

新民环球

本报国际新闻部主编 | 第766期 | 2022年3月24日 星期四 本版编辑: 丁珏华 编辑邮箱: xmhw@xmwb.com.cn

有人游刃有余 有人焦头烂额 带娃居家办公: 苦恼中有幸福

文 / 玖田

同娃一起居家的感觉如何? 是享受同孩子在一起的天伦之乐, 还是苦恼于会突然闯入线上会议室的自家熊孩子?

在过去的一段日子里, 想必不少人或情愿或不情愿地“重温”了这段难忘的亲子时光。而在海外, 随着接受居家办公的个人或企业越来越多, 同娃一起居家的幸福与苦恼也随之而来。

爸爸妈妈回来了

随着越来越多企业开始将“完全远程办公模式”或是“混合型工作模式”作为福利提供给雇员, 越来越多员工尤其是女性员工开始接受这种灵活的办公模式。

招聘平台 ZipRecruiter 在 2 月对求职者展开的一项调查中发现, 只想找一份可以远程办公的工作的女性是男性的 2 倍。还有经济学家根据调查得出结论, 如果回到每周 5 个工作日在办公室办公的模式, 在拥有 18 岁以下子女的女性群体中, 将有近四成会考虑找一份可以居家办公、兼顾家庭的工作。

女性居家办公对子女的照料不用多说, 不少男性也在被迫居家办公的过程中找回了当父亲的感觉。根据皮尤研究中心 2017 年的一项调查, 63% 美国父亲表示自己没有花足够的时间陪伴孩子。而当新冠疫情暴发, 人们转向家庭, 父亲们终于有了充足的时间。

50 岁的乔纳森·莫雷尔住在美国佛罗里达州, 在海军陆战队当新型重型运输直升机飞行员的他有 3 个孩子。新冠疫情暴发之前, 莫雷尔出差和在家的时间几乎是一半对一半, 往往一出差就是好几个星期, 甚至几个月。为了照顾孩子, 49 岁的妻子艾丽莎选择了当全职妈妈。

2020 年, 随着新冠疫情到来, 莫雷尔开始了在家工作的状态, 负责编辑测试报告和培训材料。“我爱上了降噪耳机。”面对家里 3 个闹腾的孩子, 莫雷尔说道。而在工作之余, 他也体会到了与孩子们在一起的快感。

“有了更多的直接参与, 这种感觉我很喜欢。”在家的時候, 莫雷尔除了工作之外, 也帮着妻子干家务、带孩子, “我变得非常擅长同时处理多项任务”。一天下来, 他感觉自己跟孩子们建立了更多联系, 而从前他从未意识到自己错过了那么多跟孩子们在一起的美好瞬间。

不过, “孩子们需要你的全神贯注”, 他说, “因为突然间我们都在家了, 所以我必须培养一套新技能”。

父慈子孝太难了

的确, 能随时随地陪伴着自家小宝贝无疑是幸福的, 但疫情之下, 当小宝贝们浑身的力气无处发泄, 在家里大吵大闹, 想要博得父母全



带娃居家办公, 有人欢喜有人愁

图 GJ



神贯注的时候, 如何才能让孩子们配合父母, 在后者居家办公之际上演一出父慈子孝? 对许多人来说, 跟着“小怪兽”们一道居家, 既是福利, 更是一个巨大的挑战。

“如何适应带着孩子远程办公”“防止你发疯的 12 个小技巧”……翻看这些经验分享, 无外乎给自己规定一个办公时间、同家人分配照顾孩子的时间之类。但当成年人面对这些无法理解你为什么关注他们的“小怪兽”, 以及随时可能蹦出来的工作任务时, 一切技巧都成了枉然。自以为居家办公可以省去通勤, 更好地分配自己的时间, 到头来却发现其实“极易失控”。

坐在家裡, 在线上开着冗长的会议, 是埃里克·萨德金和丈夫克劳斯·柯尼希豪森居家办公的“新常态”。可是, 一对 16 个月大的双胞胎女儿克拉拉和特莎, 正是好奇心满满、活泼好动的时候。

“她们已经有能力爬过沙发, 惹出各种麻烦。现在我们的沙发成了缓冲地带, 客厅变成了孩子的玩耍空间。”萨德金说。

但当夫妻俩都忙于开会的时候,

怎么才能避免这两个好动的“小怪物”到处乱爬, 一不小心闯进摄像头, 或是闯出别的什么祸呢? “你不能总是追着她们跑, 因为你或许正在开线上会议, 所以我们必须尽一切努力, 最大限度防止婴儿出现。”柯尼希豪森说。

而对在数字娱乐公司当营销策划高级副总裁的瑞秋·夏皮罗来说, 居家办公“顺便”带娃则是另一种风格的战斗: 手里接着办公室打来的电话协调着各个部门的工作, 耳边是 2 岁的女儿韦弗利的自言自语, 或是 6 个月大的小儿子萨莎大发脾气哭喊的声音。

因为大女儿出生在新冠疫情暴发以后, 所以夏皮罗说自己“不知道没有大流行的时候当妈妈是什么样, 也不知道当妈妈的人开会不被孩子打扰是什么样”。

一个人带两个娃的夏皮罗, 为了不让同事们听见孩子们的哭闹声, 通常都关闭摄像头和麦克风, 用文字回复同事的消息。表面看起来一切都还好, 但事实上电脑这一头的她, 戴着耳机、敲着键盘主持会议的同时, “我还换了两个尿布, 简

直要被屎啊尿的包围了。我的脑袋里只是在想, 好吧, 演出还得继续!”夏皮罗耸耸肩说道。

给彼此一些空间

孩子们自然是知道, 尽管爹妈就在跟前, 但他们的注意力被别的东西“抢”走了。

“你可能会对孩子说: ‘我只需要 5 分钟, 回复完这封电子邮件, 我就陪你 XXX。’”法国 ESSEC 商学院副教授罗安娜·卢普指出, 但事实上父母能兑现承诺的可能性通常很小, 父母将注意力从孩子身上转移到工作上, 会让渴望获得关注的孩子产生更多负面情绪反应。

“孩子们会觉得, 这意味着‘我现在不那么重要了’。”卢普说, 孩子们会倾向于认为父母花费时间最多的事情便是最重要的。“他们会很容易得出这样一个结论: 因为你在工作上花了很多时间, 跟我在一起的时间少了, 这意味着工作是你的首要关注。”

这并不是说在家就不能工作, 而是当今社会工作与生活之间的界限似乎正变得越来越模糊。美国康

涅狄格大学人类发展和家庭科学教授萨拉·哈德尼斯认为, 这种越发模糊的边界感可能导致混乱。以往, 孩子们在学校时会明确地知道这是父母不会参与的活动, 父母在上班或是通勤途中也无法给予他们关注。但如今, 他们眼睁睁地看着居家办公的家长就坐在家里, “灵魂”却不回家。

梅雷迪斯·图瑞特的儿子只有 2 岁。“通常他一醒来, 我就在电脑前工作, 他吃饭的时候, 我有时会查看工作电话。”图瑞特说, 儿子虽然会说的话不多, 但已经学会了这一句: “妈妈在工作。”甚至, 这个 2 岁的小不点已经知道, 在妈妈低着头的时候, 想吃零食或是玩耍就得去找爸爸。

其实, 不只是图瑞特的儿子, 孩子们都聪明得很, 看得明白父母们有时需要一些个人空间以完成手头的工作。只不过, 离开了办公室和学校, 在居家办公兼顾带娃的情况下, 在家里划出一个相对清晰的办公和带娃分界线, 似乎是一个更可以尝试的方式。

埃里克·萨德金和克劳斯·柯尼希豪森夫妇刚搬家, 家里有一堆大大小小的纸箱子。于是, 他们将纸箱子摆满屋子, 把这间位于美国曼哈顿的一居室公寓变成了迷宫。这样, 虽然公寓看起来像物流仓库一样乱七八糟, 但萨德金说“纸板箱可以阻止孩子们随意进出, 让她们留在自己的玩耍空间”, 给夫妻俩留出相对独立的办公空间。

当父母和孩子共处一室时, 制定“基于空间和时间的规则和惯例”, 创造一个缓冲区, 给彼此一个私人空间, 用卢普的专业术语来说叫作“分段”。

这意味着, 如果有可能的话, 父母应该为自己创造一个专属的空间用于工作, 哪怕只是一个壁橱。这样孩子们就会知道, 壁橱好比妈妈工作的地方, 当她“躲”在那里的時候, 就是在工作; 而当她完成工作, 就会出来参与孩子们的玩乐。这就好比新冠疫情暴发前, 孩子与成年人的生活中都有着一道明确的分界线, 区分着他们在家与在学校或办公室的时间。

不过归根结底, 父母是在家还是在办公室, 其实并不最重要。最重要的是, 父母要更好地参与孩子成长的每一分每一秒, 和他们一道建立好规则, 让他们学着通过观察成年人对待工作的态度, 建立起他们自己同未来职业的关系, 塑造自己的人格。

就像一个有两个孩子的加拿大父亲所说的, 尽管在过去两年时间里面临失业和养家的压力, 也没人想再经历一次 2020 年, 但“我绝对还是想花更多时间跟孩子们在一起, 新冠疫情给了我这样的机会”。