

114 年度「鄭豐喜獎學金」社福論文 佳作獎

論文題目

自立生活支持服務制度的價值與實踐

大同大學 資訊工程學系碩士班

邱志漢

一、前言

在身心障礙者權益的推動歷程中，「自立生活支持服務制度」扮演了極其重要的角色。這項制度的核心精神在於「自我參與、自己決定」，強調障礙者能夠主動規劃生活、參與社會事務，並透過個人助理或相關支持服務，達到真正的自立與尊嚴生活。過去十多年來，許多民間團體與基金會持續推動這項制度，使更多障礙者有機會脫離依賴，走向自主。然而在實際運作中，仍存在許多挑戰與改進空間。

我本身是一位多重障礙者。國三那年因「動靜脈畸形（AVM）」發病後，導致神經與視覺部分受損，成為行動不便且右手無法使用的學生。從住院一年多的那段時間開始，我深刻體會到「失去行動自由」帶來的無助感，也明白能自主地過生活是多麼珍貴的事。高中復學後，我接觸到特教老師協助，並透過復康巴士、在學助理等支持服務，逐漸重建自信與生活能力。這些經驗讓我更加體會「自立生活支持服務制度」的價值與必要性。

二、我與自立生活支持服務的實際經驗

（一）從醫院到校園：重新站起來的第一步

從醫院出院後，我的生活節奏完全改變。身體的反應變慢、頭腦不如以往靈敏，學習進度常常落後同學許多。高中階段的特教老師告訴我，學校會為我召開 IEP（個別化教育計畫）會議，這是我第一次了解「特教支持服務」如何運作。家長與特教老師、導師、任課老師共同討論我能如何順利學習，例如在段考時申請延長考試時間 20 分鐘、安排安靜寬敞的特殊考場，甚至協助我爭取身障升學的入學管道。那段時間，雖然課業上仍然吃力，但同學們願意借我筆記、老師耐心地重複講解，我慢慢從沮喪轉為積極。教育體制中的特教支持，讓我重新找到學習的動力，也奠定我「靠自己努力也能做到」的信心。

（二）復康巴士：我生活中最實用的個人助理

對我而言，真正的「自立生活支持服務」不僅限於學校，而是延伸到日常生活中。由於行動不便，我主要依賴「復康巴士」出行。復康巴士可說是我的行動助理，只要在系統中預約，就能在四天後前往指定地點，例如學校活動、醫院回診、復健或參加公益講座。以臺北市的復康巴士依照身障等級提供不同的訂車天數與補助制度，例如重度障礙者可提前四天預約，而中度障礙者則為三天。雖然名額有限、假日常常額滿，但有了這項交通服務，我不再需要完全依賴家人，能夠自己安排外出、參與活動、與朋友見面。這正是自立生活支持制度所強調的「讓障礙者能自主行動、擁有選擇權」。

（三）資源教室的協助：打造友善的學習環境

升上大學與研究所後，資源教室的支持對我而言非常重要。資源教室的老師會主動關心我在課堂上的情況，例如教室是否方便出入、座位高低是否合適、是否需要換到靠近門口的位置等。若資源教室舉辦活動，各管老師也會詢問我是否想參加，並協助處理交通及場地的無障礙需求。

此外，在每學期的期初會議中，老師都會提前說明申請特殊考場的流程與注意事項，確保考試期間一切順利。這些細緻的安排讓我能安心學習，不必因環境不便而焦慮。資源教室不僅提供行政支援，更讓我體會到「被理解與尊重」的力量。

三、參與公益活動：從接受協助到關心他人

在逐漸恢復自信之後，我也開始關心其他障礙者的生活議題。前年，我參加了台北市政府社會局舉辦的「身障者自立生活支持宣導講座」。活動中邀請多位實際使用個人助理制度的身障者分享經驗，讓我更理解到制度的精神不是「依賴他人」，而是透過外部協助，讓自己能自由選擇與行動。

另外，我也曾在社群媒體上參與由「伊甸基金會」發起的無障礙生活倡議線上活動，留言分享自己搭乘復康巴士的經驗，鼓勵更多障礙朋友勇於申請並善用制度。雖然這些參與不算重大，但讓我感受到自己不再只是被幫助的角色，而是也能為他人帶來鼓勵與力量的一份子。

這些經驗讓我更深刻體會，「自立生活支持制度」不只是政府提供的資源，更是一個讓障礙者重新參與社會、實踐自我價值的重要橋樑。

四、自立生活支持制度的價值與改進方向

自立生活支持服務制度的價值，在於讓障礙者「重新掌控人生」。從交通、學習到社會參與，每一個環節的支持都能讓我們離「自立」更進一步。

然而，目前仍存在幾個待改進的方向：

1. **地區資源分配不均**：各縣市復康巴士與助理人力差異大，建議中央應依身障人口比例配置經費。
2. **助理培訓與薪資保障不足**：部分助理缺乏專業訓練，待遇也偏低，應制定全國一致的訓練標準與薪資制度。
3. **資訊宣導不足**：許多障礙者與家屬不了解制度內容，應加強線上申請教學、舉辦地區說明會，提升可近性。

唯有透過制度面、教育面與社會支持面的共同努力，才能讓每位障礙者都能真正「自立生活」。

五、結語

回顧這些年的歷程，從生病、復健到重新學習，我深刻感受到自立生活支持制度對我的幫助。家人與老師的協助讓我重拾信心，資源教室與復康巴士讓我能自在學習與出行，而參與公益活動更讓我了解「自立」的真正意義。

「自立生活」並不是要完全脫離他人協助，而是透過支持服務，讓我們有能力為自己作決定、規劃生活。希望未來政府與民間能持續推動制度改善，讓更多障礙者能走出家門，勇敢地活出自己的節奏。

六、參考資料

衛生福利部統計處－我國身心障礙人口統計

<https://dep.mohw.gov.tw/dos/cp-5224-62359-113.html>

臺北市政府社會局－自立生活支持服務計畫介紹

<https://dosw.gov.taipei/cp.aspx?n=8FB6C60B46BA3407>

伊甸基金會－個人助理－更重視障礙者生活的支持與自主權

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=10157246986395420&id=192650090419&set=a.321329260419>

2023 陽光永續報告書

https://www.sunshine.org.tw/uploads/files/download/esg/2023_esgreport.pdf?srsltid=AfmB0oqiW-UCzxJTqeOYCKf2dThLSqkts5vafpjefbrCpdS2BpxXf3FT

113 年身心障礙者勞動狀況調查統計結果

<https://www.mol.gov.tw/1607/1632/1633/77810/post>

推動有尊嚴無障礙環境 立委呼籲移除無效車阻

<https://udn.com/news/amp/story/7266/8860107>