

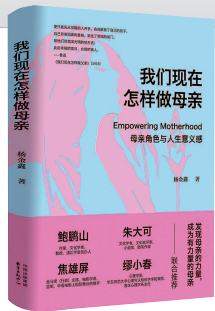
『中年老母亲』如何摆脱『陆文婷式困境』?

杨金鑫：当妈没有公式，解答终生命题

“如何当妈”这个题材，在图书出版界早已不算新颖。但细心的读者会发现，杨金鑫所写的这本书有些与众不同——它既不是一本“鸡娃成功学”，也不是“我来教你做事”，她说：“个案的成功不能作为普遍的道理。”

在她看来，每个家庭、每个妈妈、每个孩子的成长和所处的环境都各不相同，在当妈这件事上，并没有一个放之四海而皆准的公式。但对于孩子来说，母亲赋予生活新鲜感、价值感、意义感，这样的正向情绪是可以潜移默化地影响孩子的。于是她将笔墨更多地倾注在如何实现母亲的自我成长、女性如何在母亲的角色中得到新的自我赋值等方面，并分享了她关于其中普遍共性问题的思考。

◆记者 郭爽



《我们现在怎样做母亲》(东方出版中心出版)

影视从业者写“如何当妈” 不仅仅是“经验之谈”

“母亲要输出正向的情绪价值，对孩子的成长至关重要。”杨金鑫鼓励妈妈们在孩子小的时候，多给予正向鼓励，适度“画饼”，让孩子在成长中获得成就感。相应地，围绕“怎样做母亲”，她提出，要提升母亲本身的共情能力、表达能力，爱和自我修复的能力，甚至是退出的能力，相对独立，彼此结合，“当代社会，女性要首先成为一个幸福的人，然后，再成为一个幸福的母亲。”

书中，杨金鑫以一部外国电影《伯德小姐》举例，“示范”母子间的错误沟通——

女儿：我抱歉，我做不到十全十美。

母亲：没人要求你十全十美，你能体谅别人就行了。（女儿厌烦母亲的纠正，开始防御，母亲不依不饶给女儿定性：你根本不体谅别人。）

女儿：反正我是不想在这个州读大学，我想去东海岸。

母亲：我和你爸只能勉强付得起你在这里的学费，你爸爸的公司到处在裁人。这你知道吗？你肯定不知道，你只知道考虑你自己。（女儿转移话题，母亲第二次给女儿定性：只知道考虑自己。）

母亲：我怎么养了你这么自命清高的人？反正那儿的学校你也考不进，你连驾照都没考出来。（母亲第三次给女儿定性，而且从能力上否定女儿：你干啥啥不行。）

如此引发焦虑的对话，生活中时刻都在发生。“一对夫妻生活多年，话越来越少，很多时候并不是冷漠，只是因为太过熟悉和了解对方——熟知对方的软肋，吵架时说出来的话都是对方最不想听到的。”影片中，伯德小姐和母亲的言语战争就是这样的情况——你想反驳我？我知道说什么让你受伤更深，你想打击我？我知道怎么让你锥心般地痛。

杨金鑫表示，母亲通常是孩子生活

中接触最多、情感最为依赖的人，也是对孩子有一定权威的人，因此孩子对母亲的评价相当看重，因此要少说或者避免说“你清高”“你懒”“你以自我为中心”这类的定性的话语，防止孩子认定“我就是能力差”，甚至放弃去突破、去努力。

在成为一名影视制作人之前，拥有华东师范大学心理学博士学位的杨金鑫在上海教育电视台工作了12年，是当时台里唯一一位获得一级导演职称的女性，曾制作了多部人们耳熟能详的教育节目。投身影视界后，她每年看剧本、看电影、审核剧集的时间近千小时，制作了不少精彩剧集。这些过往的经历，使她在2022年开始动笔写作这本书时，更多地考虑到读者的阅读体验：“我写的内容如何才能更好地传达给读者，使他们能够更好地接纳？”

从《人到中年》到《婚姻故事》，从《傲骨之战》到《坡道上的家》，杨金鑫的书中，列举了数十部中外经典影视作品的片段——不单方面炫耀“成功”，不输出通篇的大道理，她利用文字巧妙地构建了“镜头感”，通过缜密的逻辑顺序，让阅读像看电影一样流畅起来，同时将影视剧中最有代表性的片段用文字“逐帧分析”，把道理讲明的同时，也与读者直观地产生了心灵共鸣。

写作并非一时兴起 源自女性情感共鸣

谈到写作的初衷，杨金鑫谈到，进入21世纪20年代，什么样的母亲是优秀的母亲？总是有一种“完美”形象在给母亲立榜样——她们事业有成，还是育儿高手，是时间管理大师；她们爱情美满、亮丽时尚，还是社交达人，能构建和维系完美的人际网络……“无论是怎样的情境，初为人母时，绝大多数女性都曾立志要成为一个好妈妈。然而并没有这样一个阶段，或者说引导，来告诉她们遇到具体困难的时候应当如何应对。她们往往只是在‘应该的时间点’，被推到了‘母亲’这个位置，并且把她们独自留在那里，对她们说‘自古以来别人都能做完美，你没有理由做不好。’”

杨金鑫讲述了这样一个场景：一天下午5点，电视台的演播室内正是忙碌的时候，节目录制进行到一半，不得不暂停——一位原定参加录制的嘉宾无法准时赶到现场，但是留给这档节目的演播



杨金鑫近照



丽遐（左）在上海书城新书发布会上，杨金鑫与鲍鹏山（中）和主持人徐

室使用时间已经不多，这位身兼制片人和主持人的母亲，只能一边与堵在路上的嘉宾通话，一边跟后面节目的团队协调，同时和编导精简了录制内容，以节省时间。这时，她在国外读6年级的小儿子放学回家，发现爸爸在公司开会不接电话，饿极了孩子只能远程求助妈妈；同时，第二天的采访拍摄对象告知临时有事，需要电视台调整团队的拍摄计划；紧接着，读10年级的大儿子放学到家，晚饭还没有着落；而因为家里房子几天之前下雨漏水，物业恰巧这时在维修的过程中遇到问题，电话又打了进来……17:30，迟到的嘉宾终于坐到了演播室，顺利录制后她在约定时间把演播室交给后面的团队，间隙给国外的小儿子点了外卖，指挥在家的大儿子用冰箱里的食材做了晚餐，跟物业沟通维修事项，与第二天的团队协调改期……这一切都是在17:00到17:30的30分钟内完成的。

“这是我当时看到的职场女性的常态。相信也是在职场打拼的母亲们如同计算机‘多核处理器’般全速多线程运转的常态。”杨金鑫回忆道。现在，社会对“妈妈”的要求更胜过往，在事业上有所建树的女性还依然被问到“如何平衡家庭和事业”这样的问题，这也从侧面说明大众对女性角色的期待依然没有跳出惯性思维，“惯性思维和社会期待对女性要求的转变，是个漫长的过程。”

“幸福度日，合理做人” 期待“妈妈”有更多选择

女性自我成长本就跌跌撞撞、亦步亦趋，成为母亲后，又赶上了一个“拼妈”的时代。然而必须承认的是，无论母亲怎样去学习提升时空策略，最终到真实生活情境中，都常常有力不从心的失败感。

“我希望有一天，妈妈们感到累了，可以停下来歇一歇，想一想，为什么这么累？哪些选择是被‘为母则刚’这样自我内化的规约所达成的自欺。”杨金鑫的书中有这样一段内容：在上海的西南，一所著名的中学附近，房租堪比市中心，这里租住着在这所名校上学的孩子和陪读的家长，其中很多“母亲+孩子”的组合，周间在这里读书，周末回到原来的家团聚，这些单独带孩子的母亲，很多都辞去了工作。她们大多受过良好的教育，在职场上也有着不错的战绩。这是在“拼妈”时代奋勇加入战斗的母亲……对于已经

考入这所名校、今后目标在北清复交甚至是世界名校的孩子来说，竞赛成绩、社会成就、体育和艺术项目需要“全面开花”，靠的就是“拼妈”。这里的母亲，仿佛是一个以送孩子进名校为核心发展目标的企业的CEO，围绕着核心产品——孩子，做规划、抓落实、考核绩效、优化路径，不敢有一丝懈怠……但这样的“周间全职妈妈”毕竟是少数，更多的母亲是类似国产电影《人到中年》里的陆文婷，自己的本职工作 and 培养孩子“双肩挑”，在超载的时间和空间里，苦苦探索着，“如何能从这样的模式里解放，孩子如是，母亲亦如是；卸载什么，如何卸载，也许是每个母亲终生的命题。电影《人到中年》里，陆文婷累到命悬一线之际好不容易苏醒了过来。电影的结尾，陆文婷出院，病人们夹道欢送，丈夫搀扶她缓缓走出医院。如今再看这个结尾，不禁要问：‘剧终’以后呢？家里两个孩子，医院超负荷的工作，依旧‘蜡烛两头烧’。”

直到40年后的现在，“中年老母”们也还没有走出陆文婷的困境。

在杨金鑫的记忆里，从小到大，自己的母亲从未在工作时请过长假，哪怕年幼的她和妹妹读书时中午要回家吃饭，母亲也是匆匆从单位回来，烧好饭甚至等不及姐妹俩吃好，又匆匆赶回岗位。即便这样“两头烧”的生活，母亲仍将杨金鑫和妹妹培养成材——一个在华东师大取得博士学位，一个成为剑桥大学毕业的科学家。但杨金鑫生了女儿后，母亲破天荒地请了长假照顾她。“那段时间，母亲似乎是把整个人生的故事都讲给我听，我和妹妹如何降生，我们小时候如何，她在遇到问题时如何抉择，不少细节我也是头一次听她说起。”那段时间，杨金鑫重新深刻地认识了一次母亲，亦是自己从“女儿”到“母亲”角色转换中至关重要的一环。她在书中阐释的十个方面的母亲的力量，期待所有母亲都能让自己更强大，而这些“在我母亲的身上完美地融合，这本书的写作过程，也是将这种浑然一体的力量逐条分解、逐一呈现。”

鲁迅先生曾有一篇《现在我们怎样做父亲》的文章，“他期望放孩子们‘到宽阔光明的地方去，此后幸福的度日，合理的做人’。我这本小书不敢跨越百年做这样的呼应，但仔细想来，我也正是想借此提出这样一个问题，让母亲、女性，甚至整个社会去思考、讨论。”杨金鑫说。