

壹、前言

在現今社會中，即使雙薪家庭的情況較過去普遍許多，性別平等的觀念也時常被提及，但其實仍存在著傳統對性別刻板印象及家庭狀態的期待。根據行政院經建會（2011）於《台灣地區婦女婚育與就業趨勢分析》中提及，自1986年以後，臺灣地區女性因結婚或生育等因素暫離勞動市場後，平均需要5~8年（約為幼兒成為學齡孩童所需時間）才會重返勞動市場。行政院主計處（2010）的《婦女婚育與就業調查》中有關「臺灣地區15~64歲已婚女性每天平均料理家務時間」的調查指出，即使是就業女性，每天仍須花費3.45小時在處理這些事務上。由此可知，照料家務的責任仍被社會大眾認為應是由女性所承擔。時光飛逝，照料家務一事已逐漸成為女性的生活「重心」，但有一天這樣的「重心」可能會受到顛覆，形成所謂的「空巢期」。

Duvall提出「家庭生命週期」（family life cycle），其劃分標準以最大子女的成長階段為主，劃分為八個階段：一、新婚夫婦（無子女）；二、生育的家庭（最大子女從出生到30個月大）；三、學齡前兒童的家庭（最大子女為2.5~6歲）；四、入學兒童的家庭（最大子女為6~13歲）；五、家庭與青少年（最大子女為13~20歲）；六、正在擴展的家庭（從第一個孩子離開至最後一個孩子離開）；七、中年家庭（空巢、退休）；八、老齡化家庭（夫妻雙方退休至死亡）（引自楊麗惠，2013）。尤其第七階段為中年危機期，由空巢期到退休，該時期的父母面臨子女離家，心理尚未做好準備而無法調適，很可能因而產生悲傷、沮喪、焦慮等適應不良的現象，即所謂的空巢期症候群（empty nest syndrome）（引自林美伶，2006）。Sales則提出女性發展任務的八階段理論，指出中年危機期的女性會因為更年期與空巢期的來臨而產生心理的不穩定感。那些視生育子女與

照顧子女為主要貢獻的婦女，一旦面臨母親角色的喪失，就會感受到自尊被剝奪（引自黃晶敏，2010）。因此，中年女性在孩子成長之後，極有可能會出現沮喪與失落的情緒，因為她要照顧的目標「子女」，不再需要她在一旁的細心照料。而在此之後，她們又該何去何從？有什麼生活目標是她們可以試著去選擇的？

或許，志願服務正是一個選項，因為在這裡的所有人都是從頭開始，而且沒有地位上的分別。Warburton與McLaughlin（2006）的研究指出，志願服務有助於中年女性能更好地適應往後生活，並且感受與維護角色相關利益。志願服務活動給予她們生活意義，並且幫助她們處理往後生活角色的缺失部分，也提供她們其他心理及社會利益。HilfingerMessias、DeJong與McLoughlin（2005）的研究則表示，志願服務工作正積極地影響女性在其個人、家人與社區，並貢獻於擴展女性工作的概念。志願服務亦與增加生活品質及社會支持有關（Parkinson, Warburton, Sibbritt, & Byles, 2010）。

研究者在完成一份大學學校作業後，才意識到母親原來不只是家庭主婦，也讓研究者注意到，女性真的被社會期待所束縛，以致花費許多時間在料理家務上，而這樣的現象仍繼續被複製下去。在傳統社會中，公共事務的參與者通常為男性，因為家中生計來源主要來自男性，男性對社會的接觸較女性來得多，社會聲望也較女性來得高。但是隨著時代的變遷及女性自我意識的開展，女性參與公共事務的機會也增加許多，即便是需花費大量時間整理家務的已婚女性亦然。根據《92年社會發展趨勢調查（社會參與）》，曾參與志願服務之女性中，約有64.58%有偶或與人同居中（行政院主計處，2004）。因此，研究者選擇已婚中年女性作為研究對象，期許透過瞭解已婚中年女性參與志工活動的歷程，並加以整理與分析，提供已婚中年女性、相關單位及研究者在探討性別傳統觀念及女性出外參與公共事務等相關議題時能有參考之價值。

本研究之研究目的在於透過半結構式深度訪談，瞭解已婚中年女性從