



Taiwan at the dawn of 2021

Report of a Listening Post held online (Zoom) Jan. 8th, 2021

召集人: 許明輝 紀錄: 盧盈任

第一部分：2020 年重要印象與經驗的分享

這次的新年聆聽點活動是由台灣團體關係工作小組發起，包括主持人－許明輝與紀錄－盧盈任共有 19 人參加（5 女 11 男，1 位為無性別；年齡分布約在 25 至 50 歲之間）。

- 在疫情開始前，幸運地去日本長野度假一週；感覺不想回顧去年，感覺都是灰色的事情，在日本度假是比較輕鬆的一件事。

- 年底時我跟一個美國、中國、台灣合作的團隊進行團體關係研習會，十分有挑戰性，在美中台三個集團張力這麼大的階段，工作團隊中有這些組成，對於要如何學習有很多覺察，過程有很多阻礙與不信任。工作團隊之中，人與人之間的情感要比較多時間才會出現，被卡在不信任與猜疑底下。

- 回憶 2020 時，感覺到是波動的一年，感覺又蒙上一層紗，色彩比較凝重，與自己有距離，回想時有幾個字一直出現，就是在波動中維持生活保持平常，底下是壓抑。

- 我一直想到一件事，我是無國界醫生，工作因為疫情停了，但還有執行一次任務，去廈門接重症的病人回台灣時，大陸的醫護人員沒有穿防護衣，飛機上的人都有穿防護衣，回國後只有我跟護士被檢疫，機師與其他檢疫人員的人都沒有，就像紐西蘭一樣，我想可能當時的防疫是去犧牲社會成本最低的人，這樣才有個交代。

- 另外我為維持生活穩定，去玩股票，這時候才知道很多人在為台灣努力，台灣跟其他人都不一樣，平常是在世界是侷限的，今天卻翻轉了。

- 對去年的感覺是有陰霾的，很難回想起快樂的事情，多虧成員提醒，我才想到自己去年初也是去日本跨年，當時疫情還沒有浮現，新年第一天去淺草，那裏整個都是人，也都沒有戴口罩，覺得當時真的是無憂無慮，不用擔心太多，人與人之間也不用戴口罩和維持距離，感覺疫情開始後已經回不去了，我會一直去注意那些咳嗽或打噴嚏的人，雖然現在也是蠻習慣的，但就覺得不一樣了。

· 另一件印象深刻的事情是進口美豬，我一開始不了解訊息的時候也是很困惑，也會擔心，那時我就想這可能就是國家之間建立關係付出的代價，後來我知道台灣大部分食用的豬肉有 90%都是台灣自產的，還有萊克多巴胺是水溶性的，我就比較安心了，就開始不明白為什麼新聞要一直撥。

· 我對疫情有兩極的感覺，一開始很多活動取消，我的時間就多了，上半年是休息的感覺，課程變成線上，也是我第一次開始用 zoom 去上國外的課，感受到 zoom 的美妙，因為在家中就好了，也不用開車或搭車去哪。也會慶幸自己在台灣，我的孩子還是可以去學校，日常生活還是正常，只是需要戴口罩。但上半年還是會害怕，要搭大眾交通工具就會擔心，也會買口罩與存糧。

· 我也有台灣被翻轉起來的感覺，變成抗疫大國，台積電與半導體很棒，變成了世界上的亮點。

· 去年年初因為孩子有流感，我們就自己隔離了，之後傳出新冠肺炎，我們就繼續隔離，有點慶幸自己搶在先機，一開始覺得沒有不好，因為時間變多，就可以培養自己的興趣，疫情前半段是小確幸

· 到後來就開始擔心了，慢慢地覺得要買補給品，但相比其他國家的疫情，就會覺得自己活在兩個世界，我的家人在有疫情的國家，他們都不能出門，有口罩也不敢戴，就只有亞洲國家的人敢戴口罩，這才發現原來文化差距這麼大，突然就覺得自己很幸運，雖然要隔離但也有自己的空間與自由。下半年，小確幸就變得不一樣，因為都只有境外移入，會去想這是真的嗎？有個不確定的感覺出現。

· 年初時有參加其他國家的線上會議，一月那時候其他國家還在祝福我，但二月底時，中南美或美國的病例增加，台灣就翻轉了。本來預期可能會像 SARS 一樣，大家風聲鶴唳，十分小心，那時上公車時我都不敢摸手把，但這次疫情我的心情不一樣，趁著疫情我家在翻新裝潢，也搬離原本的家。疫情造成的危險與風險，因為國家的防疫讓我少一些恐懼，工作上值班大家就輪流來，這樣有感染時就可以追朔，疾病確實會讓人焦慮，但當環境有一些控制後，就會提醒我要把我的心思專注在重要的事情上，重新安排。

· 我想到上次的地震，晚上九點多搖了一下，之後又搖了另一下，我想到自己在大樓中根本不能跑，倒塌我就死了，不過想到今年的事情我都有好好安排，感覺到對於死亡似乎有準備可以接受與放下了。

· 去年有種面對威脅的感覺，無論是疫情、地震，或防疫環境氛圍下，某些時刻會讓我思考到生命的價值。在過往的生活很忙碌，很難靜下來。剛好 2020 也是生涯轉折的階段，碰到這麼多事情，感受到生命威脅時，才會想到哪些事情還沒做，會思考什麼事情是值得去做的，這是去年給我很大的啟發。

· 台灣面對疫情的處境，相比國際情勢，台灣有點真空，是個淨土、世外桃源，但真空的感覺，讓我想到台灣是不是出不去，無法與國際接觸，讓我想到自己是否也常處在真空的狀態下，無法觸及社會與人群，讓我想到與自己有關的瓶頸。充滿威脅與啟發的一年

· 我印象深刻的是去年的登山經驗，與朋友去大灣國家公園，想說要去登最高峰，

別人說 14m 對沒有經驗的人來說是可以的，不過走到那裡時發現山壁是 90 度，我就在想爬得上去嗎？但當我看到一個小孩從山上下來後就決定要試試，爬上去的時候很擔心，因為踩錯就死了。爬到最高峰時的經驗有點模糊，覺得風很涼，但對要爬下去這件事情一直很緊張，直到下來時的那一刻，我就感覺到自己做了一件不可能做到的事情，讓我想以後也可以用這樣的心態去面對很多事情。

· 大家談到很多疫情的情況讓我想到的，那有點像小時候的心情，五、六月時開始零確診，連續 14 天沒有本土病例就像度過一個難關，那時圓山飯店就打了一個很大的 zero 在那裏，我每天都會很期待看到那個數字，有天經過時我就很感動掉眼淚了，因為身邊的人都會相互提醒，有沒有洗手，有沒有看疫情的記者會，就是這輩子沒有這麼關心過防疫，感覺這麼做都習慣了，也覺得這麼做是為大家，有種大家一條心的感覺。

· 我思考為什麼大家都很習慣戴口罩，讓我想以前戒嚴，大家都很遵守規定。口罩這件事情也有很多故事，像是一開始我都會捐口罩，就是要有這麼大的瘟疫才會看到台灣人與人的關係是怎樣，有些也是蠻難過的事情，就是有人賣假口罩，不過也在預期之內，也有很多很好的事情。

· 印象深刻的幾個畫面都與口罩有關的，比如說搶口罩、排隊買口罩，我自己沒有被口罩煩到，因為有醫事人員的口罩，累積起來還可以給家人用。

· 新聞畫面是，在中國的新聞，長長的人龍排隊領家屬火化的骨灰，看到覺得很有感覺，想到有這麼多人在這場疫情中離開，其他國家也有很多因為疫情死亡的人這些畫面我都有留下印象，但也呼應很多人提到台灣的狀況，因為我是老師，我的確沒有感覺到高教對疫情有恐慌，因為沒有確診，要做什麼就做什麼，遵守規則，我有自己的辦公室與住處，所以有一些時候我也長期處在一個人的空間，自由沒有被隔離，但自己長期獨處，似乎可以了解那些被隔離者的心情，但我的自由度又是大的，不過孤單的感覺也是有的，我的家人也是這樣的，我忽然想到我認識的重要她人都是蠻獨處的。

· 我一直在思考印象深刻的事情，就是疫情，覺得要感謝台灣的疫情控制，讓防疫變成一種習慣，所以沒有特別讓我印象深刻的事情。

· 反而是美國大選，印象深刻，在大選之前我沒有去看過 CNN，但那時我與我爸都去看，想到美國情勢因為選舉到現在都很不穩，我就一直關心大選的動向，看到很多現象，也讓我聯想到說，人與人彼此有很多猜忌；發現去年對於很多事情越來越沒辦法掌控，處在很焦慮的狀態，只能從掌握比較小的事情開始。

· 我女兒在前年出生，去年一月七號出月子中心，我一整年都在顧小孩，很多人說顧小孩比工作累，這是真的，以前都是女生在顧孩子，她們真的太辛苦了

· 面對疫情國內國外都有很多焦慮，我們科技業公司，我待十年，被美國規定不可以與中國做生意，投資者都撤資，差點倒閉，最後賣給了另一家歐洲公司，雖然公司慘，但員工獲益，因為美中衝突大家都在搶科技的資源，雖然我工作不成問題，但我看我女兒這麼小，就讓我擔心以後美中衝突會發展成怎樣，我也不知道我可以保護她到什麼程度，到時候如打仗，我們男生都要上戰場，我去問如果

我戰死的話壽險可不可以算，可以算，但如果你是逃兵被打死就不可以算，所以要打仗就戰死，這反映出我內心的焦慮，被大環境牽動著，而我不知道可以保護家人到什麼程度。

- 我發現我蠻享受疫情發生的過程，我剛從中國回來，因為疫情我有機會開啟很多線上的對話，有很多政府與公司已經在用線上的方式交流。可能因為我在台灣，看到國外，我有小確幸，不過我也看到家人的擔心，媽媽有點擔心，但她還是在做喜歡的事情，對我來說疫情增加人與人的連結，把距離縮短了

- 對 2020 的印象是，怕不被看見與補償，疫情是還沒有發生的死亡焦慮，其他就是一些社會真實發生的死亡，藝人死亡，他們都是猝死，接觸到的服務對象會說，自己是獨居，說自己可能會這樣死去，所以我們都在做讓自己不要死掉的事情。加零確診的活動，讓我感覺台灣人真的很可以苦中做了，雖然口罩無法確定我自己不會被感染，在這麼未知死亡焦慮感的面前，還是有很多商家舉辦很多活動，像是在死前要被看見的感覺。

- 今年有種違和感，有小確幸、送口罩、還有大家努力防疫，很有一體感，不過我每天的工作要長期奔波在不同地方，我自己開車還是會一直擠車道，也不想讓，我真的不知道自己怎麼了，我身邊的人都去捐口罩幫助別人，但我在日常生活中就是超車。那種害怕不被看見的感覺，就如去年發生疫情，我們一起表現了一些什麼被國際看見，好像自己一定要表先些什麼被看見被感謝我才甘願，在開車時禮讓別人也不會感謝，那我就不要做了。

- 口罩，讓我有個聯想，就是大家都戴口罩之後都變好看了。去年有個感覺，防疫成功真的是來自生存焦慮，大家都怕死，搶口罩、酒精，我當時也被我媽逼迫要去買口罩。

- 台灣有種被泡泡圈住的感覺，外面每天都在死人，但台灣都沒事，同時跟國際很接軌，但台灣很真空。讓我想到去年我也是很起伏，年初我媽身體狀況不好但我也不能探病，搬出家中去寫論文，為了生存去找一分不愛的工作一下就離職，也好不容易把論文定稿。很多外國朋友是移民回台灣的，讓我有種靠近的感覺，對這塊土地的認同是有增加的，把這塊土地當 home 或 homeland 的感覺是有出來的。2020 看到很多人不能出國時，我很開心這些錢可以留在台灣。

- 疫情讓世界慢下來，也讓台灣慢下來，我自己也能慢下來思考是否有別的可能性，我看到一句話很感動，每個人都在自己的時區中，用自己的步調前進，2020 就是大家都被調頻，我覺得自己在之中有被安慰到，我對死亡沒有很多感覺，不過我奶奶跟外婆都在去年...，有可能有些東西是被我壓抑掉的，但踏進新年時我有個感覺是很高興 2020 結束了。

- 我讀公共衛生系，因為公共衛生法通過，以後的工作都有執照保障，我一方面很開心，我選這個科系也是想到以後流行病大爆發時，自己可以派上用場，但也對死傷很難過，我覺得 2020 對我來說是很難過的一年，就算我大學受過訓練，但當下我還是很害怕，我知道可以防範，但到現場時即使戴口罩也防不了，有種乏力的感覺，學的跟實際面對的還是有很大的落差，還需要更多的經驗來彌補差

距。

· 去年後來不順利，希望學一些東西可以好好調整自己，例如感情上因為自己搞砸了，會自責，希望下次遇到時可以做好準備來面對。

第二部分：主題指認 Part II: Identification of themes

主題一：疫情造成的生存威脅及所引發的生存焦慮等情緒

2020 年 COVID-19 疫情剛開始時，大眾對疫情的焦慮及口罩不足，因而造成民眾搶口罩，搶民生物資，及黑心廠商販賣假口罩等情況。雖然台灣因為疫情而死亡者屈指可數，看到疫情早期中國及後來其他國家大量染疫者的死亡，都加深生存焦慮。除了生存焦慮外，因為疫情而做的自主隔離或人際距離的管控都加深孤獨的感覺，而面對名人或家人的死亡也更容易覺得悲傷無力。

主題二：美中台緊張局勢造成的生存威脅與所引發的生存焦慮

隨著中國日益強大，台灣受中國併吞的威脅日益增加，台灣對美國協助抵禦中國的需求也日益增加，但因得不到美國對協防台灣的承諾，台灣民眾的生存焦慮也愈來愈高。在美國大選期間，因為擔心大選結果會改變美國對台灣主權的支持而讓很多人都對台灣的未來（個人、家庭、國家能否生存）感到十分焦慮。面對美中兩大強權，雖然因為同為民主國家，與美國有信任的連結，不過為了獲得美國的支持，台灣得要面對要犧牲什麼以換取什麼？想要什麼？可以不要什麼？等問題。進口美國萊豬是一個例子。

因為台灣的疫情控制得相當好，相較於疫情的威脅，中國併吞的威脅所引發的生存焦慮更深，也更難覺察。這個假設是基於在第一階段大多數人回憶的是疫情的影響，但是隨著時間的推展，到了第三階段，主題卻是關於中國併吞的威脅與美中台緊張局勢。

主題三：生存威脅與生存焦慮下的因應與調適

面對 COVID-19 疫情及美中台緊張局勢所引發的生存威脅及焦慮，成員提到數種因應與調適的方式，包括用隔離來逃避負面的記憶與情緒，尋找小確幸及苦中作樂，使用網路讓人際距離縮短，反思生命的意義（提高自我覺察）、與台灣再連結、增加國內旅遊，為下一代的未來規劃，以及配合政府的防疫政策。在台灣人的防疫配合度上可以看到台灣人犧牲小我完成大我的順從性。不過這個順從性似乎比較容易出現在容易被看見的時候。當不被看見的時候（例如：開車），個人

會為了自己的需要而超車不禮讓。

主題四：疫情與美中台局勢下的台灣地位及台灣認同

在 2020 年因為防疫上的優異表現及中美對抗下台灣半導體產業重要性的提升，台灣的國際地位與國際能見度有很大的提升。台灣科技產業及公共衛生產業的工作機會增加，外國技術人才移民台灣增加，民眾對台灣的認同感增加，但看到各國疫情的嚴重程度，同時也感覺台灣的情況好的不太真實。

第三部分：分析與假設形成 Part III: Analysis and hypothesis formation

2020 年台灣經歷了兩種生存威脅：COVID-19 疫情及中國併吞。面對疫情雖然一開始有些混亂，例如口罩產量不足，在中央 COVID-19 疫情指揮中心科學及人性的管理及國家口罩隊的努力之下，台灣在防疫上表現優異，全年確診的 800 例絕大多數為境外移入，死亡人數只有 7 位，下半年沒有本土案例。雖然疫情對台灣造成的傷害相較其他國家是很小的，但是在抗疫過程中，個人依然付出不少代價，包含生存焦慮，孤獨感，及對喪失容易感到悲傷與無力。

中國併吞台灣的意圖在最近幾年愈形明顯，例如 2016 年中國通過的反分裂法及 2019 年中國國家主席習近平發表以一國兩制統一台灣的講話。一國兩制的策略在香港的一國兩制被中國摧毀後已經證明是行不通的。中國在 2020 年雖然有疫情及中美貿易戰的衝擊，卻還是持續對台灣發動軍事及外交的挑釁。面對中國這個日益強大共產極權的威脅，無法單獨對抗的台灣對美國愈形依賴。因為這個依賴，台灣對美國的國力強弱及對台政策十分敏感。美國共和黨傳統上比民主黨對台灣更加友好，2020 年底的美國大選讓很多台灣人對誰會是新任美國總統有很深的生存焦慮。台灣政府在去年底為了對美國政府示好而決定進口美國萊豬。這項決定引發了台灣人對依賴美國要付出的代價有了反思。

在面對以上所提的兩種生存威脅之下，台灣民眾使用很多不同的方法來因應與調適。這些方法中，除了隔離跟威脅有關的情緒思緒是消極的，其他都是比較正向積極的方法，包含尋找小確幸及苦中作樂，使用網路讓人際距離縮短，反思生命的意義（提高自我覺察）、與台灣再連結、增加國內旅遊，為下一代的未來規劃，以及配合政府的防疫政策。

由於以民主的方式防疫成功，以及在半導體產業的領先地位，讓台灣從原本默默無聞的小島，一躍成為全世界注目的焦點，台灣人對台灣這塊土地的認同以及政體的認同相較於過去的混亂，終於能靠著防疫與民主機制有所發展。台灣這塊土地也因為目前的緊張局勢與被國際看見後，需要被迫思考自身在國際上除了防疫外的定位與角色為何。

假設：2020 年台灣人因為防疫付出一些代價，但成功的防疫使台灣人能夠在疫情不斷肆虐的世界中，有相對安穩的環境去思考對個人來說重要的事情，並慢慢適應病毒帶來的生活改變。相較於疫情的影響，中國併吞威脅所引發的生存焦慮似乎更深且更難面對，而只能聚焦在美國大選結果可能對台灣的影響。在面對這些生存威脅與焦慮，除了使用隔離這類防衛機制，台灣人也使用了很多正向積極的調適方式。以民主的方式成功抗疫以及中美對抗下台灣半導體產業重要性的提升為台灣帶來國際地位提昇與國家認同升高。因為如此，台灣人民在面對生存焦慮之外，似乎也在面對台灣到底是什麼的存在議題。