

夢想起飛任意門，從復原力觀點出發——以臺中市經濟弱勢兒少職場體驗方案為例

陳麗華、蔡佳瑩

即使路途再艱辛，也要堅持不懈追
求夢想～灌籃高手

壹、前言

2023年臺灣電影票房冠軍《灌籃高手THE FIRST SLAM DUNK》，原創故事以紅髮不良少年櫻木花道為中心，展開湘北高中籃球隊的熱血故事。主角們各自面對家庭及生活各種逆境和困難時，仍然堅持夢想，透過外在環境保護因子如：家庭、學校、球隊等系統影響，修復過去內在創傷，培育出強大勇氣及堅韌不拔的精神，打敗曾獲得全國冠軍山王工業。依據國外研究從低收入地區的四所高中挑選參與者，使用了14項復原力量表和性格希望量表作為數據收集工具，迴歸分析後發現，「希望」（Hope）是社會經濟弱勢青少年復原力重要有力預測指標，希望會影響個人的認知、情緒和行為狀況，使其

面對生活的苦難和障礙，並賦予力量克服生活中充滿挑戰的道路（Sünbül & Çekici, 2018）。就如同灌籃高手動畫電影當賦予希望夢想，輔以外在環境系統支持及資源挹注，也期能引領經濟弱勢兒少創造不一樣的未來，脫離貧窮循環。

《兒童及少年福利與權益保障法》（以下簡稱兒少權法）與強化社會安全網計畫是政府部門推動兒少福利重要法規及依據，但強化社會安全網計畫裡脫貧措施二大主軸兒少教育發展帳戶及急難救助紓困方案偏向資產累積及現金給付性質，另兒少權法僅概括式提及辦理兒童、少年及其家庭之福利服務，政策是偏向消極性的「給抗生素治病」而非「提升免疫力」來對抗逆境，以病理因素（psychopathology）為焦點的服務，是「想藉助外力來治療」，較少關注如何協助，使其自身優點的發揮，以對抗不良的環境（曾華源、李仰慈，2012）。許多現

行制度仍以問題解決為主，跳脫問題解決取向，連結社區資源，促進少年能力發展（李孟蓉、劉燕萍，2020）。本篇文章非從問題取向處遇兒少問題，而是從經濟弱勢兒少所處的環境考量，以復原力觀點，建構外在保護因子，給予機會及外在資源，安排兒少職場體驗方案，培育復原力，開啟未來生涯契機。

貳、經濟弱勢兒少生涯規劃影響因素

積極脫貧政策需要關注是避免二代貧窮循環發生，首要任務提早協助經濟弱

勢兒少生涯規劃，使兒少立定志向朝向目標前進且順利銜接至未來就業。Swain（1984）提出生涯金三角（圖1），第一個小三角形是指「自己」：包括能力、性向、興趣、需求、價值觀，第二個小三角形是指「自己與環境」的關係：包括助力或阻力因素、家庭因素和社會因素等，第三個小三角形是指「教育與職業的資訊」：包括參觀訪問、文書資料和演講座談等。透過對自我探索，體察外在環境現狀發展及收集相關產業資訊，擬定生涯方向，這是每個人進行生涯規劃普遍所經歷之過程，然而對經濟弱勢兒少要達到生涯金三角之目標，顯然是有難度的。從生涯

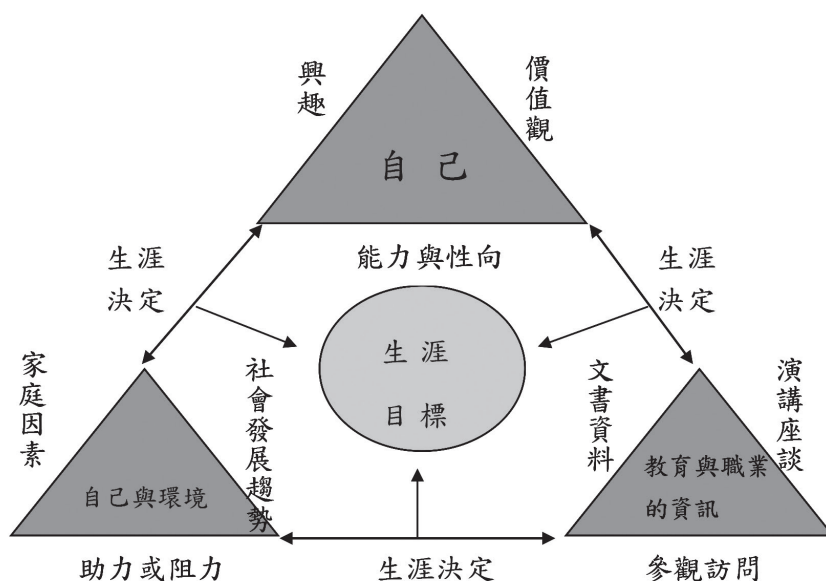


圖1 生涯金三角

資料來源：Swain（1984）。

金三角之三面向「自己」、「自己與環境」及「教育與職業的資訊」之探索，是需要從小開始培養、觸及及體驗，如才藝班學習、英語教學營……等，需要多所接觸不同環境面向，非短時間可達成，就現實層面來看，經濟弱勢家庭往往僅能提供兒少基本照顧，從經濟弱勢兒少學習生活與學習文化相關研究發現，家長對於子女的教育多傾向有心無力，或不知方法以致不得其門而入，學習動機上知道學習是本分，但態度卻被動消極（蕭玉佳、張芬芬，2013）。對於更上一層之學習與教育是難以滿足兒少需求，僅能從學校及社區系統補足。

經濟弱勢兒少的生涯選擇及就業狀況是處於較弱勢的位置，因他們不只須面對本身資源相較於其他非生長在貧窮家庭者較有限，教育機會亦較會受限，「學業成就」、「學業自我概念」、「專長與興趣」是經濟弱勢兒少生涯選擇的主要指標（王凱萱，2008）。但若是在資源不足情況下，弱勢兒少是否能對生涯作出真正選擇？協助弱勢兒少生涯規劃至就業服務是連續性過程，非東貼西補，應有完整性規劃，從兒少早期開始提供介入。世代貧窮啟動於兒童時期，一般而言，兒童時期原本就是個體最重要的階段，個人一生的發展都奠基於這個時期所培養而成的條件，包括身體的發育、健康的條件、學習的基礎與興趣、人格特質，還包括社會適

應力的培養（蕭琮琦，2013）。Erikson 社會心理發展階段更是強調兒童期至青少年期發展任務是角色自我認同及能力培養重要性，從國外低收入學生取得學術和職業成功的因素來看，除提供向上發展全面性計畫外，家庭支持、學校系統、參與課外活動、運動和領導力幫助塑造品格和發展技能及面對困難、克服逆境是重要關鍵（Buckner, 2021）。根除世代貧窮循環是需從家庭、學校及社會三個層面共同著手，從整體性兒少福利政策研議，因兒少長大能順利就業，是家庭未來能否脫貧主要因素。貧窮問題的頑固性，其成因不僅與家庭（個人）所處的社會制度、歷史背景有關更與個人（家庭）本身的因應能力或策略有關（呂朝賢，2007）。臺中市經濟弱勢兒少職場體驗方案希望讓兒少能儘早透過職場體驗探索自我興趣，並從團體生活學習合作、分享，搭配教育與職業資訊，啟發兒少對生涯規劃有開始思考點，以利未來生涯決定。

參、復原力觀點社會工作

社會工作服務過往是以病理觀點取向朝向解決個案問題，忽略個案優勢及面對逆境克服對抗環境能力，復原力觀點則提供不同思維，美國心理協會指出復原力是成功適應困難或具有挑戰性的生活經驗過程和結果，特別是透過心理、情緒

和行為的靈活性以及對外部和內部需求的調整，許多因素影響人們適應逆境的能力，心理學研究表明，與復原力相關的資源和技能是可以培養和練習的（American Psychological Association, 2022）。

經濟弱勢兒少多數是在逆境中成長，不安全童年、資源匱乏，影響內在自我發展，但透過保護資源取得，是能得到正面結果。保護因子可以分為外在保護因子與內在保護因子兩大類，外在保護因子強調的是資源，用來對抗逆境、困境和風險之各種社會支持與機會；內在保護因子著重個人發展出的能力，包括勇氣、希望、問題解決能力等（白倩如等人，2014）。國內外相關研究皆指出，外在資源支持，可以讓他們在面對挫折與壓力時，展現出正向的心理調適，並增進復原力行動的發展，而這些資源通常被視為是成長環境中的「保護因子」，帶來健康的發展（例如，社會能力、解決問題的能力、自主性和認同感、使命感和未來感），促進成功學習並保護兒少免受參與危險行為（吳佳明，2011；Capizzi et al., 2017）。

弱勢兒少的自我價值感和社會認知內涵來自生活經驗，可透過參與社會組織以建構社會資本之外，亦可以透過參與和主導規劃各種活動，學習發現和解決問題，擴大生活棲息地的資源，以便獲取社會支持，強化個人自我效能，培育個人正向行為和心理（白倩如、曾華源，2022）。臺

中市經濟弱勢兒少職場體驗方案是從復原力觀點出發，結合各大學資源，體驗不同領域學習，建構保護因子，雖兒少所身處家庭外在環境資源受限，存在風險因子，培育復原力過程是包括保護性因子和風險因子之間的相互作用，兒少於職場體驗方案接觸不同環境系統，認識大學老師、大學生作為楷模及建立良好關係支持系統亦能抵銷風險因子所帶來負面結果，增進復原力。復原力相關特質因素有：堅韌和自我效率、自信心、學習來自生活經驗、創傷後快速復原、社會和家庭資源（Glaveanu, 2024）。培育復原力是長期過程，雖兒少職場體驗方案是短期活動方案，但兒少經過生活不斷積累持續接觸保護因子，亦能創造正向效果。當兒少強化其復原力之內在因素（問題解決能力）及外在因素（積極參與度—對外在環境積極參與及互動之能力），均對幸福感具備顯著正向影響，從挫敗中迅速恢復及因應之能力提高（許雅棣等人，2022）。

肆、臺中市政府社會局112年度 兒少職場體驗方案

一、緣起

根據聯合國「全球永續發展目標」（Sustainable Development Goals, SDGs）的首目標即為「消除各地一切形式的貧窮」，足見脫貧是全球刻正努力之共同目

標。「貧窮」係指家庭收入低於貧窮線的一群人，亦指經濟上的弱勢者，因而喪失維生的基本能力，或者被排除於社會參與的過程之外，其生活需求也缺乏表達及自我探索的機會。

社會局長期致力於推展本市低收入戶及中低收入（以下簡稱弱勢家戶）脫貧政策，如臺中市自立家庭築夢踏實計畫、兒童及少年未來教育與發展帳戶等，支持弱勢家戶提升脫貧動機及內在自我探索的機會，看見自己改變的可能。為積極鼓勵弱勢家戶脫貧，增加無形資產，提升社會參與機會，社會局期待與本市公私立大學合作，落實大學社會責任（University Social Responsibility, USR）核心價值，運用「人才培育」與「在地連結」之理念，透過參與五大主題營隊，累積人力資本、增加理財知能、提升社會參與機會、參與職場體驗等，培育弱勢兒少復原力，替未來生涯作準備。

二、方案目的

提升弱勢家戶脫貧動機，促使自我探索看見改變，經由團隊活動設計與引導，探索內在看見自己改變的可能並促進社會參與機會，使兒少有機會接觸不同領域職場學習，引領自我生涯啟航。

三、方案目標

（一）預計本市低收入戶及中低收入

戶家戶100戶受惠。

（二）提升弱勢家戶社會參與及社會融入的機會，有80%兒少同意兒少職場體驗方案帶來生涯幫助及生活學習。

四、主辦單位：臺中市政府社會局

五、承辦單位：本市公私立大學

六、參加對象：就讀國小至高中之低收入戶及中低收入戶兒少

七、方案內容及執行方式

（一）社會局廣邀本市公私立大學參與計畫，召開共識會議。

（二）有參與意願之大學向社會局提出意願及營隊主題調查表，與社會局簽訂合作備忘錄後函報營隊計畫書。計畫書內容如下表1。

八、成效分析

（一）量化成果

本案營隊三場次共有126名國小到高中的兒少報名參加，成效評估是由參與之本市公私立大學各自依計畫內容進行，未有固定之回饋問卷，本文是以中國醫藥大學之量化成果說明。

1. 課程內容

中國醫藥大學辦理「自立兒少健康增能夏令營」參與兒少有32名，課程內容有

表 1 臺中市兒少職場體驗方案計畫書內容

辦理日期	單位名稱	計畫名稱	計畫內容	補助金額
7/3-7/7	中興大學	培養財商能力，創造財富實力	提供南區低收及中低收國小學童，為期5日之財商品格教育營，安排至永豐銀行職場體驗，透過桌遊等方式學習管理金錢的方式	49,800
8/14-8/18	臺灣體育運動大學	排球少年 JUMP HIGH！弱勢學童排球趣	由國家級教練帶領臺灣體育運動大學專業教學團隊進行排球教學課程，對象為本市低收入戶或中低收入戶學童，以促進學童接觸多元運動的機會，培養團隊合作精神，建立學童運動習慣與健康生活之基礎	49,900
8/14-8/17	中國醫學大學	「自立兒少健康增能夏令營——中西醫整合優質照護，食藥安全，共同守護兒童與青少年健康」	提供臺中市20名低收入戶及中低收入戶國高中學生，為期4日32小時之中西醫食藥安全營，透過學習穴位保健、太極拳、中草藥導覽、拔罐食療及AED急救知識等課程內容，促進國中及高中學生對於中醫醫學整合醫療的認識	49,800

資料來源：臺中市政府社會局社會救助科。

三大方向，動手操作體驗課程（如：VR 針灸體驗等）、教室靜態教學課程（如中醫藥基礎理論等）及團體動態活動課程（如用藥安全闖關等），其中有22位（84.6%）兒少最喜歡動手操作體驗課程，在此系列課程，又以「動手做——食再不同」最受兒少喜歡（17位，占

65.4%），在課程中兒少透過老師的引導教學，製作了養生的豆腐巧克力派，同時也透過學習單填寫來了解到各種食物中的營養成分。教室靜態教學課程裡，最受兒少歡迎的課程為「青春心事——青少年心理」（12位，占46.2%），在課程中兒少透過心理師的引導，並透過學習單活動的

進行，更了解自身的心理狀態。團體動態活動課程最受兒少歡迎的課程為「藥園導覽」（12位，占46.2%），在這個課程中老師帶著兒少參觀藥園，除了解說相關的植物外，也挑選了數種藥用植物供兒少們觸覺及味覺體驗。

2. 營隊滿意度

中國醫藥大學辦理「自立兒少健康增能夏令營」，有92.3%的參與兒少對於夏令營感到滿意，有84.7%的兒少認為夏令營的課程是易於了解吸收，有92.3%的兒少認為夏令營中的創新衛教教材（如VR課程等）可以強化自身學習意願，另多元教學模式（如動手做課程）對於學習成效提升有顯著性迴響，透過統計結果可以看到全部的兒少都同意，此一結果反應出夏令營中相關動手操作課程，融入相關衛教知識對於兒童及青少年的學習成效都有極佳的效果。有92.3%的兒少都樂意再一次參加由中國醫藥大學中醫學院大學所主辦的中西醫衛教知識增能相關活動。

3. 生涯幫助性

中國醫藥大學辦理「自立兒少健康增能夏令營」對兒少未來生涯之幫助性，有96.2%的兒少認為夏令營中的課程所學對於未來生活中是有幫助，有88.5%的兒少認為參與這次的活動，課程內容對於規劃未來升學方向是有幫助的。

（二）質性成果

中興大學兒童財商營參與兒少分享：「最有趣的是看見各個國家的紙鈔，還可以模擬自己開店當老闆」、「最大的收穫是學會先儲蓄再消費」。兒少不但認識了各國貨幣，也在闖關遊戲中建立正確的金錢價值觀。

中國醫藥大學中西醫健康增能營安排VR體驗，參與兒少印象深刻，認為結合科技和知識的教學方式，對理解吸收很有幫助；也有兒少表示學到很多中藥歷史，澄清了以前的錯誤觀念。透過學習穴位保健、太極拳、中草藥導覽、拔罐食療及AED急救知識等，增進中西醫學的知識。透過參與小組討論，增進彼此之間的溝通，提升兒少的邏輯思考和解決問題的能力，還在活動中與一起參與夏令營的同學們建立起難能可貴的友誼。

臺灣體育運動大學排球營參與兒少分享：「在營隊中訓練了體力和排球技巧，希望下次還可以再辦」。也有兒少說，交到很多好朋友很開心。排球營除了帶孩子學習排球，更藉此培養兒少的團隊合作精神，建立運動及健康生活的習慣。

九、方案檢討

112年度臺中市兒少職場體驗方案，雖只有三所大學響應參與，但在活動成果部分，雖未使用復原力量表檢測，從相關量化、質化成果分析，可看到在外在保護

因子提供學習、人際、生涯探索等各方面資源，內在保護因子培養兒少問題解決能力、自我成就、自信心、社會能力等，透過保護因子增強，以抵銷或緩衝兒少於生活壓力、創傷或逆境所帶來的負面影響。另本次參與兒少職場體驗方案工作人員，也從大學在學的同學遴選，同學在擔任工作人員過程中，可以培養同理心及共情的能力，並透過自身學習所長協助兒少於課堂中較不瞭解的部份以達到大學社會責任實踐之效益，以教育投資的方式，累積兒少人力資本、增加社會參與機會。

另本方案未來需要精進之處為提供更高誘因或獎勵機制以招募本市公私立大學參與，才能擴及更多經濟弱勢兒少參與，並包含安置機構兒少，以多元方式讓兒少有機會能接觸不同職業別，發展未來生涯所需資源。

伍、結論

家庭經濟貧窮雖會限制及影響兒少學習，但並非在貧窮環境下長大，發展結果皆一致，仍然可以看到許多社會知名人士雖在窮苦環境長大，最後人生翻轉之案例。對於經濟弱勢兒少生涯面向社會工作服務是需要被重視議題，透過復原力培育，擺脫傳統病理觀社會工作處置，提供兒少社會支持資源環境保護因子帶來希望，陪伴兒少於逆境中走出並開創自我生涯。

（本文作者：陳麗華為臺中市政府社會局人民團體科科长；蔡佳螢為通訊作者，臺中市家庭暴力及性侵害防治中心高級社會工作師）

關鍵詞：復原力、弱勢兒少

參考文獻

- 王凱萱（2008）。《貧窮青少年生涯抉擇影響因素之研究——以台灣兒童暨家庭扶助基金會為例》（碩士論文，國立暨南國際大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/64758x>
- 白倩如、李仰慈、曾華源（2014）。《復原力任務中心社會工作——理論與技術》。洪葉。
- 白倩如、曾華源（2022）。〈我命由我不由天？當代弱勢青少年社會生態復原力保護因子之建構〉。《正向心理：諮商與教育》，1，65-76。[https://doi.org/10.30099/PPCE.202206_\(1\).0006](https://doi.org/10.30099/PPCE.202206_(1).0006)
- 吳佳明（2011）。《貧窮少年生活經驗中復原力發展之探究》（碩士論文，國立暨南國際大

- 學)。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/786f47>
- 呂朝賢（2007）。〈貧窮動態及其成因——從生命週期到生命歷程〉。《臺大社會工作學刊》，14，167-210。<https://doi.org/10.6171/ntuswr2007.14.04>
- 李孟蓉、劉燕萍（2020）。〈以正向少年發展模式推動與社區互惠的少年社會工作實務〉。《臺大社會工作學刊》，41，57-97。[https://doi.org/10.6171/ntuswr.202006_\(41\).0002](https://doi.org/10.6171/ntuswr.202006_(41).0002)
- 許雅棣、顏婉麟、林綺雲（2022）。〈國高中生復原力對生命態度及幸福感之間的影響研究〉。《諮商與輔導》，437，38-43。
- 曾華源、李仰慈（2012）。〈建構弱勢少年復原力的社會工作專業服務輸送體系〉。《社區發展季刊》，139，193-205。
- 蕭玉佳、張芬芬（2013）。〈國小經濟弱勢生學習生活與學習文化之個案研究——凌寒待暖陽〉。《課程與教學》，16（1），35-67。[https://doi.org/10.6384/CIQ.201301_16\(1\).0002](https://doi.org/10.6384/CIQ.201301_16(1).0002)
- 蕭琮琦（2013）。《台灣家庭經濟安全探析——生命歷程與貧窮動態觀點的詮釋》（博士論文，國立暨南國際大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/53m7p7>
- American Psychological Association. (2022). *Resilience*. Retrieved May 25, 2024, from <https://www.apa.org/topics/resilience>
- Buckner, S. L. (2021). *Achieving academic and career success: How six low-income African-American students defied the odds*. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED625732.pdf>
- Capizzi, L. M., Hofstetter, C. H., Mena, D. D., Duckor, B., & Hu, X. (2017). Promoting low-income students' college readiness, well-being, and success: A gear up counseling program study. *Journal of School Counseling, 15*(3).
- Glaveanu, S. M. (2024). Adolescents' resilience evaluation scale: ARES-i25 and the analysis of its psychometric characteristics. *International Journal of Educational Psychology, 13*(1), 21-44. <https://doi.org/10.17583/ijep.12562>
- Sünbül, Z. A., & Çekici, F. (2018). Hope as unique agent of resilience in socio- economically disadvantaged adolescents. *International Journal of Evaluation and Research in Education, 7*(4), 299-304. <http://doi.org/10.11591/ijere.v7i4.15354>
- Swain, R. (1984). Easing the transition: A career planning course for college students. *Personal and Guidance Journal, 62*(9), 529-532. <https://doi.org/10.1111/j.2164-4918.1984.tb00269.x>