

韌性與社會支持——桃園市 特殊境遇單親女性的調查研究

韓意慈、顏玉如、薛享紘

壹、前言

在過去研究中，早已指出導致經濟弱勢單親女性產生匱乏之惡性循環的主因，不僅是由於其身兼照顧者以及弱勢勞動者，在性別與勞動市場的不平等下，兩者更會互相影響而使經濟弱勢單親女性難以脫身。這種現象在高度經濟發展的社會中已然普遍化，甚至被稱之為貧窮的女性化（Pearce, 1978; Golden & Kremen, 1990），其中的重要因素包含：勞動市場的性別工資差異、傳統對女性照顧角色的性別刻板化、以及福利制度的不適當性三者；由於不利於女性的經濟自足能力，一旦女性因故成為家中的經濟負擔者，將較男性有更高比率的貧窮率；因此政策上的協助是為必要的手段（呂朝賢，1995），直至今日相關研究也呼應政策介入的必要性（王泰文等人，2015；張英陣、彭淑華，1998；洪惠芬等人，2020；陳家華、王永

慈，2021；Rees et al., 2023）。

在這個背景下，為了因應女性離婚後經濟安全問題，我國通過特殊境遇家庭扶助條例。於2000年通過的《特殊境遇婦女家庭扶助條例》（2000 / 2021），其主要目的在於針對特殊境遇家庭臨時的生活困難，給予緊急照顧後，使其得以自立自強並改善生活環境。該條例第一條規定：「為扶助特殊境遇家庭解決生活困難，給予緊急照顧，協助其自立自強及改善生活環境」。早期的條例聚焦在女性離婚後的經濟困境，其後又於2006年，修正放寬特殊境遇婦女資格，使補助資格在認定上更彈性多元；2009年之後才將補助對象擴大到男性（王泰文等人，2015；《特殊境遇婦女家庭扶助條例》，2000 / 2021）。政府的扶助作為包括緊急生活扶助、子女生活津貼、子女教育補助、傷病醫療補助、兒童托育津貼、法律訴訟補助及創業貸款補助；申請者須符合家庭總收入按

全家人口平均分配之下，每人每月未超過政府當年公布之最低生活費 2.5 倍、及臺灣地區平均每人每月消費支出 1.5 倍，且家庭財產未超過中央主管機關公告之一定金額，並具有規範之申請情形之一者即可申請。學者根據2016~2020年公務資料庫的分析中，8成5為本國籍女性，年齡集中在35~44歲，有工作者以雜工為多、無工作者以獨自照顧幼子為主因，接近半數的申請理由為第四條第五款之「因離婚、喪偶、未婚生子獨自扶養 18歲以下子女」之扶助理由（洪惠芬等人，2020）。

在實務上，經濟弱勢的單親戶長可依據此條例申請緊急生活補助金，由於相較於低收入戶、中低收入戶的審查條件較為寬鬆，成為經濟扶助的重要資源；然其通常僅給予三個月為限，對許多身陷經濟困境的單親女性往往不敷使用，為了延長補助期限，社工可能會以不同的理由重複申請（洪惠芬等人，2020）。這些未能滿足的經濟、照顧與就業需求，挑戰了社政單位中提供服務的能力，研究指出社會服務跨體系的提供者亟需對單親女性的多重困境有更深入的理解（陳家華、王永慈，2021）。在此脈絡下，國內相關研究較少從微觀角度去探討他們主觀經驗，引發本文研究團隊的興趣。

本文將從韌性 / 復原力的角度，針對福利系統中申請特殊境遇家庭扶助的單親女性進行調查研究。何以韌性的探討

具重要性，乃因經濟弱勢單親女性所面對的困境是多重的，如經濟困難、心理健康狀況不佳和複雜的生活狀況（Hitchens & Payne, 2017; Fielding-Singh & Cooper, 2024; Murry et al., 2001），可能會使她們承受更高的精神壓力和更低的韌性 / 復原能力（Tso et al., 2022; Zahran et al., 2011），她們的處境在Covid-19疫情中更加受到重視（Thompson et al., 2022; Tso et al., 2022）。相關研究也證實，在488個巴西低收入家庭、90.6%為女性單親家庭戶中，其貧窮程度越高，則家庭韌性越低（Matos et al., 2021）。儘管如此，同一份研究也指出韌性能隨著工作、知識和兒童發展等因素被增強，能協助家庭應對逆境。此外，Kang等人（2022）探討255位韓國未婚母親的韌性與福祉之間的關係，發現較高的韌性與較高的福祉為正相關，而感受到的歧視在其中扮演中介角色：韌性降低了感受到的歧視，進而提升了福祉，而這與其童年逆境經驗相關；故研究建議提升未婚母親的韌性，減少歧視，並篩檢童年逆境經驗，以提升其整體福祉。既然韌性是可能提升的，我們有必要深入探討經濟弱勢單親女性的韌性及其相關因素。本文的目的在於探討對於經濟弱勢單親女性而言，哪些因素可能與韌性有關？是更多的困境導致更多的韌性，或更多的支持導致更多的韌性？這些線索將有助於我們在國內的社會服務中，進一步發展出

適合的服務策略。

貳、文獻檢閱：韌性及其相關影響因素

韌性 (resilience) 一詞最早由 Werner 與 Smith (1982) 提出，是指個體於逆境中克服或復原的能力。1970年代起，不同領域的研究者著重於探索，為什麼有些人經歷了逆境卻能夠發展出良好的能力，並將個人與環境因素中，有助於逆境中的個體維持正向適應的心理社會資源，歸納為保護因子；而在逆境中透過保護因子的效果維持正向適應的動力過程則稱之為韌性 (resilience) (曾文志，2006；Werner & Smith, 1982)。中文文獻的韌性與復原力均來自於英文 “resilience” 一詞，學者整理不同研究後指出：在中文脈絡下，復原力強調的是個體面對困境後的恢復與適應能力，而韌性則是個體突破困境後能更加超越、展現更美好生活的意涵 (利翠珊、蕭英玲，2008)，前者著重於個體的能力，而韌性則強調突破困境後的新狀態，本文係以韌性來探討經濟弱勢單親女性的相關因素。

韌性的研究典範從早期著重於探討個人因素，後期則指向是個人因素與環境互動的結果，因此探究個人周遭的環境是重要的，這個取向影響了近年國內外的單親女性之韌性相關研究。Murry等人

(2001) 探討非裔美國人單親家庭 (單親女性) 的風險與韌性，透過大量文獻回顧比較不同學科對單親家庭研究的不同取徑，其批評過去研究著重於單親家庭的負面影響，未能建立解釋單親女性成功調適的模型；主張以生態風險/保護模式，分析個體、家庭、社區等不同層次的風險與保護因素，如何影響單親母親的心理健康、教養方式及子女的發展。國內研究中，關於家暴婦女復原心路歷程的研究指出，正由於受訪者本身具有之內在正向人格特質，與外在支持系統的交互作用而產生的復原力/韌性，使得她們從受暴經驗中離開 (朱嘉凰，2006)。關於女性單親家長的質性研究也發現，個人特質和環境資源的交互與支撐作用將促使韌性產生，透過各層次的韌性力量亦使單親女性得以接納自我受困及負面感受 (陳柔穎，2013)。

至於與韌性相關的個人因素，文獻指出與年齡及工作狀況相關。在年齡方面，研究發現年齡較高的喪偶女性的復原力較好 (Chaudhary & Chadha, 2014)，國內相關研究也證實年齡愈高則韌性及抗壓能力等愈好，不論是針對離婚婦女 (邵凡倫，2010；廖志育，2015)、或是針對單親家長皆然 (楊于萱，2013)。在工作方面，研究指出單親家長具有全職工作者，具有較好的適應狀況與韌性 (陳昱志，2010)。子女數對單親女性韌性的影響則

未有定論，過去研究指出遇有較多子女可能影響職業婦女的社會孤獨感愈高（洪榮正，2004），但也有研究指出子女數並不會影響母親的社會支持（陳慧君，2009；賴育樺，2009）。

在外在因素方面，研究指出：韌性與社會支持及照顧負荷相關。個人知覺的社會支持與復原力顯示正相關（Neill & Dias, 2001），國內的單親研究指出除復原力和原生家庭的協助之外，社會支持更是支撐單親女性的力量（謝美娥，2008）。女性單親在離婚前以配偶為中心的社會人際網絡，隨著婚姻關係的結束，人際支持網絡也逐漸淡漠，連帶失去原有的社會關係與角色地位，使得女性單親容易陷入孤立無援的處境（賀正貞，2003；彭淑華，2005）。針對黑人社區的研究中，低收入母親在孩子成長過程中缺乏更多的社會支持，並且以犧牲自己的情緒和身體健康為代價，接受並進行密集的養育（Elliott et al., 2015）。針對華裔離婚女性的研究指出，社會支持系統能減緩離婚女性的無助及缺乏，改善離婚女性生活上的適應，如朋友同事支援，能對原生家庭、工作各方面形成支援系統（吳允芬，2021）。相對的，韌性與照顧壓力與負荷呈現負相關。當個人將大量精力投入照顧他人時，可能沒有足夠的資源來處理自身的壓力，進而降低其應對逆境的韌性（Kang et al., 2022）。女性可能因為生育

而離職，或為了照顧孩子而選擇彈性但低薪不穩定的工作；經濟上的不穩定會增加生活壓力，減少可利用的資源，從而削弱面對其他挑戰的韌性（Matos et al., 2021）。而對經濟弱勢家庭父母而言，具有較高的親職韌性者，若獲得足夠的情緒性支持，則更能減緩其親職壓力（廖治雲，2011）。上述文獻顯示較高的社會支持與較高的韌力有關，然而照顧負荷愈高，則可能其韌力愈低。本研究為了解：是更多的困境導致更多的韌性，或更多的支持導致更多的韌性？將以照顧負荷代表困境，並加入其感知之社會支持程度，來深入探討國內特殊境遇單親女性的韌力狀況。特別在近年疫情影響前後，國內經濟弱勢單親女性韌力程度，是與社會支持較為相關、或受照顧負荷影響較大？本研究將進一步探討之。

參、研究方法

本調查研究以量化為主，採用問卷調查法，研究對象為桃園市申請特殊境遇家庭扶助第5款中之離婚或未婚生子，因獨自扶養6歲以下子女無法工作之女性，樣本名單以桃園市截至2022年2月底尚領有特殊境遇家庭扶助之女性，樣本數共194人，本研究由桃園市婦女發展中心主責執行，原為特境方案的服務需求調查，因部分問項具研究分析價值，經同意後本文將

之重新予以分析。問卷設計為電子表單，調查方式採電訪方式，由受過訓練之訪員進行記錄填答，並配合督導複查，進行研究資料的蒐集。訪員按照名單連繫後，剔除聯繫未果之人士，最終受限於補助之資源，有效樣本共100人。為探討本文前述與經濟弱勢單親女性之韌性相關變項，本研究的架構如下圖1。

本研究的假設為：

- 一、特境單親女性的基本資料（年齡、每日工時、子女數與就業狀況）會影響其韌性
- 二、特境單親女性的社會支持愈高，則韌性程度愈高
- 三、特境單親女性的照顧負荷愈高，則韌性程度愈低

在信效度方面，本研究資料於問卷回收後，均檢核每份書面問卷之完整性與

邏輯性，對於問項未填、漏答或有明顯錯誤者，以電話進行複查，確認資料的正確性。本研究的主要變項為：「社會支持」（註1）包含實質性支持、情感性支持及訊息性支持的概念，與「照顧負荷」（註2）包含養育責任、經濟事業、身心健康層面及社交互動層面、及依變項「韌性」（註3）（包含自我效能與調節、正向適應及自我認同）的知覺情形，答項均為「從未」、「很少」、「有時」、「經常」、「幾乎都是」的五分量表。為減少電話調查施測時間，社會支持僅保留四題（內部一致性 $\alpha=0.695$ ），照顧負荷僅保留四題（ $\alpha=0.631$ ），為尚可接受。韌性則有10題（內部一致性 $\alpha=0.931$ ）達高度一致性。

關於資料的分析部分，本研究根據研究假設依序完成以下統計分析：首先，本

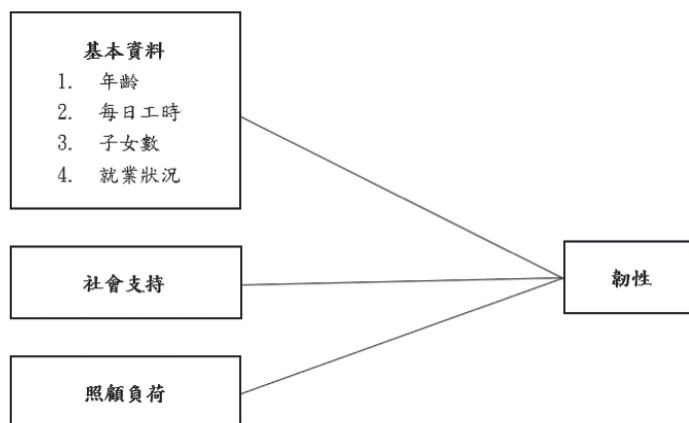


圖 1 本研究的研究架構圖

資料來源：本研究繪製。

表 1 特境婦女基本資料之描述性分析

類別	人數	百分比 (%)	範圍	平均數	標準差
年齡			16 - 48	33.35	7.20
未滿30歲	31	31.0			
30~39歲	47	47.0			
40歲以上	22	22.0			
每日平均工時			0.5 - 12	5.70	2.85
6小時以內	25	25.0			
7小時以上	21	21.0			
遺漏值	54	35.1			
子女數			1 - 6	1.74	0.96
1位子女	51	51.0			
2位子女	32	32.0			
3位子女以上	17	17.0			
就業狀況					
未就業	54	54.0			
全職工作	16	16.0			
兼職工作	30	30.0			

註：N = 100

資料來源：本研究整理製表。

文以描述統計分析受訪特境婦女在「個人基本資料」（包含年齡、每日平均工時、子女數、就業狀況）的分布情形，以瞭解研究對象的樣本特性。接著並分析受訪特境婦女在「照顧負荷」、「社會支持」與「韌性」的知覺情形，計算題項、層面及整體總分的平均數（Mean）與標準差（Standard Deviation）。

其次，為探討「個人基本資料」（包含年齡、每日平均工時、子女數、就業狀

況）在「照顧負荷」、「社會支持」、「韌性」之差異情形，本文進行獨立樣本t檢定（Independent Sample t-test）與單因子變異數分析（One-way ANOVA），若單因子變異數分析的F檢定達顯著（設 $\alpha = .05$ ），則以Scheffé法進行事後比較。再者，本文也運用皮爾森積差相關分析（Pearson product-moment correlation Analysis）探討連續變項的「年齡」、「工時」、「子女數」與「照顧負荷」、

表 2 基本資料與韌性之關聯性

個人基本資料	人數	韌性
		M ± SD
年齡分組		
(1) 未滿30歲	31	3.30 ± 1.03
(2) 30~39歲	47	3.86 ± 0.74
(3) 40歲以上	22	3.72 ± 0.87
F值		4.04*
p值		.021
事後比較		2>1
每日平均工時分組		
(1) 6小時以內	25	3.44 ± 0.94
(2) 7小時以上	21	3.83 ± 1.00
t值		-1.39
p值		.172
子女數分組		
(1) 1位子女	51	3.65 ± 0.93
(2) 2位子女	32	3.59 ± 0.91
(3) 3位子女以上	17	3.81 ± 0.78
F值		0.32
p值		.724
事後比較		
就業狀況		
(1) 未就業	54	3.69 ± 0.82
(2) 全職工作	16	3.56 ± 1.00
(3) 兼職工作	30	3.65 ± 0.98
F值		0.12
p值		.887
事後比較		
年齡		
r值		.21*
p值		.040

每日平均工時	
r值	.20
p值	.180
目前子女人數	
r值	.03
p值	.795

註：N = 100

資料來源：本研究整理製表。

「社會支持」、「韌性」的相關性。此外，探討受訪特境婦女在「照顧負荷」、「社會支持」與「韌性」之關聯性，利用皮爾森積差相關分析計算相關係數。

最後，本文運用多元線性迴歸分析（Multiple linear regression analysis）以受訪特境婦女的「個人基本資料」（包含年齡、子女數、就業狀況）、「照顧負荷」、「社會支持」為自變項，對於「韌性」各層面及整體進行影響力分析，並使用使用「全部進入法」（Enter法），考量自變項之間的相互關係，以所有自變項同時影響依變項。

本研究受訪對象之特質分析方面，受訪特境婦女的年齡介於16歲至48歲之間，平均年齡為33.35歲（標準差為7.20歲），其中以「30~39歲」最多，計47人（47.0%），其次依序為「未滿30歲」31人（31.0%）、「40歲以上」22人（22.0%）。每日工作的平均工時介於0.5小時至12小時之間，平均時間為5.70小時

（標準差為2.85小時），其中以「6小時以內」最多，計25人（25.0%），「7小時以上」較少，計21人（21.0%），但有未就業54人（35.1%）。受訪特境婦女的子女數介於1人至6人之間，平均為1.74名子女（標準差為0.96位），其中以「1位子女」最多，計51人（51.0%），其次依序為「2位子女」32人（32.0%）、「3位子女以上」17人（17.0%）。就業狀況則以「未就業」最多，計54人（54.0%），其次依序為「兼職工作」30人（30.0%）、「全職工作」16人（16.0%）（表1）。

肆、研究發現

一、不同基本資料與韌性之關聯性

在韌性方面，「年齡分組」、「年齡」的統計量達顯著水準（ $p < .05$ ），表示年齡與韌性的表現具有明顯地關聯性存在，進一步比較得知，特境婦女30~39歲

表 3 照顧負荷及社會支持與韌性之相關係數表

研究變項	照顧負荷	社會支持	韌性
照顧負荷	-		
社會支持	-.23*	-	
韌性	-.04	.46***	-

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

資料來源：本研究整理製表。

表 4 影響韌性之迴歸係數摘要表

自變項	B	S.E.	β	t值	p值
常數項	0.61	0.62		0.97	.333
年齡	0.04	0.01	.32	3.35**	.001
目前子女人數	-0.04	0.08	-.05	-0.53	.599
工作狀態					
全職 vs 未就業	0.16	0.23	.07	0.69	.491
兼職 vs 未就業	-0.07	0.18	-.04	-0.39	.695
照顧負荷	0.04	0.08	.04	0.45	.651
社會支持	0.47	0.08	.53	5.74***	<.001
R ²	.300				
F	6.66***				
p	<.001				

註：B為未標準化迴歸係數，SE為標準誤， β 為標準化迴歸係數* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

資料來源：本研究整理製表。

在韌性的表現情形優於未滿30歲者；當特境婦女的年齡越年長時，韌性的表現也會越良好；至於其他基本資料則無明顯的關係存在（表2）。

二、照顧負荷及社會支持與韌性之相關分析

如表3所示，「照顧負荷」與「韌性」的相關係數未達顯著水準（ $r = -.04$ ， $p = .666$ ），代表特境婦女在照顧負荷的知覺程度與韌性的表現並無明顯的關聯性。相對的，「社會支持」與「韌性」達顯著正相關（ $r = .46$ ， $p < .001$ ），代表當特境婦女在社會支持的知覺程度越高時，在韌性的表現也會越良好。而「照顧負荷」與「社會支持」達顯著負相關（ $r = -.23$ ， $p = .020$ ），代表當特境婦女在照顧負荷的知覺程度越高時，在社會支持的感受程度則會越低。

三、韌性之影響因素

利用多元線性迴歸分析（Multiple linear regression analysis），以受訪特境婦女的「個人基本資料」（包含年齡、子女數、就業狀況）、「照顧負荷」、「社會支持」為自變項，對於「韌性」各層面及整體進行影響力分析。由表4可知，「年齡」（ $\beta = .32$ ， $p = .001$ ）的迴歸係數達顯著正值，表示當特境婦女的年齡越高時，在韌性的表現也會越良好；「社會

支持」（ $\beta = .53$ ， $p < .001$ ）的迴歸係數達顯著正值，表示當特境婦女在社會支持的知覺程度越高時，在韌性的表現也會越良好（表4）。

伍、研究結論與建議

一、不同就業狀況、子女數對韌性程度有差異

本研究發現，就業狀況與子女數對韌性未達顯著影響，顯示這兩個變項與受訪者的韌性表現之間並無統計上的關聯性。在就業狀況方面，由於本研究對象多數因無法工作而申請特殊境遇家庭扶助，導致樣本中未業者比例較高，使就業狀況的變異性不足，因此統計上難以顯示顯著差異。在子女數方面，樣本以一至兩名子女為主，子女數達三名以上者僅17人，占比偏低，可能使統計分析難以辨識其對韌性的影響。因此，子女數與韌性之間的關聯性亦未達顯著。為進一步探討這兩個變項對韌性的影響，建議後續研究可擴大樣本數以提高變異性，並透過質性訪談深入了解特殊境遇單親女性的就業困境及子女撫養壓力對其韌性的潛在影響。

二、年齡差異影響韌性程度

本研究中，年齡與韌性達顯著正值，此研究結果與Chaudhary & Chadha（2014）探討喪偶女性之韌性，發現年齡

較高之婦女其韌性較高；楊于萱（2013）單親家長年齡愈大，整體之韌性愈佳；呂湘蕙（2024）年長者具有較高的復原力皆相同，表示當特境遇婦女的年齡越高時，在韌性的表現也會越良好。此結果可能反映出，隨著年齡增長，婦女在面對挑戰時累積了更多的經歷與應對策略，從而具備更好的調適能力。例如，較年長的單親女性可能已歷經婚姻變遷、經濟壓力與育兒挑戰，並在過程中發展出有效的解決問題策略，因此在面對事件時，更具良好的應對與調節方式，故年齡較大者其韌性較佳。基於本研究發現，建議可促進不同年齡層的特殊境遇單親女性之間的交流，例如透過讀書會、團體與講座等形式，讓較年長單親女性分享自身經驗，協助年輕單親女性學習與內化應對策略，並建立非正式支持網絡與姊妹情誼。然而，需考量單親女性通常面臨極大的時間與經濟壓力，建議亦可發展彈性參與的模式，如線上討論社群、數位分享平臺或錄製講座，讓不同年齡層的特殊境遇婦女能根據自身需求選擇適合的方式參與，確保經驗交流的可行性與實用性。

三、社會支持較佳與韌性程度愈高

本研究中，社會支持與韌性達顯著正相關，此研究結果呼應 蔡群瑞與蕭文（2004）、陳昱志（2010）、Taylor（2010）、Song 等人（2022）之研究結

果。特殊境遇婦女往往容易陷入經濟、子女教養、心理等壓力，而在社會支持中，包括朋友家人的情感支持、學校及職場的包容、社會福利及專業人員協助等皆為影響韌性的因子（謝美娥，2008；蔡群瑞、蕭文，2004；Elliott et al., 2015），由此可知，是否具備充足之社會支持皆會影響韌性的良好與否，而當特殊境遇婦女其社會支持知情愈高其韌性亦愈高。建議在特殊境遇婦女的福利處遇與服務提供上，採取提升經濟力與社會力的雙增能策略，即在提供經濟補助與就業培力的同時，亦應強化其社會支持網絡。在個人層面，鼓勵特殊境遇婦女參與課程、工作坊及團體活動，以提升個人能力，並透過成員間的互動交流促進社會支持。在福利措施方面，建議政府及相關單位積極推動親子關係、就業培力及自我照顧等主題之課程、工作坊及團體活動，並提供線上心理諮詢、即時社群支援平臺及數位學習資源，以確保服務的多樣性與可及性，進一步強化對特殊境遇婦女的支持與協助。

四、照顧負荷與韌性未有顯著關聯

本研究發現，受訪對象之照顧負荷與韌性程度之間並無統計上的關聯性，意指本文無法確認愈多的照顧負荷會導致更高的韌性表現。經檢視照顧負荷題項包含經濟事業、養育責任、身心健康及社交互動等層面，如前述受訪者未就業比例較高，

因此可能造成測量上的偏誤。在養育責任方面，多數受訪對象皆具協助分擔子女照顧的資源，包含親友協助及托育機構等，僅16.8%表示全無他人協助照顧；因此在有限的樣本數下，致使照顧負荷程度的差異有限，影響統計分析的結果。若為進一步探討該變項與韌性之關聯，建議後續研究可增加該變項之測量面向，例如親子互動及親職壓力等，使其更具多元及完整性，並透過增加樣本數以提升變異性，降低測量偏誤。

五、社會支持與照顧負荷呈負相關

在本研究過程中亦有發現社會支持與照顧負荷呈負相關，此結果與Raikes與Thompson（2005）；胡善喻（2014）研究結果相同，獲得愈多社會支持，則照顧負荷愈小。進一步討論，當有外界適當給予的支持，如托嬰育兒政策及親友協助照顧等，將照顧孩子的責任暫時由他人承接，而特殊境遇婦女則能有效利用這段時間工作及喘息等，同時無須擔心孩子狀態，使其降低照顧負荷。這呼應了文獻中，探討南韓單親母親的社會支持、教養壓力與憂鬱症間的研究，此研究發現社會支持能透過降低單親母親的教養壓力，來減少她們的憂鬱症狀；因此強化單親母親社會支持的重要性，並建議制定相關政策以減輕其教養壓力，促進其心理健康及子女發展（Song et al., 2022）。建議政府進

一步完善公共托育與課後照顧服務，以減輕特殊境遇婦女在照顧子女上的負擔，確保其在就業與家庭責任之間獲得更佳平衡。此外，應推動更具彈性的工時制度，如彈性上下班機制、遠距工作選項或短時工時安排，使特殊境遇婦女能夠更靈活地規劃工作與照顧責任，提升其經濟穩定性與生活適應能力。透過強化這些政策實施，可進一步降低特殊境遇婦女的照顧壓力，並促進其心理健康與子女的發展。

本文目的在於探討：是更多的困境導致更多的韌性，或更多的支持導致更多的韌性？本研究總結而言，更多照顧負荷與韌性較無相關，而需更多的社會支持才能提升韌性。整體而言，特殊境遇婦女面臨多重挑戰，年齡與社會支持成為影響其韌性與適應能力的關鍵因素。較年長者因生活經驗累積、情緒調適能力提升，能在面對困境時展現更高的穩定性與應對能力。然而，韌性並非單純依賴個人特質或適應能力，而是建構於資源可及性與社會環境的支持之上。當婦女能獲得穩定的社會支持，如公共托育、課後照顧、彈性工時與心理健康服務，便能更有效地運用個人韌性，以強化其經濟穩定性與自主發展空間。如同女性主義所強調，女性／性別議題並非個人問題，而是結構性挑戰，需要透過更全面的制度性介入來消弭障礙。本研究結果強調，韌性並不意味著婦女應獨自承擔生活困境，而是應透過整合經濟與

社會支持的雙增能策略，使其在困境中擁有更多選擇與資源，進而減少結構性弱勢所帶來的限制。當政策與社會機制真正回應特殊境遇婦女的需求，她們不僅能夠穩定生活，亦能積極參與社會，發揮自身潛能，實現更公平與包容的社會發展。

（本文作者：韓意慈為實踐大學社會工作學系副教授；顏玉如為實踐大學社會工作學系助理教授；薛享紘為實踐大學社會工作學系學生）

關鍵詞：韌性、復原力、經濟弱勢女性、單親家庭、特殊境遇家庭扶助條例、社會支持、照顧負荷

📖 註 釋

- 註1 題目包含：當我覺得寂寞時，有一些朋友可以和我聊天、我經常和家人聊天、當我在處理個人問題需要別人提供建議時，我可以找得到人、假如我生病了，需要朋友、家人、或熟人帶我去看醫生，我可能會找不到人幫忙。
- 註2 題目包含：我覺得自己為他（她）做的事情不夠多、在照顧他（她）與家庭或事業之間無法兼顧、我的休閒活動（例如：逛街、運動、參加旅遊…等）因照顧他（她）而受到干擾、我因為照顧他（她）而收入減少。
- 註3 題目包含：（1）當發生變化時，我能夠適應、（2）不管我的人生路途中發生任何事情，我都能處理、（3）當我面對問題時，我試著去看事情積極的一面、（4）由於經歷過磨練，我變得更堅強了、（5）在生病、受傷或苦難之後，我很容易能調整過來、（6）縱然有障礙，我相信我能夠實現我的目標、（7）在壓力下，我能夠集中精神地思考問題、（8）我不會輕易地被失敗打倒、（9）當處理生命中的挑戰和困難時，我想我是一個堅強的人、（10）我能夠處理一些不愉快或痛苦的感覺，例如悲傷、害怕和生氣。

📖 參考文獻

- 《特殊境遇婦女家庭扶助條例》（2000/2021修訂）。<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?PCode=D0050075>
- 王泰文、林藍萍、徐尚為、林金定（2015）。〈特殊境遇婦女歷年利用家庭扶助服務狀況與長期趨勢分析〉。《身心障礙研究季刊》，13（2），119-131。

- 朱嘉凰（2006）。《走出風暴—離婚受暴婦女心路歷程之探討》（碩士論文，國立高雄師範大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/z6b9p8>
- 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>
- 呂湘蕙（2024）。〈職業安全衛生管理人員職場疲勞與復原力之研究〉。《工業安全衛生》，419，5-28。 [https://doi.org/10.6311/ISHM.202405_\(419\).0004](https://doi.org/10.6311/ISHM.202405_(419).0004)
- 利翠珊、蕭英玲（2008）。〈家庭壓力與韌性〉。《應用心理研究》，38，15-16。
- 吳允芬（2021）。《華裔離婚女性復原力之探究 - 以馬來西亞北部女性為例》（碩士論文，國立彰化師範大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/gz43hv>。
- 邵凡倫（2010）。《離婚婦女生涯自我效能、生涯阻礙與就業輔導需求之相關研究》（碩士論文，玄奘大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/6pv58y>
- 洪榮正（2004）。《職業婦女親職壓力與因應方式之研究》（碩士論文，國立嘉義大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/q7t5ek>
- 胡善喻（2014）。《單親家長社會支持、親職效能與親職壓力關係之研究》（碩士論文，國立臺灣大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/5ss68y>
- 洪惠芬、李佩芳、鄭清霞、謝玉玲（2020）。《109年度「離婚配偶陷入經濟弱勢處境（以特殊境遇家庭為例）之成因探討及政策建議研究案」》（計畫編號C110002）。衛生福利部社會及家庭署。
- 張英陣、彭淑華（1998）。〈單親家庭的問題與社會政策之探討〉。《社區發展季刊》，84，12-30。
- 陳慧君（2009）。《母親親職壓力與社會支持之相關研究——以台中縣國小學童母親為例》（碩士論文，靜宜大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/22f8cr>
- 陳昱志（2011）。《走在生命的黃磚路：貧窮女單親復原力因素與家庭適應關係之探究》（碩士論文，國立臺灣大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/2gpjcd>
- 陳柔穎（2013）。《彩翼單飛跨越生命幽谷——女性單親家長韌性開展歷程探究》（碩士論文，國立臺北大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/55h968>
- 陳家華、王永慈（2021）。〈社工運用充權觀點於就業服務之經驗分析——以經濟弱勢單親婦女為例〉。《東吳社會工作學報》，41，69-105。
- 曾文志（2006）。〈復原力保護因子效果概化之統合分析〉。《諮商輔導學報：高師輔導所刊》，14，1-35。 <https://doi.org/10.6308/JCG.14.01>
- 賀正貞（2003）。《女性單親家庭之家庭資源管理與生活適應研究——以台中縣中低收入女

- 性單親家庭為例》（碩士論文，國立臺灣師範大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。
<https://hdl.handle.net/11296/fgm4jm>。
- 彭淑華（2005）。〈婆家？娘家？何處是我家？女性單親家長的家庭支持系統分析〉。《社會政策與社會工作學刊》，9（2），197-262。<https://doi.org/10.6785/SPSW.200509.0197>
- 楊于萱（2013）。《單親家庭父母親的壓力與韌性之相關研究》（碩士論文，樹德科技大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/9pr4fe>
- 廖治雲（2011）。《經濟弱勢家庭的親職壓力：社會支持與親職韌性的影響》（碩士論文，輔仁大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/3rm57x>
- 廖志育（2015）。《臺北地區離婚婦女生命意義感與挫折復原力之研究》（碩士論文，中國文化大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/6v3q96>
- 蔡群瑞、蕭文（2004）。〈復原力對離婚後個人適應之影響研究〉。《諮商輔導學報：高師輔導所刊》，11，59-79。<https://doi.org/10.6308/JCG.11.03>
- 賴育樺（2009）。《臺中縣市幼兒園家長親職壓力、社會支持與親職行為之研究》（碩士論文，朝陽科技大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/c5g5nx>
- 謝美娥（2008）。〈離婚女性單親家長復原力的初探〉。《東吳社會工作學報》，18，1-33。
<https://doi.org/10.29734/SJSW.200806.0001>
- Chaudhary, N., & Chadha, N. (2014). Resilience: The power to recover from adversities. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5(7), 43-45.
- Elliott, S., Powell, R., & Brenton, J. (2015). Being a good mom: Low-income, Black single mothers negotiate intensive mothering. *Journal of Family Issues*, 36(3), 351-370. <https://doi.org/10.1177/0192513X13490279>
- Fielding-Singh, P., & Cooper, M. (2024). Negotiating good motherhood: Foodwork, emotion work, and downscaling. *Journal of Marriage and Family*, 86(1), 245-267. <https://doi.org/10.1111/jomf.12934>
- Goldberg, G. S., & Kremen, E. (Eds.). (1990). *The feminization of poverty: Only in America?* Praeger.
- Hitchens, B. K., & Payne, Y. A. (2017). “Brenda’s got a baby”: Black single motherhood and street life as a site of resilience in Wilmington, Delaware. *Journal of Black Psychology*, 43(1), 50-76. <https://doi.org/10.1177/0095798415619260>
- Kang, H. Y. S., Rigazio-DiGilio, S. A., Super, C. M., & Halgunseth, L. C. (2022). Resilience and well-being of Korean unwed mothers: A moderated mediation model. *Journal of Child and Family Studies*. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02509-5>
- Matos, L. A., Leal, E. M. R., Pontes, F. A. R., & Silva, S. (2021). Poverty and family resilience in Belem-Para. *Psicologia-Reflexao E Critica*, 34(1). <https://doi.org/10.1186/s41155-021-00176-x>
- Murry, V. M., Bynum, M. S., Brody, G. H., Willert, A., & Stephens, D. (2001). African American single

- mothers and children in context: A review of studies on risk and resilience. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 4(2), 133-155. <https://doi.org/10.1023/a:1011381114782>
- Neill, J. T., & Dias, K. L. (2001). Adventure education and resilience: The double-edged sword. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 12, 35-42.
- Pearce, D. (1978). The feminization of poverty: Women, work, and welfare. *Urban and Social Change Review*, 11, 1-2, 28-36, 78.
- Raikes, H. A., & Thompson, R. A. (2005). Links between risk and attachment security: Models of influence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 26(4), 440-455.
- Rees, E., Beeber, S. N., Sampson, R., & Lietz, J. P. (2023). Empowering single parents: Navigating socio-economic challenges and fostering resilience in family well-being. *Law and Economics*, 17(2), 131-150. <https://doi.org/10.35335/laweco.v17i2.5>
- Song, S. M., Park, B., Lee, W. K., Park, N. S., & Kim, M. N. (2022). Examining the relationship between social support, parenting stress, and depression in South Korean single mothers. *Journal of Child and Family Studies*, 31(5), 1232-1245. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02084-1>
- Taylor, R. D. (2010). Risk and resilience in low-income African American families: Moderating effects of kinship social support. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*, 16(3), 344-351. <https://doi.org/10.1037/a0018675>
- Thompson, S. F., Shimomaeda, L., Calhoun, R., Moini, N., Smith, M. R., & Lengua, L. J. (2022). Maternal mental health and child adjustment problems in response to the COVID-19 pandemic in families experiencing economic disadvantage. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 50(6), 695-708. <https://doi.org/10.1007/s10802-021-00888-9>
- Tso, W. W. Y., Wong, R. S., Tung, K. T. S., Rao, N., Fu, K. W., Yam, J. C. S., Chua, G. T., Chen, E. Y. H., Lee, T. M. C., Chan, S. K. W., Wong, W. H. S., Xiong, X. L., Chui, C. S., Li, X., Wong, K., Leung, C., Tsang, S. K. M., Chan, G. C. F., Tam, P. K. H., ... Lp, P. (2022). Vulnerability and resilience in children during the COVID-19 pandemic. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 31(1), 161-176. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01680-8>
- Werner, E., & Smith, R. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. Adams, Bannister and Cox.