

教孩子和时间做朋友



[教孩子和时间做朋友_下载链接1](#)

著者:唐艳艳

出版者:清华大学出版社

出版时间:2018-8

装帧:平装

isbn:9787302502227

这是一本帮助年轻的爸爸妈妈解决孩子教育中实际烦恼的图书。本书从建立孩子的时间观念、发现孩子不会管理时间的原因、改正孩子拖沓的习惯、提高孩子做事效率出发，让家长从自己点滴做起，引导孩子做事分清轻重缓急、训练孩子专注时间管理，教给孩子合理分配时间的技巧、戒掉孩子拖延的毛病、提高学习和生活效率。本书总结出100多个要点，家长灵活运用其中的训练方法，可以帮助孩子利用好时间，学会和时间做朋友，未来成为一个生活有节奏、学习有效率、工作合理安排的高效之才。本书也是一本教给年轻的爸爸妈妈正确育儿方法的图书。有理念，也有具体的训练方法，还附带一些困惑答疑。在孩子教育的路上，为家长们提供更好的参考和借鉴，是你教育孩子的好帮手。

作者介绍:

唐艳艳,北京大学硕士,心理咨询师,儿童绘本创作人、编辑,原大学讲师。潜心研究家庭教育10年,开发过亲子课《孩子优秀父母省心的四种能力》。笔名唐砚,在“凯叔讲故事”等公众号平台发表过《千万别让孩子哭着睡》等多篇10w+育儿文。

目录: 目录

叫孩子起床不再是难事

- 1.1 让孩子决定起床时间 · 2
- 1.2 用孩子喜欢的声音叫他起床 · 5
- 1.3 不催促，多鼓励 · 7
- 1.4 让孩子承担自然的后果 · 10
- 1.5 耐心固化好习惯 · 14

第2章

/

17

比同学少写一两个小时作业的秘密

- 2.1 用好“任务片”，作业大提速 · 18
- 2.2 作业程序对，就会好又快 · 21
- 2.3 课堂效率高，作业负担轻 · 23
- 2.4 和粗心说再见，作业不返工 · 26
- 2.5 一个安静的房间，一张干净的书桌 · 29
- 2.6 阅读水平高，治标更治本 · 33

第1章

/

1

第3章

/

39

课外辅导班不是时间黑洞

洞

- 3.1 选好课外辅导班，帮忙不添乱 · 41
- 3.2 用好课外辅导班，提升学业潜力 · 52
- 3.3 配合好课外辅导班，不做甩手掌柜 · 58
- 3.4 节省课外辅导班时间的小技巧 · 62

第4章/65

从电子屏幕那里抢回时间

- 4.1 孩子为什么喜欢玩手机? · 67
- 4.2 让孩子自己把手机放下 · 69
- 4.3 让现实世界更好玩 · 76
- 4.4 把手机和现实生活连接起来 · 81

第5章/87

儿童时间管理训练法（一）——清单规划时间

- 5.1 从任务清单开始 · 89
- 5.2 时间任务清单 · 94
- 5.3 时间清单里要有留白 · 98
- 5.4 清单还能用在哪里? · 104

第6章

/

111

儿童时间管理训练法（二）——日志验收时间

- 6.1 从小红花到“打卡” · 113
- 6.2 事件—时间日志 · 118
- 6.3 日志还可以用在哪里? · 123

第7章

/

129

儿童时间管理训练法（三）——生活习惯滋养时间

7.1 孩子吃好睡足，时间更有效率 • 130
7.2 应该让孩子在家务上花费时间吗？ • 135
7.3 教孩子在生活中统筹时间 • 143

第8章

/

151

和时间做朋友，让孩子赢在未来

8.1 有目标的孩子才有管理时间的动力 • 152

8.2 懂自律的孩子才能驾驭时间的力量 • 162

8.3 懂积累的孩子才会获得时间的回报 • 167

附

录

/

173

家庭教育答疑

1. 不了解自己的孩子怎么办？ 174

2. 不会鼓励孩子怎么办？ 177

3. 总是控制不住向孩子发火怎么办？ 179

4. 和伴侣的教育理念不一致怎么办？ 181

5. 老人插手孩子教育怎么办？ 185

6. 孩子不配合父母怎么办？ 187

参考文献

• • • • • ([收起](#))

[教孩子和时间做朋友_下载链接1](#)

标签

nwd

nincb

ebook

dangdang

@toread

评论

非常好看 实用

比较实用！

[教孩子和时间做朋友_下载链接1](#)

书评

[教孩子和时间做朋友_下载链接1](#)