

「親子共讀」拉近您與寶寶的親子互動

◎林口長庚嬰兒第二病房護理長 魏白宜

◎林口長庚護理部兒科加護組督導 馬真德校閱



早產兒與新生兒出生後，會因出生體重不足、先天缺陷或其他特殊症狀而需要住院照護。在父母與新生兒正要開始建立親子依附的關鍵期，常因嬰兒在加護病房住院而無法時時刻刻陪伴在旁，又因特殊疾病關係而有許多管路的留置，阻礙父母撫摸、擁抱嬰兒來建立基本的接觸關係。

新手父母面對新生兒住院的擔心及愧疚，會影響他們接觸新生兒的意願。臨床上會觀察到很多爸爸媽媽較無法面對生病的新生兒，在會客時間常站在床旁卻不敢碰觸孩子，似乎除了交給醫師、護理師照顧外，「不知道自己到底能為寶貝做些什麼？」因此引導父母建立與新生兒的親子關係，常是新生兒加護護理人員最大的課題。

「為孩子閱讀」有助於兒童時期的語言及閱讀能力的發展。大腦累積學習經驗可以更加促進發育，嬰兒日常生活中聽到的聲音對於聽覺的分化與功能發展也有幫助。爸爸媽媽透過書中豐富多變的語言，在閱讀過程中讓孩子自然的學習，提供嬰兒舒適和安全的感覺，是極正向的親子互動。因此嬰兒第二病房

在 2015 年與瑞信基金會共同合作，進行「親子共讀」計畫，希望建立起父母與初生寶寶間一個很好的溝通媒介。

於是，我們開始了特別的「學習計畫」。在徵得家屬同意下著手進行這一項溫馨的活動；首先我們挑選了適合 3 個月內寶寶看的「黑白書」與出院後可以用的彩色圖案洗澡書（註：感謝信誼基金出版社在諮詢幼兒書籍時提供許多專業的建議），在每一次的會客時間，引導父母「看圖說故事」、陪伴並握著寶寶的小手來吸引寶寶的注意，讓爸爸媽媽學習如何跟小寶寶互動，陪伴寶寶看書或是說故事。慢慢很自然地寶寶就越來越熟悉父母的聲音，也喜歡跟著父母「看書」，感受親近與安全感。

許多小寶寶在爸爸媽媽的陪伴下，展開第一次的笑容，父母也同步感受到當爸爸媽媽的美好。在一次次的引導下，即使因小寶寶有多條管路留置，父母無法直接擁抱與接觸，「親子共讀」也提供父母一種與小寶寶溝通的方式，藉由增加與孩子眼睛、聲音的接觸，提升了親子依附關係。

小寶寶康復出院，經過電話關懷追

蹤返家後的狀況；我們也發現父母藉由「親子共讀」的訓練後，在小寶寶返家後可以很輕鬆地隨時跟小寶寶說話、說故事，像是洗澡時用洗澡書跟寶寶互動說故事、寶寶哭泣時說故事讓寶寶放鬆，家屬們都表示「親子共讀」的活動讓他們受益良多，希望此項活動能持續下去。

許多研究表示，越早接觸書籍，對於早產兒發展遲緩的改善有幫助，同時也可以減少寶寶對 3C 產品的好奇，以免造成視力的損傷。

這項「親子共讀」活動一共有 40 位父母及他們的小寶寶一起參與，觀察參與者在活動引導的過程中，他們的親子接觸越來越熟悉，不管是「眼對眼動作」、「相視微笑的動作」、「向寶寶說話」、「肢體接觸」、「擁抱」等的比率遠比其他未參與活動的親子接觸高出許多。會客期間家屬與寶寶有正向互動的時間比率也大大的提高，孩子們的表情變化也豐富許多。另外，參與活動的每一位護理師也多了一項哄寶寶的法寶。

臨床也發現有些寶寶在護理師聲音的安撫與書本的陪伴下，哭泣頻率減少，即使突然哭泣也會自動的停止而睡著，或常會對護理師微笑、動動小手，讓曾

經參與的護理師們也有了溫馨的回憶。

寶寶們返家後，家屬們持續與寶寶進行書本的接觸與互動，經由親子共讀活動的推廣及指導，家屬為孩子閱讀的意願提高，這對嬰幼兒學習有很大的幫助，也對於早產兒後續在發展語言、視覺與聽覺刺激上有正向之影響。

參與此項親子共讀活動出院的寶寶與父母們，在回診的空檔，也會再回到單位來尋找那個「送書給孩子的護理師阿姨」，並且對於那段回憶津津樂道，讓護理人員、小寶寶與父母間的關係也更為融洽。父母們也更加相信：早產兒或是出生立刻住院的新生兒，雖然因為生病發展比健康的寶寶晚了點，但是藉由這樣的努力，後續的學習與發展一定會大躍進。

2016 年的早產兒回娘家活動，筆者與一群熱血的護理師們開心的進行一場宣導床邊親子共讀的贈書活動，感謝當日許多爸比媽咪與他們的小寶貝熱情的參與。也希望藉由活動的推展，讓親子間更重視親子共讀的重要性。未來

也希望能夠持續推廣「親子共讀」活動，讓在加護病房住院的小寶貝與爸爸媽媽們能夠擁有更多美好的親子互動。（感謝長庚醫院行政中心護理管理部蘇綉雅專員指導）



▲（左）雙胞胎小賢在爸比媽咪很認真的引導「看書」，爸比說：「我們的孩子非常有書卷味～」（右）小宇與媽咪返回單位探視「送書」的護理師阿姨重溫住院讀書樂