



# 剛出生寶寶如何進行親子共讀？

剛出生的寶寶因各種生理心理的需求，經常會哭鬧不安，這時媽咪朗讀的聲音可以安撫寶寶，也可以安撫媽咪疲累的情緒。滿月後寶寶白天醒著的時間會慢慢變多，吃完奶還不想睡時，會非常喜歡聽大人講話的聲音喔！



## 執行小撇步

- 1.請養成每天花個5-10分鐘唸書給寶寶聽的習慣：唸故事書可以增加家長對寶寶講話時的詞彙和用語，提供寶寶腦部發展很好的刺激來源。
- 2.選擇媽咪自己喜歡的書：不一定只能選擇童書故事書，只要媽咪喜歡唸，文學類，宗教書籍等都可以。不過因童書的文字比較少，且書裡的文字往往比較有韻律感和節奏感，或是唸唱童謠等，都很適合朗讀，唸起來會很好聽，讓媽咪自己也能放輕鬆。
- 3.選擇媽咪與寶寶都舒服的姿勢：唸故事時，請用溫柔愉悅的聲音，並經常撫摸和親吻寶寶，讓寶寶將「聽故事」和「被擁抱的安全感」連結。可以將童書放在床邊，讓寶寶對「書」有自然的熟悉感。
- 4.帶著喜悅的心情朗讀，享受和寶寶在一起的感覺就對了，這是最重要的技巧喔!!!



PS.若爸爸媽媽需要借閱故事繪本，請您與護理站聯絡喔！