

114 年度「鄭豐喜獎學金」社福論文 優等獎

論文題目

自立生活支持服務制度的價值與實踐

出題人：劉俊麟

自立生活支持服務制度(全名：身心障礙者自立生活支持服務制度)在民間團體的努力下，已經有超過 10 年以上的發展經驗了，鄭豐喜文化教育基金會結合社會力量，大力協助推廣自立生活支持服務計畫，基金會的障礙青年更是在台北華山扶輪社、國際扶輪社的大力贊助下開辦多梯次自立生活-個人助理培訓課程，提供普通民眾就業訓練，同時強化自立生活支持服務的協助人力開發。

基金會本著協助障礙者「自我參與、自己決定」的精神，期待各位年輕障礙者發展更多的可能，規劃自己的生活，積極參與生活上所有的事務。

目前自立生活支持服務的使用者遍及全國，幾乎每一個縣市都有人正在使用這項支持服務，然而目前的計畫和許多努力推動的障礙者前輩們所期待的，還有很大改善的空間，是否理解這個支持服務計畫的精神？是否能夠利用這個制度改善生活？障礙者是否應該要有個人助理支持服務？是否還有應該持續改善的部分？值得我們一起來探討，共同來推動。

※論文加分項目：試論述自己從國小至今是否有使用過特教學生在學助理的經驗？或論述自己的自立生活個人助理使用經驗。

國立雲林科技大學 會計系

陳姿攸

114 年 9 月

目錄

- 壹、自立生活概述
 - 一、自立生活運動的起源與理念
 - 二、台灣自立生活支持服務制度的發展歷程
- 貳、現行制度規劃與挑戰
 - 一、現行制度推動現況
 - 二、人力、經費與專業挑戰
- 參、個人助理經驗分享
- 肆、改進與期待
 - 一、制度面改善建議
 - 二、實務推動建議
 - 三、未來發展願景
- 伍、結論
- 陸、參考資料

壹、自立生活概述

一、自立生活運動的起源與理念

(一) 自立生活起源：

自立生活運動最常被追溯到自立生活 1970 年代的美國，由愛德華·羅伯茨等有身心障礙身份的倡議者推動。羅伯茨因小兒麻痺症導致四肢癱瘓，他以輪椅在加州柏克萊大學求學，卻常常遭遇校園及社區障礙與制度限制。為改變這種處境，他與其他學生和其他倡議者於自立生活 1972 年成立了全球第一個柏克萊自立生活中心。

(二) 自立生活運動脈絡與社會運動影響民權運動

1960 年代的美國民權運動強調種族平權與反歧視，為自立生活運動提供語境與策略參考。許多自立運動者借鏡這一運動強調「權利」與「平等」的訴求。

(三) 自立生活去機構化運動：

在精神醫療和智力/發展障礙服務領域，逐漸出現將住院或機構服務轉向社區服務的趨勢。這種運動反思長期收容機構帶來的隔離效應，呼籲「讓人回社區生活」。自立生活運動在很大程度上就是基於這樣的理念延伸。

(四) 自立生活支持性自助運動

自助團體、自我倡導團體在自立生活 1950–1970 年代興起，強調那些有相似處境的人互相支持、互助，這對自立生活運動中「同儕支持」成為核心理念之一具有重要影響。

二、台灣自立生活支持服務制度的發展歷程

(一) 萌芽期：民間倡議與先行實踐（2000 年初至 2008 年）

在自立生活 2000 年初，台灣已有身心障礙團體與倡權團體開始討論「自主生活」與「支持服務」的可能性。特定障別（如精神障礙者、智力障礙者）在就業、社區整合、生活支持方面的缺口，促使社福組織思考更具自主性的支持模式。謝詩華的研究即指出，精神障礙者支持的發展最初是由自助團體、倡權團體與倡權小組發展而來。

2007 年，由好鄰居文教基金會等力量支持，具有障礙者背景的領導者返台推動、成立台北市新活力自立生活協會，作為台灣最早型態帶有自立生活理念的組織。此協會強調由障礙者主導、倡議與服務雙軸並行。2008 年新活力協會接受中華社會福利聯合勸募協會補助，啟動「個人助理試辦計畫」，被認為是台灣自立生活支持服務（包含個人助理服務）最早的實務試點之一。

(二) 政府介入與法制化嘗試（2010 年至 2018 年）

2011 年，台灣將自立生活支持服務正式納入《身心障礙者權益保障

法》(簡稱障權法)，在法條第 50 條中增訂「自立生活支持服務」。這是台灣在法律層面首次將此類支持服務納入基本權益保障的明文規定。

此後政府開始在法規層面對個人助理服務、同儕支持服務等進行政策定位與資源配置。在法條納入之後，中央政府與地方政府逐步嘗試將自立生活支持服務納入公共服務體系，推動試辦計畫。依賴補助、計畫經費或合作案的方式運作。

2019 年起，政府將相關服務整合為「身心障礙者自立生活支持服務計畫」與「自立生活支持服務中心試辦計畫」等方式不同渠道運作。

(三) 擴展與深化：推廣、制度調整與挑戰 (2018 至今)

政府在多個縣市推動自立生活支持服務，使其在地化。地方政府逐步成立自立生活支持服務中心或引進合作機構承辦。此時「個人助理」「同儕支持」「資源媒合」等功能逐漸被納入地方補助內容。

(四) 制度現況與瓶頸問題浮現

人力供給與品質問題：助理與同儕支持員人力不足、留任困難、專業訓練不足，成為常被指出的制度痛點。

補助時數有限、自付額問題：許多使用者反映補助時數不足以涵蓋實際需求，自付額對一般戶負擔過重。

認知落差與制度使用不便：政府與障礙者、服務提供者在自立生活理念與政策細節上存有差距，造成申請與使用過程繁瑣或不符實際需求。

在制度運作中，不僅是肢體障礙者，精神障礙者、智力障礙者等也逐漸被納入自立生活支持考量。例如，台灣社會心理復健協會自立生活 2013 年起開始執行精神障礙者個別化自立生活服務計畫，並從 2016 年起舉辦自立生活營隊，希望建構支持性環境。

貳、現行制度規劃與挑戰

一、現行制度推動現況

台灣自立生活支持服務制度自 2008 年由民間試辦開始，至今已有十多年歷史。自 2011 年《身心障礙者權益保障法》將自立生活支持服務納入法定保障後，政府與地方機關開始以計畫案或補助方式推動相關服務。根據社會及家庭署資料，截至 2018 年，全台 22 個縣市皆已推動該制度，並依據地方資源成立支持服務中心，委託民間機構執行。各地所提供之服務內容略有差異，包括個人助理服務、同儕支持、生活協助與資源媒合等，但整體而言已初步形成全國推動網絡。

儘管制度已有相當基礎，實際使用率與服務可近性仍受多項因素影響。許多使用者反映申請程序繁瑣、審查門檻高，需具備良好表達能力與自我規

劃能力，對於重度或多重障礙者形成阻礙。此外，即便通過審核，核准時數往往不足以滿足實際生活所需，造成「制度有但用不起」的困境。都市地區雖然資源較集中，但偏鄉或離島地區仍存在嚴重的資源落差，服務分配不均的問題仍待解決。

另一方面，目前制度整合性亦有待加強。現行制度中，自立生活支持服務與其他如特教學助、職場協助、長照服務等仍處於分立狀態，缺乏跨部門整合與協作機制。政府仍多以短期計畫與年度預算補助方式運作，未能將此服務正式納入常態社福體系。此種邊緣化定位導致資源有限、制度穩定性差，難以真正回應身障者長期、多元的生活需求。

二、人力、經費與專業挑戰

自立生活支持服務的推展需仰賴穩定且具備專業能力的人力資源，然而在實務執行中，相關人力的招募與留任一直是重大挑戰。根據統計資料，全台登記在案的個人助理人數遠低於實際需求，造成服務缺口顯著。此外，由於薪資偏低、缺乏職涯發展制度、工時不穩定等因素，助理人員流動率高，難以培養穩定且具經驗的服務團隊。除了個人助理外，同儕支持員與社工等人力亦面臨同樣問題。

在專業能力方面，目前缺乏統一的訓練標準與專業認證機制。多數培訓課程內容簡略，無法涵蓋實務中所需的多元能力，例如與重度障礙者互動技巧、緊急應變處理、人際關係建立等。此外，由於制度缺乏系統性的品質監督與評估回饋機制，服務品質常因人力素質不一而落差顯著，甚至可能出現服務中斷或使用者權益受損的情況。

經費方面，現行制度主要依賴中央與地方政府年度預算編列，缺乏長期穩定的資源配置。補助時數與金額往往無法涵蓋使用者實際所需，且自付額制度設計未必合理，對經濟壓力大的家庭而言是一種負擔。根據東亞地區的比較研究，台灣在個人助理服務上的補助資源明顯落後於日本、韓國等國，使用者每月可獲得的實質支持量有限，造成制度成效大打折扣。

綜合來看，人力供給不足、專業能力缺乏與經費資源匱乏，是目前自立生活支持制度推行上最大的三項挑戰。若政府未能從法制、財政與專業制度等面向同步強化，未來制度的發展恐將面臨停滯，無法真正實現障礙者「自我決定、自我參與」的核心精神。

叁、個人使用經驗與感受反思

我從幼稚園開始便在學校使用助理人員。當時的協助內容主要包括如廁、課堂操作協助、代筆、課堂移動等。這些協助持續到小學四年級。五年級之後延續類似內容，不過由於找不到能夠協助如廁的助理，曾考慮讓班上同學協助，但實務上不僅不方便，對我而言也帶來了尷尬與心理負擔。最終只能改為整天使用尿布，直到放學才能更換。這段經歷讓我深刻感受到「有服務」與「服務是

否真的適合」之間的落差。

我印象最深刻的是國小一、二年級時期，那段時間的助理是我親阿姨。由於人力不足而讓親戚支援，在當時是權宜之計。然而當阿姨因家人開刀住院請假後，替補的人選竟變成我媽媽。媽媽的角色轉換，帶來許多我難以適應的情緒。她雖是為了我好，但卻也在某些時候限制了我與同儕的互動。有次中午午休時，一位風紀同學誤會我們在聊天，我媽媽為此與他起爭執，導致我被全班孤立。這件事對我造成極大的傷害，而媽媽卻認為是我的問題，要我反省為什麼會被排擠。這段經歷讓我深刻理解到，家人擔任助理人員雖然方便，卻可能因情感與角色混淆，造成負面影響。

到了國中，助理人員對我的期待變得更高。他認為我的成績應該要很好，因此不斷對我施壓，甚至引導我作弊。雖然這樣我可以逃避罰寫與壓力，但內心卻非常掙扎。我曾試著拒絕，但因為是對方的主導，我難以抗拒。這種被迫接受的感覺，讓我對學校產生排斥，也讓我理解到「協助」若失衡，反而會成為壓力源。

我也曾嘗試申請個人助理服務，期望能像其他人一樣，在夜晚也能有人協助我外出、如廁與盥洗，過著更自由、更接近一般人的生活。然而實際上，多數個人助理無法提供這類晚間服務。有時候申請明明通過，助理卻說無法協助如廁等個別需求，這讓我感受到現行制度雖有架構，卻未能涵蓋實際需要。也因此，在沒有適合人選與服務彈性的狀況下，我甚至選擇不再使用服務，因為「被服務」卻無法真正解決需求，反而徒增失落感。

更困擾的是制度內部的行政程序與責任歸屬問題。我曾因戶籍地、居住地與實際使用地分屬三個縣市，而被三個縣市互相推託。無論打電話或申請文件，三方都聲稱「不屬於自己的管轄」，使我完全無從下手。這樣的制度設計忽略了使用者的實際生活流動性，也明顯缺乏以使用者為核心的彈性。

總體來說，不論是學校的助理人員，還是個人助理，對身心障礙者而言都是重要的支持系統。但問題在於，現行制度與人力供給未能真正配合使用者的多元需求。我衷心希望未來能從根本改善制度設計與行政協調流程，加強人力培訓與資源投入，讓更多有熱忱、有能力的人能參與其中，也讓像我一樣的障礙者，能真正擁有選擇與行動的自由。

肆、改進與期待

一、制度面改善建議

首先，應明確將自立生活支持服務納入正式法定福利制度，而非以計畫案或補助方式存在。這樣才能確保服務的穩定性與普及性。建議修訂《身心障礙者權益保障法》，增訂對於個人助理、人力支持、資源協調的具體責任與標準。此外，應設立跨縣市通用的支持機制，針對戶籍地、居住地與使用地不同者，建立中央統籌處理窗口，避免行政推諉造成使用者權益受損。

同時，應建立制度化的人力培訓與認證制度。無論是個人助理、同儕支持員還是資源協調人員，皆需接受統一且具實務導向的訓練，並持續進修與評鑑，確保服務品質與倫理標準。政府亦應提供相對應的待遇保障與職涯發展路徑，提高從業人員穩定性。

二、實務推動建議

實務上，應強化各縣市自立生活支持服務中心的功能與預算，並提升服務可近性與使用彈性。舉例來說，應針對夜間、假日、長時間陪伴等特殊需求，設計彈性服務方案，而非一律排除。另應建立更友善的申請流程，降低書面門檻與程序障礙，並加入由使用者自主決策的參與機制。

此外，應推動服務整合平台，統一窗口協調特教助理、長照服務、個人助理等不同系統，避免使用者被制度分割，造成服務斷層。社工或支持人員亦應擔任協調者角色，積極陪伴使用者串聯可用資源。

三、未來發展願景

未來，我期待自立生活支持服務不再被視為額外施予的恩惠，而是每一位身心障礙者基本的生存條件與參與權利。這項制度應向更多元、更多階層的人開放，不僅限於肢體障礙者，也包括精神障礙者、發展障礙者與高齡者等，建構一個「支持即平等」的社會體系。

我也期望這項制度未來能逐步形成專業化與社區化的服務網絡，從都市到鄉村皆能公平取得，並與教育、就業、醫療、住宅政策接軌，讓支持成為生活的一部分，而非額外的負擔。唯有如此，自立生活的理念才不會淪為空談，而能真正落實於每一位障礙者的日常之中。

伍、結論

自立生活支持服務制度的推動，是讓身心障礙者真正走向「自主生活」的關鍵一環。從制度設計到實務執行，本研究探討了當前台灣在推動過程中所面臨的現實挑戰：包括制度碎裂、人力短缺、經費不足、跨縣市行政困難，以及服務內容與使用者需求的落差。

透過親身經驗的分享，更能看見制度與實際生活之間的斷裂。當支持服務無法涵蓋日常最核心的需求，如如廁與盥洗協助，或當行政程序過度繁瑣而阻斷了需求的實現，這些都讓「支持」失去了意義。

因此，未來制度發展不僅需要硬體上的建設與預算，更需要軟體上的同理、理解與尊重。唯有建立以使用者為核心的支持文化，搭配穩定人力與合理資源，才能真正實現「支持是為了讓人自由，而不是受限」。如此，身心障礙者才能從制度的接受者，轉變為生活的主導者。

陸、參考資料

身心障礙者自立生活支持服務自立生活—自立生活台北市政府社會局

<https://dosw.gov.taipei/cp.aspx?n=8FB6C60B46BA3407> 臺北市政府社會局

各地方政府辦理自立生活支持服務之個人助理服務情形自立生活—自立生活社會及家庭署

https://www.sfaa.gov.tw/SFAA/Pages/Deta_自立生活.aspx?nodeid=1256&pid=13570 社會福利及勞動部

自立生活支持服務介紹（附錄一）自立生活—TAPSR

https://tapsr.org.tw/uploads/f_自立生活es/%E9%99%84%E9%8C%84%E4%B8%80%20%E8%87%AA%E7%AB%8B%E7%94%9F%E6%B4%BB%E6%94%AF%E6%8C%81%E6%9C%8D%E5%8B%99%E4%BB%8B%E7%B4%B9.pdf 台灣社會心理復健協會

身心障礙者自立生活支持服務自立生活—自立生活桃園市政府社會局

https://sab.tycg.gov.tw/News_Content.aspx?n=7325&s=1001179 桃園市政府社會局

身心障礙者個人助理服務相關法制探討自立生活—自立生活立法院

https://www.ly.gov.tw/Pages/Deta_自立生活.aspx?nodeid=6590&pid=228126 立法院

臺南市身心障礙者自立生活支持服務自立生活—自立生活臺南市政府

<https://sab.tainan.gov.tw/cl.aspx?n=26880> 臺南市政府社會局

臺灣身心障礙者自立生活同儕支持服務發展之回顧與現況自立生活—自立生活社會及家庭署期刊

<https://cdj.sfaa.gov.tw/Journal/Content?gno=9359cdj.sfaa.gov.tw>

「身心障礙者自立生活支持服務中心」緣起與說明自立生活—自立生活彰化縣政府

https://social.chcg.gov.tw/07other/other01_con.asp?data_id=20482&topsn=715social.chcg.gov.tw

「自立生活 1：身心障礙人力協助不好用、不能用、用不起」

<https://rightplus.org/2023/03/09/independent/rightplus.org>

身心障礙者「活得像人」的自立生活權利—簡評

https://www.lawbank.com.tw/treatise/pl_article.aspx?AID=P000261576lawbank.com.tw