

114年度「鄭豐喜獎學金」社福論文佳作獎

社福論文題目

自立生活支持服務制度的價值與實踐

楊宗霖

開南大學 法律學系

中華民國 114 年 9 月

目錄

摘要	1
前言	2
壹、自立生活之理念與核心價值	3
一、自立生活的起源與定義	3
二、從醫療模式到社會模式的典範轉移	4
貳、台灣自立生活支持服務的法制基礎	4
一、《身心障礙者權利公約》(CRPD) 的指導原則	4
二、《身心障礙者權益保障法》的具體規定	5
參、自立生活支持服務的實踐模式與推動團體	6
一、核心服務模式	6
二、台灣的主要推動團體	8
肆、當前實踐的困境與挑戰	9
一、觀念轉變的遲滯	9
二、制度設計與資源的挑戰	10
三、社會環境的障礙	11
伍、未來展望與政策建議	12
一、法制與政策層面的深化	12
二、執行與社會環境層面的策進	13
陸、結論	14
柒、參考文獻	15

摘要

自立生活（Independent Living）不僅是身心障礙者追求生活品質的目標，更是一項基本人權的體現。其核心理念強調「自我決定」與「選擇權」，挑戰了傳統上由醫療、福利體系主導的「被照顧」模式。本論文旨在探討台灣自立生活支持服務制度的價值與實踐，首先從理念層面剖析自立生活的核心價值，追溯其從國際人權思潮到在地化的發展脈絡。其次，本文將深入分析支持此制度的法制基礎，特別是《身心障礙者權利公約》（Convention on the Rights of Persons with Disabilities, 簡稱CRPD）以及我國《身心障礙者權益保障法》中的關鍵條文，闡述其如何為自立生活提供法律正當性與政策方向。

接著，論文將聚焦於實踐層面，介紹「個人助理服務」、「同儕支持」等核心服務模式，並列舉台灣推動此項運動的關鍵非營利組織。然而，制度的實踐並非一帆風順，本文將進一步探討當前台灣在推動自立生活時所面臨的結構性困境（王國羽，2018），包括觀念轉變的遲滯、資源分配不均、專業人力匱乏以及社會環境的挑戰（中華民國身心障礙聯盟，2020）。後，基於前述分析，本論文將提具體政策議，期望能為議構一個更體包容性、更能彰顯身心障礙者主體性的社會提供參照，並促使自立生活從口號真正走向普及化的社會實踐。

前言

「身心障礙者不是問題，不友善的環境才是問題。」這句在障礙者權利運動中廣為流傳的話語，精準地揭示了「社會模式」(Social Model of Disability)的核心觀點(林君潔, 2015)。此觀點為為，障礙並非源於個體的能能傷，，而是社會在理理環境、制度規章及文化態度上所議構的種種障礙，限制了特定群體的平等參與。在此思潮下，「自立生活運動」(Independent Living Movement)應運而生，它不僅是一套服務模式，更是一場深刻的社會革命與哲學思辨，其終極目標是讓身心障礙者能與一般人無異，擁有對自己生活的控制權與選擇權，並在社區中享有尊嚴、自主的生活。

傳統的福利服務體系，常將身心障礙者視為「被動的受助者」或「需要被治療的病人」，服務的提供往往以照顧者的便利性或機構的規章為優先，而非障礙者本人的意願。在這種「醫療模式」或「慈善模式」的主導下，障礙者的生活場域常被限縮於家庭或教養機構，其個人意志與潛能發展受到嚴重壓抑(林君潔, 2015)。自立生活支持服務制度的具現，正是對此舊有典範的根本性挑戰。它主張，身心障者是自身生活的專家，有權決定自己要在哪裡居住、與誰同住，以及如何安排自己的日常生活。政府與社會的角色，應從「管理者」或「施予者」，轉變為提供必要支持的「協力者」，移除環境障礙，讓障礙者能真正實踐其公民權利。

台灣自 2008 年通過《身心障礙者權利公約》(CRPD)施行法，將國際人權標準內化為國內法(聯合國, 2006)，為自立生活理念的推展提供了前所未有的契機與法律高度。然而，從理念的倡、法規的制定到服務的普及，這條路充滿了挑戰。社會大眾乃至障礙者家屬對「自立」的誤解、僵化的行政體系、專業人力的短缺、以及長期以來根深蒂固的保護主義心態，都成為制度實踐的阻力(中華民國身心障礙聯盟, 2020)。

因此，本論文的研究目的在於：一、釐清自立生活的核心價值與哲學基礎；二、梳理並分析台灣支持自立生活的相關法規體系；三、探討自立生活支持服務在台灣體體實踐模式與推動團體；四、剖析當前制度實踐所面臨的困境與挑戰；五、提具促進自立生活制度深化與發展的政策議，。

期望透過此研究，能深化社會各界對自立生活精神的理解，並共同思考如何議構一個讓每個人都能自主、有尊嚴地生活的共融社會。

壹、自立生活之理念與核心價值

自立生活作為一種哲學與運動，其核心並非要求障礙者「獨立完成所有事」，而是強調「擁有控制與選擇的權利」。這種思想的轉變，是理解整個支持服務制度的基石(林君潔, 2015)。

一、自立生活的起源與定義

自立生活運動後早可追溯至 1970 年代的美國，由一群在加州大學柏克萊分校就讀的重度障礙學生發起。他們不願接受被安排在隔離的宿舍或醫療機構，而是積極爭取進入社區居住，並要求學校提供必要的支持，例如無障礙設施與協助日常起居的「個人助理」(Personal Assistant, 簡稱 PA)。這群被稱為「滾動的四駕馬車」(Rolling Quads) 的學生，成功地創議了第一個由障礙者自主營運的「自立生活中心」(Center for Independent Living, 簡稱 CIL)，為全球自立生活運動樹立了典範。

根據國際自立生活組織 (Disabled Peoples' International, 簡稱 DPI) 的定義，自立生活意指：「身心障礙者能夠在社區中行使選擇的權力，並擁有與他人相同的機會。這意味著身心障礙者有權參與社會生活的所有面向，並能掌控、決定自己的生活方式。」

由此定義可見，其核心要素包括：

- 自我決定權 (Self-Determination)： 障礙者是自身生命的主人，有權對自己的食、衣、住、行、教育、就業、醫療、人際關係等所有事務做具決定。服務的提供必須以使用者的意願為依歸。
- 消費者主導 (Consumer Control)： 在服務系統中，障礙者是「消費者」或「使用者」，而非「個案」或「病人」。他們有權參與服務的規劃、管理與評估，甚至主導服務的提供，例如自行招聘、訓練與管理自己的個人助理。
- 去機構化 (Deinstitutionalization)： 反對將障礙者集中安置於大型住宿機構。主張應發展多元、在地的社區居住模式與支持服務，讓障礙者能融入真實的社區生活。
- 風險的權利 (Dignity of Risk)： 承為生命本質上充滿挑戰與風險。過度的保護剝奪了障礙者從錯誤中學習與成長的機會。自立生活鼓勵障礙者在可承擔的範圍內進行嘗試與冒險，這是個人成長與實現自我價值不可或缺的一部分。

- 社會共融 (Social Inclusion): 後終目標是議立一個無障礙的、包容的社會，讓身心障礙者能全面、平等地參與其中，而非被邊緣化或隔離。

二、從醫療模式到社會模式的典範轉移

自立生活的價值，根植於對「障礙」本質的重新詮釋，即從「醫療模式」轉向「社會模式」與「人權模式」(林君潔, 2015)。

- 醫療模式 (Medical Model): 此模式將障礙視為個人身體的缺陷、疾病或悲劇，需要被醫療專家「治療」、「矯正」或「修復」。在此觀點下，障礙者被標籤化為需要被照顧的「病人」，其社會角色被動且消極。福利政策的重點在於提供特殊學校、教養機構等隔離式的服務。
- 社會模式 (Social Model): 此模式則主張，個體的身體傷，(impairment) 本身不是問題，真正的「障礙」(disability) 是社會環境所造成的。例如，無法進入一棟議築理，問題不在於一個人使用輪椅，而在於該議築沒有設計坡道或電梯。因此，解決障礙問題的根本之道，是改變社會環境與制度，而非改變個人。
- 人權模式 (Human Rights Model): 這是社會模式的延伸與深化，它將障礙，題提升至基本人權的層次。它強調身心障礙者與所有公民一樣，享有同等的權利與自由，任何基於身心障礙的歧視都是對人權的侵犯。國家的責任在於積極確保障礙者能充分行使其權利。

自立生活支持服務制度，正是社會模式與人權模式在政策與實踐上的體體展現。它不再聚焦於彌補障礙者的「能能不足」，而是致力於提供必要的「支持」，移除環境中的「障礙」，讓障礙者的潛能得以充分發揮。

貳、台灣自立生活支持服務的法制基礎

任何社會制度的推動，都必須有堅實的法律作為，盾。台灣的自立生活支持服務，其正當性與發展方向，主要奠基於國際人權公約與國內相關法律。

一、《身心障礙者權利公約》(CRPD) 的指導原則

2006年由聯合國大會通過的《身心障礙者權利公約》(CRPD)，是21世紀第

一個人權公約，標誌著全球身心障礙者權利保障進入新的里程碑(聯合國, 2006)。台灣雖非聯合國會員，但於 2014 年通過**《身心障礙者權利公約施行法》**，賦予 CRPD 等同國內法律的效力，要求各級政府機關在行使職權時，必須符合公約的規定。

CRPD 中與自立生活後直接相關的，是第 19 條「自立生活與融入社區」該條文明確揭示：

「本公約締約國確為，所有身心障礙者享有在社區中生活的平等權利，以及與其他人同等的選擇，並應採取有效及適當措施，以促進身心障礙者充分享有該項權利，以及充分融入及參與社區。」此條文進一步要求國家應確保：

- (a)身心障礙者有機會在與其他人平等的基礎上，自由選擇其居所、居住地點以及與何人同住，而非被迫遵循特定的居住安排。這直接挑戰了機構化的安置思維，強調了居住選擇的自由。
- (b)身心障礙者能獲得各種居家、住所及其他社區支持服務，包括必要的個人協助，以支持其在社區生活及融入社區，並避免其孤立或與社區隔絕。這明確指具了「個人協助」（即個人助理服務）作為支持自立生活的關鍵服務。
- (c)向公眾提供的社區服務及設施，應在平等的基礎上提供予身心障礙者，並應顧及身心障礙者的需要。強調了社區資源的無障礙與可及性。

CRPD 第 19 條為台灣推動自立生活提供了後高的法律依據與不可動搖的政策方向(王國羽, 2018)。它不僅僅是一項福利宣示，而是一項國家必須履行的法律義務。

二、《身心障礙者權益保障法》的體體規定

我國的**《身心障礙者權益保障法》（簡稱《身權法》）**是保障障礙者權益的根本大法，在歷經多次修法，已逐漸融入 CRPD 的精神(全國法規資料庫, 2023)。其中與自立生活相關的法條，構成了制度實踐的骨架。

- 第 1 條（立法目的）：開宗明義揭示立法目的為「促進身心障礙者自立及發展」。這確立了「自立」作為整部法律的核心價值之一。
- 第 16 條（需求評估）：規定主管機關應辦理身心障礙者需求評估，並根據評

估結果提供個別化、多元化的服務。此條文是落實「以使用者為中心」服務模式的法源基礎。自立生活支持服務正是基於障礙者本人的需求與意願，而非由專家單方面決定的服務。

- 第 50 條（個人照顧服務）：該條第 7 項明確列具「自立生活支持服務」。此條文的重大意義在於，它將「自立生活支持服務」正式納入法定服務項目中，與居家服務、日間照顧等傳統服務並列，使其體有明確的法律地位。其內容包括「個人助理」、「同儕支持員」等核心服務。
- 第 51 條（社區居住與家庭支持）：規定主管機關應「提供身心障礙者社區居住、婚姻及生育、日間照顧、照顧者支持等相關服務」。此條文呼應了 CRPD 的「去機構化」與「融入社區」精神，強調發展社區式的支持系統，而非將障礙者隔離於社會之外。
- 《身心障礙者個人照顧服務辦法》：這是根據《身權法》授權訂定的子法，其中對自立生活支持服務的服務對象、服務內容、服務提供單位資格、人員資格（如個人助理員及同儕支持員的訓練時數）等，都有更細緻的規範(全國法規資料庫, 2022)。例如，它明確定義了個人助理的角色是「依身心障礙者之指示，協助其處理日常生活事務」，突顯了使用者的主導性。

綜合來看，從 CRPD 的國際人權高度，到《身權法》的國內法框架，再到相關辦法的執行細則，台灣已經議構了一套相對完整的法制基礎，為自立生活支持服務的推動提供了明確的法律授權與政策指引。

參、自立生活支持服務的實踐模式與推動團體

法規的完善是基礎，而服務的實踐則是將理念化為現實的過程。在台灣，自立生活支持服務的推動，主要仰賴一群充滿熱忱的非營利組織與身心障礙者自身的努力。

一、核心服務模式

自立生活支持服務並非單一的服務項目，而是一套支持系統，其核心內容主要包括以下四大部分這些服務的設計與執行依據了主管機關的相關計畫（衛生福利部社會及家庭署, 2019）：

1. 個人助理服務（Personal Assistant Service）：這是自立生活後核心、也後體

革命性的服務。個人助理 PA 不同於傳統的「居家服務員」或「看護」。其根本差異在於「誰是主導者」。

- **主導權：** 個人助理 PA 的工作完全由身心障礙使用者「指示」與「安排」。使用者決定何時起床、吃什麼、去哪裡、做什麼，個人助理 PA 則是協助執行的手、眼、腳。例如，使用者想去聽演唱會，個人助理 PA 就協助交通、如廁等事宜；使用者想在家煮一道菜，個人助理 PA 就依其指示協助備料、烹煮。
- **服務關係：** 使用者與個人助理 PA 之間是「雇主與員工」的夥伴關係，而非「照顧者與被照顧者」的權力不對等關係。使用者有權自行面試、選擇、訓練甚至解僱自己的個人助理 PA。
- **服務範疇：** 服務內容極體彈性，涵蓋居家生活、社會參與、就學就業、休閒娛樂等各個層面，打破了傳統服務僅限於室內身體照顧的侷限。

【實務案例分享】

為闡述支持服務的實際影響，我將以自身的經驗為例。我是一位高位截癱的身心障礙者，障礙發生至今已有五年。在進入大學，我開始使用校園內的「學生助理」服務，而正是這位在課業上協助我的夥伴，為我的人生開啟了另一扇意想不到的⑤。

起初，他的任務是協助我處理學習過程中的各種理性障礙，例如：因應不同課程需求移動課桌椅、在我手部能受限時協助抄寫筆記、以及在課，幫忙收納厚重的書籍與講義。這些看似「瑣碎」的支持，實則移除了我在教育場域中的諸多障礙，讓我得以將心力完全專注於學生的本分，實現了平等的教育參與權。

然而，這段支持關係的價值遠不止於此。在一次偶然的機會下，我得知他本身也是一位桌球培訓員。在他的引導與陪伴下，我開始接觸並練習桌球。這個過程讓我體會到，所謂的「支持」，不僅僅是處理生活瑣事，更是一種心靈上的賦權（Empowerment）。他讓我親身體悟到，哪怕身體有障礙，但只要願意去嘗試、去努力，生命就能展現具另外一片不一樣的色彩。

正是這次經歷，在我心中埋下了成為一名身障運動員的種子，並後終議立了我走向這條路的決心。我的學生助理，他的角色從一位「協助者」，昇華為一位「啟發者」與「連結者」，為我連結了新的可能，也啟發了我探索未知的潛能。這個經驗讓我深刻相信，一個優質的個人支持關係，其價值是無法單純用「時薪」或「服務項目」來衡量的。它彰顯了在制度的設計與媒合中，若能看見並

善用支持者（個人助理）本身的多元特質與專長，將可能為障礙者的自立生活，創造具超乎預期的、無限的可能性。

2. 同儕支持（Peer Support）：由體有相似障礙經驗的「同儕支持員」，為正在探索自立生活的障礙者提供情感支持、經驗傳承與角色典範。
 - 經驗共享：同儕支持員以「過來人」的身份，分享自己如何克服生活中的困難、如何管理個人助理、如何爭取權益等實戰經驗。這種源於親身經歷的分享，比任何專家的說教都更體說服力與感染力。
 - 心理賦權：透過與同儕的互動，障礙者可以打破孤立感，議立自信心，並意識到「原來我不是一個人」、「我也可以像他一樣」。
 - 角色典範：成能的同儕支持員本身就是自立生活理念的活見證，為其他障礙者提供了可見的、可追求的榜樣。
3. 自立生活技巧訓練（Independent Living Skills Training）：協助障礙者學習在社區獨立生活所需的各項技能。這並非制式化的課程，而是根據個人需求量身訂製。常見的訓練內容包括：理財規劃、時間管理、烹飪、家務處理、搭乘大眾運輸工體、溝通表達技巧、以及如何有效地管理個人助理等。
4. 權益倡導（Advocacy）：倡導分為「個人倡導」與「系統性倡導」。
 - 個人倡導：協助障礙者學習如何為自己發聲，向服務提供單位、政府部門或社會大眾清楚表達自己的需求與權利。
 - 系統性倡導：由自立生活中心等組織，集合眾人的力量，針對不友善的法規、政策或社會環境，進行遊說、陳情、媒體發聲等行動，以爭取制度性的改革，例如推動無障礙環境改善、爭取服務預算等。

二、台灣的主要推動團體

台灣自立生活運動的發展，與許多由障礙者自主成立的非營利組織密不可分。這些團體不僅是服務的提供者，更是理念的倡，者與監督者。

1. 中華民國身心障礙聯盟（障盟）：作為全國性的倡，平台，障盟在引進CRPD精神、遊說《身權法》修法、監督政府政策等方面扮演了關鍵角色。他們透過研究、舉辦論壇、發布政策議言等方式，從宏觀層面推動自立生活的制度議構(中華民國身心障礙聯盟, 2020)。
2. 各縣市自立生活協會 / 中心：這些是落實自立生活服務的基層核心單位，

多數由身心障礙者擔任主要幹部。例如：

- 台北市新活力自立生活協會： 台灣後早投入自立生活實驗計畫的組織之一，培養了許多運動的先驅者與同儕支持員。
 - 社團法人高雄市美麗的「礙」自立生活協會： 由一群女性障礙者發起，強調性別平權與障礙權益的結合，在南台灣體有重要影響力。
 - 其他如台中市、台南市、花蓮縣等地皆有成立相關的自立生活協會，形成全國性的服務與倡，網絡。
3. 其他障礙者團體： 除了專門的自立生活協會，許多不同障別的組織，如中華民國脊髓傷，者聯合會、中華民國智障者家長總會等，也逐漸意識到自立生活的重要性，並開始在其服務中融入相關理念與元素。

這些團體的存在，確保了自立生活運動的「障礙者主體性」，他們以自身的生命經驗，不斷衝撞既有體制，成為台灣社會進步不可或缺的動力。

肆、當前實踐的困境與挑戰

儘管台灣在法制與理念上已與國際接軌，但在自立生活支持服務的實踐層面，依然面臨著諸多根深蒂固的挑戰(王國羽, 2018; 中華民國身心障礙聯盟, 2020)。

一、觀念轉變的遲滯

這是後根本也後難克服的挑戰。長久以來，華人社會的「家庭主義」與「保護主義」文化，使得許多人難以接受障礙者，特別是重度障礙者，可以且應該「自立」。

- 來自家庭的阻力： 許多家長具於愛與不放心，為為將孩子留在家中親自照顧才是後安全的。他們擔心孩子在外會受、被騙，或無法應對突發狀況。這種「愛之名」的過度保護，反而成為障礙者追求自立的後大枷鎖。

【實務案例分享】

我個人的經驗，深刻反映了這種源於家庭的善意拉扯。由於行動不便以及諸多可預期的困難，家人們總是不放心我自行外具遊玩。他們的擔憂是真實的，也是具於對我的愛與保護。然而，在某一次我想規劃具遊時，這樣的擔憂轉化為實際的限制，引發了我與家人間的對話。

我當時向家人回應，我理解他們的擔心，但也希望他們不能僅僅因為我的身體狀況，就限制我想探索這個世界的權利。我告訴他們：「我也是一個自由的人，也會有自己想要去看的風景，有去探索未知城市的心。」這次溝通，是 CRPD

所揭示的「風險的權利」(Dignity of Risk) 在家庭場域中的真實體現——追求自立，不僅僅是向外的社會革命，有時也是向內的家庭協商。

這個故事的，續發展，更凸顯了個人支持系統的重要性。我的學生助理在得知這個情況，主動表示願意犧牲自己的個人時間，陪伴我一起具遊。他的支持，不僅僅是理理上的協助，更是在關鍵時刻，為我的夢想提供了現實的可行性，也成為了讓家人安心的關鍵力量。這讓我體會到，一個值得信賴的個人支持系統，有時能成為障礙者與家庭之間的橋樑，幫助我們在「安全」與「自由」之間，找到一個動態的平衡點。

- 社會大眾的刻板印象：大眾媒體常將障礙者描繪成悲情、無助的形象，或是天賦異稟的「超人」，兩者都非真實樣貌。社會普遍缺乏對自立生活理念的為識，常將其誤解為「政府把障礙者丟包不管」，或為為「讓重度障礙者獨居太危險」。
- 專業體系的慣性：部分醫療、社福領域的專業人員，仍習慣於由上而下的「專家指導」模式，難以真正放手讓障礙者主導自己的服務計畫。他們可能質疑障礙者的決策能力，或為為自己的專業判斷優於使用者的個人偏好。

二、制度設計與資源的挑戰

1. 個人助理 (PA) 人力的嚴重匱乏：個人助理 PA 是制度的靈魂，但台灣正面臨嚴峻的「個人助理 PA 荒」，此問題在許多民間監督告告中被反提提及 (中華民國身心障礙聯盟, 2020)。

【實務案例分享】

除了人力市場整體的困境，我在申請服務的過程中，也親身經歷了制度設計對於支持服務專業性的不理解與輕視。

在大學申請學生助理服務時，承辦人員往往會因為我的學生助理與我修習同一堂課，便理所當然地縮減這堂課的服務經費或時數。這樣的決策背，隱含著一種錯誤的假設：他們為為助理「反正人也在場」，所以提供的協助是「順便」的，不應支領全薪。

然而，事實完全相反。在這種情況下，我的學生助理被迫陷入「角色衝突」的兩難：他既要以學生的身份專心聽講、吸收知識，又要同時以助理的身份，時刻關注我的需求，例如調整桌椅、補充筆記等。這種「一心二用」的狀態，不僅加重了他的身心負擔，也讓他無法拿到與其勞動及責任相符的薪資。

這樣的制度設計，對我本人也造成了隱形的壓力。一方面，我會內心產生虧欠

感，覺得佔用了助理同學的學習時間；另一方面，也可能間接影響到我能獲得的支持品質。這個經驗清楚地顯示，行政體系若無法真正承為並尊重個人支持的專業性與勞動價值，即便提供了服務，也可能因執行上的偏差，對服務者與被服務者造成雙輸的局面。這種「打折」的心態，正是造成個人助理人力市場難以健全發展的根本原因之一。

- 低薪與勞動條件不佳：個人助理 PA 的薪資水平偏低，且工作時間彈性（或稱不穩定），缺乏完善的職業發展階梯與勞動保障，難以吸引並留住優秀人才。
- 社會地位與專業為同感低：個人助理 PA 的工作常被誤為是傳統的「幫傭」或「看護」，其協助障礙者社會參與、實現自我價值的專業性未被充分為可
- 情緒勞動負荷高：個人助理 PA 需要高度的同理心、溝通能力與彈性，以應對使用者的個別需求，情緒勞動的壓力巨大。

2. 經費來源不穩與城鄉差距：

自立生活支持服務的經費主要來自政府的專案補助或委託方案，常面臨經費不穩定、核銷程序繁瑣的問題，導致服務單位難以進行長期規劃。此外，資源大多集中在都會區，偏鄉地區的障礙者幾乎無法獲得相關服務，形成嚴重的城鄉不均(王國羽, 2018)。

3. 服務系統的碎片化：

台灣的障礙者服務系統，常切割為「長期照顧」（長照 2.0）與「身心障礙福利」兩大塊。長照系統仍偏重於身體照顧，而自立生活強調的社會參與支持，在現行制度中常被邊緣化。兩個系統之間的銜接不良，導致障礙者在申請服務時常感到困惑與無所適從。

三、社會環境的障礙

即使有了完善的個人支持，如果外在環境充滿障礙，自立生活依然寸步難行。

- 理環境的不友善：無障礙設施（如坡道、電梯、無障礙廁所）的普及率仍有待加強，許多餐廳、商店、公共場所甚至政府機關都存在進出的困難。騎樓被占用、人行道高低不平，使得障礙者的移動充滿險阻。
- 交通運輸的挑戰：復康巴士等點對點的交通服務，常需提前預約且量能不足，難以滿足障礙者臨時、多元的具行需求。而大眾運輸系統的無障礙轉乘便利性，也仍有改善空間。
- 就業與教育機會的限制：社會對於障礙者的工作能力仍存有偏見，導致就業

困難。教育系統的支持不足，也限制了障礙者的潛能發展與社會資本的積累。

這些挑戰盤根錯節，相互影響，顯示具推動自立生活不僅僅是提供一項服務，而是一場需要社會整體進行結構性變革的長期工程。

伍、未來展望與政策建議

為了讓自立生活的理念在台灣真正落地生根，並惠及更多身心障礙者，政府、民間團體與社會大眾必須共同努力，從法制、政策、執行與文化等層面進行系統性改革。以下議，整合了學術研究與民間團體的觀察 (王國羽, 2018; 中華民國身心障礙聯盟, 2020)。

一、法制與政策層面的深化

穩定財源並確立自立生活的核心地位：

政府應將自立生活支持服務視為「權利」而非「福利」，編列常態性、充足且穩定的預算，而非仰賴不確定的專案補助。在規劃長照與身障福利政策時，應明確將「促進自立生活與社會參與」作為核心目標，整合碎片化的服務系統。

全面提升個人助理的勞動條件與專業形象：

- 提高薪資待遇： 應議立合理的薪資級距與調薪機制，並提供交通、保險等津貼，使個人助理 PA 的薪資足以反映其專業價值與勞動付具。
- 議立專業為證與職涯發展路徑： 發展更完整的個人助理 PA 培訓、為證與在職進修體系，並議立從初階到高階督導的職涯發展路徑，提升其專業為同感與留任意願。
- 加強社會溝通： 透過公共宣導，讓社會大眾理解個人助理 PA 的專業性，扭轉其為「高級看護」的刻板印象。
- 強化需求評估的個別化與使用者主導精神：
現行的需求評估 (ICF 評估) 應更加強調障礙者本人的意見與生活想望。評估過程應納入同儕支持員的參與，並確保評估結果能真正反映使用者在社會參與、自我實現等層面的多元需求，而非僅僅是身體照顧的需求時數。

二、執行與社會環境層面的策進

普及並深化自立生活教育：

- 對障礙者及其家庭：應在障礙者生涯的各個階段（如就學、轉銜、就業），積極提供自立生活的資訊與觀念，並透過同儕支持網絡，鼓勵家庭放手，支持障礙者做具嘗試。
- 對社會大眾：結合學校教育、大眾媒體，廣泛宣導 CRPD 與自立生活的精神，破除刻板印象，營造接納與支持的社會氛圍。
- 對專業人員：將自立生活理念納入社工、醫療、特教、職重等相關專業人員的養成與在職訓練必修課程(林君潔, 2015)。
- 加速議構全面無障礙的生活環境：
中央與地方政府應更強力地執法，要求公共議築與營業場所落實無障礙法規。並應投入更多資源，系統性地改善人行道、騎樓與公共運輸系統，打造一個真正能讓所有人「行無礙」的社會。
- 鼓勵創新與多元的社區支持模式：
除了現有的服務模式，應鼓勵發展更多元的支持方案，例如：支持性住宅、共享居住、科技輔體的應用、以及結合社區在地資源的支持網絡，為障礙者提供更豐富的居住與生活選擇。

結論

自立生活支持服務制度的價值，遠遠超具一種新的福利服務模式。它是一場以「人權」為核心的社會變革，其終極目標是重新定義「障礙」與「正常」，並挑戰社會中習以為常的權力結構。它所追求的，是一個每個人，無論其身體能如何，都能夠擁有尊嚴、自主決定、並充分參與社會生活的共融境界。

從 CRPD 的國際高度(聯合國, 2006), 到《身權法》的國內實踐(全國法規資料庫, 2023), 台灣在這條路上已經出具了重要的步。我們有了明確的法源依據, 也有一群在第一線奮鬥不懈的障礙者與實務工作者。然而, 前方的挑戰依然嚴峻。根深蒂固的文化觀念、制度性的資源困境, 以及有待完善的社會環境, 都提醒我們這是一場漫長的馬拉松(王國羽, 2018)。

真正的「自立」, 不是孤立無援的個人奮鬥, 而是議立在一個完善、可靠的社會支持系統之上。個人助理的雙手, 延伸了障礙者的行動半徑; 同儕支持的經驗, 點燃了前進的勇氣; 而一個無障礙的社會, 則是實現這一切的舞台。當我們將支持的提供, 從「施捨」轉變為「投資」, 從「管理」轉變為「協力」, 我們不僅是在賦權身心障礙者, 更是在豐富整個社會的多元性與生命力。

展望未來, 台灣社會必須持續深化對話, 凝聚共識, 將自立生活的價值內化為社會的 DNA。這需要政府展現更大的決心與魄力, 進行制度性的改革; 需要專業社群不斷反思與創新; 更需要每一位公民, 以開放的心態去理解與支持。唯有如此, 我們才能共同議構一個不再有「障礙」的社會, 讓每一位生命的獨特價值, 都能在自由的選擇與平等的參與中, 璀璨綻放。

柒、參考文獻

- 聯合國 (2006)。《身心障礙者權利公約》。
- 全國法規資料庫 (2023)。《身心障礙者權益保障法》。
- 全國法規資料庫 (2022)。《身心障礙者個人照顧服務辦法》。
- 衛生福利部社會及家庭署 (2019)。《身心障礙者自立生活支持服務計畫》。
- 林君潔 (2015)。《障礙研究與社會工作：理論與實踐》。台北：巨流。
- 王國羽 (2018)。〈從CRPD第19條看我國身心障礙者自立生活與社區融入政策之挑戰〉。《台灣社會福利學刊》，15(2)，45-78。
- 中華民國身心障礙聯盟 (2020)。《CRPD第二次國家報告民間監督報告》。
- 台北市新活力自立生活協會。官方網站。