

鍊出質感好生活——以勵馨婦女就業方案「財務團體」為例

張巧儒

壹、前言

《家庭暴力防治法》自1998年實施至今已逾25年，從關注家庭暴力被害人之人身安全、司法議題，更加拓展至經濟安全議題，2015年《家庭暴力防治法》修法後正式將經濟暴力視為一種獨立的暴力樣態（陳淑芬，2020），同年也明訂勞動主管機關需針對家庭暴力被害人提供職業訓練及就業服務等相關事宜。

經濟暴力是從經濟、財務與物質資源層面帶來的掌控與破壞，用控制或限制的手段讓被害人無法自行決定如何支配金錢、強迫被害人借貸等，剝奪其經濟自主性（王珮玲等人，2018）。經濟無法自主和經濟不安全感常是讓被害人困在暴力關係中的因素之一。擁有經濟自主性對被害人是重要議題，影響了被害人是否擁有向外求助或脫離暴力的重要關鍵，「就業」是一般常見獲得經濟資源的主要方式，勵

馨基金會（以下簡稱勵馨）從實務工作中看見被害人處境，許多女性被害人在婚後育兒階段退出職場，失去求職力且缺乏專業技能的情況下，成為重返就業市場的限制。透過實務研究，勵馨於2008年展開以受暴婦女為主體的階段性就業服務，陪伴且協助受暴婦女排除各項內、外在障礙，重返就業市場，取得工作機會，以減緩關係中的暴力或達到自立生活。

筆者於2012年加入勵馨婦女就業方案至今，從實務經驗中看見，「就業」為受暴婦女帶來「經濟自主」的能力與條件，每年約有六成五至七成的服務對象可順利返回職場就業。長實務觀察中，看見初期的經濟自主僅是自立生活的開端，許多受暴婦女在獲得經濟收入後，仍無法支應其生活所需、生活的收支常處於危險平衡的狀態，稍有差池則立即失去平衡，再次陷入生活困境。實務現場發現，受暴婦女在拾回經濟自主權後，更加需要學習「經濟

掌控權」，學會分辨個人生活所需、瞭解自我財務行為，且增加相關財務知能，才能有效掌控自我金錢，打造自我財務健康，以獲得自己真正想要的生活方式（引自林桂碧，2020），達到從求生存走向好好生活的自立階段。

2017年輔仁大學林桂碧助理教授向美國財務社會工作創始人Reeta Wolfsohn習得財務社會工作專業後，將此專業帶入台灣社會工作中，期望能培育台灣社會工作者有幫助個案真正脫貧，因應貧窮議題的能力。勵馨從2018年開始向林桂碧老師學習財務社會工作相關專業，實踐於婦女就業工作中，透過多次的團體督導和在職訓練，2022年開展婦女就業與財務安全方案，方案目標從「協助婦女穩定就業」擴及至「持續穩定就業、增加財務知能、提升財務安全」，目的是協助受暴婦女從求生存階段逐漸走向真正想要的生活。

本文將分享如何以「發展性社會工作」理論及「財務社會工作」方法為基礎，設計並執行「鍊出質感好生活——財務團體」，協助受暴婦女從獲得經濟自主到進一步掌控財務、實現理想生活的轉變歷程，並期望實務工作者在學習財務社會工作方法同時，也可以知道如何落實於團體工作中。

貳、方案設計背景與理念

一、發展性社會工作（developmental social work）

米基利與康利（2010 / 2012）針對發展性社會工作的描述有幾個關鍵重點：（一）避免將遭遇困難的人與社區隔離；（二）強調經濟發展與社會福祉目標在發展過程中，應該受到同等的重視；（三）採取社會投資策略，強調人的能力，使之成為有生產力公民；（四）強調人權與社會正義的承諾；（五）生產力非僅界定一個人的經濟行動價值，也可以透過社會或公民參與面向來加以衡量；（六）發展性社會工作採用「鉅視」觀點來實踐社會變遷，與促進社會融合與培養社區和社會凝聚密切相關；（七）發展性社會工作必須能夠與人、家庭及社區團體有效溝通，且可以運用人際關係來達到目的，重視與社區團體一起工作，以社區為本的運用能力和培養充權，促使案主融入社區生活。

二、財務社會工作（Financial social work）

財務社會工作源自於1996年美國柯林頓總統推出的《個人責任與工作機會協調法案》，美國財務社會工作於1997年開啟，2000開始提供財務教育、財務識讀能力與財務知能（Financial Capability），2005年Reeta Wolfsohn為解決個案財務問

題，提出「轉化學習」與「跨理論行為改變模式」運用在個案財務行為改變上，2013年從研究中整理出不穩定的財務處境將危害個人的情緒、生理、心理、精神、財務及整體健康，2015年整理出關於「財務福祉／健康」的概念，提出個人應當與金錢密切連結，建立內在的金錢自我，瞭解金錢與自我的想法、感受和行為，2017年提倡金錢與健康之關係，財務社會工作結合社會心理取徑、生命週期觀點與人權概念而發展，倡導所有人皆有獲得財務健康之資格（林桂碧，2020）。

財務社會工作認為，一個人的財務是否安全健康，會關聯其個人身心健康，也會影響個人是否能選擇真正想要的生活方式，三者之間有連動性，勵馨婦女就業與財務安全的方案目標即是希望受暴婦女在持續就業後能真的選擇自己想要的生活且享受它；財務安全健康有四個指標：（一）可以掌握自己財務；（二）有處理突發財務狀況的能力；（三）有因應達成財務目標的途徑；（四）選擇自己想要享有的生活；其次人的財務狀況與其身心健康狀態息息相關，基本生活食衣住行育樂，每個行為背後都與「金錢」相關，沒有錢或為錢奔走的生活總讓人陷入絕望困境中，對未來難以有想望，日復一日追著「錢」的生活，常會導致身心俱疲，甚至鋌而走險遊走法律邊緣。Wolfsohn在財務社會工作Chronic Financial Stress

Syndrome（CFSS）的概念中提到，被否認／忽略的財務問題會影響個人的身體、心理與情緒，且更加失去與金錢的連結和關係，因此導致各種問題的加劇，而進入CFSS的循環中。

許多受暴婦女在長期充滿壓抑、貶抑、被控制的暴力環境中，失去自我決定和掌控的能力（杜瑛秋，2016），受暴處境衍生的無助和無望感，使得受暴婦女即便展開自立生活，也不敢想像自己想要和渴望的生活為何，且在他人眼光、許多社會複雜的價值觀交織影響下，更難以分辨是自己想要的或是滿足他人眼中期待的生活樣貌。每一個人想要過的生活樣貌都有自己的獨特性和意義，且可能也會隨著不同的生命週期階段而有所調整，財務社會工作重視每個人的差異和獨特性，增進個體與自我的連結，方能找到想過的生活樣貌，而且可以朝著渴望的生活樣貌前進，是相當重要的一環。

財務社會工作並非僅是一般常見財務教育，常見社工與個案討論經濟議題時，會進行收支盤點，請個案列出「想要」「需要」，利用各種盤點工具針對個案日常收入與支出結構進行深入分析討論，以檢視是否有機會再開源「節流」。在學習「財務社會工作」之前，筆者也曾經用這樣的方式與個案討論，也從中看見窒礙難行的部分，每一個人對於「需要」「想要」的定義是非常主觀且個人化的，人的

每個行為背後一定有其目的與意義，簡化的「收支討論」容易停留於解決表層問題，難以解決長期的財務困境，更無法長遠地提升個人和家庭的財務健康。財務社會工作並非金錢的數字遊戲或理財教育，而是一場修身養性、內外兼修的歷練。細緻、入微地剖析每個財務行為的深層原因，以瞭解背後的價值觀和生活方式選擇。透過深入的自我覺察，認清真正的需求，重新審視優先次序，調整生活方式，真正實現財務自主。

三、婦女就業與財務安全方案

婦女就業方案目標是協助受暴婦女重返就業市場、透過進入職場工作獲得經濟自主及增進社會參與，開展人際互動，亦是自我充權找回自我的過程，進而降低、減緩暴力，提升自主掌控權。工作是讓自己朝著想要生活邁進的一種手段，工作收入的獲得帶來自給自足的生活，但非等於達到財務安全，財務安全的滿足要件有三：（一）收入自給自足；（二）資產累積；（三）財務知能。

許多人都夢想成為樂透得主，一夕致富，認為即可翻轉生活與財務處境，但按許多國外公開樂透得主的經驗中可見，當人的財務行為、價值概念沒有調整改變之下，中了樂透更會重複原有的財務行為模式，無法替生活帶來真正且長期的翻轉，且變本加厲的行為更在多年後使自己陷入

更大的困境；有些個案期待獲得補助以解決燃眉之急，不論是房屋租金、押金、托育甚至各種債務，實務經驗是個案在獲得補助後，解決了眼前的「急事」但仍有無法離家自立、改善生活和穩定的窘境。這其中的原因即是個人舊有的財務價值與習性支配其財務行為，原有的習慣性且自動的財務行為反應，在沒有外力介入和自我覺察、有意識調整與練習下，難以做出改變，也因此即便是就業穩定的受暴婦女，有時仍落入入不敷出，無法達到收入自給自足、進入資產累積。

談「錢」就是「談生活」，談論財務實則是在談論生活的方方面面，從生活的點滴中洞見每個人獨一無二的生活習性和行為模式，進而瞭解其背後的金錢關係與財務行為。每個人的財務處境，皆扎根於內在自我與金錢的獨特關係，這層關係左右個人的財務行為。因此，若期望財務行為產生根本改變，重點便在於先覺察個人當下的財務處境，並深入瞭解自我的金錢關係與財務行為模式。而我們對金錢的觀念和處理方式，多數源自原生家庭的薰陶、形塑，或受生命中的重大事件所影響。財務社會工作透過細緻入微的對話，探索每個人對金錢的感受、想法與態度，以及金錢對生活願景的意義，從中覺察更深層的自我認知，以及對生涯路徑的期許與選擇。打造財務安全的基石，在於健全的財務知能，完整的財務知能涵蓋五

個面向：賺錢、花錢、借錢、存錢和保護錢的知識與能力。當我們具備全面的財務知能，方能在財務安全之路上更加從容自在，並綻放獨特的人生價值。

參、方案內容與執行

「鍊出質感好生活——財務團體」以財務社會工作理論和方法為基礎進行團體內容設計，期待從解構走向再建構。解構前，我們得先探索並意識個人原有的財務行為、知能從何而來，了解自我對金錢的感受、情緒、想法，覺察舊有的財務行為與知能對自我造成的影響，明白財務處境和現況後，重拾自我選擇權，解構後接續思考，若維持原有生活及財務模式會帶來什麼影響，而增加不同選擇可能會創造哪些新的可能性，針對新的選擇審慎思辨後，進一步展開行為改變的練習與熟稔，並為自我的決定負起責任。

有意識地進行新選擇，必將為自我帶來正向的全新體驗，透過這些豐富的正向經驗，重新建構對金錢與生活的信念。在人生的每個階段，亦將持續覺察並審視財務決策與行動的影響，不間斷地引領自我向心目中理想的生活樣貌邁進。這是一場自我覺醒的內外兼修之路，唯有不斷檢視內在，方能於外在世界掌握自己的生活質感，並在這條充滿智慧與自覺的旅程中，鍛鍊出屬於自己獨一無二的優質生活！即

是「鍊出質感好生活」的意義所在。

一、溯源

生命的根基常是源自於原生家庭，財務行為亦不例外。我們藉由「聖誕樹」與「家庭圖」的活動設計，引導成員從原生父母身上覺察自我受其影響面向，不論是在性格、特質、價值信念、生活習性和財務行為。從手足關係中感受相似與差異，同樣的原生家庭，家庭成員可能因著性別、個人特質、年紀等，而習得不同的財務經驗與行為，產生對金錢不一樣的感受，養成不同的財務習性。從觀察自我生命中所遇的重要他人中，看見對方有著哪些生命價值觀或是行動，為何會成為自己欣賞的人，也成為自己的重要他人，而自己又是透過哪些機緣與行動，將貴人帶入生命中？最後是找一個覺得生命中對自己影響不佳的人，整理這個人有什麼特質與行為是讓自己不舒適的，也反思與這個人相互交往的過程中，自己是如何被他影響的？

整合從原生家庭父母、手足、甚至祖父母到自己的孩子，重要他人乃至對自己影響不佳的人，洞察生活系統中每一個人對自我的影響後，也思考，此刻的自己，是一個擁有哪些特質、行為、生活習性、財務行為樣貌的人呢？是否喜歡自己？是否有想改變或不一樣的地方？引導成員開始反思想要成為一個什麼樣的人。透過這

條環環相扣的自我探索之旅，引導成員思考，他們理想中想成為一個怎樣的人？為日後自我改變和重塑奠定堅實的基礎

二、回顧自我生命金錢故事

「生涯S」活動，源自於陽明大學退休教授黃素菲老師在生涯敘事課程的帶領與分享，筆者設計利用「生涯S」活動，設定以生命「金錢」故事為主軸，首先請成員回顧生命中5~8件與金錢相關故事，再來從此時此刻的狀態，重新回顧這些經驗，看看是否產生新的觀點與感受。整理串連後，為這5-8串起生命篇幅的金錢故事進行命名。每一個命名都訴說著過去的故事和對未來的期待，當成員細細回顧這些生命故事時，新的觀點與感受自然油然而生，打破了過往對自我單一故事的形塑與框架，看見自我豐富而立體的多面性。在「盡自己所能」的故事中，成員分享了自身的成年歷程：

成年後總是需要自力更生，賺錢養活自己，一直拼盡全力求生存。但也發現金錢並非萬能，即使再有錢，身體不健康也將無用武之地。而在「有財、無財，都要理財；負債不可怕，可怕的是你不改變」的故事裡，成員從過往的人生際遇中看見，只要願意開始改變，哪怕只是些微角度移動，也足以帶來巨大的不同。

透過這番生命回顧與覺察，成員將重拾對美好生活的嶄新想像，勇敢邁向自我重構的道路。

三、覺察自我對金錢的情緒、感受

人對金錢的情緒與感受，決定了自我與金錢連結程度與關係，與金錢的關係愈健康愈能獲得改善財務健康的權力和能力（莊心好等人，2023），修復與金錢關係，才能與健康的財務未來更靠近。因此覺察自我與金錢的情緒與感受是至關重要，覺察意識且承認內在感受，亦是行為改變的起點。在此階段，成員透過回溯過往與金錢相關的經歷，覺察自我對金錢的情緒反應與感受。有人提及「不安定、不安全」的感受，源自曾經無力繳付車貸而失去愛車，最終只能透過以卡養卡的方式贖回，因此造成沉重的卡債。另一位成員分享「不值得」的感受，過去為了賺錢而耗盡心力，卻失去與孩子的珍貴連結。亦有成員提到「無能為力」的無奈感受，當家人健康出現問題，卻因錢不夠而無法立即處理。覺察到自我對金錢的情緒與感受後，成員進一步檢視這些內在體會影響了生活的哪些層面。許多人皆分享，對錢的無助感與焦慮常令他們難以入睡，情緒也變得易怒且急躁，也常在缺錢的時候，對自己產生負向評價。透過這番深入覺察，成員將正視內在與金錢的關係，為日後的行為改變奠定基礎。

四、檢視自我財務行為

每一個財務行為的背後，皆蘊藏著個人的目的和意義。然而我們是否能真正「清楚」、「透徹」並「意識」到，這些行為滿足或回應了自我什麼樣的需求與價值觀，倘若能夠愈清晰地認知自我選擇原因與目的，就能為自己做出更健康的財務選擇和行動。因此，在這個階段，引導成員盤點自己目前實際的財務行為，進而探究這些行為背後的根源成因，以及帶來的影響。例如，有位成員分享自己常常「逃避打開帳單、罰單，進而延誤繳款」的行為。然而，這個逃避的做法，最終反而為自己帶來更多的滯納金或利息負擔，導致金錢壓力與包袱加重，一開始以為透過「視而不見」的態度就能置之不理，卻反而造成更多殘局需要自己收拾。

透過這番內省檢視，成員更深入認識自我的財務行為模式，並覺察到這些行為所滿足的需求，以及所產生的影響。唯有如此，他們才能真正掌握改變的契機，為自我的財務健康把關

五、財務知能提升

一個人的財務知能是影響個人財務處境的重要因素，財務知能包含「賺錢、借錢、花錢、存錢、保護錢」五大面向。在此階段，我們先了解成員過去是否有與他人談論過「錢」的經驗，再以五大財務知能為基礎，引導成員分享過往經歷並進行

討論，接著再結合財務教育相關知識，擴大及提升成員各項財務知能。在此階段特別設計了一份學習單，鼓勵成員回到日常生活中進行檢視與盤點，練習與自己的錢建立更緊密的連結。如學習調閱個人勞保卡，了解個人職涯中的投保記錄、盤點目前工作的福利和潛在利益、檢視個人目前的支付習慣，以及存錢方式為何？實際前往財團法人金融聯合徵信中心，調閱個人信用報告、檢視個人商業保險投保狀況，並清查自身目前的借貸情形及相關金額統計等。

團體中我們針對五大財務知能領域進行分享與知識性補充，並依據日本理財專家橫山光昭提出的「消費、浪費、投資」概念，設計了「消、浪、投」信封袋的發票分類活動。成員從記錄花錢當下的心情開始，將發票分類歸納，兩週後、一個月後，重新檢視並回顧這些發票，看看隨著時間的推移，以及脫離當下選擇花錢的情境後，是否對這些支出產生不同的情緒反應和歸類想法。透過這番反覆審視，成員對自我的財務行為產生新的觀點與想法，無論是哪一類型的支出，都可以學習更有意識地進行每一次財務決策，為自我負起應有的責任。在「消、浪、投」活動中，每個人都可以根據主觀看法，為自己的發票進行分類和定義。仔細檢視一開始「花錢」的目的與意義為何？是滿足當下還是長期需求？有位成員分享，為了面試「買

新襯衫」是一種投資，但當打開衣櫃檢視時，發現裡頭已經存有許多襯衫，那麼這一次的「買新襯衫」還算是投資嗎？或許應該被歸類為「浪費」？

每個人對於選擇和分類的見解都不盡相同，在個人主觀判斷下，會有不同的滿足感和需求。財務社會工作者的角色，並非質疑或評論不同選擇，而是需要引導當事人思考消費行為背後的目的與意義，以更清晰的角度為自我抉擇負起責任。

六、改變的承諾與責任

團體初期，帶領成員回溯「過去」，看見原生家庭對自我的影響，以及過往生命中的金錢故事如何塑造了自我與金錢之間的關係。再回到「現在」引導成員重新認識與覺察自我對金錢的感受與情緒，並具體檢視當下的財務處境與財務行為。

在團體即將畫下句點之際，邀請成員眺望「未來」，重新思考自己與「金錢」想要建立怎樣的關係？是否期望自我能有不一樣的選擇？成員為自己書寫想要改變的承諾與想法，並練習為自己的目標訂立行動計畫。生活目標或財務目標的達成絕非一蹴可幾，訂立行動計畫正是掌握自我的開端。畢竟，只有自己才是最了解自己的人，從開始的起心動念出發，確認自己真正想要的是什麼、思考要採取哪些行動才能實現改變、再次檢視對自我的認識。在通往改變的道路上，難免遭遇風險與挑

戰，屆時善用貴人的支持與協助，將有助於排憂解難。

關於行動計畫的訂立，越是簡單明確越好。若能將具體的行動方針拆解得越細緻、越平易近人，對自我的掌控度就會越高，從小處著手執行與實現，更能逐步累積自我成就感。

七、夢想藍圖的打造與行動

明確的生涯願景能為生活注入盼望與動機，以終為始的為生活夢想藍圖，勾勒出具體的實踐方向，激發有效的行動策略和改變動機。從設立短期目標到長期規劃，有計畫且循序漸進地邁進，降低看不見盡頭的無望感，減少無助無望的窘境，為重建自立生活注入生機。

最後一次團體，我們特意安排在半年後進行，旨在回顧、檢視先前訂立的目標，以及在財務團體中的各項學習於日常生活中的實踐分享。在時間的發酵與日常生活的催化下，成員們展現出不同的自我，成員A表示越來越能掌控自己的生活，也一直在學習分辨什麼是自己真正想要的；成員B則分享了對於金錢與生活的體悟，認為自己不必汲汲營營地一直賺錢，而應更多享受當下的生活與內心的平安；成員C將當時訂立的計畫付諸實踐，不僅在生活中具體運用，也用以反思自己理想中的生活與工作應有的樣貌；成員D則分享自己開始掌握人生的方向盤。

財務團體方案的設計，並非期望參與成員能有立即性的成效與改變，不同成員有些分享，如：

我開始還債，但也努力另外存錢，要帶孩子去墾丁玩。

兒子分享因為自己對他的投資，讓他面試很順利被錄取……也會提醒兒子，要找到下份工作才能離職……，即使借兒子的錢，也會記錄，讓自己清楚金流。

現在每一次買東西，都會想到那三個信封袋（意指消、浪、投的活動）」。

覺得對生活有盼望很重要。

我的生活目標是開心，沒錢也可以吃的簡單但感到開心，這是透過自己的努力去改變的。

團體中我們透過各種活動設計，不斷重複練習「意識」、「覺察」、「反思」及「行動」等環節，使成員能將所學運用於日常生活的各個層面，藉由自身的力量，真正從生存邁向美好生活。最後，邀請成員運用媒材將個人渴望的未來生活藍圖視覺化呈現，並為每位成員導覽說明夢想藍圖的構想，讓每個人再次為自我的夢想進行「敘說」，透過視覺與聽覺的雙重方式，重覆自我整理，深植於心，實踐於日常。

肆、討論與建議

一、方案特色

「鍊出質感好生活——財務團體」是一個內、外兼修的團體方案，從對自身外在系統的覺察、整理，走到自我內在系統的探索，聆聽內在系統的聲音和需求，再回到外在系統中進行選擇與行動；利用「話家常」的方式切入「財務」，讓討論「錢」，不再只是檢視與盤點，創造了一個自我檢視、尋根的機會、成員的分享觸發彼此更多的自我看見與意識，成員間不同的財務選擇與財務習性分享，激發彼此對外在世界的看見與促進內在自我對話、用說故事、聽故事的方式來覺察、探更多的自我，反而看到且豐富對個人消費習性的各種討論，擴大彼此視角和增進選擇權。財務團體的進行是一個「療癒自我與金錢關係的過程」，想要改變與金錢的關係，是先需要原諒自己曾經「不完美」且可能影響自我甚鉅的各種財務行動和決策，唯有真正接納曾經的自己，才能重獲向前走的力量。

二、社工角色

財務團體能成功運作且真的能在個案日常中發揮影響，主責社工角色是特別重要的，團體中觀察到個人的財務議題與樣貌，需與個案工作有密集的搭配；因此社工們皆曾有過財務社會工作訓練，能陪伴

個案探索自我與金錢關係和感受，並且能在會談的過程，聆聽好奇個案許多的金錢故事，翻轉個案從原有的單一金錢故事，引導個案看見其他的支線故事，豐富個案對自我金錢觀與價值有更多的探索與看見、透過跨理論行為改變模式來協助引導個案從無意圖期到意圖期，從無意圖期走到意圖期是最困難的，個案需要能意識與覺察過往自我財務行為如何造成目前的財務處境與現況，進而產生想要「不一樣」的念頭，才有可能邁向意圖期，進入意圖期的個案，感受或看見「改變」或「不改變」的好處，改變的意願才剛萌芽，最為嬌貴與脆弱，社工好比花園中的園丁，如何對嫩芽進行澆灌、施肥、除蟲等細心呵護，讓其可以收到養分順利開花結果，靠著自己的力量，有著對害蟲的自我防禦機制，即使受到蟲害，仍可以繼續生長。

財務教育為財務社工的一小部分，社工需要擁有關於賺錢、借錢、存錢、花錢、保護錢的五大財務知能，適時提供個案相關之健康財務知能的教育及討論，且針對不同年齡與生涯階段討論內容而有所差異。財務社會工作適用於每個人身上，社工在實踐財務社會工作的同時，也需要對自我在財務議題上有相當程度的反思與覺察，瞭解自我財務價值與行為，「話家常、談生活」的會談方式，容易觸發社工個人對金錢和生活的價值與看法，會談過程中，更加覺察敏感彼此的價值差異，將

可能產生的碰撞與火花轉化成好奇與問句，以接納的態度持續陪伴個案對自我探索，找到改變的渴望與方向，得以邁向渴望生活。

三、挑戰

財務社會工作的實踐者需要了解自我的財務習性與價值也需看見我們身處的社會環境如何建構出一套財務價值影響著每一個人，並且在工作過程中，放下、透明自己的價值、社會建構的價值，好奇眼前個案所擁有的價值與經驗，工作者的任務是擴大個案的財務知識與技能，陪伴與協助個案接納過往不完美的財務決定造成的影響，坦誠接納自我，才能邁向復原（元），尊重個案再一次選擇前進方向和想要生活樣貌的自我決定。

四、結論

沒有人願意有財務問題，但大多數的人卻都有。過去我們常見，因為害怕與個案關係尚未建立不佳，或是擔心談「錢」太敏感，總是不知如何開始與個案談「錢」，或是談了「收入」、「支出」後，讓社工與個案一同掉入錢不夠用的困境中。「鍊出質感好生活——財務團體」創造一個讓成員放心談「金錢」的空間，成員分享從未有人和他們如此談錢、從未想到原來生命中有這麼多與金錢相關的故事在影響著自己，不論是脫離暴力關係已

開展自立生活的婦女，或是選擇留在關係中的婦女，皆在本次的團體中，從意識原生家庭如何影響自己的金錢觀、消費習性到覺察自我與金錢的關係，學習累積更多的財務知能，接納自我不足與有限，轉變重建自己對錢的態度與想法，持續學習掌控自我的金錢與生活。

比照成員參與團體前，我們發現，成員開始能意識、看見自我財務處境，除了開始為自己設定生活、財務、工作目標外，也學會審視自我目標設定的可行性，並且在沒有達成目標時，會主動來找社工討論，再次修改目標，對於需要修改目標雖然有些挫折，但不氣餒，保持持續往前的動力與心情，再者成員提升練習規劃、掌控自我金錢的能力，能開始覺察，我為什麼有此財務行為，意識這背後滿足了哪些自我價值與需求，而這個財務決策將會為我帶來什麼的風險等，成員可以大方自我檢視與回應分享「原來過去，我有哪些財務行為造成我的財務不安全的處境」，能夠回到此時此刻思考，「那我現在需要做什麼，讓我可以往我的目標前進」，透過成員間彼此的分享與成員的年齡差，看見「原來可以這樣想、原來別人和我想的不同」也發現每個人都有財務不同的觀點與思惟。

這是一趟重建與接納自我的旅程，當人們的自我意識、自我價值感愈來愈高，就愈來愈清楚明白知道，想要過什麼樣的生

活，不再受他人眼光與社會價值所影響，當渴望生活的藍圖愈來愈清晰，人們就會更清楚如何選擇想要的工作及需要付出和更願意自我負責。

婦女就業與財務安全方案目標是協助受暴婦女重返職場後，除持續穩定就業外成為有生產力的人外，在自給自足下達到財務安全，能往自己想要的生活方向前進。「鍊出質感好生活——財務團體」開啟自我與金錢關係的探索與對話，生活、就業、財務三者關聯性高、密不可分，先觸發對生活的渴望，再激發促進就業的動機與意願，看見就業後帶來更多的附加價值，以提升持續就業力，學習對工作收入的支配與掌握，重建財務知能與習性，每個人的生命經驗皆有其獨特性，不同的生命故事、個人特質、能力皆影響著她們的生活、工作和財務的需求和選擇，就業社工帶著好奇的眼光，看見她們獨特的樣貌與差異、陪同受暴婦女在返回職場的過程中，不僅找到工作、持續工作、重建與金錢的關係，更多的是找回自我，得以選擇和展開自我想要的生活。

（本文作者為勵馨基金會新北分事務所督導）

關鍵詞：婦女就業、財務社會工作、財務知能、財務安全、金錢關係

📖 參考文獻

- 王珮玲、顏玉如（2018）。〈「親密關係經濟暴力量表」之發展〉。《社會政策與社會工作學刊》，22（2），135-179。https://doi.org/10.6785/SPSW.201812_22(2).0004
- 米基利、康利（Midgley, J., & Conley, A.）（主編）（2012）。《社會工作與社會發展：發展性社會工作的理念與技術》（羅秀華譯）。松慧。（原著出版年：2010）
- 杜瑛秋（2016）。〈看見未來的希望：從受暴婦女就業看見發展性社會工作〉。載於黃琢高、鄭麗珍，《發展性社會工作：理念與實務的激盪》。雙葉。
- 林桂碧（2020）。〈財務社會工作的內涵與發展〉。《社區發展季刊》，170，61-70。
- 莊心好、黃暉婷、許瑞珊、邱晴惠（2022年6月6日）。〈婦女就業與財務安全方案〉（會議論文）。112年新北市社會工作專業永續發展目標（SDGs）實踐與展望研討會，新北市，中華民國（臺灣）。
- 陳淑芬（2020）。〈「女人前（錢）進自由——受暴婦女經濟賦權方案」之實務經驗探討〉。《社區發展季刊》，171，286-295。l (Eds), *Social work treatment: Interlocking theoretical approaches* (3rd ed., pp. 1-18). Free.