

# “万人迷”陈好变身“温柔妈妈” 观众点赞：戴静家的日常太真实了



“刘向上和戴静的日常，简直就是我家的翻版，太真实了。”“能够让我具象化感受到了‘生活’的含义。”“都是些‘日常琐事’但偏偏藏着最戳人的温暖……”

目前，由李少飞执导、马广源编剧，张嘉益、陈好领衔主演的现实题材剧《欢乐家长群2》正在热播。剧里，演员陈好饰演的“戴静”一角，从第一季职场与家庭间焦虑奔波的“女强人妈妈”，蜕变为懂得取舍、情绪稳定的“温柔妈妈”。这一角色的成长与转变，不仅成为剧集的重要看点，更引发了众多观众的共鸣。

9月23日，陈好接受华西都市报、封面新闻记者采访，深度解读“戴静”的角色弧光，围绕女性多重身份、家庭与事业平衡、自我价值实现等话题分享自己的感悟。

## 角色像面镜子 映照众多妈妈的影子

“第一季的戴静，焦虑感强、压力大。她既想做职场女强人，又想当孩子眼中的好妈妈，总希望两边都兼顾，可人的精力终究有限。”谈及角色的变化，陈好直言，“戴静”在第一季中陷入了“既要又要”的困境，“她想两边都抓，却很难做到每一方面都做得特别好。”

而到了第二季，陈好看到了角色显著的成长。“这一季戴静变得更智慧了，懂得了取舍，在家庭和事业面前作出了自己的选择，不再像之前那样焦虑，情绪也相对稳定了。”陈好认为，这种转变并非无奈妥协，而是女性历经生活沉淀



陈好饰演戴静。



《欢乐家长群2》海报。

后的通透，尤其是作为母亲的通透。在陈好看来，“戴静”成为温柔妈妈的过程，也是与孩子共同成长的过程——“真正地走近孩子，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。”

随着剧集的播出，“戴静是在演我”成为许多妈妈的心声。对此，陈好并不意外：“戴静这个人物的设置特别有代表性，所以她才能够引起那么多人的共鸣。说明这个人物捕捉到了很多妈妈在工作、育儿以及对待家庭的状态，包括困扰、反思。”陈好认为，观众在戴静身上看到的不仅是自己的生活，更能从中获得启发：“她就像一面镜子，好的，大家保留下来，不好的，也给妈妈们提个醒，看怎么样能够避免。”

## 保持学习能力 选择不被定义的人生

在现实生活中，女性无论选择全职妈妈、单身、丁克，还是专注事业，都难免会受到他人的议论。对此，陈好给

出了明确的态度：“遵从内心的声音，尊重自己的感受，这是最重要的。我们的人生不被任何人定义，我们有选择人生的权利。你只要勇于去接受你的选择，好的不好的全部买单，自己认可就可以了。”

被问及“女性在母亲、妻子、职场人等多重身份下如何坚定选择而不产生愧疚感”，陈好坦言，女性在面对多重身份时，难免会有分身乏术的无力感，但这时候不需要有愧疚感，更不需要强求把所有角色都兼顾完美。她分享了自己的思考：“首先要认同自己的多重身份，因为这些身份都是你自愿选择的。接下来要做的，是在不同的时间节点，判断哪个身份最需要你，然后对身份进行排序，合理分配精力。”

学会“借力”也很重要——“明确哪一种身份目前最需要你，然后合理地去安排其他工作，可以请别人帮忙。”陈好认为，不要把所有事情都压在自己身上，“作出正确的取舍，才是明智的选择。”同时她也强调，不管是哪种选择，都不要放弃学习的能力，“因为我们不能和社会脱轨，只有保持学习的能力，将来才能够有再次选择的权利。”

对于“事业与家庭的平衡”这一绕不开的话题，陈好有着清醒的认知：“人的精力就像一碗水，分到事业的碗里多了，家庭的碗里就会少。”她直言，所谓的“平衡”其实没有标准答案，“因为每个人的家庭情况、职场环境、人生阶段都不同，适合别人的平衡方式，未必适合自己。”

在她看来，平衡的关键在于“动态调整”——根据不同阶段的需求，有所侧重。“比如在事业上升期，如果家庭支持你，就可以多投入精力在工作上；如果孩子正处于成长的关键节点，更需要陪伴，那就适当在事业上作出让步。”就如同《欢乐家长群2》中“戴静”的选择，“可能不是最完美的，但一定是她根据当时的家庭状况、与丈夫沟通后作出的最优选择。”

陈好表示，孩子的成长离不开父母的陪伴，“家长的陪伴能给孩子足够的安全感，在他们迷茫、遇到人际关系问题时，父母可以引导他们，帮助他们树立正确的三观。我觉得教育不只是学校的事，家庭起着非常重要的作用。比起学习成绩，正确的三观可以让孩子受益终身，所以父母应该尽量多一些陪伴，不要缺失孩子的成长过程。”

华西都市报·封面新闻记者 苟超 图据片方

## 刘芮麟参演 《欢乐家长群2》 戏里戏外的“奶爸”修行记

随着《欢乐家长群2》的热播，这部聚焦家庭教育与家庭关系的都市生活喜剧，引发众多观众热议。戏里，刘芮麟饰演的“马英杰”从“不上进前夫”到创业逆袭的转变，堪称“家长群显眼包的成长记”。戏外，两个多月前宣布“一家两口，成为一家三口”的他，也作为新手奶爸，与角色共同成长。9月23日接受华西都市报、封面新闻记者采访时，刘芮麟坦言：“拍摄《欢乐家长群》，给我带娃提供了很多经验与思路。”

## 以“真”诠释角色反差

在《欢乐家长群2》中，刘芮麟饰演的“马英杰”是单亲妈妈唐晓薇（王晓晨 饰）的前夫，是网友眼中的“另类人夫”——一会儿心血来潮给家里来个“大改造”，把屋子弄得乱七八糟；一会儿又自告奋勇去给孩子开家长会，结果净出洋相；在家长群“已读乱回”被移除群聊。但他会在孩子生病时急得团团转仍细致照料，默默支持前妻创业，承诺“顾好后方”。

谈及角色的前后反差，刘芮麟坦言：“不管是前期还是后期，我对于这个角色的塑造，都是‘真’。这个角色有一些浮夸的地方，如果演得不够真，会让观众觉得很假。后期他也是真心想改变，只不过不知道该怎么去改变，所以很笨拙。”

为了让这个“反面教材”式的角色更接地气，刘芮麟特意加入了生活化的细节设计。“比如前期敷衍姐姐的时候，那种表面在听实际走神的状态，就是生活中我有时有的状态。”

角色的前后反差，也是刘芮麟故意为之：“我个人现在更倾向于挑战一些有反差的角色，因为在我这十几年的演艺经历中，一些与我个人性格比较反差的角，反而收获了更多的关注。”

## 戏里预习“奶爸”体验

有趣的是，《欢乐家长群2》的拍摄周期与刘芮麟的人生新阶段高度重合——他在戏里演绎“奶爸的成长”，在戏外则迎来了自己的孩子。这种奇妙的时空重叠，让他对角色有了更特殊的理解。刘芮麟坦言，“拍这部剧给我带娃提供了很多经验和思路。”

作为新手“奶爸”的刘芮麟笑言，不拍戏时，他最享受的就是宅在家里陪家人，“和家人一起打打游戏、看看电影。未来等孩子大一点了，会带他出去旅游，走一走，见识一下这个世界。”

刘芮麟也在思考如何成为合格的父亲，剧中“马英杰”的“不靠谱”，在他看来恰好是现实中的“反面教材”。“教育的核心其实是沟通，不管是爸爸妈妈或是孩子，大家肯定会面对很多问题和困难。最重要的是，一家人通过沟通去解决所有的困难与问题，这才是最好的。”

刘芮麟强调：“尽量把情绪放在后面，把解决事情放在第一位。当通过沟通把事情解决了之后，情绪自然而然消解了，那矛盾也就随之化解了。”

华西都市报·封面新闻记者 苟超

**生活服务广告 028-86969860** 律师提醒：本刊仅为信息提供和使用的双方搭桥，所有信息均为所刊登者自行提供，客户交易前请查验相关证明文件和手续。

<b>公告</b> 原成都市园林建设处承建的青川县青溪古城公共文化建设项目，目前正在办理结算审计，为避免伤害未知债权人的合法权益，本单位分别于今年8月11日、8月26日在本报刊登和在施工现场张贴除权公告。现最后一次公告如下： 凡涉及该项目的材料供应商、提供服务的劳务人员、设备及不动产租赁人，自未结清款项者，请于本公告发布之日起15日内向成都俊宏景观建设工程有限公司申报债权，债权人逾期未申报将按有关法律处理。 申报地址：成都市九里堤南路93号 联系人：胡女士 028-87640093 邮箱：278335288@qq.com 特此公告。 成都俊宏景观建设工程有限公司 成都市公园城市建设服务中心 二〇二五年九月二十八日	<b>招租公告</b> 经公司研究决定，对成都龙泉驿区欧鹏大道5号铺面向社会公开招租。现将有关事项公告如下：1.房屋面积309.49平方米。2.租赁期限：2年。3.租赁价格：参考市场价格面议。4.招租方式：采取自由报名、竞价方式。5.报名时间：自公告之日起至2025年10月8日下午3点截止。（承租方条件需严格遵守国家有关法律、法规，依法依规办理各种证照和缴纳各种税费，参与竞拍者所从事行业必须符合安全、卫生、环保、市政等方面的规定和要求。同时，承租方不得转包、转租给其他经营方） 联系人：罗女士 联系电话：18981837679 龙泉驿华油兴能天然气有限公司 成都惠小喵网络科技有限公司 财务章(编码:5101061038893)遗失作废。 四川明蔚波海新能源汽车销售服务有限公司公章(编号:5101076571601)遗失作废 【新津区众缘食品经营部公章(编号:5101326070238)、财务专用章(编码:5101326070239)、发票专用章(编码:5101326070240)、罗永超法人章(编码:5101326070241)遗失作废。 【成都五行聚合商贸有限公司公章(编码:5101326049266)、财务专用章(编码:5101326049267)、发票专用章(编码:5101326049268)、罗永超法人章(编码:5101326049269)遗失作废。 【成都佰帆网络科技有限公司财务专用章(编码:510116019166)、发票专用章(编码:510116019167)、夏雪法人章(编码:510116019168)遗失作废。 【达州市泷函商贸有限公司法定名称章(编号:5117020021083)遗失,声明作废。	<b>公告</b> 肖勇(男,身份证号码:51012195802091276)2014年2月26日承租我中心位于成都市青羊区培风路清溪雅筑271号5栋3单元18楼02号保障性住房,于2024年7月10日死亡。 马建英(女,身份证号码:510102196106102626),2018年06月22日承租我中心位于成都市成华区安二路33号东锦城A区7栋1单元2003号保障性住房,于2025年9月7日死亡。 蒲惠蓉(女,身份证号码:510102195905132122)2023年1月14日承租我中心位于锦江区皇楼西路28号锦城尚苑6栋1单元6楼4号保障性住房,于2025年1月4日死亡。 请以上承租人的法定继承人于公告之日起7日内速往承租房屋其生前遗留在房屋内的物品并告知相关小区物业服务中心。逾期未处置,我单位将依法对其承租房屋内遗留所有物品予以处理。特此公告。 联系电话: (028)86280083 成都市公共住房服务中心 四川蜀西律师事务所郑丽宏律师不慎遗失律师执业证(编号为:15101202011218328),声明作废 成都多半装饰设计有限公司公章(编码5101040259059)、财务专用章(编码5101040259060)、蒋晖法人章(编码5101040697189)、发票专用章(编码5101040259061)遗失,声明作废 金堂县淮口典雅宾馆开户银行:中国农业银行股份有限公司金堂淮口支行,账号22848401040002772,开户许可证(核准号J6510018826901)遗失作废
--	---	---