



中國女性的獲得感、幸福感、安全感顯著增強

2021年12月底，國家統計局發布的《中國婦女發展綱要（2011—2020年）》公布了中國女性在七大領域的統計監測結果。緊接着，“第四期中國婦女社會地位調查”主要數據情況發布。結果表明，十年來，中國婦女社會地位發生了顯著變化，約97%的被訪者認為，黨和國家為婦女發展創造了越來越好的條件，認為目前我國男女社會地位差不多的比例比2010年提高了15個百分點，女性的獲得感、幸福感、安全感顯著增強。

“半邊天”的力量在彰顯

女性平均預期壽命突破80歲；孕產婦死亡率降四成；社會地位不斷提高；社會保障不斷提高……統計監測結果顯示，我國在促進男女平等和婦女全面發展方面取得了歷史性新成就，婦女的各方面保障越來越完善。

健康：女性平均預期壽命突破80歲。繼2000年我國進入長壽國家行列之後，我國人均預期壽命持續提高，其中，女性人均預期壽命從2010年的77.37歲提高到2015年的79.43歲，2020年進一步提高到80.88歲。懷孕夫婦提供免費檢查，目標人群覆蓋率平均達96.4%，婦女常見病篩查率達到86.6%。2020年，我國孕產婦死亡率為16.9/10萬，比2010年降低43.7%，指標水平居全球中高收入國家前列。

教育：接受高等教育的女性比例超過男性。2020年，全國學前教育毛入園率為85.2%，女童平



等接受學前教育得到切實保障，義務教育階段性別差距基本消除。2020年，高等教育毛入學率為54.4%，在校女研究生占全部研究生的比重達50.9%。

就業：近七成女性處於在業狀態。城鎮和農村女性在業比例分別為66.3%、73.2%。社會就業人員中女性占比超四成，女性就業結構進一步優化，女性在第三產業就業占比達54.1%。對貧困婦女的保障力度持續加強，截至2020年底，實現脫貧的近1億人口中婦女約占一半。

婚姻家庭：夫妻家庭地位更平等。共同商量如今已成爲家庭重大事務決策主要模式。其中“生育決策”由夫妻共同商量的占91.1%；在“投資/貸款”和“買房/蓋房”方面，妻子參與決策的分別占89.5%和90%。丈夫休帶薪護理假比例上升，女性遭受家庭暴力比例明顯降低。

社會保障：各方面社會保障都在提高。分娩費用報銷或補貼比例明顯提高，女性養老保障基本實現應保盡保。據不完全統計，2020年末，我國參加基本養老保險的女性爲4.7億人，比2016年末增加1.2億人；女性參加失業保險、工傷保險的人數增長約八成。

社會參與：年輕女性參與意願更強。居委會和村委會成員中女性比例均提高，全國人大女代表和政協女委員占比均達歷史最高，女性在企業經營管理中占據越來越重要地位。年輕女性更關心國家大事，18~24歲女性關注國內外重大事務的比例高達97.3%。

法律保障。公衆法治意識和性別平等觀念增強。八成左右被訪者知曉婦女權益保障法、反家庭暴力法、婚姻法、繼承法等。打擊拐賣婦女犯罪取得顯著成效，爲婦女提供法律援助得到大力加強。2011~2020年，全國共有330.7萬人次的女性獲得了法律援助。

教育是保障女性權益的基石

花生，探險家的“泥巴堅果”

“麻屋子，紅帳子，裏面住着白胖子”，這句話的謎底就是花生。這個外殼坑坑窪窪、長在地下滿身泥土的農作物，因爲一群探險家改變了命運。

400多年前，當一隊西班牙探險家遠渡重洋，踏上南美洲大陸時，所有的一切對他們來說都是那麼新鮮。在秘魯的集市上，探險家們發現不少當地人都在賣一種奇形怪狀的堅果，外殼上還沾滿了泥巴，看上去臟極了。西班牙人一邊批評這種堅果醜陋的外貌，一邊禁不住誘惑剝開一顆放進嘴裏，沒想到味道竟出奇地好，清香中帶着一絲甘甜。衆人狂喜：這下好了，又可以吃到家鄉的味道了。原來，堅果是西班牙人必備的美食，他們喜歡將鬆子、杏仁、核桃這些果仁跟米飯混合在一起吃。可是南美洲很難看見這些堅果的身影，就算偶爾遇到，價錢也高得離譜。於是這種從地裏刨出來的“泥巴堅果”，就成了西班牙人的最愛，他們叫它“馬尼”，返航時還將其帶回歐洲。這些“馬尼”就是今天的花生。

大約在公元15世紀晚期或16世紀早期，花生從南洋群島引入我國，最初只在南方沿海各省種植。明孝宗弘治15年(1502年)的《常熟縣志》中有“三月栽引蔓不起長，俗雲：花落在地，而生長土中，故名”的記述，這是我國史料關於花生的最早記載。後來，花生又推廣到了山東、山西、河南、河北等省份。在這期間，花生也有了“落花生”“萬壽果”“長生



《生命時報》記者就此採訪專家時，他們表示，婦幼醫療、教育和法制的完善是增進婦女幸福感的主要推動力。陸軍軍醫大學全軍計劃生育優生優育技術中心主任、中國優生優育協會理事李力表示，中國婦女健康狀況的提高顯而易見。新中國成立以來，我國婦產領域取得了卓越成績，孕產婦死亡率大幅下降，在2018年就提前完成了聯合國要求的千年發展目標。據聯合國測算，中國女性壽命比世界女性平均水平高出4歲，基本邁進了中高水平國家陣列。如今，城市環境、生態環境、農村人居環境在變好，都爲女性提供了更好的健康保障。

中華全國婦女聯合會婦女研究所研究員丁娟表示，教育對女性一生的成長非常重要，沒有教育基石，根本談不上女性就業、社會參與等更高層次的發展。新中國成立後，教育平等是男女平等執行最好的領域。黨的十八大、十九大以來，精準扶貧政策落實，教育以人爲本，向弱勢者傾斜，農村教育加大投入，通過轉移支付，加強農村薄弱環節，如今有效促進了女性受教育時間的延長。

近十年來，女性參與民主政治和基層社會治理的意願和能動性進一步增強。丁娟說，人大女代表和政協女委員、企業女管理者日益增多，這說明女性在關注自己命運的同時，越來越關注社會發展，把自我發展與社會相融合。教育是基礎，就業是核心，參政是焦點指標，民主參與是男女平等的重要領域。長期以來受封建思想荼毒，女性被禁錮在家庭中，沒有自我表達和社會參與的機會，但這并不意味着女性沒有這方面的意願和能力，祇是被長期壓抑了。如今，婦女素質提高和互聯網快速發展，爲女性了解國內外重大事務提供了更多機會。

丁娟表示，近年來，黨和國家領導人非常提倡家風和家庭文化建設。過去認爲家庭是私權領域，女性必須以家庭爲主，順從丈夫，即便是受到家暴，也被認爲是男性特權，或女性存在過錯。如今，公權力越來越多介入家庭，家暴不是私事，家庭的社會屬性越來越強。這一方面是因爲，人越來越依靠社會生存發展，對家庭的依附性減弱；另一方面是因爲，社會對個體的婚戀態度更加尊重，如果婚姻維持不下去，男女都有結婚和離婚的自由。

另外，婦女權益保障法等諸多法律法規的頒布和修訂，對女性財產權益、女性勞動者的合法權益、土地承包權益及女職工健康權益等方面進行了明確規定，使維護婦女權益、男女平等的法律法規體系更加完善。特別是《中華人民共和國反家庭暴力法》和《中國反對拐賣人口行動計劃



(2013—2020年)》，對我國反對家暴、保護婦女兒童等弱勢群體具有裏程碑意義。

城鄉差距需改善，男女平等再加勁

專家們表示，我國在女性健康、就業、社會參與等多方面取得的進步和成就有目共睹，但不可否認，城鄉之間還存在差距，有些問題還需細化到具體領域，落實對女性的更多關懷。

育齡期健康教育需要加強。“第四期中國婦女社會地位調查”指出，2020年，農村孕產婦死亡率爲18.5/10萬，比2010年降低38.5%，但仍高於城市14.1/10萬的水平。例如，我國上海、杭州等中心城市，孕產婦死亡率低至4/10萬左右，而中西部地區仍然在10/10萬左右。

李力表示，孕產婦死亡率是衡量一個國家衛生健康的重要指數。當前，威脅孕產婦健康的疾病譜不一樣了，以往造成孕產婦死亡的疾病有產後出血、羊水栓塞、子癩前期、感染等。近年來的新情況是，孕產婦合并癥多了，合并“三高”、腫瘤以及自身免疫疾病的情況越來越多，需要高度重視。這提醒我們，無論城鄉，女性育齡期前的健康保健和健康教育尤爲重要，應提高自我保護意識，合理避孕，並加強青少年期性教育，避免早孕和墮胎。

關注女性家庭壓力和個人發展的不平衡。調查顯示，已婚女性平均每天家務勞動時間爲120分鐘；0~17歲孩子的日常生活照料、輔導作業和接送主要由母親承擔；3歲以下孩子“托幼服務”需求比例爲35.1%，但由於托幼機構照料的僅占2.7%，主要還是母親負責照顧。

丁娟表示，盡管近十年來夫妻家庭地位更平等，但家庭照料負擔重、公共服務支持不足、女性退休早和保障待遇低等問題依然存在。國家監管部門要加大性別歧視的監測力度，對企業招工性別歧視要予以嚴懲；大力推進家務勞動社會化和社會服務機構，建立普惠型的幼兒園和托兒所，減輕婦女育兒壓力。企業用工要男女平等，同工同酬，不能在崗位安排上排斥女性；在女性集中的行業要優先選拔女幹部，提高管理層女性比例。在教育領域，男女平等教育要從小做起，加強對學生的法治教育，減少校園暴力和性侵犯問題。在家庭中，營造男女平等文化，夫妻間要彼此尊重，家務勞動共同分擔，男性不能做“甩手掌櫃”。在社會宣傳方面，應注重改善對女性的偏見，例如，對女博士等大齡女性的歧視、對女性生育選擇權的非議等。

身心健康都需要重視。李力認爲，女性是社會的中堅力量，但是往往忽略了自身的健康。要給自己做好基本的醫療保障，定期做體檢，做好全生命周期的健康醫療。重視青春期性教育，盡早接種宮頸癌疫苗，40歲後重視兩癌（宮頸癌和乳腺癌）篩查。當前，孕產婦死亡率的控制已經進入瓶頸期，更多的防控措施需要孕齡婦女自己重視。重視孕前身體檢查，不要等到要備孕時才開始重視健康。尤其是準備要二胎、三胎的女性，要注意防控新生兒出生缺陷。產後抑鬱比例增加應引起高度重視，關愛更年期女性情志變化和心理問題，呵護心理健康。

男女平等要把法律落到實處。我國婦女權益保障法規定，禁止基於性別排斥、限制婦女依法享有和行使各項權益。加強女職工特殊時期的勞動保護、保護農村婦女土地及相關權益，增加離婚時家務勞動經濟補償規定，完善學校和用人單位對性騷擾的預防和制止措施。禁止使用迷信、精神控制（PUA）等非暴力手段等侵害女性，禁止因婚戀糾紛侵犯婦女人身權利。丁娟表示，這些法律條款要落實到實處，同時也需要女性提高自我權益保護意識，遇到侵權行爲，要積極依法維權。

最後，丁娟建議，實現女性自身全面發展，還要不斷提升教育程度，提高職業能力，把自己的選擇和社會的發展相結合，這樣更利於實現自身價值；要適應社會發展，協調好家庭和事業發展，處理好人生的不同階段的不同問題，把握自己的命運，做到知情選擇，管理好自己的身心健康。“相信在多方支持和全社會的共同努力下，婦女的幸福感還會進一步提高！”

面對面尋求幫助，成功率高

向他人尋求幫助，不僅能節省時間，避免走彎路，還能通過與他人的溝通建立良好人際關係。那麼，如何才能高效率地尋求他人的幫助呢？近日，美國康奈爾大學發表在《社會心理與人格科學》雜誌的最新研究表示，尋求他人幫助，當面詢問好於發電子郵件和短信。

該研究一共進行兩個實驗。第一項實驗中，研究團隊納入888名參與者，其中包括168名尋求幫助者，94名是女性；720個被尋求幫助者，395名是女性。實驗採用5個尋求幫助的溝通渠道，分別爲面對面、視頻通話、打電話、音頻消息以及郵件信息。參與者需要從這5個渠道中選擇一種向5個朋友尋求幫助，並預測他的朋友是否同意。結果顯示，通過面對面溝通獲得幫助的概率最大，平均5個人中4個人會給予幫助；通過視頻和電話獲得幫助的概率較小，平均5個人中僅有2.13和2.21人給予幫助；通過電子郵件尋求幫助成功的概率最低，5個人中僅有1.47人給予幫助。很多人因爲害怕不能獲得幫助而選擇放棄，或選擇不讓自己尷尬的方式來尋求幫助，如發短信和郵件。

總的來說，如果工作中想要尋求他人幫助，最好進行面對面溝通。如兩個人必須通過媒介溝通，最好選視頻和電話溝通方式，不要選擇發郵件和短信。

