

# 新新父母

.....baby.....

## 創意育嬰生活

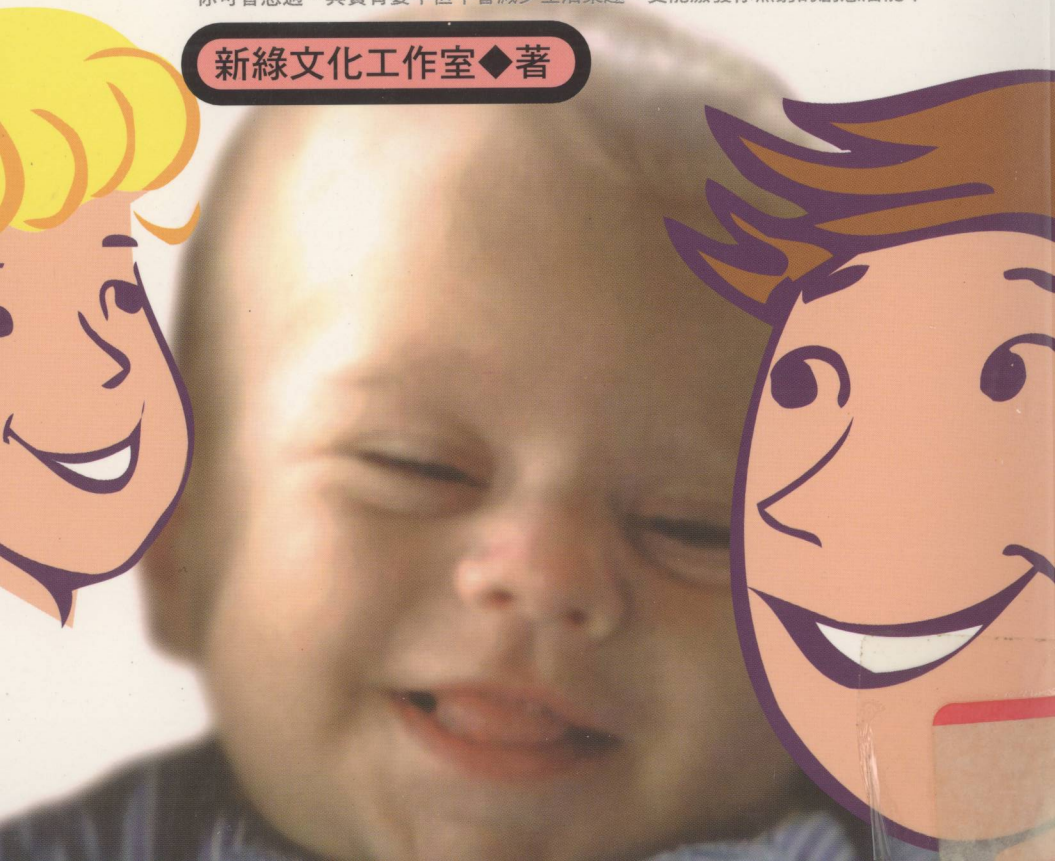
身為新生兒父母的你，  
是否為如何育嬰而煩惱？

Modern Parents

或是徘徊於長輩的叮嚀與一大堆禁忌間顯得無所適從？

你可曾想過，其實育嬰不但不會減少生活樂趣，更能激發你無窮的創意潛能！

新綠文化工作室◆著



新新父母創意育嬰生活 / 新綠文化工作室著. -  
- 初版. -- [臺北縣]三重市 : 新雨, 1997[  
民 86]  
面 ; 公分

ISBN 957-733-279-X(平裝)

1. 育兒

428

86003417

## 新新父母創意育嬰生活

作 者◎新綠文化工作室

發行人／王永福

出版者／新雨出版社

地 址／三重市重安街 102 號 8 樓

(02)9789528 · 9789529 傳真 9789518

郵政劃撥：11954996 新雨出版社

出版登記／行政院新聞局局版臺業字第 4063 號

印 刷 者／久裕印刷事業股份有限公司

出版日期／1997 年 5 月初版一刷

定 價◎150 元

本書如有缺頁、誤印，請寄回更換

版權所有·翻印必究。



# 新新父母 創意育嬰生活

新雨出版社

新綠文化工作室◎著



# 目錄

序

以父母為主體的創意育嬰法

新綠文化工作室

前言

誰都是做父母後才開始學當父母！

第一篇

從當父母之後才開始學做父母

做月子，是思考親子生涯如何展開的好時機 / 〇一九

如何不勞師動衆又能達到休養功能 / 〇二三

雙親才是幼兒的最佳養育者 / 〇二九

不慌不忙照顧新生兒 / 〇三五

如何配合寶寶的作息過自己的生活 / 〇三九

如何在孩子出生後維持夫妻生活並不受干擾 / 〇四三

Q & A 滿月前養育寶寶的問題 / 〇四七

## 第二篇 照顧寶寶每天都會有新的樂趣

滿月至四個月的寶寶是這樣的 / 〇五三

省事又輕鬆的母乳哺育 / 〇五七

學習傾聽寶寶的心情 / 〇六一

寶寶生活用品的選購原則 / 〇六七

全職父母的創意生活 / 〇七三

活用而不是依賴支援系統 / 〇七九

邁出成功的第一步——早日做好寶寶出門遠行的準備 / 〇八三

Q & A 滿月至四個月大寶寶的教養問題 / 〇八七

## 第三篇 生氣勃勃的新希望

五至九個月的寶寶會更加活潑好動 / 〇九五

如何照顧生病時的寶寶 / 〇九九

這個時期一邊工作一邊帶孩子的秘訣 / 一〇五

設計寶寶的生活時間表 / 一一一

運用雙親輪值照顧，育兒生活更有創意 / 一一五

訓練寶寶獨立的方法 / 一一九

Q & A 五至九個月寶寶的生活教養問題 / 一二五

## 第四篇

### 十個月至周歲過後

會爬會站會走的前幼兒期開始了 / 一三一

準備轉換新的生活 / 一三五

讓公共空間爲你省下力氣 / 一三九

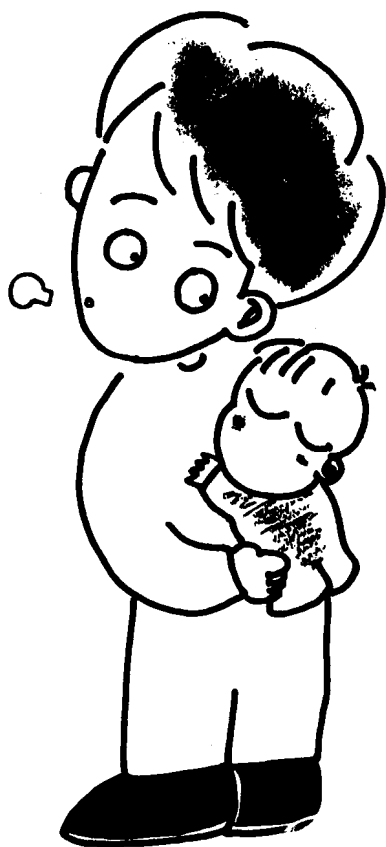
開始視孩子爲獨立個體 / 一四三

高EQ寶寶來自高EQ父母 / 一四七

Q & A 十個月至周歲過後寶寶的生活教養問題 / 一五三

附表一

附表二





序

## 以父母為主體的創意育嬰法

新綠文化工作室

從事文字工作多年，也因親身育嬰而感到，坊間缺乏一本以父母為主的育嬰及教養手冊，大多數都是教導父母該如何面對孩子，使得許多父母在面臨第一胎時莫不前仆後繼，深怕遺漏書上所指導的，不論是親自撫育或由代育者代勞，莫不弄得筋疲力竭、人仰馬翻。

當然，帶孩子本身也是很辛苦的，而其中的樂趣又非親自哺育不能獲得。愈來愈多父母選擇留在家中工作，只為一求天倫之樂，然而沒有經驗可供選擇這樣生涯的父母作參考，例如，如何在繁忙育兒生活中，找出屬於自己的時間工作和進修。

根據多年觀察，我們發現傳統育嬰方法和觀念似乎只適合全職家庭主婦鉅細靡遺的心思，對現代有心投入家居育嬰生活的父母而言，可能不符合那些標準。但我們更相信天下事絕沒有一定的標準，現代年輕父母不僅願投入更多關心在育兒上，更期待家庭生活品質會更好，也不會忘記個人的成長應是不間斷

的，所以我們才想到找出可以符合這些期待的方法，綸字成書，和各位朋友分享。

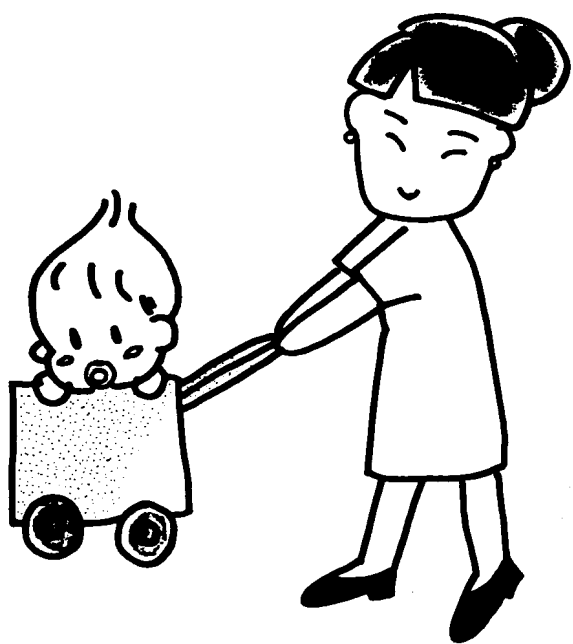
所謂「創意育嬰法」，簡單而言，就是利用創意找出適合自己的育嬰方法以簡化家庭瑣事及麻煩。採用創意育嬰法的父母要膽大心細，不僅神經線要放粗一點，偶而也要來點腦筋急轉彎，才不會被調皮的孩子氣瘋。至於看待孩子，我們一直認為一位老人家說得極對：「養孩子要像養豬養狗一樣」，這並不是說要輕忽孩子，而是認為養孩子不用太神經緊張，像畜養家畜般，適時給予照料和關心，任其自由發展、活動。

雖說是豬狗，飼主也同樣會有期待，希望牠們長得又大又好，所以將孩子當豬狗養也沒什麼錯！何況古人不是常說生了個兒子叫撿到一隻狗嗎？所以兒子叫犬子，意思也是不希望把孩子弄得太貴氣不好生養。

在這本書中我們也採用許多在家育嬰年輕父親的經驗及看法，以順應當前新好男人育嬰潮流，並期待有助家庭和諧的方法出現。當然，所謂創意，也不過是活用了一下腦筋，稍稍改變一些令人不喜歡의 現狀，使育嬰生活會更有樂趣！因此，相信你也有更多育嬰妙方和經驗，也希望在看完此書後，能不吝寫

信給我們指教。

更期待藉由這本書，能讓你的育嬰生活更臻美滿，個人生涯也更有新的希望。



## 前言

# 誰都是做父母後才開始學當父母！

大家都知道養孩子是一件不容易的事，生兒育女除了帶來經濟上的負擔增加外，對於原本只有二人世界的小家庭而言，生活更是會遭到莫大的改變。

有許多人認為孩子應在父母身體、心理皆成熟，經濟有成，並經歷了兩、三年以上的婚姻生活之後誕生，才是最圓滿的安排。不過實際上有很大部份的嬰兒並不是在以上的情況下出生，甚至有許多不是在預期心理下受孕的。隨著婚前性行為愈來愈開放，造成許多奉子之命成婚或單親媽媽，不管如何，這些決定將孩子生下的父母及孩子，也應該受到祝福。

在你選擇閱讀本書的同時，我們相信你對孩子必然是負責任的，不管你的經濟狀況及婚姻生活是否如社會中所期盼般圓滿，在你決定做父母的這一刻，只要你願意，現在開始準備都還來得及。

以下我們要告訴你的，是你一般在育嬰手冊上看不到，卻是更實際的在懷孕期間一些為人父母的準備。

## (一) 心理

一般說來，懷孕的母親對體內孕育的小生命會比較有感情，只要在身體尚能忍受的情況下，也能對懷孕之苦及不便有更大的包容。然而許多孕婦手冊上要求丈夫配合照料孕婦生活及體諒孕婦心理，反而是無法普遍達成的事。因為多數的男人即便心理上很期待做父親，在實際反應上則以為孩子尚未出生，便不想理會的心態。甚至有的男人會對懷孕有比孕婦更大的敏感症狀出現，乃至在心理上完全排斥。

其實我們不應強求男人在妻子或伴侶懷孕時，也能像孕婦般抱有極大的熱情及關心，有的男人對妻子在肚子尚未隆起前便喜孜孜添購嬰兒用品，而大惑不解。這不是他們沒有責任心，而是他們在生理上既無孕育新生命的準備，又何能在心理上保有和女性一樣的母性天職呢？

如果妳的男人患有這樣的毛病，先別責怪他們，首先妳要做的是確保自立，以及取得至少他能送妳到醫院生產的承諾，其他的只好待孩子出生後再改善。情形嚴重者，妳可以考慮向心理醫生或其他專家諮詢，不過，大多數的男

人較不願向人傾訴心事。或者，妳可以安排也正懷孕或剛生產不久的親友聚會，讓他看看別的男人是怎麼應付的，或是讓他們互吐苦水，說說如何忍受老婆懷孕時的醜態及壞脾氣。當然，最佳示範影片：休葛蘭主演的《懷胎九月》，更是他們宣洩的好對象。我們訪問過多位夫妻，其中有幾位年輕的丈夫果真是看過《懷胎九月》才較能做好當父親的準備。

當然，如果你們無法在懷胎時有任何當父母的自覺，也沒必要強求，因為多數人也是在當父母之後開始學當父母，待孩子生下後，自然會懂得了！

## (二)經濟

並不是每對夫婦都在充裕的環境懷孕生子，所以對他們而言，生子前的經濟準備是拮据且較無頭緒的。其實，不管夫妻雙方在婚後有無積蓄，只要在懷孕前九個月都還保有雙薪收入，半年內撥出一小部份來儲蓄，都能有所幫助。孕婦本身保有工作的好處是享有勞保的生產給付，並減輕健保保費的負擔。生產時利用這兩項保險給付，不僅可節省生育費，並能在自然生產情況下享有一個月薪資的給付。

關於嬰兒用品的準備，我們在第二篇中也提出來了，如何以最經濟實用的原則來採購或向別人索取。在孩子出生前，該做的基本準備是幾件當季衣物、奶瓶和被毯。沐浴用品及其他生活用品可等列舉別人贈禮清單後，再行添購。這樣至少在短期間，你們就不必花費太大。

其他的如奶粉費用，如果考慮餵母乳，也可節省下來。本書其他章節中尚有介紹連職業婦女都能採用的哺乳方法。保姆費也可視是否父母親自照料孩子或有其他支援系統來決定。在本書中，我們也提供了一面工作、一面帶孩子的方法，讓初為人父母者有多一項選擇。尿布費用則取決於是否使用紙尿褲，如果無法抽出空暇清洗尿布，勉強使用紙製品代替，也可為之，只是費用不少。

至於孩子的日後教育費用，我們建議是在孩子兩歲前的生活費能省則省，配合日後父母收入增加，在兩歲或上幼稚園前再行打算是一種折衷方法。因此對收入不多的夫妻而言，即使孩子出生了，還有一至兩年的時間可進行盤算及計畫，事事量力而為，在心理上的負擔也許就能稍稍減輕。



### (三) 生活作息

身為父母，對初生孩兒的哭鬧應該有更大的包容心。如果不想在孩子出生後手忙腳亂，不妨在情況允許下，向親友商借嬰孩回家暫住一、兩天，以體會為人父母可能會遭遇的情況。當然，向有經驗的父母詢問也是好方法，不過大部份的過來人都會以吐苦水而不是替你解決問題的心態回答，往往會以誇大孩兒的劣行來嚇壞準父母。

其實只要你有信心、有耐心，預先對自己做好心理建設，學習解決問題而不是替自己帶來問題，相信你的育兒生活將是輕鬆而又自得的。在本書中，我們將以較富創意的角度來建議你輕鬆地應付育兒生活，以及在繁忙生活中享受自我。

誰都是在當父母之後才想到開始學習的，而養兒育女一輩子，我們要學的還有更多，最重要的心理準備還是：我們願意負起責任！