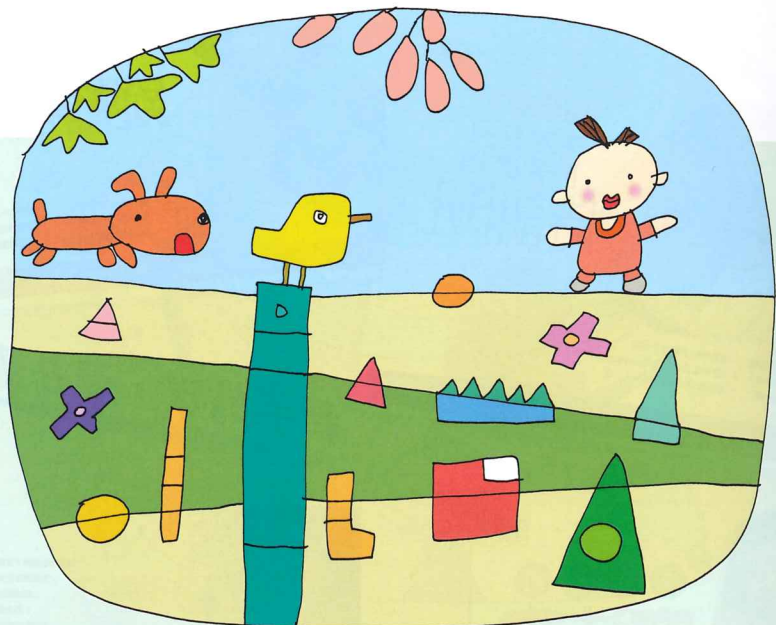




# 隔離區 管教策略

許多家長可能懂得使用「冷靜區」管教孩子，但若孩子情緒激動或失控，在「冷靜區」變本加厲，例如惡意搗亂，甚至攻擊別人，家長則可以使用「隔離區」，讓孩子在這個地方嘗試慢慢冷靜下來。



**家**長：孩子真野蠻！稍不如意，就嚎啕大哭，甚至情緒失控地追打我！我警告他：「你再動手動腳，信不信我打你？」

導師：你這樣嚇他，有效嗎？

家長：一時時啦！

導師：若孩子情緒激動或失控，父母可以運用「冷靜區」；若孩子的不當行為在「冷靜區」變本加厲，例如惡意搗亂，甚至攻擊別人，家長則可以使用「隔離區」。

家長：隔離區？把他關起來嗎？

導師：不是，隔離區是暫時把孩子帶到另一個活動空間，讓孩子在這個地方嘗試慢慢冷靜下來，待他們安靜後，父母才好好處理他們剛才不當的打人行為。

## 針對嚴重不當行為

「教兒樂家長培訓課程」的「隔離區」管教策略，是針對孩子出現傷害別人或過度失控的嚴重不當行為時應用，父母暫時帶孩子離開現場，給予他們一個獨自的空間，讓他們能夠在高漲情緒下慢慢冷

靜下來，這個管教策略有助孩子學習自我情緒控制，也讓父母有冷靜情緒的空間。

## 七大注意事項

父母使用隔離區時，需要注意的事包括以下七項：

- 1 選用的空間為獨立房間，沒有雜物、有上鎖窗花、光線充足、陳設簡單及安全。
- 2 如果孩子能夠在房間獨處，就算他們嚎哭尖叫，只要安全就不用關門，以便父母留意他們在房內的動靜。
- 3 必須全部家庭成員配合，除了協助留意孩子在房內是否安全，家人亦避免與孩子有眼神或身體接觸、互動，以及不必要的交談等。
- 4 若礙於家居環境限制而未有合適房間用作隔離區，父母可以靈活善用衣櫃間格的背面、碌架床下格加上布簾、兒童安全圍欄等方式去設立變相的隔離區。
- 5 隔離時間是孩子在隔離區吵鬧完後以沙漏或計時器，計算一至兩分鐘的安

靜時刻，安靜完畢才由父母帶他們離開隔離區。

- 6 父母帶孩子進入隔離區時，切忌說：「因為你曳，所以媽媽現在要罰你去坐監！」宜告訴他：「現在媽媽請你入房先行冷靜，因為剛才你在冷靜區出現打人的行為。」
- 7 對於兩、三歲的孩子，他們安靜後，父母毋須對他們長篇大論地曉以大義，只需讚賞他們安靜的好行為，然後指示孩子做回原本正在進行的事情就夠了，例如繼續吃飯、收拾玩具、向剛才被孩子追打的人道歉等。

## 隔離區濫用變無用

隔離區並非適用於孩子所有不當的行為，例如輕微的不當行為便不適宜以此管教方法相待。父母宜因應孩子不當行為的性質及嚴重程度，活用於不同的處理手法，例如撤去享受、故意忽視等。若父母動輒對孩子濫用隔離區，孩子習慣消化後，容易對隔離區沒多大反應，這樣只會迫使父母運用更強烈的方式去處理孩子行為。□