

# 少女自立轉銜宿舍之工作經驗探討

胡中宜 · 柳佳姝 · 吳宇仟 · 黃綵宸

## 壹、前言

過去研究發現具有自立需求的安置個案在離開安置體系後，因生活技巧與心理強度不足和安置期間缺乏擬真的操作訓練及自主生活的機會，以致無法順利轉銜至社區自立生活（張茜雲、胡中宜，2017；Cashmore & Paxman, 2006）。因此，針對屆齡離開安置照顧體系之兒少，無法直接進入社區獨立生活，且缺乏家屬支持者，若能提供短暫性、支持性的住宿服務，將有利後續的成人轉銜工作。

「自立轉銜宿舍」（transitional housing）的服務主要是為即將離開安置系統的青年提供擬真的住所，幫助個案在模擬真實的獨立生活情境中，有機會面對與體驗到實際獨立後可能在環境上與心理上產生的困難，從中覺察解決問題的能力與資源，鼓勵個案與環境產生新的互動，提高個體的社區適應。自立宿舍工作者於陪伴過程中，循序漸進協助案主從經驗中學習，透過對話與討論找到適合自己的方

式，將生活和學習視為一個發展改變和成長的過程。換言之，自立宿舍主要係協助安置個案能夠在短期服務內培養自立能力，以順利銜接至社區生活。

然而，國內短期自立轉銜宿舍的服務模式仍屬新興領域，自立宿舍之服務對象、功能定位、運作議題以及成效展現皆是重要發展的議題。本文之實務機構於2011年9月接受政府委託辦理自立宿舍，迄今共協助17名少女，歷經幾年的發展經驗，希冀透過實踐行動的反思，整理自立轉銜宿舍新興實務模式的建構，以作為未來相關政策與實務之參考。

## 貳、文獻探討

自立生活方案（Independent Living Program）是安置個案在離開照顧體系前的一個過渡、預備計畫。方案目的是希望藉由服務的提供，協助個案學習基本生活技能，能在離開機構後不依賴社會救助，順利成人轉銜，達到自立與自給自足的生

活。而方案參與的時間大多至少三個月，至多兩年的訓練；離開方案之後，仍可接受後續的個案管理、諮商及支持服務（杜慈容，1999；Child Welfare League of America, 2005；Cook, 1988）。研究指出自立生活方案成功的關鍵在於提供住宿安排、生活技巧之培育、教育、職業輔導及營造支持性的環境，對於提高自我概念、社會網絡與人際關係有正向效果（Cashmore & Paxman, 2006；Courtney & Dowsky, 2006；Georgiades, 2005；Mallon, 1998；Mendes & Moslehuddin, 2004；Stein, 2004）。

自立生活方案依個案之住宿需求，可以設計不同服務。依據加拿大溫哥華地區的自立宿舍分為四種類型：1. 緊急宿舍（emergency accommodation）；2. 轉銜宿舍（transitional housing）；3. 支持性宿舍（supportive housing）；4. 穩定自立的實惠宿舍（stable independent affordable housing）（Krau & Woodward, 2007；徐錦鋒，2013）。轉銜宿舍可提供預備離開家外安置的青年，作為預防無家可歸以及住房不穩定的青年的積極性措施，這個計畫需要跨系統的合作，包括政府、社福組織、青少年矯正部門、心理健康支持服務以及父母或監護人（Gaetz & Scott, 2012）。

由於剛離開安置系統的兒少不容易租到合適及固定居所，研究顯示「住宅」與「社會支持」成為離開安置照顧後續適應的關鍵（Curry & Abrams, 2015）。因此，住宅服務項目需包括：1. 協助擬訂預算、教導生活技能、人際技巧、情緒管理等，

運用個案管理、求職協助、團體工作、定期訪視、同儕導師等策略進行自立生活預備；2. 經濟支持，包括尋職、零用金、育兒津貼；3. 戒治協助，包括諮商、勒戒、預防再度用藥方案；4. 住宿津貼或可負擔的宿舍，包括公立宿舍或社會住宅（Krau & Woodward, 2007）。為協助少年在離開安置機構到完全自立生活的轉銜，自立生活方案因應而生，而自立轉銜宿舍為少年離開安置後培養自立能力及提供暫居之處，自立宿舍多樣的服務，社工扮演多元角色，包括：「教育者」、「經紀人」、「協調者」、「調解者」、「協商者」及「諮商者」等角色（黃冠禎，2015）。

有關自立轉銜宿舍之成效為何？研究顯示如果社區中可以選擇經濟實惠的獨立生活方式，兒少在離開安置照顧計畫後可以發展正向穩定的支持性關係，結果證實轉銜宿舍有其正向效果（Gaetz, 2014）。另外，Barrow 和 Soto Rodríguez（2000）發現參加轉銜宿舍與接受非宿舍服務，包括財務管理、津貼、身心健康照顧、藥物濫用、法律及家庭協助的對照組，結果顯示實驗組比起對照組在方案結束後更高比例找到長期住宅並持續居住三個月以上。

迄今，國內執行自立宿舍服務仍存在若干困境亟待突破，研究顯示包括：1. 少年配合意願低、能力不足、抗拒行為、缺乏現實感；2. 社工缺乏處理心智障礙與精神疾病的能力、缺乏心理衛生評估指標、無法短時間看出成效；3. 無法持續穩定就業、缺乏高學歷只能找尋勞務性工作、機構過度保護造成初入職場挫折容忍度較

低；4. 沒有統一開結案標準、機構將難以管教的少年轉介至自立生活方案、人力不足、銀行開戶、宿舍地點的鄰避效應等（劉學仁，2013）。

## 參、研究方法

本研究目的主要探究自立轉銜宿舍的工作經驗，本研究之自立轉銜宿舍，係一少女宿舍，平均入住最高 1.5 年時間，因此本文焦點是探究工作人員在個案不同安置階段中指認的需求及處遇策略，採取質

性研究之焦點團體法進行資料收集，由第一作者擔任焦點團體主持人，2017 年至 2018 年舉行 5 次焦點團體，團體成員為自立宿舍之主管、生活輔導員及社工員，共計 8 位（表 1）。焦點團體訪談（focus group）中營造出自在的團體互動氣氛，俾利參與者暢所欲言，激盪出內心的想法、經驗與觀點，主要特色是參與者與他人互動、腦力激盪之後得出意見；研究者可以獲得參與者以自己的語言建構答案；以及比一對一的深入訪談可以更快速地得到多元的答案（Krueger & Casey, 2009）。

表 1 成員基本資料

編號	性別	安置服務年資	職稱
A	女	5 年	主管
B	女	4 年	主管
C	男	2 年	社工
D	女	1 年	生輔
E	女	1 年	社工
F	女	0.5 年	社工
G	女	2 年	社工
H	女	1 年	主管

焦點團體大綱包括：1. 試住期間的少女，有何需求？此階段的工作目標為何？過去的服務經驗中發現有哪些有效策略與工作方法？出現哪些困境與其因應方式？2. 適應期少女，有何需求？此階段的工作目標為何？過去的服務經驗中發現有哪些有效策略與工作方法？出現哪些困境與其

因應方式？3. 培育前期的少女，有何需求？此階段的工作目標為何？過去的服務經驗中發現有哪些有效策略與工作方法？出現哪些困境與其因應方式？4. 培育後期的少女，有何需求？此階段的工作目標為何？過去的服務經驗中發現有哪些有效策略與工作方法？出現哪些困境與其因應

方式？5. 社會適應期的少女，有何需求？此階段的工作目標為何？過去的服務經驗中發現有哪些有效策略與工作方法？出現哪些困境與其因應方式？6. 結案後追階段少女有何需求？此階段的工作目標為何？過去的服務經驗中發現有哪些有效策略與工作方法？出現哪些困境與其因應方式？7. 回顧個別少女自立能力評量資料以及階段轉銜任務，設計下一季個別化處遇計畫。

## 肆、不同安置階段的轉銜目標與工作策略

自立宿舍為安置服務時間最長一年半的短期住宿型轉銜服務，強化日常生活情境的擬真體驗與操作，協助少女在低密度、個別化與社區化的環境下，增加案主學習主動表達困難及處理問題的能力。並且以支持性關係為基礎，透過個別陪伴、定期主題性聚會等多元方式、系列活動，並依照少女經濟、外在資源條件與能力的差異，提供不同層次的生活輔導與能力培育服務，培養少女自立生活能力，強化運用資源的能力，增加內在復原力等。同時提升自立宿舍少女內外能力，協助少女適切地運用已具備的自立生活能力和社區資源，以順利銜接社區生活。

經過自立宿舍的工作者與外聘督導的討論中，將過去服務自立宿舍少女的經驗，依安置不同時期的需求、發展特性，歸納出對應的工作策略，協助工作者辨識少女需求，增加面對少女自立轉銜議題的能力，以提高自立宿舍之服務成效。本研究結果

共分為六個時期，包括：試住期、適應期、培育前期、培育後期、社會適應期、結案後追期。

### 一、試住期

「試住期」約3至7天。此時期少女的主要需求有：1. 確認合作意願；2. 提升信任與安全感。簽訂試住契約時，透過三方會談（主責社工、入住少女與宿舍社工），介紹生活環境與空間，以及宿舍相關規範，並再次確認彼此意願，而非單向決定。

「試住期」的階段目標主要有四：1. 試住簽約會議中，以口頭及紙本方式，確認少女接受服務的意願；2. 蒐集資訊以評估個案之入住條件與能力；3. 確認轉介單位明白服務內容及合作議題；4. 釐清不一致的訊息，再次詳細說明試住的目標及意義，降低彼此期待差異，以提升少女對自立宿舍的信任與安全感。

「試住期」主要工作策略，包括：

**1. 自宿生活實際體驗模擬（試住期契約）：**（1）更全面的生活自理與自我照顧；（2）擬真租屋契約，閱讀房租契約，並確認契約內容及其在宿舍進行自立生活培育服務的意願；（3）介紹自宿相關規則：以類房東角色，說明自立宿舍公共空間使用規範與宿舍衛生維護，藉此確認少女接受服務的意願狀況。

**2. 自立能力評估：**（1）財務能力：進行收支試算，盤點經濟來源，如就業、零用錢、獎學金、補助、存款等，試算每月必要支出；（2）社交與人際互動能力：

鼓勵少女學習自我表達，打造分工合作的生活場域，藉此建立正向的室友關係，學習界線、僵局溝通等；(3) 分享過往少女的自立經驗，透過成功實例協助少女建構於自立宿舍生活的畫面。

**3. 建構資源網絡關係：**協助轉介單位了解自宿服務內容，及各階段需搭配合作議題：透過試住簽約過程，除了協助少女了解自立宿舍的服務，同時也讓轉介端共同參與，說明自立宿舍階段的服務及應達到之目標、服務期程、每階段定期檢視少女接受服務的狀態，協助主責社工了解照顧方向，並傳遞自立宿舍之照顧理念，更能聚焦討論少女未來的處遇方向。

**4. 關係建立與生活關懷：**(1) 適時面談與評估，透過關心的方式詢問少女試住的適應狀況，掌握於宿舍內的生活作息或是對於自立生活的積極度；(2) 環境適應：認識室友與社工，實際外出協助少女認識周遭的生活環境；(3) 讓少女與主責社工了解此模擬方案操作的意義；(4) 主動接觸：透過多元的陪伴方式與試住少女同在，藉由主動接觸降低試住少女的不安焦慮，關照當下狀態，採取自然手法減少不自在，例如陪同整理行李、吃飯聊天、夜間談心等策略。透過這些處遇策略藉以提升信任與安全感。

此階段的工作困境與因應方式，包括：會於面談或試住後產生疑慮，如返宿時間，工作者需理解少女的想像並作出澄清，討論自立宿舍的服務階段，以利未來社區生活轉銜。由於少女過往缺乏自主決定權，多被決定或支配，以致其不擅表達意見，

因而此階段鼓勵少女表達是最重要的。

## 二、適應期

「適應期」為入住後一個月，個案此時期常出現的需求有：1. 適應自宿規則；2. 宿舍人際互動；3. 工作媒合，半工半讀或全職；5. 生活作息平衡；6. 盤點與確認財務現況；7. 盤點所需資源；8. 釐清自立宿舍和主責社工之角色分工。

「適應期」之主要目標，包括：1. 與個案確認自立生活租屋契約內容、個別化協助個案適應；2. 建立與室友的生活關係；3. 建立與宿舍社工的正向關係；4. 共同討論自立生活公約；5. 協助個案穩定工作，履行入住約定；6. 金錢管理與輔導；7. 協助個案表達及揭露自己的訊息；8. 了解社區資源，包含交通、醫療、商圈等。9 與個案釐清主責社工與自立宿舍之分工。

「適應期」之工作策略，包括：

**1. 入住引導：**(1) 邀請個案與主責社工一同簽訂「入住契約」，介紹自立宿舍相關規則、生活細節等，再次確認少女意願，契約內容依照少女個別狀況進行彈性調整，確定處遇目標，並檢視自立生活能力的狀態；(2) 贈送入住禮，如民生用品；(3) 進行入住儀式，介紹宿舍內所有工作人員、一對一介紹。

**2. 建立關係：**(1) 介紹室友，鼓勵彼此討論生活空間的使用方式，創造少女多元的對話與合作機會；(2) 運用網路通訊平台與個案建立聯繫，如臉書後頭厝、電話、Line 等；(3) 採取引導的方式，協助少女思考及自我決定。

**3. 自立生活支持：**(1) 日常生活提醒，如食、衣、住、行、娛樂；(2) 與個案盤點資源，討論時間金錢管理；(3) 評估個案目前自立技能程度；(4) 培育生活技能、認同形成、建立支持性關係與社區連結、生心理健康、就學、就業、離宿後續居住生活等自立生活能力；(5) 宿舍柑仔店，商店有固定營運時間，以低於市價的價格，提供少女購買，將購物之金額開立收據存入少女個人帳戶中，鼓勵存款；(6) 提供自立基金，如學雜費補助。

此階段的工作困境與因應方式，包括：  
1. 個案對於自身現況常不敢表達或釋出求救訊號，因此社工需陪伴個案與其討論；  
2. 面對新生活的挫折感，社工此時需與個案討論作息及需求分配，辨識需要與想要，並協助個案清晰具體的目標設定；  
3. 個案不擅長表達意見、自主選擇、決定，社工需提供更多機會使其自由表達意見。

### 三、培育前期

「培育前期」是在個案入住後第二個月開始，維持5個月。此時個案主要需求有：  
1. 財務管理；2. 人際關係；3. 壓力調適及情緒管理；4. 社會資源連結；5. 就學就業適應，如半工半讀；6. 自我探索；7. 生涯準備；8. 解決問題能力；9. 因應變化與危機，如家人、伴侶、健康等。

「培育前期」主要工作目標，包括：  
1. 依評估工具確認自立能力程度，並持續協助個案提升能力；2. 熟悉社區資源，回顧正向經驗、資源及支持關係，包含伴侶、家庭、重要他人；3. 權益相關法律學習，

如勞基法、兒權法、性剝削防制條例等；  
4. 協助就學穩定，至少完成高中學歷；5. 培養危機解決能力；6. 培育我有、我是、我能的復原力。

「培育前期」主要工作策略：

**1. 深化自立生活能力：**(1) 財務規劃；(2) 職場探視；(3) 個別陪伴；(4) 主題工作坊，如職場、保險、租屋、人際關係等；(5) 增加自立能力實際體驗操作，依照不同安置階段給予不同的能力訓練；藉此協助少女了解相關法律條文；(6) 與少女一同討論或模擬與主管、同事之互動與應對技巧。

**2. 建構自立生活藍圖：**思考離宿後居住的區域及選擇原因、房屋期待、住什麼類型的房子、自己住或跟誰住，考慮的因素等。一同討論或陪同少女探索興趣之科系與學校。

**3. 網絡系統工作：**(1) 校訪說明個別性服務計畫，與師長討論個案在校人際互動狀況；(2) 職場探視，了解工作實際狀況並協助少女看見自己的優勢與能力。

**4. 動態評估與成果回饋：**(1) 三方續約檢視評估，半年評估一次，藉此回饋、反應少女的自立樣貌、盤點自立能力的優勢及不足，針對優勢協助少女增強，針對不足能力協助提升；(2) 社工回饋自立能力的成長，鼓勵持續向前。

此階段的工作困境與因應方式，包括房租繳不出來、工作適應困難、違反自立宿舍規範、與室友人際互動困難、宿舍內從事違法的事、就業不穩定。因此，社工需協助個案釐清問題、討論工作困境、財

務控管；評估是否預借自立基金、職場探視，以及面對自宿生活的生涯決定，例如續約、自立型態轉換、使用自立生活經濟扶助計畫、非預期因素離宿等。

#### 四、培育後期

「培育後期」主要是個案進入宿舍後7個月開始，為期5個月，主要需求是1. 連結資源；2. 心理支持；3. 人際關係需求（家人、親密伴侶）；4. 正向經驗；5. 培育進階問題解決能力，例如解決問題的舉一反三能力、適合自己的問題解決方法等。尤其到了準備離宿，個案會出現若干需求，例如分離焦慮、心理支持、居住安排、整理過往經驗、陪同服務（找房、搬家）。

「培育後期」階段工作目標，主要有：1. 盤點並連結資源；2. 增強自立正向經驗；3. 危機事件處理；4. 與個案討論確定自立方向，包含住所、婚姻、返家等；5. 實際操作找到適合個案的方式。特別是到了離宿轉銜時，更須留意尋找租屋、工作轉換的適應，以及強化自立生活心理準備。

「培育後期」工作策略包括：1. 共同檢視未來居住地之社區資源；2. 危機事件發生時，陪同討論、面對與處理；3. 自立生活能力培育強調「放手讓個案做」原則，主動回饋改變，建立正向經驗。特別是離宿轉銜時，可運用幾項策略，包括：實際陪同尋屋，如網路或實地看房，從中教導個案注意周遭環境；以及陪同打包整理，釐清分離焦慮，提高安全感與心理支持。

此階段會出現的工作困境與因應方式，包括：1. 出現能力退化、抗拒等反應，

社工應分辨狀況並給予支持；2. 個案對租屋尚無實際經驗，可邀請成功離宿少女回娘家經驗分享，連結崔媽媽基金會之租屋資源，以及模擬租屋契約等策略。

#### 五、社會適應期

「社會適應期」約在離宿前的2至6個月。個案主要的需求包括：生活關懷、生活所需物資、孤獨寂寞感、伴侶關係、就業與就學的生活穩定以及關係延續、結案準備等。

「社會適應期」主要目標為：1. 降低離別焦慮；2. 修訂未來自立生活藍圖；3. 協助適應社區生活；4. 健全財務規劃；5. 就學就業穩定。

「社會適應期」工作策略有：1. 陪同租屋、搬家；2. 租屋訪視；3. 結案個案成功經驗分享；4. 確認就學出席狀況；5. 追蹤就業狀況及確認經濟安全；6. 結案評估會議，邀請轉介社工、後追社工、宿舍社工、少女共同討論離宿規劃與協調資源；7. 結案交付，轉介社工與少女辦理離宿程序，贈送結案禮物。

此階段會出現的困境，包括繳不出房租、向他人借錢等狀況，因此與個案討論如何運用自立生活基金，以及協助財務規劃則為處遇重點。

#### 六、結案後追期

部分自立宿舍少女在安置服務結束後，缺乏親屬支持，後續進入社區面對生活、婚姻、家庭議題，自立宿舍成為少女支持陪伴、解決問題的資源之一。「結案

後追期」是於個案結束安置後起一年，自立宿舍會追蹤結案轉銜少女目前的自立狀況，主要關懷焦點，包括：物資協助、生活穩定、伴侶關係、職業穩定、經濟安全、關係維繫等。

「結案後追期」主要工作目標包含：追蹤少女離開自立宿舍後社區生活適應、維繫後續關係，提供少女情感及關係上的連結，增加少女與自立宿舍間的關係維繫管道。

「結案後追期」工作策略包括：1. 每月至少一次利用電話、訊息、社群網站等連結；2. 與宿舍維持娘家關係的延續性；3. 重大節慶聚會邀請，提高歸屬感，並關懷離宿少女之自立生活現況。

此階段的工作困境與因應方式，常出現個案搬出去住之後失聯，因此強化工作者辨別非預期結案因子，例如不接電話、工作離職、休學、未繳房租等現象，主動聯絡主責社工、雇主、室友及重要他人。另外，離宿後三至六個月為穩定的黃金時期，因此追蹤少女之工作狀態、財務、房租、人際關係、身心狀況及作息則是追蹤輔導的焦點。

## 伍、根據自立宿舍少女轉銜階段需求擬訂個別化服務計畫

根據焦點團體所得之階段需求表，自立宿舍透過每季一次的團體督導會議，輔以自立能力評估工具之評量結果，搭配階段需求表中的需求與發展任務，據此擬訂每位自立宿舍少女的個別化服務計畫

(ISP)，以下以「培育後期」階段之個案類型為例，說明其自立需求與工作策略。

### 一、小慈（匿名改編）

小慈，入住自立宿舍時 16 歲，由中長期機構轉介進來，因家庭變故進入安置體系，因無家屬照顧支持，未來須進行社區獨立居住安排，入住自立宿舍後期的議題主要嚴重喪親經驗、生涯規劃議題。目前已入住 9 個月，屬於「培育後期」之個案。經上述安置階段需求與任務之評估，主要有以下處遇目標與策略：

#### （一）穩定就業

穩定就業自立培育後期階段重要的議題，但有時就業不穩定不是因為職業準備能力不足，而是受創傷個案容易因心理素質不夠（張茜雲、胡中宜，2017），而導致其焦慮自立生活後的孤單感或是人際關係建立的困難。因此，工作目標應強化自立宿舍工作者的陪伴角色、親屬的支持系統、轉介單位的資源，讓個案了解在自立過程中自己不是孤單一個人，是可以擁有後盾與支援。

她的核心議題是對於依附關係的困難。因就業過程中觀察到她不是沒有能力的孩子，只是在建立關係上較為困難，及不願意面對自立生活，不想長大，應該持續鞏固內在身心健康的狀況，包括自立宿舍的陪伴角色、親屬的支持系統、轉介單位的資源，讓她了解在自立過程中自己不是一個人。（B）

在適應就業後，打亂原本習慣的時間



規劃，造成作息、飲食不正常，也減少了許多休閒娛樂、自己放鬆的時間空間。共同回顧就業經驗中看見自己的進步與改變，包括就業時間的拉長、與主管的應對方式、與同事的相處等。(B)

我們先陪同她前往找尋工作，但是她會有自己的擔心；擔心表現不好或是未來離職時可能會與對方有爭執。(F)

當她知道有後盾、有靠山的時候，她就會容易放棄與無法面對。因為她現在有20萬、有我們，所以當她工作有人際衝突或不爽別人的時候就可以直接不做。但如果她今天沒有錢了、交不出房租要被趕出去了，基本上就只能硬著頭皮做下去，不會如此輕易的把離職當作選項。(E)

## (二) 財務管理

當少女離開自立宿舍進入社區獨立生活，收入與支出的平衡是重要的，尤其在工作收入不變下，經常性支出的計算是重要的。另外亦需預估潛在性支出，例如緊急醫療費用或收入減少，這些是自立宿舍工作者需陪伴少女準備的向度。

最近和她出去吃飯發現她對於金錢的花費更有現實感，過程中會比價，會衡量自己的金錢狀況。但需要提醒她不是單從飲食來減少開銷，因為這樣的自立生活不是健康的方式，如果身體健康出了狀況會有更多的影響，醫藥費、休假收入減少，所以正確的方式開源節流也是需要練習的。(B)

了解每個月的固定花費及其他支出，假設一開始適應期不排很多班，但至少可

以穩定三個月，一個月做48小時，時薪140元，大概六、七千塊，至少可以有一定的收入。(B)

## (三) 喪親失落經驗處理

當少女家庭重要成員發生變故，面臨重要親人的死亡事件，奔喪、死亡的儀式、面對過去指責自己的親人等都是重要生命議題，工作者需陪伴其辨識焦慮、處理情緒以及討論因應技巧。

因阿嬤過世，所以接下來會遇到生離死別的議題，可能引發過往不好的經驗，如父母過世、親戚吵架等狀況。(B)

與她聊到過往經驗，她會有許多的想像與害怕，擔心阿嬤會回來找她，相當不願意參加後續的儀式，談話中大量同理她的情緒、說明儀式的意義，避免她胡思亂想，藉此翻轉死亡後事的印象，而不是親戚都在吵架。(B)

## (四) 降低孤獨感

自立少女的依附關係通常是受創的，因此容易產生寂寞與孤獨感(陳怡芳、李淑沛、王筱汶、胡中宜, 2016)，在節日中顯現悲傷或情緒反應。因此，設計節日活動可以讓其練習未來假日活動的安排，並學會與寂寞與孤獨感共處。

我剛剛想到的是依附，她唯一依附的對象是手足，但手足回到親屬家後有一個距離，離開自立宿舍就像是被切斷，她現在是依靠個管社工，但是我覺得她也蠻清楚知道那個不是永遠的。(A)

慢慢要準備之前提到的孤獨感跟寂寞

感，只有自己一個人，我後來觀察她情緒上的起伏，跟思念家人是明顯的，因為開始自己過清明，另一個是端午節，我後來想一下會不會是跟節日有關係，她沒有回家過節。(B)

### (五) 持續建立穩定的支持系統

藉由工作人員的離職作為一個重要事件，與少女討論如何與重要他人說再見，練習分離準備，如何說出想念與不捨，並讓少女知道她不是一個人。即使離開後仍有一個娘家的支援，以持續建立穩定的支持系統(陳怡芳、李淑沛、王筱汶、胡中宜，2016)。

這幾年工作人員仍有保持聯繫，並回來一起參與活動、過節日，讓她了解關係的連結、延續性，也藉此讓她了解轉換工作、轉換環境並非可怕或是糟糕的。(B)

離別不管是預期還是非預期，都要好好說再見，宿舍一起為準備離職的工作人員辦這個活動。(A)

## 二、小芳(匿名改編)

小芳，入住自立宿舍時 17 歲，由中長期機構轉介進來，因家庭變故進入安置體系，因家屬照顧功能薄弱、失聯，未來須進行社區獨立居住安排。入住自立宿舍後期議題主要有職涯發展、財務規劃管理以及問題解決能力的實作。目前已入住 9 個月，屬於「培育後期」之個案。經上述安置階段需求與任務之評估，主要有以下處遇目標與策略：

### (一) 問題解決能力

建立實際問題的解決能力，透過這個階段的生活事件，例如尋職、租屋等，鼓勵其練習，並陪伴在身邊，避免其因預期焦慮而運用逃避方式面對問題(陳怡芳、李淑沛、王筱汶、胡中宜，2016)。

常發現都會回答知道，但實際需要解決問題，都會用逃避的方式去面對工作。例如在租屋的知識上工作人員詢問都回答知道，但卻沒有實際看屋的經驗。(C)

### (二) 進階財務規劃

隨著入住後期工作漸入穩定，薪資增加，但因過度網路消費以致收支失衡，因此運用比對入住前後的消費，少女較會警覺差異，並提醒金錢借貸，以避免財務糾紛。

目前剛找到工作所以要留意，生活作息、時間的安排，可以開始用記帳，無法記滿一個月，短時間的也可以，主要是要讓少女知道支出的狀況，月底可以與入住前試算一個月花多少錢做比對，因過去她有借貸，故要確認借貸習慣，避免財務糾紛。(B)

自從她轉任正職工作之後，薪資增加，但仍有入不敷出及大量網購的狀況，一直提醒的預備金、儲蓄概念，仍需多加加強，趁著即將進入社會適應期，再多加教導預備金的重要性。(C)

### (三) 職涯轉銜準備

少女開始檢視目前的工作條件是否符合期待，而有異動想法。因此，此時與少

女討論工作選擇，以及長期的職涯發展是個重要關鍵。

目前的正職因薪資計算的關係，萌生離職的念頭，能協助案主對現階段工作連結未來職涯的發展。(C)

#### (四) 建立支持性關係

離開安置體系前的少女，面對社區獨立存在許多現實生活的壓力(張茜雲、胡中宜, 2017)。因此，需協助個案做好分離準備，並發展穩定的支持性關係，增加人際的歸屬感。

她都會處在個人壓力，她在中長期機構離開時，尚未做好分離準備。(F)

自立宿舍的角色可以發展成支持性的關係，增加歸屬感，翻轉過往在中長期機構非預期離院的經驗，所以離開前需要有一個儀式。(C)

## 陸、自立宿舍工作經驗的反思

本研究之機構承辦自立宿舍初期，借鏡中長期安置照顧的經驗，對於自立宿舍的管教陪伴採取低密度的照顧模式，強化日常生活情境的體驗與操作，強調共同負責的合作關係，協助少女將相關經驗內化並轉移到不同的生活情境中，進而發現少女對自立生活的規畫缺乏現實感、缺乏未來藍圖。因此，入住自立宿舍的少女僅須負擔自己的生活費用，無需繳納房租、水電瓦斯費用或修繕費用，而自立宿舍就像提供免費住宿的旅社一般，讓少女擁有一個安全的居住環境，縱使少女已具備可獨自在外自立生活的能力、經濟及條件，但

到離宿準備階段，仍會出現各式各樣的狀況，以致一再地延長安置時間。另外，自宿少女過去在機構或寄養家庭的安置經驗中，感到被支配與隔離，因此少女進到自立宿舍的初期，會呈現對生活失去熱情、等著被支配等消極態度。

因此，2015年機構思考轉變服務模式，發展出擬真的宿舍經營模式，設定自立宿舍安置期程為一年半的短期服務，以擬真契約的操作方式，嘗試依照不同階段的操作，經由任務中心取向的短期服務模式，培育少女自立能力。此外，藉由個別陪伴方案給予自立少女支持與關懷，自立宿舍工作者持續透過通訊軟體與「後頭厝」群組關心結案少女，延續「娘家」之概念。

綜合上述，透過這些反思與改變行動，協助安置後期少女藉由擬真契約的設計以及配搭貼近個案的個別化輔導措施，進行自立生活能力培育的工作，迄今離宿少女皆順利轉銜至社區生活，並能提供自己一個穩定的生活模式，而工作者與少女的關係穩定及延續，少女能將自立宿舍當成自己的後盾，亦能返回宿舍與工作員分享生活近況。

## 柒、討論與建議

### 一、辨識不同安置階段自立轉銜準備之需求與任務

許多研究顯示兒少對於自立生活有不同的想像、期待與準備需求，所以在自立生活能力的準備上應該注重個別差異(張茜雲、胡中宜, 2017; 陳怡芳、李淑沛、王筱汶、胡中宜, 2016; Stein & Munro,

2008），並強調其個人與環境之優勢（胡中宜，2014）。本研究在自立宿舍服務經驗中亦發現，不同入住時間的少女有其不同的需求與特徵，隨之而來的是工作者擬訂的多元目標與階段策略。因此，自立宿舍的個別化自立生活準備服務需依據個案的個別差異和不同狀態，使用不同技巧與策略，協助個案瞭解本身的優勢、發展自立的意願與願景、確認需要學習的技能，設計出符合個別需要的服務計畫，並且定時回顧執行狀況，視成效進行內容調整，以達到證據為本的實務。

## 二、發展復原力為本自立轉銜宿舍服務模式

許多抵達自立轉銜宿舍的少女歷經過去種種的創傷，包括性侵害、暴力與疏忽。創傷修復的重要關鍵在於協助少女尋回權力，建立新的人際關係，因此社工如何在生活中避免支配，降低少女與人群的隔離是重要的目標（林怡君、陳怡芳、胡中宜，2014）。換言之，社工若可以幫助少女發現優點、長處，提供其他問題及解決的模式與資源，鼓勵與環境產生新的互動，將有助於個體獲得良好的適應能力（Rak & Patterson, 1996）。因此，自立宿舍強調建立支持性的關係，透過工作人員與少女的互動關係，療癒與創傷修復，累積正向關係的經驗，循序漸進建構支持性關係（陳怡芳、李淑沛、王筱汶、胡中宜，2016）。這與過去文獻同樣指出安置個案的安全感（Cashmore & Paxman, 2006）、社會支持、自我效能、穩定的環境與關係是復原

力的重要基石（洪晟芝，2011；許令旻，2010）。因此，針對早期經驗遭逢創傷的安置對象，自立宿舍實務運作建議可融入以復原力為本的架構，更能有效協助其翻轉過去負向經驗，邁向健康人生。

## 三、重視自立轉銜服務使用者參與及充權原則

當少女擁有更多的自主權力，能在日常生活體驗中練習做決定，將能有效提升少女對方案參與的意義感，此與聯合國《兒童權利公約》強調的表意權，息息相關。社工須視兒少為有能力形成意見的個體，承認其有自由表達意見的權利，涉己相關事務應聽取其看法，如此才能提供妥適的服務。少女擁有自己的觀點，對自己的生活需要控制感，因此工作者應聆聽服務使用者的聲音，包括自立生活的想法，鼓勵服務使用者思考自立生活必須具備的能力，協助他們確認自己的目標及優勢（李淑沛、王筱汶、黃韻蓉、陳怡芳、胡中宜，2018；張茜雲、胡中宜，2017）。因此，自立轉銜宿舍工作者應緊扣個案自立轉銜需求與處遇目標，同時在服務方案的規劃、實施和評估中重視服務使用者的參與及充權的實踐原則。

（本文作者：胡中宜為國立臺北大學社會工作學系教授；柳佳姣為善牧基金會社工組長；吳宇仟為善牧基金會主任；黃綵宸為善牧基金會區主任）

**關鍵詞：**自立生活、自立宿舍、自立轉銜、安置照顧、兒童福利

## 📖 參考文獻

- 李淑沛、王筱汶、黃韻蓉、陳怡芳、胡中宜（2018）。兒童權利公約之在地實踐：提升安置機構少女表意權。社區發展季刊，162，35-49。
- 杜慈容（1999）。童年受虐少年獨立生活經驗探討：以臺北市少年獨立生活方案為例。國立臺灣大學社會學研究所碩士論文。
- 林怡君、陳怡芳、胡中宜（2014）。復原力增進方案在少女安置機構之應用與反思。中華輔導與諮商學報，41，93-122。
- 洪晟芝（2011）。少年社會支持、自我效能與其父原力之關係研究：以北台灣地區少年安置機構為例。中國文化大學社會福利學系碩士論文。
- 胡中宜（2014）。離院青年自立生活之優勢經驗：社会工作者的觀點。臺大社會工作學刊，30，45-90。
- 徐錦鋒（2013）。推展自立宿舍之經驗探討。聯合勸募論壇，2（1），103-128。
- 張茜雲、胡中宜（2017）。安置機構少女接受自立生活準備服務之經驗：服務使用者的觀點。台灣社會工作學刊，19，1-42。
- 許令旻（2010）。經歷兒少安置的自立生活者之安全依附關係探究。國立臺北大學碩士論文。
- 陳怡芳、李淑沛、王筱汶、胡中宜（2016）。中長期安置機構少女離園轉銜階段之需求與任務。社區發展季刊，156，373-387。
- 黃冠禎（2015）。自立宿舍社会工作者的角色經驗探究。亞洲大學社會工作學系碩士論文。
- 劉學仁（2013）。社工員執行少年自立生活方案的困境之探究。靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系碩士論文。
- Barrow, S. M., & Soto Rodríguez, G. M. (2000). Closer to home: Interim housing for long-term shelter residents: A study of the Kelly Hotel. New York: Corporation for Supportive Housing.
- Cashmore, J., & Paxman, M. (2006). Predicting after-care outcomes: The importance of 'felt' security. Child & Family Social Work, 11, 232-241.
- Child Welfare League of America (2005). CWLA standards of excellence for transition, independent living, and self sufficiency service. Washington, DC: Child Welfare League of America.
- Cook, R. (1988). Trends and needs in programming for independent living. Child Welfare, 67 (6), 497-514.
- Courtney, M. E., & Dowsky, A. (2006). Early outcomes for young adults transitioning from out-of-home care in the USA. Child & Family Social Work, 11, 209-219.

- Curry, S. R., & Abrams, L. S. (2015). Housing and social support for youth aging out of foster care: State of the research literature and directions for future inquiry. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 32 (2), 143-153.
- Gaetz, S. (2014). *Coming of age: Reimagining the response to youth homelessness in Canada*. Toronto: The Canadian Homelessness Research Network Press.
- Gaetz, S., & Scott, F. (2012). *Live learn and grow: Supporting transitions to adulthood for homeless youth : A framework for the foyer in Canada*. Toronto: The Canadian Observatory on Homelessness Press.
- Georgiades, S. (2005). A multi-outcome evaluation of an independent living program. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 22 (5-6), 417-439.
- Kraus, D., & Woodward, J. (2007). *Vancouver youth housing options study*. Retrieved from [http://www.vancouveragreement.ca/wp-content/uploads/2007\\_VancouverYouthHousingOptions.pdf](http://www.vancouveragreement.ca/wp-content/uploads/2007_VancouverYouthHousingOptions.pdf)
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2009). *Focus groups: A practical guide for applied research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Mallon, G. P. (1998). After care, then where? Outcomes of an independent living program. *Child Welfare*, 77 (1), 61-78.
- Mendes, P., & Moslehuddin, B. (2004). Graduating from the child welfare system: A comparison of UK and Australian leaving care debates. *International Journal of Social Welfare*, 13, 332-339.
- Rak, C. F., & Patterson, L. E. (1996). Promoting resilience in at-risk children. *Journal of Counseling & Development*, 74, 368-373.
- Stein, M. (2004). *What works for young people leaving care?* Ilford, UK: Barnardos.
- Stein, M., & Munro, E. (2008). *Young people's transitions from care to adulthood: International research and practice*. London: Jessica Kingsley.