寶寶1-2歲文章
文章

一～二歲寶寶發展指標，會跑會跳會講話！

三月 20, 2020

天天照顧和陪伴寶寶的妳，可能會感覺時間過得飛快，才一晃眼的時間寶寶就滿1歲了，這時不僅會站、會吃固體食物、認識的單字量逐漸增加，而且發音也會慢慢進步。在寶寶1~2歲的發展當中，語言和認知能力佔了重要的一席之地，若了解如何引導孩子，他們就能更早或更勇於展現語言能力。

Author(s): 審稿人 – 盧芳廷醫師

學習語言最重要的還是要常常使用，經常處於該語言環境，才能避免語言能力退步。

寶寶的各階段學習力發展指標，主要可以分為粗動作、細動作、語言與認知和社會互動這4類。寶寶在0~1歲的階段，是粗動作和細動作進步最明顯的時期，包括學會爬行、滾動、站立、拿取或抓握物品等等。到了1~2歲的階段，寶寶對於肌肉的掌控能力仍會持續進步，開始學會爬樓梯或奔跑，但大多數人最關心的還是寶寶的語言能力發展，有些父母會開始考慮是否要採行雙語教育，像是夫妻分別使用不同的語言對寶寶說話，希望寶寶的雙語能力可以提早紮根。以下將寶寶1~2歲的各項發展指標列出，並介紹引導寶寶說話的方式。

寶寶各階段發展里程碑

1歲

以1歲寶寶發展進度來看，自行站立通常不成問題，有些寶寶甚至還能依靠自己的力量走個幾步。此外，寶寶也能夠進行更細微或複雜的動作，像是在大人幫忙自己穿脫衣物時出一份力，或是會拿著杯子做出喝水的動作等等。

在認知和語言發展部分，寶寶會利用敲擊、搖晃、拍打或丟擲等方式，觀察周遭或拿在手中的物品，也可以聽懂簡單的指令，像是「去洗手」或「把玩具拿起來」等，還會搖頭表示不要。值得一提的是，雖然發音仍不標準，但寶寶已能說出「爸爸」和「媽媽」，而且還會使用不同的音調模仿父母說話。

雖然孩子1歲之後會變得積極與人交談，但是在面對陌生人的時候，卻更容易怕生或害羞，如果爸爸或媽媽等熟悉的面孔沒有在身邊，就可能感到不安而哭泣。

若寶寶已經滿1歲，卻仍無法講出爸爸媽媽等簡單的名詞、無法用動作表現拒絕，或是無法站立，則建議尋求專業診斷，改善寶寶發展偏慢的狀況。



1歲半

這個階段的寶寶已經可以自己走路走得很好，甚至還能自行爬樓梯或小跑步，或是拉著玩具車或其他可以拖動的玩具走動，雖然看起來好像沒什麼，不過這代表寶寶可以同時進行粗動作及細動作，是一種明顯的進步指標。雖然動作笨拙且緩慢，但寶寶現在也已經能自己穿脫鞋子或衣服，也能正確地使用湯匙吃東西和用杯子喝水。

寶寶的語言能力會因為單字量提升，能夠說出玩具或是繪本中的物品名稱，例如車子、房子、鴨子、貓咪、狗狗等，不只如此，他也知道鼻子、耳朵和眼睛這些身體部位在哪，並且在大人講出名稱時指向正確的位置。另外，這時期的寶寶還會用筆在紙上隨意亂畫。

在社會互動部分，寶寶喜歡模仿大人做事，像是拿著奶瓶假裝餵玩偶喝奶，而且也會在有媽媽的陪伴下探索周遭環境，但有時候妳看寶寶玩得好好的，卻突然大哭扔掉玩具，代表寶寶在這階段也開

始會發脾氣，發洩無法排解的強烈情緒。

如果媽媽們發現寶寶在這時期還不會走路、模仿大人、懂的字彙不超過6個，或者沒有「熟悉」的概念，對爸媽不在現場或處於陌生環境沒有什麼反應，可能代表寶寶有發展上的問題，建議帶寶寶接受專業診斷，評估並改善發展情形。

2歲

踮腳、上下樓梯和奔跑，對2歲的寶寶來說都不是難事，妳可能會看到他精力充沛地在家中跑來跑去，爬上又爬下，為了避免他們一不小心摔倒或撞到東西，建議將家中的桌角用防撞貼條包住，或者在寶寶常活動的空間鋪設軟墊及巧拼，以降低寶寶磕碰的傷害。

現在寶寶可以聽懂更加複雜的指令，例如「把椅子靠上再洗手」或是「把紙屑撿起來丟到垃圾桶」等等。寶寶對形狀和顏色也會更有概念，並且能夠加以分類，例如有些玩具會引導寶寶將不同形狀的積木，放進該形狀的空格內，而2歲的寶寶在這件事上可以做得很好。另外，語言能力持續進步的他們，開始會使用2個以上的名詞更精確地表達自己的意思，並且會開始加入除了名詞以外的詞性。

在社交互動方面，2歲的寶寶很喜歡跟同儕玩耍，並且開始變得「不聽話」，可能會反抗媽媽要他做的事，不過也因為寶寶變得更加獨立，需要妳協助的事情也減少了。

假如寶寶到現在還不能講出簡單的句子、走路仍不太穩、無法理解杯子、湯匙、叉子等常見物品的用法，或者無法聽懂媽媽所給的簡單指示，則應該帶寶寶去接受醫療診斷，以幫助寶寶解決發展的問題。



如何教1歲寶寶說話？

在1歲寶寶學習力發展的階段，大部分寶寶能開始說出除了爸爸媽媽之外的單詞，而訓練寶寶說話技巧的最佳方式，就是多跟寶寶說話，即便寶寶沒有回應妳，但是他仍然可以從妳說的話裡，學習新的單字和發音方式，建議媽媽們可以用實況報導的方式，跟寶寶敘述妳正在進行的動作，假如妳正在幫寶寶穿衣服，妳就可以跟寶寶說：「媽媽現在要先幫妳穿衣服，衣服穿好了，再來穿褲子，腳也會冷喔！那要把襪子穿上去喔！」另外，帶寶寶出門也是跟寶寶說話的絕佳機會，像公園裡就有許多遊樂設施、小動物和植物等等，妳可以跟寶寶慢慢介紹這些東西的名稱，擴充寶寶的小小字彙庫。

如果發現寶寶仍遲遲沒有開口說話，先想想自己是不是太少跟寶寶講話了，但假如答案為否，則建議求助專業機構診斷，幫助寶寶克服語言發展的困難。

寶寶雙語教學的必要性

有些家長會買英文教學影音教材給寶寶看，但其實這樣的效果很差。研究指出，1~2歲的寶寶語言發展是建立在與人的互動上，若想透過觀看或收聽英語教材讓寶寶提早扎根雙語能力，反而是徒勞。

既然如此，那如果爸媽一個負責講中文，另一個講英文跟孩子互動呢？如果爸媽都是講各自的母語，

的確能創造雙語環境讓寶寶學習，但如果是一個人同時講2種語言，或者對其中一種語言並不熟練，則可能成效不彰。

不過並沒有研究指出，孩子接收2種語言會導致語言錯亂，但可以確定的是，處於雙語環境的寶寶，語言能力進步的幅度，會比處在單一語言環境的寶寶慢一點，畢竟同時要學習2種語言，本來就需要較多時間才能理解並融會貫通。

另外研究也發現，即便寶寶在幼年有接受雙語環境的刺激，但若在成長過程中不常使用另一種語言，那仍然沒辦法達到母語者的程度，因此學習語言最重要的還是常常使用，經常處於該語言環境，才能避免語言能力退步。

至於是否要讓寶寶在幼年就接受雙語教學，還是見仁見智，若家長真的有時間和能力建立雙語環境，讓孩子接受不同語言的刺激，對於孩子未來學習語言的確有所助益。

—Wyeth® 惠氏®—
母嬰專家

培養雙語寶寶的3項要點

Bilingual Education



1 語言能力進步
仰賴與人互動

2 雙語寶寶的語言
發展過程可能較慢

3 觀看教學影片對語言
發展沒有明顯助益

重點摘要：

- 寶寶1歲就能聽懂「去洗手」等簡單指令，而「洗完手再吃飯」這類複合指令已經難不倒2歲的寶寶，不過寶寶在這段時期也開始會反抗媽媽。
- 1歲半的寶寶不僅能爬上樓梯和小跑步，還能說出一些繪本中的動物名稱。
- 多跟寶寶講話有助於發展寶寶語言能力，而非給寶寶看影音教材。

參考

- Important Milestones: Your Child By One Year (link)
- Important Milestones: Your Child By Eighteen Months (link)
- Important Milestones: Your Child By Two Years (link)
- Ages and Stages: How to Monitor Child Development (link)
- Raising a Truly Bilingual Child (link)



立即分享