



# 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

小头<sup>1</sup>

投稿邮箱: Hell.Press@outlook.com | 网址: <https://HellPress.org> | HID: HELL-2026-03-008

### 摘要

本文探讨“妻母非母”与网络亚文化中“男妈妈”现象的内在关联，认为当原生家庭中母职功能因“妻母非母”而缺位时，个体可能在成年后的亲密关系中，通过寻求“男妈妈”式伴侣实现情感补偿。文章从“妻母非母”的概念出发，结合依恋理论、补偿心理机制与家庭系统视角，分析母职缺位、父亲角色与“男妈妈”想象之间的关系，并将其与“恋母情结”区分，提出“母职补偿”这一分析框架。进一步，本文指出，在消费主义和视觉文化影响下，“男妈妈”逐渐被异化为“大胸肌肉男”等身体符号，真正的情感照料功能反而被边缘化。研究认为，这一现象既回应了传统母职缺位，也反映了当代亲密关系与性别角色的重构，同时揭示了视觉文化时代情感需求被符号化、消费化的困境。

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

### Editor's "Key Points"

- **Question:** 为什么一些人会在亲密关系中持续渴望“男妈妈”式伴侣，这种偏好只是网络玩梗，还是原生家庭情感结构的延续？
- **Finding:** 本文认为，“男妈妈”现象可被理解为对原生家庭中母职缺位、乃至父职缺位 / 父权压力的双重补偿性投射。
- **Meaning:** 人们真正追寻的往往不是一个身体符号，而是一个能提供抱持、照料、回应与安全感的关系位置。

### Editorial Notice

本文讨论“男妈妈”“妻母非母”等概念时，重心在于情感结构、家庭系统与文化表征分析，不针对任何现实个体进行道德定性。  
编辑部提醒：请不要把论文当相亲简历，也不要把创伤理论当恋爱话术。

<sup>1</sup>本文仅用于形式学写作与情感社会观察，不构成临床心理诊断、家庭伦理裁决或择偶指南。

# 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担的情感功能。她“有妻之名，无妻之实；有母之名，无母之实”。

### 2.2 当代语境下的延伸

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”的结构性原因。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”被追捧为“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，变成了身体消费的流量入口。

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