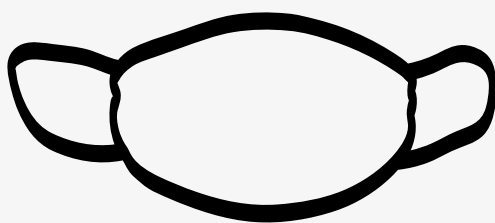


我们与平权

疫情中的我们
(WOMEN)
数据分析报告



前言

本次调研的主要目的是呈现在中国三年的新冠疫情 / 抗疫过程中女性的经历和感受。疫情初期，赶赴湖北支援的女性医护以卫生原因为借口集体被剃头；之后，支援的女性医护人员没有方便的卫生用品，而且这个问题的反映也没有得到重视；上海封城期间，很多小区的必要物资清单上也没有卫生巾。除此以外，我相信在疫情 / 封控中，还有更多没有被媒体报道，没有被社交媒体广泛传播的性别相关的新闻。女性的需求在疫情中被持续忽视。甚至在公共资源主要被投入到防疫 / 封控之中，女性的需求有了更堂而皇之的借口被忽视了。

同时，这三年期间性别暴力相关新闻持续不断。除了震惊全国的“唐路家暴杀死拉姆案”、“徐州八孩铁链母亲”和“唐山打人案”以外，还有“弦子诉朱军性骚扰案”。相信除此以外还有很多性别暴力和反对性别暴力的事件每时每刻都在发生，然而为受害者 / 幸存者发声的女权行动者却一直在遭受被消声、被网暴的不公对待。

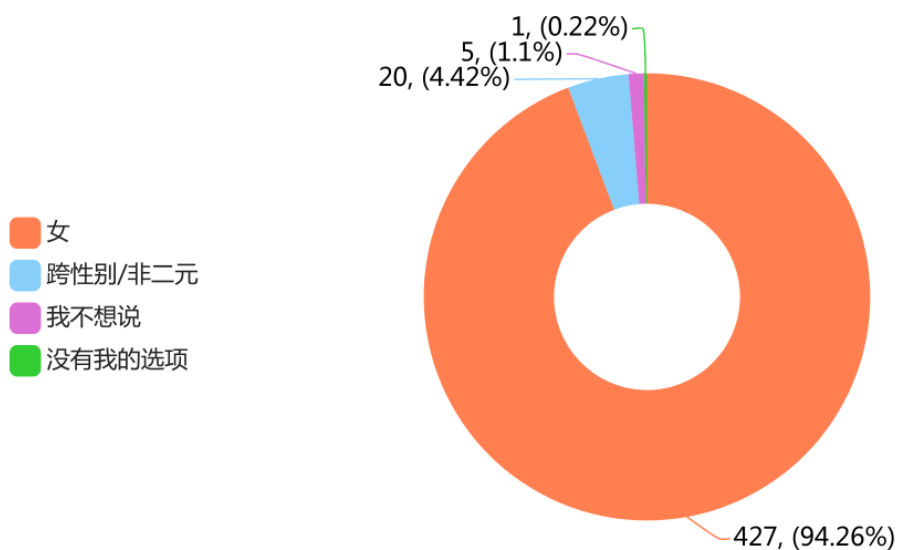
同时，在疫情 / 封控对经济的打击下，女性更容易经历失业，更难重新找到工作，更容易转向非正式就业，收入与男性的差距比疫情前期更加增大。社会文化仍然期待女性在家庭中承担主要的照护责任，进一步影响了女性与家庭中其 TA 成员讨价还价的能力，从而影响她们对社会生产的正式参与。

所以在疫情 / 封控的尾巴上，我们开启了这个项目。2022 年 11 月到 12 月，我们与平权设计了“女性心理健康调查问卷”，其中一共有 44 个问题，包含 10 个开放性问题。2023 年 1 月 6 日，我们与平权开始在微信公众号、团队成员的微信朋友圈和一些微信群里发布该问卷，并不定时地随机在这些渠道继续发放。至 2024 年 1 月 15 日，除去男性回答的问卷和其它无效问卷以外，**该问卷一共获得 453 份有效回复**。下面是该问卷反映的情况：

基本情况

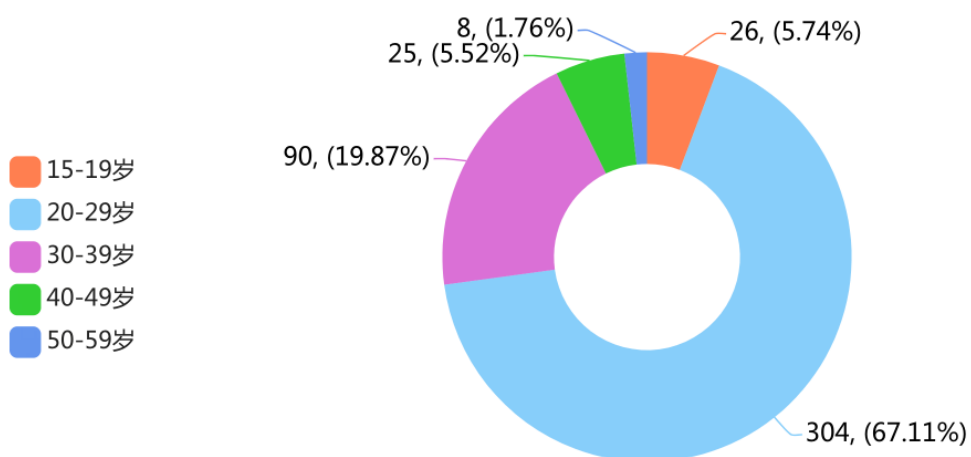
基本情况部分一共有 17 个问题，包括称呼、性别、年龄、民族、性取向是否有身心残障、婚育状况、受教育程度、居住地、居住情况、居所家务承担情况和照护需求，具体情况如下：

性别分布情况：



填写“没有看到我的选项”的小伙伴解释说：TA 的性别是：指派女性，认同“女性”作为一个社会 / 政治性身份，但个人性别认同不确定，倾向 Agender。

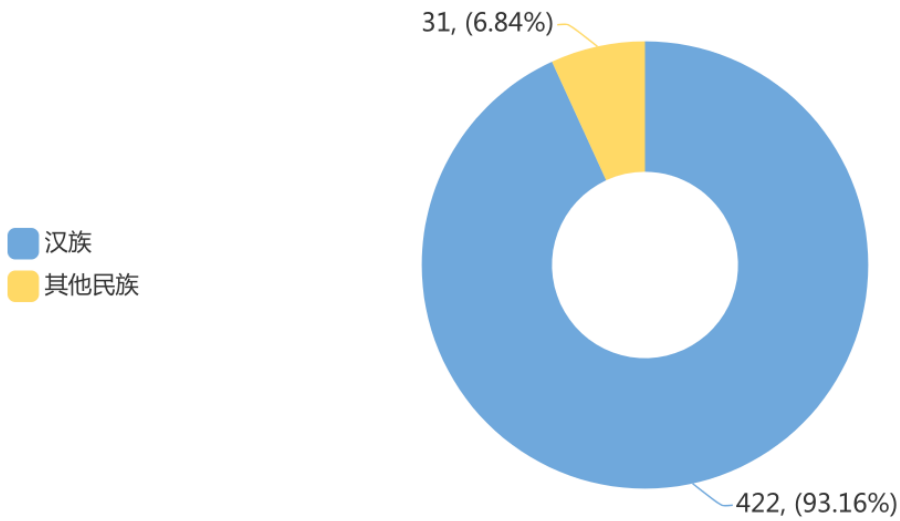
年龄分布：



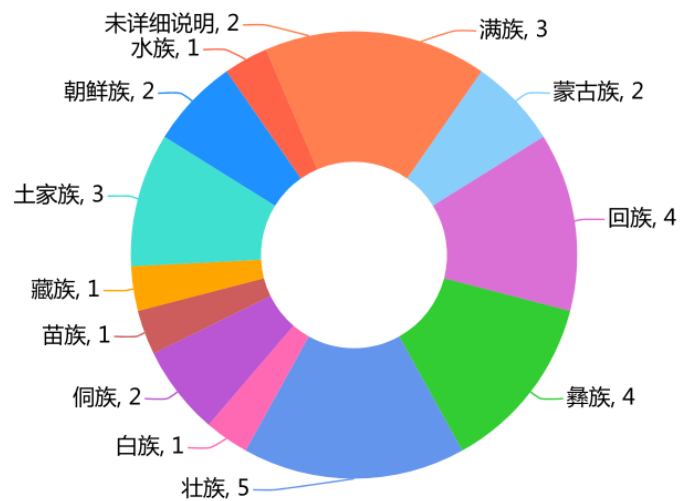
写问卷最多的年龄组就是 20-29 岁组啦，换算到 2019 年 12 月疫情开始时就是 17 岁到 26 岁的小

伙伴们，也就是年轻打工族、大学生、高中生、职校生等。很多小伙伴也在这三年期间经历了社会角色的转变。

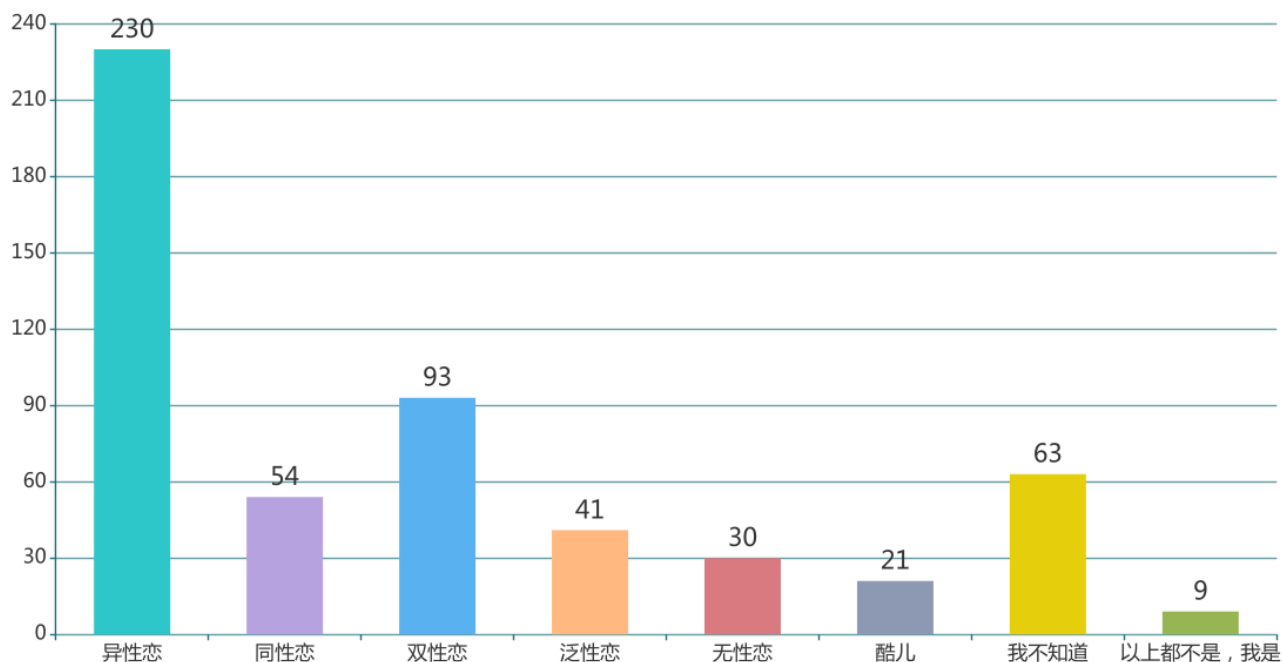
民族分布为：



主要的问卷填写人还是汉族，其TA民族有：



性取向方面（这是多选题，所以有一些答卷中同时勾选了两个或以上选项）：

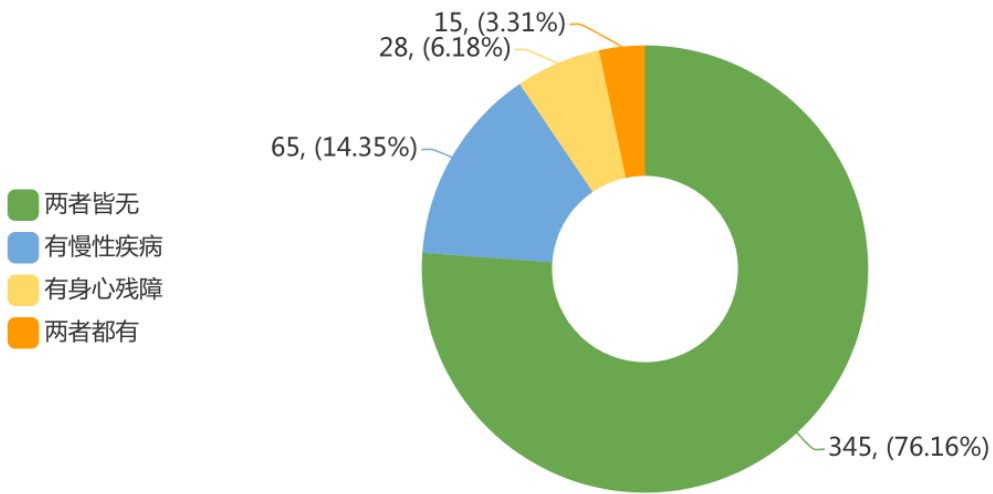


在这个部分，**选择以上都不是**的小伙伴填写了如下缤纷多彩的答案：

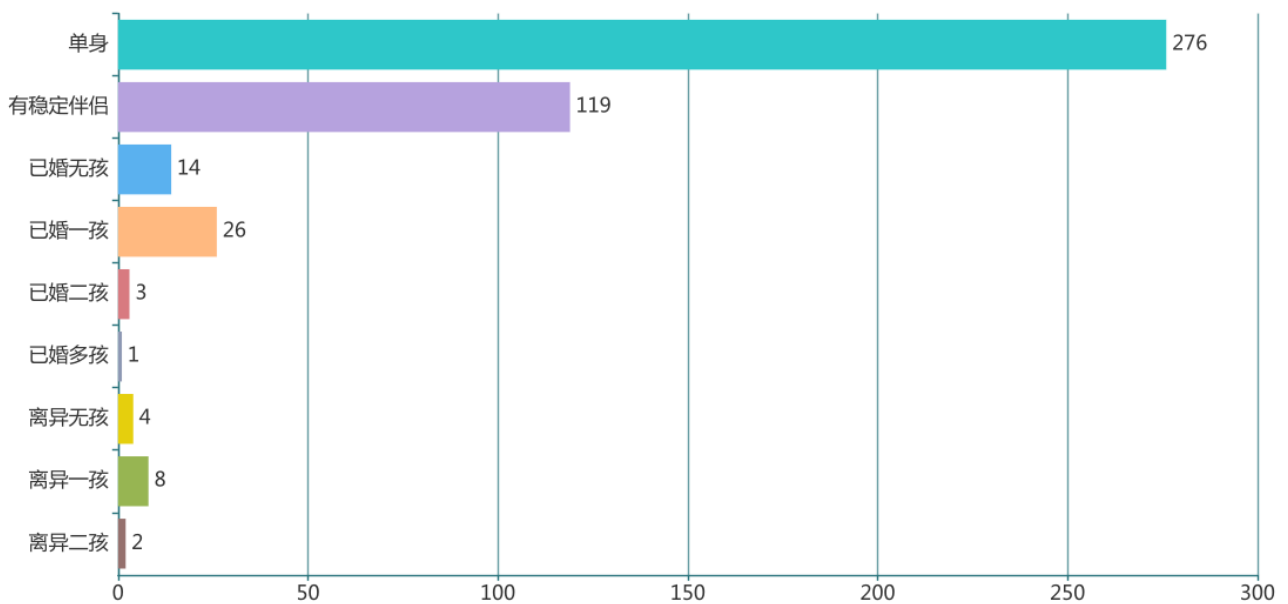
全性恋，
智性恋，
随便恋，
半无性恋，
自恋，
对什么都恋不起来，
我只爱我自己，
游戏人间，取向是心之所向，
反性缘，不以男权文化中的性取向概念定义自己。

* 我们都知道性取向是一个光谱，所以它必然是多彩多样的，如果你对选项中给出的答案和小伙伴填写的答案不了解，欢迎去查阅资料哦！

在**是否有身心残障**的问题上:

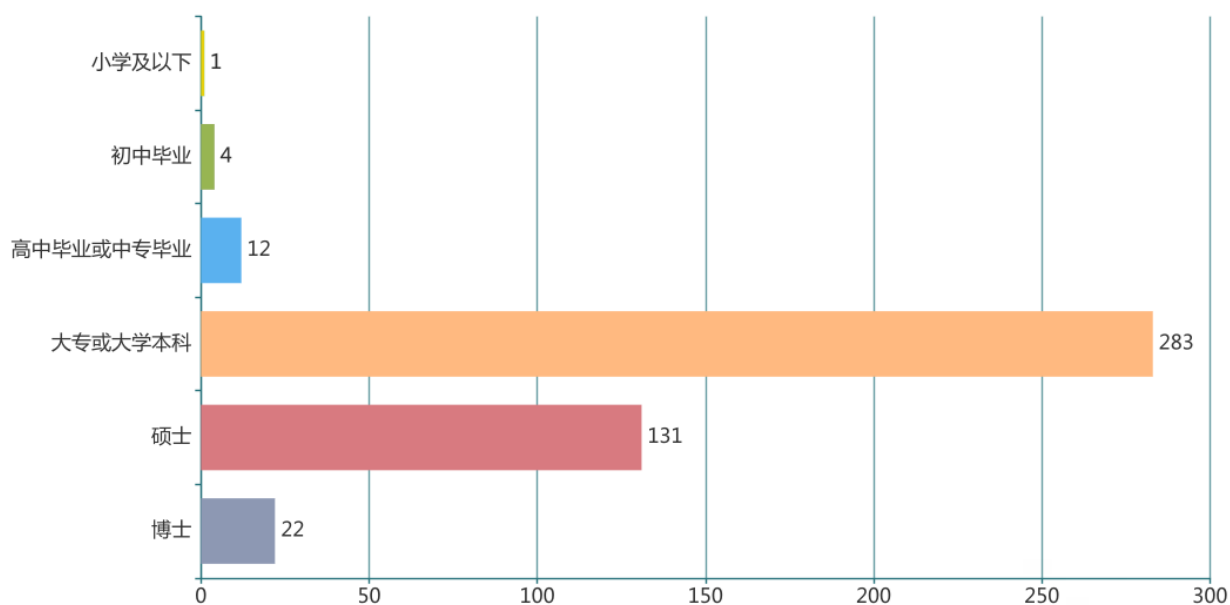


婚育状况的分布为:

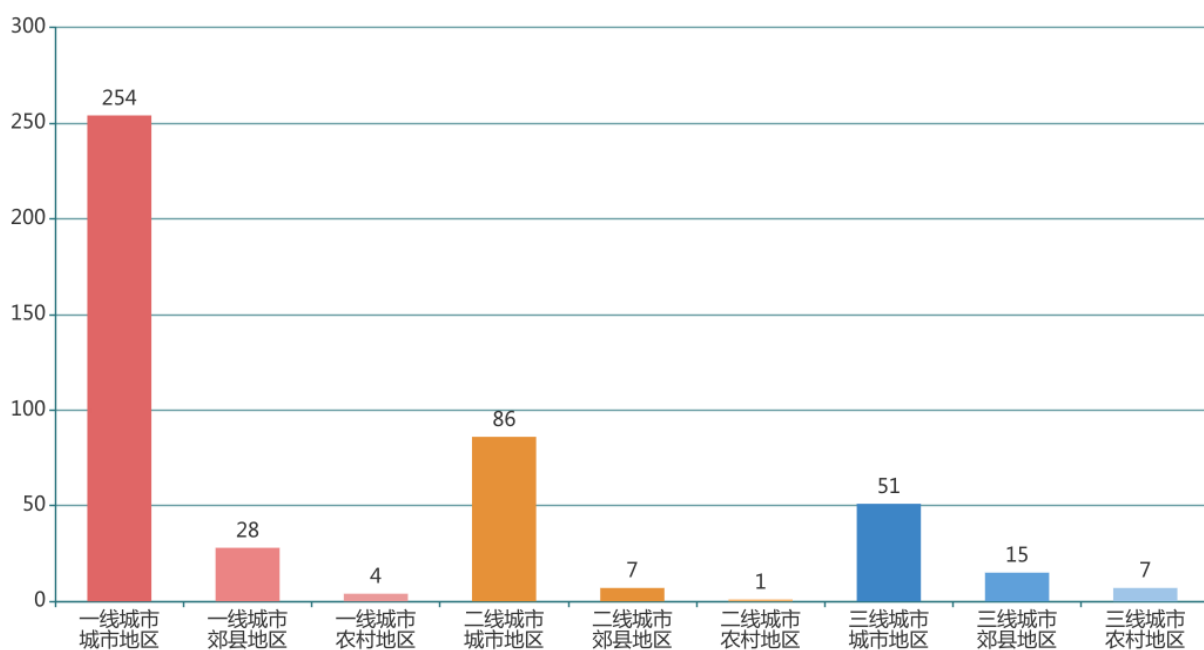


* 在这个部分还有一个选项是“离异多孩”，但是并没有问卷参与者选择这个选项。

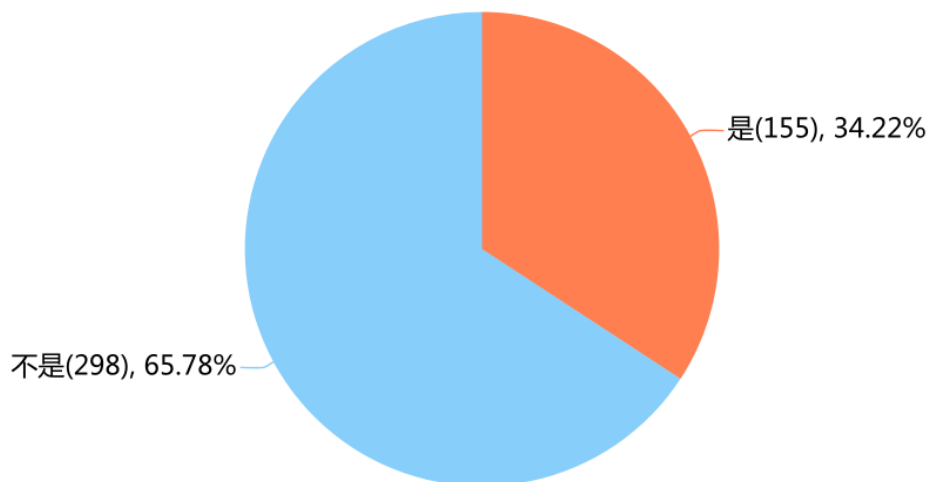
受教育程度：



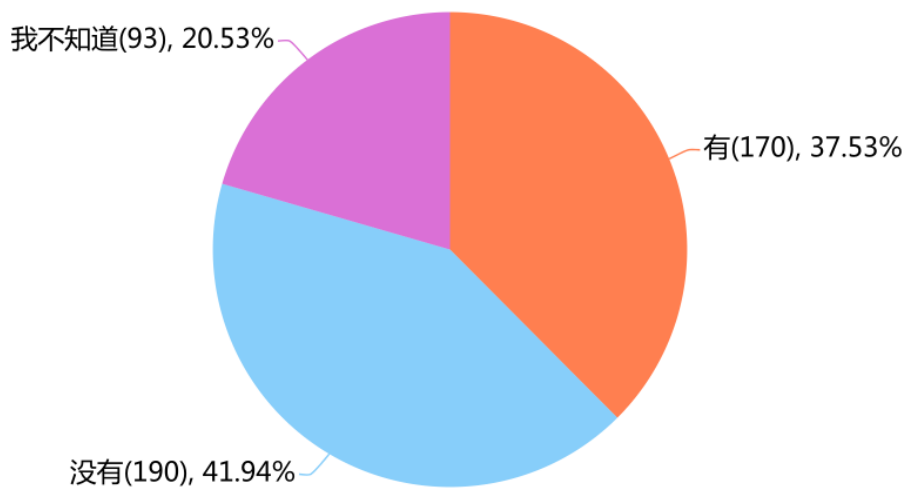
最近三年大多数时间所居住的地区：



对于自己在近三年所居住的城市是否属于移民：

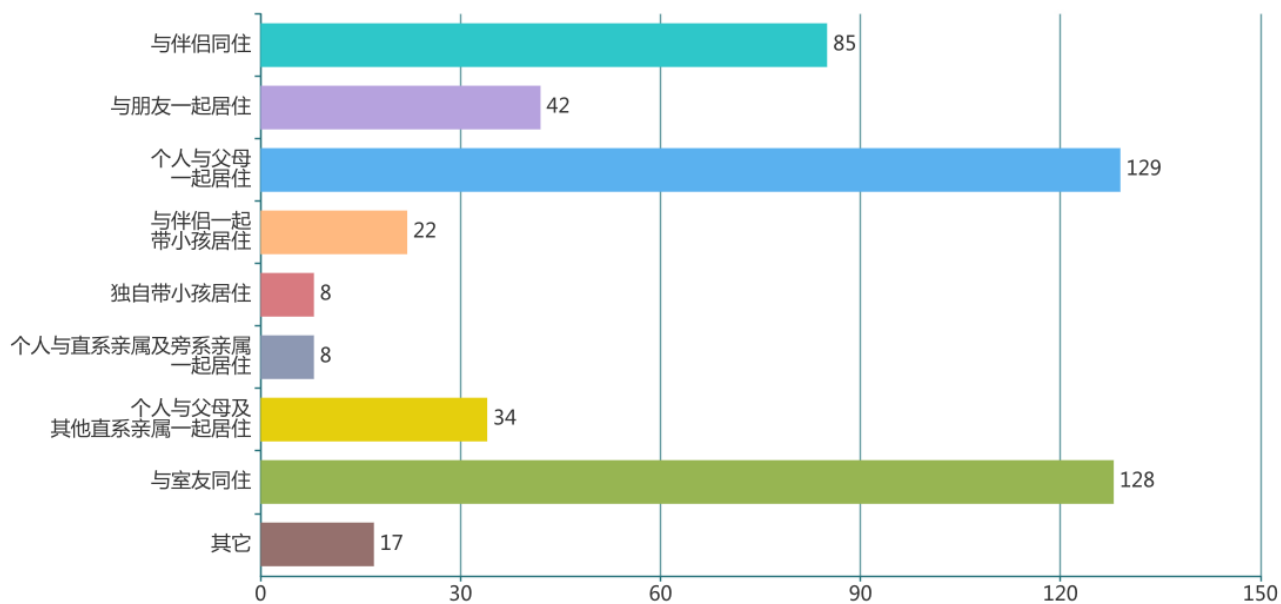


对最近三年居住的城市是否有归属感：

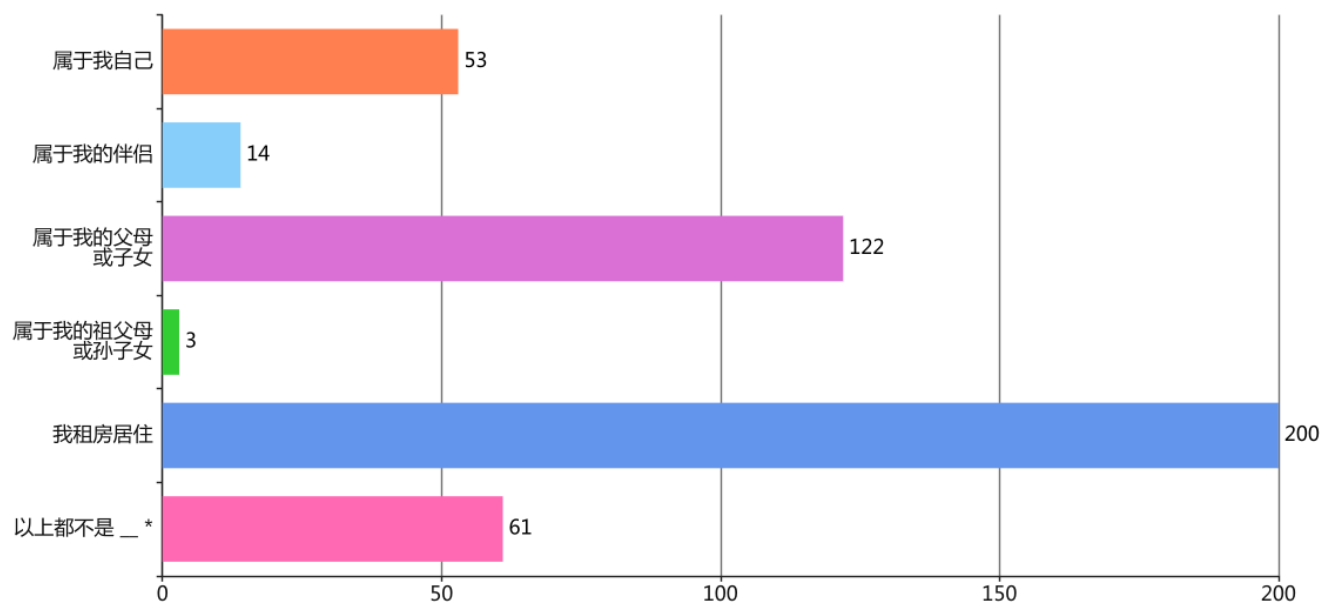


* 在是否属于移民和归属感的问题上，每个小伙伴都可能有自己的定义和解释，欢迎参阅今年发布的《我们的故事》来详细了解哦。

居住状况（多选）：

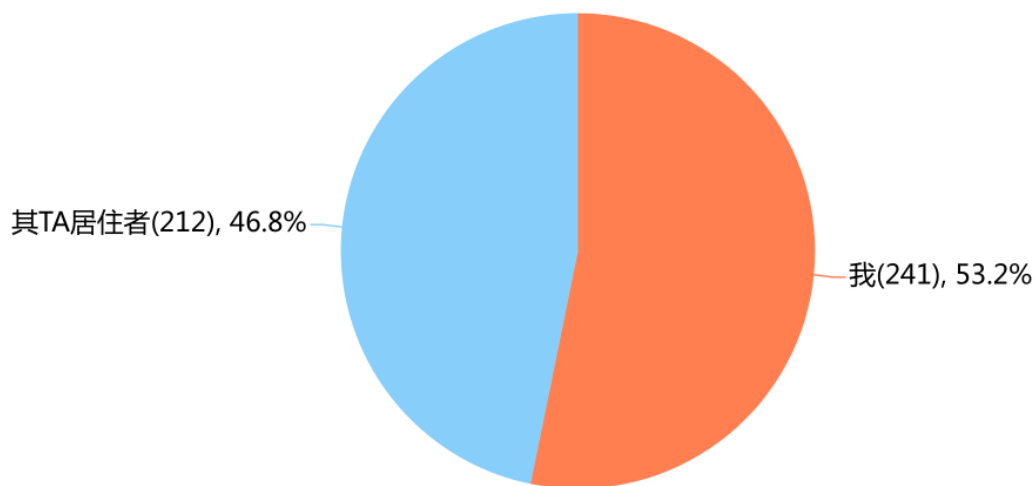


你所居住的住房的归属权？



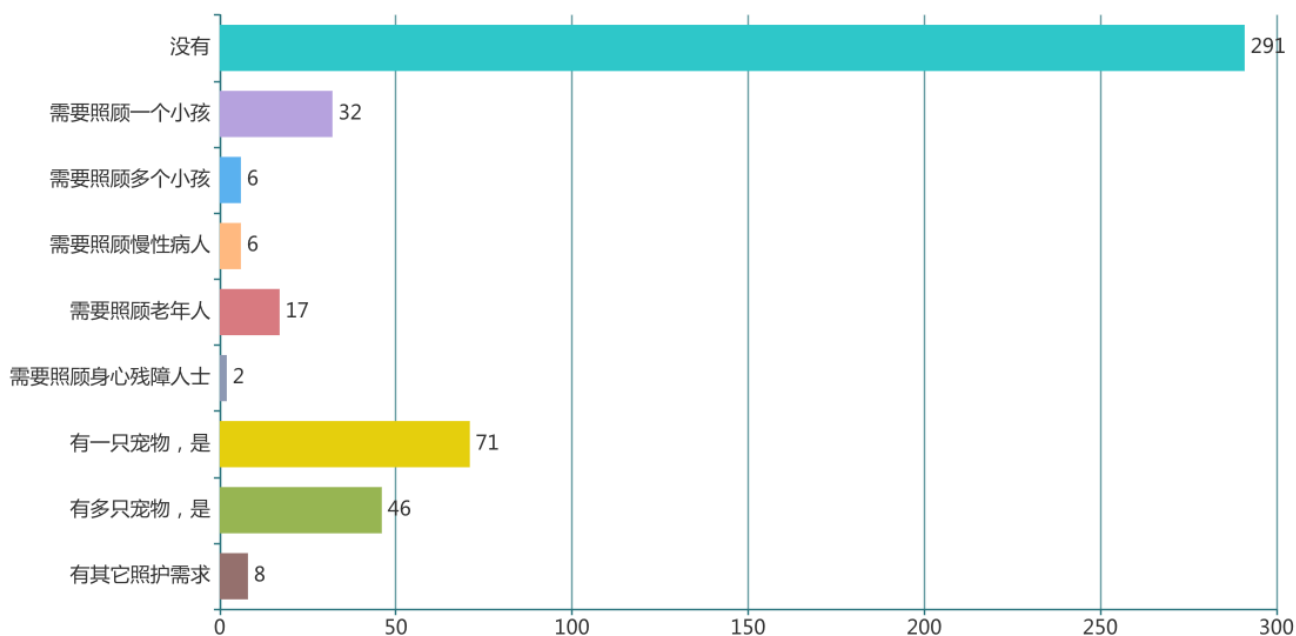
居所家务主要由谁承担：

家务包括：采买生活必需品、洗衣、做饭、收拾房间、安排家人的行程、陪伴小孩、陪伴老人、照顾宠物.....



* 估算自己承担的家务比例的回答中，有 39 人表示自己做了 100% 的家务。

其它照护需求：

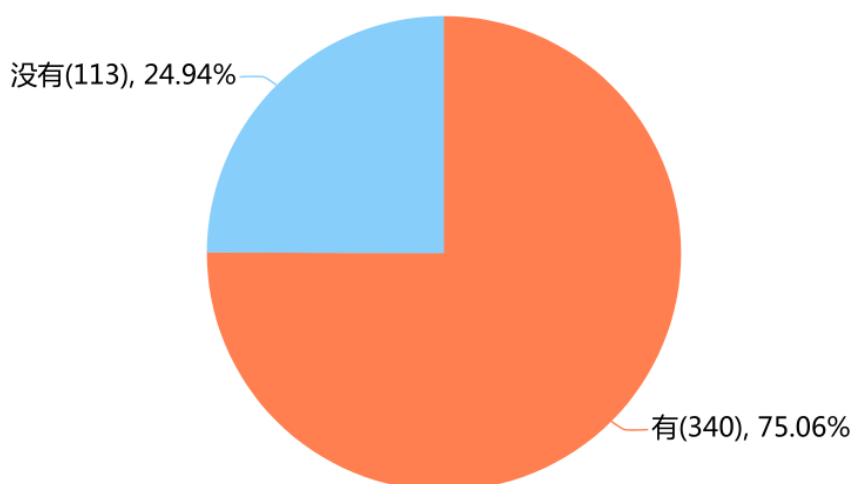


精神健康情况

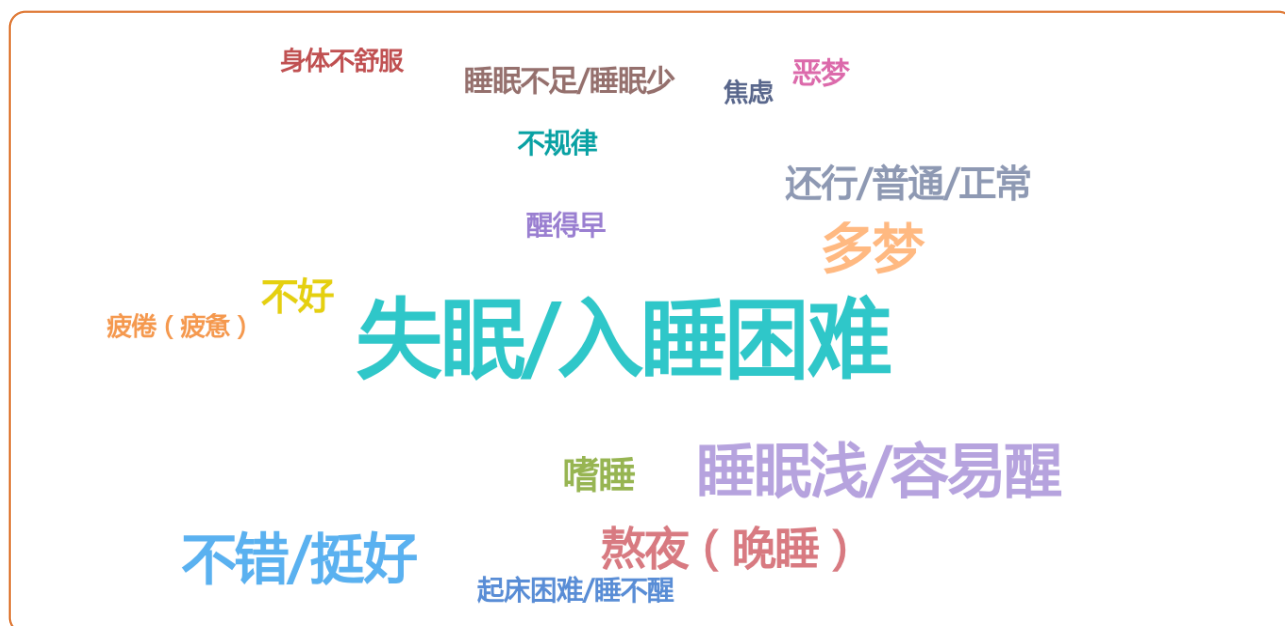
在这一部分，问卷总共涉及到五个部分 13 个问题，睡眠、焦虑 / 害怕、低落 / 抑郁、悲伤 / 痛苦和愤怒。具体情况如下：

睡眠问题：

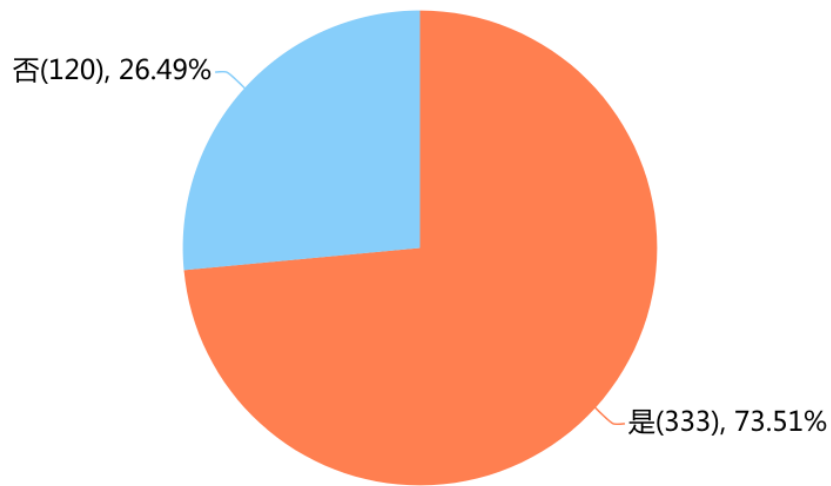
最近三年您是否曾经有过睡眠问题，比如失眠、嗜睡、多梦、睡眠浅、容易醒.....



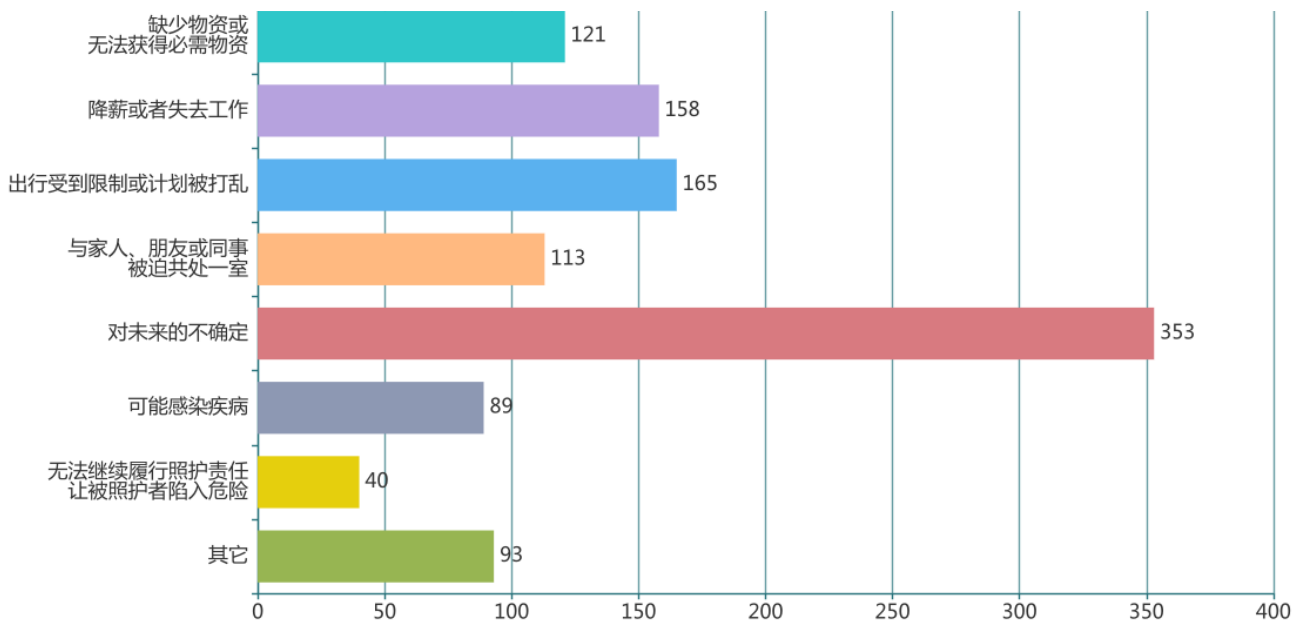
睡眠情况：



焦虑或害怕：

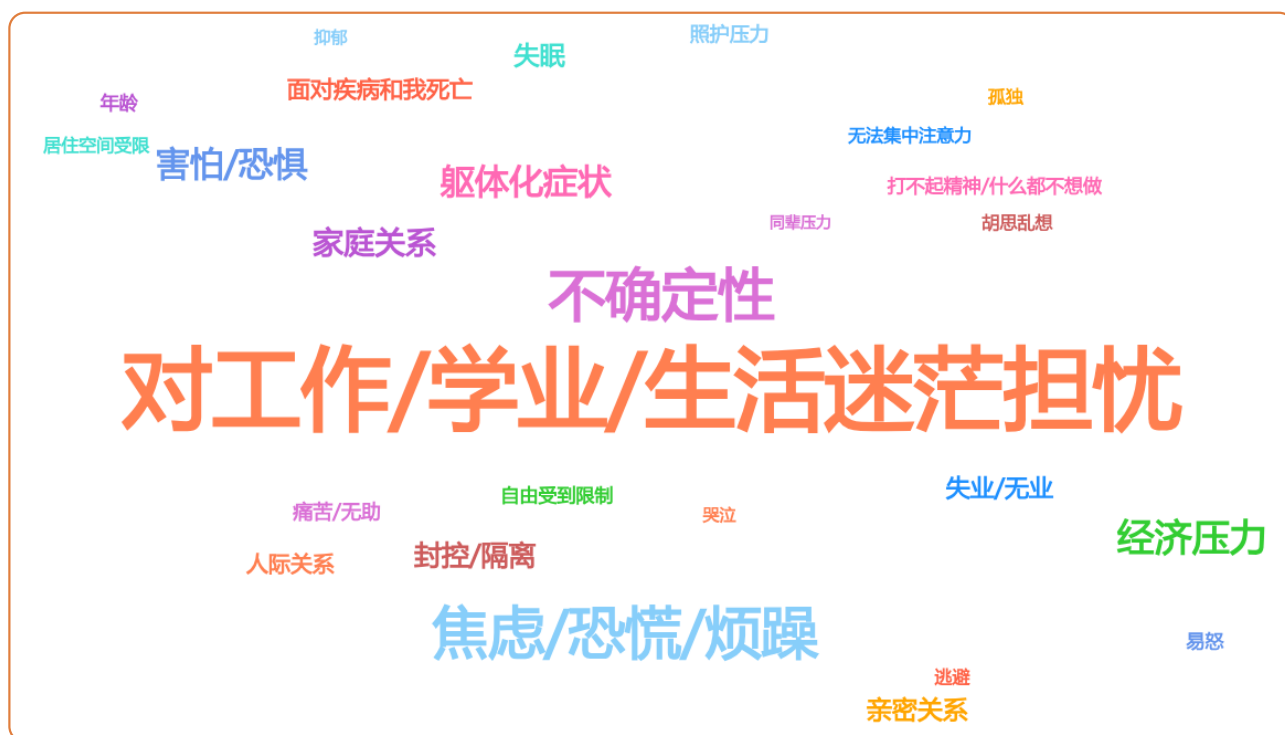


为什么而感到焦虑和害怕：



简单描述下您的焦虑或害怕的情况？

可以填写您的症状，您认为产生这些症状的原因以及您所采取来缓解这些症状的措施。



小伙伴的一些分享如下：



“原因是自己缺乏一些脚踏实地，凡事拖延，凡事逃避，措施有转向游戏、电视剧、外出等寻求逃脱感，或找朋友聊天，抑或行动起来做自己正烦恼的事。”



“症状：精神上比较疲惫，有时会影响睡眠和内分泌。原因：会因为对自己的不够信任和自信，无法对自己的能力进行合理的估计和接受，担心无法负担步入社会后的生活或者说，开始了第一步，如何进行再下面的一步，会有再下面的一步吗，类似这样的怀疑和担心。缓解的方式：有时会采取一些行动迫使自己进步，但会有方向上的不确定，和朋友倾诉，自己和自己对话，拆解问题，了解自己的心理。”

“问题 1. 担心无法为孩子提供良好的教育，举措 1：多带她和我的朋友一起玩耍，朋友的评论会让我平和一些，并且思考家庭教育中需要补足的地方。

问题 2. 基本上摸到了我在现有行业的天花板，担心随着年龄过大，技能无法随时更新而被淘汰；举措 2：目前在积极寻找出路，探索新行业，寻找副业。”



“辞职之前经常因为上班经常感到焦虑，工作量很大，害怕完不成工作，经常要熬夜到凌晨两三点。当时没什么解决方法，就是硬撑，春节过后马上辞职了，实在受不了压力。辞职之后会因为没钱 / 不知道接下来应该干什么 / 面试感到焦虑，目前有在看心理咨询，也会间歇性努力地盲目找工作来缓解焦虑。”

有一些分享和疫情高度相关：



“因为封校而焦虑，整整一个学期不能正常出行，出来之后才发现自己被骗了，外面的很多人都不戴口罩。学校通知遣返的第二天，宿舍楼混管阳性，只进不出，我们在宿舍透过窗子看楼下一群穿白色防护服的人，那一刻我才知道什么叫“白色恐怖”，以前我从厕所里出来看到穿白色衣服的同学会被吓到以为是大白进楼的经历根本不算什么。2021年的西安大学生就是12月开始被困在学校里，2022年身处天津的我们害怕经历同样的漫长封控。室友甚至行李都不要从宿舍楼后门离校，到校外住酒店第二天回家。那天我穿着拖鞋，口袋里有身份证，和她从后门逃出来后，我拿了外卖，还是朝着那群白色的人走去，我还是走进宿舍里，那一刻我觉得这一顿外卖可能是断头饭。就算要逃离，我也要从正门离开，这是我的权利。”

“生活里有过多的不确定性，而这些不确定性我觉得需要大量的精力去掌控。对于我正常的生活安排有打乱，还没法去接受这种新常态。或者说现在更能感受到这种不确定性，还不知道该如何这样生活下去吧。”



有一些则与女性身份相关：



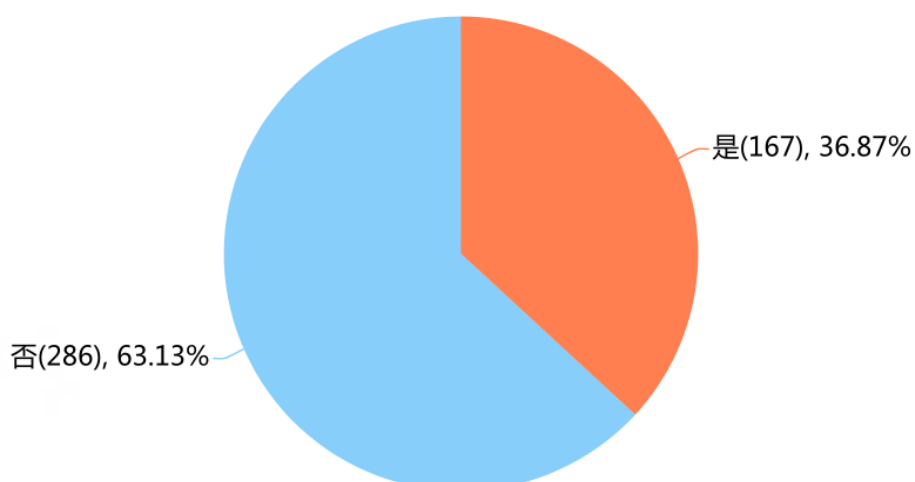
“大环境对于女性工作者的不友好，职业发展受到限制。”

“年龄和性别原因，加上我的职业，如果想换工作或者失业，找工作会越来越难。”



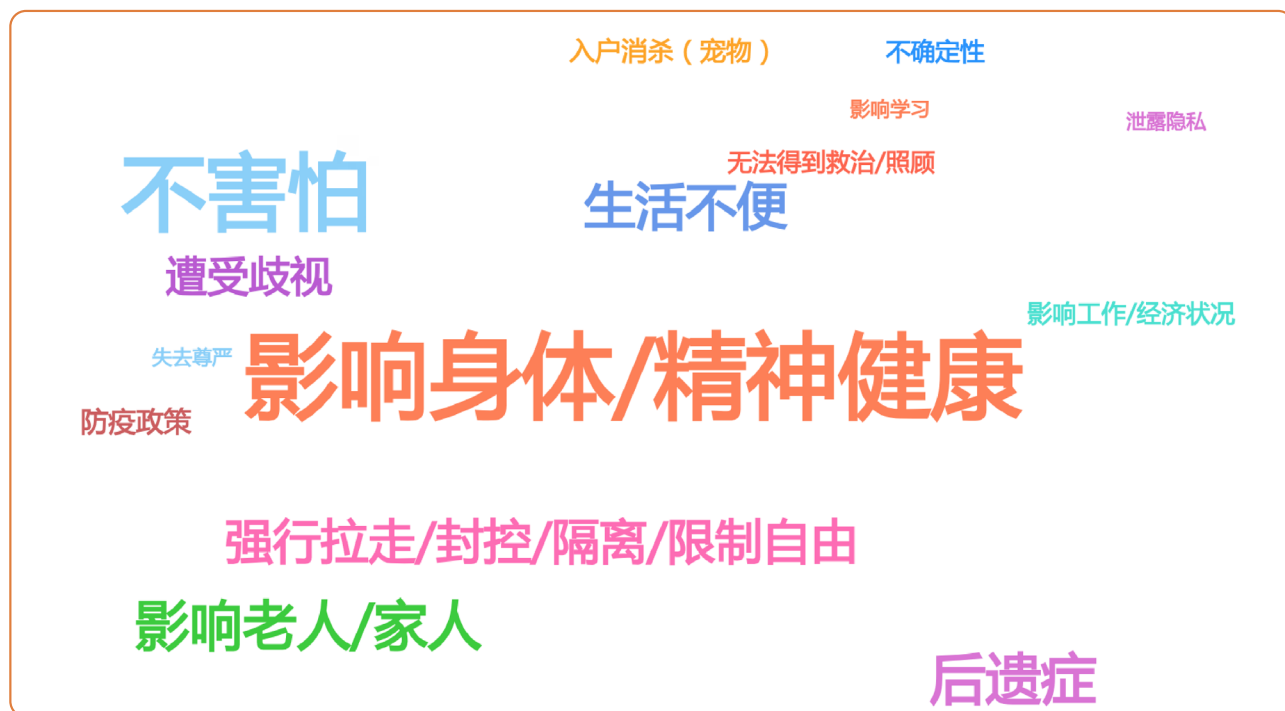
“焦虑、反复不停地想、担忧、心慌、哭泣、自言自语。原因是社会的性别暴力事件新闻和自身经历过亲密关系暴力。疏解方式是写日记、给自己积极得心理暗示。”

是否对感染新冠感到害怕？



对感染新冠的哪个方面感到害怕？

比如：疾病本身、可能会遭受的歧视、可能给生活带来的不便……



小伙伴的一些分享如下：



“疾病本身。本来不怕，经历了一次感染后，不愿再经历这样折磨人的过程。（生理上咳到吐、疼痛、无法进行正常的工作、影响收入）；恐惧主要来自于“二次感染症状会更严重”的说法，我第一次感染比周围人的症状似乎要更严重，如果有比这还严重的症状，我完全不想承受。”

“歧视，和出行不便，大家的恐惧心里。还有城市建立防护栏的人穿梭的穿警服的人。被压缩的生存空间。”



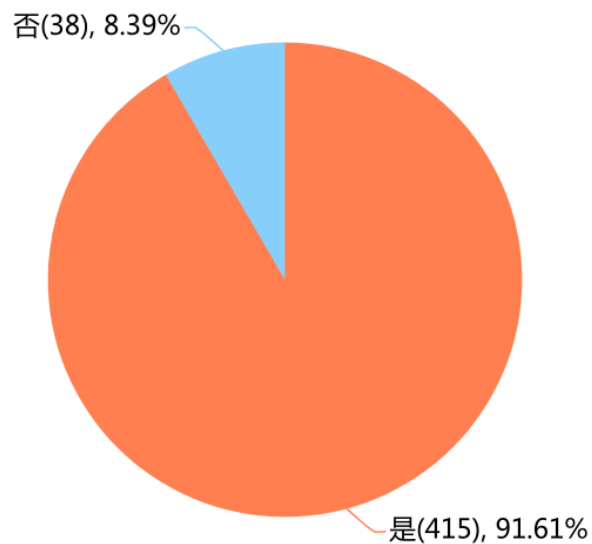


“会害怕家里的高龄老人受新冠影响，当时总是上网看其他人的帖子，包括高龄老人去世的内容；等待血氧仪、药品口罩等物品发货运输的过程也很煎熬。”

“对新冠本身不害怕，封控时曾经担心新冠会导致猫被消杀，一度准备了自卫的东西，打算谁碰我的猫我就以牙还牙以眼还眼。”



最近三年你是否曾经感到心情低落或抑郁？



小伙伴的一些分享如下：

有跟疫情和封控相关的：



“性命变得没有价值 封控成了我们的命运 你干什么都没办法和它撇开联系 它不是你生活的轴心 但它笼罩了你的生活 你被罩住 永远逃不出。”

“低落这个情况印象比较深刻的就是会看到一些新闻，特别是因为疫情防控而导致的本不该发生的灾难，以及对政府防控政策的部分失望吧，还有行为控制等；缓解就是和朋友们小声抱怨啊，和尝试把自己想象成一个同这个环境无关的东西，做个自私的人，专注于我自己眼下想做的事。”



“与家人防疫观念不同时，但我有无法改变他们的想法，我每天提心吊胆防护意识差的家人。”

“防疫 封城 看见人类无辜死去 就痛苦得想死。”





“2020-2021 还感觉可以正常地生活工作出游。2022 年搬到深圳后开启了几乎全年无休的核酸，经历了伴侣隔离，在一份不满意的岗位上工作，但因为当今的不确定性增强，不敢轻易换工作，还有很多疫情下那些丧失人性的案例（包括社会新闻 + 亲身经历），都让我时常想哭，很沮丧，对生活失去兴趣，很痛苦。”

还有针对特定的社会事件的：

“在看到徐州铁链案、唐山打人案等这类事件的时候觉得无助，无能为力，无能狂怒。我控制不住自己去获取新的消息，脑子感觉要爆炸了，不停的对眼前的每一个人发问：为什么会这样？家里人觉得我有一些魔怔了，但在我眼里，在这些事件中的每个人都可能是我，或者我的朋友，或者我的孩子，我觉得好痛苦，但我不知道该怎么办。我并没有找到很好地应对方法，最后只能强迫自己断网，当我接收不了这类信息的时候，我起码可以维持正常的状态去学习和生活。”



也有每个人都可能经历的：



“被裁员可能不会觉得是自己不够优秀，但重新找工作不断被否定的过程似乎在一遍遍的摩擦你，不要安慰自己了，你就是没那么好所以才找不到工作，还会不自觉的陷入比较之中。”



“时常感觉生活没有希望，不再相信好事会发生，失去对生活可能性的想象。缓解方法：散步，和朋友倾诉，转移注意力去做实在的事。”

“与伴侣冲突多，工作有变动适应费力，家庭出现变动，担子突然加重，感觉到无力、倦怠和被动。接受过心理咨询，并且学习和实践更好的沟通方式，改善和伴侣的关系，同时调整自己的心态尽量适应职场。”



“选择了错误的导师，课业压力又大，觉得自己是学术垃圾，无人指导，毕业堪忧，前途黑暗，一切都不会变好，其他人都闪闪发光，我什么都不好什么都不会。参加了学校提供的心理咨询，跟有耐心的人说话。”

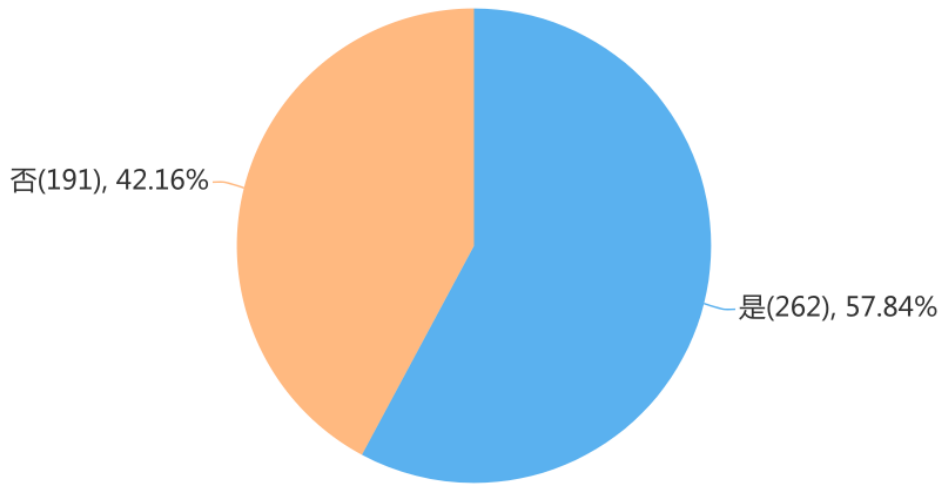
“心情低落的感觉大部分来自对未来的不确定。工作上晋升空间较少，收入勉强但不符合自身预期，与此同时很难做点什么，因为那意味着要做很多让自己不舒服的事。除此之外，对大环境的没落感到很灰心，前途没有希望。想过唯一的办法可能是离开，也确实在为离开做准备，但是这个过程同样是一个不断失去的过程，失去让我感到倍加痛苦。”





“不确定的未来，压榨的紧迫性，需要不停证明自己价值的疲惫，交换思维严重的社会风气，宏观环境的各种不稳定性，政策变幻莫测导致行业无法预测”

最近三年您是否经常感到悲伤痛苦？



小伙伴们的一些分享：

“主要是孤单，没有目标，容易懈怠，容易焦虑，对任何事情三分钟热度，一个人无法安定下来，喜欢社交，人与人的陪伴。”





“13岁儿子青春期，沉迷游戏，网上熬通宵，白天睡觉，我一张嘴就大声让我闭嘴，根本不上网课，看他白得发青的脸，黑眼圈，我感到很无力！强烈的挫败感和对未来的绝望……没有支持系统，前夫耍无赖二年都没付抚养费，把我拉黑，根本不管我们的死活，”

“有时候会想自己觉醒后坚持不婚不育的想法会不被家人所理解，被亲戚嚼舌根。尤其是过年期间，其实我自己无所谓，我担心母父会收到一些歧视与恶意。”



“1 对时间的虚无感——觉得 2020 仍在昨天 2. 个人状态——封控带来的生活模式上的惯性未能很好得改善，处在一种消沉、懒惰的状态”

“这三年我有过 3 次出行计划受阻，2 次大型项目被叫停，无数次小型活动拉闸，有时候会有点因为工作少了清闲一点的窃喜，但更多的是无助，不知道怎么样才能有效地推动项目，反正总有一些不可抗的理由会让项目停下。记忆最深的两次，一次是我的孩子问我：妈妈我们为什么要戴口罩，人生来就要戴口罩生活吗？第二次是朋友的孩子在家里邀请大家一起玩棉签戳喉咙游戏。我觉得很悲伤，为我们的下一代。”



还有一些小伙伴在这三年中为自己找到了力量：

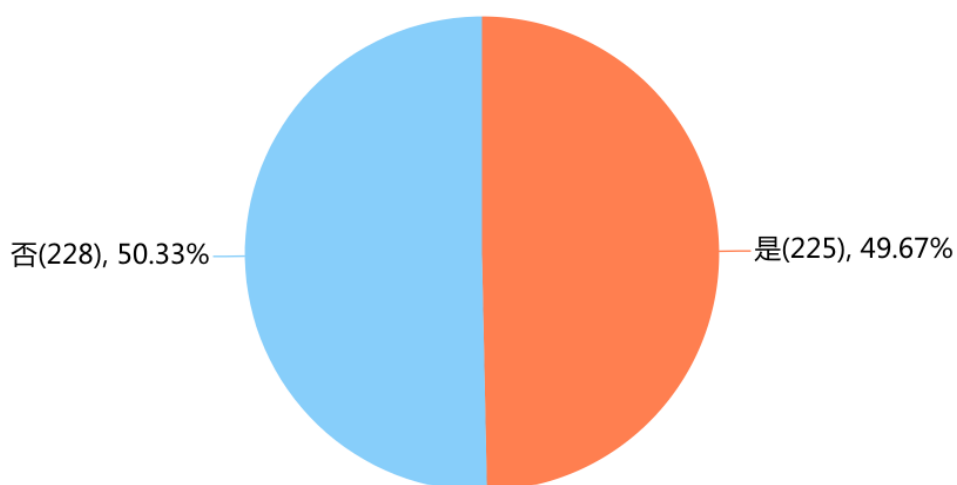


“小时候悲伤多，我觉得主要是因为对命运和分离、不安全感不确定性，后来女权意识觉醒，发现很多事情都可以改变，或者可以归因于这个阴云笼罩的父权制，尤其看到混乱中女性们逐渐觉醒的女权（哪怕是泛女权）意识，就觉得生活还是很有希望，有很多我想看到的事情在等待我，所以很少有悲伤的时刻了。这三年我的经历很复杂，反而成为了我的女权主义觉醒成长期。”

“经历就是遇见了很多姐妹，在他们思想影响下我不再感到痛苦，孤单，害怕！”



最近三年您是否容易被激怒，无法控制自己的脾气？



小伙伴们们的愤怒各有来源：



“一直都很愤怒。”

“愤怒。因为重男轻女的观念感到愤怒，因为父权制感到愤怒，因为有的人无视他人的痛苦而感到愤怒。因为民族主义而感到愤怒。因为没有言论自由感到愤怒”



“很少有愤怒的情绪，或者说愤怒会很快转为悲观、抑郁。”

“绝大部分时候是对母亲发脾气，很容易因为她催婚、贬低我、甚至只是正常交流等，一两句话就发脾气。缓解方式是事后多反思，但没用”



“愤怒更多。当看见徐州丰县八孩女不被关注，看到上海封城各种离谱，还有乌鲁木齐大火时。也因此失眠”



“原因之一是身边的朋友（性别男）完全无法理解我的愤怒，并且认为我所做出的事情都是不理性、受情绪驱使的、无价值无意义的行为。”

“学校不合理的制度，社会不合理的措施，没有能够反映这些事情的空间，一些自己无法理解的言论。表现就是，低落，会出现很胀但又很空虚无力的状态，一般不会有特别的表现。缓解方式，就是等待自己慢慢平静下来，和喜欢的朋友们聊天，或者投入到别的什么产品中。”



“最容易被激怒的时候是我作为劳动者权益被侵犯的时候，比如老板突然通知加班一整天、老板突然通知单休、老板突然通知让教师去看书店、老板不让发烧到 40°C 且几乎说不出话的老师们请假，以上这些都是无偿的额外劳动。缓解措施就是和同事吐槽，但只能缓解情绪，不能解决问题。”

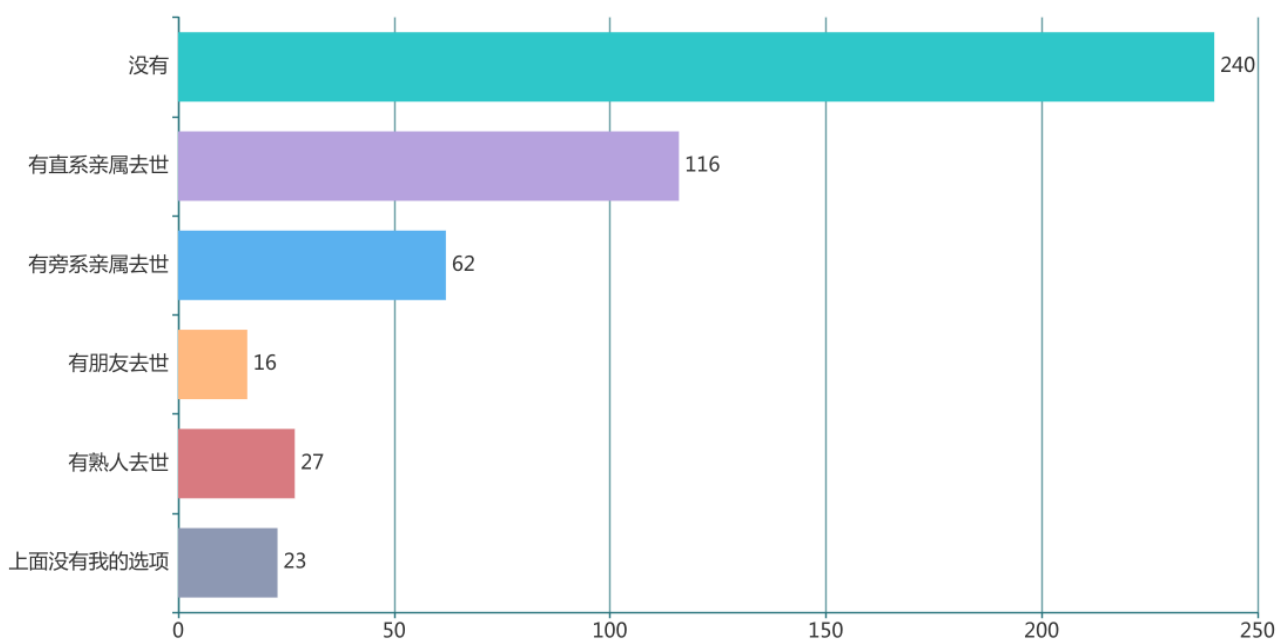
“偶尔会因为看到的社会新闻而愤怒，比如新疆大火，比如海珠区群众被困在桥底，比如救护车非要等领导审批才借设备救人。不把人当人让我很愤怒。”



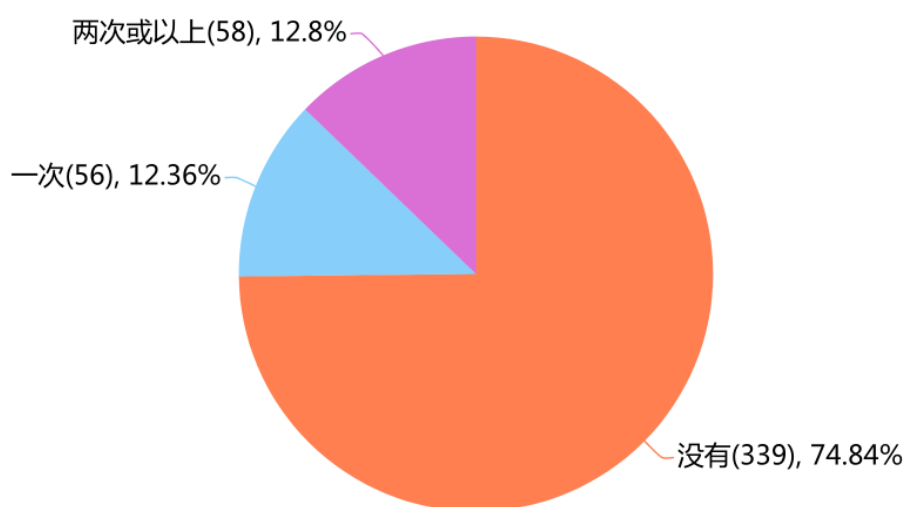
疫情相关情况

关于疫情的问题分为部分，包括是否失去亲人朋友、集中隔离、封控、感染新冠以及对新十条的感想，详细内容如下：

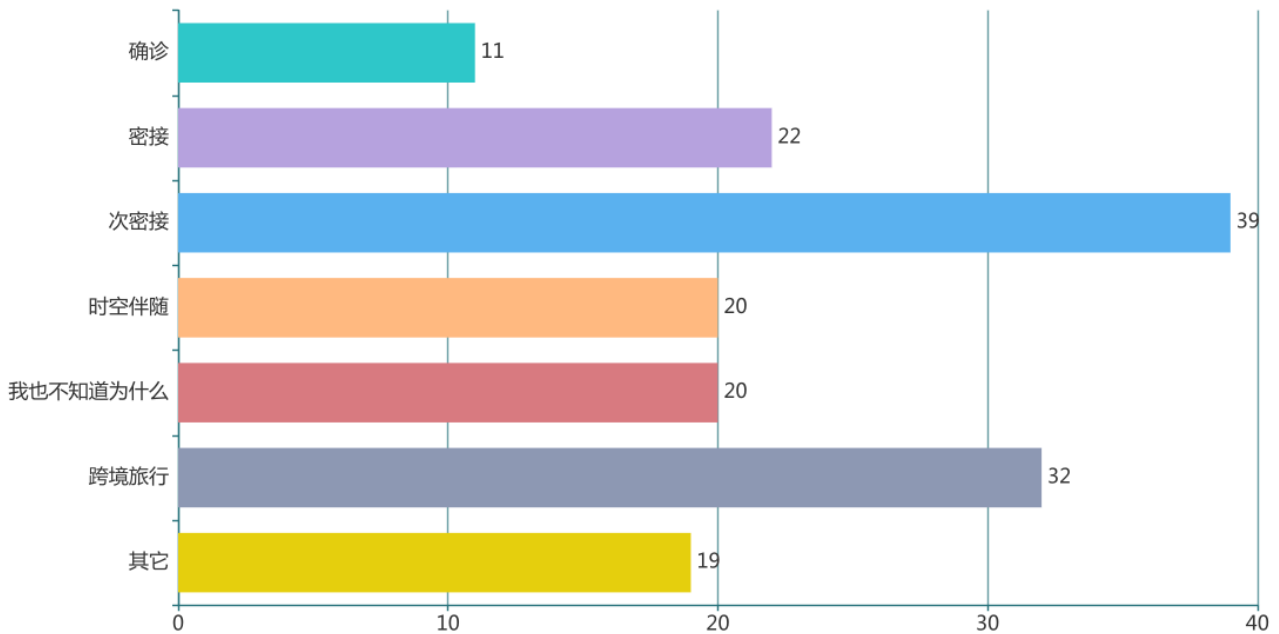
最近三年您是否曾经失去过亲人朋友？



集中隔离：



隔离原因：



可否请您分享您在集中隔离时的经历？

可以填写您所在的隔离点的条件、核酸检测查验政策和您的感受。



小伙伴们的一些分享：



“富士康宿舍，简陋，但是是单间有淋浴和空调，有盒饭三餐，不收费，除了很无聊和只能呆在室内，感觉被囚禁外，感受不算太糟糕。”

“住校封控，其实松了一口气，没有在家那么大精神压力”



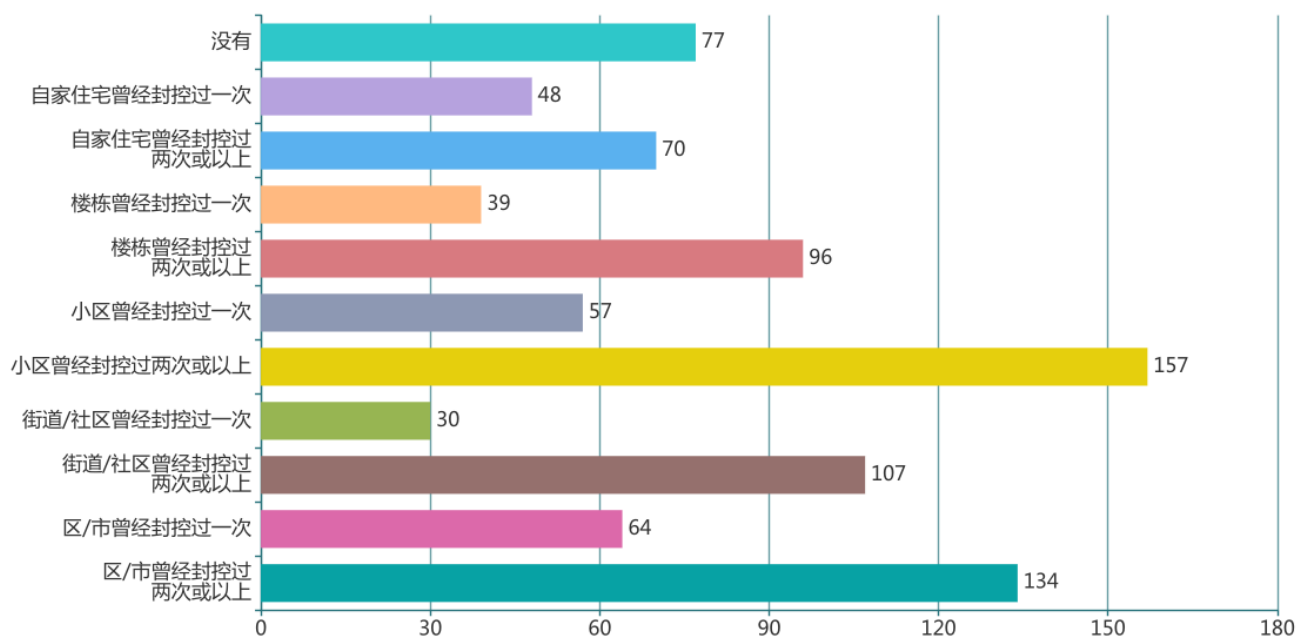
“不被尊重 被当做病毒本身对待。被迫交昂贵的隔离旅馆钱住很差的房间。被幽闭却无法得到任何心理支持（隔离点说没有这个服务），导致我的焦虑症恶化。”

“在学校安排的宿舍隔离四天，本来以为能平稳度过，第三天就已经受不了了，情绪很焦躁”



“一次是在香港感染时主动要求隔离。条件比我在香港租住的地方好。单人间，有人送饭，自主检测，觉得受到了蛮温暖的对待。另一次是从香港回内地隔离，感觉酒店的条件，工作人员的态度也都挺好的。”

封控情况：



小伙伴们的一些分享：



“3次，加起来有2个月，第一次是3月深圳的封控，居家办公，开始的一周慌乱抢菜，每天出门就是为了核酸，不能出小区，第二次是公司有感染，成为次密接，因为住校，被学校拉去隔离，体验较好，就是心理上担心自己真的感染。第三次是街道爆发，被迫居家隔离，自己囤了足够的物资，并无太大问题。”



“算2次吧，我家封控过一次，大学封控过一次，大学那次在宿舍封控两个月没出去，前面一个月能在楼内走走，后面一个月基本上只能在楼层，最严的时候上厕所或者洗漱都要排号（宿舍内无卫生间）（只持续了两三天吧），然后出宿舍门只能是去厕所和洗漱，不能串门或者溜达啥的。家里封控那次其实我当时不在家，所以不知道算不算，也是整个市封控，封了两三个月，一直在家族群里看家里人发封控情况”

“其实是很后期才封控的 没有经历海珠那种大面积高强度封控 但因为是城中村 也让人很焦虑恐惧 封不封控 都一样会感染 不知道意义何在 这么密集的居住环境 还要被查身份证 各种个人信息都要暴露的感觉 人身自由被限制 不能在去公园跑步 去压马路 就觉得很窒息”



“应该是没有，住在村里，村口有一段时间设置关口查身份，可能是19年过年期间，去外婆家过年回程时赶在公路被封之前回来了，出行虽然受限制但没有严密封控。”

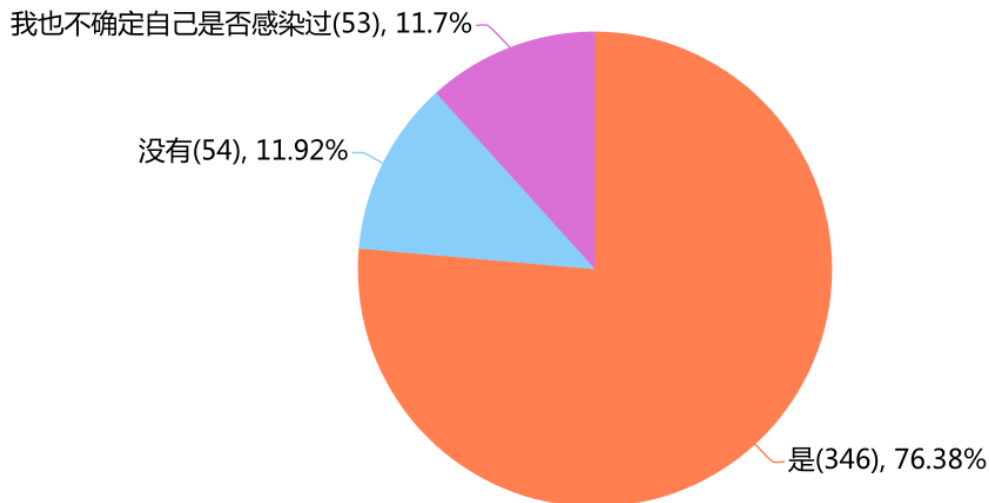
“我是看着他们把护栏围上，把路堵死，警察和迷彩服开始路上出现，大家抢菜，这种恐惧随着人群的躁动很明显。然后喇叭让做核酸，最后一天上午还打电话要求核酸，下午就解封的滑稽和愤怒。”



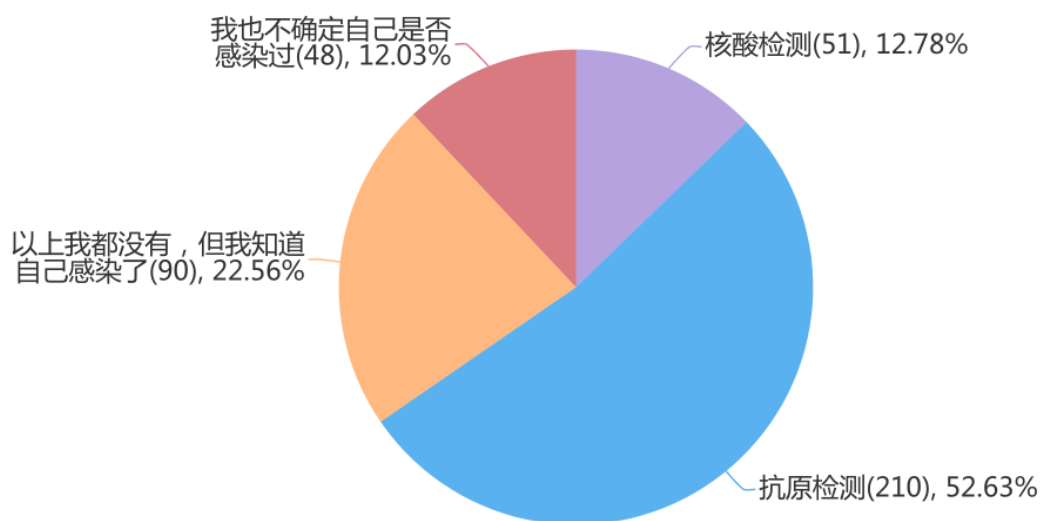


“2次。我完全不能接受铁皮封楼，太危险了，但我们封控的时候并没有铁皮。由于封控范围不大，买东西很方便。社区人员都很 nice，而与集中隔离时的感受相似，我与同住人实际都很享受呆在一个地方闭关，安静工作不出门不应酬的状态，封控给了我们一个非常硬核的理由，所以整个封控期间我们都非常开心，特别是在只有我们一家被封的时候——想到楼栋中其他人没有因为封控影响生活，我们对被封控这件事的愉悦显得更顺畅了。”

是否感染新冠病毒：



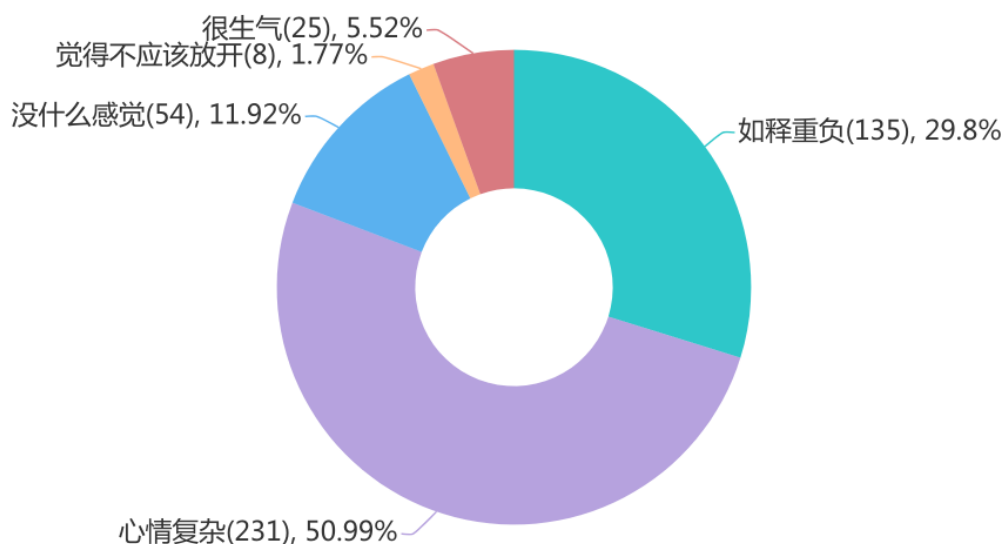
您通过什么途径确诊感染新冠？



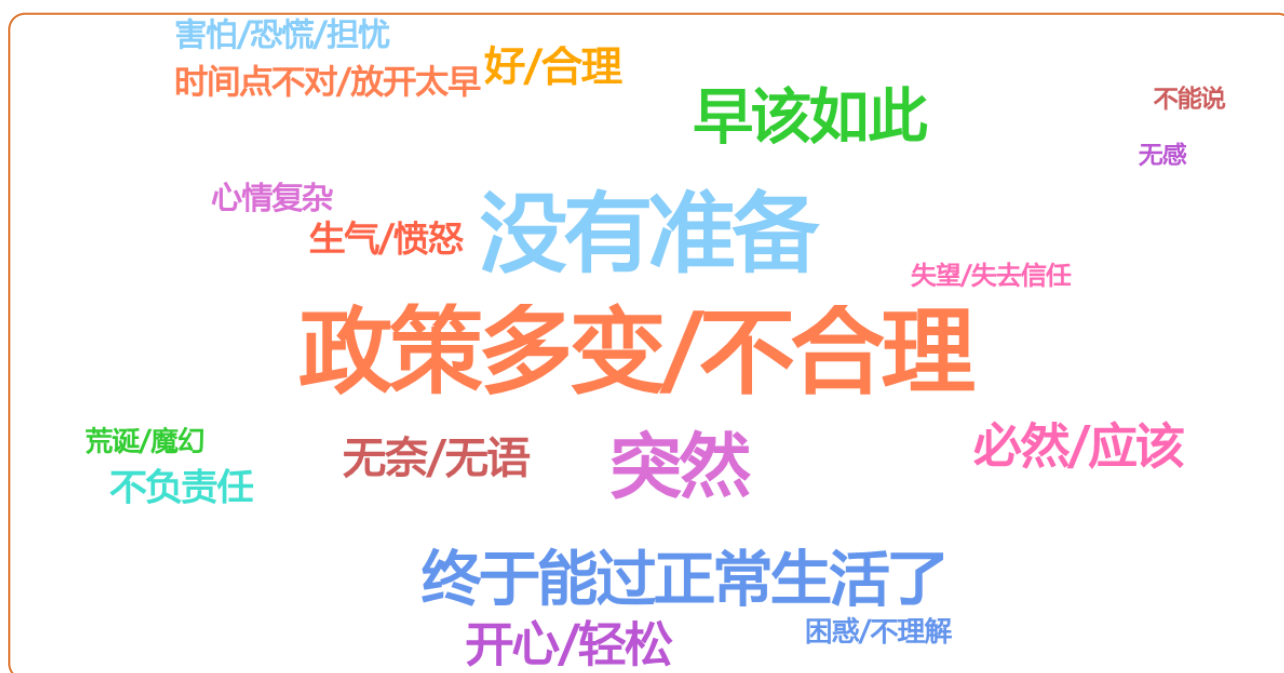
确诊前后的经历：



2022年12月7日，官方发布“新十条”，取消了长期执行的严格的清零政策，你对此有何感受？



关于“新十条”以及之后的放开政策的感受：



小伙伴们的一些分享：



“我在疫情较为严峻的时候参加了六级考试，有很好的朋友参加了研究生考试，她们都很不容易，在楼道、宿舍学习，感染了或者没感染都小心翼翼，我觉得放开是必然，但是我很心疼这段时间的考研的学姐。”

“感觉松了一口气，但又很怀疑会不会又出很离谱的政策或者回到封控，也怀疑会不会很多人忘记清零政策期间整个社会不正常的状态。”



“謝謝那些不能被提及的人們”

“太好了。因为当时我在被隔离，学校处于全面封控中，不知道什么时候是个头，不知道该怎么结束这一切。”



“觉得不应该突然开放，毫无准备感染了一大批人，很多老人包括自己的奶奶去世，应该逐步开放”

“结束了，一方面觉得终于结束了，另一方面觉得我们之前所经历的又算什么呢，好像很多东西在清零后就变得失去了言说的资格，或者被忘记了，但很多发生的事又实实在在地改变了人的某些部分。”



结语

本报告只能反应“疫情三年”——或者我们可以叫做“封控三年”的一个侧面，无意代表这段时间内中国女性经历的整体情况。由于“我们与平权”团队的个人社交圈限制以及公众号的受众限制，本报告的数据只能在有限的范围内反映参与此研究的女性的经历。

本研究也有很多难以忽视的问题。比如年龄分布倾向于年轻群组，民族主要是汉族，地域主要在一线城市及沿海地区，参与者受教育程度普遍偏高等。在心理健康方面，由于问卷设计者并非心理健康专业的人士，其设定的主要问题并不能涵盖疫情 / 封控期间女性可能经历的所有心理健康问题甚至危机。为了补救专业方面的缺失，我们选取了一些小伙伴在开放问题中的分享，以期多角度地呈现女性的心理健康情况。而在疫情 / 封控的经历方面，问卷中有限的问题并不能穷尽小伙伴们在这三年里面的经历和感受。

非常感谢每一位认真回答问卷的小伙伴，有些小伙伴抱怨问卷太长，但是谢谢你还是回答完了。问卷发放时，新十条已经发布一个月，中国大部分的地区已经开放，大家对于曾经的封控可能已经有不同程度的遗忘。但是每一位小伙伴的回答都从不同的角度提醒了我过去曾经发生的事情。我们在其中看到了多种多样的、有趣的、启发人的、令人难过的、使人充满力量的、肯定我们自己的经历的……分享。正如《我们的故事》中指出的，本研究报告的一个目的是在这个强制我们遗忘的环境下对抗遗忘，在忽视普通人的环境里呈现普通人的历史。而填写了问卷的你们，和撰写报告的我们一起对抗了遗忘，保留了普通人的历史，这就是我们能做出的最基本的反抗。

ⁱ 延伸阅读：张丹丹：新冠疫情导致女性劳动力市场地位下降，<https://www.ghd.pku.edu.cn/xwzx/fcaf52c69d4440d6aa6d98698adf19c9.htm>



我们与平权