

媽媽的斜槓人生

根據統計資料，近 8 成的有偶婦女為職業婦女，同時身兼上班族、妻子、母親、媳婦、女兒等多重角色。衛福部配合母親節慶祝活動，於 5 月 9 日上午舉辦「媽媽的斜槓人生—媽媽圖書館座談暨創意市集」，鼓勵媽媽們在多種身分中找到自己，讓人生過得快樂精采。

文字撰寫 / 洪維珣

資料提供 / 衛生福利部社會及家庭署



衛福部公布「108 年 15 至 64 歲婦女生活狀況調查」資料顯示，有 79.8% 的有偶婦女最近 1 年有工作收入，代表近 8 成有偶婦女為職業婦女。觀察婦女處理家務情形，有 93.9% 之婦女需處理家務，每日平均花費時間為 1.84 小時，而有配偶或同居伴侶婦女之平均每日無酬照顧時間 4.41 小時，高於全體婦女的平均。從調查發現，職業婦女不僅要在職場努力奮鬥，同時還要兼具人母、妻子、媳婦、女兒等家庭角色，實踐「斜槓人生」。

了解真實自我 社家署帶母親找自己

過去的母親節慶祝活動，著重於對媽媽犧牲奉獻的感恩，衛福部社會及家庭署（簡稱社家署）表示，在尊重多元性別的時代，更應該試圖了解每位媽媽真實的自我，看見媽媽們在工作職場或專長技能傑出的表現，特地推出 3 分鐘的影片，



衛福部配合母親節慶祝活動，推出「媽媽的斜槓人生」系列活動。

讓媽媽可以聚焦在「自己」身上，這一次「在乎自己」，並在不同的面向成就自己的選擇，創造一個快樂的生活。

活動現場運用很多生活圖示，象徵母親總是在生活中的大小事中打拚，在留言牆上也有民眾親筆寫下的小卡，表達對媽媽的感謝。衛福部政務次長李麗芬出席活動現場，不但肯定媽媽們的貢

獻，並特別向參與一線防疫工作的媽媽們表達感謝與祝福。現場除了李麗芬親自體驗遊戲，也邀請立法委員王婉諭一起在座談會中大談媽媽經，不只談在「工作」與「家庭照顧」中的分工與家務整合，更聊如何尋找自我。

破除性別框架 鼓勵母親為自己而活

李麗芬表示，要瞭解自己，不用每件事都做到百分之百，當面對工作、家庭需要喘一口氣時，就會跟朋友吃飯，非常看重朋友的重要性，而且媽媽們不能沒有自己的朋友，而且最好不要只講小孩的事，而她覺得最幸運的是和朋友出去吃飯時，先生都能當個神隊友、把小孩顧好，讓她放心出門。

「孩子會感受到你的努力，不用想要跟其他媽媽一樣。」王婉諭說，在生活中，「嗜好」會變成一個非常重要的紓壓管道，像自己是個很喜歡做菜的人，後來因為照顧小朋友就很難騰出自己的時間，這時候很多媽媽朋友互相支持，就能慢慢再把時間留給自己，或是「家裡附近最近開了一間 24 小時的生鮮超市，小孩睡著後還能去逛逛也很好」。



活動現場的留言牆上，貼滿了民眾親筆寫下的小卡，表達媽媽的感謝，也有母親留言為自己加油。



衛福部政務次長李麗芬等貴賓也在座談會中分享如何在工作與家庭照顧中找到平衡。

亞斯教母花媽卓惠珠、Youtuber 絕代雙Q 宗岳和薇 0 也出席座談會，以自己的育兒經驗來鼓勵媽媽們不只為家庭、小孩而活，也要為自己而活。花媽表示，為了孩子換了很多工作、跨了很多行業，「以為一輩子就這樣毀了」，但在摸索中找到力量，現在也推動「家長復原力社會支持計畫」，希望隱性障礙家庭有力量可以獲得支持、站穩腳步，而薇 0 也分享在生活中夫妻互相扶植的每一天，笑著說「當然還要再生」。

線上實境遊戲 體驗「媽媽探索自我」

另外，社家署在「媽媽的斜槓人生」慶祝母親節系列活動中，還有「一日媽媽大作戰-媽媽探索自我」的線上實境遊戲，遊戲主角穿越時空來到 38 歲，不僅身為部門小主管，同時也兼顧夫妻感情、育兒生活，用一道道關卡，與精緻的手寫字卡，讓民眾在實境遊戲中，體驗婚姻、育兒生活，以及忙碌、成就感、開心等各種心情。

在遊戲過關後，還可以在線上製作母親節電子賀卡，「下載圖檔」並以電子郵件寄給收件人祝賀母親節快樂，在今年用不同的方式，向母親傳遞佳節溫暖。MOHW