

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！

3月 20, 2020

天天照顧和陪伴寶寶的你，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

蹠腳、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，即便寶寶沒有回應你，但是他仍然可以從你說的話裡，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，跟寶寶敘述你正在進行的動作，假如你正在幫寶寶穿衣服，你就可以跟寶寶說：「媽媽現在要先幫你穿衣服，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，你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。

培養雙語寶寶的 3 項要點



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](#))

—Wyeth® 惠氏®—
母嬰專家

媽咪迎新禮

立即免費領取

The advertisement features a woman sitting on a bed, holding a newborn baby. In the foreground, there are two gold-colored gift boxes tied with gold ribbons. The background is a bright, airy room with a wicker basket and some plants. The Wyeth logo and the text '母嬰專家' are in the top left corner. The main headline '媽咪迎新禮' is in large blue letters on the right. At the bottom, there is a yellow banner with the text '立即免費領取'.

立即分享