

如何促進幼兒的動作發展？

臺北市立聯合醫院和平婦幼院區兒童發展評估中心

陳錦瑩物理治療師

102.04.11



「8、9個月個月大了，還不會翻身或是不會放手坐，怎麼辦？」、「1歲6個月了，還要扶著走、不敢放手走，怎麼辦？」

這是門診憂心忡忡家長常問的問題。經醫師診察，若非腦傷、罕見疾病或遺傳疾病等器質性因素外，造成動作發展遲緩的原因，經由家長訪談及治療師評估，可以分為下列幾個方向：

一、**身體功能及結構因素** (Body Functions & Structures Factors)：和動作有關的肌肉張力，通常在正常範圍內或稍低。

二、**環境因素** (Environmental Factors)：因現在女性生育的年齡延後許多，加上現在的孩子生得少，白天爸爸媽媽忙著上班時，照顧的爺爺奶奶疼，捨不得孩子哭，多半抱著；晚上爸媽回來也不知怎麼和孩子互動，孩子的活動和參與度也就受到了限制。

三、**個人氣質因素** (Personal Factors)：有些孩子個性較為謹慎，或較不願意嘗試，挫折耐受力也差，一開始時不知道要怎麼用力，後來就不願意配合活動了。

要促進寶寶的動作發展，**家長首先要明瞭孩子們在這年齡的粗大動作的表現，引導寶寶，將躺著、趴著、坐著、站著這些動作連貫起來。**若家長對於這些應用於家中活動的引導技巧，以及與孩子互動有困難，就需要找兒童物理治療師或職能治療師了！

下列是一些可以促進幼兒動作發展的小撇步：

- 利用觸覺、音樂、喜愛玩具的擺放位置來增加寶寶動的意願，順勢引導。
- 增加孩子活動的空間與機會。
- 例如，幫助幼兒抬頭直視前方，或以手肘將身體支撐起來：

家長可以將大浴巾捲成直徑和寶寶上臂同長的滾筒，放在寶寶的腋下，同時，家長在寶寶的視線可以看到的高度，用聲音(說話或唱歌)、表情、動作來吸引寶寶的注意，這樣寶寶就可以試著自己用手肘將上身支撐起來，頭也可以順利看向前方。



事實上，父母是最好的老師，家裡是最好的教室，給孩子們一些時間、空間，讓他們在互動的過程中，得到成就感，增加做動作的意願，相對的體力耐力也會提升，間接促進親子溝通互動的品質。這是需要一些時間去體會與彼此共同學習的！