



# 重啟職涯 給自己最好的母親節禮物

Restarting Your Career and Give Yourself the Best Mother's Day Gift  
再就職しよう！自身への母の日ギフト



文／人事室 傅依萍

隨著女性教育程度及經濟自主意識逐漸提升，媽媽們除了奉獻家庭之外，其實也擁有自己的職涯夢。然而在女性婚育組成家庭之後，工作往往都是難以兼顧而優先被捨棄的選項。根據行政院發布的「2023年性別圖像」，我國女性勞動力參與率於25-29歲達高峰89.9%，高於其他主要國家，此後因婚育等因素影響，隨年齡增加而急速下降，50-54歲已降64.4%，55歲以上不及5成，較諸先進國家偏低，顯見女性中斷職涯的現象。

臺灣女性提前退出職場，「懷孕」、「生育」及「照顧子女」是最主要的原因。女性長期以來被賦予承擔家庭照顧的責任，當面臨家庭照顧的社會支持不足，往往以退離職場來因應家庭照顧的需求，導致日後對婦女職業生涯產生若干的不利影響，包括技術及專業過時，自信心及社會資本缺乏等。不只是

婚育年齡婦女，中高齡婦女亦面臨家庭照顧之就業障礙，平均餘命的延長，再加上老一輩普遍存有在家安養的傳統觀念，使得許多中高齡婦女肩負照顧年老父母及另一半的責任。雪上加霜的是，婦女通常還面臨年齡及性別雙重就業歧視的困境。

為促進婦女勞動參與率，鼓勵學經歷俱佳的婦女二度就業，就業服務法已將因家庭因素退出勞動市場2年以上之婦女，列入政府致力促進就業之服務對象，政府除提供就業津貼或補助金、積極開辦各類職業訓練課程，對有興趣自行創業之婦女朋友，亦提供微型創業鳳凰等創業諮詢、課程輔導（可洽公立就業服務機構）。2021年我國45-64歲中高齡女性勞動力參與率為53.2%，相較於2011年45.5%，上升約7個百分點，顯示中高齡女性勞動力參與率有逐漸提升的趨勢。

藉由就業，能讓婦女看見自己獨特於孩子與配偶的需求，並發展足夠的潛能及自信去展現自我。媽媽們千萬不要小看自己在家庭中的角色，經手家庭事務、掌控經濟收支，都需要籌劃能力。母親節給媽媽最好的禮物，就是一份理解與支持，讓她們有力量再次擁抱自己、擁抱夢想。

