



2007 年媽媽辛苦指數調查報告

- 「孩子嫌我煮的東西不好吃」
- 「每天早上起床準備早餐、便當，很辛苦」
- 「小孩不再向我說心事，母子如同陌生人一般」
- 「孩子問我功課，我不會，想補習，經濟又不允許」
- 「當個單親媽媽，在生計與照顧間面臨兩難與自責」
- 「上班好累，回來還要整理家務事，還要教小孩功課」
- 「小朋友愛打電腦遊戲，沒有辦法讓他減少使用電腦的時間」
- 「公婆、娘家、家庭、小孩、先生、公司、社交...要面面俱到」
- 「要照顧的事情太多，公婆、娘家、小孩、老公，家裡大小事、上班，像八爪章魚」

--媽媽最煩惱的事，兒盟 2007 年媽媽辛苦指數調查

「**母親像月亮一樣，照耀我家門窗**」，一年一度的母親節即將來臨，在這個專屬媽媽的節日，子女們總是要奉上美麗的康乃馨，來感謝媽媽的辛勞。然而隨著新世紀的到來，在全球化衝擊、多元發展、貧富差距擴大等挑戰下，這群新世代的台灣媽咪到底有多辛苦？媽媽們是否已經在工作與家庭間取得平衡？台灣是否提供了一個優質的育兒環境？兩性平等意識日益高漲，過去傳統不合理的家務分工是否已獲得改善？而孩子的家庭照顧品質是否有所進步呢？

政府自 2001 年起陸續實施「三歲以下兒童醫療補助」、「幼兒教育券」、「中低收入/原住民幼兒托教補助」等福利措施，並公布「兩性工作平等法」、「育嬰留職停薪實施辦法」等法令，期望建構一個兩性平等、友善的育兒環境，以降低家庭生育、養育子女負擔，並進一步解決少子女化問題。令人好奇的是，進入廿一世紀以來，台灣社會是否確實改善了兒童照顧的品質，得以減輕媽媽們的照顧壓力？兒童福利聯盟（以下簡稱兒盟）本著維護兒童最佳利益的初衷，希望瞭解兒童的家庭照顧品質與家長家務分工的情形，特地選在母親節的前夕，比較 2000 年與今年（2007 年）媽媽生活狀況，以探究目前婦女照顧子女與家庭親子互動的演變趨勢。此外，為瞭解「高風險家庭媽媽」生活壓力與一般家庭母親的差異，此次兒盟亦特別檢視服務中的高風險家庭個案，並就兩者辛苦程度加以比較。

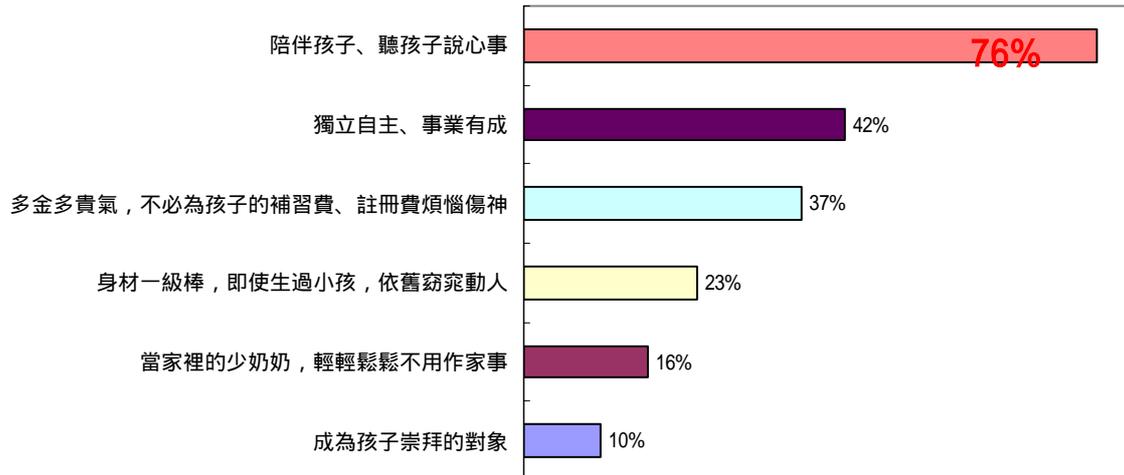
兒盟「2000 年媽媽辛苦指數調查」調查時間為 2000 年 3 月 30 日至 4 月 17 日止，計有效問卷 1,695 份。今年（2007 年媽媽辛苦指數調查）則是參考 2000 年的題目設計問卷，調查對象為家有四至十二歲子女的母親，調查時間為 2007 年 3 月 27 至 4 月 20 日止，計回收有效問卷 1,492 份，樣本分佈遍及全國 25 個縣市；此外，兒盟亦檢視目前正開案服務中的 254 位高風險家庭母親，以相同的題目分析弱勢媽媽與一般媽媽的回答，並加以比較。



◆ 台灣媽咪的四大心願 - 孩子、事業、經濟、身材

台灣媽媽的願望

- 🏆 第一名：七成六的媽媽希望能多陪陪孩子
- 🏆 第二名：四成二的媽媽希望自己事業有成
- 🏆 第三名：三成七的媽媽希望不再煩惱孩子的教養費
- 🏆 第四名：二成三的媽媽希望身材窈窕動人



分析媽媽們的願望可知，台灣媽媽王要的心願依序是：多陪伴孩子（76%）、自己的工作有所成就（42%）、家裡經濟無虞（37%）、自己的身材一級棒（23%）等。傳統上，母親被賦予照顧兒女的重責大任，因此媽媽們最重視「孩子」的狀況，有高達七成六媽媽們最大的心願是多一些時間陪伴孩子、聽孩子說心事；其次則是「工作」部份，隨著愈來愈多婦女投入職場，工作上的成就亦成為媽媽相當重視的一塊，有四成二的媽媽「希望自己事業有成」；第三是「經濟問題」，隨著物價不斷飆漲，家庭的教育、消費支出讓媽媽們喘不過氣來，有三成七的媽媽希望不再煩惱孩子的教養費；第四名則是「身材」，產後身材要如何保持窈窕動人，同樣令兩成三的媽媽們困擾不已。

◆ 2007 台灣媽媽辛苦指數：72 分

五成六媽媽辛苦程度達「過量」級，一成四「嚴重超載」

孩子、工作、經濟、身材、公婆、家事 等一大堆問題，究竟讓媽媽有多煩惱呢？本調查發現，台灣媽媽普遍為自己的辛苦打了很高的分數，平均為 72 分，其中更有超過半數（52.3%）的媽媽打了 80 分以上的高分，可見相當多的媽媽自認非常辛苦。另外，兒盟進一步以「經濟」、「憂鬱」、「疾病」、「支持系統」、「家中子女數」等壓力面向檢測媽媽的辛苦程度，發現高達五成六的媽媽辛苦程度達「過量」級，甚至有一成四的媽媽，其辛苦程度已「嚴重超載」。對媽媽而言，每天要周旋在孩子、公婆、家務、工作之間，時間似乎永遠都不夠用，事情似乎永遠都做不完，從以上數據看來，台灣媽媽們真的需要好好減壓一下。



- ✓ 「適中」媽咪游刃有餘
- ✓ 「過量」媽咪要喘口氣，家務需要有人分擔，情緒需要有人支持
- ✓ 「超載」媽咪工作超載，需要具體社會福利服務方案介入
- ✓ 「危險」媽咪瀕臨崩潰，可能對自身或他人產生危險，需要立即處理

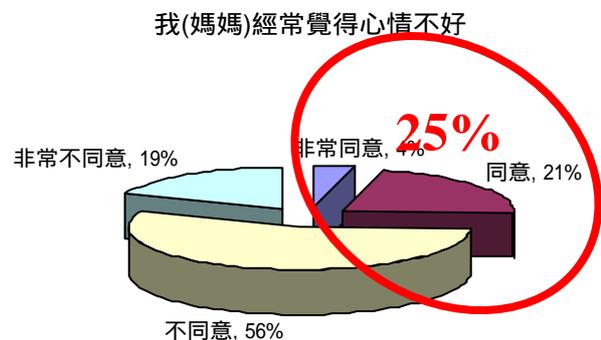
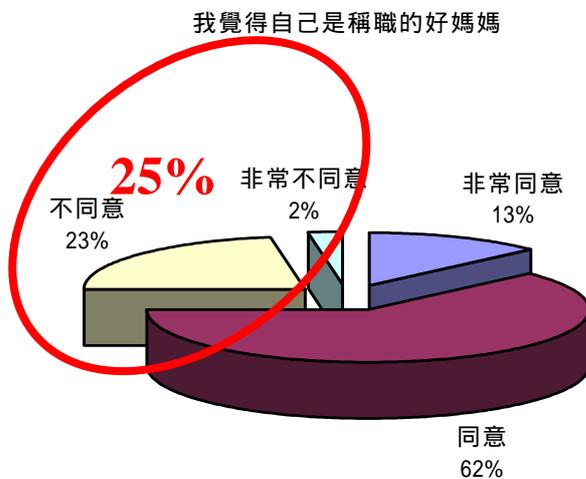
◆ 心情鬱卒的母親 「媽媽，請你也保重」

1/4 的媽媽認為自己不是稱職的好媽媽

1/4 的媽媽常常心情不好

7% 的媽媽因為壓力太大，曾經想一死了之

令人相當擔憂的是，在龐大的家庭與工作雙重壓力下，媽咪們也很憂鬱，台灣的母親需要更多來自孩子的感謝、丈夫與公婆的肯定...等外界鼓勵，以及外在資源的協助。本調查發現，雖有七成五的媽媽肯定自己的表現，但仍有兩成五的母親認為自己做得不夠好，算不上是「稱職」的好媽媽；另外，還有兩成五的媽媽似乎有憂鬱的傾向，時常會覺得自己心情不好；7%的媽媽甚至有過自殺的想法，在家庭龐大的壓力下，曾經想要一死了之。





◆ 不同家庭媽咪辛苦程度比一比

一般媽媽多屬「過量」級，高風險家庭媽媽多半嚴重「超載」

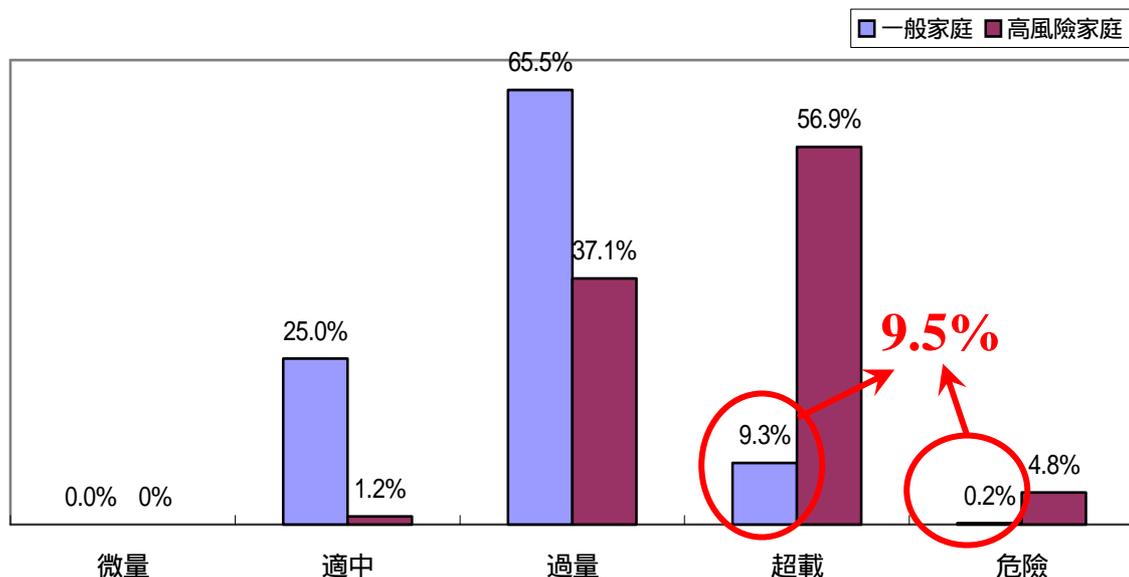
- 每 **2** 個高風險家庭就有一個家庭收入不穩定，是一般家庭的 **4** 倍
- 每 **3** 個高風險家庭就有一位媽媽曾有自殺意圖，是一般家庭的 **5** 倍
- 每 **5** 個高風險家庭就有一位媽媽病痛纏身，是一般家庭的 **5** 倍

母親是一個家庭的重要支柱，同時也是孩子的主要照顧者，一位母親的辛苦程度將深深影響孩子的照顧品質，而在所有的媽媽當中，特別需要關注的是處於高風險家庭中的媽媽們。

如下圖所示，一般媽媽辛苦程度以「過量」居多，約佔 66%；而高風險媽媽則以「超載」為最多，高達 57%。本調查發現，高風險媽媽的確比一般媽媽容易落入貧困、負債、疾病、憂鬱、無支持系統...等困境，生活普遍較為辛苦；此結果令人相當擔憂，因為高風險家庭孩子的處境，從高風險媽媽的狀況便可窺知一二，當一個家庭身陷「貧窮」、「負債」、「疾病」、「無外在支援」等危機，照顧者在自顧不暇的情況下，勢必無法提供孩子一個完整、無慮的成長環境，甚至可能會發生兒童疏忽、受虐等情事。

值得注意的是，全台灣另有 9.5%的一般媽媽係處於「超載」、「危險」的狀態，等同高風險家庭媽媽的辛苦程度，這意味著有將近一成的家庭身處危機邊緣，這些「準」高風險家庭亟待社會各界伸出援手，因為這些家庭中的母親同樣面臨貧病交加、無人幫忙、憂鬱...等困境，令人憂心。

媽媽辛苦程度~一般家庭與高風險家庭比較圖

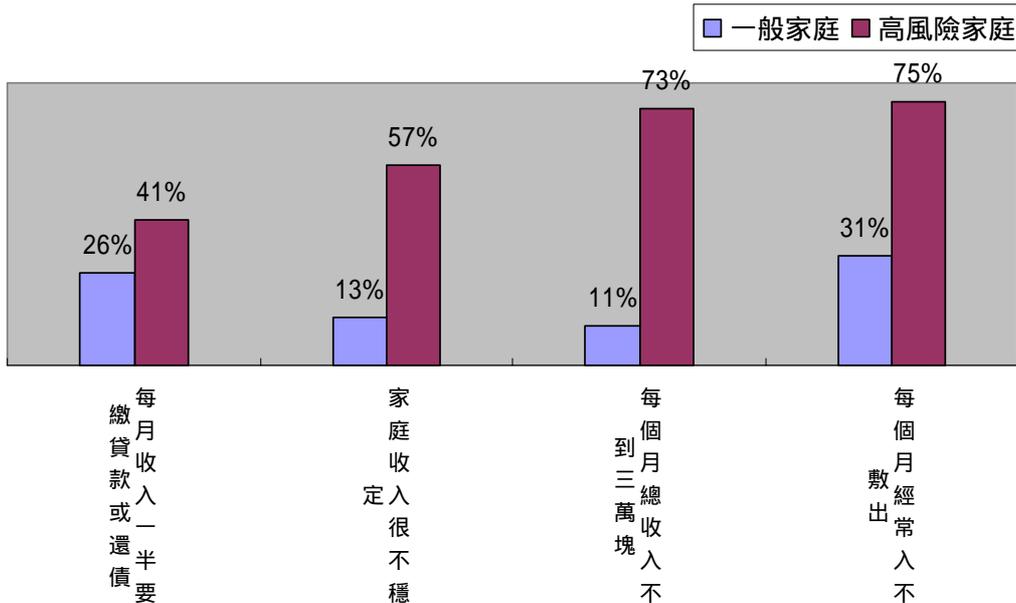




◇ 「經濟」困窘 **七成五**高風險媽媽經常入不敷出，**四成**有負債問題

「經濟」方面，本調查發現高風險家庭普遍有經濟上的問題，生活時常陷入困境，逾半數的高風險家庭收入很不穩定、時有時無，是一般家庭的四倍；近八成弱勢媽媽則經常面臨「入不敷出」的窘境，遠高於一般家庭的 31%；另外，有負債問題的高風險家庭也佔了 41%，遠高於一般家庭的 26%。

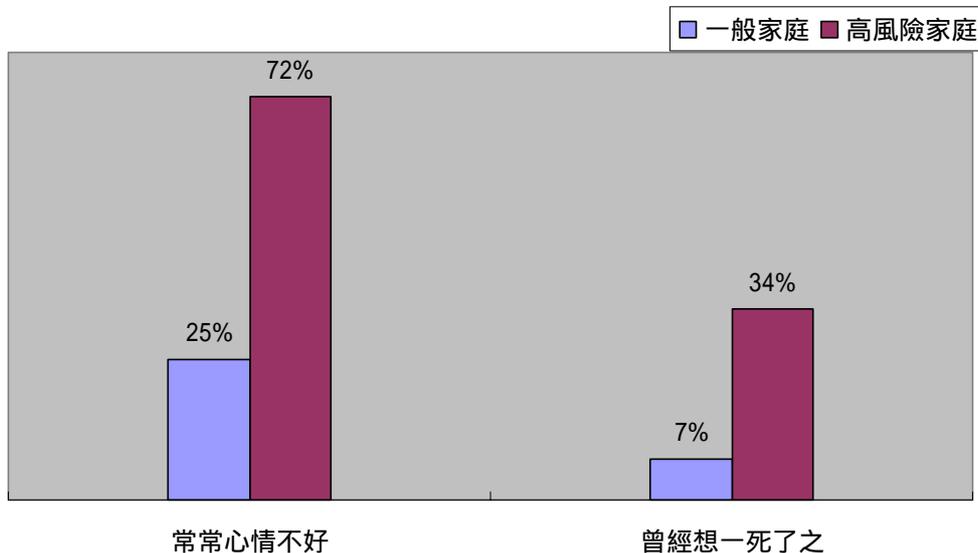
經濟困境~一般家庭與高風險家庭比較圖



◇ 母親節「不快樂」 **三成四**高風險媽媽曾經有過自殺意圖或行為

分析媽媽們的「心理」層面，發現高風險媽媽顯然相當憂鬱，34%的高風險媽媽曾經有過自殺意圖或是行為，是一般媽媽的五倍；另外，高達七成二的高風險媽媽經常感覺心情不好，比例亦遠遠高過一般媽媽的 25%。

憂鬱困境~一般家庭與高風險家庭比較圖

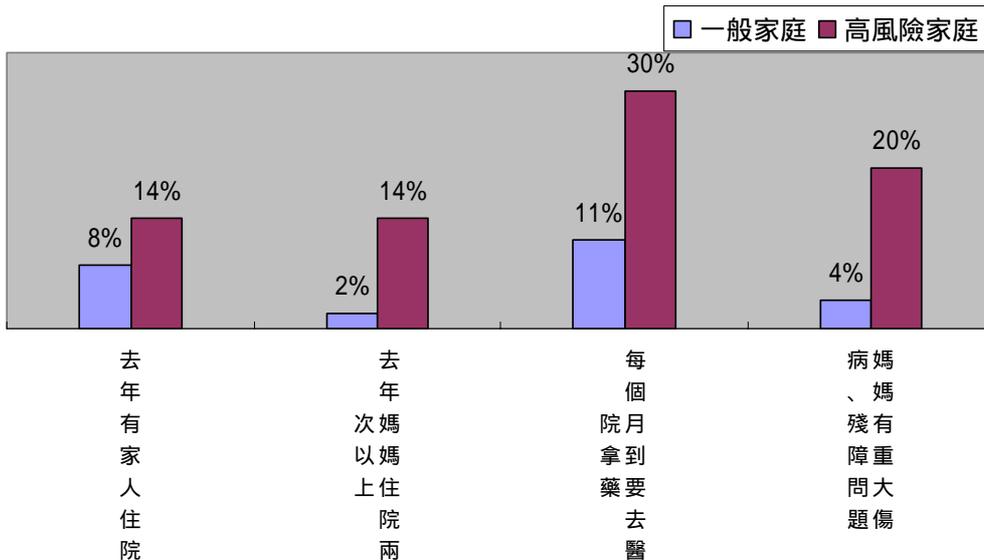




◇ 「病痛」纏身 **三成**高風險媽媽是藥罐子

「疾病」方面，高風險家庭成員明顯有健康問題或是伴隨較多的病痛，高風險媽媽當中，兩成有身心障礙手冊或是重大傷病卡，其比例是一般媽媽（4%）的五倍；另外，有高達三成的高風險媽媽必須每個月按時去醫院看醫生拿藥，比例遠超過一般媽媽的 11%；而高風險家庭的成員健康狀況亦不佳，去年高風險媽媽的家人住院超過 15 天的比例高達 14%，與一般媽媽（8%）相比，明顯較高。

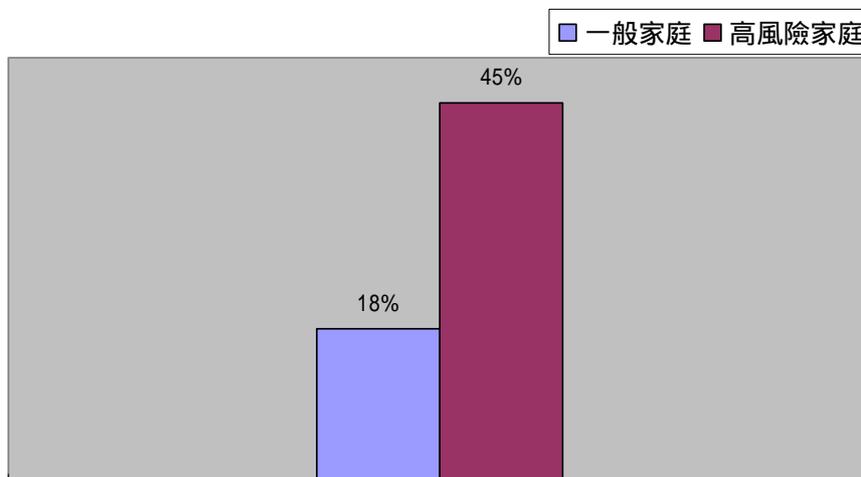
疾病困境~一般家庭與高風險家庭比較圖



◇ 「孤立無援」 **近五成**高風險媽媽沒人幫忙照顧孩子

此外，高風險家庭「支持系統」也較為薄弱，有 45% 的高風險家庭沒有任何幫手可協助照顧孩子，相較於一般家庭的 18%，高風險媽媽顯然較孤立無援。倘若媽媽突然發生變故（如入獄、失蹤等），或是臨時有事、外出工作時，家中便無任何長輩可協助照顧，此時孩子就像「獨居兒」一般，被迫要學會自我照顧。

支持系統~一般家庭與高風險家庭比較圖



媽媽不在家時，沒有人幫忙照顧孩子



◆ 新舊媽咪比一比 陪伴孩子時間減少 台灣爹地少幫忙

傳統媽媽 = **家庭主婦** 家務繁重，生活一切以孩子為重心

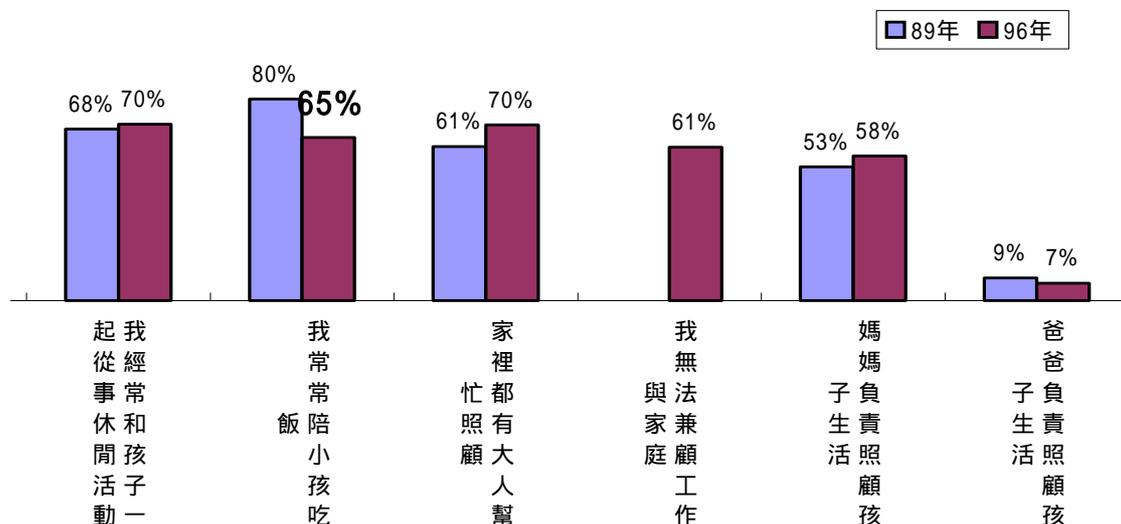
新世代媽咪 = **職業婦女** 幫手多，但陪伴孩子時間銳減

分析媽媽們近七年來的變化，主要在於「外在資源增加」以及「陪伴孩子時間縮短」。對照 2000 年、2007 年的媽媽狀況發現，新世代的媽咪顯然有比較多的「生活好幫手」，七成家庭可以找到臨時性的替代照顧人力，對照七年前(61%)進步了一成左右；可能因近年來課後托育，如安親班、補習班雨後春筍般四處林立，再加上高齡化趨勢下，同住的長輩人數也較以往為多，自然減輕了新世代媽咪料理家務及指導孩子課業上的壓力。

值得注意的是，以往只有兩成的媽媽無法陪孩子吃飯，現在卻有高達三成五左右的媽媽沒辦法陪孩子一起用餐。探究陪伴時間減少的原因，可能與近年來婦女大量投入就業市場有關；據主計處統計，自民國 75 年開始，大量的婦女紛紛投入勞動市場，有孩子的媽媽們也不例外，有子女的婦女勞參率從 41% (75 年) 上升至 48% (95 年)。本調查更發現，約六成的媽媽表示自己無法在工作與家庭之間取得平衡，其中有一成的媽媽更經常為此所苦，甚至有媽媽用「八爪章魚」來形容手忙腳亂的自己。

隨著婦女就業人口數驟增，雙薪家庭逐漸普遍，夫妻家務分工的議題近年來也開始受到重視。但令人意外的是，分析近七年來家務分工的狀況，包含「最常料理孩子的三餐」、「最常檢查孩子的功課」、「最常分享孩子的秘密」、「最常幫忙孩子解決問題」、「最常安慰孩子的情緒」、「最常糾正孩子的錯誤」等六大項子女照顧工作，兒盟發現現代母親仍舊是孩子的主要照顧者(平均佔 58%)，而且角色更為吃重，比例較以往增加 5%；相較之下，台灣爸爸仍未在任何一項的子女照顧工作上擔任主要角色，反而稍微退步(平均佔 7%)，比例較七年前減少 2%。

2000 年、2007 年媽媽圖像比一比





◆ 兒盟的呼籲

多一點感謝、多一點支持、多一點協助，讓媽咪天天都是**母親節**

現代媽咪每天周旋在忙碌的工作與繁忙的家務當中，還要煩惱孩子的課業、健康、家裡的經濟狀況...，媽媽們似乎都有逐漸憂鬱的傾向，為了讓媽媽抒解龐大的壓力，生活更快樂，的確需要家人多一點感謝，政府多一點支持，以及社會大眾多一點協助。

◇ 家人多一點感謝 請給慈母一些**掌聲**

「媽咪我愛你、謝謝你」「媽咪好年輕、好漂亮」
 「媽媽煮的菜好好吃喔」「媽媽我幫你按摩、搥背」
 「我有零錢，媽媽先拿去買米用」「我長大工作第一份薪水要給媽媽」
 「媽媽，我要照顧妳、孝順你、賺錢給妳用」
 「媽媽您回家後，如果我睡著了，您要叫醒我哦！」
 「只要媽媽存在世上的日子裡，我都會陪伴身邊照顧您」

--媽媽最喜歡聽孩子說的話，兒盟 2007 年媽媽辛苦指數調查

孩子生病、課業落後、永遠做不完的家事、工作上的挫折、爸爸很少幫忙照顧孩子...，這些煩惱不斷讓現代媽咪的辛苦指數飆高；但無論媽媽的身心有多疲累，只要孩子簡單的一句話、貼心的小動作，或來自家人的支持，都可以讓媽媽們覺得很幸福。兒盟呼籲：家人時常將感恩掛在嘴邊，多給勞苦功高的媽媽一些掌聲，例如：真心對媽媽說「謝謝你」，或者孩子能自動自發寫完功課、家人幫忙做家事...等貼心的作為，都能讓媽媽們感到欣慰。

◇ 政府多一點支持 提供友善育兒環境

對於現代媽咪來說，如何在工作與家庭間取得平衡，讓自己有更多的時間陪伴孩子，一直是最困擾媽媽的問題，再加上孩子托育、學費與補習費用等沉重的經濟負擔，總是壓得媽媽們喘不過氣來。當前政府支持母親的各項政策措施仍嫌不足，兒盟呼籲：政府在研擬因應少子女化、兒童托育、婦女就業、家庭政策時，應充分考量上述母親的需求，以建立更友善、更健全的育兒環境。

◇ 社會大眾多一點協助 關懷高風險媽媽 沒你**救**不行

此外，針對這些懸崖邊的家庭，兒盟特別提供「高風險家庭救援服務」，兩年多來已服務 **1301** 個高風險家庭，總共照顧了 **2272** 個孩子，提供全台高風險家庭子女近五萬人次的電話訪視，親自走訪案家近兩萬次；除此之外，兒盟以經濟補助的方式，協助 3,437 人次的孩子繳交學費、午餐費、自費就醫及因應臨時性急難，並提供心理輔導及相關服務。但本調查發現，仍有近一成的準高風險家庭亟待關注，這樣的工作需要更多資源的投入，請大家一起加入兒盟防止兒童受虐的行動，透過實際捐款，讓更多危機邊緣的孩子得以平安、幸福地長大。