

# 重大突发公共事件中妇女的日常生活、 家庭关系与自我关怀<sup>\*</sup> ——一项基于 75 位妇女叙述的研究

丁 瑜<sup>1</sup> 钟晓慧<sup>2</sup>

(1. 中山大学 社会学与社会工作系 广东 广州 510275; 2. 中山大学 政治与公共事务管理学院 广东 广州 510275)

关键词: 妇女; 自我关怀与反思; 照料; 家庭

摘 要: 作者在 2020 年初收集了全国各地 75 位妇女关于疫情期间日常生活的文字记录资料,并围绕家务、照料对 35 位妇女进行了深入访谈,探索她们应对生活及家庭关系变化的方式以及由此生发的对性别角色的自我反思与改变。研究发现,女性的自我反思根据照料与家务负担、婚育情况等情境性影响因素以及照料体验、职业发展、个人阅历等观念性影响因素形成不同的类型。是否有照料责任和婚育状态/年龄段是妇女自我反思和关怀的两个首要条件。在有照料责任的妇女中,无论是正面还是负面体会,都会促成其自我反思与关怀;而对家务负担习以为常的妇女则相反。此外,妇女会因职业发展状态不同产生不同的反思动力,50 岁以上的妇女则因丰富的生活阅历与个人体悟而进行深刻反思与积极改变。这三者与妇女在家庭、职业等领域的性别观念相关。基于研究,本文将妇女分为习得型反思者、温和型反思者、成长型反思者和觉悟型反思者四种类型。

中图分类号: C913.4

文献标识: A

文章编号: 1004-2563(2021)02-0053-13

## Women's Everyday Life, Familial Relationships and Self-Care During the Outburst of Public Health Emergency in China: A Study Based on 75 Women's Narratives

DING Yu<sup>1</sup> ZHONG Xiao-hui<sup>2</sup>

(1. Department of Sociology and Social Work, Sun Yat-sen University, Guangzhou 510275, Guangdong Province, China;

2. School of Government, Sun Yat-sen University, Guangzhou 510275, Guangdong Province, China)

**Key Words:** women; self-care and reflections; care; family

**Abstract:** This paper is based on 75 written reports from women all over China of how they experienced the public health emergency and 35 in-depth interviews of how women understand and deal with a series of changes in their everyday lives and family relationships. It aims to explore how women develop thoughts and actions of self-care. Women develop new understandings of gender relationships and their own roles, which stimulate reflections and self-care. We discovered that women's self reflections and care are influenced by the following sets of factors. These are primarily housework, burden of care, marriage and child-rearing status, as what we call "situational factors"; and care experience, career development and personal experience that concern with women's gender values about family and career, as what we call "value factors". We can further identify four different groups of women based on these factors: namely, those who are keen on reflection, who are modest in their reflection, who are still growing their reflection and who are self-conscious in their reflection.

作者简介: 1. 丁瑜(1980-),女,中山大学社会学与社会工作系副教授、博士。研究方向:性别研究、社会工作、妇女研究。

2. 钟晓慧(1980-),女,中山大学政治与公共事务管理学院副教授、博士。研究方向:家庭变迁、家庭政策与社会政策。

<sup>\*</sup> 基金项目: 本文受国家社会科学基金一般项目“性别理念与结构社会工作视角下的妇女工作研究”(项目编号: 17BSH143)资助。

## 一、研究缘起

2020年初疫情期间,女性在维护家庭团结和社区稳定方面发挥着重要作用<sup>[1]</sup>。相较于男性,各国女性在家庭生活中承担了较多照料工作,承受了相当大的压力<sup>[2]</sup>。疫情初期,中国广泛实施的严格防疫措施使经济社会活动乃至个人家庭生活都受到了较大影响,女性在此过程中发挥的照料作用及承受的压力也更加凸显。尽管在这场全球危机事件中女性与男性的经历不同,但对疫情的研究大都缺乏性别视角的分析,也很少关注应急管理措施对女性在家庭生活领域造成的影响<sup>[3]</sup>。女性同样参与遏制疫情传播的行动,为家庭、社区及社会付出很多,却没有得到足够的社会认可和经济回报<sup>[4]</sup>。

作为女性学者,我们特别关注身边的女性如何度过这段日子,她们对疫情有什么理解,她们的生活发生了什么变化,她们又如何适应这些变化。基于这些关注,我们打算根据扎根理论的一些原则、要义收集资料<sup>[5]</sup>,了解中国妇女在此期间的重要生活体验。

考虑到此次疫情既具有全国性,又因各地严重程度、管理措施、生活习惯不同而具有地方性,我们邀请全国各地不同省份的女性分别讲述各自的疫情生活。我们请大家围绕两大方向进行记录,一是纵贯的时间线:从疫情爆发开始到当下,她们的日子是怎么过的,有什么特殊经历,有何体会;二是每天的时间线:每天从早到晚是怎么安排的,跟疫情前有何不同,心情如何,等等。最终我们得到了来自全国不同地区共计75位妇女的文字和录音记录。我们开始不设预设代码与分析重点地逐行阅读这些材料,充分沉浸在妇女的叙述中,不忽略琐碎的日常,不错过细微的情感,同时关注过程、行动与意义。

我们很快发现,“家务和照料”是一个非常突出的议题,大多数妇女都提到家庭照料工作增加与家庭关系的变化。不同年龄、婚育状态、职业状态的女性对家庭照料有不同的感受,更重要的是,她们对疫情的态度、对家务照料的理解决、对家庭关系的评论显现出不同的特点。有些人有很强烈的感受,甚至对自己的未来也产生了明确而强烈的、与现况不同的想象,有些人对疫情没有特别不同于以往的感受;有

些人焦虑、害怕,有些人淡定自若;有些人更多地关注家人,有些人更多地谈论自己的想法与意愿,将关注点落在自己身上。

由此,我们注意到“感受和反思”这个议题,这也是大多数女性都提及的。我们收集到的资料显示,这一定程度上与“家务和照料”相关,比如,有照料责任的妇女都由此谈及自身感受及观念的改变;但没有特别照料和家务负担的妇女中,也有很多人谈及自我提升、对生活方式的反思、对健康的认识等。这些妇女中,有来自农村的,有来自城市的,受教育程度、职业类型也各不相同。

两个开放式的问题将我们引至“照料、家庭关系与自我”这个主题上。关于非正式照顾者的许多研究表明,女性照顾者在照料过程中会重新建立对自身的认识,加强自我照顾,调整与被照顾者的关系<sup>[6]</sup>,但这种韧性和能力受制于女性所处的特定经济、社会和文化结构<sup>[7][8]</sup>。在此次疫情这样的重大突发公共卫生事件中,女性如何处理生活中的各项突然变化?如何在逆境中寻求反思并萌生转变?她们的自我调节与反思受哪些因素的影响?对于这些问题我们了解得还不够,这也是本研究关注的重点。我们将在本文中回答以下问题:(1)妇女在疫情期间有怎样的经历?她们如何理解此次疫情这样的健康危机和自己面对的情境?她们有怎样的生活和照料感受?她们又从疫情、家庭生活与家庭关系获得了怎样的思考?(2)在这样的情境下,她们对家庭成员、家庭关系与自我有什么新的认识?这些想法是如何产生的?她们如何理解自己的生活和角色,尤其是照顾者的角色?(3)女性的自我反思与改变如何发生?受什么因素的影响?

## 二、女性照料与自我关怀

### (一) 重构照料意义

越来越多的研究重视现代社会中女性作为家庭照顾者的能动性。这些研究强调,女性为儿童、老人及患病的家人提供大量照料工作,为此她们也承受了巨大的压力,但是女性会在照料过程中寻找、构建和审视照料自身的意义,帮助她们应对压力和克服困难。例如,在公共医疗服务不足和经济欠发达地区的低收入家庭,女性照顾者会遇到更多困难,但是她

们将挑战看作一种经历,这有助于改善与被照顾者原本不对称的亲密关系<sup>[9]</sup>。对长期照料患有阿尔茨海默病配偶的研究表明<sup>[10][11]</sup>,这些女性通过重新叙述照料经历来应对照料的压力和挑战。她们能够从照料工作中收获情感和精神满足,建立自信(self-efficacy),并为自己能够处理棘手问题而感到骄傲。对中国隔代抚养的研究表明<sup>[12]PP51-70</sup>,农村家庭的祖母们将照料孙辈理解为化解外出务工子女的后顾之忧,帮助提高家庭的经济收入。这些跨阶层、地域、代际的女性照顾者的共同经验表明,女性在照料中通过构建照料经历的价值和意义以缓解照料工作对个人生活带来的冲击。

## (二) 从照料他人到自我关怀

女性重新陈述照料经验,不仅有助于她们克服困境,更好地照料他人,也是一种自我超越,并孕育了新型的亲密关系。例如,对中国隔代抚养的研究表明<sup>[13]</sup>,农村家庭的祖母们希望借此加强与子女的关系,也为自己的未来生活增加保障。更深层的意义是,她们通过参与劳动力再生产这一特定活动,超越年轻时父权制压迫带来的苦难感受。近年来关于中国母职的研究表明<sup>[14]</sup>,城市中产家庭的年轻妈妈不是被动地满足幼儿和家庭需求以及理想母亲的社会规范,她们对母职话语保持着一种警觉和反思。经济合作与发展组织(OECD)及中国的研究发现<sup>[15]</sup>,职场女性为了更好地生育和抚养孩子,会加倍努力工作,从而使就业与生育互相促进。这些研究都提示我们,女性具有自我反思与改变的能力。她们在照顾他人的同时,转向自我反思和自我关怀,重新思考主流的照料(和照顾者)话语,确认主体性,调整与他人的关系。

自我关怀是一系列照顾自我的社会实践或行为特征。这些行为可以是充足的休息和睡眠、定期体检、有闲暇和放松、适当的体育锻炼、营养饮食、社交活动等;也可以是一种新的生活态度——在照料他人的过程中不断重塑照顾意义,从与被照顾者的关系中重新认识自我,进而生发出自身行为和生活态度的改变。

## (三) 激发女性自我关怀的条件

但这一系列的改变和知识的获得并不是一个自

然而然的过程,而是需要在一定的条件下被激发。已有文献主要从三个层面来探讨照顾者实现自我关怀的条件。

首先,照顾者的社会人口心理特征(即性别、阶层、心理特质)、照料工作量、与病患者的关系(质量和类型)、宗教信仰等因素会导致照顾者对照料压力的感知和理解出现差异。例如,男性照顾者更关注问题解决,女性照顾者更关注与被照顾者的情感与依恋,因此男性对照料压力的感受低于女性,女性在照料中对情感创伤的体会更深<sup>[16]</sup>。女性照顾者更容易为家庭成员的需要放弃自身的需要,忽视自我照顾<sup>[17]</sup>。同时,由于性别化的家务劳动加重了女性的照料负担,女性可能会内化性别化的制度,形成“惯例”<sup>[18]</sup>,在整个生命历程中的累积劣势使其健康状况与男性相比处于劣势<sup>[19]</sup>。

其次,亲朋好友、社区志愿组织的非正式制度支持,是导致照顾者自我关怀差异的重要因素。比如,阿尔兹海默症男性患者的女性照顾者与男性照顾者相比会更难接受自己需要独力照顾配偶的现实<sup>[20][21]</sup>。但若有人从旁提醒或支持,她们会快速认识到自我关怀的重要性。相反,如果照顾者不能获得或无法感受到其他家庭成员、朋友邻居和社区互助小组的支持,则会感到焦虑无助,或直到自己健康状况恶化时才开始自我反思,甚至即便观念改变也难以付诸实践<sup>[22]</sup>。

再次,照顾者的自我关怀意识、意愿和能力与正式的社会支持体系高度相关。比如,对医疗卫生专业人员和服务的看法、信念对照顾者的自我关怀有决定性影响<sup>[23]</sup>。如果能为照顾者提供社区喘息服务,他们就能恢复社交、进行自我提升<sup>[23]</sup>。社区服务不足、对政策感知度低、服务费用过高、服务质量差等情况都会降低照顾者使用社会服务的意愿,阻碍自我关怀的实践<sup>[24]</sup>。

现有文献关注到女性照顾者自我反思和关怀能力的议题。研究表明,由于女性长期扮演家务劳动承担者和照料者的角色,导致其将照料工作内化,降低了自我关怀的动力。女性通常在自身健康受损、负担加重或家庭关系恶化等“万不得已”的情况下,才开始照看自身,而且这种自我关怀的实现也受到某些情境性因素的影响。比如,女性会因为相应的

社区服务缺乏、医疗照护条件不足或特定的社会价值观念影响而退缩。另外,家庭亲密关系的质量以及个人的社会经济因素,都会阻碍自我反思与关怀,如夫妻关系不对等、女性照料工作的价值不被家庭成员重视、女性受教育程度较低、经济条件不好、照料负担较重等<sup>[9]</sup>。这些研究为探讨女性照顾者自我反思与关怀的困境及条件提供了丰富的素材,但在这些研究中,女性照料者总是以被动的弱者形象出现。她们似乎缺乏自我关怀的内在驱动力,也对家务及照料劳动的过程缺乏积极和自觉的反思能力。

我们收集的资料却显示出不同的图景——此次疫情对不同妇女产生的影响是不同的,并非所有受访者都有负面体验,她们对健康、现状的焦虑和担忧程度也不同,但她们中的大多数都产生了深刻的自我反思,甚至已经将改变付诸实践。这些差异启发我们去思考:妇女的自我反思、提升与关爱的想法会受到哪些因素的影响?会基于什么条件发生?妇女的自我关怀除了上述的“消极”驱动外,是否有更积极的动力?本次疫情如何帮助我们识别这些条件,进而促进我们对女性照顾者自我关怀实践的理解?

本文试图通过对以上问题的探讨与分析凸显女性照料者自主反思与改变的能力,这对满足妇女需求、培养与提升她们面对困境的抗逆力、改善妇女生活质量尤其在重大危机事件中的生活质量具有重要意义。

### 三、线上访谈

在分析研究前期收集的75份材料的基础上,我们发现不同地区(除武汉外)妇女关于疫情封闭期间生活经验的叙述并未呈现出很大的差异,反而有很多关于家务照料的共同体验。我们识别出了“家务、照料”与“自我反思”的主要议题,初步发现不同因素对妇女反思实践会产生影响,为进一步梳理、归纳这些影响因素及其作用,我们决定邀请对家务、疫情、家庭关系、自我反思表达了深刻感受的妇女进行线上访谈,通过微信视频或语音连线,请其就过程、行动、关系和想法进行描绘与阐述。这是一轮半结构式的访谈,旨在梳理家务和照料体验、婚育、职业、个人经历与自我感受和反思之间的可能关系,探索一个关于妇女自我关怀、反思和实践的图式框架。

最终我们访谈了其中的35名妇女,她们的年

龄介于25岁至65岁,其中25-35岁的16人,36-49岁的6人,50-65岁的13人,包括农民、教师、外企雇员、研究人员、事业单位或社会组织员工、退休人员、家庭主妇等,从事房地产、社会工作、财会、医药、政府事务等不同领域工作。我们还根据其不同的婚育、职业、照料经历等情况各有侧重地调整了访谈问题。

为了保护个人隐私及鼓励分享,我们没有录音,而是使用纸笔记录的简单方式。卸下由“访谈”与录音的正式性带来的负担,我们发现大多数聊天其实是女性间对这期间生活经验、信息与情感的交流,当我们谈到婚姻、家庭、丈夫、孩子、家务、公婆时,我们不是研究者与被研究者的关系,而是共同的经历者,大家对很多话题都心有戚戚焉,这样的相互性让我们的探索与分享变得深入。在疫情面前我们都是同样的,没有谁比谁更有经验或优势,所以并不是我们作为研究者去带领与引导这些话题,而是我们与她们共同建构了这些对话与意义。这种细微的“位置”与心理上的改变突出了妇女在这个研究中的角色,她们表达的是作为自己生活与经验拥有者的感受,而不是研究中的被动存在。

在线访谈无疑是疫情现实下一种实用且有意义的方法。除了能解决不能见面的问题之外,它实际上为参与的妇女提供了一个畅聊与倾吐的机会,让她们把那些最日常、备受忽略、不足为外人道的琐事讲述出来,把生活中的闷气、烦恼、感动整理出来,对陌生人讲述能减轻心理负担,而且不受时间和地点的限制,甚至可以一边做家务、带孩子一边聊,充分发挥了闲聊作为一种方法的长处。妇女们提到的一点是,她们平时几乎没有机会进行这样的对话,因此聊完觉得很开心,也不知道原来平时做的家务琐事、自己的情感体会有这样的价值。我们从这些聊天中强烈地感受到了身为女性的艰辛与坚持,看到了大家那些共同的困难,也惊讶于妇女们强大的自我反思能力,这是这次研究中令我们备受鼓舞之处。

### 四、疫情期间妇女的生活经历与自我反思

75份文字资料与35份访谈的内容为我们勾勒出了一幅妇女经历、理解疫情的生动图景,展现了她们的家务与照料日常,其中既有日复一日的平常,也

有特殊时期的付出与得失,我们可以从细节中了解她们关于他人与自我的新的理解是如何产生的,各影响因素中性别观念是如何作用的。由此,我们可以更好地理解家务、照料的性别平等问题;妇女的婚姻、家庭关系现状引发的性别思考,也让我们对大健康危机对个人施加什么样的性别化的社会影响有了新的认识。从妇女的经验中我们归纳出了不同类型的反思实践,这一方面让我们看到妇女的能动性,另一方面将之与生命周期不同阶段的角色和处境相联系,利于了解结构性因素造成的自省差异。

#### (一) 家务、照料体验

疫情与春节叠加的特殊情况使家庭条件各不相同的妇女遭遇相似的境况——家庭成员聚集;在无准备的情况下家庭事务增多,包括日常事务和由疫情带来的特殊事务;家政服务中断,所有家务均需家庭内部解决。只有出门买菜、购物摆脱了以往的女性化特征,成为疫情期间特殊的男性任务。有妇女形容,在菜市场见到的景象“前所未见”——年轻男性拿着购物清单,一边打电话请教家中长辈,一边全副武装“冲锋陷阵般”地推着购物车。此时采购被再性别化了,凸显的是“主外”、强健、勇敢的男性气质。女性则留在家中,默默地承担着剩余的照料任务。她们的付出是被忽视的,家务的价值依然被低估。疫情加剧了家务劳动的两性差异,在制造出在外不计生死、奋力贡献的英雄的同时,也令家庭内部的不平等愈发隐蔽在光环外的阴影下。

张春泥、和经纬等撰写的一份调查报告提到,对疫情为工作、生活等不同方面带来的影响的认知存在显著的性别差异,具体说来,女性更倾向于认为疫情为夫妻关系带来了消极影响,而男性则相反;虽然男女均在与子女关系上体验到了积极影响,但有更高比例的男性认为亲子关系得到改善<sup>[25]</sup>。这样的结论有趣地反映了一个可能,即女性作为家庭主要照顾者的角色与功能在疫情期间不但没有改变,而且还因为家人长时间在家而得到强化。此次疫情是一场健康危机,恰好暗合了女性照护病患、为家人健康负责的传统思路。我们从资料中也看到,妇女更关注家人的饮食、作息,注意提升家人的抵抗力,要照顾婴孩的女性会特别在意孩子吃什么。由于疫情影

响,购买配方奶粉渠道受阻,一些妈妈不得不在网上购买,会特别留意奶粉的味道、形态甚至溶解度以判断真伪。疫情期间若有家人得病,妇女还需考虑看诊复诊、拿药、交通、防疫等各类问题。

#### 1. 负面体验触发新的性别观念

二三十岁年龄段的女性容易因为大量的家务、照料产生较为负面的体验,家务的性别差异带来了强烈的不公平感,触发了她们关于家务分工、婚姻、家庭安排的反思。

小梦是一名23岁的硕士研究生,2020年1月中旬从学校返回家中准备过节,疫情忽至,自己的姨妈偏又在此时确诊乳腺癌。母亲陪着姨妈到省城大医院治疗,回来隔离了一个月。这段时间小梦每天的生活就围绕着三件事:照顾自己和外婆,做家务,买菜、送菜给隔离的父母。结束隔离之后,母亲继续每日前往姨妈家照料,小梦持续料理自家家务,她感到“各种家务令人崩溃,时间真的被消磨得很快”。所在旗县通过广播每日发布疫情防控信息与居家隔离公告让她“每天都很恐慌”,她在日记里写道“姥姥已经这么老了,感觉好像哪里都不安全,我很担心她会死掉”;对学业的焦虑、对疾病的恐惧、居家管控的烦闷全部袭来,而母亲、姨妈和表姐外出就诊时,“又有了新的恐惧”。此时的她不再像在学校时那样,只需要关心自己,一大家人的安康都成为了她的担忧。

“每天都一样”的生活令她感到“时间都凝固了”,“无聊到极点”,“可怕的生物钟让自己作息格外规律。家务就像悄悄吸水的海绵,半个上午在不知不觉里被吞噬干净”。每天都有大小、总干不完的杂事,担心家人、荒度时间,令她觉得人生毫无意义。在访谈中小梦出乎意料地说“这种生活太恐怖了!我现在连狗都不想养了!我以后要买一个40平米的小房子,只放我自己,就买一副碗筷给自己,房子就这样小一点好,否则不好打理。”

家务负担问题在一些农村地区尤为凸显。春节期间原本分散各地的家庭成员返乡,妇女甚至一人要挑起十人大家庭的照料重担,男性家庭成员——通常是父亲——“女主内”的传统意识与对妇女贡献的忽略加剧了这种局面。小宇在访谈中诉说了对父亲的强烈不满:他完全不做家务,农活不多时也不

帮忙,还常抱怨母亲做得不好,“动不动就吵,一句话就能吵”。作为女儿,她也要做很多家务,还会因为很小的事情被父亲责怪,说她没用。在家住久了,小宇对父母的互动有了更多观察,真切体会到了父亲的蛮横和母亲的无奈。这激发了她对父母婚姻、两性地位、自己与父母及男友关系的一系列思考。如今的她对婚姻既期待,又害怕:

这么长时间跟父母一起住,让我对婚姻有了新认识,就像是搭伙、合租关系,两个人只是共同住着一个房屋,一起搭伙做个饭而已,其他时候都是不管不顾的,好像两个人并没有什么关系。我开始理解我妈为什么要在这把年纪执意出去工作了,她可以离开我爸,有自己的收入,自己花自己的钱。我看到她出去之后和认识的那些姐妹们一起很开心。我和现在的男朋友关系也很纠结,我似乎能预见婚姻的不如意,但他却不明白我为什么要想这么多。经历了这一段,我觉得应该学会考虑、协调,看这段关系里我可以放弃什么,总之,我学会了为自己好。

对于有孩子的年轻女性来说,疫情更是增加了她们的家务负担。我们的一些受访者猛然发现自己的丈夫是个“可有可无”、“在跟不在差不多”甚至“不在的时候更好”的角色。疫情停工后不少家庭的人员结构、生活模式都改变了,比如,与公婆同住,共同照顾孩子,丈夫“归位”,夫妻相处时间变长。不能外出,但在家中各自的生活空间减少,出现了许多生活习惯、观念上的冲突。有参与者提到,疫情之后将把生活重心放在存钱买房上,目的就是要与老一辈分开;当丈夫外出工作时,家里只剩自己和孩子,生活就会简单很多。我们还听到了很有趣的提法,叫“三好于五,二好于三”,即:和老一辈分开比在一起好,和老公“小别”比长期在一起好。

28岁的公务员阿娇与丈夫是大学同学,丈夫在一所大学里做行政工作。以前两人要上班,老人照顾10个月大的孩子,大家相安无事,她也从未觉得丈夫有“大男子主义习气”。疫情以来,全员、全天在家,所有精力都放在了照顾孩子与做家务上,家庭矛盾逐渐增多,比如阿娇期待丈夫多帮忙带孩子,丈夫会推说自己不擅长,或只是嘴巴上说说,实际却完全不做;丈夫埋怨她做得不够好,教育她应该怎么做

母亲,令她十分生气,她认为丈夫没资格评论;婆婆来帮忙,却固化了男性不擅长带孩子、做家务的刻板印象;丈夫又指责她在老一辈肯帮忙的时候抱怨太多。阿娇对这些分歧感受非常深刻,甚至觉得生活毫无意义,人也抑郁起来:

我们说“妇女能顶半边天”,就是把人“骗”出来工作而已,家务还是一样(要做),双重负担。我们不能喊口号说性别平等啊,家务也需要分工啊,爸爸也要承担呀。我很希望我老公也能明白,我还拿理论教育他,但一直到现在都没说出个是非黑白。只有当我自己当了母亲,才体会到婚姻是怎样的。以前我看父母的婚姻,会觉得离婚是一种污名,现在我会跟我妈说,你们要离婚的话我不反对,我也会跟还没有小孩的人说,不要轻易生孩子!疫情考验了一家人,照妖镜(一照原型就现)出来了。

在这样的境况下,并不是男性比女性更乐观,从而使他们在疫情期间对家庭关系有着比女性更正向的感受,而是他们长期在家务与孩子照料中的缺席让他们只看到了短期内的温情脉脉,却无法感知最费时间、最累最脏、最琐碎且永无止境的家务对人的消耗。

疫情令年轻女性提前或集中感受到了大量家务和照料带来的窒息感,它将家庭矛盾放大甚至激化,让她们看清楚了这一点。虽然家务分工不平等和女性化是一直存在的现象,但疫情引发了生活的中断,制造了特殊、封闭、需内部自给自足的家庭环境,家务增多、照料内部化、孩子教育家庭化、居家工作产生的压力和餐饮需求、采购困难等一系列问题都挤压在特定时空中,如同一个高压锅。妇女作为家务一向的承担者,理所当然地负担起了多出来的这部分工作。

疫情下的家庭几乎成为未婚年轻女性(约25-30岁)的“大型婚姻劝退场”,令她们深刻体会到家务的男女不平等,看清身为女性所处的困境,重新审视婚姻、家庭对于自己的意义,想象和谋划自己未来的可能出路。她们倾向于重新考虑自己在亲密关系方面的选择,比如,保持单身或在一段关系中学会为自己考虑,以己为先。已婚育的年轻女性(约25-30岁)则会考虑调整居住、照料模式,突出小家庭需要,或是在夫妻关系中为自己多争取权利与空间。她们从负面体会中习得新的性别观念,对性别平等

有期待和要求,不再忍辱负重,而是选择表达、发声,或以实际行动寻求改变,风格较为激进、彻底,我们将她们称为“习得型反思者”。

## 2. 从正面体会中反观自身

参与者中孩子在读中小学或有孙辈要照顾的,都有一定的照料负担。比起更年轻的女性,她们对家务和照料更习以为常。比较值得注意的是,我们在这次的研究中没有发现这个年龄段(36岁至65岁不等)的已婚育妇女报告自己有负面照料体验。她们中一部分人为“无感”型,即没有对自己疫情期间的照料任务产生不同于以往的感受和体会,觉得一切都“没有不同”,“平平而过”,“每天就是这样”。

大部分人会从这段时间加重的负担中正向思考,比如,要照顾患病家人的,会反思家人为何患病,自己应如何懂得关爱自己;孩子上网课的,会思考孩子的成长特点和家庭需要,改变自己的心态。她们可能已经适应了照顾的生活,所以更容易思索照顾对于生活、家庭以及自己的意义而不是照顾本身造成的负担。

小梦的母亲白阿姨在照顾自己患癌姐姐的过程中重新体验了亲情的重要。姐姐从小像母亲般照顾她,令她充满感激,因此,这一次尽管困难重重,她也没有丝毫犹豫。她们一起就诊的经历给我们留下了很深的印象,尤其是在疫情初发的二月份前往省城的旅途中,三个女人排除万难搭乘火车的情景:星夜开车前往火车站,路上绕行五六次为避开临时卡站以至差点误点;火车上三重口罩、雨衣、手套全副武装,不敢喝水,不敢说话,整列车寂静无声;到了省城无法通行与住宿,几经周折最后入住用以隔离的酒店,夜晚寒冷却不敢开暖气,冷得要盖两床被子;医院人员全副武装,电视上看到的场景变成了眼前的现实;回到家要隔离一个月,每天都在焦虑害怕与想不通姐姐为何得病的生气中度过,暴瘦六斤……即便是如此,白阿姨也义无反顾。她体会到了家人支持的珍贵:

我很珍惜现在的生活。我几乎淡忘了我们的血缘关系,但现在我真的能为她什么都不顾。老公一直很支持我,外甥女也变得坚强,成为家里的支柱,小梦也不让人担心。我感到家人的关系变亲密了。

姐姐的病让白阿姨难过、焦虑和困惑,她一直梳理姐姐的生活历程,试图解释她为何会得病。她认

为姐姐一直忙于照顾双方父母、家人,丝毫不顾及自己,隐忍又要强,凡事自己扛,是“分享型的人格”让她陷入疾病。反观自己,“任性、偏激,总跟老公吐槽,总要老公把我引回正轨”,但爱抱怨的性格恰恰能疏散内心的负面情绪,健康的重要性让她认识到自己的性格特点,并满足于当下:

生老病死不是自己能主宰的。姐姐就总是忍。我现在觉得,真的每年要体检,身体的事不要自己扛。虽然生活平淡,我也常抱怨不公平、太普通,但我也非常满意了,不想再奢求什么,身体最重要。

疫情期间有孩子的妇女最重要的事情之一就是根据教育部门不断变化的信息和要求安排孩子上网课,既要设置好网络和设备,确保少出技术问题,也需监督孩子集中精力,跟上进度。没有去学校,妈妈们就成了孩子学习、规划、指导与教育的“老师”,她们的责任在传统家庭性别分工的背景下尤为凸显。虽然经历了打破常规带来的一些慌乱和焦虑,但她们将照料压力转化为自省和改变的动力。比如,有妇女在访谈中讲到,疫情中的照料让她们有了不同的机会反思、学习,感到自己更懂孩子了,还有人去学习“正向管教”,参加线上的“正念教育”辅导,改善自己的教育方式。她们的改变策略是建立在对现有家庭分工与女性角色的承认之上的,只是受疫情这种特殊照顾境况的影响而检视自身,我们将之称为“温和型反思者”。

## (二) 职业发展与个人阅历

没有额外家务和照料负担的妇女没有这些经历,是不是对疫情生活就没有那么深刻的体会了呢?加上婚育状态来考虑,未婚女性不需处理夫妻、公婆关系,比如,学生寒假在家基本是看书、看电视、玩游戏等,和一般假期生活无异,就没有特别的体悟;但我们发现,部分未婚女性虽没有面对家务负担,却依然有很深刻的感受与反思。这样的区别源于什么?已婚已育的妇女中也存在这样的分化,比如,同样是不用工作,不用照顾子女或老人,疫情期间亦没有特别的事需要额外付出精力,但有些人依然对个人生活有很多总结与感悟。我们发现,除了家务与照料负担和婚育状况外,还有两个要素在起作用:一是职业发展,二是个人经验。

### 1. 在疫情中“复盘”人生

资料显示,在疫情期间对自己的生活状态有深刻感悟,投入精力、付诸行动去改变的年轻女性(多为25-30岁)都处于职业生涯的开端或上升期,她们较强的自我提升意愿和动力既与职场打拼的需要有关,也源于她们对现有工作、生活方式的不满。比如,有人在疫情的居家生活中将自我提升放进了日程,设立了读书、自学计划,有人形成了健身、锻炼的习惯,还有人利用记录本、手机或电脑软件进行每日总结。

她们的自我更新首先源于其利用难得的停工停产间隙进行的生活梳理。平日里繁忙的工作令不少人感到失去了自我,就像在私企工作的阿顺形容的那样,“每天浑浑噩噩,感觉自己要不就是工作中的角色,要不就是家庭中的,就是没有自己”。与其说疫情打乱了原来的生活步伐,还不如说疫情为她们提供了反思的契机,让她们有机会看清自己生活、喜好、期待。她们比较关注的是自己的身体、生活方式,与家人、社会外界的关系,以及自我提升。

阿春今年31岁,在一所高职院校做行政兼任教师。她非常享受疫情带来的“中断”,甚至“不舍得它过去”。平时的忙碌令她无法关注自己,很少运动,两年前颈椎就出了问题,到了要去医院医治的程度。疫情一来,学校工作暂停,她忽然发现自己能“睡到自然醒”了,平时喜欢但没时间做的事,比如学习乐器、练书法、养植物都做起来了,家里也收拾得干干净净,摆上了鲜花,放起了音乐。她发现,当自己能够用心去对待生活的时候,整个人的精神状态就不一样了:

我就意识到,以前我真的很少关注自己的身体和生活,现在我非常喜欢自己的身体!我连每一个毛孔怎么样了,哪里长痘都清楚!我对生活的状态、认知都不同了,对身体的感受发生了很大的变化,生活态度也不同了,特别深刻。我超级享受这种变化!

27岁的莉莉提到了“复盘”。她运用工作中常用的总结方法每日睡前进行5分钟“复盘”,回想今天做的事与产生的想法,用纸本或电子软件记录,每一到两周整理一次,甚至自己讲过的话,若有更好的表达方式也会写下来。阅读与学习让她更敢于面对以前觉得过于沉重的话题,如“死亡”和“生命”。连朋友都说她变了很多,“更温柔、平和,以前对工作很

多抱怨,现在会专注于解决问题”,没有那么焦虑、好胜和执着了。她觉得自己学会了“向内反思”,省视生活、工作和处事方式,“在日复一日的生活中找到自己”,连性情都发生了一些变化。

莉莉在一家海外房地产公司工作,平日里需要跟随国外时区,疫情期间生意大减,有一段时间几乎无事可做。她是相当活泼外向、好结交朋友的人,平时每周都要和朋友逛博物馆、喝咖啡、聚会。但疫情一起,无法工作、外出,她开始思考自己与社会、外界、他人的关系。她发现,一段时间不外出见朋友也是可以接受的,开支与“无效”社交都减少了,注意力可以集中在自己身上,有时间读书、画画、学习。她开始阅读社会学、哲学和艺术类的书籍,“审视自己在这个社会中扮演的角色”。但是,没有了实在感受,比如上下班挤地铁,看到真实的人流,与人面对面交谈等,获取信息都是通过网络,让她“感觉到与世界的联结是脆弱的,有一种虚无感”。因此,若说疫情前社交是为了放松、减压,现在则是为了“与外界建立更真实的联系”。独处时间增多,就会开始思考生活方式的好坏以及需改善之处,以获得更大的满足和个人成长。

这部分女性大多提到读书与自省。平时缺乏阅读时间,很多人在疫情时重拾了这个习惯。有人开始了阅读分享的定期家庭聚会;有人建立了读书计划,学习新的语言;有人复习考试,为自己充电;还有人挖掘出工作之外自己喜欢和擅长的领域,甚至考虑转行。

疫情、学习与自省令她们对自己与他人、社区以及社会的关系有了新的认识。小夏说,病毒的严重性令她思考人与自然的关系,疫情下很多人失去生命也让她学会了以更包容的态度与身边的人相处,“知进退,讲方法”,做好知识、善意和经验的“存储”。还有人提到,以往觉得习以为常的东西在疫情中忽然被放大了,比如买菜、吃饭,平时几乎是被忽略的,封闭小区、要靠社区组织的团购之后才发现,原来只是买菜这件事,就需要经历人员组织动员、收割、运输、分装、调配、送菜各种环节,这都是平时完全想不到的。小唐在社区做志愿者,回忆起来非常感叹:

吃饭从割菜开始,菜都带着泥土,让我一下子沉浸到了生活中。这是个下沉的过程,疫情放大了困难,但强化了人与人的联结。我从没看到过那样的



社区,大家面对危险,因为共同的价值观生发的内生力量凝聚起来,今天我帮了他,明天他就会帮我,大家之间有了联系与归属感,社区命运共同体的概念一下子就明确起来。

这些女性有着独立自主的性别观念,希望能成为对自己与社会负责任的个体。她们重视自己与自身身体、情感的联结,也时刻思考自己和周遭世界的关联。她们处于生命中重要的职业生涯开始或视野拓展的阶段,对自己的定位、责任与能力有较清晰的概念,认识到为自己争取空间、提升生活质量的重要性,因而有了明确的努力方向与持续的改变动力,通过学习与思考来实现自我成长,我们将之称为“成长型反思者”。

## 2. 从寻求理解中重塑信念

五六十岁的妇女由于平日活跃的社交习惯,如广场舞、外出运动、定期聚会等,使她们比依赖网络的年轻一代和年长者受疫情封闭状态的影响更大。有研究参与者描述,“每天呆在家里”,“把饭局都取消了”,“往年的聚会没有了,不能一起出去玩了”,“觉得日子很难捱”,“一点都不舒服”。社交中断、失去自己的自由空间,与丈夫和家人相处、照料家庭时间增多,烦闷却难以通过社交去排解,是这个年龄段的妇女提得比较多的,她们还表达了急切想要恢复正常的心情。

我们发现,这次的参与者中,50-65岁的妇女是最积极调整自己、适应疫情、积极改变以回复正轨的一群人,几乎所有这个年龄段的受访者都讲到了她们因应当下情况对生活进行的快速调整。比如,有人利用平日积累的人际关系,迅速地加入甚至自己组织小区采购团;有人学习手机下单购物;有人通过科普、新闻更新卫生观念;有人原来每天逛公园、跳舞,但疫情之下不能聚集,公园也关闭了,她们就改做其他可以一个人进行的运动或在家里跟着手机APP练习、打卡,保持锻炼状态;还有人在疫情稍有缓解的时候就开始出门工作。56岁的黄阿姨在自己村子附近新开的楼盘找了一份拔草、清洁的小时工工作,她非常珍惜这个机会,即便是临时且不规律的用工,她也乐意去做,而且还会带上好吃的与工地的姐妹们分享。她们和丈夫更像是“住在同一屋檐下”的伙伴,各有各的爱好,各有各的习惯,各自按照自己的步伐生活,有时还各起炉灶。她们更在乎的

是自己能否保持女性的交际圈,使心情愉悦。婚姻关系成为“一个习惯而已”(黄阿姨语)。62岁的娜姨是一名退休财务,她在我们访谈前才刚刚出差干完一单活。我们问她为何在大家都不敢出门的时候还这么积极,她说“我要努力赚钱,积极生活,想快些恢复到正常轨道上。”

对原本生活秩序的渴望是中年妇女尝试理解疫情、观察学习和重建信念的重大驱动力。开始时大家不太清楚疫情状况,从电视、网络中看到各式各样的消息,难辨真假,恐慌与焦躁情绪蔓延,抢购口罩、食品、“封城”,死亡,有妇女提到自己似乎“信念破产了”,无法解释到底发生了什么,“原来的生活惯性更大”,大家都“想要快点回到一个可以让人明白的世界中”,这些表达里都包含着“理解”这个关键词。虽然疫情刚开始时她们也有害怕、紧张、担忧的情绪,但与年轻人相比,对这类情绪的描述似乎只占了整体叙述的一小部分。其中一个原因是她们会主动断离网络与手机,不看微信,甚至不看新闻,并替代性地关注养生、健康方面的信息,这恰恰是年轻群体难以舍弃的;另外,她们有“知人事,听天命”的观念,不骄不躁,任其自然。

这个年龄段的妇女是年轻人口中“不怕死”的一群人,她们在疫情最吃紧的时候关注的并不是自己是否有被传染的危险,而是试图去理解很多以前没经历过而现在正在经历的事。新姨65岁,时下最在意的既非丈夫也非物质生活,而是她还有很多没去过的地方、没体验过的生活以及各种新的事物和观念。疫情的阻隔使她加倍想念外出,于是她学会了看短视频、看直播,有了新的乐趣。她的话很有代表性“我觉得自己如果不多了解点新东西,不多去一些地方,就好像自己白活了这么些年。”疫情缓解的时候,她和几个要好的女性朋友几乎是第一时间外出,参加了高铁团到邻省旅游。在疫情中她们从他人与自己过往的经验中形成了新的生死、健康与生活观念,更积极地争取自己的空间。秀姨的话让我们印象深刻。她说自己退休后已经去了世界上很多地方旅游,因此就算第二天就死了也无遗憾:

我有时会想外国的那些老人,他们感染入院前可能刚喝过咖啡,吃了披萨。如果我能这样死掉,我

就觉得很好了,起码在死之前还是享受了生活,我是不会害怕的。

在她们的生活里我们看到了一种“优势”——知天命、安于当下的稳定以及有经历、无忧虑的坦荡。她们面对生死的态度甚至与身边一起生活了半辈子的丈夫都不一样,有“在色香味中弥补居家的单调,在一日三餐中淡化灾难和疫情”的安逸感。诺妈妈在日记里将这样的气质充分展露了出来,“即使死亡的前一天,我们还是不会撤出该放在面前的碗筷”,这既是一种无能为力,也是对生活的竭尽全力:

大灾之下的普通人依然油盐酱醋地生活着,他们不会整天嚎啕大哭,也没有坐立不安,他们心平气和地一日三餐。外面混乱的声音此起彼伏,但每一个家庭的父母依然拥抱自己的孩子,坐在餐桌前和沙发上,如常地评价饭菜的香或者不香……我们就在自己的屋子里,利用手中仅有的权利过日子。

生活总是要继续的,这是人类强大的本能。所以

历史上的每一次灾难,记录的时候令人心惊肉跳,避之不及,而真正生活于其中的人,却能忍之受之,化艰难于一点一滴的饭蔬和言笑中,一日一日从容走过。

从寻求解释到重塑信念,以积极生活作为一种抗疫方式,是这个年龄段妇女独有的智慧。她们由外而内,不去关注旁支末节的消息以免徒增焦虑,将落脚点置于自己的兴趣爱好与生活目标上,比自己的伴侣更快、更稳、更积极地扩大自己的空间。这种生活态度是她们身为女性,在长期面对整体性、结构性的性别不平等与歧视的过程中积累、延续下来的,疫情只是验证与凸显了成熟女性经济与情感独立、生活方式与事业自主、既精明又洒脱的形象。我们将其称为“觉悟型反思者”。

五、妇女自我反思的类别

根据资料与访谈中妇女叙述展现的特性,我们将具有相近情形、持有相近观念的受访者归到同一类别下,总结起来有四种不同的反思类型(见表1)。

表1 妇女自我反思的四种类型

要素	类型			
	习得型	温和型	成长型	觉悟型
家务/照料负担	大量	大量	没有特别负担	没有特别负担
婚育状态	未婚,或已婚育、孩子年幼的年轻女性	年龄稍长,孩子稍大或已成年	未婚或已婚未育的年轻女性	年龄较长,已婚已育
照料体验	负面体会	接受度较高,更多的是正向思考	无	无
职业发展	有些尚未进入职场,有些已进入职场,因个人反思对未来发展也有一定的考虑	事业基本处于稳定期,没有特别的上升要求	初入职场或处于事业上升期,面临人生重大身份转变	无(可能已退休)
反思/感受	从负面经验习得	向内自省,获得正面感悟	职场体验、个人成长给予总结反思的动力	个人阅历给予强大的反思动力
改变策略	彻底	温和	持续	积极
性别观念	激进	内省	自主	独立

习得型反思者的强烈感受和个人反思源于她们对疫情期间大量家务或照料负担的负面体验,而温和型反思者对家务、照料的体会不是负面的。年轻女性有更多性别平等的想法,对配偶、恋人会有大家互相尊重、分工合作与落实平等的要求,也会用这种

意识和眼光来重新审视长辈的家庭生活与关系,反过来提升自己的自尊、自重、自爱意识。年长女性的驱动力更多地植根于现有的家庭性别关系中,它不是像年轻女性那样比较激烈、彻底的转变,而是一种自省,她们虽然重新体会或思考着家庭、夫妻关系,

但并没有撼动传统的家庭分工,对女性的性别角色期待也没有发生大的改变。

与前两类反思者不同的是,成长型反思者没有家务和照料负担,但都处于事业开始或发展阶段,这个难得的“长假”让她们有时间重新整理生活,改变一些不良习惯和观念,重拾兴趣爱好,提升自己。反思与改变的动力一方面源自职业发展压力,令她们与没有工作的年轻女性相比更注重持续学习与自我充电;另一方面源自她们作为独立职业女性对自己的了解与规划。

没有照料责任、已婚已育、年逾五十的妇女是觉悟型反思者,是我们在本次研究中看到的最积极、自

觉的反思者,似乎不需要什么外在因素推动,自身阅历就已经让她们对夫妻、家庭关系有了深刻认识,疫情又推动她们以自己独特的理解方式形成了松弛、弹性、自主的健康与生命观,对自己能做什么、想做什么有了更清晰的自我认知。

六、妇女自我反思与关怀的决定要素

通过比对文字与访谈资料我们发现,女性的自我反思因其所处的生命阶段、处境与角色以及观念不同而呈现出不同的特征,引向不同的实践与结果。按逻辑顺序识别、归纳,我们发现了它们之间对妇女自我反思施加的影响的关联性,见图1。

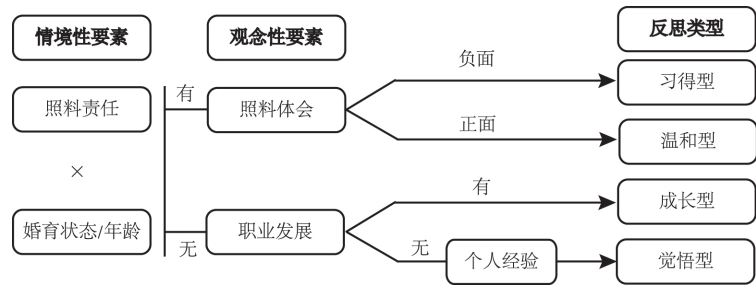


图1 妇女自我反思与自我关怀的决定要素与归纳过程

是否有照料责任和婚育状态/年龄段是妇女自我反思和关怀的两个首要条件。由于这是客观生活状态,我们将之界定为“情境性要素”。在有照料责任的妇女中,无论是正面还是负面体会,都会自我反思。与之相对的情况是,在36-49岁、50-65岁两个年龄段的妇女中都有人认为家务和照料是自己每天理所当然要做的事,已经习以为常,无论是对疫情还是自己的生活状态都没有特别的思考,属于没有自我反思与关怀的一类。

对家务和照料的体会,是影响妇女自我关怀的第三个决定性要素,它涉及女性对于家务照料女性化、家务分工性别不平等的意识,以及她们在此基础上寻求改变的动力与策略。它关乎观念与感受,我们将其界定为“观念性要素”。没有照料负担的妇女大致有三种情况:未婚未育、已婚未育及已婚已育。同样是未婚未育,也会因职业状态的不同产生不同的反思动力——处于事业发展某个阶段的女性,无论哪种婚姻状态,只要没有密集的照顾孩子的需要,都会以事业为重,因而在因疫情而获得的“暂停”状态

中会重整自己关于职业发展、工作/生活习惯的思绪,进行自我提升。这是第四个影响妇女自我反思与关怀的决定要素——职业发展,是一种观念性要素。年轻职场女性正经历着个人成长道路中的重要转变——从依靠家庭到自食其力,体现着现代女性独立、自主的性别形象。她们没有单纯地内化社会期待与要求,而是在自己对生活理解的基础上寻求更好的生活体验与自我体验,因而她们的反思与改变是自主、自觉的。疫情是推动这个进程的重要催化剂。

同样是没有特别的家务、照料负担,职业发展状态也相似,进入事业稳定期、没有特别个人发展需求的妇女,与已退休、年龄渐长的妇女之间,也出现了个人感悟与改变的分化——总体看来,50岁以上的妇女更能体现出积极的自我反思能力与改变动力,由于较丰富的生活阅历而产生了深刻而独特的生活感受,这也是我们观察到的第五种决定要素——个人经验,也是一种观念性要素。

观念性要素与妇女在家庭、职业等领域的性别观念相关。改变与反思则是一个行动导向的概念,

即在某种条件下,妇女会产生怎样的改变,她们面对疫情、面向未来会有什么应对与策略。

需要指出的是,无论反思的起点与决定因素为何,四种反思类型都导向了积极的结果,与之对应的是无感和无特别反思的情况,而本次的研究中我们并没有发现经过自我反思之后出现消极情绪的情况。

## 七、讨论与总结

本文记录了妇女疫情之下的日常生活,结合不同的情境性与观念性因素,梳理出妇女的不同经历、体验及由此引发的自我关怀、反思和照顾。

书写妇女疫情期间的经历、体会与改变,出于我们记录普通人疫情经验的决心。妇女在家庭中的付出、内心的波澜与欲望,都是被低估的,她们在家务与照料中创造的价值也长期被忽视<sup>[26]PP1-28</sup>。妇女的性别身份和默默贡献容易被遗忘,如果我们不有意挖掘、记录,这些日常琐事与经验将被埋没在对前方英勇奉献的抗疫英雄的歌颂中。我们认为对妇女贡献的强调再多也不过分,因为这是理解家庭作为社会的基本单元与普通人在平凡生活中如何认识与抵抗疫情的最佳途径,我们能看到日常生活中最细微但最具活力的平凡智慧。

这次研究还让我们得出以下几个结论:

第一,疫情期间增加的家务/照料负担将女性置于不平等的家庭地位之中。家务劳动和照料的男女差异还在持续。男性因疫情留在家中并没有改变这种差异。这个研究的议题本身就是高度性别化的,无论妇女疫情中的日常生活情境、家务负担与照料的现实,抑或她们反思的内容,都既是性别分化的产物,也是再性别化的场所。疫情仍在全球较大范围内传播,社会

经济生活需要较长时间恢复,我们呼吁学者和政策制定者更多地关注中国和世界其他地区女性的需求。

第二,女性透过家务与照料、家庭关系变化、社交及工作方式改变等更透彻地理解了其与家庭、与自己、与他人的关系。她们在得失、付出与收获、照顾与被照顾、照顾他人与关怀自己中思考自我价值并寻求改变。但这种改变总的来说还停留在个体层面,而不是像某些国家和地区所报告的,疫情期间在家时间增加,家庭生活模式与安排发生变化,会让家务分工变化,进而更趋于平等,在后疫情时代可能会发生“深远彻底”的性别角色变化<sup>[27]</sup>。当然,我们对日常生活和个体层面上的反思与变化也感到十分鼓舞,这也许是个开始。

第三,女性的反思与自我关怀并不全是被动的刺激性反应。从这次研究中我们看到她们有着良好的适应力、反思力和改变的动力,能从自己的经验中看到传统的性别角色期待和刻板印象产生的束缚和压迫,善于总结和变通。

在这次疫情中,作为女性研究者的我们也经历了种种艰难,在学术研究与家庭照顾上小心地平衡着。她人的经历给予我们更多力量去面对和克服困难,也让我们相信这样的研究是有意义的。当然,由于我们主要使用远程在线的方法,女性长者的资料比较缺乏;个人网络的限制也使收集到的资料不够全面,比如36-49岁年龄段在工作中担任相对重要角色的女性,她们是否像处于事业发展期的女性那样会因为职业状态而产生更多的自我要求与反思?每个年龄段也存在很多情况不同的女性,会随着资料的增多而出现更多元的情况。

## 【参考文献】

- [1] Organization of Economic Co-Operation and Development. *Women at the Core of the Fight against COVID-19 Crisis* [R]. Paris, France: OECD, 2020.
- [2] Alon, T., Doepke, M., Olmstead-Rumsey, J., and Tertilt, M.. *The Impact of COVID-19 on Gender Equality* (No. w26947) [R]. Cambridge, MA: National Bureau of Economic Research, 2020.
- [3] Wenham, C., Smith, J., Morgan, R., and C.-W. Group. COVID-19: The Gendered Impacts of the Outbreak [J]. *The Lancet*, 2020, 395 (10227): 846-848.
- [4] Adams-Prassl, A., Boneva, T., Golin, M., and Rauh, C.. Inequality in the Impact of the Coronavirus Shock: Evidence from Real-Time Surveys [Z]. CEPR Discussion Paper 14665, Bonn, Germany: IZA Institute of Labour Economics, 2020.
- [5] Charmaz, K.. *Constructing Grounded Theory: A Practical Guide through Qualitative Analysis* [M]. London: Sage, 2020.

- [6]Cherry M. G. ,Ablett J. R. ,Dickson J. M. ,Powell D. ,Sikdar S. and Salmon P. A Qualitative Study of the Processes by which Carers of People with Dementia Derive Meaning from Caring[J]. *Aging & Mental Health* 2020 23 ( 1) : 69–76.
- [7]Strachan P. H. ,Currie K. ,Harkness K. ,Spaling M. and Clark A. M.. Context Matters in Heart Failure Self-Care: A Qualitative Systematic Review [J]. *Journal of Cardiac Failure* 2014 20 ( 6) : 448–455.
- [8]Oliveira D. ,Zarit S. H. ,and Orrell M.. Health-Promoting Self-Care in Family Caregivers of People With Dementia: The Views of Multiple Stakeholders [J]. *The Gerontologist* ,2019 59 ( 5) : e501–e511.
- [9]Gorawara-Bhat R. ,Graupner J. ,Molony J. and Thompson K.. Informal Caregiving in a Medically Underserved Community: Challenges ,Construction of Meaning and the Caregiver-Recipient Dyad [J]. *Sage Open Nursing* 2019 4 ( 5) .
- [10]Butcher H. K. & Buckwalter K. C.. Exasperations as Blessings: Meaning-Making and the Caregiving Experience [J]. *Journal of Aging and Identity* 2002 7( 2) : 113–132.
- [11]Cherry M. G. ,Ablett J. R. ,Dickson J. M. ,Powell D. ,Sikdar S. & Salmon P. A Qualitative Study of the Processes by Which Carers of People with Dementia Derive Meaning from Caring [J]. *Aging & Mental Health* 2019 23( 1) : 69–76.
- [12]Baker L. ,Silverstein M. ,Arber S. & Timonen V.. The Wellbeing of Grandparents Caring for Grandchildren in China and the United States [A]. *Contemporary Grandparents: Changing Family Relationships in Global Contexts* [C]. Bristol: The Policy Press 2012.
- [13]Cong Z. ,& Silverstein M.. Intergenerational Time-for-Money Exchanges in Rural China: Does Reciprocity Reduce Depressive Symptoms of Older Grandparents? [J]. *Research in Human Development* 2008 5( 1) : 6–25.
- [14]陈蒙. 城市中产阶层女性的理想母职叙事——一项基于上海家庭的质性研究 [J]. *妇女研究论丛* 2018 4 ( 2) : 55–66.
- [15]蒙克. “就业—生育”关系转变和双薪型家庭政策的兴起——从发达国家经验看我国“二孩”时代家庭政策 [J]. *社会学研究* 2017 4 ( 5) : 218–241 246.
- [16]Pretorius C. ,Walker S. & Heyns P. M.. Sense of Coherence amongst Male Caregivers in Dementia [J]. *Dementia* 2009 8( 1) : 79–94.
- [17]Houngaard L. ,Pedersen B. and Wagner L.. The Daily Living for Informal Caregivers with a Partner with Parkinson's Disease—An Interview Study of Women's Experiences of Care Decisions and Self-Management [J]. *Journal of Nursing and Healthcare of Chronic Illness* 2011 3 ( 4) : 504–512.
- [18]姜贞吟. 性别化制度下女性劳动者惯习: 以新店某跨国电子厂为例 [J]. *国家与社会* 2011 4 ( 10) : 163–206.
- [19]徐洁. 生命历程视角下女性老年人健康劣势及累积机制分析 [J]. *西安交通大学学报( 社会科学版)* 2014 4 ( 4) : 53.
- [20]Furlong K. E. & Wuest J.. Self-care Behaviors of Spouses Caring for Significant Others with Alzheimer's Disease: the Emergence of Self-care Worthiness as a Salient Condition [J]. *Qualitative Health Research* 2008 18( 12) : 1662–1672.
- [21]McFarland P. L. & Sanders S.. Educational Support Groups for Male Caregivers of Individuals with Alzheimer's Disease [J]. *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias* 2000 15( 6) : 367–373.
- [22]Clark A. M. ,Freydberg C. N. ,McAlister F. A. ,Tsuyuki R. T. ,Armstrong P. W. and Strain L. A.. Patient and Informal Caregivers' Knowledge of Heart Failure: Necessary but Insufficient for Effective Self-Care [J]. *European Journal of Heart Failure* ,2009 11 ( 6) : 617–621.
- [23]Winslow B. W.. Family Caregivers' Experiences with Community Services: A Qualitative Analysis [J]. *Public Health Nursing* 2003 , 20( 5) : 341–348.
- [24]Casado B. L. ,van Vulpen K. S. & Davis S. L.. Unmet Needs for Home and Community-Based Services among Frail Older Americans and Their Caregivers [J]. *Journal of Aging and Health* 2011 23( 3) : 529–553.
- [25]张春泥、和经纬. 疫情影响主观评价上 ,男女存在显著差异 [EB/OL]. *澎湃新闻* 2020–05–12 [https://m.thepaper.cn/news-Detail\\_forward\\_7349289?from=groupmessage&isappinstalled=0](https://m.thepaper.cn/news-Detail_forward_7349289?from=groupmessage&isappinstalled=0).
- [26]Folbre N.. The Care Penalty and Gender Inequality [A]. Averett S. L. ,Arys L. M. and Hoffman S.. eds.. *The Oxford Handbook of Women and Economy* [M]. Oxford: University of Oxford Press 2017.
- [27]Hupkau C. and Petrongolo B.. Work ,Care and Gender during the Covid-19 Crisis. *CEP Covid-19 Analysis* ( 002) [Z]. London School of Economics and Political Science ,London ,UK 2020.

责任编辑: 绘山