

儘早開始唸故事書給寶寶聽

制訂：2016年6月13日

臺灣兒科醫學會促進兒童福利及健康委員會

「從孩子出生後，即可開始唸故事書給寶寶聽」已成為許多國家兒科醫療與教育界給嬰幼兒家長的建議。先進的腦部造影檢查顯示大人以「對話式共讀」，讓寶寶處於持續互動的情境中，可以刺激其語言的溝通、理解、情緒及社會適應等重要的能力，對幼兒腦部的發育非常重要。

美國兒科醫學會於2014年，將「主動建議家長儘早唸故事書給寶寶聽」納入兒童醫療照護政策之一。兒科醫師原本就是守護兒童發展的第一線人員，擁有獨特的機會從孩童出生後就經常接觸家長，更是家長們信賴的專業人士。許多國際論文已指出，由兒科醫師介入推廣早期親子共讀，可以改變嬰幼兒家長對親子共讀的態度，也可促進幼兒腦部及語言發展與就學後的閱讀能力。早期閱讀，不但對一般家庭的兒童很重要，尤其對弱勢家庭的孩童更為重要。

嬰幼兒期的共讀，並不著重在認知學習，而是透過唸故事書，培養親子互動的感情，希望家長能夠從嬰兒期即開始建立親子共讀的習慣，並且至少持續到幼稚園的年紀。在此，我們建議全國嬰幼兒家長「儘早唸故事書給寶寶聽」，以下是簡單的共讀原則：

1. 從「對話式共讀」開始：大人可以用看圖講故事和自問自答方式，邊講邊觀察寶寶的反應，寶寶的笑容、咬書、拍打、撕書都是喜歡書的表現。
2. 找個舒服的地方一起看書：大人的懷裡是孩子聽故事最舒服的位置，床邊的晚安故事，則是安撫孩子入眠的好方法。
3. 不需硬性規定時間：嬰幼兒專注力原本就不長，家長不需規定哪個時間一定要共讀，或是要共讀多久。只要大人和孩子都喜歡，即使每次共讀只有五分鐘也可以。
4. 由少而多建立閱讀習慣：建議剛開始每星期至少有一天，找個輕鬆的時間抱著寶寶唸故事書，從幾分鐘開始，慢慢延長時間，自然可養成閱讀習慣。
5. 不要過度約束孩子：孩子專注力較短，聽故事時可能一下子就分心，只要大人持續用溫暖的聲音朗讀，孩子自然會被吸引回到書裡。
6. 家長要以身作則：孩子的成長環境中，家裡經常有書，常有人閱讀，孩子自然而然就會親近書、親近閱讀。