

兒童發展 5

八至十二個月大嬰兒的發展



8-12月

網上版本



觀看短片



觀看短片



八至十二個月大的嬰兒活動能力開始增加，寶寶以為自己已能活動自如。這時他總愛獨自探索周圍環境，而且愈爬愈遠。與此同時，寶寶對陌生人和與你分開的焦慮亦最為強烈。若然他爬得太遠而看不見你，又或者你走開了，他便會感到不安。

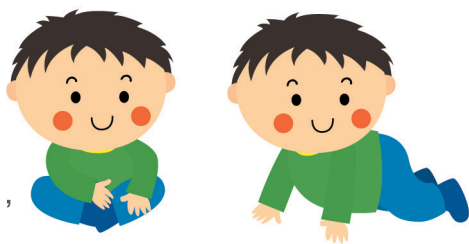
寶寶愛爬來爬去，自然也容易受傷，所以家居安全尤為重要。應做好預防措施，營造安全而有趣的家居環境，避免發生意外。這樣，寶寶既可自由自在地探索，你亦可安心在旁看管，不用經常阻止他的活動。

家長是要懂得如何在管束和放任之間取得平衡。讓寶寶多探索、多嘗試和解決問題，更能啟發他的潛能，令他更富自信和冒險精神。

滿十二個月的嬰兒可以有以下各方面的能力：

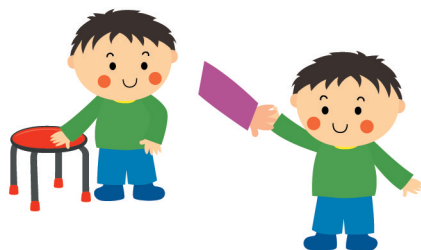
活動

- 能自行坐好。
- 能坐穩在地上，並自如地轉動身體，拾取兩旁的物件。
- 能轉換姿勢，從坐着到爬行或俯臥（即趴着）。
- 會以身體貼着地面或用雙手和膝蓋爬行，有些孩子則用臀部在地上曳行（即坐在地上用臀部移動身體）。





- 會扶著傢具從站立至坐下或蹲下。
- 會扶著傢具自行站起來及步行。
- 扶著傢具能站立良久，有時或可獨自站穩片刻。
- 由成人牽著手走路，有時或可獨自走幾步。



手部運用



- 會用食指按壓物件（如電話機上的按鈕等）。
- 會用拇指和食指指尖鉗取細小的物件。
- 會把物件從容器內拿出來或放進去。
- 會有意識地放下手中的物件。
- 愛故意扔下玩具，讓成人拾起。

語言能力

- 愈來愈留意別人說話。
- 用手指指著、其他動作或說話來表達自己的需要。
- 明白「不」的意思。



- 在手勢或環境的提示下，會回應簡單的指示，例如：「俾媽媽」、「拜拜」、「請請」等。

- 會搖頭表示「不」。

- 會牙牙學語，發出一連串像說話的聲音，像「太空話」般，別人難以聽懂。

- 嘗試模仿說單字。

- 會自發地說出一至兩個有意思的單字，例如「爸爸」、「媽媽」、「奶奶」。



認知發展

- 會用種種方式把玩物件，例如：搖動、大力敲打、投擲、扔掉等。

- 很容易便找到藏起來的玩具。

- 了解日用品的正確用途，例如：拿着梳子會有梳頭的動作、拿着杯子會有喝水的動作等。

- 開始拿家居用品玩扮演遊戲，如拿着電話自說自話。

- 集中注意力的時間仍比較短。



社交和情緒發展

- 面對陌生人會害羞或焦慮，照顧者離開時會感到不安。
- 會選擇性地喜歡某些人和玩具。
- 會試探照顧者對自己行為的反應。
- 喜愛模仿別人的行為。



自理能力

- 會用手拿食物放進嘴裡。
- 替他更衣時，他會合作地伸出手腳來。



促進寶寶的發展

在這時讓寶寶在安全的情況下隨意探索，十分重要，但你得提高你的忍耐力，因為他會把東西弄得一團糟。只要你細心觀察寶寶的探索行為，就能了解他的興趣。此外，你要多些陪寶寶，給他親切的回應，並稱讚他的良好行為，也要多跟他說話和玩耍，因為這對他的語言及心理發展相當重要。

你可以做的：

- ✓ 給寶寶每天有數次不同的體能活動：
- ✓ 在地上鋪上墊子，鼓勵寶寶四處活動，讓他到處爬行或者扶着傢具四處走動（當然你要看管着他，以策安全）。
- ✓ 讓寶寶推着負重的塑膠車或平穩的椅子練習步行和平衡。
- ✓ 避免讓孩子久坐。坐嬰兒車、高餐椅或使用揹帶的時間，每次不多於1小時。



- ✓ 讓寶寶自己用手把食物放進嘴裡（當然也要你在旁看管着）。
- ✓ 盡量找機會和寶寶說話，話題可以環繞周遭的事物。
- ✓ 洗澡、更衣和餵食是最佳的談話時間。
- ✓ 跟寶寶說話時用詞要簡短明確。
- ✓ 與寶寶一起讀圖畫書，可一邊向他讀，一邊握着他的手指着圖畫。
- ✓ 留意寶寶有否跟你溝通的意圖，他稍作嘗試時，即時給他親切的回應和鼓勵。
- ✓ 跟寶寶玩富溝通性的遊戲如「躲貓貓」或「煮飯仔」。
- ✓ 帶寶寶到公園玩，讓他觀察、接觸其他成人和小孩。
- ✓ 避免讓寶寶接觸電子屏媒體。

您可以選擇的玩具：

- ✓ 不同大小、形狀和顏色的玩具，讓他探索和把玩。





- ✓ 多功能遊戲板（如設有按鈕、旋轉球、撥號盤、推拉槓桿等），讓他熟習手指的運用。



- ✓ 膠盒子或空的不碎容器，讓寶寶把玩具放進去和拿出來。
- ✓ 膠杯子、湯匙、梳子、玩具電話、大娃娃和布玩偶等，都是用來玩扮演遊戲的好玩具，但最重要的仍是你的參與。
- ✓ 用卡紙板、布或者塑膠印製的大圖畫書，可吸引並方便寶寶翻閱。

使用嬰兒學行車

根據美國兒科學院 (American Academy of Pediatrics) 建議，家長應盡量避免使用學行車，因為學行車實際上不能輔助寶寶學走路。學行車只可強化小腿的肌肉，但我們走路時主要是運用大腿和臀部的肌肉。有了學行車，雖然方便寶寶四處活動，卻可能令他懶於學行，而且學行車可擴闊寶寶活動範圍，讓他容易接觸到不應碰的物件，更可能有撞翻物件的危險，所以家長要特別小心。

你的寶寶是獨一無二的，有自己的發展速度。以上資料只作為嬰孩在發展上轉變的參考。即使寶寶在某方面的發展進度與上文不同，只是表示他可能在這些方面需要多點關注，家長亦不必過份擔心。

如有以下情況，應請教醫護人員：

寶寶已滿九個月大，可是卻：

🙄 不能坐穩。

寶寶已一歲大，可是卻：

🙄 不會扶着傢具步行。

🙄 不會用手指撿起細小的物件，例如餅屑、飯粒等。

🙄 很少與照顧者有眼神接觸。

🙄 別人叫他的名字，他經常不會回應。

🙄 即使有動作提示也不會做簡單的指令，例如「拜拜」、「請請」等。

🙄 不會用聲音、說話、手勢或其他動作來表達自己的需要。

🙄 聽覺或視力不佳。

如果你對寶寶的發展有任何疑問，請向母嬰健康院、家庭／兒科醫生或有關醫護人員查詢。