

# 陈好谈新剧《欢乐家长群2》：

# “要允许自己在一个阶段把一件事做好”

记者 刘宗智 济南报道

## 从焦虑到通透

《欢乐家长群2》围绕刘向上（张嘉益饰）与戴静（陈好饰）应对家长群与托管群、景婷婷三胎家庭的矛盾调解、唐晓薇（王晓晨饰）创业与马英杰复婚风波及房东纠纷展开。在这幅温情与欢乐兼具的群像画幅中，自然而然地引出观念碰撞、代际沟通、教育思考等现实命题。

第一季里的戴静原本在外地从事高薪工作，是家庭经济支柱，与丈夫刘向上和子女分居两地。这一季的故事中，戴静与丈夫在教育理念上产生分歧。最终她选择放弃外地工作回归家庭，陪伴孩子成长。

在陈好看来，彼时的戴静“焦虑感更强，压力也会更大”，“因为她既想做一个职场上的女强人，又希望在孩子面前做一个好妈妈，但人的精力是有限的，很难每一方面都出彩。”

陈好认为，《欢乐家长群2》里的戴静找回了“通透感”。“她懂得了取舍，在家庭和事业中做出了选择，不再像之前那么焦虑，情绪更稳定了。”戴静依然很想成为一个“称职的妈妈”，性格逐渐柔和的过程，也是一种成长的体现。“她真正走近孩子，去聆听孩子内心的声音，尽量让自己变成孩子们希望成为的那种妈妈，这也是爱孩子的一个表现。有时她也在控制着自己的情绪，这种为了成为‘孩子们的知心朋友’而付出的努力，足以称得上是个好妈妈。”

如何实现工作与家庭的平衡，是戴静这一角色主要矛盾点之一。陈好直言，这种平衡没有通用的标准答案，每个人面对的状况都是不一样的。“我们的答案不是一成不变的，而是要根据在不同的时间、不同的阶段、不同家庭

由张嘉益、陈好领衔主演的家庭轻喜剧《欢乐家长群2》正在热播，剧情延续第一季的温情基调，将“家长群”升级为“生活群”，以轻松幽默的笔触勾勒当代家庭的喜怒哀乐。9月24日，演员陈好接受齐鲁晚报·齐鲁壹点记者专访，深入解读剧中角色戴静的成长轨迹，并分享她对家庭焦虑、职业选择与自我价值的思考。



的情况，然后来调整自己的选择和精力的分配。明确当下哪一种身份最需要你，什么阶段最重要，就相应地多投入一些精力。不一定把所有压力都扛在自己身上，做出正确的取舍也是一个比较明智的选择。”

## 就像“一面镜子”

剧中戴静被观众称为“家庭CEO”，擅长通过分工化解育儿压力，甚至用“血脉压制”让哥哥管妹妹，真实细腻又有趣的细节引发了观众的共鸣，不少网友弹幕留言“戴静在演我”。陈好对此并不意外，她觉得戴静就像“一面镜子”，是一个极具代表性的形象。“大家之所以能够在戴静身上看到自己的影子，就说明这个角色捕捉到了很多妈妈在工作、育儿乃至家庭中的真



实状态。”

在家庭关系中，戴静与丈夫刘向上是一种“女强男弱”的设定，“刘向上包容性强，他能给予家人自我成长的空间，夫妻之间有商有量、共同进步，在大的问题上，刘向上还会帮助戴静一起把握整体方向。”陈好直言自己“特别喜欢这种家庭氛围”。

她表示，第二部中的戴静已经做出了“最优选择”。“这可能不是一个最完美的选择，但一定最契合戴静当下的需求。在孩子的成长过程中，家长的陪伴非常重要，会让孩子充满安全感。尤其是在孩子遇到很多迷茫的事情时，比如人际关系等，有人能够去引领他们，帮助他们树立正确的三观，家长起到了非常重要的作用。教育不仅是学校的事情，家庭同样不可或缺。”陈好认为，比起学习成绩，正确的三观可以让孩子受益终生，“家庭的作用举足轻重，父母还是尽量多给予一些陪伴比较好。”

## 撕掉“完美”标签

从剧集延伸到现实，戴静的以退为进，在特定阶段优先陪伴孩子成长，与陈好在现实生活中的选择高度契合。“我和戴静一样，女性不能丢掉自我，但也不必强求‘面面俱到’，毕竟，我们是人，不是超人，要允许自己在一个阶段把一件事做好，重要的是根据自己和家庭的状况做出最优选择。”

于她而言，戴静是一个“特别真实和鲜活的人”。“戴静真实面对生活中出现的所有问题，并不在意一些称谓。有的时候她希望自己能够做到尽善尽美，但她还是遵从内心的声音，不是只去顾及面子工程。健康良好的夫妻关系也给了她充分舒展自我的空间，出现问题时两个人可以有商有量，给孩子提供了安全感，也让家庭变得温暖。”

陈好表示，“爱自己”与“爱家

庭”并非对立选项。她以“蓄电池”进行比喻，“爱家庭，其实是在为家人放电，爱自己则是主动充电。如果只放电不充电，那么电池很快也就耗尽了，甚至可能会报废。”她也分享了自己的“充电妙招”，“无论是独处，还是跟朋友小聚，其实都是选择一种自己喜欢的方式，让身心得到深度放松。再次进入家庭时，会更加有活力。爱自己，也会给孩子树立一个很好的榜样，能够让孩子感觉到你的自信、神采飞扬，家庭成员之间也可以互相提供爱的补给，这样才能相辅相成。”

面对“母亲”“老师”“演员”等多重身份的需求冲突，陈好始终保持着清醒的自我认知。“多重身份也是源于自愿选择，所以我很认同自己的各种身份。多重情况叠加时，的确会感到分身乏术，需要进行一些取舍。我们要保持学习的能力，与社会同频，这样才能争取到将来再次选择的机会。”

编辑:徐静 美编:陈明丽

“讲文明树新风”公益广告  
新时代美德健康生活方式

齐鲁晚报

低碳生活

绿建未来

