羅東博愛醫院兒科
吳淑娟醫師

請貼和寶寶共讀的照片

「你或許擁有無限的財富、一箱箱珠寶與一櫃櫃黃金。但你永遠不會比我富有我有一位讀書給我聽的媽媽。」

吉利蘭 <閱讀的媽媽>

寶寶的名字: _____

爹地的名字: _____

媽咪的名字: _____

寶寶讀書趣的起跑日: ____年____月____日

胎兒寶寶的聽覺器官在5個月大時就已經發育，7個月會對各種聲音做出反應，出生時的聽覺跟成人一樣好。嬰幼兒發展研究發現寶寶出生時，最喜歡聽的是在胎兒時期常聽的聲音，那是什麼聲音?答對了，就是媽媽的聲音。請媽媽爸爸在迎接寶寶到來的這段期間，用充滿愛意和最溫柔的聲音，開始「為愛朗讀」吧！

爸爸媽媽能做些什麼

- 開始「為愛朗讀」，每天唸一段自己喜歡的文章給寶寶聽，透過聲音讓寶寶認識媽咪和爸比。
- 寶寶有胎動時，或感覺寶寶舉起手或翹起屁股時，請用手撫摸寶寶給寶寶回應。
- 為了延續寶寶出生後的親子共讀習慣，除了培養家庭的閱讀習慣，也請爸爸媽媽們習慣把「書」讀出來。

準爸媽的親子共讀參考書

寶寶愛閱讀
（作者:許慧貞，出版社: 小魯）

小小愛書人
0-3歲嬰幼兒的閱讀世界
（作者:李坤珊，出版社: 信誼）

寶寶讀書趣 ----

「愛」從說故事開始

親愛的家長們您好：

先恭喜您，終於和期待已久的寶貝見面了。

很多家長都會問兒科醫護人員：如何照顧孩子，給孩子吃甚麼，才能讓孩子長的壯長的好？兒科醫護人員是家長和孩子們的好朋友，我們和您一樣，不僅希望孩子身體健康，也非常希望孩子能成長為身心健康、獨立自主的人。父母之路充滿各種挑戰，陪伴孩子成長的過程中，會面臨各種不同的狀況，要如何才能教養孩子，讓他成長為身心健康的人？我們希望分享經驗給您，那就是從孩子出生後就開始「每天唸故事書給寶寶聽」的親子互動，一個非常簡單但對孩子的未來意義重大的方式。

您是否會懷疑，為什麼要唸故事書給寶寶聽？新生兒只會吃只會睡，偶而還會亂哭鬧，新生兒懂得什麼閱讀呀？

透過腦科學的研究，學者們發現，嬰兒剛出生時對聲音的敏感度最高，日常生活中的各種語言活動，對於寶寶的腦部發展非常重要。當父母溫柔的對嬰幼兒朗讀故事、唱歌、說話時，都可以刺激孩子的大腦發育，促進孩子的語言能力和理解力，提高孩子日後的學習能力。全球性的成人能力調查中也發現，閱讀能力的高低，與個人未來學習、就業、甚至經濟發展息息相關。正因為如此，許多國家在推動閱讀時，早已強調家長們要儘早唸故事書給孩子聽。當今最具競爭力的國家，無不針對閱讀投入大量的資源與規劃。

然而，「儘早唸故事書給孩子聽」這種親子互動帶來最大的好處是，當父母摟抱著寶寶唸故事書時，寶寶聽到的是父母親對他的愛，孩子感受到的是父母擁抱他所帶來的安全感。這份愛和安全感是孩子成長過程中，培養健全人格所必須的要素，有助於替孩子未來的各種發展奠訂穩固的基礎。

您可能還是會懷疑，寶寶這麼小，可以開始「共讀」？當然可以，因為親子「共讀」，重點不是「讀些甚麼」或是「能不能讀」，而是在於「共」字，也就是爸媽願意陪著寶寶一起做一件事。如何開始和小寶寶「共讀」？很簡單，就從我們為您和寶寶準備的這份「悅讀小豆苗」禮袋開始。

這個禮袋有別於一般新生兒的出生禮物，因為禮袋裡裝的不是尿布或小寶寶衣物，而是一本小書，和一本閱讀指引手冊。這本[小魚嚕啦啦]有多功能的用途，書中簡單、可愛的動物造型，可搭配好玩的遊戲，如：用手指頭在寶寶的身上，模仿螃蟹走路，不僅可以順道幫寶寶按摩，促進他的身體感官，更可以讓寶寶品嚐閱讀的樂趣；而質感柔軟不怕撕咬的材質，可以順應寶寶日後愛咬愛抓的感官發展；同時因材質防水的特性，可以在讓您們幫寶寶洗澡時，玩指物認名遊戲、或說一個簡單的故事，讓洗澡變成一件親子互動的開心事。

同時，禮袋內的「悅讀小豆苗」手冊集結有關嬰幼兒閱讀的資訊，雖然簡單但希望能提供給新生兒家庭一些基本概念。有了這份「悅讀小豆苗」禮袋，可以讓寶貝出院回家後，家裡每位愛寶寶的大人，都可以很容易的拿著這本好玩的小書，開始看圖講故事給寶寶聽，或握著寶寶的小手一起玩書，更可以經常抱著寶寶，開始向寶寶述說爸爸媽媽對寶寶的祝福和期待。寶寶有了這樣對聽故事的美好感覺，閱讀的習慣自然就培養出來了。

宜蘭縣自103年7月已在縣內的嬰兒室全面進行「悅讀小豆苗」新生兒贈書活動，家長反應良好，禮袋內的小書，已成為許多宜蘭寶寶人生中的第一本書。讓我們感謝林聰賢縣長一直支持嬰幼兒閱讀推廣活動。希望藉由「悅讀小豆苗」新生兒家庭閱讀活動，讓生長在好山好水的後山囝仔，從出生後就能窩在爸媽溫暖的懷抱裡，聽著好聽的故事，透過新生兒家長這麼特別的「親子共讀」，來促進孩子的大腦發展，也滋養孩子的心靈，讓孩子順利成長為身心健康，獨立自主的好公民。

宜蘭縣家庭生活教育推廣協會
吳淑娟 醫師
敬上

小小愛書人

學者依據觀察研究，將 1 歲以內寶寶的閱讀行為分成四個時期，雖然每一期都有它獨特的特質，但寶寶在探索圖書時，也有可能合併前後階段的行為。

嬰兒期 0-3個月

閱讀行為

- 視覺短暫的定睛看某一圖畫，或看大人握住書的手指，移走目光。
- 揮動的雙手會無目的的碰觸到圖書。

閱讀認知

- 還不知道爸媽在唸故事書。
- 視覺短暫的定睛看某一圖畫。
- 失去興趣時可能發出不耐煩的哭和聲音。

爸媽能做些什麼

- 將寶寶抱在懷裡，或躺在嬰兒床上，爸媽拿著書開始說故事。
- 讓寶寶把握住爸媽的手指，讓寶寶得到情緒的滿足。
- 用溫柔愉悅的聲音唸故事，並經常撫摸和親吻寶寶。
- 抱著寶寶參觀家裡的擺設，介紹寶寶認識環境（家具，用品或照片皆可）。

建議選書

- 選擇黑白書或圖案簡單對比鮮明的圖畫書。
- 圖案簡單對比鮮明的圖片也可以。
- 洗澡書。

嬰兒期 3-6個月

閱讀行為

- 會主動用手抓、拍、打、搖等方式探索書本。
- 眼光較能跟隨成人用手所指的圖文。

閱讀認知

- 有意識到『書』的存在。
- 失去興趣時可能發出不耐煩的哭和聲音。

爸媽可以做的事

- 讓寶寶坐在爸媽大腿上，爸媽環抱著寶寶，故事書拿在前面和寶寶開始一起看圖說故事。
- 讓寶寶把握住爸媽的手指，讓寶寶得到情緒的滿足。
- 用溫柔愉悅的聲音唸故事，並經常撫摸和親吻寶寶。

建議選書

- 可咬可洗的布書。
- 圖案簡單對比鮮明的圖畫書。
- 洗澡書。

嬰兒期 6-12個月

閱讀行為

- 伸手取書。
- 將書放嘴。
- 能抱著坐直在膝上看書，在成人幫助下翻動書頁。

閱讀認知

- 會注視書上的圖樣。
- 發出聲音，拍打圖樣。
- 喜歡有臉的圖畫。

爸媽可以做的事

- 舒適的抱著孩子一起捧著書唸故事。
- 跟隨嬰兒的情況『繼續』或『停止』看書。
- 指著圖畫並說出內容和名稱。

建議選書

- 有嬰兒臉譜的布書或厚紙書。
- 可咬、可玩色彩鮮明的布書。
- 有關孩子熟悉事物的書，如球、奶瓶等。
- 小本適合小嬰兒抓握的書。

0-1歲 寶寶的適齡童書

小魚嚕啦啦

洗澡是一件開心的事，洗澡對寶寶來說就是玩水。如果洗澡還有個玩具可以玩，有東西可以看，那真是太棒了。特別為0-3歲寶寶所設計的【小魚嚕啦啦】是塑膠製的洗澡書，具有不怕撕、耐咬的特性，並可利用洗澡時間幫助寶寶認識鱷魚、河馬、鯨魚 、螃蟹 ， 玩指物命名、說故事的遊戲． 如果您的寶寶對洗澡會有不耐和不安，寶寶洗澡書更能讓每天的例行工作變成您和寶寶的快樂遊戲時間。

小狗汪汪布書

《小狗汪汪》布書中，包含八種生活常見的動物和物品，圖案清晰可愛、顏色飽和童趣，布質柔軟舒服，符合寶寶抓握的尺寸設計，能讓寶寶盡情的抓握、啃、咬、擠壓等操作，體驗多元的感官閱讀經驗，是送給寶寶最佳的第一本玩具書與語文書。此布書的材料為安全材質，可放心讓寶寶玩耍。不需擔心寶寶咬書的問題。

好玩的東西

【觸覺書-好玩的東西】共介紹熊寶寶、窗簾布、浴巾、鏡子.....等生活常見的物品，讓孩子在翻閱玩弄的過程中及透過真實的圖像，認識各種物品摸起來的觸感，你也可以實際拿出家中的物品，讓孩子透過探索物品，並增進感官的經驗，這是一本可以讓孩子體驗玩書、摸書、翻書的觸覺書喔！

幼兒期 一歲到二歲

閱讀行為

- 自己能坐直。
- 可以拿著書看、玩。
- 依靠幫助捧著書。
- 每次翻動幾頁的厚紙書。

閱讀認知

- 不會立刻將書放在嘴裡。
- 用一根手指指著圖畫。
- 對特定的圖畫會發出相同的聲音。
- 問『 哪裡有~？ 』時指會著圖畫。
- 把書面朝上正放。
- 把書交給成人要求陪讀。

爸媽可以做的事

- 對孩子想看書的要求要作出反應。
- 讓孩子自己捧著書。
- 不要在乎嬰幼兒原本較短的注意力。
- 問『哪裡有～？』並讓孩子指著圖畫。

建議選書

- 可攜帶的厚紙書。
- 晚安主題的書。
- 一頁只有幾個字的書。
- 內容有韻律感的書，或可猜謎的書。
- 關於幼兒生活主題的書。
- 學習打招呼的書。

1-2歲 寶寶的適齡童書

小寶寶翻翻書

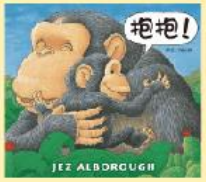
本書介紹熊寶寶、窗簾布、浴巾、鏡子.....等生活常見的物品，讓孩子在翻閱玩弄的過程中及透過真實的圖像，認識各種物品摸起來的觸感，你也可以實際拿出家中的物品，讓孩子透過探索物品，並增進感官的經驗，這是一本可以讓孩子體驗玩書、摸書、翻書的樂趣。

小金魚逃走了

看看小金魚和窗簾上的紅點點、花盆裡的紅花，是不是有點像？哪裡像呢？作者以小金魚躲藏的地方，吸引孩子看個詳細，用各種相近的顏色、形狀來培養孩子的辨識能力，引導孩子注意生活環境中的形狀和色彩。更妙的是，小金魚躲到鏡子裡去了！經過鏡子的反射，到底哪一隻才是真正的小金魚呢？作者把小金魚自然地融入背景中，成為整幅圖畫的一部分，增添了視覺遊戲的趣味性。本書在日本銷售將近200萬本。

2-3歲 寶寶的適齡童書

抱抱



【觸覺書-一隻叫寶寶的小猩猩尋遍森林，要媽媽抱抱。結果走著走著，一路上有象媽媽給小象抱抱、獅媽媽給小獅抱抱，……猴子小寶寶愈看愈著急，忍不住大哭了起來。就在這個時候，猩猩媽媽出現了，好好地給小猩猩一個甜蜜的擁抱。森林裡的動物不禁歡呼「抱抱」。擁抱真好，不是嗎？本書可說沒有文字負擔，從頭到尾只出現抱抱、媽媽和寶寶三個詞，但是透過小猩猩的表情變化，讀者的心弦也在不知不覺中牽動著……

幼兒期 二歲到三歲半

閱讀行為

- 能一次翻一頁書頁。
- 拿著書走來走去。
- 可能將書當作過渡物。

閱讀認知

- 說出熟悉的圖畫名稱。
- 能說出熟悉故事中的詞語。
- 能對布偶玩具講故事、讀書。
- 能背熟悉事中的部分情節。
- 注意力長短變動很大。

爸媽可以做的事

- 將故事與孩子的生活經驗相聯繫。
- 定時看書，上床前噫故事書。
- 問這是什麼，並給孩子時間去回答。
- 故事說到一半停下，讓孩子接著說完。

建議選書

- 厚紙書或是一般書頁的書皆可。
- 有關兒童和家人活動的書。
- 有關動物食物或交通工具的書。
- 有韻文、韻律、重複音韻的書~孩子的最愛。
- 好玩幽默的書。
- 有關友誼的書。
- 有字的書。

好餓的毛毛蟲

一隻剛出生的小毛毛蟲，拖著餓扁的肚皮，一步一步往前爬，鍥而不捨的找東西吃。作者利用打洞的特殊效果，呈現毛毛蟲蛻變為蝴蝶的過程，同時也用其拼貼的特殊圖畫，介紹了十多種食物，和星期天到星期一的名稱，加上紙版書的形式與圓角的設計，成為一本不可多得，能讓幼兒享受多種閱讀樂趣的玩具書。這本圖畫書中，每每透露出著兒童在面對問題時，所展現得單純、執著、希冀、幻想和歡愉。

親愛的動物園

這是一本玩具翻翻書，故事中有一個小小孩想要養寵物，於是寫信向動物園要，沒想到，動物園寄來各式各樣的寵物，就是沒有他要的。　在這一本書裡，每一頁上都有一個小翻頁，裡面隱藏許多形狀大小不一的動物。孩子們可以經由翻開小翻頁的遊戲，認識許多動物，還有許多的形容詞。　每一本都是針對幼兒學習過程而設計的。這本《親愛的動物園》已經成為玩具翻翻書的經典之作。

小雷和波波生活故事

《小雷和波波生活故事第一輯》中，有《小雷看醫生》、《小雷溜滑梯》及《波波不見了》3　則故事，看看小雷看醫生時發生了什麼有趣的事？第一次溜滑梯小雷會怕嗎？把波波弄丟了，著急的小雷該怎麼辦呢？透過自理、第一次經驗以及和爸媽、依附物之間互動等最貼近嬰幼兒的日常生活故事，不但能引起孩子的興趣，也能帶領孩子在認知上不斷成長。

張開大嘴呱呱呱

所有的動物都有他們最喜歡吃的食物，在這本書中，有一隻長了超級大嘴巴的青蛙，對於這一點真是好奇的不得了，老喜歡追問別的動物喜歡吃什麼，直到有一天，他終於問出了個大麻煩---有隻動物竟然喜歡吃……在這個有趣的故事裡，孩子一定會被其中巧妙的重覆式情節逗的咯咯笑。每翻一頁，就會跳出來各式各樣誇張的動物嘴巴，不但能提供許多驚喜，也一定能讓孩子充份享受模仿的樂趣。這是一本故事與圖畫都充滿幽默的立體玩具書，請千萬別錯過。

幼兒期 三歲到五歲

閱讀行為

- 有能力操控書。
- 能每次翻一頁書。

閱讀認知

- 聽較長的故事。
- 能重複熟悉的故事。
- 知道文字的意思。
- 用手指指著文字往下移動。
- 逐漸認字。

爸媽可以做的事

- 鼓勵塗鴉。
- 鼓勵孩子問“發生什麼事了”。
- 聽孩子說故事。

建議選書

- 有故事情節的書。
- 主角有類似孩子生活情境的書，或是不同於孩子熟悉生活的書。
- 有關上學交友的書。
- 簡單故事情節讓孩子容易記得的書。
- 數字書、字母書、拼音書。

3-5歲 寶寶的適齡童書

媽媽買綠豆

這本以孩子生活為主題的創作，十幾年來一直深受歡迎：從買綠豆、煮綠豆湯、喝綠豆湯到種綠豆，作者把整個過程處理得十分趣味化，與母子濃郁的親情相互映照，插畫唯妙唯肖、細膩寫實，能牽動每個人的童心。夏天，綠豆湯最受大家歡迎，冰涼沁心，但最主要的還是：一家人圍坐的感情濃的化不開。

猜猜我有多愛你

愛是難以形容與表達的東西，小兔子和大兔子用了好多方式告訴對方，自己對對方的愛有多多。不過，不管誰比誰多，他們的愛讓彼此都好滿足。《猜猜我有多愛你》是全球暢銷的知名圖畫書，在簡短但純真的對話中，展露無邊的親情，溫馨感人。淡雅流暢的圖畫，生動的勾畫出親子間的生活情態，引人會心微笑。

窗外送來的禮物

此書以幼兒們好動和好奇的心做出發點，設計出這本風格獨特的洞洞圖畫書。在書中，作者挖了大大小小的洞當做窗子，聖誕老公公就是從窗口看看屋子裡住的是什麼小動物，才決定要送什麼禮物。然而，畢竟視覺也有意外與差錯的時候，所以，書中的情節充滿了遊戲般的樂趣與驚喜：聖誕老公公和我們一樣，也有看走眼和判斷錯誤的時候，因而發展出很多幽默風趣的情節來。

親子共讀小技巧

1 讓閱讀成為每天生活的一部分

可以每天規畫出一個固定的時間，抱著寶寶唸故事。時間不一定要長，5分鐘10分鐘都可以，晚安故事就是很棒的親子互動時光。平常出門搭車等車時間、出外辦事等候的時間，都可以隨時講故事給寶寶聽。每天只要一點點時間，寶寶就可以成為一位小小愛書人。

2 只唸幾分鐘也可以

好奇寶寶當然坐不住，剛開始聽故事時，只有5分鐘的注意力也無妨，只要爸媽每天持續進行唸故事書活動，慢慢的，您會發現出門帶幾本故事書，將成為孩子無聊時的最佳解悶法寶。有一天您會發現，原來「書本」才是讓寶寶注意力集中的最佳工具。

3 讓寶寶隨時拿的到書

要讓寶寶喜歡閱讀，寶寶的生活環境當然少不了故事書。從孩子出生時就可以將故事書一起放在嬰兒床上，寶寶隨時看的到書本，爸媽也可以隨時拿起來唸給寶寶聽，這樣書本很自然的成為和寶寶一起長大的「生活必需品」了。

4 保持好玩的心態

讓孩子喜歡聽故事和愛看書的秘訣，就是大人要保持「好玩」的心態，順著書本的情境爸媽可以裝扮成不同的角色，這樣再好動的寶寶都會被吸引住喔！不一定要照著文字唸，看圖說話發揮爸媽的想像力，讓寶寶對故事書經常充滿期待！

5 指著字一個字一個字唸

大一點的孩子可以用這種方式引起孩子的注意，也可以讓寶寶知道閱讀文字的方式，以及故事進行到什麼地方。

6 讓孩子自己決定什麼時候要翻下一頁

故事進行的速度，要看孩子的反應，孩子急著翻頁或一頁要看很久都沒關係，可以問孩子下一頁會發生什麼事，或讓孩子說說看猜猜看為什麼故事會這樣進行。

7 讓故事書生活化

可以用誇張的方式唸故事書，也可以用孩子的小名當故事主角，或將故事應用在孩子日常發生過的事。

8 順著孩子的感覺和孩子互動

若是孩子喜歡這本書，經常會想要重覆讀重複看，這樣可以使寶寶對書本更有親近感，也可以幫助他了解和熟悉他所聽到的語言。

9 讓孩子自己說故事

可以讓2、3歲的孩子自己看圖說話，若是孩子自己編故事講更無妨。當然如果孩子不願意也不勉強，耐心等待，有一天我們會是寶寶的最佳聽衆。

10 營造家庭閱讀氣氛

除了爸爸媽媽之外，別忘了邀請爺爺奶奶、哥哥姐姐、保母或其他家人，加入陪伴寶寶讀書的閱讀俱樂部，讓寶寶有機會聽更多人為他唸書，為寶寶增添生活中的閱讀話題，讓寶寶從小浸淫在閱讀的書香氣息。

11 多多利用圖書館

近來公共圖書館的童書越來越豐富囉。寶寶出生後，就可以替寶寶辦理借書証，開始幫寶寶借書了。圖書館或社區若有舉辦講故事活動，別忘了帶寶寶參加，看看其他孩子參加活動的興奮模樣，不僅可以讓爸爸媽媽和小寶寶有另一番閱讀體驗，更可以利用機會請教其他家長有關養兒育女的撇步，一舉數得喔。

早期療育的最佳偏方—親子共讀

文：王慈珀【摘自季19】

「哇！妹妹好會說話喲。」早療親子閱讀坊老師與在場的家長一致的讚美小蘋果：於是愈長大愈受到肯定及鼓勵的小蘋果，又打開話匣子與大人們聊東聊西，嘰哩呱啦起來了。雖說童音很重，偶爾也需要專屬的翻譯者一媽媽，適時的幫忙；但每次幾乎說得滿室歡笑。

猶記得從單音至單字與字詞發展至句子的兩個階段，是小蘋果花最專久、最長的時間去學習的：在冗長的等待下，當中焦急的母親遇到醫療資源不足（排評估時間就等了半年之久，而到了評估所給時間又是短到不足30分鐘。）的現實狀況下：竟然只能以“評估後再觀察”的消極態度自行處理。

而最後從醫院所得到的檢查報告是：「早產造成的低張力，不但影響手、腳、舌繫帶、整個呼吸道，甚至包含視肌力，全都是神經發育未成熟導致的結果。」可是，在公衆場合總是因為不發一語的小蘋果常被貼上「自閉兒」的標籤；觸覺防禦的她又不知如何跟小朋友一起玩。小蘋果很清楚只有緊緊的拉著媽媽，才是唯一安全又可靠的。

當年抱著早產的小蘋果，和氣氣桶回家時，鼓足勇氣要跟生命戰鬥的媽媽，就認定我們是母女同命的。此時，再次面臨「自閉症」的疑慮，內心卻不斷的吶喊著：「不可能！」「一定是那裡出了問題！」就在困頓之際，一個星期六的早上，冒著寒風凜冽、綿綿濕雨，一家三口去到了「大同發展中心」。在那樣冷冽的天氣，套一句小蘋果現在流利的形容詞「剉皮皮」，竟成為我們生命中充滿了陽光的一天！

經驗豐富又熱心的兩位社工，一眼看穿我們的心事 ， 於是展開了「堅持」訓練計劃，以期突破孩子目前在語言表達的困境。她提出：「不可能的任務就靠“狠”心的主要照顧者來執行，如此成功率才高。療育黃金期第一階段3歲以下，第二階段六歲以下，而小蘋果不到兩歲，只要持之以恆，治癒率是很大的。」當天我們上完一整天的課（遲語兒的親職教育系列）之後，做媽媽的我，立刻激動的流下淚：「就是這樣！就是這樣！」

我們的《堅持計劃》

一：每天選一本布書或繪本唸給小蘋果聽。

二：白天讓小蘋果自己先去翻選書再拿來請媽媽唸。（坐在媽媽身上，一起閱讀讓其享受愉快的氣氛…悅讀）

三：想吃的食物一定要講出來才能「吃」得到，但以程度漸進做適度的修正難度或提醒keyword：如：「蘋果ㄇㄚㄇㄚ果果」初階式→「吃果果」→「蘋果」→「吃蘋果」

四：全家人對此學習態度一致。

五：室外教學：只要不下雨就抱著他走透透，看到什麼就以很慢的速度指著週遭事物名詞碎碎唸不斷重覆相同的字音，不管她有無回答，只要她的眼神一直在轉動，媽媽就要如同「鸚鵡」般的以唱片跳針的方式不斷的重播。

六：全家總動員。

讓堅持變成習慣，如今的小蘋果已是每天都要爸爸或媽媽講完故事，才能入睡，甚至也會邀請阿公（爺爺）唸繪本給他聽。這學期更是由於閱讀能力提升，會看圖說故事，且自己先看過「唸」過（按照他自己的意思用詞做預習），再請爸爸或媽媽講；又再講一次給大人聽喲！真是閱讀一悅有趣呢！

活潑自信的小蘋果依舊是袖珍且瘦小，但多年來大手牽小手一路走來，媽媽從她身上學到很多：雖然很辛苦，也曾困頓受挫，卻由「娃娃看天下」「唸個故事給我聽」中溫馨滿懷。如今每次深夜人靜，她的妙語雜絮都讓人忘了煩憂，會心莞爾！

再次分享悅讀之喜，有妳的堅持陪伴才有豐收。遲緩兒的母親也好，一般幼兒家長也罷，繪本的神奇功能，唯有「讀」過才能心領神會喲。

後記：後來，我們又一系列做了「認知及音樂治療」、「感統治療」、和平醫院的藝術治療，甚至到“早療通報中心”做「聽力減敏療」後，孩子已有更顯著的進步。

愛的撫觸 — 生命的基本需求

許多文獻已指出，嬰兒撫觸與按摩對早產兒有許多好處，包括：增加體重成長速率，縮短住院日期以及增加腸道蠕動。對足月兒按摩則有促進穩定性、睡眠及減少興奮感。除了對寶寶有好處之外，近年的研究更指出嬰兒撫觸與按摩對母親的好處。從文獻的統計調查已知，新生兒母親的憂鬱與焦慮感對嬰兒的發育產生許多不良的後果，對此現象，嬰兒撫觸與按摩提供新手父母學習有效安撫寶寶的育兒知能，有助新生兒父母有效了解寶寶的行為訊息，並透過感知寶寶需要的撫觸與按摩來幫助寶寶有效平衡自己的神經系統狀態，。而有關早產兒與嬰幼兒撫觸與按摩的研究文獻有：

- 1986年美國小兒科期刊發表，對早產兒每天進行三次15分鐘的撫觸與按摩，體重增加47%，並提早6天出院。
- 2000年台大醫院小兒部新生兒科於第十屆亞太小兒科醫學會中發表，針對台灣住院中的早產兒使用相同方法進行研究，體重增加將近50%
- 2002年「人類早期發展」期刊指出，由母親親自撫觸與按摩的早產兒其體重增加的比率，比由專業嬰兒撫觸與按摩師按摩的早產兒還要好。
- 2006「嬰兒行為發展」期刊發表的論文發現，不論是母親為寶寶按摩，或是在旁觀察嬰兒接受按摩師的按摩，都能讓母親減輕憂鬱感覺，而這種好處對親自幫嬰兒按摩的母親更為顯著。此結果發現早產兒按摩不僅對早產兒本身有益處，還有使母親舒緩憂鬱及焦慮情緒的效果。

對寶寶的發育而言，嬰兒撫觸與按摩提供寶寶與母親雙向的好處，並且促成媽媽與寶寶另一種的雙向溝通，而且，親子共讀和嬰兒撫觸與按摩可以同時併行喔。當寶寶享受著父母說故事或讀繪本的同時，除了接受聽覺與視覺的心靈饗宴，您也可以藉著撫觸與按摩的溫和介入，讓寶寶可以有更佳的身心穩定狀態，提昇寶寶在親子共讀時的專注力。就如同親子共讀一樣，這樣親密撫觸與按摩的互動不是媽媽才能做，爸爸或其他家人也可以一起參與；也如同親子共讀一樣，這樣甜美的互動不是在家裡才能做，只要您願意為了愛寶寶而作，相信寶寶都會喜歡。就讓我們一起來讓寶寶聽見我們的愛，讓寶寶感受到我們愛的撫觸！

(嬰幼兒撫觸與按摩國際認證專業講師 吳淑娟醫師撰文)

愛的撫觸，讓寶寶更健康

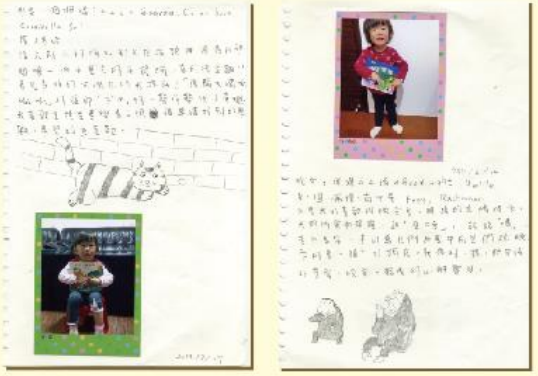
每一個寶寶都是獨特的，有著自己與眾不同的特質。不過，每一個寶寶都有一個共同的需要，那就是需要被愛與溫柔地照顧。愛的撫觸，是最直接又快速的溝通。愛的暖流，在剎那間之間讓親子連結，融合唯一體。 敏感及體貼寶寶身心訊息的觀察、撫觸，彷彿是寧靜的愛語，安定了寶寶的心靈。在被愛與安全的需要全然到滿足的狀況下，寶寶的身心得到平衡，當然會更健康。

成長紀錄 vs.共讀筆記

寶寶長得好快，是不是。除了拍照或錄影來留存孩子長大中的身影外，「共讀筆記」是另一種為孩子做成長紀錄的特別方式。打開一本書，彷彿為孩子打開通往世界的一扇門。而為孩子記錄一本共讀的書，就彷彿為自己和孩子封存共讀時的感動和幸福！只要拿起筆，紀錄和寶貝看書的日期，書名，再將共讀時寶貝的反應寫下或讓寶寶自己畫，慢慢的，一本特別的成長閱讀紀錄就出現囉！

這是kelly為寶貝紀錄的共讀筆記

這是珍妮佛蔡為寶貝紀錄的共讀筆記



歡迎一起加入閱讀筆記的行列!!

寶貝讀書會

「你或許擁有無限的財富、一箱箱珠寶與一櫃櫃黃金，但你永遠不會比我富有。我有一位讀書給我聽的媽媽。」

詩人吉利蘭--〈 閱讀的媽媽 〉

每天晚上，孩子會拿著書跳進我的懷裡，不論忙或累，我都會和孩子一起打開書，讓他每晚都「聽」得見我對他的愛。從小和爸媽讀故事長大的孩子，他的童年會有最美麗的節奏。從小讀故事給孩子聽的家長，也同樣無比幸福；當孩子凝神諦聽時，那模樣簡直天使般可人。

活動對象：0-3歲的小寶貝及愛他的大人

活動時間：每個月第二、第四星期六，上午10:00—11:00

活動地點：羅東兒童美語館（羅東中山公園內）

活動官網：［羅東兒美館~寶貝讀書會］FB，每月更新活動公告

活動內容：

愛玩愛動的寶貝如何讀書？讀書一定要正襟危坐嗎？請來參加這個寶貝團體，讓我們能從聽說故事、親子遊戲、手指謠等，帶領爸爸媽媽和寶貝進入閱讀的幸福花園。

請您一起來體驗和孩子共讀共玩的幸福經驗

羅東寶貝讀書會

103年母親節活動紀錄

2014 05.10

今天真是個好日子，陰晴不定的天氣在今天放晴！寶貝們，該準備到兒美館囉！

主持人妹均今天喉嚨不舒服，由兩個小寶貝代替媽媽唱童謠。多棒的母親節禮物！

好久不見的安媽咪，當然不能錯過母親節活動。安媽咪帶來實用的親子共讀參考書要送給大朋友，同時教大家用毛根素材做母親節皇冠！

經典的美美老師故事秀，這次講的是----洗個不停的媽媽。

今年的神秘嘉賓一樣是------溫柔美麗的縣長夫人！素雲小姐已經連續5年來講故事給孩子們聽。今年講的是大家最愛的”抱抱”。看，大小朋友都愛聽呢

還有一位特別來賓呢！
拿著提籃的是”銅鑼燒婆婆”。
這位婆婆為了讓寶貝們吃到最新鮮的點心，今天五點就起床烤餅了。
她就是現任的李科永圖書館館長！

同時，縣長夫人也準備康乃馨花束送給媽媽們。

下次還要再來玩喔！

想看更多好玩好看的照片，還有宜蘭的親子活動訊息，請加入”羅東寶貝讀書會”臉書社團！（摘錄自「兒科醫師媽咪的撇步」部落格）

嬰幼兒爸媽的親子共讀參考書

幸福的種子

（作者：松直居，出版社：台英出版社）

寶寶愛閱讀

（作者：許慧貞，出版社：小魯）

小小愛書人

0-3歲嬰幼兒的閱讀世界

（作者：李坤珊，出版社：信誼）

讓寶寶愛看書

0-3歲閱讀行為放大鏡

（作者：李坤珊，出版社：信誼）

朗讀手冊-大聲為孩子讀書吧！

（作者：吉姆．崔利司，出版社：小魯）

為孩子說故事

（作者:蔡淑媖，出版社:小魯）

好站推薦

※兒科健康醫療推薦網站

- ●早產兒基金會 http://www.pbf.org.tw/html/home.asp
- ●台灣巴掌仙子關懷協會 http://www.ourpreemie.org/
- ●台灣母乳協會 http://www.breastfeeding.org.tw/main/main.php
- ●兒童醫學網 http://homepage.vghtpe.gov.tw/~peds/index.htm
- ●周醫師的育兒日誌 http://blog.xuite.net/kidclinic333/blog
- ●兒科小棧 http://www.tmn.idv.tw/pinging/index.htm
- ●臺大醫院教康教育中心-小兒發育
  http://health.ntuh.gov.tw/health/hrc_v3/nForm4.aspx?apId=nForm41.aspx
- ●臺大醫院小兒部衛教資源 http://www.ntuh.gov.tw/Ped/health/default.aspx
- ●台大兒童醫院家庭資源醫療網 http://parent.kimy.com.tw/ntu/

※親職教養推薦網站

- ●家長學苑教養百寶箱
  http://parentschool.so-buy.com/front/bin/cglist.phtml?Category=269725
- ●親子天下 http://www.parenting.com.tw/
- ●信誼閱讀起步走-0至三歲共讀技巧 http://www.bookstart.org.tw/p7.html
- ●信誼奇蜜親子網 http://www.kimy.com.tw/
- ●全國教保資訊網 http://www.ece.moe.edu.tw/?page_id=141
  - ・爸爸媽媽放輕鬆－給幼兒家長的八大Q&A
  - ・解開孩子成長密碼－0～6歲嬰幼兒發展手冊
  - ・閱讀從0歲開始：父母手冊

※親子共讀推薦網站

- ●文化部兒童文化館http://children.moc.gov.tw/home.php
- ●格林繪本網 http://www.grimmpress.com.tw/
- ●和英出版社 http://www.heryin.com/home.asp
- ●繪本花園 http://www.ylib.com/kids/index.asp
- ●台灣麥克 http://www.tmac.com.tw/home.asp
- ●小魯閱讀網 http://www.tienwei.com.tw/
- ●青林出版社 http://www.012book.com.tw/
- ●道聲兒童館 http://www.taosheng.com.tw/childbook.htm
- ●三之三出版 http://www.3-3edu.com.tw/book.htm
- ●東方出版社 http://www.1945.com.tw/mod/product/index.php?NodeID=42
- ●小天下線上童書館 http://www.gkids.com.tw/index2.asp
- ●風車出版社 http://shopping.windmill.com.tw/index.aspx
- ●飛翔在故事的天空 http://blog.yam.com/babylily/article/11802053
- ●博客來童書/青少年
  http://www.books.com.tw/web/books_bmidm_1401/?loc=001_2_001
- ●小書蟲書坊 http://59.125.103.160/
- ●168幼福童書館 http://www.168books.com.tw/168_activity/0407b/

兒科醫療最美麗的風景:孩子，童書和共讀

FB: https://goo.gl/hXSDeJ

醫起育兒網: www.twror.org