

婚姻品質 如何讓婚後更美好？

決定了結婚後的幸福感：

- * 親蜜關係營造
- * 家庭財務計畫
- * 價值觀溝通互動
- * 生育計畫
- * 家族的關切介入



苗栗縣家庭教育中心網站

<https://mlc.familyedu.moe.gov.tw/>

- ♥ 以初級預防、同理支持
- ♥ 協助增進家人關係及家庭功能
- ♥ 提供您親職教育及婚姻教育之相關活動及課程



苗栗縣家庭教育中心位置圖



地址：360苗栗縣苗栗市國華路1121號
(苗栗巨蛋體育館東門)

行政電話：037-350746

辦公傳真：037-377350

諮詢專線：412-8185(手機加撥02)



官方網站



粉絲專頁



苗栗縣家庭教育中心 關心您

兩人一起生活 需要攜手努力有哪些？



兩個人在一起生活，承擔家庭的經營，有許多需要磨合之處，想要建立理想家庭，在許多層面都需要彼此攜手努力：

♥ 夫妻關係經營：

如何溝通、互相支持、分工合作，維持健康的親密關係。

♥ 家庭生活：

生活習慣的調和、住所空間的配置與設計、如何進行家務分工等。

♥ 家庭預算與財務保障：

生活開支的配置、保障家庭財務安全。如財產購置、購買保險、規劃退休金、緊急儲備金等。

♥ 子女教養：

是否要有孩子？如要孕育下一代要如何準備？如何教養？如何建立良好的家庭氛圍等。

♥ 家庭資源：

與親友的關係維繫、人際社交、支援網絡的經營。

特別提醒 當我們來自不同國家

若您的配偶來自不同國家或文化，可能會面臨語言隔閡、文化差異、生活習慣不適應的困難，需要您與家人給予更多理解，您可以聯繫新住民家庭服務中心，讓專業社工提供資源、協助您的配偶能更順利度過環境與身分改變的挑戰。



新住民照顧輔導資訊網



重組家庭 面臨四項任務

若您帶著前次婚姻的子女重組家庭，新的家庭將面臨四項任務。

① 培養有效的夫妻關係

② 維繫親子連結

③ 建立新的繼親關係

④ 培養家庭歸屬感



教育部 家庭教育資源網

來自不同家庭的兩個人，相識、相愛、懷抱著對婚姻生活的憧憬，走到紅毯的另一端，才發現現實生活與期待有落差，婚後一連串生活模式的差異，互動溝通不良、新角色的混淆與適應困難等，造成兩人之間的誤會與偏見，讓我們一起來了解，該如何與另一半，建立良好的互動關係。



教育部家庭教育資源網

跟著孩子生活

恭喜您的家庭迎來了新生命，除了升格父母的喜悅外，更代表著您有更多責任需要承擔。孩子的到來，不只是多了一張嘴，您的生活作息、居家安排、家庭關係，甚至是工作，也都可能跟著做調整。



家長角色的適應



學習為人父母的知能，了解調整居家作息、居住空間安排、財務管理



了解嬰兒發展與成長需求

全國諮詢專線

412-8185 (手機加撥02)



提醒與建議

『恩恩愛愛做伴侶、和和樂樂共親職』

可愛但又脆弱的小寶寶，在成長路上有許多需要注意的地方，以下是給您的提醒與建議：

1. 伴侶家庭重新分工，工作家庭育兒的平衡
調整伴侶間溝通和親密關係，父母間的關係良好，才能孕育出健康的子女。
2. 一歲以前要特別注意孩子的健康與安全照顧，包括交通與居家安全。

健康照顧

了解嬰幼兒的營養需求、常見疾病和疫苗接種等方面的知識。

安全保護

育兒技巧：照顧嬰幼兒需要許多知識，例如哺乳、更換尿布、安撫哭泣的方法等等。

3. 托育與早療

- 0-2歲：托育服務
- 1-6歲：早期療育
- 2-6歲：幼托資源協助



恩恩愛愛做夫妻



和和樂樂共親職



我們
到
我們仨

電子資源盤點



地址：360苗栗市國華路1121號(巨蛋東門)
行政電話：037-350746
辦公傳真：037-377350
苗栗縣家庭教育中心 關心您



FB



LINE

廣告

沒有人天生就具備照顧孩子的能力，

透過經驗分享跟學習，

★ 您可以掌握更有效照顧子女的知識和技巧



教育部家庭教育資源網，邀請專家學者，製作了「我和我的孩子——一本給家長的手冊」針對您孩子在不同階段的需求：幼兒、上國小、低中高年級的兒童、青少年期，傳授您教養子女的秘訣。

以下是電子資源連結—
我和我的孩子
——一本給家長的手冊



如果您有特殊需求，可參考以下資源



● 未婚懷孕

勵馨基金會苗栗分事務所網站
<https://www.goh.org.tw/miaoli-branch-office/>



● 如果您是孩子的阿公阿嬤時

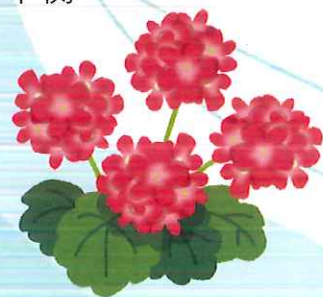
面對隔代教養的孩子，怎麼讓他適應自己的家？
有些孩子雖然沒有父母在身邊，他們卻還是有很大的機會
可以健康、快樂地長大。
苗栗縣政府-區域社會福利服務中心連絡電話及地址



離婚後

當愛已逝去，彼此再也找不回起初的心動和默契，能夠好聚好散、各歸各路，也是讓彼此重覓自由的選擇。夫妻關係是由婚姻契約所維繫，一旦解除後，退一步也能海闊天空。

或許您還在為婚姻結束前的協商過程感到不平，過往付出卻沒有對等回報，難免讓人挫折憤怒。有些雙方權利義務上的法律爭議，也可能延續到離婚登記後仍餘波未平。如果您需要談一談，苗栗縣家庭教育中心可以提供您相關服務如家事商談等。讓您在未來重新進入關係中，不受過往經驗影響，更知道如何在親密關係中找到平衡。



苗栗縣家庭教育中心位置圖



地址：360苗栗縣苗栗市國華路1121號
(苗栗巨蛋體育館東門)

行政電話：037-350746

辦公傳真：037-377350

諮詢專線：412-8185(手機加撥02)



官方網站



粉絲專頁

離婚 停看聽

電子資源盤點



苗栗縣家庭教育中心 關心您

合作式父母共親職

當婚姻中存在著子女議題時，離婚後如何安排子女的照顧，則考驗著兩人的智慧。尤其未成年人子女，與父母不僅有血緣上的牽絆，更有孩子對父母關愛、完滿家庭的渴望，如何在離婚過後，將父母分開的事實對孩子的影響降到最低，保障未成年子女的權益與需求，雖然不簡單，但對於子女能健康成長是值得努力的。以下提供您公部門和私人服務的資源，可協助您作家事商談，提供有效的建議，您可選擇合適的專業人士來助您一臂之力。

成為合作父母有以下好處：

重建新的人生規律

- ① 分擔照顧責任，讓自己有喘息空間
- ② 減少親權訴訟下金錢、時間和心力的耗損
- ③ 的耗損



單親家長的支持

離婚後兼顧照顧子女的責任和家庭生計的維持，內外交夾的情況下，您也可能感受到更多壓力，若您面臨孩子管教的挑戰、需要安排子女課後的去處、經濟上較吃緊等情況，歡迎連繫下列單位，成為您最有力的後援



發現身邊親朋好友在生活上如有遭遇困難，有福利需求時，以手機或室內電話撥打1957免付費電話或直接上網(<http://1957.mohw.gov.tw/>)

●1957福利諮詢專線



●新住民/移民社會服務資源



●原住民族社會服務資源

