

# 新手妈妈 别让月嫂替代了你

专家支持: 朱钱捷  
 采访: 朱钱捷  
 上海摇篮母婴会所所长、国家二级心理咨询师

## 【专家调查档案】

中国家庭历来把生育女当家庭的头等大事看待,过去,生完孩子的新手妈妈们坐月子主要靠家里的老人帮忙照顾,近些年来,越来越多的年轻妈妈更愿意雇月嫂来在月子中照顾孩子和自己。不少人一怀孕就忙着预约月嫂,更有甚者在坐完月子后还离不开月嫂,产生了“月嫂依赖症”。

## 【事件回放】

2011年,如果您预定月嫂需要提前3个月,而今年,您得按半年以上来准备了,因为“龙宝月嫂”太抢手。雇主陈女士的母亲告诉记者,女儿的预产期是9月末,但是担心今年“龙宝扎堆”,雇不到合适的人,所以赶快把人选定下来。“4、5月份(月嫂)肯定是没有了,现在预产期都有排到‘十一’之后了,要是特急的,就得等机会了,看有没有从别家下来的(月嫂)。”家政工作人员表示。“龙妈”郑女士告诉记者,经亲属推荐,她联系了一个月嫂,“人家开口就要6000,还说,7月份也有份活儿,跟我有点儿撞车,让我考虑一下能否雇两个月。后来又提要求,让我定金得交6000元以上,这样她就不再接活了。”(来源:华商晨报)

## A 新手妈妈往往心理准备不足

龙年新春佳节刚过,关于月嫂供不应求的新闻就成了媒体关注的焦点。月子中心床位有限,月嫂似乎成了新手妈妈们不可或缺的依赖对象,对此,钱捷直言:“虽然现在的女性做妈妈的生理年龄普遍比过去要大,过去很多人二十四五就生宝宝了,现在不少人三十左右才当妈妈,可是,从心理上看,现在的新手妈妈们,可能还不如以前的妈妈心理成熟。对于母亲这个全新的社会角色,很多新手妈妈心理上准备不足。”

独生子女政策尚未实施的年代,家庭中通常有好几个孩子,这也让日后要为人母的女孩们有机会看到妈妈是怎样照顾小毛头。如今的新手妈妈们,大多数都是独生

子女,缺少经验,让他们希望从外部获得帮助,月嫂便是很多新手妈妈们的首选了。

钱捷分析说:“很多新手妈妈在育儿观念上和老一辈差异很大。这让她们在坐月子的事情上有点纠结——请妈妈或者婆婆来帮忙照顾月子可能会因为观念差异,引发矛盾,自己对于养育、照料新生儿又完全没有经验。于是,我们会发现,应运而生的月嫂,在这里担当了一个具有现代观念的养育者的角色。她比新手妈妈有经验,知道如何照料新生儿,如何处理月子期间产妇可能遇到的一些状况。但她又不会带着老一辈人的某些老观念,和年轻妈妈产生代沟或者观念冲突。”

## B 依赖背后也许是有待修复的母女关系

心理学上常常会提到原生家庭对一个人的影响,在钱捷看来,母亲甚至会影响几代人。一个女孩和自己父母之间的关系会很大程度上影响到她是否能顺利过渡到自己要承担的母亲的角色。“如果一个女孩和自己的母亲的冲突比较大,或者说,拒绝认同自己的父母,不想成为自己父母那样的人,那么,在她内心里会比较恐惧成为一个母亲——她知道她不想要的,却不知道怎样才是对的。在这种纠结、不自信的状态下,新手妈妈很

容易让自己成为‘孩子’。而月嫂则承担了临时母亲的功能。这样的新手妈妈更容易对月嫂产生依赖感。”

钱捷提醒说,新生命的到来,为一个小家庭开启了新的篇章,也是升级为妈妈和外婆的两个女人之间修复关系的最佳机会。“外婆要更主动地去认识已为人母的自己。要明白,女儿已经是个体大人了。如果这个时候外婆依然把自己已为人母的女儿当成小孩,那可能就会使裂痕加剧。”

## C 月嫂应定位为辅助者

“看护婴儿是件非常辛苦的事情。坐月子期间,很多事情都由月嫂来承担了。现在很多家庭请月嫂的时间大大超过了一个月。”朱嵘将月嫂替代新手妈妈承担的工作总结为几大类,“首先是看护,要对孩子的举动作出相应的反馈。然后是喂养,平均四个小时要喂一次奶,包括半夜里。大约80%的产妇都会遇到导管不通畅或乳汁不够等问题,有经验的月嫂会帮助产妇做按摩、护理。第三是清洁,包括孩子身体的清洁、衣物的清洁等。此外,有的月嫂还会帮助料理月子餐。”

“也许你雇到了一个特别出色的月嫂,在技术和情感上都可以给你和孩子非常好的呵护。但是,有一点很重要,在养育孩子这件事情上,母亲和月嫂的主次关系不应该混淆。”朱嵘提醒说,不少人认为既然雇用了月嫂,就要尽量让月嫂多承担一些工作,但这中间存在一些误区。“月嫂应该定位于协助产妇做些粗活,帮助新手妈妈做她不方便做的活。孩子的健康成长与母亲出生后每一天的教育、影响分不开。从孩子出生,母爱就一直是孩子成长最重要的因素,孩子减少了母爱的享受,对日后的发育成长会造成许多障碍。月子期间妈妈们最主要的事情就是好好恢复体力,认真哺育婴儿。当孩子需要吃时,按需哺乳;当孩子睡觉时妈妈也跟着孩子一起睡觉休息。做每件事都要对着孩子讲述道理,给孩子唱歌,目光与孩子对视,进行感情的交流。这样长大的孩子懂道理、有人情味、有爱心。”

钱捷则建议说:“新手妈妈们初为人母的日子里,也许会遇到很多困难和不顺利,很多事情都要从头学起,一点点摸索,在这个过程中,不要苛责自己。如果你请到了一个很出色的月嫂,那不妨多多向她取点经吧。”



## 中国式闲愁

◎ 罗西

闲愁是一种奢侈的情怀。在锦衣玉食后,在锦杯与浅尝间,在爱与再爱边缘……

闲愁是无病呻吟,是国泰民安后个人主义的小小忧伤或者惆怅;是听一个下午的音乐,换三首老歌;是剩半碗冰糖莲子汤,月上西窗,半依珠帘;是插花后,为那掉下的一桌花瓣开小差,渐觉微凉……

中国式的闲愁带着古典的审美与诗意,还带些许中国后花园般精致的矫情。

闲愁总在青春潮汐后,华美读书前。它比想念浅,比思考飘;比寂寞红,比孤独白;比叹息淡雅,比沉默抒情;比冥想舒松,比等待轻慢……

闲愁,是高楼推窗,而看不到地上的草;是皓月当空,而宴席散去;是春心烟波,是诗心回暖……

中国式闲愁绵延着中国式的情怀,从唐诗宋词,到才子佳人,讲究美、分寸、境界……“举杯望明月,对影成三人”是它的美;“曾经沧海难为水,除却巫山不是云”是它的分寸;“乌宿池边树,僧敲月下门”是它的境界……

如今,都市人在赤裸裸的满足、发泄、表达之后,中国人天性里的诗情再一次如花含露,为一袭突然的晨愁或者几朵滚边的浮云,而渐渐绽放;是需要古典的闲愁和古典的经书一起被翻开,有几分中草药的暗香,装饰滋慰我们渐渐浮躁而空洞的心,原来我们祖上流传的那些闲愁那些花朵,仍然驻留心间,在你不经意的時候,如星辰闪亮在我们需要独处的清夜、怀旧的窗前……

盛世才有闲情漫步或者闲愁,辛弃疾的“闲愁最苦”,那是因为他生不逢“闲”,乱世是没有真正的闲愁的,只有伤时忧国的沉重情怀。宋代人陈汝锡幼时聪颖,曾作诗:“闲愁莫浪遣,留为痛饮资。”诗人黄庭坚称赞说:“我辈人也。”是的,真正闲愁就是诗。

朋友姜丰,现在生活学习在英国剑桥,生下一对漂亮的混血的龙凤胎宝宝,幸福得像“地主家的蜜罐”,但是她说:“我今天得出个结论:愁都是闲

出来的,都是闲愁!”然后就想念诗歌,在夜深人静,偶然间读到自己十年前出版的诗集,才发现自己写过的

东西中,最喜欢的居然是诗。

留一些闲愁,备一些诗情。在不要吟诗只要“快感就喊”的年代,那小小的闲愁自有它的妙处,如同摆在你书架上的那个陶瓷蜡台,几乎不用,却有心烛为它亮着。



插图 庄晓璐