

CHOUXIANG STORY

NOT RESEARCH



Psychological *Shit*

PSYCHOLOGICAL SHIT ASSOCIATION

缺位的“母职”与情感的补偿：从“妻母非母”到“男妈妈”的现象分析

The Absence of Motherhood and Emotional Compensation: From “Wife-Mother but Not Mother” to the Rise of the “Male Mom” Phenomenon

能工智人¹

¹ 加里敦 office

Correspondence: 能工智人,
布拿拿丛林

摘要

本文探讨“妻母非母”这一传统家庭伦理概念与网络亚文化中“男妈妈”现象之间的内在关联，提出一个核心观点：当原生家庭中因“妻母非母”导致母职功能缺位时，个体可能在成年后的亲密关系中，通过寻求一个“男妈妈”式的伴侣来进行情感补偿。本文首先厘清“妻母非母”的概念内涵，分析其在传统家庭结构中的表现形态及对子女情感发展的影响；继而考察“男妈妈”形象的兴起及其在当代亲密关系中的角色再造；然后运用依恋理论与补偿心理机制，论证两者之间的因果逻辑；在此基础上，引入家庭系统视角，分析父亲在场与缺位如何构成“妻母非母”的重要背景，并揭示“男妈妈”形象所承载的父职与母职双重补偿期待；进一步，本文通过与精神分析“恋母情结”概念的辨析，厘清“情感补偿”与“性欲依恋”的本质区别，确立“母职补偿”这一核心分析框架；最后，本文探讨这一情感补偿机制在消费主义和视觉文化影响下的异化现象——当“男妈妈”被简化为“大胸肌肉男”的身体符号时，真正的“妈妈”特质（情感照料功能）反而被边缘化。研究发现，这种情感补偿既是对传统母职缺位的回应，也折射出当代社会对亲密关系的重新想象，以及性别角色的流动

与重构；而其异化形式则揭示了情感需求在视觉文化时代面临的深层困境。

关键词

妻母非母；男妈妈；情感补偿；亲密关系；母职缺位；父亲角色；恋母情结；异化

1 | 引言

近年来，网络空间中“男妈妈”一词悄然流行。这一看似矛盾的称呼，指代那些在亲密关系中主动承担照料、关怀、情感支持等传统“母职”功能的男性形象。与此同时，“妻母非母”这一源自文学批评的概念也逐渐进入公众视野，用以描述那些虽有母亲身份却未能履行母职情感功能的女性。这两个看似分属不同领域的概念，实则指向同一个核心问题：在现代家庭结构与亲密关系的变迁中，“母职”这一情感功能正在经历怎样的流动与重构？

本文试图将这两个概念并置考察，提出一个中心论点：当原生家庭中出现“妻母非母”现象，即母亲因种种原因未能提供足够的情感温暖与照料时，子女（无论男女）可能在成年后的恋爱关系中，无意识地寻求一个“男妈妈”式的伴侣，以此完成对童年缺位母职的情感补偿。这一现象既是个体心理发展的投射，也是社会性别角色变迁的缩影。

然而，仅从母子关系视角理解这一关联可能失之片面。在真实的家庭系统中，母亲无法履行母职，往往与父亲的角色密切相关——无论是父亲的缺位，还是父亲作为压力源的存在，都可能构成“妻母非母”的重要背景。引入这一维度，不仅有助于更全面地理解情感补偿的成因，也能揭示“男妈妈”形象何以承载着比“母职补偿”更丰富的期待。

同时，当讨论对“男妈妈”的渴望时，一个无法回避的理论问题是：这是否只是精神分析意义上“恋母情结”的当代翻版？对这一问题的回答，不仅关乎论文的理论定位，也关系到能否准确理解“情感补偿”的独特内涵。

更进一步地，当这一情感补偿机制进入公共话语空间后，其内涵发生了复杂的演变。在视觉文化与消费主义的裹挟下，“妈妈”所代表的情感功能，逐渐被“男”所代表的身体符号所遮蔽，形成“补偿的异化”。这一异化现象，恰恰揭示了情感需求在当代社会面临的深层困境，也构成了本文需要深入探讨的问题。

2 | “妻母非母”：概念溯源与内涵辨析

2.1 概念的提出：从祥林嫂说起

“妻母非母”这一概念最早见于对鲁迅小说《祝福》中祥林嫂形象的文学分析。研究者指出，祥林嫂“嫁了两个丈夫，生了儿子阿毛，似乎该拥有的已经拥有了”，但仔细考察便会发现，“祥林嫂并不具备这种妻性和母性”。她与第一任丈夫结婚数年却无子嗣，暗示着这段婚姻中“妻性”的缺失；与贺老六的结合则是在被强迫下的屈从，“从人格上与贺老六是不平等的”，其妻性“是贺老六一厢情愿的发泄，而非感情相悦基础上的妻性”。至于儿子阿毛，研究者尖锐地指出，这是“不平等人格基础上的畸形儿”，祥林嫂对阿毛的疼爱“则是过多把阿毛看作是手中的‘砝码’，是能守住房子，得以安身的护身符”。

由此，“妻母非母”最初被用来描述这样一种状态：一个女性虽然在名义上拥有妻子和母亲的身份，但在实质性的情感互动中，未能真正履行这些身份所应承载的情感功能。她“有妻之名，无妻之实；有母之名，无母之实”。

2.2 当代语境下的延

进入当代语境，“妻母非母”的内涵得到进一步扩展。在 2024 年诺贝尔文学奖得主爱丽丝·门罗的案例中，这一概念被用来分析门罗与其小女儿 Andrea 的关系。门罗在得知女儿幼年遭受继父性侵后，最终选择回到丈夫身边，并在公开采访中宣称与女儿们关系“亲密”。播客节目在分析这一事件时指出，门罗身上体现出“妻母非母”的特征：她“臣服于丈夫对自己的垂青”，在“父权结构和性缘思维下”，呈现出“母亲与女儿的雌竞和利用关系”。

这一案例揭示出“妻母非母”的另一层内涵：当女性将“妻子”身份（即与男性的关系）置于“母亲”身份（即与子女的关系）之上时，母职功能便可能发生异化。母亲不再是子女情感安全的港湾，反而可能成为父权结构在家庭内部的代理人，甚至是女儿情感安全的威胁者。正如播客中所言，这类母亲“不仅是敌人，还是获得父权认可的工具”，“永远不站在女儿这边”。

2.3 “妻母非母”的情感后果

无论是祥林嫂式的被迫缺位，还是门罗式的主动选择，“妻母非母”的共同后果是：子女在成长过程中未能获得充足的情感照料与安全依恋。这种缺位可能表现为：

1. 情感回应的匮乏：母亲对子女的情感需求缺乏敏感回应，子女的喜怒哀乐难以得到共情与抚慰。
2. 保护功能的缺失：当子女遭遇外部伤害时，母亲未能提供有效的保护，甚至可能成为伤害的共谋者。
3. 安全基地的崩塌：子女无法将母亲视为可以依靠的“安全基地”，在探索世界时缺乏情感支撑。
4. 情感表达的扭曲：家庭中的情感互动被工具化，爱成为交换条件或控制手段，而非无条件地给予。

这些情感后果，构成了个体日后在亲密关系中寻求补偿的心理动因。

3 | “男妈妈”：亲密关系中的角色再造

3.1 概念的兴起

“男妈妈”一词源自网络亚文化，最初用于形容动漫、游戏作品中那些温柔细腻、善于照顾他人的男性角色。随着这一称呼的流行，它逐渐被用来指代现实生活中具备类似特质的男性：他们主动承担家务、细心照料伴侣的情绪、提供无微不至的关怀与支持。

“男妈妈”这一称呼的有趣之处在于，它将传统上被视为“母性”特质的内容，与“男性”身份并置，形成了语义上的张力。这种张力恰恰揭示了当代社会对性别角色的反思：照料、关怀、情感支持等功能，是否天然与女性绑定？男性能否成为这些功能的承担者？

3.2 作为情感补偿对象的“男妈妈”

从情感补偿的角度看，“男妈妈”之所以成为部分个体的理想伴侣类型，恰恰是因为他们能够提供那些在原生家庭中缺失的情感功能：

1. 无条件的积极关注：与“妻母非母”中情感回应的匮乏相反，“男妈妈”式的伴侣往往能够敏锐地捕捉伴侣的情绪变化，并及时给予回应。

2. 安全的情感容器：他们能够容纳伴侣的情绪宣泄，不因其脆弱或失控而退缩或指责。

3. 主动的照料行为：他们会主动承担日常生活中的照料工作，如做饭、整理、照顾生病的伴侣等，这些行为本身就是情感的表达。

4. 情感优先的价值取向：他们将亲密关系中的情感联结置于重要位置，愿意为此投入时间和精力。

这些特质，恰好构成对“妻母非母”式情感缺位的反向补偿。个体在原生家庭中未能获得的情感满足，通过选择一个“男妈妈”式的伴侣来重新获得。

3.3 性别角色的流动

值得注意的是，“男妈妈”现象的出现，本身也标志着性别角色的流动与重构。传统社会性别规范将“工具性”特质（如理性、坚强、独立）赋予男性，将“表达性”特质（如温柔、体贴、感性）赋予女性，形成了一套严格的性别分工体系。在这一体系下，照料劳动被自然化为女性的天职，而男性参与照料则被视为“帮忙”而非分内之事。

“男妈妈”形象的出现，挑战了这种性别化的分工逻辑。它表明，照料、关怀、情感支持等功能，并非由生理性别决定，而是可以被任何性别的人所承担。这种性别角色的流动性，

既为个体提供了更多样的自我表达方式，也为亲密关系中的情感补偿创造了可能——那些在原生家庭中未能获得足够情感照料的人，不必局限于在异性身上寻找补偿，而可以在任何性别的人身上，寻找那个能够提供“母职”功能的伴侣。

4 | 情感的补偿：从“缺位”到“再造”

4.1 依恋理论视角下的解释

依恋理论为理解“妻母非母”与“男妈妈”之间的关联提供了重要的理论框架。根据这一理论，个体早期与主要照料者（通常是母亲）的互动模式，会内化为一种“内部工作模型”，影响其日后与他人建立关系的方式。如果早期照料者能够提供敏感、及时、一致的回应，个体便会形成“安全型依恋”，相信自己是值得被爱的，他人是可以信赖的；反之，如果早期照料者情感回应匮乏或不稳定，个体则可能形成“不安全型依恋”，在日后的亲密关系中表现出焦虑或回避的倾向。

“妻母非母”的家庭环境，恰恰容易催生不安全型依恋。当母亲“有母之名，无母之实”时，子女处于一种矛盾的状态：他们在名义上拥有一个母亲，却在情感体验中感受不到母性的温暖。这种名实分离的状态，使子女难以建立对他人情感回应的稳定预期，既渴望亲密，又害怕被拒绝或伤害。

成年后，这类个体在亲密关系中可能表现出两种看似矛盾的倾向：一方面，他们对情感回应有着强烈的渴求，希望伴侣能够提供那种早期未能获得的无条件的关爱；另一方面，他们又对伴侣的情感投入保持警惕，担心再次体验被忽视或抛弃的痛苦。选择一个“男妈妈”式的伴侣，恰好可以同时回应这两方面的需求：这类伴侣的高情感回应性，满足了他们对关爱的渴求；而其稳定的照料行为，则有助于重建对他人情感可靠性的信任。

4.2 补偿心理机制

从补偿心理的角度看，“男妈妈”式伴侣的选择，可以被理解为一种无意识的情感补偿行为。个体在原生家庭中未能获得的情感满足，被投射到亲密关系中，希望通过选择一个能够提供这些情感功能的伴侣来“弥补”童年的缺失。

这种补偿机制有几个值得注意的特点：

首先，它是无意识的。个体在选择伴侣时，往往并非有意识地寻找一个“母亲替代品”，而是被那些能够唤起安全感的人所吸引。这种吸引力本身就包含着早期经验的投射。

其次，它具有创造性。补偿并非简单的复制或替代，而是一种创造性的重构。“男妈妈”式的伴侣并非真的扮演“母亲”角色，而是在平等的伴侣关系中，以一种新的方式提供那些传统

上由母亲提供的情感功能。

再次，它可能带来疗愈。当个体在一段安全的亲密关系中，持续获得足够的情感回应时，其早期形成的不安全依恋模式可能得到修正，形成新的、更积极的人际关系预期。这种“矫正性情感体验”是心理疗愈的重要机制。

4.3 从个体到社会：现象的意义

从家庭变迁的角度看，这一现象折射出现代家庭中“母职”功能的转型。随着女性大规模进入劳动力市场，传统的“全职母亲”模式越来越难以维持，“密集母职”的期待与现实之间产生了深刻的张力。一方面，社会仍然期待母亲承担主要的情感照料责任；另一方面，母亲自身的精力、时间、情感资源却因工作而被大量消耗。这种张力可能导致母职功能的部分缺位，催生“妻母非母”式的家庭处境。

从性别平等的角度看，“男妈妈”现象的出现，为重新分配情感照料劳动提供了可能。如果男性可以成为情感照料的主要承担者，那么女性就不必独自背负“母职”的重担，性别分工的僵化格局也有望被打破。这不仅是个人选择的自由，也是社会进步的方向。

4.4 父亲的在场与缺位：家庭系统的双重动力

当探讨“妻母非母”导致的情感缺位时，不能忽视父亲在这一家庭动态中的角色。父亲的缺位或作为压力源，往往是“妻母非母”得以维持甚至加剧的重要背景。

(1) 父亲缺位如何加剧“妻母非母”

父亲的缺位（无论是物理上的缺席，还是情感上的疏离）对家庭系统产生多重影响：

- 母亲的资源超载：当父亲缺席时，母亲往往需要独自承担经济、家务、子女照料等多重压力。在这种超载状态下，母亲自身的情感资源被大量消耗，难以为子女提供充足的情感回应——这正是“有母之名，无母之实”的重要成因。换句话说，父亲的缺位，可能是母亲“无法成为母亲”的结构原因。在这个意义上，“妻母非母”并非单纯的母亲个人问题，而是家庭系统失衡的产物。

- 子女情感需求的转移与落空：在健康的家庭系统中，父亲和母亲共同构成子女的情感支撑网络。当父亲缺位时，子女对情感回应的全部期待都压在母亲一人身上。这种高度集中的期待，一旦母亲无法满足，便会形成更强烈的失落感。正如依恋理论所揭示的，子女需要的是一个“安全基地网络”，而非单一的安全基地。父亲缺位意味着这个网络的坍塌，使得母亲身上承载了过高的、难以实现的情感期待。

- “母职”被过度理想化：当父亲缺位时，母亲往往被子女（和社会）赋予过高的期待——她必须同时扮演父亲和母亲的双重角色。这种过度期待与现实的落差，反而更容易使母亲被感知为“不合格”，加剧“妻母非母”的体验。子女可能因此而产生双重失望：既得不到父亲的陪

伴，也得不到“足够好”的母亲。

（2）父亲作为压力源

比缺位更复杂的，是父亲作为家庭中的压力源——即父亲在场，但他的存在本身带来的是恐惧、压抑或情感耗竭。

- 父权压力与母亲的屈从：在前文门罗的案例中，门罗之所以选择站在丈夫一边而非保护女儿，正是因为她在“父权结构和性缘思维下”臣服于丈夫。这里的父亲不仅是缺位的，更是作为权力压力源存在的——他的存在使母亲无法履行母职，甚至使母亲成为父权的代理人。母亲在父权压力下的屈从，恰恰是“妻母非母”得以形成的关键机制。在这个意义上，“妻母非母”正是父权压力在家庭内部传导的结果，是母亲在权力结构中的弱势地位转化为子女情感缺失的中介环节。

- 子女的“双重缺位”体验：当父亲是压力源时，子女面临的是更为复杂的困境：他们不仅无法从母亲那里获得足够的情感回应（因为母亲也处于受压状态，其情感资源被用于应对来自父亲的压力），还直接承受父亲带来的恐惧或压抑。这种“双重缺位”——一个无法提供安全感的父亲，加上一个无法提供情感回应的母亲——构成了更严重的情感创伤基础。子女在成长过程中既没有安全的依恋对象，也没有可躲避的避风港。

- 对“安全男性形象”的渴望：当父亲作为压力源时，子女（尤其是女儿）可能形成对“安全男性形象”的强烈渴望。这种渴望与对母职补偿的渴望叠加，共同投射到“男妈妈”这一形象上——他既是“妈妈”（提供情感照料），又是“男”（提供一种与压力源父亲相反的、安全的男性气质）。在这个意义上，“男妈妈”不仅是对缺位母职的补偿，也是对缺位/压力源父亲的双重补偿。

（3）男妈妈：父职与母职的双重想象

引入父亲维度后，“男妈妈”的内涵变得更加丰富。它可能同时承载着两种补偿期待：

- 母职补偿：提供无条件的积极关注、情感回应、日常照料——这是对“妻母非母”的反向补偿。

- 父职补偿：提供安全感、保护感、稳定的存在——这是对缺位/压力源父亲的反向补偿。

当“大胸肌肉男”被纳入“男妈妈”范畴时，这种双重补偿的想象尤为明显：宽阔的胸膛和粗壮的手臂，既是“可以依靠”的身体符号（父职层面的安全感），又被想象为“温暖”的来源（母职层面的情感照料）。在这个符号中，父亲应有的“保护”与母亲应有的“温暖”被整合到了同一个身体上。这正是“男妈妈”形象如此富有吸引力的深层原因——它同时回应了两种缺位，提供了一个完整的、理想化的“安全父母”想象。

（4）家庭系统视角的理论意义

将父亲纳入分析框架，意味着从“个体心理补偿”转向“家庭系统动力”。这种转换带来几个理论收益：

- 避免“责怪母亲”的陷阱：单独讨论“妻母非母”容易滑向对母亲的责备——仿佛母亲个人的“不合格”是问题的全部。引入父亲角色后，我们可以看到，“妻母非母”往往是在特定家庭结构（父亲缺位）和权力关系（父权压力）中形成的。母亲既是问题的“执行者”，也可能是问题的“受害者”。这一视角有助于更公允地理解家庭动态，避免简单化的道德评判。

- 揭示补偿的多维性：对“男妈妈”的渴望，可能不是单一的“找妈妈”，而是对一整套安全家庭关系的想象——一个有情感回应的照料者，加上一个稳定可靠的保护者。当原生家庭中这两者同时缺位时，“男妈妈”就成了它们的替代性集合体。这种多维补偿的视角，有助于解释为什么“男妈妈”形象能够引发如此广泛的情感共鸣。

- 解释异化的深层动因：为什么“大胸肌肉男”式的“男妈妈”崇拜如此流行？部分原因可能是，它同时满足了人们对“母职温暖”和“父职保护”的双重想象。在消费主义的包装下，这种双重想象被简化为身体符号——肌肉既代表保护（父职），又被想象为温暖（母职）。这是一个高度浓缩的、可供消费的安全幻想，其流行恰恰印证了双重缺位的普遍性。

4.5 延伸讨论：与“恋母情结”的关联与分野

当讨论对“男妈妈”的渴望时，一个无法回避的理论问题是：这是否只是精神分析意义上“恋母情结”（Oedipus complex）的当代翻版？对这一问题的回答，不仅关乎论文的理论定位，也关系到能否准确理解“情感补偿”的独特内涵。

（1）恋母情结的核心内涵

弗洛伊德提出的恋母情结，指的是儿童在 3-6 岁的性心理发展阶段，对异性父母产生性欲层面的依恋，同时对同性父母产生敌意和排斥。在男孩身上，表现为“恋母弑父”的冲动；在女孩身上，则表现为“恋父妒母”的厄勒克特拉情结。

这一概念包含几个关键要素：

- 性欲化：对母亲的情感带有性欲色彩
- 三角结构：涉及父亲、母亲、孩子三方的竞争关系
- 发展阶段：是特定年龄阶段的正常现象，最终通过认同同性父母而被超越
- 潜意识：这些欲望和冲突大多被压抑在潜意识层面

（2）与“男妈妈”现象的核心分野

将本文讨论的“男妈妈”现象与恋母情结并置考察，可以发现以下几个维度的本质区别：

维度	恋母情结	“男妈妈”现象
欲望性质	性欲化的、指向生母	情感依恋的、指向照料功能
对象指向	特定个体（生母）	特定功能（母职）
性别结构	异性恋预设（男恋母/女恋父）	性别流动（男女均可寻求男妈妈）
关系结构	三角竞争（排斥同性父母）	二元补偿（填补缺失）
意识层面	被压抑的潜意识	可被意识到的情感需求
发展位置	特定阶段，需超越	可贯穿成年期，可带来疗愈

（3）更准确的参照：并非恋母，而是“母职补偿”

基于以上对比，可以得出一个更准确的定位：本文所讨论的现象，本质上是对缺位母职的情感补偿，而非对母亲本人的性欲化依恋。

这里的核心区别在于：

- 恋母情结渴望的是母亲这个人（作为欲望对象）
- “男妈妈”现象渴望的是母亲曾经应该提供但没有提供的功能（作为情感资源）

前者是对象指向的，后者是功能指向的。当一个因“妻母非母”而情感缺位的人渴望“男妈妈”时，他/她渴望的是被无条件关注、被温柔照料、被情感容纳——这些是母职的功能，而非母亲这个人本身。如果有一个男性能够提供这些功能，同样可以成为渴望的对象。

这也解释了为什么“男妈妈”可以是一个肌肉男——因为功能不依附于特定性别，也不依附于特定身体。当然，这也为后来的异化埋下了伏笔：当功能被身体符号替代时，人们以为自己渴望的是肌肉男，实际上渴望的仍然是肌肉男所“象征”的照料与保护功能。

（4）一个更贴切的理论框架：温尼科特的“足够好的母亲”

相比弗洛伊德的恋母情结，英国精神分析学家温尼科特（D.W. Winnicott）的“足够好的母亲”（good enough mother）概念，可能更贴近本文的议题。

温尼科特指出，婴儿的健康发展需要一个“足够好的母亲”——她能够提供“抱持性环境”（holding environment），及时回应婴儿的需求，使婴儿获得“全能感”和安全感。随着婴儿成长，“足够好的母亲”会逐渐减少回应，让婴儿适应挫折。

当原生家庭中出现“妻母非母”时，意味着母亲未能提供这种“足够好的”抱持性环境。个体在成年后寻求“男妈妈”，正是对那个未能获得的“足够好的母亲”的补偿性追寻。而“男妈

妈”之所以是“男”，恰恰体现了补偿的创造性——它不必回到原来的母亲，而是可以在任何人身上、以任何性别的方式，重新获得那种被抱持的体验。

（5）父亲维度与恋母情结的对照

引入父亲维度后，与恋母情结的对照变得更加复杂：

在经典恋母情结中，父亲是“竞争对手”——男孩需要超越对母亲的依恋，认同父亲，才能完成心理发展。但在本文的框架中，父亲并非竞争对手，而是缺席者或压力源。这意味着：

- 个体不需要“弑父”来获得母亲，因为母亲本就没有充分在场；
- 个体也不需要认同父亲来获得男性气质，因为父亲要么不在，要么提供的是负面模板；
- 因此，“男妈妈”的出现，恰恰填补了这两个同时缺位的位置——既是母亲功能的重现，也是安全男性形象的再造。

在这个意义上，“男妈妈”现象不是在重复恋母情结，而是在重构一个从未存在过的、理想化的父母形象。它不是儿童期未完成任务的简单延续，而是成年期基于缺失的创造性建构。

（6）理论意义：从“性欲范式”到“情感范式”的转换

将本文议题与恋母情结区分开来，还有一个更深层的理论意义：它标志着精神分析话语从性欲范式向情感范式的转换。

弗洛伊德的时代，谈论“性”是打破禁忌的激进之举；但在当代，情感需求、依恋关系、照料劳动这些议题，可能比性欲更能解释人们在亲密关系中的深层动力。本文将“妻母非母”与“男妈妈”并置，正是在情感范式中展开的讨论——关注的是人如何被爱、如何被照料、如何获得安全感，而非如何满足被压抑的性欲。

这种范式转换，也使本文能够与当代的性别研究、家庭社会学、情感社会学形成更有效的对话。

5 | 补偿的异化：从“情感照料”到“身体符号”

当“男妈妈”从一种私人的情感想象进入公共话语空间，尤其是进入消费主义的视觉传播体系后，其内涵发生了微妙的偏移。“大胸肌肉男”被纳入“男妈妈”的范畴，恰恰揭示了这种异化的方向——人们追求的可能是“男”而不是“妈妈”，是身体符号而不是情感功能。

5.1 符号的替换：用“身体”代替“功能”

在原始的“男妈妈”想象中，核心是行为：做饭、盖被子、听倾诉、擦眼泪——这些是“妈妈”功能的体现。但当“大胸肌肉男”被迫捧为“男妈妈”时，核心变成了身体：宽阔的胸膛被想象为“可以依靠”，粗壮的手臂被想象为“有安全感”，腹肌被想象为“温暖”。

这里发生了一个关键转换：

- 从“做什么”到“是什么”：重要的不再是这个人是否会照顾人，而是这个人看起来能不能照顾人。

- 从“情感安全”到“视觉安全”：肌肉给予的是一种视觉上的、象征性的安全感，而非实际互动中建立的情感安全。

- 从“关系性”到“对象性”：情感照料发生在关系之中，需要双方的互动与时间；而身体符号可以被单独观看、消费、收藏，无需进入真实的关系。

这种符号替换的后果是：“男妈妈”原本指向的情感补偿功能被悬置，取而代之的是一种可供视觉消费的身体景观。更值得警惕的是，当身体符号取代情感功能成为“男妈妈”的核心定义后，那些真正具备情感照料能力但不符合身体审美标准的男性，反而被排除在这一话语之外。

5.2 消费主义逻辑的介入

这种异化背后，是消费主义对身体符号的收编。在视觉文化主导的时代，可展示的、可量化的身体特征（胸围、臂围、体脂率）比难以量化的情感能力（耐心、共情力、照料意愿）更容易被传播和消费。社交媒体上的“男妈妈”标签，越来越多地与健身照片、脱衣视频绑定。原本指向情感需求的词汇，变成了身体消费流量入口。

这种“去功能化”的趋势，使得“男妈妈”逐渐脱离其原有的情感补偿意义，成为一种新的身体审美标签。在这一标签下，一个拥有大胸肌但冷漠自私的男性，可能比一个温柔体贴但身材普通的男性更被优先称为“男妈妈”。这标志着概念的彻底翻转：原本“妈妈”是内核、“男”是修饰，现在“男”（作为身体符号）成为内核，“妈妈”沦为空洞的修饰语。

从家庭系统的视角看，这种异化尤为值得警惕：当“男妈妈”被简化为“大胸肌肉男”时，原本可能承载的父职与母职双重补偿想象，也被简化为单一的身体符号。“保护”不再是关系中的稳定存在，而是胸肌的视觉冲击；“温暖”不再是情感回应的持续提供，而是被想象为肌肉的体温。双重缺位的复杂情感需求，被压缩为一个可供消费的视觉符号。

5.3 “爽文化”与情感需求的浅层满足

“肌肉”式的“男妈妈”崇拜，还与当代“爽文化”密切相关。在压力巨大的生活中，人们需要的可能不是真正进入一段需要付出的亲密关系，而是一种即时可得的、无需投入的想象性满足。观看肌肉男的照片或短视频，提供的就是这种满足：无需面对真实关系中必然存在的摩

擦、失望、磨合，只需享受视觉带来的愉悦和想象带来的安慰。

这种浅层满足，恰恰回避了真正的情感补偿所需要的深度互动。真正的补偿需要时间、需要投入、需要面对关系中可能出现的二次伤害；而视觉消费只需要滑动屏幕，即可获得即时的、无需承担风险的愉悦。在这个意义上，“肌肉”式的“男妈妈”崇拜，恰恰构成了对真实情感补偿需求的逃避——用符号的占有替代关系的建立，用视觉的快感替代情感的满足。

对于那些因“妻母非母”和父亲缺位/压力而形成双重情感缺位的个体而言，这种逃避尤为危险。他们可能被“大胸肌肉男”的视觉符号所吸引，误以为找到了那个既能提供温暖又能提供保护的理想形象；但当他们试图用视觉消费替代真实关系时，真正的情感补偿反而无法实现，甚至可能因为期待落空而加深创伤。

5.4 异化的后果：真正的“妈妈”特质被边缘化

当“肌肉”成为“男妈妈”的代表时，那些真正具备“妈妈”特质——温柔、耐心、善于倾听、乐于照料——但不符合身体审美标准的男性，反而被排除在这一话语之外。这意味着：

(1) 情感能力再次被身体条件遮蔽：性别平等的进展被新的身体等级制抵消。原本“男妈妈”概念的出现，本可以打破“照料=女性”的刻板印象，让更多男性敢于展现温柔特质；但当“男妈妈”被简化为身体符号后，温柔特质本身反而变得无关紧要，男性同样被纳入“必须拥有某种身体”的焦虑之中。

(2) 有真实情感需求的个体可能被误导：那些因家庭系统失衡而渴望情感补偿的人，如果被“肌肉”式的“男妈妈”话语所引导，可能误以为追求到这样的伴侣就能获得情感补偿。结果却发现，身体符号无法替代情感互动，视觉满足无法疗愈情感创伤。这种误导可能使他们陷入更深的失望——既没有得到想象中的“男妈妈”，也错过了那些真正能够提供情感照料的人。

(3) “男妈妈”这一概念的批判潜力被削弱：它本可以挑战性别分工、重新定义男性气质、揭示家庭系统失衡的情感后果，但在消费主义的收编下，变成了另一种身体规训。温柔、照料、情感回应这些原本处于核心地位的品质被边缘化，取而代之的是可量化的身体数据。

5.5 异化与补偿的张力

需要指出的是，这种异化并非对情感补偿逻辑的否定，而是其复杂呈现。正是因为“男妈妈”所代表的情感补偿需求真实存在且足够强烈，这一符号才具有被消费主义收编的价值。资本追逐的不是概念，而是概念背后的人群及其情感需求。双重缺位的普遍性，恰恰是“肌肉”式“男妈妈”能够成为流行符号的社会基础。

因此，“肌肉”式的“男妈妈”崇拜，与本文核心论证的“情感补偿逻辑”之间，存在着一种复杂的张力关系：

一方面，它是情感补偿需求的衍生品——正是因为人们渴望被照顾、被保护，才会对那些“看起来能够照顾人、保护人”的身体特征产生好感；

另一方面，它又是情感补偿需求的替代品——用视觉消费替代真实关系，用身体符号替代情感功能，使真正的补偿难以实现。

这种张力揭示出当代社会情感生活的深层困境：情感需求真实存在，但满足需求的路径却被消费主义、视觉文化、社交媒体的逻辑所中介和扭曲。人们知道自己在渴望什么，却越来越难以找到真正能够满足这种渴望的对象。而家庭系统的失衡——无论是“妻母非母”式的母职缺位，还是父亲的缺位或压力——恰恰是这些渴望的深层根源。

6 | 结语

本文尝试将“妻母非母”与“男妈妈”这两个看似不相关的概念并置考查，揭示它们之间的内在关联：当原生家庭中因“妻母非母”导致母职功能缺位时，个体可能在成年后的亲密关系中，通过寻求一个“男妈妈”式的伴侣来进行情感补偿。引入家庭系统视角后，我们进一步看到：父亲的缺位或作为压力源，往往是“妻母非母”得以形成的重要背景，而“男妈妈”形象也因此承载着对母职温暖和父职保护的双重补偿期待。通过与恋母情结概念的辨析，我们明确了这种补偿的独特性——它不是对母亲本人的性欲化依恋，而是对缺位母职功能的情感追寻，是从“性欲范式”向“情感范式”的理论转换。这一补偿机制，既是个体心理发展的投射，也折射出当代家庭变迁与性别角色重构的宏观图景。

然而，这一情感补偿机制并非在真空中运行。当它进入视觉文化与消费主义的场域后，其内涵发生了复杂的演变：“男妈妈”所代表的情感照料功能，逐渐被“大胸肌肉男”所代表的身体符号所遮蔽，形成“补偿的异化”。这种异化既是情感需求被资本收编的结果，也反映出当代人在满足情感需求时面临的深层困境——真实的关系需要时间、投入和风险，而符号的消费只需要滑动屏幕。

当然，这种情感补偿及其异化形式，都伴随着不可忽视的风险。将过多的情感期待投射到伴侣身上，可能使关系承载过重的负担；将对母职和父职的渴望带入平等的情侣关系，可能引发角色混淆与权力不对等；而将情感需求简化为身体消费，则可能使人陷入更深的空虚。健康的关系需要在满足情感需求和尊重彼此独立性之间找到平衡，需要在真实互动与视觉愉悦之间做出辨别，需要意识到符号永远无法替代真实的关系。

从更广阔的视角看，“妻母非母”与“男妈妈”的并置，以及父亲角色的引入、恋母情结的辨析，为我们理解当代亲密关系提供了一个独特的切入点。它提醒我们：在家庭结构变迁、性

别角色流动、视觉文化泛滥的时代，情感照料的功能正在经历深刻的再分配。这种再分配既可能带来新的困境，也蕴含着疗愈旧伤、创造新关系的可能。如何在变化中找到情感的安放之所，如何在符号的迷雾中辨认真实的需求，如何在一个父亲可能缺位、母亲可能“非母”的世界里，重新学会彼此照料——这是每个人都需要面对的时代课题。

致谢

感谢我的小头和 xp，感谢 d 老师，感谢布加拉提 😊

感谢世界上的各位妈咪，世界需要更多男妈妈