

孩子坐不定溫習不專心？老是打機不做功課？或要想想「環境育人」。居住環境對孩子求學態度有舉足輕重的影響，陳詠思單整潔已有助學習。參考中、西方對環境佈置的看法，來個「大軌位」！

中西環境學 提升學習力



兒童無限學校創辦人、香港蒙特梭利研究及發展學會總幹事劉詠思不時開辦家長教育課程，教家長了解兒童心理與環境設置的關係。她指出，合宜的居家設計能激發孩子創意和探索精神，但不少家長都有誤解，她提出以下宜忌：

1. 孩子喜歡用雙手探索環境，家長不應盡是禁止，反而是確保環境安全，讓他們多用眼以外的感官接觸事物；可不時轉換不同質地的地毯，增強孩子探索的膽識。
2. 避免使用虛構的卡通人物作為房間主題，特別在幼兒階段，孩子容易混淆真實與虛構，擾亂邏輯思維。
3. 房家顏色太鮮艷，會刺激人精神亢奮，不能集中。她指牆壁

顏色應貼近大自然，粉色為主，如土黃、淺啡。

4. 玩具置於房間中會令讀書分心，應放在大廳，並且選用raw（簡單、有無限組合）的玩具，在玩的過程發揮創造空間。
5. 書脊不能吸引孩子閱讀，可定期挑選幾本封面向外擺放。
6. 在家中放置世界地圖或地球儀，使孩子懂得宏觀，不要只想着自己。
7. 家長可與孩子商討佈置房間，聽取他們喜歡的東西，但不鼓勵電子產品，因為會干擾腦電波，令孩子心散；高小前應避免用太多電腦，因電腦少了探索的過程，易令孩子習慣做事跳步，「理性性思考都是要『慢』的，不能快」。



劉詠思表示，學習環境固然重要，但家長行為更重要，「硬環境搞得再好，但總是打仔、嚙文，一樣不行」。

西



健康生活習慣 與學習環境唇齒相依

劉詠思坦言，健康生活習慣與學習環境唇齒相依：「人有如植物，要有充足光線、水分、空氣，還要合適的泥土。泥土是植物的定位，家就是人的定位」。有了良好的定位，孩子才有安全感，才能做好子女、學生的角色。她提醒家長注意以下幾點：

1. 光線和空氣

孩子房間要有窗，書桌應對着窗戶，天然光能令精神抖擻；栽種綠色植物，使空氣流通，保持大廳清醒。

2. 空間

植物需要地方生長，孩子也要活動空間。家居佈置宜預留充足的活動空間，「有些小學生總是坐不定，就是因為跑不夠，要跑夠了，能控制肌肉了，才能坐定」。若地

方不足，可多帶孩子到公園走動，特別是有長樓梯的公園，因為「外觀動作建立內隱心理」，行樓梯用雙腳向上，能鍛煉意志，也要多到郊外、海灘，開闊孩子視野，感受人在自然中的定位，培養貢獻世界的意向。

3. 溫度

孩子房間避免用大理石地板，因低溫令人難以集中精神，建議用木質地板。

4. 水

溫習時放一杯水或茶在桌上，有助提神；洗澡時不妨讓孩子浸浴玩水，「孩子都愛玩水，洗走他們的負面情緒，安定心神」，她認為多接觸水令孩子變得祥和、堅強，改善學習的心理質素，也可多帶孩子游泳。