

# 衛生福利部國民健康署

## 產後護理機構推動親子共讀作業參考範例

### 壹、親子共讀的定義及重要性

「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家長的建議。因為儘早唸故事書給寶寶聽的互動方式，可以提供孩子穩定的成長環境，促進親子關係，不僅可以刺激認知及語言發展，還可以幫助孩子未來的情緒控制及社會適應等重要的能力，對嬰幼兒腦部的發育非常重要。嬰幼兒期的親子共讀，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。

### 貳、機構進行親子共讀之規範

- 一、 衛教人員：由產護人員(醫護、護理、助產)進行衛教。
- 二、 衛教時間長度：可依機構及嬰兒情況訂定。
- 三、 訂定機構實施政策，可包括：
  - (一)入住機構即可開始，建議 10-14 天內完成，或於出院前 1 日提供衛教。
  - (二)可制定親子共讀課程內容及衛教，不限個別或團體衛教。
  - (三) 入住後即可提供家長相關資源連結。衛教完成後，鼓勵產婦或主要照顧者經常與寶寶進行共讀，並給予家長讚美和支持。
  - (四)退住前鼓勵返家後維持親子共讀之習慣

### 參、親子共讀技巧

可依 109 年新版兒童衛教手冊內容進行。

寶寶的閱讀起步走

- 0-3 個月大時，父母可以將寶寶抱在懷裡，或躺在嬰兒床上，用溫柔愉悅的聲音唸故事，並經常撫摸寶寶，讓寶寶熟悉父母溫柔的聲音，建立良好的親子關係。

- 3-6 個月大的幼兒，對鮮艷顏色的圖案特別感興趣，父母可以將孩子抱在懷裡，使用柔軟的布書或可以發出聲音的童書，用溫柔的聲音唸出書本上的圖畫內容。
- 6 個月到 1 歲大的幼兒，會開始想要模仿他人的說話及聲音。此時，父母可以抱著孩子，指著圖案說出物品或動物的名稱。這時期的幼兒可能會出現丟書、吃(咬)書或用手拍打有趣圖片的動作，這些都是他們用來認識書本的正常行為。
- 12 個月大以後的孩童，父母可以就孩子發展的情形，鼓勵孩子自己動手翻閱書本，從旁向孩子說出書本內容或圖片呈現的意涵，及試著用簡單的語彙與孩子溝通互動，漸進加深親子共讀的方式與時間。
- 1-2 歲的孩童，建議父母多利用指圖命名的方式，即手指著圖片，並且同時說出圖片中的物品名稱或動作，然後鼓勵孩子跟著模仿大人說話(仿說)。
- 2 歲以上的孩子，父母可以多利用「開放性問句」來跟孩子互動說故事，並鼓勵孩子開口回答問題。
- 3 歲以上的孩子，父母可以再加入用手指文字帶著孩子閱讀，並且和孩子討論故事內容或大意，鼓勵孩子用自己的言語表達討論，父母也可以將故事內容與生活經驗結合，延伸討論話題。

「儘早唸故事書給幼兒聽」的簡單原則

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，邊講邊觀察孩子的反應，孩子的笑容、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：建議剛開始每天撥出幾分鐘時間，找個輕鬆的角落抱著孩子輕柔的閱讀，然後再慢慢延長閱讀的時間，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，只要大人持之以恆，孩子自然就會過來參與。
6. 用溫暖的聲音朗讀，孩子自然會被吸引回到書裡。
7. 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。

#### 肆、資源連結

- 儘早唸故事書給寶寶聽 <https://goo.gl/xbkgxd>
- 親子共讀宣導影片 <https://goo.gl/kNp86j>
- 共讀自 0 歲開始宣導影片 [https://www.youtube.com/watch?v=K4krLKZ\\_IZ8](https://www.youtube.com/watch?v=K4krLKZ_IZ8)
- 親子共讀科普教育影片 <https://www.youtube.com/watch?v=XbTyvYVBuxU>
- 110 年新版兒童衛教手冊  
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/EBook.aspx?nodeid=1459>
- 分齡親子共讀技巧影片 <https://www.youtube.com/watch?v=djmsFyGswxw>
- 分齡親子共讀依分齡宣導單張  
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=870>
- 台灣醫起育兒愛閱協會影片  
<https://www.youtube.com/channel/UCAp1s-L50SfLy0EA2HnhTFw/videos>
- 台北市醫師公會親子共讀專區 <http://www.drfm.org.tw/TMAror.html>
- 嬰兒室出院說明 <https://rb.gy/uxvjtb>
- 親子同室中說明 <https://rb.gy/k5aqc1>
- 共讀的益處 <https://youtu.be/rAO1te7Wd-8>
- 由誰來做親子共讀 <https://youtu.be/2VFmWDZ8WTc>
- 小朋友愛咬書該怎麼處理 [https://youtu.be/jaaGy\\_7Xcn0](https://youtu.be/jaaGy_7Xcn0)
- 做親子共讀時要注意的事項 [https://youtu.be/U0Y\\_vpxmLxA](https://youtu.be/U0Y_vpxmLxA)
- 【展臂閱讀診間訓練影片】0-1 歲 [https://youtu.be/SOGGfK\\_rCco](https://youtu.be/SOGGfK_rCco)

- 【展臂閱讀診間訓練影片】 1-1.5 歲 <https://youtu.be/AMwG0GaDnLE>
- 【展臂閱讀診間訓練影片】 1.5-2 歲 <https://youtu.be/8YHJRewSL7Y>
- 【展臂閱讀診間訓練影片】 2-3 歲 <https://youtu.be/GJBRYkm9F6w>
- 【展臂閱讀診間訓練影片】 3 歲 <https://youtu.be/SEa0KXANw7w>
- 提早從孕期開始培養共讀習慣 <https://youtu.be/Sg3GYhAR8so>
- 有溫度的預防醫學以童書開啟幸福對話 [https://youtu.be/aOemWX\\_5Aqq](https://youtu.be/aOemWX_5Aqq)
- 親子共讀有助於腦力活化，共讀習慣與幼兒的發展能力  
<https://youtu.be/JfCFaotkkGI>
- 醫師談閱讀素養萌發 <https://youtu.be/lpW7GWgm50E>
- 醫師談親子共讀從 0 開始 <https://youtu.be/BtJR5BZt0S4>
- 親子共讀守護高風險家庭兒童健康-談兒童成長逆境  
<https://youtu.be/jw0GRzXxTrM>
- 疫情期間為孩子打下腦部發展的疫苗 [https://youtu.be/\\_2HjCHSNQSY](https://youtu.be/_2HjCHSNQSY)
- 醫師談對話式共讀的方法 <https://youtu.be/1Yu93DIdlI8>
- 醫師談兒童 0 歲開始親子共讀 <https://youtu.be/j4xZwRcooyA>
- 尋找寶寶發展好玩伴 <https://youtu.be/4BLW2HnqTeQ>
- 創造親子讀處時刻-有質感的親子共讀 <https://youtu.be/d9uP9aPXZk4>
- 童書開啟繽紛世界 <https://youtu.be/00n4Flj1Yq4>
- 展臂閱讀讓親子醫起共讀 <https://youtu.be/fb0URY4U3YU>
- 展臂閱讀改變的起點 <https://youtu.be/H3KQio8xW4M>
- 展臂閱讀 YouTube Channel <https://rb.gy/evsyqv>
- Reach Out and Read Old Training Video <https://rb.gy/iaqn3w>
- Reach Out and Read Old Updated Training Video <https://rb.gy/c5rklx>
- 親子共讀的重要-用童書建構孩子的好腦袋 <https://rb.gy/peqvad>
- 對話式共讀 PEER 法及提問 CROWD 法 <https://rb.gy/qozwpv>
- 展臂閱讀衛教單 <https://readthroughtaiwan.org/資源中心/>
- 以臨床為基礎提倡親子共讀來促進兒童發展（上）  
[http://www.tma.org.tw/ftproot/2020/20200518\\_09\\_47\\_43.pdf](http://www.tma.org.tw/ftproot/2020/20200518_09_47_43.pdf)
- 以臨床為基礎提倡親子共讀來促進兒童發展（下）

[http://www.tma.org.tw/ftproot/2020/20200616\\_10\\_49\\_23.pdf](http://www.tma.org.tw/ftproot/2020/20200616_10_49_23.pdf)

■ 親子共讀促進孩童終身健康

<https://mammy.hpa.gov.tw/Home/NewsKBContent?id=1369&type=01>

■ 當醫師拿出這個，寶寶和媽媽都笑了…兒科醫師讓哭聲變笑聲的看診新法寶

<https://www.commonhealth.com.tw/article/article.action?nid=79257>

■ 醫起育兒網 <http://www.twror.org/>