

新竹市 106 學年度培英國中學生生涯小論文

# 新生命的守護者

## 到府坐月子服務人員



訪談對象：許湘苓小姐

組員：李 均 郝 昱 彭 凡

余 萱 劉 唐

指導老師：曾 芬 老師

# 目 錄

<b>第一章 前言</b> .....	1
第一篇 研究動機.....	1
第二篇 研究目的.....	1
<b>第二章 何倫六碼</b> .....	2
<b>第三章 研究內容</b> .....	4
第一篇 受訪者基本資料.....	4
第二篇 職業簡介.....	4
第三篇 訪談紀錄.....	8
<b>第四章 總結</b> .....	15
<b>第五章 研究心得</b> .....	16
<b>第六章 參考文獻</b> .....	20

# 第一章 前言

## 研究動機

在現在的社會中，常常覺得只有高科技產業才是唯一的出路，卻忽略了人與人之間的認識與互動，以致少子化的問題日漸嚴重。現在越來越少人知道月嫂的辛苦，也逐漸缺乏年輕人從事這份辛苦的行業。我們打算藉由這次的機會，訪問並學習他們在社會中累積的經驗，讓更多初入社會的人願意接觸這份職業，相信這些都對我們的人生藍圖有很大的幫助。

未來的志向和工作對我們來說看似遙遠，但光陰似箭，還未有目標的我們，是否該好好想想，自己該往哪方面發展呢？在不久的將來，我們也可以在制式化的世界裡，成為用愛心照顧人、用愛心回饋社會的不平凡之人。

## 研究目的

老師、醫生、工程師等工作眾所皆知，卻很少人聽過「到府做月子服務人員」這種職業，於是我們想藉由這個職業，讓大家看到其他默默守護大家的工作，才能給自己的未來多一份選擇的機會。

## 第二章 何倫六碼

何倫六碼	內容	適合工作
<u>實際型(R)</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具備機械能力</li> <li>2. 重視實現</li> <li>3. 缺乏人際互動技巧</li> </ol>	機械修護、測量、農夫、作業員、技工
<u>研究型(I)</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具備數理及科學能力</li> <li>2. 喜歡追根究柢</li> </ol>	數學家、化學家、物理學家、歷史學家、地質學家
<u>藝術型(A)</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具備文學、音樂、藝術的能力</li> <li>2. 喜愛追求美感</li> </ol>	作曲家、指揮家、攝影師、畫家、演員
<u>社會型(S)</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具備社交技巧</li> <li>2. 喜歡與人接觸</li> <li>3. 適合從事需要與人相處的工作</li> </ol>	老師、宗教人士、輔導員、社工或治療師
<u>企業型(E)</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 有領導才能及口才</li> <li>2. 適合從事企業型的工作</li> </ol>	業務員、經理人員、政治人物、大眾傳播業、新聞業
<u>事務型(C)</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 擅長從事文書及計算等事務性質的工作</li> <li>2. 特質是一絲不苟</li> </ol>	會計、速記人員，金融分析師、銀行家、稅務人員

月嫂需要具備「社會型」的人格，不僅要與產婦有良好的溝通，還得兼當心理輔導人員，陪伴著產婦免於產後憂鬱症的困擾，要是十分害羞或缺乏溝通技巧，在此行業是不太吃香的，所以擁有樂觀的態度和與人相處的能力，才是從事此行業的必須。



資料來源：

<https://www.hollandexam.com/hollandQuiz.aspx>

### 第三章 研究內容

## ✚ 受訪者基本資料

1. 姓名：許湘苓
2. 年齡：38 歲
3. 學歷：二專 護理科系
4. 經歷：4 年
5. 證照：保姆執照、月子服務人員培訓證書、中餐丙級執照、嬰幼兒按摩技術培訓證書、居家式托育服務登記證書



## ✚ 職業簡介

「月嫂」是由「月子保姆」、「月子服務人員」的習慣稱呼延伸而來。

其實月嫂和保姆有著非常大的區別，「保姆」習慣稱呼於專門看護、照顧幼兒的服務人員；「月嫂(母嬰護理)」是具有家政服務性質的一種工作崗位，需要比保姆更加科學化、細緻化和人性化，也增加了更多工作內容，所以並不是每個保姆都可以當月嫂。

「月嫂」是專門照料月子的家庭服務人員，此份工作集保姆、護士、廚師的工作性質於一身，因此月嫂在服務工作前都會經過嚴

格、系統的培訓，以便掌握更多的產後護理知識。



月嫂的主要工作內容：

### 1. 燉煮月子餐【含藥膳補品、飲品及三餐食物等】

月子餐中含有藥膳補品和一些茶飲。其實產婦生產完盡量不要喝白開水，會有小腹，所以會提供特別的飲品(如紅棗、枸杞或是黑豆水、紅豆水)給產婦們調養身體。

基本上會提供早餐、中餐、晚餐給產婦們，可是有些產婦會親餵(直接餵母乳)或瓶餵(用奶瓶餵)，在有餵母奶的情況之下，產婦會很容易感到飢餓，所以有時不只準備三餐，譬如早餐吃完，10點便會提供水果；中餐吃完，下午會準備點心；晚餐吃完，還會供應宵夜。每個人肚子餓的程度大不相同，所以便會依照每個人的需求提供不同的服務。

## 2. 產婦照顧【綁束腹帶、子宮按摩、哺餵母乳、教導正確餵奶姿勢、乳房護理按摩、煮擦澡薑水或大風草等】

生產有分自然產和剖腹產。剖腹產的肚子會縫很多層，有這麼深的傷口在，移動的時候會十分不舒服，所以希望他們使用束腹帶將下腹部束起來，會有加壓止痛的作用。

生完產，子宮差不多會和肚臍齊平，甚至慢慢下降到臍下一指或兩三指。摸到子宮之後，做環形按摩(按摩可以促進生產完穢東西的排除，也可以讓子宮達到收縮的動作)，按一按刺激它，子宮就會變的像石頭一樣硬，在這種情況之下就要停手，否則會導致子宮疲乏。

是否餵母乳也會因人而異，如果需要，會教導產婦如何用手擠母奶、如何使用電動擠乳器和一些正確的餵奶知識(親餵的姿勢、怎麼用瓶子餵奶或餵完怎麼拍嗝)。產婦需要補充一些水份和營養才有母奶，母奶並不單靠吃，睡眠要足夠 8 小時，也一定要放輕鬆、樂觀。

許多人都說做月子三十天內不要洗頭、洗澡，其實是因為以前井水比較髒，所以不希望產婦洗澡，怕因此而感染。不過現在有自來水，可以放心清潔身體，但現在的人依然會用煮過的水擦拭，覺得盡量別洗澡，以擦澡的方式代替比較放心，所以我們會用老薑





整燙)等】

在合約裡會談到衣物的清洗，小孩的衣服全部手洗力求乾淨，產婦及其餘家人的衣物則是用洗衣機清洗。

**5. 簡易家事【掃地、拖地、廚房浴廁清潔、垃圾廚餘清理，保持家裡乾淨】**

月嫂到府照護的環境，假如沒有清潔乾淨，自己也會感到不舒服，小孩也必須要在乾淨的環境下才不容易感冒，所以掃地、拖地或是打掃廁所可以跟對方談一個禮拜的清掃次數。如果使用對方廚房煮菜，每天倒垃圾、廚餘的清理，都得跟對方談。

**6. 協助購買食材【實報實銷】**

如果產婦家人沒有辦法幫忙購買食材，月嫂也會協助採買，而價錢的部分都會實報實銷。

## 訪談紀錄

### 主要工作內容為何？

我的工作內容有照顧產婦以及新生兒，幫他們打理三餐、維持家中整潔以及清洗衣物，有時還會幫他們買食材。因為每個人喜歡的食物味道都不一樣，所以光食物方面就得花很多心力去想什麼才是對產婦最健康又合胃口的餐點。照顧產婦及新生兒時，要特別注意衛生，由其是小嬰兒，什麼都必須提供最乾淨的，所以在照顧

方面，光打掃和維持衛生整潔就得花不少時間處理。

### 照顧小孩有什麼要領？

我自己有設計一個紀錄單，這樣才會熟悉小孩子，知道需求是什麼，比較能夠抓得到重點。當你做了紀錄單，小孩子哭的時候，就能夠去應付突發狀況，知道哭的原因、該怎麼照顧。

若是小孩怕生，可以先去了解小孩喜歡什麼，從這方面去認識、熟悉他，再慢慢和他接觸。不能因為小孩子害羞，就硬強迫他，這樣做反而會弄巧成拙。

### 工作時間與收入為何？

雙方約定實際工作天數及工時(分 9 小時或 24 小時的服務)

9 小時分為早上 8:00 到下午 5:00 或早上 9:00 到下午 6:00。

比較好的工時是八點到五點，八點到可以先煮產婦的早餐，順便請她起床擠母乳，八點半產婦剛好可以吃早餐、餵小孩子母乳。

以坐月子來說，有分 9 個小時和 24 個小時，9 個小時就是白天照護，中間會彈性休息一個小時。「彈性休息」是指新生兒睡著了，剛好可以休息一會兒，並不是定時休息。24 小時是針對一些忙於工作、沒有辦法照顧小孩的新手爸媽，分身乏術時，就須要月嫂的幫忙。

工作的收入得看服務的內容、簽訂的價錢。一天九個小時，

單胞胎每天 1500 元至 2200 元都有；一天 24 小時，單胞胎每天約 2800 元至 3200 元。這個範圍包含了工作內容的多寡、是否有證照，還有年齡層都有關係。

### 從事此職業需要的條件？

1. 保姆執照(基本要求)
2. 月子服務人員培訓證書(基本要求)
3. 中餐丙級執照
4. 嬰幼兒按摩技術培訓證書
5. 居家式托育服務登記證書

月嫂必須要定時上課、受訓。除了上課受訓的經驗之外，還要有實質的臨床經驗，才能從每個案例的經驗中，找到將工作做得更順手的方法，一年一年都會進步改變。

### 從事此職業需要具備哪些能力與特質？

選修什麼科系都可以，但如果有婦產科、兒科或是幼保科等等的經驗或是相關證照會比較有利，這樣簽約方會更放心。

要具備耐心和愛心。小孩哭時不能感到不耐煩，要有愛小孩的心才能持續做下去。教導產婦時要有包容心，才能教出一位為小孩著想的媽媽。

一定要有保姆執照，必須要會照顧小孩子，因為照護對象主

要是產婦跟新生兒，必須要了解怎麼照顧小孩，接受一些坐月子的訓練，最好要有餐飲方面的證照。政府居家保母有提供一年 18 個小時的在職教育，兩年一定要去訓練一次 C P R，而且應變能力要很強，並時刻了解小孩子的狀況。

### 有沒有年齡和性別的特殊要求？

在宅的保母沒有性別的限制，但是到府照護會希望以女性為主。到府月嫂幾乎沒有男生，假如月嫂是男生的話，若是只有產婦一個人在家面對月嫂，難免感到不放心，況且綁束腹帶或子宮按摩如果是男生幫忙，反而會感到不自在。

### 工作上的缺點和遇到的困難？

缺點就是安全性，可能產婦的先生、先生的兄弟、公公在家裡，這就會產生安全方面的問題。產婦也會怕一個陌生人來到家裡，雖然月嫂是她應徵的，不過我們彼此都不認識，所以習慣先做聯繫和溝通，覺得不錯可以約見面談，談妥後就能簽合約。先確定預產期是什麼時候，等到了產房，通知出院了，我們就會去服務。從簽合約到真正開始服務的期間，我們常常會用 Line 聯絡，新手媽媽很多事情都不知道，可能不清楚要用什麼牌子的奶瓶，或是消毒鍋，擠奶器…很多問題，會歡迎他們用 Line 來詢問，那我就會以之前照護的家庭常用的經驗建議、推薦她，藉由彼此的談話去了解對方，

到了服務的時間，大家面對面便不會這麼的陌生，至少已經有一層初步的溝通及了解。人與人的溝通是最重要的，所以在簽合約之前，會盡量找能溝通的為主，不能溝通的一定不會簽。如果在簽合約時沒有達到共識，未來就無法持續好好的工作三十天。

一開始接觸會比較生疏，如果月嫂是很怕生的人，到陌生人的家庭可能會害怕。因為平常很少會一直去別人家，而且我本身也是怕生的人，所以剛開始到府服務時會有點恐懼。別人家裡有時不只有產婦，還有其他的家人，所以臨場反應十分重要。而剛開始怕生的問題要去克服，才會做的順利。

飲食方面的兩難：因為每個人喜歡吃的東西不一樣，有些人很挑食，例如：不吃豬肉、牛肉、內臟等等，但是坐月子時這些食物都包含在內，如果這麼多東西都不吃，能煮的就越來越少。變化少的話，調理的效果也會有限。

### **從事這份工作對生活造成的影響？**

並沒有這方面的困擾。就當作是在上班，甚至覺得還蠻方便的，因為會接這個工作代表時間是能配合的，對家庭不會有影響。時間上，通常是會顧慮到家人和小孩子，所以只要時間談妥，對生活是沒有什麼影響的。

### **進修與升遷問題？**

因為每年很多事情都在進步，所以就要進修、上課，去了解現代人的心理問題和救護方法。

我們沒有所謂的升遷問題，但是服務的方式會改變，例如教導新人如何去談合約，教她如何進入這個職場，這樣的工作就類似像老師去帶領帶學生，也就是可以不用自己下去做。

### **未來的生涯規劃是什麼？**

我未來有考慮當月嫂教師，教導其他初當月嫂的新人。當女性生完小孩沒有辦法再回到職場上，有些人就會考慮一邊帶小孩一邊進入到這樣的職場上，這樣的工作，可以做到六、七十歲，只要身體健康，有些阿嬤甚至比我們年輕人還要健康有能力。如果對未來發展有更大野心的話，就是開一個月子中心，帶領更多的人，就是所謂的老闆。

### **工作帶給您的成就感為何？**

我們會教產婦以後如何照顧小孩，如果產婦學的很快，那就是我們的成就感；好照顧，好溝通，就會是好的經驗。另外，譬如說我煮的菜她們很喜歡吃、溝通上也不錯、產婦都做得得心應手等等，這就是我們工作的目標。

產生產後憂鬱症的原因因人而異，也都很奇特，有些人會因為母乳擠不出來而得憂鬱症，所以要多跟產婦聊天，知道她真正在

乎的是什麼、克服心裡的問題，這樣就可以避免很多的事情的發生。因為產後憂鬱症會影響到新生兒，如果能夠教導產婦，讓她在照護及心理上都沒有問題，也因為多一個人的陪伴，使她說出遇到的難題，若是做了這些能讓產婦避免產後憂鬱症，或是減輕了產生邊緣性灰色地帶的產後憂鬱症的問題，我會覺得很開心能為社會進一份心力。

### 對於從事這份工作的建議？

一定要喜歡小孩，因為這個跟家管是蠻相像的，要會照顧小孩、會煮飯，會做一些簡易的家事，最重要的是喜歡這份工作，未來才會做得愉快。

### 為何選擇此職業與是否會再次選擇？

本身很喜歡小孩，再加上以前是學婦產科和兒科，所以比較了解這方面職業的工作。那時得知有這樣的服務，便覺得很有吸引力，因為到府去服務，就跟在醫院的居家護理很像，譬如說居家護理教病人的家屬怎麼換鼻胃管、換尿管，這類工作和到府服務是一樣的，只要再加上應變能力，有這方面的學習就會覺得得心應手。

薪資要跟工時成正比，只要工作上得心應手，而且薪資高，當然還是會想選擇這份職業。

## 第四章 總結



職業的選擇，在十年後是一定會面臨的問題，要如何選擇一個自己最適合、最能貢獻社會的職業，是一個難題，於是我們為了能有效的降低出社會時的為工作所苦的壓力，所以我們要時時刻刻了解不同的行業，不斷修正自己人生未來的方向，我想職業訪談就是深入的了解一個職業的好方式。

## 第五章 研究心得

■ 余亭萱：

這次的訪問活動是邀請同組同學來到我家訪問我媽媽—月子服務員。當初媽媽換工作時，年級小的我也搞不太清楚媽媽為何要換一個之前都沒聽過的工作，但隨著長大，媽媽也有把這個工作的性質帶到家裡來，我雖然只是個國中二年級，但育兒的經驗與知識我可是十分的清楚，比起一般國中生，這種生活算是滿酷的吧。

我的同學一開始聽到月子服務員這個名稱時，無一不感到困惑，有些人或許有聽過，但也不太了解這個職業，更何況其他沒聽過的同學。雖然我不會因此而傷心，但還是想讓同學知道我媽媽的工作是什麼樣子，藉由這次訪談作業，我邀請同學來到我家，認識這個特別且重要的工作，除了讓同學認識其他特殊工作的性質，也讓我感到無比開心。

■ 彭少凡：

這次的訪問讓我學到了很多關於月子服務員的知識，不只限於這些知識，還學到了很多工作方面的認識，像是從剛入這個行業所面臨的困難，到中途如果發生一些事情該怎麼處理，這些都是值得我學習的，加上訪問的過程我越來越得心應手，報告也越來越不錯，以後工作這些東西都對我很有幫助，只要我更勤奮的努力學習，將來絕對不是問題。

在訪問的過程中，我體會到了工作有多困難，像我這種研究型 and 實際型的人是很難去從事保母這份工作，而且做這些工作需要具備很多經驗和很多相關證照，我只會隨機應變，所以將來我是不會想做這份工作，儘管他們的收入還滿可觀，但像我這種性急的人，我真的無法用愛心和耐心去面對這些小孩，不過我還是很感謝這次學校有這種活動，讓我讓我獲益良多，如果還有下次，我一定會努力把握，希望也可以遇到符合我類型的工作。

■ 郝家昱：

這次的活動，讓我獲益良多，原來一個保母的工作，也不比一般的工作輕鬆，以前總是認為，保母只是帶小孩而已，但如今才知道，這是需要很多條件的！

如果要我選擇，我應該不會做這份行業，因為我缺乏耐心和細心，如果讓我帶一個小孩，我可能一不小心，就讓他受到嚴重的傷害。在以後的生活中，我可以提升自己所欠缺的能力，把月嫂需要的條件，運用在將來的工作上，有了這些轉變，我便可以在遭遇困境時用臨危不亂的態度面對一切事物。

■ 劉宇唐：

這次的採訪讓我看到了很多從前不了解的事物，不僅僅是工作的內容，它更讓我體會到了各行各業的辛勤和難處。月嫂這份職

業真的十分辛苦，要到別人家裡照顧小嬰兒、產婦，還要煮飯、買菜、打掃，甚至要避免產婦得產後憂鬱症，一般人肯定做不來。曾經我覺得月嫂很輕鬆，也不用讀書，其實當月嫂需要很多知識，需要學過醫，緊急時刻才能救產婦和寶寶；要有能陪伴產婦的耐心和包容力，才能讓他們能有好的心情療傷；最好是能生過小孩，才知道如何照顧寶寶。這些都是與普通職業不同的地方，不僅要有各項技能，還要避免自己遭遇危險，讓我十分敬佩。

這個採訪作業讓我明白了每個行業的心酸，也能增加未來就業的選擇。每個工作都很辛苦，不能抱著刻板印象去評斷每個人，希望我的未來能因為這次的採訪而找到真正適合我的職業。

■ 李希均：

在這次訪問活動前，聽聞受訪者是「月子服務人員」，我當下的直覺反應是，這是台版的「瑪利亞」嗎？但經過這次深度的訪問，才讓我知道這和一般的外勞可是天差地遠，因為外籍勞工是負責照顧老人、打點老人的生活起居，而「月子服務人員」，也就是俗稱的「月嫂」，要做的事是照顧剛生產完的媽媽，和剛呱呱墜地，對這新奇的世界一無所知的新生兒，並要教導新手媽媽照顧小孩的本領，及哪些品牌才是新手爸媽較好的選擇，這就和舊時充滿人情味的鄰家婆婆、媽媽們教導剛生產的媽媽是一樣的道理，但隨著科技的快

速發展，都市人們的人情味早就和以前無法比較了，但這熱心的角色在現今該由誰來扮演呢?也是因此才發展出這種新興職業。

雖然我認為這項職業並不適合粗心大意的我，畢竟孕婦是女性，不太能接受和一個陌生的男子接觸，所以男生做月嫂這份工作的機率較低，但能從這份職業中，發現我自己的缺點並加以改進，提醒我要時時刻刻關心這個社會、國家甚至全世界的發展趨勢，使自己不會在職場中被淘汰，是一次很好的學習經驗。



## 第六章 參考文獻

1. 新竹市月子照顧人員職業工會

<https://15209.webnode.tw>

2. 月嫂百科

<https://www.iaunty.com/blog>

3. 何倫六碼參考資料

<https://sites.google.com/a/wtjh.ptc.edu.tw/counseling/b/bl>

4. 圖片網址

<https://www.iaunty.com/%E6%9C%88%E5%AB%82%E4%BB%8B%E7%B4%B>

[9%E6%AF%8D%E5%AC%B0%E6%9C%88%E5%AD%90%E6%9C%8D%E5%8B%99%E8](https://www.iaunty.com/%E6%9C%88%E5%AD%90%E6%9C%8D%E5%8B%99%E8)

[%81%B7%E6%B6%AF%E7%99%BC%E5%B1%95%E4%BB%8B%E7%B4%B9](https://www.iaunty.com/%E6%B6%AF%E7%99%BC%E5%B1%95%E4%BB%8B%E7%B4%B9)

5. 簡介參考

<https://kknews.cc/zh-tw/baby/n2rab5.html>