



生活有条理、学习有条理、办事有条理……

有条理的孩子学得好，无条理的孩子乱糟糟

王银杰 袁俊峰 / 著

有条理的孩子最优秀

从小事做起，整理书包，整理房间，管理自己的生活与学习，在一点一滴中，孩子会成为一个有条理的人。



有条理的 孩子最优秀



TO BE THE BEST CHILDREN IN ORDERLINESS

王银杰 袁俊峰 / 著

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

有条理的孩子最优秀 / 王银杰, 袁俊峰著. —北京: 北京理工大学出版社, 2016. 1

ISBN 978 - 7 - 5682 - 0757 - 7

I. ①有… II. ①王… ②袁… III. ①习惯性 - 能力培养 - 少儿读物
IV. ①B842.6-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第266382号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街5号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 保定市中华美凯印刷有限公司

开 本 / 710毫米×1000毫米 1/16

印 张 / 16

字 数 / 194千字

版 次 / 2016年1月第1版 2016年1月第1次印刷

定 价 / 32.00元

责任编辑 / 李慧智

文案编辑 / 王晓莉

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 马振武

图书出现印装质量问题, 请拨打售后服务热线, 本社负责调换

前言

课桌上的条理性

小小的课桌里藏着一个惊人的大秘密。

1992年，纽约某所小学，马克·扎克伯格八岁。

比尔·盖茨来到他所在的小学，给全体小学生做了一次演讲。临走前，他说，他还会来看望他们的，如果他发现谁的课桌收拾得最整洁、最有条理，他会给这个孩子礼物。起初，孩子们不约而同地都将课桌收拾得非常有条理。时间一天天过去，忙碌的比尔·盖茨始终没有来，许多孩子都放弃了整理工作，课桌又恢复到以前的状态。

有一个男孩始终认为盖茨会来的，他每天都将课桌收拾得很有条理，从未懈怠。每当课桌有一点乱时，他就会想，如果盖茨恰巧来了，之前的坚持就功亏一篑了。他决定，自己的课桌必须时刻都保持整洁而有条理，这样才能万无一失。

但比尔·盖茨始终没有来。这个男孩却从此养成了一个整理课桌的好习惯，并从中学会了有条理地学习、工作、生活，这让他受益匪浅。多年之后，他创立了Facebook（脸谱）。当他再次遇到比尔·盖茨时，比尔·盖茨的确兑现了当初的承诺，给了这个最会整理课桌的男孩一份“礼物”——用2.4亿美元购买他公司1.6%的股权。



小小的课桌上体现出的条理性，竟然能改变或成就一个人。这绝不是夸大其词。你如果细心观察就会发现，那些长大之后工作效率极高，小有成就的人，多半是条理性很强的人。他们在小的时候就有很多好习惯，其中之一就是将课桌整理得井井有条。桌面上，各种书本分类摆放，整齐有秩序，存取自如。而且在摆放的时候，这些资料也遵从主次分明的原则，最有用的、最常用的放在最前面，依次排开。书桌上有要用的文具，但永远不放分散注意力的闲杂物品，诸如，小饰品、小镜子、小玩具等。课桌兜里或者课桌下，是那些一时用不到的学习资料或其他物品，这样课桌从里到外变得井然有序，非常有条理，同时，再不用急匆匆地花费太多时间来找书本或学习用品了。

实际上，整理课桌的过程也是在做一种脑力体操，它不仅能帮孩子们理清学习思路，还能锻炼其头脑的条理性。一个能够每天将书桌整理得整洁且有条理的孩子，他可能目前成绩就非常棒，也可能目前成绩并不那么突出，但他具备着厚积薄发的实力。

很多小学初年级的孩子在学习上出现各种问题，诸如注意力不集中；作业拖拖拉拉；书本扔得到处都是；学东西今天学了明天忘；与老师和家长对着干；书包和课桌太乱，上课找不到课本；过分痴迷动画片；一点时间观念都没有……若这些问题长期积累而得不到有效解决，就会影响孩子的学习。父母对此头痛不已，只能将这些问题归结为孩子的懒惰、淘气、学不会、没耐心、自制力差等。

其实，父母只看到这些问题的表面，而很少去深究内里。这个阶段的孩子在思维层面和行为层面几乎都是缺乏条理性的。学习上太多问题的根源竟然是小小的“条理性”。

一个有条理的孩子，他的学习环境整洁有序，一眼就能找到自己需要的书本；他具备时间观念，能合理安排自己的学习和玩耍时间；他懂得自律，能够自主安排学习和生活；凡事他都有自己的计划、目标，能

有效应对考试，专心学习，从来不会磨蹭拖延。这样的孩子，想学不好都难！

为了帮家长和孩子轻松解决学习中遇到的困惑和烦恼，我们特意编写了此书。本书涉及如何用有条理的环境来发展孩子的条理性；如何给孩子规矩，让孩子的学习行为开始条理化；如何教孩子自律，让他学会自己管理自己；如何利用专注力来使条理性升级；如何教孩子学会管理自己的时间；如何让条理性学习成为孩子一生的好习惯等。本书摒弃传统家教书说教性太强的特质，采用了有趣的叙事方式，使家长在愉快的阅读中，找到帮孩子建立条理性的种种方法，找到学得既好又快的捷径。





第一章：你的条理性都去哪儿了

——有条理的孩子学得好，无条理的孩子乱糟糟	1
塞满纸张的超重书包	2
丢三落四的小丢丢	4
趴在地板上写作业的小男孩	7
会跳舞的“潦草字”	10
老师台上讲课，我在台下睡觉	12
嘿，窗外的人在和我打招呼	14
丫丫梦的颜色	16
我的“时间奶酪”哪去了	19
内心纠结的小女孩	22

第二章：改变孩子先改变自己

——改变养育方式，条理性从此诞生	25
你今天可以只当胆小鬼	26
爸爸带来的正能量	29
爸爸妈妈这样说话很“危险”	32



放学后，和孩子一起吃薯条	35
让唠叨止步的温暖妈妈	38
不给孩子贴“懒惰”标签	41
咱们家没有“小黑屋”	44
家中的“命运规划局”	47
事事想在孩子前	50

第三章：好环境胜过好老师

——井然有序的学习环境，提升孩子条理性	53
从整理书包开始的奇迹	54
我最喜欢的学习桌	57
一起去超市买便携文具箱	59
房间整洁有序，全家人都会变得高效	61
整理电脑，释放无限可能	64
把作业“搬进”图书馆	66
客厅变成了图书室	68
在卧室学习的优等生	71
全校最最酷的“活页夹”	74

第四章：孩子最不抵触有爱的规矩

——规矩让孩子的行为更有条理性	77
关于“不做小花猫”的一波三折	78
克隆作业？自己埋单	81
破解“哭闹撒手锏”	84
“小哈利波特”也不能打架	87
看动画片“约法三章”	89

妈妈不是ATM机	92
小丢丢尝“自然后果”	95
那棵“不排队”的树	97
“夜猫子”终结者来了	100

第五章：自律的孩子更有条理性

——自律的孩子条理性强，爸爸妈妈不用担心他	103
把决定权交给孩子	104
给“健忘”的孩子来颗“记忆糖”	107
自己学，妈妈不再团团转	110
一项特殊的“独立”作业	114
延迟满足？Yes	117
不当乖孩子也很好	120
那块石头没有错	123
有责任心的小管家	126
对孩子最有用的爸爸妈妈	129

第六章：顺着目标的梯子往上爬

——目标前进一小步，条理性明晰一大步	133
我到底是在为谁学习	134
机器人激发的学习热情	137
家中那面“梦想墙”	140
梦想魔法师的“诡计”	143
小小人的“使命宣言”	146
像莎翁写诗那样整理目标	149
“最后期限”来了	152

第七章：专注后，学习原来很简单

——改善注意力，学习起来条理清晰	159
关于听课的“世界末日”说	160
米娅对决课堂白日梦	162
瞌睡虫跑了	165
兴趣班要减肥了	168
孩子做事的节奏	171
小猴子屁股也能坐得住	174
一次只做一件事就不会太多	177
换着科目学，更有意思	180
妈妈的魔鬼训练营	183
遇见世上最好的老师	186

第八章：“小时间领主”的诡计

——时间观念增强，孩子的条理性暴增	189
患上拖延症的“小蜗牛”	190
送他一块表，和时间赛跑	193
时间领主的秘密武器：日程本	196
“守时”的哈雷彗星	199
半小时的早晨 $\geq$ 一天	202
手机、iPad？不要绑架我	205
时间规划局里的“周末时光”	209
餐桌上聊起了达尔文	211
拼接散落一地的时间碎片	214

第九章：身心都要无比强大

——心态好的孩子，头脑里的条理性翻倍	217
麦田和果菜园的味道	218
阳台上的小小体育库	222
拿到一副不太好的牌	225
遇到小小哲学家	228
双赢才是真的赢	231
部落格里的资源整合	234
书房里的失败奖	236
遇到小小勇敢男子汉	239

参考文献 / 242



第一章：你的条理性都去哪儿了

——有条理的孩子学得好，无条理的孩子乱糟糟

经常丢三落四，找作业时能花上半小时，永远找不到马上要用的笔和尺子；书包和课桌一成不变的乱，塞满了皱巴巴的废纸和莫名其妙的玩意儿；上课常常与周公约会或者打瞌睡，视老师为透明人；总是在最后一刻才写完作业，没有任何时间观念，迟到、拖延几乎成了习惯；学习和生活都毫无计划性，常常面对截止日期无能为力……我的上帝，孩子，你的条理性都去哪儿了？



塞满纸张的超重书包

每天早晨带着儿子曦曦和那只沉重的书包，匆匆赶往学校，几乎成了我的例行公事。长期以来，并没有觉得有什么不妥。我也时常看到，儿子曦曦同学的爸爸妈妈，也如我这般。

曦曦的书包，与其说是书包，不如说是百宝箱。里面既有每天上学用的课本、作业、辅导书以及上辅导班的那些教材，又有各式各样的文具，甚至还有一些要与同学们一起分享的小零食。我记得我如他这般大的时候，作业都是在学校就能写完的，回家时，通常只带着一两本自己感兴趣的儿童读物而已。但如今的孩子，每天要学好几个科目，且每个科目的老师都喜欢给孩子留作业，再加上家长因为对竞争压力深有体会，恨不得让孩子学习之余还得习得十八般武艺，美术、音乐、跆拳道，一样都不能少。

这种种压力都幻化成各种各样的书与文具，懒懒地藏在了书包里。于是书包无比沉重，每天的上学都堪比一次短途旅行。

曦曦已经是一年级下学期的学生了，成绩还不错，因为我一直秉承着孩子小学阶段最重要的是快乐学习，不必太让他关注成绩的理念，所以从未觉得有任何不妥。直到有一天接到老师的电话：“你儿子怎么回事？好多次都不交作业。这个月，他是全班交作业次数最少的小孩。”一种强烈的愧疚感涌入心头，我太不称职了。但随后又想到，我每天都会看到儿子写作业啊。太多次，我和曦爸都是帮他在作业本上签上家长名字的。怎么会这样？

我询问曦曦，曦曦告诉我，他是因为每天都找不到作业本才没有及时交给老师的，每次等他找到作业本时，通常已经过了交作业时间。我很奇怪他为什么会找不到作业本，明明放进了书包，怎么会有那么难找？我就拿起他的书包，“哗啦”一声，书包里所有的东西瞬间滑落到了地板上。的确，我此时才发现，他的书包太杂乱无章了，在书包的一些夹层里，竟然还塞满了揉成一团的没用的草稿纸以及历次小测试的卷子。

他不喜欢让我帮他整理书包，说自己会整理，我一直很相信他能做到自己整理书包。如今看来情况是大相径庭。他所谓的整理，是把所有需要的东西一股脑地放进书包里，而真正意义上的整理，是要为所有的物品分门别类，且每隔一段时间都要清除不需要的东西，留下需要的东西。

与此同时，我也意识到曦曦的条理性太差了，我一直以为只要在孩子秩序敏感期到来时，对其多进行训练，尊重他内在的秩序感，就能让孩子拥有条理性，但现在我发现那时候的训练显然是不够的。

在曦曦刚刚上一年级的時候，老师曾规定上课时课本的放置位置，以及如何整理书包、整理书桌，还会发给家长手册，记录每天的作业等。这段时间里，老师是想培养孩子的条理性，但是他们通常不会向孩子解释为什么这么做，所以很多孩子难以接受老师的这种整理方法，也不会将其内化为自己的条理性。

我和曦爸商量了一下，于是，我们对曦曦的条理性培养就从整理书包开始了。我们给他的书包来了一次彻底“瘦身”。那些本周用不到的书本、文具、试卷以及周末才用的跆拳道培训书统统被我们请出了书包。书包一下子轻了许多。然后将他的书籍分门别类地排序放进背包里，每科作业也都有序地放进作业夹层中，这样下来，他再也不用为每天找不到作业本而错过交作业的时间了。

一周之后，我询问老师曦曦的作业本能否及时交上，老师说，他这个星期表现很好，再没出现过不交作业的情况。



丢三落四的小丢丢

曦曦同我聊天的时候，提起班里的小丢丢。他说，上学期，小丢丢总是丢三落四的，常常让老师抓狂，偶尔还会闹出一两个笑话，让全班捧腹大笑。数学考试中，他竟然忘了数学卷子有正反两面，只写了一面就交了上去，老师脸都绿了。丢丢那次拿出书包，天啊，他家可爱的小狗跳出来在教室里乱跑，他说，昨天晚上把狗狗放进书包里睡觉，忘了把狗狗从包里拿出来……

曦曦讲得天花乱坠，我想的却是与此无关的事情。我问曦曦：“这学期，丢丢还总是那么丢三落四吗？”他说：“比上学期好多了，但偶尔还是的。”看来，丢丢的妈妈在背后做文章了，也奏效了一些。

他说的小丢丢其实是邻居陆姐家的小孩。陆姐和她老公两人都是典型的“直升机”式爸爸妈妈，凡事为孩子代劳。陆姐曾向我提过她家孩子，说孩子总是丢三落四的，是个没有任何条理性的小家伙。他们在很早的时候，就试图培养他的条理性，凡事都是他们给他制订计划，安排行程。但孩子的大脑就是无法建立关于条理性的概念。我当时也为她想了一些主意，但我建议他们最需要改变的是自己本身的教养方式。

她和老公过度干预孩子的生活和学习，从不给孩子自立的机会，凡事都要替孩子考虑和做出决定，这致使孩子失去了很多发展自己的机会。独立性差，凡事习惯了依赖大人，没有自己的思想，自然头脑中的条理性就差。下面这些不当的养育方式也会造成孩子缺乏条理性：

随意给孩子贴负面标签的爸爸妈妈，会抑制孩子条理性的发展。这些爸爸妈妈喜欢抱怨或指责做错事情的孩子，他们动不动就说孩子“懒惰”“马虎”“丢三落四”“不够聪明”……结果，孩子不断有受挫的感受，无形中也就破罐子破摔，得过且过，干脆就给自己贴上“懒惰”“马虎”“丢三落四”“不够聪明”等负面标签。

爱唠叨的爸爸妈妈唠叨来唠叨去，孩子的条理性就被打乱了。很多爸爸妈妈喜欢拿成人做事情的节奏来要求孩子。他们不停地催促孩子“快点，快点”，殊不知，这样催来催去，孩子头脑里本来很清楚要怎样去做一些事情，可这些声音彻底打乱了他的思路。每个孩子都有自己的做事节奏，有的孩子看上去不紧不慢、不慌不忙的，他能有条不紊地将一件事或多件事情做好，这就可以了。爸爸妈妈实在没必要画蛇添足，做一些无用功。

妄图塑造完美小孩，过分追求完美的爸爸妈妈，孩子总会因为不能让爸爸妈妈满意而情绪低落，条理性也大大降低。有些爸爸妈妈，总是看着别人的孩子有这样那样的优点，而看自己的孩子，总觉得缺点太多，一次次试图去“纠正”，希望将孩子塑造成自己心里那个乖巧懂事、彬彬有礼、人见人爱的“好小孩”。可是世界上没有一百分的爸爸妈妈，同样也没有完美小孩。爸爸妈妈如果为了自己的虚荣心，用高标准要求孩子，除了让孩子感到自卑外，还会让他失去快乐，进而失去了对学习的兴趣。这样的爸爸妈妈，请自问，在要求孩子做一个完美小孩的时候，自己是否又是一个完美的爸爸妈妈？

习惯大吼大叫，用“武力”来教育孩子的爸爸妈妈，无疑也将孩子的条理性推向了悬崖。有的孩子确实存在条理性差、不自觉、注意力不集中等问题。以打骂方式来试图帮孩子摆脱这些学习上的阻碍，不但解决不了问题，而且会让孩子产生逆反心理。教育孩子的方法有很多种，爸爸妈妈实在没必要做穿着西装的野人，让自己在孩子心目中的形象彻底毁灭，同



时毁灭的还有孩子的自尊与自信以及面对问题的勇气。

这里只是提出了几种典型的爸爸妈妈类型，实际上，如果想让孩子头脑更有条理性，懂得时间管理与专注，那么爸爸妈妈首先要做的第一件事，不是去纠正孩子，而是反省自己的教养方式。想改变孩子，那就先从改变自己开始吧。