

第一章 时间是什么

——发现孩子不会管理时间的深层原因



长时间以来,人们都感慨:“时间都去哪儿了?”只不过,成年人思考的是时间的流逝如此无情,而孩子的思考可能只是好奇时间到底是什么东西。其实恰恰就是孩子的这种对时间的不了解,才是他不会管理时间的深层原因,所以我们先要让孩子认识时间是什么。





时间在哪里？又看不见，摸不着

——孩子对时间没有概念

在我们这些成年人看来，“时间”是个说起来会让人感到紧张又无奈的话题，因为我们知道时间是什么，也知道时间对我们来说意味着什么。所以，成年人才会不住地感叹“时间都去哪儿了”，才会尽可能地节省时间并尽量合理地利用时间。

但是孩子呢？孩子可能会听我们提到过时间，也许我们也会在某些时候提醒他要注意时间，或者干脆就很严厉地训斥他说：“你怎么就这么浪费时间？”可他实际上却并不会如我们所说的那么注意时间。很多时候，孩子对我们的话可能都会表现出一副茫然表情，然后非常“明目张胆”地继续浪费时间，颇为不知道“悔改”。

看到孩子应对时间的表现，我们往往都会用成年人的思维去理解，认为他并没有听从我们的教导，对时间表现得不那么“尊敬”，因此我们会训斥他，并且还会反复教育他，以此让他记住要珍惜自己的时间。

不得不说，我们想要让孩子意识到“时间是宝贵的”这样的想法是没问题的，不过我们如此直接地提醒孩子不能浪费时间，显然是行不通的。因为孩子不是不愿意按照我们所说的去做，也不是不听话，事实上，时间这个概念对他来说太抽象了。换句话说，孩子根本就不明白时间到底是什么，他

看不见、摸不到,也想象不来时间的具体形态,对于他来说,时间就是个游离在他所有认知之外的东西。所以,孩子当然不能像应对“好好吃饭”“不乱丢玩具”等教诲一样,去应对“好好管理时间”这样的提醒了。

看到这里,有的爸爸妈妈仿佛会恍然大悟,既然孩子对时间没有概念,那告诉他什么是时间就好了。于是,爸爸妈妈就会指着家里的钟表说:“看,那上面就是时间。”可绝大多数孩子应该还是一脸茫然,然后还可能会反问:“那个不是钟表吗?”想想这个场景,我们也许会无奈地笑出来,但孩子的反问却又不能说是错误的。

由此可见,我们不能只想着用一两句话就让孩子彻底理解时间的概念,我们的孩子还只是小学生,理解能力并没有那么强,但是学习能力却很好。所以,我们应该利用好孩子的优势,如果想让他能真正建立起时间的观念,就要采取一些更能让他理解和做到的方法。

最简单的方法是,我们从生活中开始入手。每天只要提到与时间有关的内容,我们都要明确地将“时间”表达出来。

比如,吃早饭前可以说:“已经7点了,到了吃早饭的时间啦!”要出门的时候可以这样说:“7点半了,是你出门上学的时候了,赶紧背上书包,我们出发啦!”傍晚回到家则可以说:“6点啦,妈妈该做饭了,你是不是也要开始写作业了呢?”

每一次明确的时间表达,都能让孩子意识到时钟上的那些数字刻度与他要做的事情是紧密相连、息息相关的,而这也就是时间对他生活的意义。以后孩子就会形成习惯,可能就会开口问:“妈妈,我们什么时候出发?”或者问:“爸爸,几点开始吃饭?”这样的问句就意味着孩子已经渐渐注意到了时间,并开始在生活中去体会时间。

在孩子意识到时间与他的生活的联系之后,我们就要让他更深刻地体会时间的意义。这时,就可以让他在规定时间内去完成一些任务。



比如,10分钟之内把衣服穿好,20分钟之内整理完房间,30分钟之内把一顿饭吃完,等等。一开始的时候,可以给孩子设定好闹钟,给他提个醒,如果他在闹钟响之前就把该做的事情做完了,可以给他鼓励与表扬,否则就可以给他一些诸如减少看动画片时间这样的惩罚,当然,事先一定要跟孩子达成协议,在他同意的情况下才可以这么做。

其实孩子的生活中除了这样一些大块的时间之外,还有很多零碎的时间,这也是时间观念的一部分。所以,我们也不要忘记提醒孩子注意这些零碎时间。

例如刷牙洗脸时,孩子的脑子里也可以计划一些小事情;睡觉前,他还可以回忆一下当天学到的小知识;上学放学的路上,孩子也可以在保证自己安全的前提下,想想自己一天可能要做的事情;等等。

当然,一开始我们可以提醒孩子注意这些零碎时间,并给他展示一下零碎时间里都能做到哪些事情,让孩子意识到零碎时间也是重要的时间,这样他的时间观念就会更加完整。

总之,我们要让看不见、摸不着的时间,“变成”孩子身边各种看得见、摸得到的可处理的事情,引导他逐渐将自己的行为与时间联系起来,使他能建立起自己的时间概念,从而对时间的利用进行相关的规划。

简单来说,也就是让孩子注意到什么时间要做什么,同时也让他自己能主动安排什么时间去做什么,还要让他学会估计某一件事需要多少时间。

当孩子能灵活自如地运用时间时,他的时间观念就会越来越强烈。等到孩子逐渐长大,他对时间的体会就会越来越深,直到时间观念深深印刻在他的头脑当中,养成珍惜时间的习惯,习惯成自然后,每个孩子就都能成为时间的主人了。

反正妈妈会替我做的

——包办代替，孩子就没有时间意识

对于所有人来说，时间既是共有物也是私有物。说它是共有物，是因为虽然我们各自做着自己的事情，但是都在同一时间下行动；而说它是私有物，则意味着我们每个人都有属于自己的度过这一段时间的方式，不应该受到他人的影响，也就是每个人都应该有自我处理时间的方式。

不过，在很多爸爸妈妈眼中，“自己处理时间”似乎只是成年人的专利，孩子还小，不会有时间意识，更别说自己打理时间了。于是，爸爸妈妈们便替孩子将个人时间分配好，什么时候做什么，下一个时间段的计划是什么，如果时间不够用了又该做什么……这些与时间有关的事情，我们都会帮助孩子打理得井井有条。

而在我们的帮助之下，孩子的确做到了在什么时间就做什么事，看上去守时又听话，而且事情做得也很好，这似乎就是我们想要看见的完美结局。

但是，我们是不是把这件事彻底想反了呢？

真的是因为孩子没有时间意识，所以我们才必须要对他的事情包办代替吗？答案是否定的，恰恰就是因为我们都替孩子做好了，什么都替他安排好了，才让他觉得自己不用费什么力气，爸爸妈妈自然就会帮忙，所以



自己也没必要有时间意识。

很多孩子可能都有过这样的想法：“我才不需要自己考虑时间问题，妈妈都替我想好了，从早上起床到晚上睡觉，妈妈把时间都给我安排得妥妥的，我照着做就行，绝对不会在时间上出问题。”

这样的孩子其实只是表面表现得不错罢了，因为妈妈给他准备的那套时间安排非常棒，所以他才不会出问题。可一旦爸爸妈妈因为某些原因没有来得及给他进行时间安排，那么他要么变得一团乱，要么就寸步难行。

这是因为孩子已经习惯了爸爸妈妈的时间安排，对这样的安排也已经形成了一种依赖心理，他的所有条理性都建立在爸爸妈妈为他做好的时间安排之上。而也正因为孩子自己并不用操心时间的问题，所以一旦他需要自己安排时间的时候，当然就会因为没有经验而不知所措了。

鉴于此，我们也该好好思考一下自己以前的做法了，孩子的成长不应该只是表现好就算了，他应该逐渐具备自我主动性，要学会自己为自己安排时间，并在这个时间段里通过自己的努力来处理自己的事情。



向孩子展示我们对自己时间的安排

为什么要安排时间？时间安排都有怎样的过程？怎样把大块的时间分成小块……这些内容就是时间安排的一些要点，而掌握了这些要点之后，孩子就能对时间有一定的了解，并能基本具备时间意识。

所以，平时我们在时间安排上就要有良好的表现，最好是有意识地让孩子看到我们的安排，还可以趁机给孩子讲讲为什么要这样安排，如果孩子对此有疑问，也要好好地为他讲解。

在这个展示的过程中，我们要专心，不要带着其他的目的，尤其是不要借此反复提醒或教育孩子。我们要相信潜移默化的力量，最重要的就是要

做好自己该做的事情。



鼓励孩子自己安排时间

虽然前面一点建议中提到,我们不要特意去反复提醒或教育孩子要自己学会安排时间,但这并不意味着就此放任孩子了,我们当然也要鼓励他学会并尽量自己安排时间,只不过需要选对鼓励的时机。

鼓励的最佳时机,就是当孩子面对一大块时间需要安排的时候。比如,对于小一点的孩子,早上起床到出门上学这段时间里,他都需要做什么,每件事要花多长时间,这就是个锻炼的好机会;而对于大一些的孩子,遇到星期六或者星期天,他不用上学,那么这一天他准备怎么度过,要做哪些事,每件事要用多长时间,这其实就是锻炼他自己安排时间的最好时机。

也就是说,要在孩子需要自己安排时间的时候给出鼓励,才更能让他体会到自己安排时间的重要性。



耐心应对孩子安排中的漏洞与错误

不管怎么说,孩子的安排终归是不成熟的,他可能安排得太松,结果就导致很多时间被浪费掉了;他也可能安排得太紧,于是很多事情都没来得及做完或者根本就没做;他还可能安排得毫无条理,想起什么就做什么……这些都是孩子在时间安排上犯的 error,或者说是他对时间还不能很好把握,并不能完美掌控的表现。

这是正常的,因为他是孩子,还没有那么多经验也没有经过太多的历练,所以他会出错,会表现得不好。我们应该是更多地期待他的成长,期待他弥补漏洞,纠正错误,而不要因为他出现了这些问题就剥夺他对自我时间的主动权。



所以,我们要保持耐心,孩子出了问题,我们就去找解决问题的办法,不要总纠结于孩子怎么没有做好,我们最主要的任务应该是培养孩子逐渐变好,只要想到这一点,也许我们就能将关注的重点从那些漏洞、错误上转移开了。

太好了,妈妈不在呀

——不在身边督促,孩子就拖拉

很多孩子的勤快是表现给妈妈看的,妈妈在眼前的时候,孩子一切行动都会非常迅速,一点拖拉的样子都没有,看上去就是一个勤快而又乖巧的孩子。可一旦妈妈不在跟前,孩子就仿佛失去了一种禁锢,同时也失去了表现的欲望,心里一定都会想着:“反正妈妈又不在,那么勤快干什么?等妈妈来了再说。我终于可以放松一下了,想怎么懒就怎么懒!”

孩子对时间的管理,却变成了展现给妈妈看的一次又一次的“作秀”。当得知这样的真相时,有的妈妈是震惊的,会觉得孩子怎么会有这么多不可思议的心思,竟然会有两面派的表现,自己竟然从来不知道;有的妈妈则是愤怒的,孩子怎么可以欺骗自己?真是好的学不来坏的自然通;还有的妈妈则是伤心的,觉得孩子怎么就这么不体谅自己的心情,竟然想出这样的方法来应对自己的监督。

于是,很多妈妈就此得出了结论:看来以后还真得多监督一下孩子,不然给他放纵的机会,他就会越来越不会管理时间了。而且,多监督也能避免他在背后搞这些小动作,等到他形成习惯,应该就不会有这样两面派的表现了。

如果我们有了这样的结论,那就意味着我们又错了。孩子错把我们的



监督当成时间管理的开关,认为把时间管理好就是为了给妈妈看的,并没有发觉学会管理时间其实是他自己人生中必不可少的一项任务,把时间管理好也是对他自己负责任。而究其原因,其实就是我们不那么合适的监督才让孩子产生了这样的错觉。

所谓不合适的监督,比如,有的妈妈会不停地催促孩子“到时间了”,有的妈妈则会总是反复跟孩子强调“时间太重要了”,还有的妈妈又会如前面一节提到的那样什么都替孩子安排好……更重要的是,不管是哪种形式的监督,我们都会表现得非常严格,也会非常唠叨,而且不管孩子愿不愿听,我们倒是非常苦口婆心。

有了妈妈这样的督促,孩子自然是形成了习惯,而且总是被唠叨也会让他逐渐感到厌烦。于是,当突然有一天妈妈因为各种原因而没法再监督孩子时,孩子就犹如出笼的小鸟,脑子里便只剩下了欢快与自由,至于管理时间的真正意义,他才不会多作思考。结果,孩子的时间变得混乱不堪,该做的事情都没做,大量宝贵的时间被白白浪费掉了……

这显然并不是我们想要看到的结果,所以别把自己的一片好心变成了孩子懒惰的借口,如果恰恰是因为我们的监督才导致孩子出了问题,那就从这方面入手,改变一下教育方法吧。



帮孩子建立对时间的自我感觉

孩子之所以会对妈妈的监督那么“看重”,其实是因为他并不觉得这段时间是他自己的,而是妈妈给他安排的。孩子对时间没有自觉性,在他眼里,如果没有妈妈的监督,这段时间似乎都不存在。

我们总是监督孩子做这做那,总是督促他做各种各样事情,让他产生了依赖心理,他不会觉得耽误了这段时间自己就会如何,而是觉得“耽误了这段时间妈妈就会生气”,为了不让妈妈生气,他才会遵守时间。

这显然是错误的认知,我们必须要让孩子把时间与他自己联系起来,让他意识到,“如果我浪费时间,那么我该做的事情就会被耽误,这对我来说是一个损失”。所以,最简单的方法就是,不要总催促孩子,别总是用“都这个时间了,你还不如何如何,如果你再不如何,我就将如何”这样的话来督促他,因为威胁甚至是惩罚只会让他感受到我们的愤怒。

要经常提醒孩子,“时间是你自己的,如果你不利用,别人不会有任何损失,但是你却再也找不回那些时间”。换言之,就是要让孩子意识到自己是自己时间的主人,如果他无法自己掌控好时间,那么到最后,时间就会给他带来“报应”,比如让他错过约定的时间,让他做不完该做的事情,而因此又会引发更多不好的事情,等等。



把对时间的监督转移到自己身上

“你再不赶紧做,到睡觉也做不完!”

“你看都这个点了,你怎么还没写完作业?”

“你就磨蹭吧!你就是磨洋工,就是没个时间观念!”

.....

类似于这样的批评,很多爸爸妈妈都对孩子进行过。而孩子虽然不那么情愿听到这样的吼,却也很习惯这样的吼,似乎我们只要这样一吼叫,对孩子来说就意味着时间真的要没有了,然后他才会开始努力做点什么。这就直接导致孩子形成了一种思维定式,他会觉得只要顺从爸爸妈妈的监督,就不会有问题。

要纠正这一点,我们可以试着将这个监督转移到自己身上。比如,我们可以说:“哎呀,都这个时间了,我要再不抓紧点,自己的事情就不完了。”接下来,我们就可以提升自己做事的效率,争取在一定的时间内做完这些事。

当然这个过程最好要让孩子看到,让他意识到这是我们对自我时间的



一种监督。他没准儿也会模仿我们的表现,对自己的时间有一个重新的审视。



给孩子自己安排时间及监督自我的机会

我们之所以会去监督孩子,很大一个原因是孩子的时间是我们安排好的,所以我们不得不“自始至终”都负好责任。

为了避免孩子再出现“有人看着就好好表现,没人看着就彻底偷懒”的现象,可以将处理时间的主动权交还给孩子,提醒他接下来的时间他将自己安排,而且他也要自己监督自己,我们不会再干预他。所以,如果他自己不提醒自己的话,出了问题只能算他自己的,与其他人没有关系。

可能一开始,孩子做不到很好地自我安排和监督,可能会出现散漫、拖拉等情况。此时没必要批评他,只要提醒他时间是他自己的,是他自己要重视的东西就可以了。

时间还早着呢，不急

——孩子什么事都不着急，天生慢半拍

有这么一类人，不管什么时候，他都会表现得很“冷静”，好像什么事都不着急。但是，这种不着急在不同的人身上也会有不同的意义。比如，有的人平时虽然看上去慢悠悠的，可自己却有很棒的计划，到了该干什么的时候就能认真严谨地将该做的事情做好，节省下来的时间他可以继续慢悠悠地享受悠闲；而有的人则完全相反，干什么都慢半拍，可是他又什么都没安排好，就是个天生的慢性子，结果做什么都不能很顺利。

很多孩子就属于这后一种慢性子的人，他对时间没有观念，这显然是他个人的性格所导致的。也就是说，孩子天生慢半拍，时间在他这里被他自己人为地拉长了。可这种时间的拉长却只是孩子自己的一种主观感受罢了，他自己给自己不断延长时间，却忽略了真正的时间根本不会因为他个人的意志而发生变化，所以这样的孩子成功的概率并不那么大，多半都会因为他拖拉了时间而使事情做不完。

巧的是，慢性子的孩子可能往往都会有一对急性子的父母，看到他不着急的样子，我们可是就坐不住了。想想看，同样的时间，别的孩子可能能做10道题，可我们家里这个慢性子，也许就只能做7道题，平白无故就比别人慢了3道题的时间，最终只能眼睁睁地迎接失败。



对于孩子的慢性子,我们一定也已经使用了很多方法,比如训斥、催促,可能也会威逼利诱,或者打骂一顿,但结局应该都不会是我们所期望的。孩子该慢还是慢,我们一催促,他反倒振振有词:“时间还早着呢,这有什么可着急的呢?”

慢性子的孩子按照他思考与行事的节奏来看,一切当然不着急;可我们当然是按照正常的时间节奏去观察的,所以在我们看来,孩子就跟在放慢镜头一样,尤其是遇到急性子的父母,更是会恨不得上去拉孩子一把,或者干脆帮孩子立刻把事情做完。

由此可见,慢性子的孩子并不是对时间没有概念,而是他的时间概念“自成一派”。这当然是不行的,因为孩子终归是要走入社会中去的,终归是要融入集体中去的。所以,他应该调整自我,让自己的办事节奏能为众人所接受,也让自己的时间节奏能赶得上成功。

那么,对这样的孩子,我们的教育重点就该放在这样一些方面:



给孩子一个体验慢性子的机会

慢性子的孩子自然会感觉慢悠悠的生活很惬意,可是在正常节奏的我们看来,这种慢有时候真的难以忍受。那么我们就不妨让孩子也体验一下这种慢悠悠的状态,用感同身受的方式来引导孩子逐渐产生改变慢悠悠的心理。

在做某些事时,我们可以故意放慢自己的节奏,当然不能和孩子同一个节奏,而是最好比他还要慢。可以选择一些与孩子切身相关的事情,比如做饭。孩子本来已经很饿了,但是我们慢悠悠地准备各种饭食的过程,可能就会让饥饿的孩子皱眉头。

如果孩子因此而催促了我们,那就意味着他体会到了他人慢悠悠地做事给他带来的困扰,同时他也体会到了等待是一种很难熬的事情,当然最重

要的是他也体会到了时间的流逝。而我们就可以借此来提醒他注意到自己以前的一些慢性子的表现,告诉他他的慢性子也让我们和他人感受到了同样的困扰。同时也要提醒他,如果有可能,他也可以试着改变一下自己做事的风格,适当地提升一下做事的速度。

不过有一点我们要注意,不要借此机会讽刺孩子的慢性子,如果孩子的性格天生内向,我们可要谨慎地使用这种方法,否则孩子没准儿以为我们是在嘲笑他。对于容易害羞的孩子,我们可以选择其他的方法试试看。



给全家人确定一个明快适中的生活节奏

家庭生活的节奏会对孩子自己的生活节奏产生很强烈的影响,所以我们该好好看看自己家庭的生活节奏,是不是也很慵懒、很散漫呢?如果答案是肯定的,那我们就应该及时调整整个家庭的生活节奏。

要在家里建立一种“今日事今日毕”的生活节奏,而且做事要雷厉风行,不要把一件事拖得很长。如果决定要做什么了就立刻去做,凡事都尽量赶在前头。最好是有一个家庭生活计划,要做什么一目了然,家里的一切也都井井有条。

明快的生活节奏会让我们全家人都提起精神,从而也就彻底破坏了助长懒洋洋的性子出现的环境,孩子的慢节奏也会在家庭环境的影响下有所改观。

当然,这种明快也要适中,不能从极慢的节奏一下子就变成了极快的节奏,否则孩子也会因为无法适应而陷入一团乱的局面。



引导孩子注意他人的一些评价

很多时候,孩子自己可能注意不到自己的慢性子,但是某些事情的过程中,他的慢性子可能就会造成各种不良影响,而他人便会因此而给予他一些



评价。比如,班级集体活动中,孩子慢悠悠的性子导致整个活动的失败,这时同学们可能就会抱怨他。

提醒孩子注意一下这样的评价,看看他有没有被人说“真慢”“拖后腿”,当然这样的一些评价可能不那么好听,但孩子不能因此只觉得委屈,也要想想为什么大家会因为他的慢性子就如此说他。最好引导他意识到自己的慢性子的确给大家带来了麻烦,也给最终某一件事的成功带来了阻碍。



借提升孩子的办事质量来提升他的办事效率

慢性子,尤其是天生慢半拍的孩子,并不会很容易就把自己的速度提升起来。所以我们不要对改变的过程抱有太多的期待,这个过程可能会是缓慢而悠长的。但是,我们除了提升孩子的速度之外,还是有其他事情可以做的,那就是提升孩子的办事效率。

也就是说,尽管孩子速度慢,但是我们要提升他办事的效率,让他已经消耗掉的时间没有白白浪费掉,这也是给孩子一些行动的信心。我们可以这样来鼓励孩子:“你看,你已经可以把一件事做得很好了,其实如果你在某些一些步骤上再稍微快那么一点,你的办事效率也一定能跟着提上来。我觉得你还是有这个实力的。”

我快不起来啊

——不要催促你的孩子，越催促他就越慢

看到孩子磨磨蹭蹭的样子，我们几乎都会立刻说一句“快点”，这样的一句话似乎都不用思考，我们完全可以脱口而出。我们期待的是，一句“快点”会打开孩子的加速开关，然后他的行动就会提速，做事效率也就随之提升。然而，事实总是会与我们的期望背道而驰，孩子不仅没有变快，行动反而还变乱了。

举个例子来说，孩子在家里玩玩具、吃零食，一次游戏时间结束时，他的房间可能就变得一团乱了。看到这种一团乱的情景，我们当然要提醒孩子打扫“残局”。不过，孩子的动作可能并不能令我们满意，我们就会很自然地催促他，可如果我们是这样催促孩子的：“赶紧把你的房间收拾干净。”那么孩子可能要不了多久就变得一团乱了。

不要感觉奇怪，我们这一句催促其实是前后矛盾的。“赶紧”就意味着孩子必须给自己的动作提速，但是他还不过是小学生，其动作协调程度并没有那么好，所以他一旦提速，伴随的可能就是手忙脚乱了，而我们却还要求孩子“收拾干净”，对于他来说，要想把一团乱的地方弄干净，就势必会浪费时间，因为他至少要一样一样地去弄，要想让他做到像我们那样又快又好，至少在现阶段还实现不了。

所以，这样的催促最终只能换来一个结果：越催促，孩子反而会越慢。