



《从零开始的女性主义》，[日]上野千鹤子、田房永子著，吕灵芝译，北京联合出版公司 2021 年 9 月出版，定价：52 元

女性为何如此艰难？女性如何奋斗至今？又该如何奋斗？工作、婚恋、育儿，该如何从女性主义的角度思考？更重要的是，女性主义是什么？为什么我们需要女性主义？如何用女性主义进行思考？上野千鹤子说，女性主义绝不是弱者试图变为强者的思想，女性主义是追求弱者也能得到尊重的思想。

本书内容触及现代女性所关心的核心问题，揭示了在当今社会中女性仍然面对的诸多不公与困境。上野千鹤子从自身经历着手，将女性主义放置在个人生活的背景中，告诉我们女性主义不仅仅关乎女性，更关乎每个人的日常生活。



《身为女性的选择》，[日]上野千鹤子、信田小夜子著，吕灵芝译，国际文化出版公司，2023 年 3 月出版，定价：56 元

生而为女，有无限选择。为什么需要别人的认可？为什么要对别人有用？怎样作选择？怎样活下去？无论是否结婚，都能争取活出更好的人生。

在本书中围绕亲密关系、独立、家暴、男性观察等女性关注的议题，社会学家上野千鹤子与心理学家信田小夜子分别从社会学统计数据与一线女性的心境出发，以各自的观察和研究经验，展开了一场关于婚姻制度与当代女性面临的社会现实的对话，畅谈爱与性、婚姻、独立、男人、母女关系等女性日常生活中不可避免的话题。两位学者观点独到、语言犀利，鼓励女性找回自己，自由选择自己的人生。



《女性主义有什么用？》，[美]塔比·杰克逊·吉·弗雷亚·罗斯著，吴庆宏译，译林出版社 2021 年 9 月出版，定价：48 元

本书从收入差距、生育问题、性别刻板印象、女性生存环境、婚姻本质等 40 多个角度切入女性在一生中遭遇的种种问题，剖析这些现象背后的父权制要素，带你看清社会制度和生活习惯的实质。

女性主义能让你看穿无处不在的性别歧视。书中收录了 120 位重要女性主义者的理论和观点，她们都曾经受过性别歧视的伤害，能够非常精准且富有同理心地理解你的处境。本书能让你明白何为真正的女性，以及何为脱离了性别歧视的男性。（喜平）

编者按

目前，我国的女性科技工作者已达 4000 万，在全国总数上亿的科技工作者中占四成。据《中国妇女发展纲要（2011—2020 年）》统计报告，高等教育中女性占比不断上升，有越来越多的女性获得博士学位。可以想见，未来，科研领域的“半边天”将愈发靓丽。

在《与女科学家面对面·成为你自己》中，我们看到 7 位“70 后”“80 后”“90 后”女科学家颜宁、付巧妹、万蕊雪们闪闪发光的人生，她们在探索未知的广阔天地中自由往来。

但哪有人是随随便便成功的，有柳暗花明，就必有过山穷水尽。《妈妈教授：在学术界实现工作与家庭的平衡》一书真实展现了美国学术界女性性的艰难和坎坷，甚至有了“丁克还是退出”的二元对立。

家庭和工作的平衡在哪里都存在。因为，与男性同行相比，学术界女性有“难熬的十年”——语出经济学家休利特。从读博士到入职，再到忙于研究、发表的这十年，恰恰是女性一生中最适合生育的十年！

这 7 位科学女性如何做独一无二的自己

■李泓冰

“我们是不是一不小心，就变得随波逐流、人云亦云了？在这个微时代，希望大家保持勇气，勇敢地去去做独一无二的自己！”

读永新这本为“70 后”“80 后”和“90 后”女科学家立传的新书，颜宁的这句话跳入眼中，便挥之不去，心有戚戚焉。

这句话，堪堪点中书的主旨。

永新细细描摹的这 7 位科学女性，无不听从内心的召唤、做自己想要的自己——

是出国深造，还是留校读博？学习成绩一路领先的黄芊芊，眼看着周围的许多同学在考托福、GRE，不由心生疑惑。权衡再三，她决定留下来，继续做自己感兴趣的超低功耗微纳电子器件研究。如今，三十出头的她已成为国际电子器件领域的学术明星。

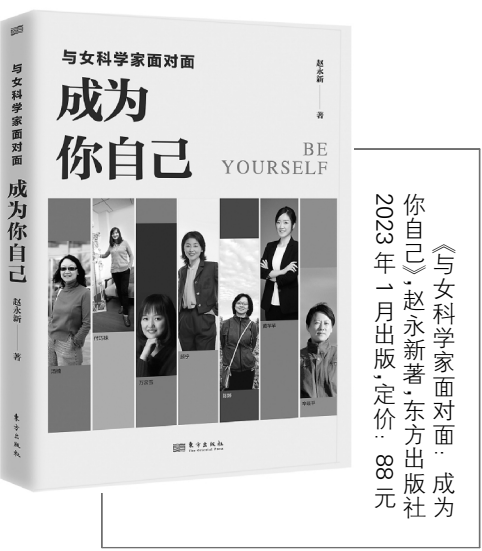
难道从此就当一名幼儿园老师、衣食无忧地过一辈子？不，这不是自己想要的生活。已经到单位报到的付巧妹打道回府，插班高二考大学。此后，她多次“改道”，最终如愿以偿，师从荣获 2022 年诺贝尔生理学或医学奖的斯万特·帕博教授，在古人类遗传学研究领域脱颖而出。

烈日晒黑了皮肤、风沙粗粁了芳华、喝酒喝得胃出血……所有这些，都未能改变辛晓平对草原的热爱，她坦陈自己这 20 多年一直在做自己喜欢的事情，可以说是“从心所欲、快意人生”。

虽千万人吾往矣。书中的 7 位女科学家随心所欲、逆风而行，在探索未知的广阔天地中自由往来，悠然活出自己的色香味。

当然，她们并不是只知道工作、不食人间烟火“的女汉子”。

就拿颜宁来说吧。我行我素、快人快语的她一直是舆论场中的话题人物，俨然是高高在上的“科学女神”。但永新给了读者“不一样”的颜宁：为了媒体对“饿死癌细胞”的误读和由此导



致的癌症患者的热望，她忐忑不安，夜不能寐，一定要费尽唇舌向公众、向病人说个明白，以至于悟出科普的重要并身体力行；她从不吝惜温情，凌晨从实验室回家，看到物业大姐、保安大哥天不亮就开始工作，她感激、感恩，“觉得自己有欠于他们”；她调皮，骄傲于口才不输给名主持，有时脱口而出变成“段子手”。永新镜头里的颜宁，顽皮、天然、善良、美丽，一一跃然纸上。

这，非彼此信任，不能呈现。有这样的信任，永新对 7 位女科学家的书写，就很有看头儿。她们坚持、坎坷、突破，在科学上破茧成蝶甚至羽化登“仙”；她们心烦、吐槽乃至崩溃，亦享受着一本书、一杯咖啡、一场电影带来的“小确幸”。

她们一路走来，真实如邻家女孩、普通如隔

今年的全国两会上，全国政协委员、中国科协副主席袁亚湘提交了关于女性科学家的提案。3 月 8 日，他还在本报发文，呼吁以“‘倾斜性支持’激发女性科技人才创造力”。他建议，在女性关键时期（生育期、哺乳期等）切实给予政策的支持，建立高层次女性科技人才脱颖而出的机制，解决女性上升空间存在的“玻璃天花板”问题。

“女人不是生成的，而是被造就的。”作家波伏娃的这句话在越来越多的女性走进学术

界、科研界的今天，更有现实意义，我们需要更友好的环境“造就”女性的各种可能。

当然，这还远远不够。近日，“女性”“上野千鹤子”成为舆论热点。上野千鹤子是日本社会学家，女性学、性别研究领域的开拓者，她的观点犀利、独特，但也让我们看到，身为女性，除了需要家庭和社会共同努力争取更好的环境外，也要问问自己的内心：我需要什么？怎样作选择？怎样活出自己的人生，“造就”最好的自己？

壁大姐。尽管她们也面对过山穷水尽，但总会有柳暗花明。做自己喜欢乃至迷恋的研究，你能感觉到她们扑面而来的幸福感。沉浸在这样如话家常、娓娓道来的叙述中，有时觉得她们的成功顺理成章。因为内心充盈、性格饱满、无畏无惧、特立独行的她们，世界都变得美好起来。

是的，她们的脱颖而出，足证我们的国家为优秀女性的成长，提供了堪称数千年发展史上最好的环境。新中国成立后，用法律和制度为“半边天”护航，教育平权，扩大女性就业，男女同工同酬，反对包办婚姻……压抑了数千年的中国女性，有了扬眉吐气的高光时刻。

当然，如果联想到社会生活中的那些“极少数”，也会让人纠结得“五颜六色”。某部电视剧中那位要求儿媳立誓“至少生三个”的董事长婆婆，身边左右避之不及的逼婚、催生……这一切，真的正常吗？

心累的还有双标评价体系。家庭整洁与否，代表妻子的勤或懒，但做家务从来不是判定男性价值的标准；“女司机”等于驾驶技术粗糙，尽管数据表明男性司机的事故率和违章率远超女性……在这样的社会环境中，再自信的女性，如果遇到颜值和婚姻这两把尺子，恐怕也会举手投降。

我注意到，永新笔下的“她们”，终于“强大”到超越了这样的世俗评价，婚与不婚、育与不育，她们可以自主面对，丝毫无碍于她们勃勃的创造力、充沛的生命力以及享受生活的自在坦然。如果 14 亿国人中一半的人口能像她们一样，突破显性或隐性的歧视与束缚，勇敢做自己，我国的各行各业、城市乡村，岂不更富活力、更有生机？

法国存在主义作家西蒙娜·波伏娃说过，“女人不是生成的，而是被造就的”。我们的社会环境，在“造就”怎样的女性呢？从这个意义上说，永新这本书，是润物无声地为尊重女性、成就女性

的“环境”增了一分热，发了一分光。很期盼那些有梦的女生，看到这本书，看到那样闪闪发光的人中龙凤，也是从她们成长的土壤里走出。

是的，她们，大多生于普通家庭。她们的“勇敢做自己”，会成为一种内化于心的激励，让更多困惑中的女孩坚定“做自己”的选择，让自己逐渐强大美好。我还希望更多的男性也读读这部书——对女性友好的环境，他们有一半的责任。

“每个人在世上最多不过百年，百年之后你留下什么？你在这个世界上走一圈，最终留下什么？”其实，颜宁的这番诘问值得每一个人思索，不管是女是男。

不到一年，永新两度嘱我为他的新书作序，一见他的信任，二见他的勤奋。上一次，永新通过圆明园防渗工程的来龙去脉，道出科学环保、依法环保、公众参与的曲折；这一次，他让我们看到女性的光芒，闪耀在科学的殿堂，很温暖，也很励志。

和他采写《圆明园防渗之争》一样，永新的这本书，不是急就章。每个人，他都访问过多次，刨根问底、追根溯源；采访之后，慢慢章节、细推字句。成书，他用了更大的心力。光是对颜宁的采访，就超过 10 年，已经超越了记者和受访者的关系，是好友，也是诤友，彼此激励，也彼此提醒。

永新不卑不亢、不疾不徐，文字从不端着，呈现着一起喝茶聊天的从容。在松弛恬淡的气氛中，他不时递个话儿、续杯茶，让她们絮絮着那些真实且美好的叙述。这本书让我们洗了片刻的眼睛，看到科学的美且妙、女性的柔与刚、生活的亮与光。

（本文系《与女科学家面对面·成为你自己》一书序，标题为编者所加。作者系人民日报上海分社副社长、高级记者）

给怀孕的女教师加分，不是开玩笑

■李秀清

10 年前在我所在的学校华东政法大学开的一次科研工作会议上，针对科研考核和职称评审的量化机制，我曾建议，应给予职称升迁期怀孕生子的教师至少两篇核心期刊论文的加分，引得会场哄堂大笑，同事们以为这是玩笑话。尽管会后也有领导说，这“有点道理，但缺乏可操作性”，最终也就不了了之了。

不是开玩笑，我是认真的。在大学校园工作生活 30 多年，不仅亲历过平衡家庭与工作的手忙脚乱，也见证了年轻同事们正在面对的此类尴尬和烦心。家庭和工作的平衡其实一直存在，无论何种职业、哪个性别，只要男人不会怀孕、不会分娩、不会哺乳，这些生物学上的机理没有改变，女性对此的感受必然会更加强烈些。

完成博士学业，找到大学教职，不仅要讲好课，还要搞好研究，不断在专业领域产出独创性的学术成果，如此才能在学术界谋生存、评职称、做教授，“不发表，就出局”是学术现实。它与公众对高校教师职业自由轻松、有更多闲暇照顾家庭的印象反差鲜明，也因此强化了女性学者的困境——在学术职场努力谋生存的同时，还要面对家庭成员对其付出更多时间和精力。的期待。

据《中国妇女发展纲要（2011—2020 年）》统计报告，10 年间高等教育中女性占比不断上升，有越来越多的女性获得博士学位。我本人也指导了数位女博士，看着她们通过努力获得教职，成为我的同事、同行，看着她们日常忙碌、辛劳的身影，犹如看到 20 多年前的自己。

当下的大学，比我初入职场时规模扩大了，宽松度却下降了。从读博士到入职教职，从拿到学位到忙于教学、研究和发表这“难熬的十年”，恰恰是女性一生中最适合生育的年龄。那么读博、当大学老师，同时又生儿育女，当一个“妈妈教授”，还可能吗？会成功吗？

《妈妈教授：在学术界实现工作与家庭的平衡》对此作了明确的肯定回答。两位作者瑞秋和克里斯汀是美国顶尖文理学院，“小常春藤”之一鲍登学院的老师。

创作本书的想法，萌生于克里斯汀通过剖腹产生下女儿不到一个月——当时她正从加利福尼亚州飞到缅因州横跨整个美国，假装自己是那个未曾生育、即将毕业的学生，在校园里面试的短暂间隙，狼狈不堪地躲进厕所里挤奶，匆匆烘干外套上的奶渍，最终得以顺利入职。而当时担任遴选委员会主席的，就是瑞秋。

10 年后，撰成此书时，瑞秋是讲席教授，有 4 个孩子；克里斯汀已取得终身教职，副教授，是一个孩子的单亲妈妈，也是国际知名学者。

在书中，两位作者并不仅仅找到学术界有

代表性的母亲范例，还通过调查问卷、访谈等方式，征集将教授和妈妈这两个角色成功结合在一起的女性的故事和建议，为她们提供自身经历之外的多元视角。

二

本书传递的信息是积极的，不仅肯定能做到，还给出了具体方法和操作细节，与此同时还有最大程度的同理心——不需内疚，也不用勉强。作者的目的是驳斥那种要么推迟生育要么退出学术界的二元对立，旨在为学术圈平衡工作和生活的女性提供一本手册指南——从读博开始，到求职、任职，再到成为一名正教授，指导女性学者如何既当好母亲，也当好教授。

作为一本指导书，它没有太多的心灵鸡汤语录，倒是先用了一篇篇幅直陈美国学术环境的种种弊端，列举了“母亲身份和学界那些不美丽真相”的“九宗罪”。选择成为学者、决定走学术路线之前，你不但要知晓学术界的这些“不美丽真相”，而且要了解“你自己”——这也是两位作者在书中最重要的告诫。

在书中，两位作者基于实证研究，通过任职于不同类型机构的妈妈们的亲身经历，告诉我们家有孩子的女性学者，在研究型大学工作比在文理学院工作更容易获得成功，尽管研究型大学要求教师一门心思做研究，对于论文发表的期望指标高，但对初入职场时的教学和其他社会服务的要求相对不高，终身教职的标准也相对客观、透明；在成长型综合性大学工作的有孩子的女性学者，满意度最低，研究任务重、教学工作量大，却没有顶尖研究型大学的资源，终身教职标准也不断变化，初入职场时将母职与学术研究结合起来比较困难；在文理学院，本科生与老师交流的期望值存在性别差异，这也可能产生对女教师不公平的教学评价，等等。

如何从“青椒”成长为终身职的正教授，以及在此过程中怎样平衡工作与家庭的关系，本书提供了涵盖研究、教学、学术交流、大学服务、专业服务，以及为自身和家庭投入时间等各个方面的行动指南。

两位作者反复指出，整个学术生涯自始至终的头等大事是研究和发文，“无发表不教授”，不管是最磨人的初入职场的前五年，还是在获得终身教职后谋求换个环境寻求更好职位的时期，保持稳定的研究和写作产出是学术成功的关键。这是对于所有大学教师们的真诚建言，无关性别。

本书更多的是给有孩子有家庭的女性学者提出具体建议，比如不与他人合作发文，尤其不能与资深的男学者合发论文，申请教授职位之前要成为独立研究者，这非常重要，在同等条件下，女性需要更独立；做好时间管理，找准适合

自己的高产时间段用于研究，在日常零碎的时间里一旦有灵感出现即刻列出主题句大纲，之后再见缝插针写些哪怕零碎段落；每天至少有一部分时间要留给家人，和家人在一起的时候要百分百投入；在成为终身教授之前，孩子的照片不应该过多地出现在你的办公室或电脑屏保上，与同事闲谈时你心里应该心中有数，关于孩子，哪些是可以聊哪些是不该聊的，就算照顾孩子的日程压得你喘不过气，你也没必要把细节都告诉同事，更不应该把孩子作为缺席会议、耽误交稿和逃避其他工作责任的理由；降低对房屋整洁度的标准，能将就则将就，把那些传统意义上妈妈必做、不做就会愧疚的家务抛在脑后，不要再纠结袜子配不配对，如果你真有强迫症——袜子必须成双成对，那以后就只买一种款式；书店里有成百上千本育儿书，但要谨记，全读不如不读，此类书籍中有许多看法对职业母亲很不友好，因此，少看、多相信自己……诸如此类，书中有不少这样实用、贴心的“Tips”。

三

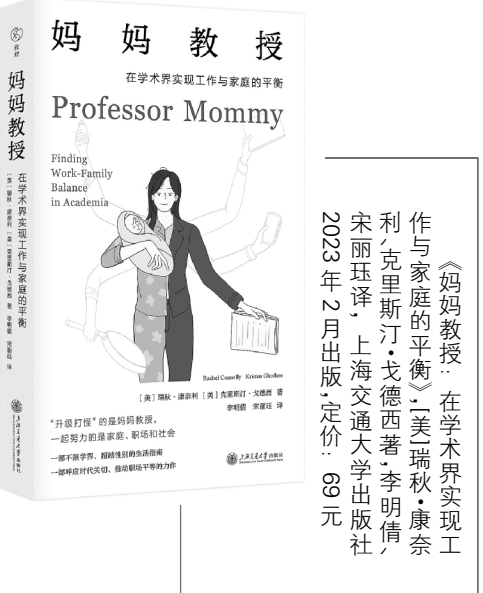
当然，在尚未真正了解成为学者和教师未来需求的情况下获得了博士学位，后来又不想在大学就职、继续学术生涯，这也无可厚非。每个职业总是有利有弊。学术生活的好处是：读书和思考有报酬；可自行选择议题，做自我指导式的研究；与你所在领域的同事进行国际合作；创造性写作；与年轻人交流合作；灵活安排（特别是在暑假）；有长时间、不间断的教学休假年来做研究；在相对享有盛名的行业工作；或多或少能做你自己的老板，并且（最终）得到一份体面的薪水。

两位作者甚至认为，很少有职业像在学术圈里这样容易名利双收，这是当今受过高等教育的女性最满意的职业选择之一。

追求学术一开始像是冲刺，到后面它会变成一场马拉松，学术生涯既需要激情和速度，也需要耐心和恒心。在学术界生存确实是一件艰难的事情，激烈的竞争、不断遭受批评或拒绝的生活并非适合每个人。但两位作者强烈认为，如果你真的想既做母亲又当教授，两者完全可以兼得，你可以成功地将学术与家庭结合起来。母亲身份不应成为那些不喜欢学术生活的女性的借口，她们不应以此为理由决定离开一个她们无论何时都会离开的职业，即使没有生孩子。

本书的撰写虽基于美国的大学体制以及学术生态的调研和访谈，但两位作者的个人经验和教训的分享引发的共鸣和启发是超越国界的。

本书出版于 2011 年，至今已 10 多年。瑞秋尽管此前曾接到来自某顶尖研究型大学的橄榄枝，但迄今仍留在鲍登学院任 Bion R.Cram 经济



学讲席教授。克里斯汀于 2017 年已转至宾夕法尼亚大学俄罗斯与东欧研究系担任终身教授。

本书英文版出版后，获得不少共鸣和好评。这 10 年美国大学内外的环境变化不小，一些学院也慢慢意识到需要作出改变，许多大学推出了一些“家庭友好型”措施，比如提供家庭保姆佣金、托儿所费用、子女大学学费等方面的补贴。对于女性学者来说，这无疑都是有益的变化。

中美两国的大学体制不同，文化背景也不一样，但各高校竞争的第一“硬核”都是科研学术，重中之重就是科研、发文、重大项目。也就是在此背景下，大学的各种考核层出不穷，且“非升即走”“长聘制”正逐渐推广。

相较于我刚入职的时候，30 年后的现在，若要在高校立足生存、求得发展，需要应对的任务重了不止一两倍，年轻学者的压力就更大。毋庸讳言，这对于年轻的女性学者更甚。现在中国的博士数量可观，女性博士走上教职、开启学术生涯的比例也在增大。

通过阅读美国学术界女性同行不久前的经历，我们可以反思她们如何作出个人的选择，吸取她们学术成长过程中平衡工作和家庭的经验教训，进而将教授与母亲的身份和角色衔接起来。

最后，还想对有志于学术的女博士们再说上几句：只要你认清了自己，作到了心中有数，那就坦诚对待自己追寻的学术之路。当一位平衡工作和家庭的妈妈教授完全可能，成功的女教授比比皆是，美国如此，中国也一样。

虽然现在的入学机会大致均等，但男女两性在就职和自身发展的条件与机会上远没有实现真正的公平。期待我们的大学内部机制能有一些改革，帮助越来越多的女性学者平衡工作与家庭。

（本文系《妈妈教授：在学术界实现工作与家庭的平衡》一书序言，有删减，标题为编者所加。作者系华东政法大学法律学院教授）