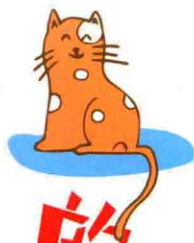




智慧妈妈的



0~10岁，成长式亲子整理全攻略

学会方法，整理收纳不再烦恼

亲子整理术



童 潼 著



倾情推荐

韩芝恩
敬子
蔡然

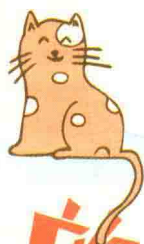
中华专业整理师联盟（CAPO）发起人
日本生活规划整理师协会（JALO）认证讲师
三五锄儿童系统教育研究院创办人

对生活富有逻辑与技巧的整理，使孩子真正掌握一地鸡毛、杂乱无序背后的思考方式，真正内省“对我最重要”的人生意义。



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING LTD

焦急的妈妈
的
亲子
整理术



童 潼 著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD.

图书在版编目 (CIP) 数据

智慧妈妈的亲子整理术 / 童潼著. — 南京: 江苏
凤凰文艺出版社, 2018.8

ISBN 978-7-5594-2499-0

I. ①智… II. ①童… III. ①家庭生活—亲子教育
IV. ①TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 148582 号

书 名 智慧妈妈的亲子整理术

著 者	童 潼
责 任 编 辑	孙金荣
特 约 编 辑	段梦瑶
项 目 策 划	凤凰空间/翟永梅
出 版 发 行	江苏凤凰文艺出版社
出版社地址	南京市中央路165号, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.jswenyi.com
印 刷	固安县京平诚乾印刷有限公司
开 本	889毫米×1194毫米 1/32
印 张	5.25
字 数	105千字
版 次	2018年8月第1版 2018年8月第1次印刷
标 准 书 号	ISBN 978-7-5594-2499-0
定 价	39.80元

(江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

目录

第一章 理论篇

• 搞清现状，整理有方法

9

10 —— 孩子，我们一起整理吧

11 —— 知道这些，让整理更顺利

11 —— 整理不仅是家务，更是对生活的态度

13 —— 不要让物品和你抢地盘

14 —— 尊重孩子，就是给他准备独属的空间

16 —— 拿什么迎接你，我的孩子

16 —— 给孩子准备一个温馨的家

19 —— 亲子整理，让孩子形成自己的思维方式

20 —— 亲子整理，从现在开始

20 —— 各成长阶段都与整理收纳有关联

22 —— 适当放手，把生活交还给孩子

23 —— 孩子远比你想象中能干

24 —— 你教过孩子如何整理吗

25 —— 沟通方式很重要

27 —— “熊孩子”背后有对“熊爸妈”

30 —— 好习惯也可以“说”出来

31 —— 注重界限，空间反而让你跟孩子更亲密

31 —— “地盘”划分，给孩子一个独立成长的空间

34 —— 空间设计，适应孩子的成长需求



第二章 方法篇

◦ 带上孩子，一起动手做整理

37

38 —— 如何开始整理

38 —— 做好整理，分类很重要

39 —— 轻松整理六步法

56 —— 手把手教你做整理

57 —— 玩具有了窝，再也不用和玩具“躲猫猫”

69 —— 书籍也有分班制，阅读可以很 nice

77 —— 文具不调皮，想用就能找得到

84 —— 衣橱满当当，想穿的衣服也会自己“跳出来”

97 —— 亲子整理，教会我们的那些事儿



第三章 案例篇

◦ 告别整理烦恼，打造轻松自在的亲子空间

101

103 —— 主动沟通，让孩子自己做主

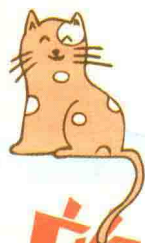
117 —— 认清现状，营造良好学习环境

128 —— 把握方法，培养整理好习惯

145 —— 关注需求，与孩子共同成长



着急的妈妈
的
亲子
整理术



童潼 著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD.

图书在版编目 (CIP) 数据

智慧妈妈的亲子整理术 / 童童著. — 南京: 江苏
凤凰文艺出版社, 2018.8

ISBN 978-7-5594-2499-0

I. ①智… II. ①童… III. ①家庭生活—亲子教育
IV. ①TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 148582 号

书 名 智慧妈妈的亲子整理术

著 者	童 童
责 任 编 辑	孙金荣
特 约 编 辑	段梦瑶
项 目 策 划	凤凰空间/翟永梅
出 版 发 行	江苏凤凰文艺出版社
出版社地址	南京市中央路165号, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.jswenyi.com
印 刷	固安县京平诚乾印刷有限公司
开 本	889毫米×1194毫米 1/32
印 张	5.25
字 数	105千字
版 次	2018年8月第1版 2018年8月第1次印刷
标 准 书 号	ISBN 978-7-5594-2499-0
定 价	39.80元

(江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

前言

在我整理的整理案例中，90%都是有孩子的家庭。抑或是因为孩子的到来，家里变得无法掌控；抑或是因为家长意识到环境对孩子的重要性，想要做出改变。无论哪种，提到整洁有序的家，妈妈们对此都万般无奈。而这些家庭里，有拥挤的一居室，也有宽敞的别墅，烦恼却是如出一辙。

“
自从有了“熊孩子”，家里到处被塞爆”



“家里到处都是东西！”这是我在整理指导中，最常听见客户抱怨的，也是大部分家庭的真实现状之一。孩子的降临，带来了物品数量的急剧增长。我们希望把一切都给孩子，从吃喝到玩乐生怕有一样遗漏。随着二胎政策的开放，越来越多的家庭选择再添一员，物品数量更是翻上一番。

“
让孩子收拾一下房间，喊破喉咙都不动”



面对数不清的玩具，妈妈们都希望有一个能干懂事的孩子。但事实是整理之战“硝烟不断”，“我也希望孩子自己能收拾好，可不管我说什么，他就是不听。”这样的烦恼几乎每个妈妈都有。最终妈妈们一边发着牢骚一边不知不觉地又替孩子整理好了。如此，家中每天上演着孩子玩，家长跟在后面收的场景。

“
工作、家务、带
孩子，哪有时间
做整理”



“
前一秒才收拾
好，后一秒又恢
复原样”



问及为什么家里会乱，大部分妈妈的回答都是“忙”。想来也是，妈妈们结束一天的工作直奔菜场，回到家洗洗切切一阵忙，而一旁是声声呼唤的孩子。晚饭结束，刷锅洗碗，洗衣拖地。还没有缓过神来便又要准备哄孩子睡觉。这时通常也已筋疲力尽，实在没有精力再去整理。好不容易盼到周末，便又开始带着孩子奔波于五花八门的补习班。就这样，女性每天在职员、妻子、母亲的角色中任意切换。

指望孩子整理的美好愿望破灭，妈妈们想着自己勤快一点也就罢了。埋头捡完了散落一地的积木，摆好了沙发上东倒西歪的玩偶，细心地区分开混杂在一起的手工品。不料转眼之间，玩具已被全盘倒出。妈妈们已要崩溃，而孩子们对这一切浑然不觉。当然，这样的情景，恐怕每天还会上演很多遍。为了防止悲剧重现，很多妈妈干脆选择了不整理。

你和孩子是否也经历着同样的场景，也被这些烦恼所困扰呢？

接触了越来越多的上门指导，看到了形形色色的人、物和空间，才让我发现，这绝不是个例。我开始试着在网络搜索“亲子整理”，却并没有对应词条解析，也没有相关内容。很想将我所知道的告诉更多的人，可自己的力量终究有限。庆幸现在有这样的机会，可以通过此书将我所见所知所想倾诉给大家。哪怕给到您一点启发，本书便有了存在的意义。虽不善写作，没有华丽的辞藻，却都是我在整理道路上一路走来最真实的感悟。



最后，真心地感谢您购买了这本书。不管您是一位为了孩子的整理已经焦头烂额的母亲，还是一位想为家庭出力的父亲。相信您的生活将会因学会了书中的方法而变得轻松自在，而孩子的一生也有可能因此而发生奇妙的改变。

整理收纳的困扰并非没有办法解决，整理收纳本身也并非只是摆弄柴米油盐。在这本书里，我会通过理论引导、实际操作及案例分析相结合的方式，系统地讲述亲子整理。让大家走出对其认知的误区，看到真真实实的中国家庭状态，找到适合自己的整理方法。

著者

2018年7月

目录

第一章 理论篇

● 理清现状，整理有方法

9

10 —— 孩子，我们一起整理吧

11 —— 知道这些，让整理更顺利

11 —— 整理不仅是家务，更是对生活的态度

13 —— 不要让物品和你抢地盘

14 —— 尊重孩子，就是给他准备独属的空间

16 —— 拿什么迎接你，我的孩子

16 —— 给孩子准备一个温馨的家

19 —— 亲子整理，让孩子形成自己的思维方式

20 —— 亲子整理，从现在开始

20 —— 各成长阶段都与整理收纳有关联

22 —— 适当放手，把生活交还给孩子

23 —— 孩子远比你想象中能干

24 —— 你教过孩子如何整理吗

25 —— 沟通方式很重要

27 —— “熊孩子”背后有对“熊爸妈”

30 —— 好习惯也可以“说”出来

31 —— 注重界限，空间反而让你跟孩子更亲密

31 —— “地盘”划分，给孩子一个独立成长的空间

34 —— 空间设计，适应孩子的成长需求



第二章 方法篇

◦ 带上孩子，一起动手做整理

37

38 —— 如何开始整理

38 —— 做好整理，分类很重要

39 —— 轻松整理六步法

56 —— 手把手教你做整理

57 —— 玩具有了窝，再也不用和玩具“躲猫猫”

69 —— 书籍也有分班制，阅读可以很 nice

77 —— 文具不调皮，想用就能找得到

84 —— 衣橱满当当，想穿的衣服也会自己“跳出来”

97 —— 亲子整理，教会我们的那些事儿



第三章 案例篇

◦ 告别整理烦恼，打造轻松自在的亲子空间

101

103 —— 主动沟通，让孩子自己做主

117 —— 认清现状，营造良好学习环境

128 —— 把握方法，培养整理好习惯

145 —— 关注需求，与孩子共同成长



第一章

理论篇



搞清现状，整理有方法

孩子，我们一起整理吧

面对家中杂乱的场景，你一定迫切希望习得一个秘籍解决所有问题，但你有必要先弄清，本书的重点并不在于妈妈们自己如何高水平地完成整理，而是掌握亲子整理术，带领孩子一同解决。是的，你没有看错，是让孩子自己去解决。



什么是亲子整理呢？

在人类的生存行为中，能够接触到的有形体可以总结为人、物品和空间三者。亲子整理正是了解孩子的需求，结合对孩子成长空间的规划，构建孩子物品的收纳体系，从而达到三者之间平衡的行为。并且整个整理行为以亲子感情为纽带，由家长和孩子共同学习、共同完成，使整理收纳不再是妈妈一个人的事情。

既然整理收纳的困扰是共性的问题，那我们就先从人、物品、空间三个方面去了解一下中国家庭的现状。



知道这些，让整理更顺利

整理不仅是家务，更是对生活的态度

整理让我走进过同一个小区同一个户型的家。若非亲眼所见，我也并不能真实感悟到人对家的关键意义。不同的生活习惯让家呈现了不同的状态。而习惯来源于行为，行为最终由意识决定，只有人的意识发生改变，才有可能真正改变。

你正视过你的生活现状么？

我们每天如同旋转的陀螺，从没有停下脚步歇一歇。家庭的混乱不该和温馨画等号，顺其自然的背后其实是无能为力。我想如果可以选择，没有人会放着整齐的房子不要宁可住在脏乱房间里吧。

你认真思考过整理的目的吗？

整理本身不是目的，为了更好地生活才是。方法只是工具，如果我们对整理收纳的认知始终停留在家务层面，那么我们恐怕永远都用不好这个工具。这就是我们学了那么多技巧，看了那么多视频，却没有效果的原因。整理前不妨问问自己到底为了什么。

你引导过孩子去做整理吗？

因为对整理认识上的片面性，所以我们在对待孩子的整理问题上也并没有引起过重视。“孩子还小，长大就好了”的观念麻痹着我们，而真正等孩子大了，习惯已经养成，想要再去改变已是无能为力。

亲子整理的关键点不在于家长代替孩子的整理行为，而是让孩子参与进来，学习并自己完成整理。生活是自己的，没有人可以代替，包括父母。我们总是埋怨孩子不会整理，不如想想我们到底有没有教过他如何去做。

另外，说到人就不得不说中国家庭的一大现状，三代同堂。因为工作压力，孩子没人照看，老人来同住带孩子的家庭非常多，那么在整理中因为观念不同，而产生分歧的事情屡见不鲜。

整理，首先要关注人本身。以人的意识及行为的改变，让家呈现新的活力，从而达到整理的目的。

