你家房间的时候，  
最好先制定一个书面计划。

我们的房子、办公室和车里都塞满了我们的物品——从家具到玩具、到