



小红书 母婴

×

www.news.cn
新华网
NEWS
www.xinhuanet.com

小红书 父母观察 报告

养娃松驰

养娃生活新灵感

反向育儿

在**小红书**上，
我们捕捉到无数鲜活的“养娃现场”
而更多育儿新趋势，
也正在一次又一次分享和互助里萌芽。
打开**小红书**和**新华网**联合发布的
《**小红书**父母观察报告》，
打开新一代父母的成长日记。

01

掌握**养娃松弛感**的父母 育儿也育己， 爱得更轻盈

“为人父母”从不轻松
但充分内观内心的ta们
比起自我靠后，事事娃为重
更乐于兼顾自我，平视小朋友

比起围着孩子转
ta们选择和孩子一起投入生活里
率先解绑紧绷感，找到焦虑与放养的平衡

成为爸妈，不耽误成全自己

拥抱松弛感育儿

满满爱，慢慢爱，轻轻爱

接纳不完美，
不做 Accept 牺牲式父母

2023年，
1000多万人围观了
“做不被定义的妈妈”的讨论。

原来“鸡娃”的裹挟下，
有这么多爸妈正在寻找出口。
他们已经领悟
无需因“别人家的孩子”而焦虑，
更不必被“牺牲才是爱”绑架



接纳独一无二的娃，
接纳并非十全十美的自己。

爱自己，才能更好地爱孩子。

孩子也是搭子， 陪伴 Bothway 双向给予

2023年，
爸妈们开始爱上“把孩子当成搭子”
相关笔记发布同比增长超**840%**，

这些珍贵的“童年影像”，
记录了陪伴的双向。
一起运动、一起逛吃、一起看更大的世界，



@走呀六宝



@77JJ

孩子不止是重担子，
更是因你而来的娃搭子。

你的“小朋友”，也是你“最小的朋友”。

允许孩子是孩子， 做 Become “不扫兴的父母”

2023年，
在小红书上，
“不扫兴父母”话题阅读量超过**7500万**

一扫过去恨不得揣兜里的紧张感。



做一个不扫兴的
妈妈，
童年不留遗憾



最好的教育，
是给孩子
自由的野心！

**只要安全允许，
就让娃自由地探索世界。**

创造“被允许的童年”，为孩子穿上“一生的铠甲”。

02

打开养娃思路的父母 持续出新招， ——原来——育儿很有趣

我们真的理解孩子吗？

育儿只有鸡娃与躺平吗？

对于这届父母来说，**带娃没有标准答案**

比起一味“听妈妈的话”，

他们更乐于探索育儿新方法

在这个过程中，一不小心就解锁了

“听宝宝的心声”、

“和队友配合满分”等技能

也为其他爸妈提供了充满趣味的育儿新范式

爸妈 联手育儿， 打出 Love 爱的配合

2023年，
错峰带娃、奶爸初养成等话题下的
养娃妙想，被**上亿**次“围观”。
爸爸带娃育儿经等干货分享，
更累积了超过**30亿**次“浏览”。
第一次翻身，第一声牙语…
一起陪伴孩子的成长。



还有12天
就要发动了！
老公给全家人开会



感谢小红书
让我学会
“错峰带娃”，
全家都爽了！

哄哭的软语，拍嗝的技巧…

一起分担育儿的责任。

当代爸妈里，一批参与育儿的爸爸正在涌现。

“浸”入孩子视角， 对童心 childishness 理解升级

2023年，
在小红书上，“宝宝的第一视角”
被累计解锁了**4000万**次
从“蹲下来平视”，到“沉浸式体验”
爸妈对孩子的理解，一直在加深。

200万次互动，
解读着孩子的内心戏，滋养了大人的同理心。



@一个李欢喜



@淦淦惹

越懂孩子，
越懂爱。

八卦式育儿， 玩着玩着娃就明白了~

2023年，
全站有**近700万**爸妈在探索“育儿绝招”。
有人“闲聊育儿”，有人“演戏育儿”



可恶，什么东西
进入了脑子里...

@小吴师傅



我发现，
夫妻闲聊
真是特别好用的
育儿绝招

我发现，夫妻闲聊真是特别好用的育儿绝招
孩子对父母闲聊的八卦程度，真的超出了我们的想象
而且有些话 记得一五一十 甚至影响了他们

@锦霖育儿育己

顺着娃的“八卦心”，
知识和道理悄悄钻进Ta的脑海里

不知不觉听明白了的娃，背后是“花心思”的爸妈。

带娃不费爸妈， 让娃 child 自助放电

2023年，
在小红书上，

“带娃不费妈/不费爸”话题被**上亿**次围观
近50万位父母分享了自己的“省电心得”

为爱全力以赴之下，
当代爸妈，懂得寻找不费劲的方法
开发“小孩哥”、“小孩姐”自主成长的潜力。
这不是偷懒，是高效。



@医学硕士
小朱妈妈Nancy



@涵宝妈妈

毕竟养娃不是短跑，
保存体力才能长期主义。

遛娃路上的父母

灵感不断电，
——让“玩”——滋养童年

这一届父母，十分乐于出门遛娃。

2023年，小红书上的爸妈们，累计遛娃**260w**次，
年同比增长**300%**。

让孩子在“吃好喝好”的同时，
享受到童年里最珍贵的“玩好”。

累计**1亿+**的互动量背后，
都是遛娃的灵感分享和出行启发。

当代父母愈发注重

有效陪伴、高效出行，

一边更新童年旅程，一边开阔童真视野。

#遛娃灵感图鉴

去大自然里过家家

nature

在户外，一切免费，却很珍贵。

2023年，

有**超过170万**位爸妈，

晒出了自然系遛娃生活。

他们领取免费的“自然课程”，

大人小人，一起做限时野人。

与儿子一起
向外绽放，
向内生长！



@谷吉

我拍到了我儿子的
人生照片



@宋宋飯

在告别天花板的地方，

孩子撒个欢，爸妈歇口气。

Baby也要City walk

2023年，
citywalk的不止大朋友，
baby们也爱上了“压马路”。
在小红书上，

“babywalk” 相关话题阅读量**近3000万**

出门转转/逛gai，成为极具性价比的启蒙教育。
无论是“0元遛娃”指南，
还是“秋日遛娃图鉴”。

植物园拾秋
把不起眼的落叶
变成蝴蝶



植物园拾秋 🍁 把不起眼的落叶变成蝴蝶🦋
在植物园里收集秋天 🍂
远离市区，闹中取静

@肉球小丸子

魔都遛娃 |
95%家长不知道的
免费儿童乐园



魔都遛娃 | 95% 家长不知道的免费儿童乐园

Hi ~ 欢迎来到屁屁猪の遛娃干货频道~

@屁屁猪

只要你想，

就能推开世界的门

打开娃的感官，全面吸纳新鲜。

带娃一起逛世界

world

2023年，
越来越多的父母们，
带娃一起踏上旅途，享受世界
相关笔记发布同比增长**近400%**

从提早背李白，到亲眼见人间与山海，
背后是爸妈们的观念更迭：

**“读万卷书”之前，路上的“文化富养”，
会留下无价的“精神滋养”。**

第一次
带低龄娃
出国去哪儿好？



第一次带低龄娃出国去哪儿好？

终于能出国了，可娃还没长大，家有3岁娃一只，出去玩儿把她放家里吧还怪想她，带出去吧就烦



@sonya小雅



我永远不会后悔带着孩子踏上环游世界的旅程

20岁的我喜欢探险喜欢旅行

@malena_yu__宇宙妈

04

互助守望的父母

沉淀无数经验，
——一起——从新手到熟练

爸妈们的“育儿导师”，一直在变化

从婆婆&妈妈，到育儿专家，

再到如今互联网上的过来人

单一的经验、单向的信息源

已经不能满足如今的新一代父母

他们擅长在海量内容中搜罗经验

他们偏好高频互动中找到解法

因为……

怎么办？

这届父母 answer 有答案！

2023全年，
有**300万**次“怎么办”，由爸妈提问。
更有**500万**篇经验，由过来人分享。
遇见问题不要慌，每个热心爸妈，
都是你背后的育儿天团。

新手爸妈总会有许多困惑无法解答

好在小红书的育儿“新”经也不断丰富

再琐碎的问题，也有对得上经验。

#父母经验锦囊

备孕待产

亲身经历总结的
精简版
待产包清单



@是妈咪Mia

亲爱的妈妈 |
女性怀孕后
身体会发生什么？



@朵朵花林



育婴带娃



一招解决落地醒
自制鸟巢

一招解决落地型宝宝睡到觉不醒



@小芋头爸爸



当妈以后才知道的技能



@Cherry 卢小小

当妈后才会的
带娃技能！
最后一个婆婆惊呆了...



经验有细节



3分钟
宝宝早餐

@ChloMato番茄罐头



可以带手机
进产房吗?

可以带手机进产房吗?
各个地方不同，医院类型不同，相关规定也不一样。
必备单品：卫生纸、产褥垫、宝宝的衣服、帽子、包被、尿不湿、妈妈一胎不发多方便！妈妈

@虎妈赛貂蝉

爸妈们的“购物指南”，越来越丰富

从产品测评，到评论区辨真假，
再到互发链接的线上姐妹

产品越聊越对，闲置越换越省

因为……

怎么买？ 这届父母 guide 有指南！

育儿路也是购物高速路，
2023年全年购物分享**超1100万**次，
相关笔记发布同比增长**400%**
待产包清单、宝宝椅测评、
宝宝推车买新的还是二手……
产品好坏一搜即见、一问便知



带娃自驾车载好物
实用好用！

@lilymum 闹妈



求求了！
不要让婴儿车
成为带娃累赘！

@龙爸挺靠谱

新手爸妈一路“抄作业”，买对更买好

持续用新的消费理念，更新育儿消费趋势

#精简式育儿

2023年，
超过800万位爸妈探索了“精简式育儿”
相关笔记发布同比增长**超过200%**

爸妈们不仅追求好，也追求好得精简
只减多余不减关怀
追求质量也追求性价比



孩子生来是极简者，
而非吞金兽

孩子生来是极简者，而非吞金兽

养娃11年，我也曾掉进过养娃消费陷阱，一到换季，就陷入买买买的“魔咒”中，第一次当父母，

@县城妈妈小敏



精简养育，
去他的焦虑！

精简养育，去他的焦虑！

生孩子前，我对精简的概念是“买的贵点，用的久点” 但冷静后想，并不是“简”

@乔么乔二郎

爸妈们的“育儿搭子”，一直在扩圈

从亲人伴侣，到楼下近邻、同院姐妹，
再到社区一帖百应

养娃的生活百味，

不再有孤独的滋味

因为……

怎么说？

这届父母

know

有人懂！

全年**2000多万**次评论背后，
是父母用一次次互助，
建起的“情绪加油站”。

刷到的感同身受，他们共情安慰。
说不出的小烦恼，他们向陌生人倾诉。
毕竟，父母的压力，父母最懂。

基于父母身份的千万条交流，
一次次打捞起普通人的“崩溃时刻”。



拥抱了负重的情绪，

找到了压力的出口。

在同频共振中，成为彼此育儿路上的“云队友”。

在千百万次互动中，
众筹出“育儿绝招”

每个爸妈，都是自家娃的
“定制级育儿专家”

因为……

信息差？
一起 together 打破它！

2023年，
有**近70万**位爸妈发布笔记，分享育儿信息差
相关笔记发布同比增长**超10**倍

“还有多少父母不知道……”

“一人一个养娃信息差”



一人一个
宝宝小妙招！
永远不删！

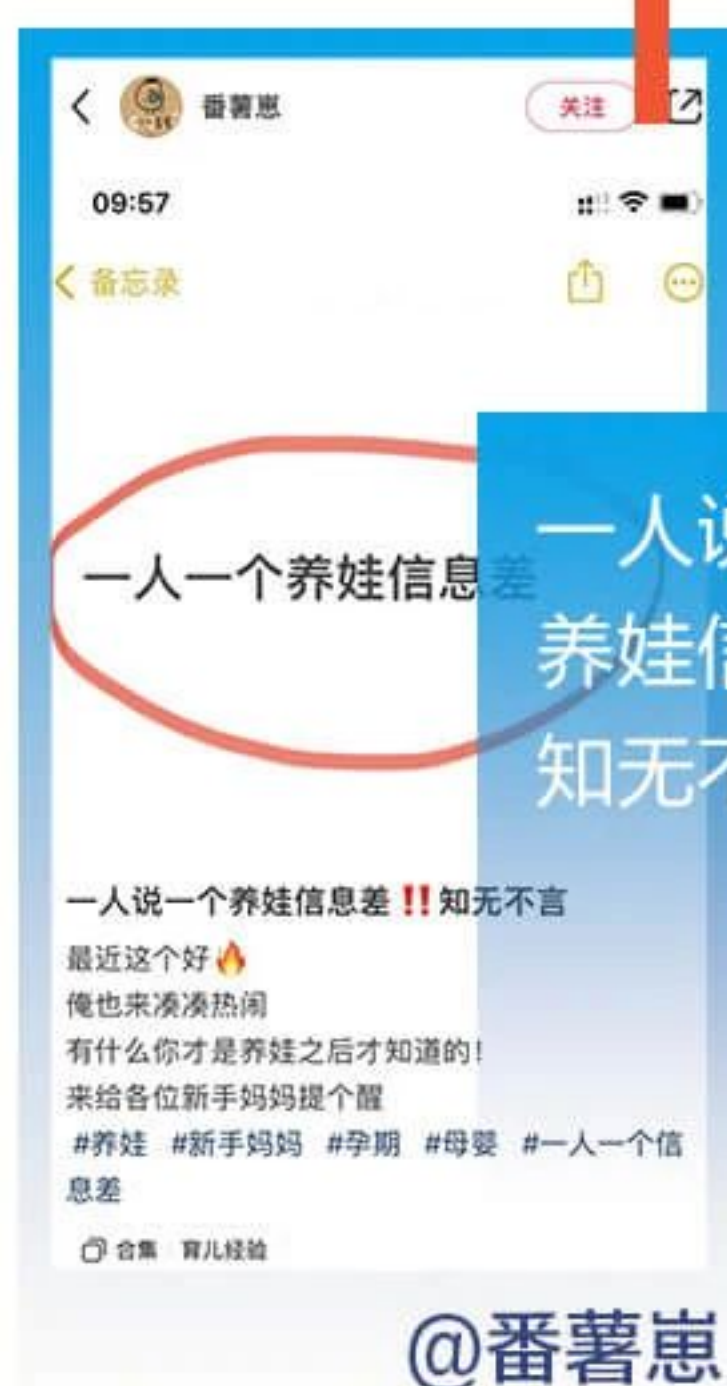
一人一个宝宝小妙招！永远不删！

我先来

香油！太绝了！真的不咳了！

前段时间宝宝支原体肺炎，抗生素和雾化都做了，

@原来是图图呀



一人说一个
养娃信息差!!
知无不言

一人说一个养娃信息差 !! 知无不言

最近这个好🔥

俺也来凑凑热闹

有什么你才是养娃之后才知道的!

来给各位新手妈妈提个醒

#养娃 #新手妈妈 #孕期 #母婴 #一人一个信

息差

合集 育儿经验

@番薯崽

爸妈们不曾吝啬分享
用现身说法，把踩过的坑，一次性避雷。

没有人天生是父母
娃的年龄
也是父母经验的成长值

小红书上的新一代父母，和孩子一起长大

真实推动着爱与成长的转变与升级：
他们重视精神层面，
比起“有什么用”更在意“快不快乐”
不盲从标准答案，
看见孩子的特别，
尊重孩子的成长节奏

在由这样一群父母组成的社区里
我们看到
过来人给后来人经验、普通人给普通人安慰、
父母们给父母们启发的温暖群像
用具体、互助和探索

让**小红书**逐渐成为
父母们的情绪加油站、
经验收集屋和
灵感启发场。