

Column



深。情 面膜：多名臨床心理學家

2020

當了13個月媽媽

當了13個月媽媽

2020-11-25

#Hashtags

深情面膜



相片由作者提供

作者: Dr. Bernadette Wong

孩子已經13個月大了，我終於有多點時間整理一直以來好想想抒發的心路歷程。

當了媽媽之後才發現自己有無比的潛能和力量，其實都不知道這些能力是從那裏來的，有時候自己也會被自己的能力嚇倒了。

有時候，會劫到一個點，想從這個世上消失；有時候，會開心到好像飛上半空。

孩子的喜怒哀樂帶動了我、牽動了我、掩沒了我。

有時候，自己會完全迷失了，每一天重複又重複的淹沒在生活細節當中：換片、喂食、沖奶、沖涼。兒子又搞高搞低、大笑大喊、跌倒、撞親……。

好不容易等到孩子睡覺，自己才可以有喘息的空間，可以正常的享用一個簡單的晚餐，飲一杯溫水、看看手機。

我知道簡單生活從來不容易，有了孩子的媽媽更加艱難！

有時候，孩子大哭鬧情緒，身為臨床心理學家的我看見他這個模樣時，常會反思是否自己有什麼做得不妥，為什麼他會那麼大反應？但其實冷靜地想深一層，確立一下自己的位置後，會發現我也只不過是個普通人，一個當了13個月的媽媽。

看着孩子一天一天的長大，他努力的學習，每天不停的訓練、堅持、探索他好奇的東西，從來有一刻怠慢過、放棄過、鬆懈過的時候，作為媽媽的我，也應該多多向他學習，這種堅持的特質，訓練自己練成堅持這個美德。

從他身上我看見生命能量的無限可能！

我們其實每個人都擁有這份生命能量，就讓我們好好的運用他、配合他。活出自己吧。

#Hashtags

深情面膜

[← 自動導航 vs 覺知](#)
[殘障、智障 - 依然與神同行\(2\) >](#)

Related Articles



深。情 面膜：多名臨...
快樂(一)

26 分前



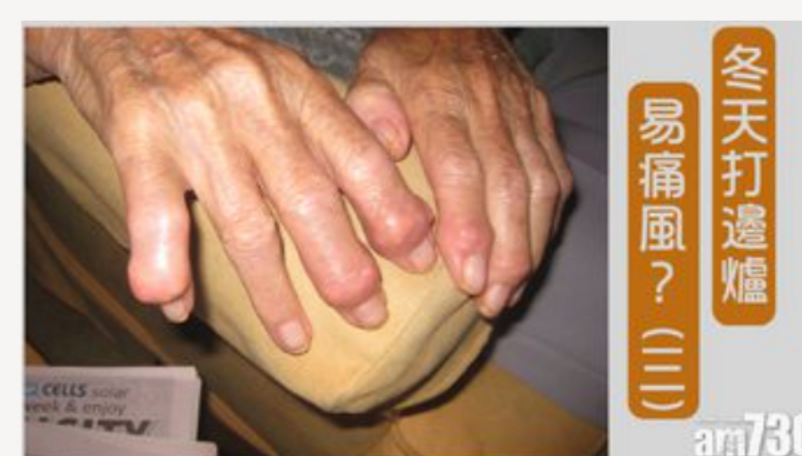
深。情 面膜：多名臨...
平安夜

2020-12-23



深。情 面膜：多名臨...
自動導航 vs 覺知

2020-12-09



冬天打邊爐易痛風? (三)

Ranking

Hot News

Columns



永別一代奸妃 李香琴病逝享年88歲



保錡偷搭沙律 正印Carrie「被分手」：IG看到...



【李香琴病逝】今早吞嚥困難送院 蕭紫筠形容...



【李香琴病逝】一生只有一段婚姻 與譚炳文緋聞傳足40年



【新冠肺炎】專家警告：降低免疫反應 接種疫...



【網上熱話】病房通風口驚見恐怖「人頭」時...



【新冠肺炎】電子手環漂到七星潭 台專頁要...



【網上熱話】紅的東涌等極行客出市區 趕區...



【新冠肺炎】陳肇始籲勿跨家庭聚會 有需要將...



【美國大選】籲派軍隊戒嚴阻拜登就職 10位前...