

成長環境的重要性

什麼樣的環境，是可以幫助孩子自然發展的環境？

物理治療師 楊雯如

兒童的發展，與成長環境密切相關，如何提供孩子一個可以**結合其內在發展與環境允許的外在經驗的環境**，就跟吃營養食物、有充足睡眠一樣的重要。

對嬰幼兒來說，**最好的居家環境，就是與家人共處的環境，是親密的、愛與信任、有安全感的環境。**

那是個什麼樣的環境呢？

寶寶年齡	動作發展	需要的環境	寶寶與媽媽可以做什麼	圖示
新生兒	無法控制頸部動作，頭部需要大人的支撐	與媽媽親密接觸的環境	✓ 從餵奶、擁抱、說話、唱歌開始，就是安全感開始建立的時候。	
一、兩個月大	開始有頸部控制力量	睡在睡籃裡	✓ 懸吊的圖案或吊飾，提供嬰兒視覺上的刺激與早期探索動機。	
三、四個月開始	寶寶趴著時想要玩玩具囉	讓寶寶在較大的床墊上睡覺或玩耍	✓ 提供可以撥弄的懸吊玩具或安全小玩偶。	
四個月後	寶寶已經想要開始翻身、移動身體了	較大的活動空間	✓ 提供鏡子、搖鈴、會滾動的玩具…等，使寶寶有更強的動機去探索身邊的有趣世界。	
五、六個月開始	寶寶更進一步想要坐起來	可以維持坐姿的環境，例如安全的桌、椅。	✓ 媽媽可以跟寶寶坐著說話與唱歌，也可以開始把玩具放在矮架子上或容器裡，讓孩子努力維持在坐姿下玩玩具； ✓ 同時，孩子對自己的雙手也更有興趣，喜歡玩手、吃手，可以教孩子玩手的遊戲（拍手、搖搖手、或是媽媽的手變花樣給孩子看）。	

年齡	動作發展	需要的環境	寶寶與媽媽可以做什麼	圖示
七、八個月 開始	寶寶會爬了，也會開始想爬高、扶著家具站起來	安全、無障礙的居家環境很重要喔！	✓ 對簡單的物體關係更好奇，像聲光玩具、滾球遊戲、套圈圖、簡單的物體放進容器，都讓寶寶有無限的驚奇！	
10、11個月 開始	寶寶的站立能力與精細動作同時更成熟了	安全、無障礙的居家環境很重要喔！	✓ 他們可以推著玩具車或是扶著家具走路。 ✓ 也可以拿、放更精細的小玩具，或是自己用手吃一餐！ ✓ 他們有時候覺得日常生活中的物品比玩具好玩多了！	
一歲半左右 之後	愛走路、愛自己搬東西	除了家裡，公園裡的遊樂設施、花草石頭，都很好玩喔！	✓ 可以開始專注地塗鴉、看圖卡、做圖形配對。 ✓ 孩子想要幫忙簡單的家事，雖然常常是越幫越忙，但是提供真實的日常生活工作，寶寶可以由自我照顧的經驗，學會整合動作與感官經驗。	

每一個孩子的發展歷程都不一樣，以上動作發展的時間會因人而異，但是在不同階段提供孩子適當環境的原則是每個家庭通用的！

貼心小叮嚀：孩子的環境中還有什麼要注意的呢～



父親的參與：父親不但是媽媽的重要精神支柱，還是孩子的大玩伴，父親要多花時間與孩子熟悉彼此，並成為孩子生活中的重要人物喔！



不要讓孩子過早、或是長時間坐學步車：學步車不但對於學習走路沒有任何幫助，而且會讓孩子因為快速移動而遭遇各種危險！除非是在安全前提下，家人必需要把孩子放在學步車中好能空出手來做家事，才能坐一下下喔！

澄清兒童發展中心

(04)04614546 分機 88879

～關心您與您的孩子～