

# 了解嬰幼兒發展

國泰綜合醫院 兒科部 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院  
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

## ■ 前言

一般2歲以後的孩子大多會走、會跳、會跑、會講話了，所以最容易被忽略的是2歲以前的孩子，有時候說話慢一點或會走慢一點，會被認為沒關係，而錯過治療的黃金時期。

人類3歲以前腦細胞是最蓬勃發展的時候，若能在3歲以前做好矯正，大多能趕上其他孩子的發展，尤其是早產兒更應注意；而早產兒是以矯正年齡來評估其發展情形，所謂矯正年齡是指從原來預產期那天算起為出生的第一天。

因此針對2歲以下嬰幼兒的粗動作、精細動作、語言及社會行為表現進行介紹，提供家屬們參考。

## ■ 0 至 6 個月發展

	粗動作	精細動作	語言	社會行為
0   3 個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 俯臥能輕微抬頭(新生兒期)</li> <li>◆ 俯臥時能抬頭45度</li> <li>◆ 俯臥時能用手臂支撐力量</li> <li>◆ 抱著坐定時，頭部穩定</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 眼睛能隨目標移動90度，能看到眼前20公分的物體</li> <li>◆ 對外來刺激可用兩手兩腳對稱方式反應</li> <li>◆ 會反射性抓住手中之物</li> <li>◆ 雙手可在胸前把玩</li> <li>◆ 吸吮拇指</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 聽到聲音頭會左右轉動</li> <li>◆ 發出牙牙語的聲音如丫、乂、ㄊ等</li> <li>◆ 發出笑聲</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 注意別人的臉(新生兒時期)</li> <li>◆ 逗他時會微笑(2個月時期)</li> <li>◆ 會主動對人笑(三個月)</li> </ul>
4   6 個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 協助做起立頭可以固定</li> <li>◆ 側躺翻成仰臥(5個月時)</li> <li>◆ 俯臥時能抬頭90度</li> <li>◆ 翻身(6個月)</li> <li>◆ 坐著用雙手可支撐30秒</li> <li>◆ 會伸手拿東西</li> <li>◆ 抱著，站姿時可支撐所有體重</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 眼睛能隨目標移動轉180度，視力已有50公分</li> <li>◆ 可將手抓住的物品送入嘴巴且手放下</li> <li>◆ 兩手各可抓緊小物品</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 找尋聲源</li> <li>◆ 高興時會尖叫</li> <li>◆ 喃喃自語</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 認熟人</li> <li>◆ 認奶瓶</li> <li>◆ 對人的表情有反應，發出咯咯聲</li> <li>◆ 會注意其他小孩的存在</li> </ul>

## ■ 0 至 6 個月適合的活動與玩具

# 父母應與孩子多互動，引發孩子對外界的好奇心。

總之，孩子是在玩中成長學習的，藉由更多與外界互動的機會，刺激就會更多，更能激發他們的潛力。當六個月的孩子能坐著玩時，大人仍要在旁協助其安全。

# 選擇的玩具要安全，多給孩子聲音及色彩影像的刺激。

活動	玩具
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 洗澡、或換尿布時多撫摸他 或在水盆裡玩水</li> <li>◆ 4-6 個月的孩子喜歡照鏡子， 喜歡和鏡子裡的人互動</li> <li>◆ 抱孩子到不同的房間</li> <li>◆ 給他一些明亮顏色的玩具</li> <li>◆ 對著嬰兒唱歌或說話</li> <li>◆ 開收音機或電視</li> <li>◆ 放在爬行毯或塑膠墊上，協 助俯臥時以游泳的姿勢來運 動各個肢體活動</li> <li>◆ 協助側翻或翻身</li> <li>◆ 支持他坐好，讓他學會平衡 身體</li> <li>◆ 抱住他成站姿，讓他有跳的 動作(6 個月)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 固齒器</li> <li>◆ 放旋歌音樂鈴於嬰兒床上， 可以放低一點讓孩子有觸摸 的機會</li> <li>◆ 顏色鮮明的擠壓玩具（例： 紅、黃、藍）</li> <li>◆ 手搖鈴</li> <li>◆ 柔軟的布製玩具</li> <li>◆ 鏡子</li> <li>◆ 爬行毯</li> <li>◆ 錄音帶或音樂聆聽</li> <li>◆ 放一個節拍器於床旁</li> </ul>

## ■ 7 至 12 個月發展

	粗動作	精細動作	語言	社會行為
7   9 個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 不需扶持自 己能坐穩</li> <li>◆ 能自平躺姿 勢而自行坐 起</li> <li>◆ 肚子觸地式 爬行，漸漸以 雙膝爬行</li> <li>◆ 抱起會在大人 腿上亂跳</li> <li>◆ 能扶著物體 維持站立姿 勢</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 坐著會尋找 掉落物品</li> <li>◆ 坐著時兩手 能各自取積 木，並將積木 由一手轉到 另一隻手</li> <li>◆ 用手指和手 掌夾起小東 西(如：糖果)</li> <li>◆ 以食指觸碰 或推東西</li> <li>◆ 喜歡固定用 某隻手</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 模仿大人的 聲調</li> <li>◆ 會發出 Ma、 Da、Pa、Ta 的聲音</li> <li>◆ 注意聽熟悉 聲</li> <li>◆ 會隨著大人 的手或眼神 注視某樣東 西</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 看到陌生人 會哭</li> <li>◆ 會玩躲貓貓</li> <li>◆ 會設法取遠 處玩具</li> <li>◆ 拉他的玩具 會抵抗</li> <li>◆ 按自己意思 行動，有意 脫離媽媽</li> </ul>
10   12 個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 自己站的很 穩</li> <li>◆ 能自己站穩 後想辦法坐 下</li> <li>◆ 能扶著傢俱 移步</li> <li>◆ 拉著一手可 以走</li> <li>◆ 能單獨走幾 步</li> <li>◆ 蹲著可以站 起來</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 拍手</li> <li>◆ 雙手拿 2 塊 積木相互敲 打</li> <li>◆ 會把小東西 放入杯子或 容器內</li> <li>◆ 喜歡丟東西</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 模仿大人的 說話</li> <li>◆ 會揮手表示 拜拜</li> <li>◆ 有意義的爸 爸、媽媽</li> <li>◆ 以搖頭、點頭 表示要或不 要</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 會抓住湯匙</li> <li>◆ 一手指出要 去的地方或 東西</li> <li>◆ 不流口水</li> <li>◆ 會和其他小 孩一起玩</li> <li>◆ 協助下可用 杯子喝水</li> </ul>

## ■ 7 至 12 個月適合的活動與玩具

# 常常對著孩子說話或叫他的名字，多跟孩子玩，因為孩子是在玩中學習的，一直重複的講，他就會模仿。如教他拍手、玩躲貓貓，或一些可以按、壓有操作性的玩具等等；這些活動都可以促進孩子學習。

# 一般 7~12 個月大的孩子，爬、站、走都沒有問題，所以不要常放在學步車上，絕不要因為太忙，就把孩子丟在學步車上，雖然他腳一蹬、就可以移動，可是卻剝奪他想爬及站的能力，因為學步車有很好的扶持，可以站的很穩，而容易限制其發展。

活動	玩具
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 對著寶寶叫他的名字或簡單的音</li> <li>◆ 教他如何拍手</li> <li>◆ 敲擊發出咚咚響聲</li> <li>◆ 玩躲貓貓</li> <li>◆ 扮一些可笑的表情來鼓勵孩子模仿</li> <li>◆ 給他球來推開或丟球</li> <li>◆ 將玩具拿遠讓他自己拿</li> <li>◆ 抱他坐下並說坐下</li> <li>◆ 指出身體部位並說出名稱</li> <li>◆ 展示大圖片學習看圖識物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 手搖鈴、琴</li> <li>◆ 學步走路的咕咕雞</li> <li>◆ 積木或大球</li> <li>◆ 模型盒（可讓寶寶按、壓、開關門，促進手指活動）</li> <li>◆ 不同大小一套的盒子或杯子</li> <li>◆ 明亮的圖片</li> <li>◆ 簡單可拆的玩具</li> <li>◆ 茶杯或湯匙</li> <li>◆ 兒歌錄音帶</li> <li>◆ 玩具動物或娃娃</li> <li>◆ 可拉的玩具（例如電話、連線小火車）</li> <li>◆ 學步車</li> </ul>

## ■ 13 至 18 個月發展

	粗動作	精細動作	語言	社會行為
13   18 個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 可維持跪姿</li> <li>◆ 會側行數步</li> <li>◆ 走的很穩且會轉身</li> <li>◆ 可獨自趴著而手扶地站起</li> <li>◆ 隨著音樂做簡單跳舞動作</li> <li>◆ 扶欄杆可上下三層樓梯</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 自動亂畫</li> <li>◆ 重疊兩塊積木(12-14 個月)</li> <li>◆ 一隻手同時檢起兩個小東西</li> <li>◆ 會打開盒蓋</li> <li>◆ 可疊三塊積木(16-18 個月)</li> <li>◆ 模仿畫直線</li> <li>◆ 可認出圖形，並放入模型版上</li> <li>◆ 能把東西放入容器，並一個一個取出</li> <li>◆ 兩手拿著杯子喝東西</li> <li>◆ 會翻厚紙板的書</li> <li>◆ 用拇指、食指扭轉東西</li> <li>◆ 穿衣服時會自己配合著伸出手來</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 會用一些單字，至 18 個月時至少會用 10 個單字</li> <li>◆ 會說一些兩個字的名詞（例如：謝謝、拜拜）</li> <li>◆ 會哼唱</li> <li>◆ 知道大部分物品名稱及身體部位</li> <li>◆ 熟悉且位置固定的東西，不見了會找</li> <li>◆ 在要求下會指出熟悉的東西</li> <li>◆ 會遵從簡單的指示（例如：給我、拿來）</li> <li>◆ 瞭解一般動作如：親親、抱抱</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 堅持要自己吃東西</li> <li>◆ 模仿成人簡單動作和打人</li> <li>◆ 哄抱洋娃娃</li> <li>◆ 睡覺時要抱心愛的玩具或衣物</li> <li>◆ 出去散步時能注意路上各種東西</li> <li>◆ 被欺侮時會設法抵抗或還手</li> <li>◆ 有能力主動拒絕別人的命令</li> <li>◆ 嘗試自己穿鞋（不一定能穿好）</li> <li>◆ 自己拿杯子喝水</li> <li>◆ 自己用湯匙進食（會溢出）</li> <li>◆ 明顯對人表示好感</li> </ul>

## ■ 19 至 24 個月發展

	粗動作	精細動作	語言	社會行為
19   24 個 月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 會向前踢球 -- 示範或教導後會自己踢球</li> <li>◆ 能將手心朝下丟積木 -- 近距離可以丟的很準</li> <li>◆ 自己單獨上下椅子</li> <li>◆ 原地雙腳跳躍</li> <li>◆ 彎腰撿東西不摔倒</li> <li>◆ 可一面走，一面拉著玩具；這個年齡的孩子都行動自如，不需特別幫助。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 球丟給他，他會去撿，但不会接住。</li> <li>◆ 可用手指一頁一頁翻紙張較厚的書</li> <li>◆ 疊高 6-7 個積木</li> <li>◆ 模仿畫直線且不偏 30 度以上</li> <li>◆ 模仿畫圓的動作</li> <li>◆ 轉門鎖開門</li> <li>◆ 會在杯子或盆子裡攪拌東西</li> <li>◆ 會用湯匙舀東西吃，但還是會灑出來</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 可以把聽到的話自己組成，例如：媽媽，來</li> <li>◆ 會講 50 個字彙，21 個月大的孩子會結合兩個單字，至兩歲就會組句</li> <li>◆ 說出 3 個家人的名字</li> <li>◆ 以動物的叫聲為動物名 - 例如：汪汪叫「狗狗」</li> <li>◆ 看到食物時，會說出食物名稱</li> <li>◆ 會用肯定或否定語氣回答問題；會表達他的需求</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 會揍、罵玩伴或玩具</li> <li>◆ 會脫下未扣扣子的外套及已鬆開的褲子</li> <li>◆ 會用語言或姿勢表示大便或尿尿</li> <li>◆ 跟三個同伴一起玩</li> <li>◆ 依要求和別的小孩分享東西或食物，告訴他玩具分誰玩，可以遵從指令。</li> <li>◆ 提醒他時會與大人打招呼</li> <li>◆ 坐小馬桶五分鐘</li> </ul>

## ■ 13 至 24 個月適合的活動與玩具

# 此時期的孩子，可以玩的玩具非常多了，只有給孩子多玩、才能學習。

活動	玩具
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 看圖說故事</li> <li>◆ 童謠哼唱</li> <li>◆ 照鏡子遊戲</li> <li>◆ 敲打樂器</li> <li>◆ 堆積木</li> <li>◆ 拍手遊戲</li> <li>◆ 躲貓貓</li> <li>◆ 投擲活動</li> <li>◆ 公園活動散步</li> <li>◆ 追趕跑跳碰全身運動</li> <li>◆ 學習使用餐具</li> <li>◆ 撿拾玩具做整理</li> <li>◆ 簡單的拼圖</li> <li>◆ 紙筆塗鴉</li> <li>◆ 騎木馬</li> <li>◆ 球的遊戲</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 球類</li> <li>◆ 簡單厚板故事書</li> <li>◆ 紙筆塗鴉</li> <li>◆ 嵌洞積木</li> <li>◆ 簡單識字卡或識圖卡</li> <li>◆ 鏡子</li> <li>◆ 洋娃娃或抱枕</li> <li>◆ 食具</li> <li>◆ 敲打玩具、組合玩具</li> <li>◆ 套套杯</li> <li>◆ 串珠子或大衣扣</li> <li>◆ 穿線洞板</li> <li>◆ 簡單拼圖 (5-10 片)</li> <li>◆ 簡單童謠錄音帶</li> </ul>

## ■ 結語

發展只是取平均值，不是多大的小孩就一定要有什麼樣的發展，因為每個孩子有其個別差異，有快有慢，一般只要快慢差距兩個月以內都沒有關係。若大於兩個月，才需請專科醫師診斷是否需要早期療育或復健。

## ■ 兒童發展評估表

可上臺北市政府衛生局網站的醫護管理資訊，其[發展遲緩兒童早期療育醫療服務網](#)上有各年齡層的簡易評估表共 13 份，可依照兒童年齡發展期程的各階段，選擇適合的檢核表下載及檢測，若在篩檢時，發現兒童有異常項目，請家長儘速帶兒童至各地醫療院所進一步診斷檢查。

臺北市政府衛生局網址：

<http://www.health.gov.tw/>

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 6555

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 8001

汐止國泰綜合醫院 (02)27935888 轉 2631

國泰綜合醫院 關心您！

AD100.315.2015.05 二修