文章

育兒之路充滿驚喜與挑戰！迎接新手父母的全新人生

六月 22，2021

1 MIN

孩子的誕生，帶來了莫大幸福，不過，新手父母也將面臨身心靈的改變，除了要學習照顧寶寶之外，你的工作、興趣、心理也可能受影響，一起來迎接新手父母的全新人生吧！

育兒之路充滿驚喜與挑戰！新手父母要接受孩子不可能完全照書養，同時也要面臨自己身心靈的改變，甚至是工作、興趣、心理也可能受影響。

養育孩子學問大

成為父母可能是世界上最大的快樂之一，但也帶來一些意想不到的驚喜與挑戰。沒有天生的父母，爸媽都是在當了爸媽之後才開始學習及成長，養育一個孩子要做很多的準備，像是懷孕後媽媽會細心補充營養、按時產檢，希望孕育健康的寶寶，也要準備各種寶寶用品、找尋月子中心等等，還要忙著參加媽媽教室希望學會照顧寶寶的完整知識。

接受孩子沒辦法完全照書養

孩子出生後，即使已經做了很多準備，新手父母還是免不了手忙腳亂，尤其是孩子有著自己的個性或狀況，例如，高需求寶寶一放下就哭、作息日夜顛倒或是出現敏感問題，都會讓父母不知所措。而且你會發現育兒沒有絕對標準，很多時候孩子沒辦法完全照書養，即使有了計劃，事情也很少能按預期進行；即使有參考書籍或是可以請教朋友、醫師，但是面對各種狀況，爸媽還是會感受到壓力。



你的世界有了很大的改變

而且有了孩子之後，新手父母的生活也全然改變了，新手父母必須被迫做出一些妥協，包括要考量工作與家庭時間的分配、照顧孩子佔去多數時間只好放棄個人興趣、為人父母的內心適應、夫妻之間的相處，甚至是朋友關係的維持，都會因為有孩子而需要有所改變。

育兒是甜蜜的負荷

雖然育兒之路一點都不簡單，但是有很多美好風景，就是要走進去才看得到，只有成為父母，才能了解孩子帶來的幸福，即使是工作很疲累，只要回家看見孩子甜甜的笑臉，相信爸媽會覺得這些育兒考驗似乎又不算什麼了。

養兒育女是甜蜜的負荷，建議新手父母去欣賞孩子的獨特性，接受孩子的成長不一定能完全如父母預期或計劃，也要體認有了孩子之後，生活勢必要做一些調整。另外，也可以請教他人的育兒經驗，或是找到一群媽媽同伴，透過朋友或其他媽媽的經驗分享，妳會覺得育兒之路不是那麼孤單，妳可以有一起努力的同伴。過來人媽媽們會幫助你了解，育兒過程雖然辛苦，但這些磨練是所有新手父母都可能會面臨的，在經這些磨練之後，自己可以變得更堅強，也更有智慧。這些歷程的分享，將讓妳更有動力向前進，可以更快適應為人父母的新身份，有勇氣面對各種育兒挑戰！



參考資料：

1. https://www.theparentingindex.com/ (link)
2. https://www.hpa.gov.tw/Pages/EBook.aspx?nodeid=1459 (link)

立即分享