

新生代妈妈画像——

“后浪”妈妈是怎样炼成的？

■ 记者 梁童童

如今有越来越多的新生代妈妈加入到带娃大军的行列中,她们中有很多都是自称“宝宝”的“90后”。与上一代妈妈们相比,她们有更多的自我意识,既包容多元,又充满个性。当“90后”少女们成为妈妈,会给“母亲”这个形象添上怎样鲜艳的色彩?我们采访到几位新生代妈妈,她们有的刚刚完成身份的转变,有的已经在向一个带娃老手成长,她们爱孩子,同时也爱自己。在母亲节即将到来之际,我们一起来看看这些“后浪”妈妈的故事。

“佛系”全职妈妈

摆正心态,
陪孩子慢慢长大

不论是孕前、孕中、孕后,红红都透露出一种“佛”气。“结了婚,觉得可以有娃了,就生了娃。”生养宝宝的难处,红红从亲朋处和网络中也了解过,她的想法是,既然选择了要宝宝,那么接受这些困难也是必然的。

在怀女儿桐桐大概一个多月的时候,红红出现了孕吐、吃不下饭、嗜睡等反应,有些影响心情。一位同事告诉她,不要太在意这些,越想越难受。渐渐地,红红更多是把这些反应当成了一种新奇的体验,“摆正心态,该吃就吃,该睡就睡,也没什么。”

整个孕期,红红自己照顾自己的时间占大多数。生下桐桐后,除了月子期间有月嫂帮忙,主要也是红红自己带孩子,到现在桐桐马上满一岁了,在家呆几天,带宝宝去双方长辈家呆一两天,日子就这么安静平淡地过着。

红红说,对比其他妈妈,自己可能算是“佛”的。快一岁的桐桐身高和体重都不怎么长,不爱吃饭也不喝奶粉,就靠母乳喂养,红红也不着急。虽然宝宝长得慢,但是带着顺手、不费力,就觉得这样慢慢地长大也挺好。“等她长大一些,我就跟她一起出去看看风景,长长阅历。”红红说。

当妈妈的幸福瞬间

还记得一天下午,桐桐坐在飘窗上,突然就发现可以用窗帘把自己藏起来,她躲在窗帘后面,一拉,露出她的小脸蛋,又一拉,就变成了窗帘上粉红色的小影子。每次钻出来,她咧咧嘴地笑着,整个脸都皱成了一团,我的心都要化了。孩子每次对我笑的时候,就是我最幸福的时刻。

“攻略大王”妈妈

做足功课,科学育儿

书羽的宝宝小米,是被妈妈“算”出来的:从备孕时调养身体、算排卵期开始,到后来怀孕十月、生产、带娃,一直到现在,跟小米有关的一切,书羽都提前在网上做足了功课。除了传统的母婴论坛和APP,书羽最喜欢逛一款综合类的时尚APP,因为这里的用户年轻,资讯也更新潮。

小米快半岁了。直到现在,书羽每天都会看看相关的育儿知识和经验,掐指一算,大概会花上两个小时。掌握的信息多了,让书羽度过每一个节点时都比较有谱。拿给宝宝打疫苗来说,自己之前打疫苗时就是直接去打了,但是宝宝的疫苗会分单种、几联,需要选择。做攻略时,书羽才知道疫苗作用的原理是什么,然后根据小米的情况做选择。

“大家都知道我喜欢做攻略,好几个当了妈妈的同事,宝宝比小米大的也会来问我。”书羽说。

之前一段时间,小米的皮肤不太好,擦了很出名的滋润护肤

品还是能感觉到只是油,并不吸收,长了新生儿痤疮带去当地医院,医生说只是有点内分泌问题,不用管。一次,书羽在刷APP时,偶然看见一位著名的儿科医生在分享病例,说是某些宝宝有皮肤问题,可能是缺乏了某种营养素,而这种营养素要大量补充只能依靠护肤品。书羽就买了医生推荐的护肤品试了一试,结果小米的皮肤竟然就这样好了。

当妈妈的幸福瞬间

我总在想,你什么时候才认识我?什么时候你才会叫我“妈妈”?什么时候你的小脑袋才会依恋地钻进我的怀里?你懵懵懂懂的样子,好像什么都不懂,但是最近,无论谁抱着你,你都会睁大眼睛寻找我的位置,只要我的声音响起,你就会认真聆听,每天晚上只要我躺在你旁边,烦躁不安的你就会安静入睡。我发现,尽管你还很小,但对我无条件的信任,是你与生俱来的本能。

“事业心”妈妈

重返职场,爱孩子也爱自己

今年是王晗重返职场的第三年。生了遥遥之后,王晗辞去了小学教师的工作,在家专心带了两年娃。全职妈妈的经历,有幸福,也有无奈。

幸福来源于遥遥。虽然有孩子的姥姥帮忙,但王晗还是选择尽量自己带娃,因为她想在遥遥成长之初的几年好好陪伴他。“据说良好的亲子关系对孩子形成健康的心理、健全的性格很重要。”王晗说。吃穿用度、早教、兴趣培养,有关遥遥的一切事情王晗都亲力亲为,姥姥只是“打辅助”。

然而,幸福之中也有焦虑和迷

茫。王晗说,当全职妈妈时,有好几次她都梦见了自己站在讲台上上课,为人母的幸福并不能替代她重新回到课堂的渴望。在家围着娃转,既没有心思、也没有时间去捋顺自己。出个门,跟自己差不多年纪的女性都打扮得光鲜亮丽;在家刷个朋友圈,也能看见朋友和之前的同事分享着各自精彩的生活,多少还是有一点羡慕。

“有些妈妈能够安心带宝宝,但是我可能不行吧。在家的时间长了,我会觉得跟社会脱节了,焦虑的情绪也会影响到娃娃。”王晗说。

于是,在遥遥两岁多时,王晗终于下定决心重返职场,做回了老师。改变的第一天,王晗很担心遥遥,一下课就给姥姥打电话。没想到,这之前从来没跟妈妈分开超过两个小时以上的遥遥比妈妈还“坚强”,哭闹了一会,就沉浸在自己的玩具世界中了。姥姥还让她不要一阵一阵地打电话,说“娃娃都玩自己的了,你一来,又打扰他”,感觉倒是我离不开他。”王晗说。

回到职场过后,打扮的心思也有了,减肥的动力也有了,王晗感觉自己的状态好了许多,与遥遥相处时的心态也稳了。

“健身达人”妈妈

保持良好状态,才能更好带娃

酷爱健身的小杰,就连孕期也没放下过哑铃。

怀孕之前,1米62的小杰体重120斤,身上的肌肉虽然不是线条分明,但也算若隐若现。“我说我120斤,别人都不相信。”小杰说。

为了维持身材,小杰在孕期科学锻炼,合理饮食,加上妊娠期糖尿病需要控制血糖,小杰在孕前期身材都保持得很好。然而,孕晚期,肚子里的宝宝面包突然胃口大开,小杰进入了一种怎么吃都吃不饱的状态,体重也一路飙升。小杰回忆说,快要临盆的前一个月,她在一周的时间里长了10斤左右,产检的医生再见她时,瞪大了眼睛问她“你是不是肿了”。最终,小杰突破了160斤大关。

生下面包后,小杰下床做的第一件事就是去镜子前看自己的肚子,感觉跟之前一模一样,没有小下去一点点。

小杰对自己的身材一直很

在意,对妊娠纹也是。孕期,她一直认真地擦护理油,整个孕期都没有长妊娠纹,没想到,生产完之后却长了。“我真的是欲哭无泪。”小杰说。

长在身上的肉不会主动离开,肚子上出现的纹理也擦不掉。等身体恢复了一些,小杰马上开始制订锻炼计划,做起了去除妊娠纹的攻略。一斤、两斤,慢慢地,面包长了10斤,小杰也减了将近10斤。带面包的时候,小杰会注意发力方式,一方面避免肌肉劳损;另一方面也当锻炼了。

当妈妈的幸福瞬间

做女儿的时候,看到有关妈妈的东西,总是哭。她为了我受委屈,我自责、内疚。做妈妈的时候,看到有关妈妈的东西,却是一种释怀。原来在妈妈看来,为孩子受点委屈都是小事。与孩子相遇的幸福足以照亮人生中所有的黑暗与挫折。

当妈妈的幸福瞬间

——妈妈,你、爸爸、姥姥谁最爱我?

——我们都很爱你,只是爱你的方式不一样。

——哦,我知道了,祖祖爱我的方式就是给我拿钱。

——因为她不能经常陪你。而且钱还是挺重要的,有了钱,你才能买你喜欢的怪兽呀!

——对,没钱什么都买不到了。

——也不是,钱虽然挺重要,但也不是最重要的。

——嗯,我觉得爱最重要。

才5岁的小朋友,想得还挺多,不过,还挺有哲理的样子。

妈妈们育儿经

个性育儿与高质量陪伴

作为一名从业近30年的产科护士,王敏见证了无数位妈妈的“诞生”。

近几年,“90后”成了妈妈群体中的主力军。有个性、讲科学、尊重孩子、淡定、硬核……这些新生代妈妈快乐地分享着各自的育儿日常。她们一方面深知养育生命的严肃;一方面也更加关注自我的成长。

书羽之所以喜欢用某款时尚APP来学习育儿知识,就是因为这上面的用户大多都是活跃的年轻人。她说,“这款APP育儿板块虽然不大,但是信息很新、很全,甚至超过了传统的母婴论坛。因为我们这一代很多人都喜欢做‘攻略’。”

信息获取的便捷,帮助了诸位新手妈妈快速成长,也推动育儿方式进一步地精细化、科学化。书羽谈起自己第一次接触袋装果泥时的惊讶,“就这么一袋水果泥,说是能更完整地保留营养,更好吸收,也方便携

带,就这么贵。但是一边抱怨、一边看,看着看着,竟然就买了。”书羽说,自己的性格比较要强,对育儿也是一样。当她知道了有更好的方式、自己又有能力时,就一定要做到。

获取的信息多了,给新手父母提供了更多的选择,但同时,对他们的判断力也是一种考验。第一次听到“哭声免疫法”时,王晗觉得有几分道理,还想着可以试试看。但是,她越想越觉得不大对劲,便搜集了更多信息,才知道这种方法可能存在的危害,便立即打消了这个念头。

现在,大多数新生代爸妈要处理的问题还处于低幼阶段,暂时不用面对学习考试的压力,但是已经有不少爸妈开始考虑是否要“鸡娃”的问题了。王晗的孩子遥遥,明年就要上小学了,她觉得自己可能会偏“佛”一点,至于能不能不被环境影响,还真说不好。当遥遥跟其他小朋友呆在一起,

显露出某些短板的时候,她还是会在这方面加强对他的锻炼,一边锻炼,也一边反思自己是否把握好了“度”。

“我觉得小米这一代是很幸福的,因为他们的父母在成为父母之前,不但知道物质、精神关爱要双管齐下,还知道反思。像我爸妈,就是更重物质,也不知道反思。”书羽说。像要高质量陪伴、控制情绪、尊重孩子的独立性等比较现代的教育观念,相比自己的父母辈,新生代爸妈接触得比较多。

王敏也认为,相比自己的时代,现在的父母压力可能要大一些。王敏是“60后”,在她刚当妈妈时,想的就是要保证孩子的吃穿,然后就奔着学习去,至于精神方面,全凭母性本能和“同行”之间的交流去一点点摸索。方式上,可能不比现在科学,但是思想负担确实要少一些。

红红算是新手爸妈里比较豁达的,但有时

还是会“焦”一下,为不长肉的娃,也为好久没做头发和指甲的自己。“毕竟随时都能知道别家娃又怎样了,别家妈又怎样了。不过我还是觉得,认清自己和自己的目标最重要。”红红说。

受时代的影响,新生代妈妈们更多地保留了自己的个性,是什么样的少女,就当什么样的妈。有的兵来将挡,水来土掩;有的把大大小小的事全部纳入计划之中。身处这个物质充裕、信息爆炸的环境中,她们的选择更多、思考也更多,她们勇敢选择,也勇敢承担。

(除王敏外,文中人物均为化名)

