

“搭子”照亮了生活

初到多伦多，熊靛在清早送完女儿的车里哭过，她不知道加拿大的交规是绿灯亮了，也要等5秒后才能启动轿车。在超市货架前尴尬过，她分不清“低筋面粉”和“高筋面粉”的英文标签。在披萨店无奈过，她看不懂各种酱料的英文名称……当地朋友跟她说，智能高压锅是华人家庭的标配，让她买一个试试，结果买回来说明书一堆专业英文不说，还难用到极点。回到北京后，熊靛看着自己的老式高压电饭煲，滴滴滴按三下就开工，欣喜得竟然叫出声来。

熊靛厨艺不精，但女儿伊娃从不介意。回忆那三年，每天的生活都是从早上6时30分起床做早饭开始。她们租住的房子离伊娃念的博奥克中学很近，为的就是让孩子多睡一会。与熊靛母女一起合租的是来自广东的母女三人，熊靛称那位母亲小汪。小汪比熊靛年轻几岁，大女儿和伊娃同岁，在同一所中学读书，小女儿还在读小学。两个妈妈在同一屋檐下，每天早上做着不同的饭。

加拿大的中学午饭都是自带，熊靛一般都给女儿准备简单的汉堡或三明治。小汪不同，除了精致的饭菜，她甚至能煲汤给孩子带上，这让熊靛自叹不如。为了方便接送两个孩子，熊靛与小汪合买了一辆车，两个妈妈轮流接送。

回想起两人相识的过程，简单又快捷：两个陪读妈妈都在网上找离学校近的房子，一拍即合，一起合租，一起买车，生活中的大小开支AA制，熊靛把对方称作“搭子”——因为远离家乡，过日子指望不上丈夫和长辈，两个妈妈搭伙过日子。

熊靛还有一位徒步“搭子”，她叫对方“吉娜妈”。两家距离100米，女儿也在同一所学校读书。每天早上送完孩子后，熊靛会到附近咖啡馆喝咖啡，“吉娜妈”同行。两人来回走3公里，不仅运动量够，还能一起聊聊天。

还有一个劳动“搭子”，熊靛叫她“竹子”。“竹子”从小就会干农活。熊靛教“竹子”英语，“竹子”帮熊靛铲雪割草。在加拿大的4年，“竹子”儿子的家长会都是熊靛去开，熊靛干不了的体力活，“竹子”都来帮忙。

后来熊靛在自己的公号上写了篇文章，名字就叫《可以没老公，不能没搭子》，描述的就是自己在海外生活的各种“搭子”。她们都是陪读妈妈，熊靛记录下她们，有的成为朋友，有的成为故事。

一份迟来的陪伴

2024年夏天，18岁的伊娃考上了加拿大西安大略大学传媒专业。

熊靛没想到女儿会选择和她走一样的道路。伊娃却说自已从小到大都很崇拜妈妈，希望能成为像她一样的人。开学后，伊娃领着熊靛参观自己的大学课堂、宿舍。班里新认识的外国同学纷纷上前与母女俩交流。望着女儿和这群意气风发的年轻人，熊靛觉得自己终于完成了使命。

2025年春节后，熊靛决定回国。她对伊娃说：“每个陪读妈妈都心甘情愿为孩子付出，但我和十几年前的陪读妈妈有些不同，我明白孩子不是生活的全部，该放手时要让你自己飞，而我也要过自己的生活。”

与熊靛经历相似的上海妈妈岳珊，却没有那么幸运。她的儿子小勇，两年内两次被美国中学劝退。

2022年8月，14岁的小勇拖着两个大行李箱降落在波士顿机场。因为一直被拒签，岳珊虽然放心不下，但也只能在视频里反复叮嘱儿子一路注意安全。学校在缅因州，那是个终年积雪的地方，从波士顿还要再开5小时车，学校离最近的超市也要开车20分钟。虽然有中介安排，小勇没有去寄宿家庭而是住校，但是小勇万万没想到美国如此荒凉。他在日记中写道：“暖气片发出蜂鸣声，我总以为是家里的烧水壶响了。学校的伙食很差，我吃不惯西餐，肚子总是饿得咕咕叫。好不容易出趟远门去超市，也只有糖和巧克力。”

小留学生的日子没有那么容易，在饮食习惯与文化冲击下，小勇的数学成绩从A滑向C，整夜失眠的他迷上了打游戏，白天旷课成了家常便饭。2023年6月，小勇第一次被所在中学劝退。回到上海的家，小勇向父母



▼小勇出国前在机场与妈妈合影



■小勇在美国看展览 受访者供图

新陪读妈妈

本报记者 杜雨菽

2021年7月，北京首都国际机场。44岁的熊靛拉着15岁女儿伊娃，推着4个大行李箱走向登机口。这位曾担任互联网大厂事业部总经理、出过3本畅销书的前媒体人，此刻的身份变成了——陪读妈妈。

今年2月，伊娃考上加拿大西安大略大学后，熊靛回到了中国。她的行李箱中多了一沓厚厚的采访笔记，记录着上百位在加拿大陪读的妈妈的故事。她说，这是为爱“迁徙”的中国母亲们的生命记录。

最新数据显示，每年有近10万中国陪读妈妈为了孩子的教育，奔赴异国他乡。这些曾在国内从事企业高管、医生、教师职业的妈妈，选择陪读后似乎一切“归零”，无论曾有何等“光环”，都变成了“海外学区房”里的“时差母亲”。她们平均要在当地生活3年以上，从租房、买菜做饭、接送孩子到学习语言、重构社交融入当地生活，一切都是从头开始。

▼熊靛在加拿大租住的房前铲雪



►熊靛(后)和女儿在加拿大合影

保证一定好好学习，希望再给他一次机会，他还想回美国上学。

8月，小勇再次回到缅因州，就读于另一所中学。但打游戏的习惯很难改掉，几个月后，小勇又出现了心理障碍。2024年1月，小勇摔了一跤，左脚骨裂，岳珊终于获得签证可以到美国看儿子，但这份迟来的陪读已经于事无补。

儿子的“孤独地图”

到美国后，岳珊在儿子学校附近租了一间小公寓，每天租金170美元，贵得离谱。她做的第一顿饭是包馄饨，小勇叫上了其他几个中

疼。更让她揪心的是，她发现小勇的画本里铅笔画满扭曲的时钟与断裂的桥梁，一页页翻，时间从2023年8月一直持续到2024年1月。

晚上，她还常听见小勇的梦呓：“妈妈，我是不是永远做不好？”那一刻，她突然意识到，儿子需要的可能不是眼下的这种日子。在和与小勇所在中学的老师长谈后，岳珊听从了建议，认为小勇的确不适合继续在美国学习，待骨折养好后，还是先回家。

回国前，小勇说想看美国的大海，母子俩飞往迈阿密，深夜的海滩上，小勇第一次向母亲吐露心声：“妈妈，你和爸爸一直吵架，我很烦，我想逃离这个家，所以我才一个人来到美国。但我却总是做不好，每次视频你说‘加油’，我都觉得在透支最后的电量。”

岳珊的故事，折射出不少中国留学家庭的集体困境。数据表明，这些孩子的退学案例中，有心理问题的占比超30%。尤其像缅因州这类偏远地区的学校，往往缺乏针对国际生的文化适配支持系统，又因为签证问题，妈妈陪读时间往往不足一年。

岳珊曾在儿子衣服口袋找到一张被反复摩挲的缅因州地图——上面密密麻麻标注着儿子曾独自走过的便利店、图书馆和深夜无人的校车站台。后来，岳珊把这些地点都走了一遍，用自己的脚步去丈量儿子在异国他乡的“孤独地图”。

“我没有教过孩子如何面对情绪的深井。”在整理儿子的书籍时，岳珊在《小王子》扉页摸到一片干枯的树叶，小勇说这是自己捡的“孤独纪念品”。叶脉间歪斜的字迹写着：“今天数学考了B，妈妈会生气吗？”她的心脏突然抽痛，想起彼时越洋视频里那句“你知道学费有多贵吗”，此刻岳珊却看见儿子那颗怯生生等待接纳的心。

妈妈的改变更大

回国后，岳珊联系了一所国际学校，让小勇重读高二。令人意外的是，那段看似灰暗的留学经历，不但让小勇的英语口语进步明显，并且整个人也变得积极向上乐于助人、更愿意和老师同学沟通了。每次开家长会，小勇都会被老师表扬。

比起儿子，岳珊觉得自己的改变更大。她开始重新审视母子关系，不再像以前一样反复纠正孩子，她学会了接纳与包容，夫妻俩也不再提过去两年的巨额花费。他们告诉小勇，这个世界上没有白走的路，不是孩子不够好，而是身为父母的他们，太怕错过世俗定义的“正确时刻”。

岳珊将自己与儿子两年来的经历写成小故事，分享给向她咨询出国留学的其他家长们，她甚至准备将这个“失败”的案例拍成短剧，免费提供给留学教育平台。她想告诉那些准备送孩子出国的家长们，家长的样子就是未成年孩子的模板，对于孩子身上存在的坏习惯，当然需要约束，循序渐进帮助孩子改掉，但很多时候，父母要反躬自省。

岳珊们的故事，在熊靛的采访本里有近百位。这一代陪读妈妈，不再只是充当生活和情绪的保姆，而是活出了自己的精彩——

刘程，40岁，来自深圳，医生，陪读岁月里，她每天凌晨4时起床复习，备考加国医生考试；徐贝贝，38岁，来自武汉，事业单位辞职，陪读两年，出国前会裁缝手艺，现自学服装设计，未来准备与人合伙开一间服装店；王彤，当陪读妈妈前是大厂资深HR，去加拿大第一年，她就遭遇经济断供和离婚的双重打击，也几乎断了和所有国内朋友的联系，但经过3年努力，她考取了多伦多大学人力资源管理硕士，40岁从陪读妈妈转为留学妈妈……

首都医科大学附属北京安定医院儿童精神医学首席专家郑毅认为，孩子从小要有挫折教育，帮助孩子适应各种环境，逐渐养成克服苦难和应对挫折的能力，这样才能承受压力，适应复杂多变的社会。

熊靛认为，挫折教育同样适用于大人，让人受益终身。如今，她带着10万字书稿回到北京，即将出版自己的第四本书。她写道，那些曾被焦虑折磨的时光，终在海浪般的顿悟中舒展成片片浪花，父母也要成长，他们要做的不只是提着灯笼在迷雾中驱赶，而是把自己站成灯塔，让每艘在外航行的小船都知道，家的方向永远是归途。



图IC



国小留学生，那天孩子们“差点把锅都吃了”，因为他们离开家离开父母后，就再没有吃过家乡的饭菜。

那天，望着孩子们年少稚嫩的脸庞，岳珊哭了。后来，即使在零下20℃的暴风雪中，她也要徒步几公里去为儿子买菜，做热饭热汤。

缅因州冬季长达5个月，这让岳珊很心