

成年初顯期弱勢青年參與家 扶基金會「青年構力計畫」 之培力成效意義探討

石承旻、張學桓、沈明彥、王金敦

壹、前言

一、研究背景

成年初顯期（emerging adulthood），由Arnett（2000）提出並界定為高中畢業後，但尚未進入穩定的成人時期之階段，其研究發現當代青年的生涯進程不同以往，隨著結婚年齡延後，且花費更多時間探索職業和親密關係，發掘各種可能性。通常指稱18-29歲之個體，普遍被視為介於青少年與成人之間的過渡階段，在此時期同時面臨身分探索、生活型態嘗試、教育／職涯抉擇與人際關係重整等發展任務；其發展歷程常呈現高度變動與不確定性，亦強調自我探索與未來可能性的開展。然而，對弱勢貧困青年而言，經濟限制、家庭責任與支持資源不足，往往使其在「可選擇的生活」與「可實踐的生活」之間產生落差，導致生涯探索與自我實現更易受到結構性條件所壓縮。

在此脈絡下，財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會自2005年起，參考Michael Sherraden於1991年所提出的資產累積理論（assets-based welfare theory）作為基礎，發展「青年自立釣竿方案」（近年亦以「青年構力計畫」作為核心培力取向的方案表述，以下統一簡稱青年構力計畫）。晉康恩等人（2015）的研究也指出，青年構力計畫立基該理論，以個人發展帳戶（individual development account），結合儲蓄及提撥相對配合款，透過資產累積的途徑，協助參與成員創造未來目標、生涯發展、增強個人效能等心理資產、社會資產及經濟資產等效果。從方案執行的經驗中，也逐步發現這群身處在生活不利條件之弱勢青年，有其生涯發展、就業、自我效能等需求，因此在方案設計中增加培養青年各項能力，範疇包含影響生涯規劃甚廣的財務能力及各項面對未來生涯挑戰的能力（蘇映伊等

人，2023）。

因此，青年構力計畫後續經歷幾次調修，融入能力取向（capability approach）設計方案實施內容，嘗試同時處理弱勢青年之「資源取得」與「能力發揮」：透過個人發展帳戶與儲蓄配合款機制，連結理財教育與生涯規劃支持，並以多元培力策略協助青年發展面對生涯挑戰的能力，朝向其所重視之生活目標前進。同時，方案亦強調服務使用者參與及任務賦權，如：引導青年提出學習需求、參與規劃，並在行動與分享中累積能動性。

就方案培力內涵而言，其目標能力多面向且具體，包含團隊力、創造力、領導力、行動力、關懷力、反思力與就業力等，並透過團體工作與課程設計引導青年在溝通合作、決策實踐、自我覺察與職涯準備等面向逐步累積能力。此外，方案論述亦著重優勢觀點與增權為核心概念，強調透過學習、覺察優勢與參與行動，使弱勢青年能提升自尊、自信與自我控制感，進而具備回應生活挑戰與改變處境的力量。

二、研究動機

過往針對青年構力計畫的研究，已累積多元形式的成效檢視與經驗整理。一方面，量化評估常透過準實驗設計，於方案前後施測並設置相近背景條件之對照組，以比較方案參與者在心理、經濟與社會等

面向的變化。另一方面，亦有研究主張：僅以成效指標呈現「有無提升」仍不足以回應社會工作對「服務如何發生作用」與「參與者如何理解改變」的關切，因而結合自我敘說與成效評估，嘗試更細緻地理解「參與」如何促成增權、賦能、自我概念整合與提升生活能力。

此外，若從資產累積視角檢視，亦有研究提醒：方案運作在「資產效果」與「實務執行」之間可能存在契合與落差，如：方案所累積之資產規模有限，值得進一步辨識其對青年長期行為與思考模式的影響從何而來。換言之，即便方案的資源支持（如配合款）具有重要性，社會工作仍需更清楚說明：青年在參與歷程中究竟「被培力了什麼」、其改變對其成年初顯期發展任務與脫貧自立歷程的意義為何，以及哪些面向可能反映方案機制的影響、哪些面向可能受同步社會情境或一般成長歷程所帶動。

基於上述，本研究擬聚焦於「成年初顯期弱勢青年參與家扶基金會青年構力計畫之培力成效意義探討」，針對113學年度（方案時間：2024年8月至2025年8月）本會扶助青年，以方案前、後測資料進行成對樣本T檢定，描繪參與者在各培力構面之變化樣貌，並以對照組作為參照脈絡，進一步於討論中回扣能力取向、增權與優勢觀點等方案理論，釐清培力成效的可能意義與對實務工作的啟示。

三、研究目的與研究問題

(一) 研究目的

1. 成效檢驗（組內變化）：運用實驗組之前、後測資料進行成對樣本T檢定，檢視成年初顯期弱勢青年參與青年構力計畫後，各力構面是否呈正向提升，並辨識提升主要集中於哪些面向。
2. 參照脈絡（同期變動辨識）：以對照組之前、後測變化作為同期變動之參照脈絡，比較兩組在「是否出現顯著變化」及其變化方向之異同，從而辨識較可能呈現「方案參與相關」的變化型態，並對可能的同期共同變動保持保守歸因。
3. 意義詮釋與實務轉譯：結合資產累積與能力取向，詮釋量化結果之實務意義，並據以提出青年構力計畫在課程模組、團體工作與個別化支持，以及方案架構上的具體建議。

(二) 研究問題

1. 實驗組是否呈正向提升：成年初顯期弱勢青年在參與青年構力方案後，各力構面之後測分數是否高於前測，且達顯著差異？其顯著提升主要集中於哪些面向？
2. 對照組作為參照脈絡：在同一期間內，對照組之前、後測是否亦出現顯著變化？相較於對照組，實驗組

是否呈現「實驗組顯著、對照組不顯著」或「兩組皆顯著」等不同型態，其對方案效果之詮釋意涵為何？

3. 從資產累積與能力取向的詮釋與建議：針對呈現較明確變化之構面，從資產累積與能力取向觀點出發，如何理解其對青年自我概念、生涯發展與生活適應之可能意義？並據以提出哪些可運用的方案調整策略？

貳、文獻探討

一、身處弱勢貧困環境之成年初顯期青年的發展挑戰

成年初顯期除係指高中畢業後尚未進入穩定成人角色、承諾尚未定錨的過渡階段之外，此階段更需面臨「專注自己、探索認同、不穩定性、各種可能性、介於中間」等處境，亦可能經驗較高的焦慮與不安，且往往與心理健康、危險行為與物質使用等議題密切相關（徐瑞琪，2020；陳杏容，2018）。換言之，成年初顯期並非單純的年齡標籤，而是一段充滿轉換與選擇的關鍵時期；個體在學習、工作與關係上擁有更高的自主空間，同時也面臨更高的不確定與壓力。Arnett（2014）將成年初顯期的五個特徵說明為：

(一) 身分探索（Identity

exploration)：該階段的青年在工作和人際關係中積極嘗試探索自己喜歡和擅長的事物，尋找適合自己的生活方向與價值認同。

(二) 不穩定 (Instability)：生活中常伴隨變動，如頻繁更換學校主修、工作、居住地等，這種不固定性反映出成年初顯期的動盪狀態。

(三) 專注自身 (Self-focused)：集中於自我發展與成長，尚未承擔重大成人責任，重視提升個人獨立性與能力。

(四) 自覺介於青少年和成人之間 (Feeling in-between)：這個階段的人通常感覺自己既不是青少年，也尚未完全成熟為成年人，處於模糊的過渡狀態。

(五) 充滿可能性 (Possibilities)：由於結婚與穩定工作的時間延後，成年初顯期面臨各種未來可能性，有機會探索多樣的人生選項和道路。

然而，弱勢貧困青年在成年初顯期所面臨的發展處境往往更為嚴峻。與一般青年相較，他們的生涯探索與選擇更容易受到資源條件不足所限制，進而衍生多重挑戰，呈現「想像vs.選擇vs.實作」之間的落差。研究指出，貧困環境會影響兒

少追求教育與未來生涯；在青年階段甚至離開服務體系後，仍可能持續面臨就業、社會支持與身心健康等困擾，但在經濟需求驅動下，弱勢貧困青年更可能被迫投入短期、派遣、按件計酬等發展性不佳的工作型態，增加社會排除與經濟困境風險，凸顯其初入職場之挑戰 (蘇映伊等人，2023)。

再者，弱勢情境不僅影響資源取得，也影響其社會互動與自我概念建構。研究指出，弱勢貧困青年常因經濟需求需要自食其力、養成獨立生活習慣，反而容易缺乏團隊互動與溝通經驗；也可能因壓抑意見而不敢發言，對承擔領導責任缺乏信心 (Egdell & Graham, 2016)。亦有實務觀察指出，部分弱勢貧困青年在成長經驗中「意見不易被聽見」，在個人與環境交互影響下較容易感到缺乏想法；同時也可能缺乏實踐夢想的勇氣或企圖心，對未來規劃不足。由此可見，弱勢貧困青年的發展挑戰往往呈現「資源限制—社會互動不足—自我效能受損—生涯規劃受限」的連鎖樣態，使其成年初顯期的探索、試錯與轉銜更加困難。

因此，若要回應弱勢貧困青年在成年初顯期的發展需求，實務介入不宜僅聚焦於短期問題處置或行為處遇，而需能同時處理：(一) 能否取得資源與機會、(二) 能否在參與歷程中累積能力並實際運用於生活與生涯轉銜。這也正是後續

「青年構力計畫」以資產累積與能力取向兼具的理論架構，試圖回應的核心議題。

二、青年構力計畫的理論基礎與培力目標

家扶基金會自2005年推動青年自立釣竿／青年構力計畫，其設計脈絡可從兩條理論主軸理解：資產累積福利理論與能力取向。

（一）資產累積福利理論：以個人發展帳戶促進長期目標

家扶基金會於2005年參考Michael Sherraden於1991年所提出的資產累積福利理論發展「青年構力－青年自立釣竿方案」該理論有別於以「維持收入」為主的社會救助模式，藉由資產累積為方案參與者帶來正向生活影響，因而逐漸成為當代脫貧政策的取向（鄭麗珍，2006）。此外，資產累積福利理論強調，若能透過制度性設計促進資產累積，可為參與者帶來更長期、結構性的正向影響（蘇映伊等人，2023）。在此脈絡下，「個人發展帳戶」（Individual Development Accounts, IDAs）被視為落實資產累積理念的重要工具，透過儲蓄與配合款（matching funds）機制鼓勵參與者為長期目標儲蓄，且通常會設有用途限制（如教育與就業準備）（王天祥、張世雄，2018）。針對青年自立釣竿方案而言，其核心目的亦

聚焦在提升大專青年就業準備與人力資本、增加進入就業市場的競爭力，並結合資產累積與能力建構以厚植青年在經濟、社會、心理與人力資本等面向的發展。

不過，相關研究也提醒：資產累積機制在實務運作上可能出現「理論－執行」落差，例如儲蓄來源多由家長提供、儲蓄週期偏長而不易養成定期儲蓄習慣，導致青年較難在儲蓄過程中獲得「自我掌控感提升」等資產效果（王天祥、張世雄，2018）。這項提醒使後續方案發展更需要與「能力培力」結合，將焦點從單純累積有形資產，擴展到培養可持續的生活適應與生涯實踐能力。

（二）能力取向：以參與及能動性擴增「可行的生活選擇」

延續上述，青年構力計畫於2013年起受到Sen的影響，考量能力培力的重要性，逐步納入能力取向觀點，透過體驗式活動引導青年看見自我價值與想要的生活，進而發展相關技能與提升適應能力，最後協助青年為步入社會做準備。而能力取向強調：個體具有實踐與發揮潛能的可能；助人者的重要任務在於協助弱勢者辨識自我價值、提升能動性，並透過支持性環境與參與機會，使其將能力轉化為生活中的功能發揮（蘇映伊等人，2023）。

因此，在青年構力計畫的設計中，能力取向具體體現在「課程活動、青年發聲

行動及生涯發展帳戶」等安排，藉由提供能力培養、資源與參與機會，促進青年能動性並支持其在生活適應上的功能發揮。特別是方案將「參與」視為重要的培力方法：青年透過服務學習與行動任務體驗溝通、領導、執行與反思等歷程，使能力不僅停留於課堂知識，而能在任務與經驗中被練習、被看見、被內化。

承接上述的文獻探討及反思，加上在期初評估亦發現：培養青年各項能力，如：團隊合作、問題解決及分析思考等，對其生活適應上有實質助益。因此，依循方案設計的發展與脈絡，本研究主要關注：身處弱勢貧困環境之成年初顯期青年在參與「青年構力計畫」後，於資產累積及能力培力受到的影響效益為何。

（三）培力目標：七大核心能力的建構

在「資產×能力」的雙軌邏輯下，家扶基金會將青年構力計畫之培力目標聚焦於七大核心能力：團隊力、領導力、創造力、行動力、就業力、關懷力與反思力。而這七大核心能力之建構歷經「立基理論」、「實務轉譯」與「整合工具」三個階段。首先，在理論基礎上立基Michael Sherraden的「資產累積」做規劃，後來受到Sen的影響，核心架構融入能力取向觀點。方案參考Sen的概念，認為能力需求應置於社會脈絡中討論，因此方案設計強調透過「參與式」的友善環境，促進弱

勢青年的「能動性」，將其內在能力轉化為實質的功能運作，進而在面對成年初顯期的挑戰時，具備選擇「想要的生活」的能力與空間（轉引自蘇映伊等人，2023）。

其次，在能力維度定錨上，方案參考陳李綢與吳淑禎（2011）對大專青年「生活適應」的六大面向（生涯定向、社會適應、積極進取、幸福感、現代化與價值信念），並對照Sternberg（1994）的研究，指出「個人能力」與「環境適應」的正相關性。加上方案初期實務觀察發現：團隊合作、問題解決及分析思考是弱勢青年進入社會適應的關鍵（蘇映伊，2019），進而構成方案「團隊力」、「行動力」與「反思力」的雛形。

最後，在職能工具的整合上，為確保培力目標具備職場銜接性，方案進一步參考相關研究與教育部「UCAN大專院校就業職能平台」之職場共通職能，如：團隊合作、溝通表達、持續學習、人際互動、問題解決、創新、工作責任與紀律、資訊科技應用等八項職場共通職能（轉引自蘇映伊等人，2023），並結合實務工作者對弱勢青年「長期受限於結構限制而導致能動性低落」（如：壓抑意見、不積極爭取領導）的實務觀察。最終由家扶團隊彙整，收斂為具備「資產累積」與「能力取向」雙軌意義的七大核心能力指標，旨在回應弱勢青年從「資源限制」到「自我

效能受損」的連鎖挑戰，落實「以能力為本」的脫貧實務。至此，方案除著重培養與職場表現直接相關的團隊合作、領導、創造與行動、就業能力外，亦納入關懷力與反思力，期待透過社會關懷行動與經驗反思，協助青年提升自我價值與信心，並帶動其他能力與未來生活適應。

為具體化上述培力目標，家扶基金會實務團隊依多年服務經驗彙整《第20屆青年構力計畫計畫書》，作為方案設計與執行之內部依據（財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會，2024）。該內部方案文件一方面回應實務現場長期觀察到弱勢貧困青年在生涯規劃、財務能力、社會參與與

表 1 方案培養各項能力需求說明

能力別	能力內涵	實務觀察能力需求
團隊力	團隊合作、溝通、人際互動	除青年發展「自我關注」特性外，弱勢貧困青年常因經濟需自食其力，養成獨立生活習慣，而易缺乏團隊互動、溝通的經驗。
領導力	提出建議、帶領與決策	弱勢貧困青年有時會壓抑自己的意見而不敢發言，對領導角色缺乏主動爭取的動機，亦沒有信心承擔責任。
關懷力	社會議題敏感度及同理心	實務觀察部分弱勢貧困青年因成長背景而具關懷特質，若能引導發揮優勢，能藉由社會參與行動過程帶動其他能力。
創造力	獨立思考及創新等能力	弱勢貧困青年成長經驗中，其意見不易被聽見。在個人與環境交互影響下，有時更顯得缺乏想法。
行動力	企圖心、計劃及行動、問題解決	實務觀察弱勢貧困青年缺乏實踐夢想的勇氣或企圖心，對未來沒有太多規劃，透過公共參與能提升視野，將想法化作行動。
就業力	生涯規劃、財務技能及職場所需知能	弱勢貧困青年畢業離開扶助體系後，經濟壓力及財務狀況使其就業銜接需求更強烈。
反思力	自我經驗整理、系統思考	弱勢貧困青年成長過程中，家長較少能引導其進行反思學習，需培養系統式思考能力。

資料來源：整理自財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會（2024）。《第20屆青年構力計畫計畫書》（內部方案文件，未公開）。

自我效能等面向的轉銜需求，另一方面亦參照資產累積福利理論與能力取向相關討論（王天祥、張世雄，2018；鄭麗珍，2006；蘇映伊等人，2023），將較抽象的能力概念轉譯為可操作的行為指標與課程模組。方案各項能力需求（參見表1），即是在此基礎上，由社工團隊針對弱勢青年的實務觀察，結合理論與既有研究中對青年就業能力與生活適應之界定加以整理而成，使能力取向方案內涵更貼近實務需求與服務對象的生活情境。

進一步從能力需求對照可見，方案對各能力的界定與其「回應弱勢處境」的目的高度連結，如：團隊力著重團隊合作、溝通與人際互動，以回應弱勢青年較缺乏社交互動經驗的處境；領導力強調提出建議、帶領與決策，以回應其對領導角色缺乏主動爭取動機與承擔信心的實務觀察；行動力則強調企圖心、計畫與問題解決，以回應其對未來規劃不足與缺乏實踐勇氣的困境（蘇映伊等人，2023）。

綜合而言，青年構力計畫的理論基礎一方面透過資產累積機制提供青年「可用資源」與長期目標的制度性支持；另一方面透過能力取向及參與式培力，回應弱勢青年在成年初顯期的發展挑戰，並將能力內化為可實踐的生活策略。這也為本研究後續以量化前後測變化為基礎，進一步討論「培力成效的意義」提供了重要的理論與實務脈絡。

（四）方案實施策略

青年構力計畫的服務參與者主要為家扶基金會扶助家庭或自立家庭追蹤關懷服務期間之大一至大四及研一之大專生（含五專四、五年級）。在實施上，仍依據前述內部方案文件所建構之「年度歷程與課程架構」展開（財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會，2024）。由家扶基金會所屬各縣市家扶中心辦理，並以社會工作團體的形式進行；每個團體的成員約15人，每年辦理期間為8月至隔年7月；各家扶中心在相同架構下，依據招募成員個別需求、能力狀態，安排合適能力培養之課程活動，引導成員規劃社會服務及青年發聲行動，並結合個人生涯發展帳戶逐步實踐生涯目標。具體實施的活動、課程項目與形式如圖1所示。

而彙整各家扶中心之實際操作，也會依循下列模式規劃與進行（家扶基金會，2024）：

1. 方案初期多安排於暑假，約每週一次進行密集課程與活動；除著重團隊建立外，亦依青年「能力」需求規劃課程，並融合理財教育、自我探索與生涯規劃等內容，帶領成員設定儲蓄目標與策略，進而形成可實踐的生涯發展計畫。
2. 方案中期進入學期後，約每月辦理1-2次活動或課程，提供青年參與社會的情境與機會，以提升其能動

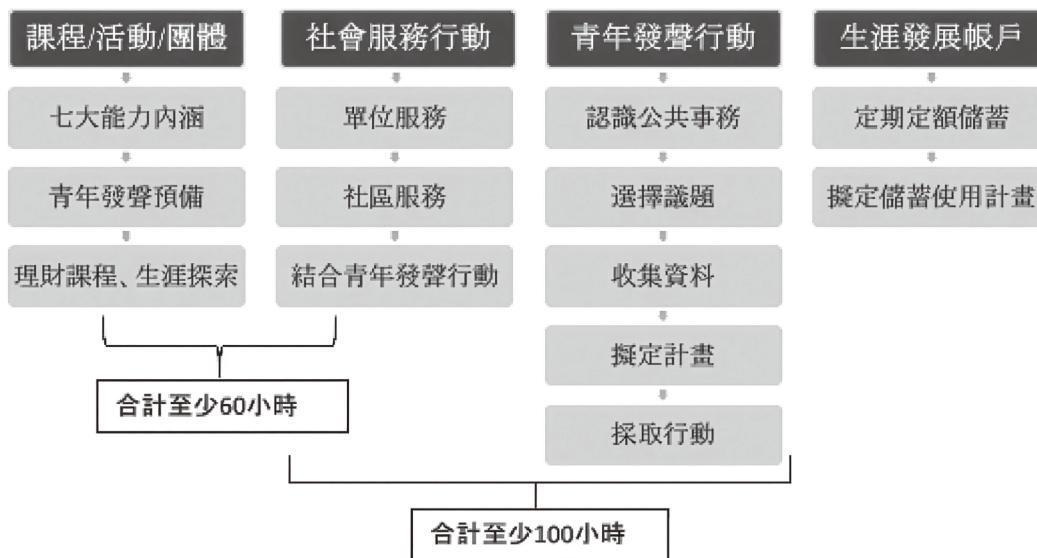


圖 1 青年構力計畫方案活動實施及相關課程說明

資料來源：整理自財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會（2024）。《第 20 屆青年構力計畫計畫書》（內部方案文件，未公開）。

性；同時透過社會議題認識與討論，引導青年規劃並執行社會服務與發聲行動，在實作過程中培養團隊力、領導力與行動力，並深化其對社會議題的關懷與反思。歷屆發聲行動主題涵蓋在地文化、科技 / AI 影響、社會關懷與心理健康等。

3. 方案末期同樣於暑假進行，安排成果展覽或分享會，並由青年自主規劃呈現內容。為期一年的方案結束後，將依生涯發展帳戶之累積金額提供 1：1 的儲蓄配合款，作為青年

持續培養能力的重要資源；其後並進行為期一年的追蹤，瞭解其生涯與夢想計畫推進情形，以及儲蓄金的使用狀況。

參、研究方法

一、研究設計

本研究採準實驗設計（quasi-experimental design），以前後測評估青年構力計畫之培力成效。所有參與方案之青年於方案介入前完成前測，介入結束後完成後測；並以隨機方式抽取背景條件相

近、但未參與青年構力計畫之大專院校學生作為對照組。於相同時間點完成前後測，以提供同期變化之參照脈絡，避免僅以自然成長或外在情境變動推論方案效果。

二、研究對象與樣本

研究對象分為實驗組與對照組。實驗組為參與家扶基金會青年構力計畫之成年初顯期弱勢青年，平均年齡為19.85歲，年齡分佈介於18至24歲；對照組為接受家扶基金會扶助但未參與青年構力計畫之大專院校學生。平均年齡為19.82歲，年齡分佈介於18至23歲。

兩組樣本年齡均落於Arnett（2000）所界定之成年初顯期範圍，且在年齡分佈上具備同質性，有利於後續培力成效之對照分析。施測後依資料清理原則（如未完整填答前後測、遺漏題數過多等）剔除無效問卷，最終實驗組與對照組各取得89份完整配對問卷。

三、研究工具（評估量表）

為有效掌握青年構力計畫之介入成效，並提供方案滾動式修正與品質管理之實證依據，家扶基金會依據服務目標與實務工作脈絡，建置「青年構力方案評估量表」。該量表的評估架構以資產累積福利觀點為基礎，從人力、心理、經濟與社會四項資產面向出發，並參考國內相關研究

與量表建議（吳淑華，2005；李英蘭，2005；許龍君，2002），發展出對應分量表，以評估青年在生涯規劃、自我價值、經濟期待與社會支持等關鍵向度之變化。此四項資產量表過往已於方案推動與研究應用歷程中完成信度指標之檢核，亦作為本研究沿用之測量基礎。

隨方案自2013年起逐步納入能力取向觀點，為更貼近「構力」之核心培力目標，評估架構進一步增列能力培力向度，涵蓋團隊／領導、創造力、行動力、關懷力與反思力等面向。上述能力量表之題項主要參考國外既有測量工具與相關研究，並依方案語境進行翻譯與調整，包括合作技巧量表（Chung, 2003）、批判性思考量表（Mincemoyer et al., 2001）、利他主義量表（Rushton, 1981; Witt & Boleman, 2009），以及創造力相關題項之本土化與修訂（王木榮、林幸台，1994）等，以提高工具對服務對象與介入內容之貼近性。各面向評估量表架構與分量表如下，並同時呈現題數與信度指標，以利理解研究工具之適切性（表2）。

就信度而言，鑑於資產累積向度量表為方案既有工具，已具備過往信度檢核基礎；而能力培力向度則為後續擴充之測量架構，故本研究另就本次樣本先行進行內部一致性檢核，以確認量表於本研究脈絡下之穩定性。結果顯示，各分量表之Cronbach's α 介於0.61至0.96之間，

表 2 青年構力計畫——各面向意涵及評估工具說明

面向		意涵簡要說明	測量分量表		題數	信度指標
資產累積	人力資產	知識、技能及教育情形	生涯規劃	生涯信心	10	0.84
				生涯探索		
	心理資產	自我效能及價值感等	自尊	8	0.84	
	經濟資產	收入累積情形	未來經濟展望	5	0.73	
			理財觀	18	0.64	
社會資產	社會網絡、社會參與程度	社會支持網絡	25	0.61		
能力培力	團隊、領導	與他人共同完成任務時的態度和感受	合作技巧	23	0.96	
	創造力	創新、嘗試與探究	創造力	34	0.94	
	行動力	設定目標後採取行動	目標取向	7	0.88	
	關懷力	社會關懷	利他主義	12	0.90	
	反思力	批判性思考技巧	批判性思考	20	0.96	

資料來源：「資產累積」面向引用晉康恩等人（2015）；「能力培力」面向由作者依本研究使用之第 20 屆青年構力計畫量表資料整理。

整體而言最低亦高於0.60，多數分量表達0.80以上，顯示本研究使用之工具具有可接受至良好之內部一致性，足以作為後續前、後測變化檢驗與方案成效討論之基礎。

在效度測量方面，本研究工具之建構歷程兼顧理論導向的方案設計與實務規劃：首先，量表發展係依據方案設計對應之評估面向，參考國內外相關量表與構念定義建構而成，具備其準則基礎。在表面效度與內容效度的檢核上，曾邀請方案承辦社工與第一線實務工作者檢視題項用語，確保內容精準對應服務情境；並進一步透過與青年成員討論，確認服務使用者對題目是否符合其對測量面向之認知、題意是否清楚等，據以作為初步檢核基礎。

雖然本研究受限於實務樣本規模，目前主要以Cronbach's α 檢驗內部一致性信度，並以原始量表之理論框架與實務專家共識作為效度支持來源。然就實務研究而言，評估工具已初步具備反映服務對象轉變之功能。未來研究可進一步蒐集更大規模樣本，透過因素分析（Factor Analysis）進行建構效度之系統性檢驗，以持續優化本土化弱勢青年培力之測量工具。

四、資料蒐集與施測流程

量化資料蒐集採前、後測施測流程：實驗組於參與青年構力計畫前完成前測，

方案結束後完成後測；對照組於相同時間點完成前後測。回收後進行資料整理與剔除規則（未完整填答前後測、遺漏題數過多等），以確保分析樣本具有可配對性與資料品質。

五、資料分析方法

1. 成對樣本T檢定：本研究以成對樣本T檢定分別檢驗實驗組與對照組在各分量表之前後測差異是否達顯著；此方法可直接反映同一受試者於介入前後之變化幅度，適用於本研究之配對資料結構。
2. 以對照組作參照之詮釋策略：鑑於成對樣本T檢定主要回答「同組內是否改變」，本研究在結果解讀上以對照組的同期變化作參照，用以辨識可能的共同外因或自然成長效應，並使「方案成效意義」的討論更為審慎。

另，本梯次量化資料初步呈現：服務參與者在四項資產面向及多項能力量表之後測表現，多數呈現較前測提升，且部分指標之表現相較對照組更具優勢；惟此屬結果章應詳述之範疇，爰於第四章再依各量表之平均數、標準差與成對樣本T檢定結果逐一呈現並討論其意義。

表 3 青年構力計畫——實施成效量化統計表

量表面向	分量表	實驗組			對照組				
		前測	平均數	標準差	t值	前測	平均數	標準差	t值
人力資產	生涯信心	前測	21.78	3.26	1.71*	前測	20.92	3.43	0.37
		後測	22.33	2.60		後測	21.06	3.43	
	生涯規劃	前測	20.25	3.46	1.74*	前測	18.84	3.44	0.88
		後測	20.92	3.34		後測	19.18	3.67	
心理資產	自尊	前測	25.90	6.24	4.87***	前測	27.57	4.95	0.05
		後測	28.26	6.41		後測	27.55	5.09	
經濟資產	未來經濟展望	前測	18.57	3.79	1.86*	前測	18.62	3.41	0.00
		後測	19.33	3.75		後測	18.62	3.74	
	理財觀	前測	71.78	9.51	4.88***	前測	70.52	9.75	0.87
		後測	76.06	8.52		後測	71.46	10.08	
社會資產	社會支持網絡	前測	96.28	18.44	10.51***	前測	94.82	19.36	12.40***
		後測	149.99	49.02		後測	158.84	47.59	
團隊、領導	合作技巧	前測	91.84	14.61	1.51	前測	91.54	14.25	0.38
		後測	93.98	13.85		後測	92.11	14.78	
創造力	創造力	前測	130.39	17.52	1.45	前測	127.22	18.41	0.21
		後測	132.82	16.28		後測	127.63	20.06	
行動力	目標取向	前測	26.82	4.98	0.34	前測	26.66	4.62	0.69
		後測	27.00	4.88		後測	26.97	4.78	
關懷力	利他主義	前測	43.06	9.50	1.96*	前測	43.63	9.27	1.50
		後測	44.69	9.53		後測	44.92	9.39	
反思力	批判性思考	前測	78.67	12.14	1.08	前測	77.81	11.68	1.42
		後測	79.79	12.69		後測	79.55	13.71	

註：p < .05* , p < .01** , p < .001*** (單尾檢定)。

資料來源：作者依第 20 屆青年構力計畫實驗組與對照組前、後測資料分析整理。

肆、研究發現

本研究採準實驗前後測設計，分別就實驗組（參與方案）與對照組（未參與方案）進行成對樣本T檢定，以檢視各量表在方案介入前後之變化，並以對照組作為同期變動之參照脈絡。有效樣本數實驗組與對照組各為89份（df=88）。基於方案培力目標，且研究假設方向明確預期介入後各向度將呈現正向提升，故本研究採單尾檢定進行統計判定。各向度之統計結果如表3，重點發現分述如下。

一、人力資產：生涯信心與生涯探索之提升在實驗組達顯著

在生涯相關指標上，實驗組「生涯信心」之後測平均數（22.33）高於前測平均數（21.78），並有顯著差異（t值為1.71*）；對照組則未達顯著。實驗組「生涯探索」之後測平均數（20.92）亦高於前測平均數（20.25），且達顯著差異（t值為1.74*）；而對照組亦未達顯著。整體而言，兩項指標呈現「實驗組顯著、對照組不顯著」之型態，顯示方案可能對青年生涯覺察與生涯信念具有促進作用。

二、心理資產：自尊在實驗組顯著提升

心理資產方面，實驗組「自尊」之後測平均數（28.26）高於前測平均

數（25.90），並有顯著差異（t值為4.87***）；對照組未達顯著（t值為0.05）。此結果為本研究中最穩健的成效發現之一（實驗組顯著提升、對照組未見變化），支持方案可能在增權與能力取向的介入脈絡下，促進青年自我價值與自我肯定等心理資產的提升。

三、經濟資產：未來經濟展望與理財觀顯著提升

經濟資產方面，實驗組「未來經濟展望」後測平均數（19.33）高於前測平均數（18.57），並有顯著差異（t值為1.86*）；對照組前、後測無差異。此外，實驗組「理財觀」從前測平均數（71.78）提升至後測平均數（76.06），差異達高度顯著（t值為4.88***）；而對照組未達顯著（t值為0.87）。顯示在財務態度與理財認知等「可教授」及「可練習」的課程與實作設計面向上，方案成效相對清楚，亦與方案資產累積與理財教育設計相符。

四、社會資產：社會支持網絡兩組皆顯著上升

社會資產方面，實驗組「社會支持網絡」後測平均數（149.99）高於前測平均數（96.28），且有顯著差異（t值為10.51***）；惟對照組之後測平均數（158.84）亦高於前測平均數（94.82），

同樣也有顯著差異（ t 值為12.39***）。由於兩組皆顯著上升，本研究採對照組參照立場，將此結果先視為「同期共同因素或測量情境效應」之現象，暫不作為方案淨效果之證據，避免直接將該向度之改變歸因於方案。

五、能力培力：關懷力在實驗組達顯著提升

能力量表方面，實驗組「關懷力」後測平均數（44.69）高於前測平均數（43.06），且達顯著差異（ t 值為1.96*）；對照組未達顯著。顯示方案可能在利他與青年發聲行動、社會服務或團體互動脈絡中，促發青年關懷傾向的提升。

六、小結

綜整本研究之成對樣本 T 檢定結果，成年初顯期弱勢青年參與青年構力計畫後，多數向度呈現正向變化，且在若干核心構面上出現較明確的提升。其中，在人力資產面向，實驗組之生涯信心與生涯探索均達顯著上升，而對照組未呈顯著變化，顯示方案可能有助於青年強化生涯覺察、提升自我生涯信念與探索行動。於心理資產面向，自尊在實驗組呈現最為穩健的顯著提升，對照組則無明顯變化，支持方案在增權脈絡下可能促進青年自我價值與自我肯定。於經濟資產面向，理財觀顯

著提升，未來經濟展望亦呈正向且達顯著變化，反映方案以資產累積與理財教育為主軸的設計，可能強化青年對資源運用與未來規劃的掌握感。另在能力培力面向，關懷力於實驗組達顯著提升而對照組未達顯著，顯示方案中社會服務、發聲行動或團體互動的學習情境，可能促發青年關懷傾向之增長。惟在社會資產方面，社會支持網絡於兩組皆顯著上升，提示其變化可能與同期共同因素或測量情境有關，故本研究採參照脈絡保守詮釋，暫不將其視為方案淨效果之證據。

伍、結論與建議

一、研究結論

本研究以準實驗前後測設計，分別就實驗組與對照組進行成對樣本 T 檢定，並以對照組作為同期變化之參照脈絡。基於方案培力目標與既有研究對介入方向之預期，本研究採單尾檢定判定顯著。結果顯示，成年初顯期弱勢青年參與青年構力方案後，量化成效可歸納為三類。

第一類為「實驗組呈顯著提升，而對照組未達顯著」之型態，較具方案參與相關的解釋基礎，包括：生涯信心、生涯探索、自尊、未來經濟展望、理財觀與關懷力。此結果指出，方案可能在生涯覺察與規劃、經濟理財能力，以及自我價值與關懷傾向等面向，提供青年可感、可學與可

練的增能經驗。

第二類為「兩組皆顯著上升」之向度，即社會支持網絡。由於其變化同時出現在對照組，本研究採保守歸因立場，傾向將之視為同期共同因素或測量情境效應所致，不宜直接作為方案淨效果之證據。

第三類為「未呈現明確顯著差異」的向度（如反思力、創造力、行動力、團隊／領導等）。此結果不必然代表方案無效，較可能反映介入強度與時間跨度、量表敏感度、青年基線差異、參與度落差或學期生活負荷等因素，後續仍需更細緻的服務設計調整與多元資料佐證。

二、研究討論：實務意涵與現場詮釋

基於上述的研究結果，以下將輔以方案執行之實務觀察與服務歷程紀錄作為詮釋脈絡，用以說明量化結果可能的形成機制與現場意涵。

（一）資產累積取向的方案設計，可能促成生涯與經濟面向之提升

從方案設計脈絡而言，青年構力計畫原先即以資產累積理論作為方案設計，透過「個人發展帳戶」與理財教育，協助青年累積有形資產、並連結其生涯發展規劃，進而形成可實踐的未來目標。因此，本研究中實驗組在生涯信心、生涯探索、未來經濟展望與理財觀之顯著提升，可被視為「方案原生機制」的合理結果：一方

面，經濟／理財課程與儲蓄配合款，使青年對「可控的未來」更具體（例如把目標分解、把資源配置到目標），另一方面，這樣的具體性也會回饋到其生涯抉擇與投入（更能想像、也更敢選擇）。

從實務現場的執行經驗中亦可見，理財與生涯模組之所以較容易在量化上呈現變化，關鍵在於其「貼近生活、可立即對照」。從研究者的方案帶領筆記中可加以呼應：「課程常以房租、水電、機車貸款、學貸等日常支出作為案例，進一步引導成員把抽象概念轉譯成可計算、可選擇的生活決策；亦會連結勞動權益與生涯選擇脈絡，促使成員比較不同工作安排的風險與可行性」。當青年能以自身處境「看得懂、算得出、做得到」，其生涯方向的想像與目標感往往也更容易被具體化。

此外，方案亦常以「逐步擴大生活半徑」作為隱性設計：「從團體活動中練習搭乘大眾運輸、規劃行程與時間管理，讓青年在可支持的情境下完成一段段『人生練習』」。這類具體任務一方面降低對未知的焦慮，另一方面也把「生涯規劃」從紙上計畫轉成日常可操作的能力，間接強化其生涯信心與探索意願。此一解釋亦可與楊育儀與陳秀芬（2018）以自我決定理論探討「釣竿生」之研究對話：其結果指出，相較未參與者，已參與方案者具有較佳的基本心理需求滿足與較低的需求挫折，且需求滿足能正向影響生涯決定，反

映方案可能透過支持自主、能力與關係等需求，間接促進青年較積極的生涯決策與目標導向行為。

（二）青年發聲 / 社會服務的參與脈絡，可能連結關懷力與自我價值感的增長

研究亦呈現實驗組在關懷力有顯著改變。若回到方案的能力培養內涵，長期把公共參與、服務行動與青年發聲作為重要學習場域：例如要求一定時數的社會服務與參與行動，並以「青年發聲」為主軸，由青年選擇所關心的議題、探究並採取行動，以喚起公眾意識；此歷程被描述為能擴展生活視野、培養對周遭事物的關懷，並增強心理與社會資產。

在青年回饋單中，也可見自尊提升的可能心理路徑，有成員指出：「『夥伴支持與鼓勵』使其更有自信、看見自己好的地方，並將這份自信帶往下一個挑戰；亦有人寫到：在困難與自我懷疑中，透過實際行動發現「自己的力量比想像更多，完成任務後建立信心」。這些描述，提供量化「自尊顯著提升」與「關懷力提升」的一個實務詮釋：青年在團體互信與公共行動中被需要、被肯定，也在投入與貢獻中重建自我價值。

在能力取向觀點下，蘇映伊等人（2023）亦主張透過團體支持與社會關懷行動、再引導反思與視角轉換，有助於培

養正向特質並增進生活適應；並且方案透過「服務使用者參與、青年發聲行動」等元素，促進青年能動性與功能運作。綜合上述，本研究之關懷力呈顯著提升，亦可從方案長期強調之青年發聲行動與社會服務脈絡理解：青年在公共參與與助人行動中練習同理、關注社會議題，形成社會情懷與對自我價值的再建構（王天祥、張世雄，2018）；此亦呼應蘇映伊等人（2023）指出之能力取向方案重視服務行動參與、以促進關懷與反思等能力。值得注意的是，關懷 / 利他行動所帶來的被肯定經驗與自我效能感，亦可能成為促進自尊提升的重要心理機制。

三、研究限制

本研究以成對樣本T檢定檢視組內前後變化，雖能清楚呈現「參與者是否改變」，但仍較難排除同期外在因素與自然成長影響；即使納入對照組參照，若未進一步檢驗兩組增幅差之統計顯著性，因果歸因仍需審慎。此外，本研究同時檢驗多項量表，未進行多重比較校正，結果宜以探索性與實務改進導向解讀。建議後續研究在既有設計基礎上，採ANCOVA、混合設計或差異中的差異（DiD）等策略，更精準估計方案淨效果，並加入行為指標與質性資料，以補足量化自評難以回答之改變機制。

此外，針對團隊 / 領導、反思與行動

等向度之量化結果未達顯著部分，亦可能是本研究調查期間過短所致。因從方案歷程的實務觀察可發現：進入學期後，青年容易遭遇團隊磨合、溝通衝突、課業負荷與未來焦慮等挑戰。此時實務工作往往需要啟動更多個別會談與團體回饋機制，協助青年在對話中整理自我，並把「犯錯」正常化為可被討論的學習歷程。換言之，部分能力的生成可能更像是「在壓力情境中慢慢長出來」的過程，未必能在單一年度、單一量表上立即捕捉其幅度，因此也需要更長期及延續性的觀察及研究才能得見。

四、結語及建議：保留有效策略、補強未顯著向度

(一) 針對已呈顯著向度：維持方案優勢並強化可複製性

1. 生涯模組（生涯信心／探索）：將已被證實有效的生涯規劃與探索內容，整理成可複製的單元，並建立「最低服務設計與規劃」，進而持續於方案中推展。
2. 經濟模組（未來經濟展望／理財觀）：維持資產累積與理財教育的主軸，並把「儲蓄與配合款」從行政機制，轉為可被青年理解與內化的學習歷程（如：每季一次財務回顧、理財決策情境演練、同儕互評的理財行動承諾）。這也呼應資產

累積相關研究所指出：方案效益常透過課程訓練與參與歷程促成，而非僅有形資產本身（王天祥、張世雄，2018）。

3. 社會資產與關懷力：將青年參與社會行動／服務學習的安排，明確與「關懷力」及「自我價值」連結，並透過回饋與敘說強化其增權感；這也可以更加落實既有研究指出，青年可透過「參與」獲得更佳自我概念整合與對未來挑戰更適切的回應能力（晉康恩等人，2015）。

(二) 針對未呈顯著向度：以青年參與回饋，將量化結果轉化為方案改進地圖

考量部分向度（如人際關係改善、領導力展現等）在量化上未必呈顯著，研究者後續擬採兩項作法，將其制度化為方案的「動態責信／循環改進」核心：

1. 青年回饋反思會議——把低分項目變成具體改進題

目的：與結案青年共同解讀量化自評中得分較低或未顯著之項目（如人際／領導），辨識原因並形成下一屆調整方向。

2. 青年責信諮詢小組——讓青年參與決策更深、更持續

目的：邀請歷屆青年代表共同參與成果資料分析與方案優化地圖共製，讓服務使用者參與從「被諮詢」走向「共決

策」。

上述兩項機制的精神，與「讓青年協同提供服務、在參與中獲得能力感與增權」的方案脈絡相當一致。同時也能把本研究方法上的限制（僅靠量化自評難以解釋為何未顯著）轉化為方案優化的入口：用定期的共讀與共製補上量化無法回答的「為什麼」與「該怎麼改」。

（三）對成年初顯期弱勢青年的服務與政策建議

1. 以「轉銜不中斷」建構成年初顯期支持體系

成年初顯期（約18-30歲）處於教育、就業、居住與關係角色快速變動的生命階段，弱勢青年更可能因資源匱乏而提前面對成人責任與風險。本研究顯示青年在生涯發展、經濟理財與心理資產面向具可培力性，政策上宜將此階段明確納入「轉銜支持期」的服務框架，以降低支持

斷裂造成的生涯停滯與脆弱處境。

2. 以「資產×能力」作為青年自立政策工具

藉由本研究發現，生涯信心、生涯探索、未來經濟展望與理財觀呈現較明確的改善，提示「與目標相連結的資源工具」能促進青年對未來的可掌握感。政策上宜從一次性補助，轉向「資產累積」及「能力培力」並行的支持策略，使青年不只是被動受助，而能逐步形成可行的生涯行動方案。

（本文作者：石承旻為家扶基金會社會工作處企畫組資深專員；張學桓為家扶基金會嘉義分事務所原資深社工師；沈明彥為家扶基金會嘉義分事務所主任；王金敦為家扶基金會社會工作處企畫組主任）

關鍵詞：成年初顯期、資產累積、能力培力、青年構力計劃

📖 參考文獻

- 王天祥、張世雄（2018）。〈資產效果與青年脫貧經驗：以南高雄家扶中心青年自立釣竿方案為例〉。《財務社會工作與貧窮研究學刊》，1（2），25-66。
- 王木榮、林幸台（1994）。《威廉斯創造力測驗》。心理。
- 李英蘭（2005）。《托兒所保育人員工作價值觀、社會支持與工作滿意度之研究——以高高屏地區為例》（碩士論文，中國文化大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://ndltd.ncl.edu.tw/handle/02832637789132823401>

- 吳淑華 (2006)。《青少年生命意義感之研究》(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/fe655p>
- 徐瑞琪 (2020)。《成年出顯期者親子關係、自我認同與工作適應之相關研究》(碩士論文, 國立臺中教育大學)。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/7kax3v>
- 晉康恩、蘇映伊、馬鬱聰、藍元杉 (2015)。〈從效益評估到經驗敘說：以青年自立釣竿方案評估為例〉。《社區發展季刊》，151，127-137。
- 陳李綢、吳淑禎 (2011)。《新訂青年生活適應量表之編製研究》。行政院青年輔導委員會。
- 陳杏容 (2018)。《成人初顯期的特徵與發展結果：探討家庭社經地位與文化的影響力》(科技部專題研究計畫編號：MOST 105-2410-H-003-024)。國立臺灣師範大學。
- 許龍君 (2003)。《大學生社團參與及其人際關係之研究》(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/bm8fg2>
- 楊育儀、陳秀芬 (2018)。〈從自我決定理論探究社經弱勢大學生之生涯決定〉。《當代教育研究季刊》，26 (3)，1-33。[https://doi.org/10.6151/CERQ.201809_26\(3\).0001](https://doi.org/10.6151/CERQ.201809_26(3).0001)
- 蘇映伊 (2019年4月11-12日)。〈服務使用者參與導向之資產累積方案設計與評估——以家扶基金會青年自立釣竿方案為例〉(會議論文)。強化脫離貧窮措施國際研討會, 臺北市, 中華民國(臺灣)。
- 蘇映伊、廖蛟諳、莊登閔 (2023)。〈弱勢貧困青年參與能力取向方案之經驗初探〉。《臺灣社會福利學刊》，19 (2)，3-100。[https://doi.org/10.6265/TJSW.202312_19\(2\).02](https://doi.org/10.6265/TJSW.202312_19(2).02)
- 鄭麗珍 (2006, 10月20日)。〈資產累積福利理論：資產累積與脫貧——理論與實務的對話〉(會議論文)。「資產累積與脫貧：理論與實務的對話」研討會, 臺北市, 中華民國(臺灣)。
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Chung, G. K. W. K. (2003). *The impact of a simulation and problem-based learning design project on student learning and teamwork skills* (CSE Tech. Rep. No. 599). National Center for Research on Evaluation, Standards, and Student Testing (CRESST), University of California, Los Angeles. <https://eric.ed.gov/?id=ED480558>
- Egdell, V., & H. Graham (2016). A Capability Approach to Unemployed Young People's Voice and Agency in the Development and Implementation of Employment Activation Policies. *Social Policy & Administration*, 51(7), 1191-1209. <https://doi.org/10.1111/spol.12262>
- Mincemoyer, C., Perkins, D. F., & Munyua, C. (2001). *Youth life skills evaluation* [Measurement

instrument]. The Pennsylvania State University.

Rushton, J. P., Chrisjohn, R. D., & Fekken, G. C. (1981). The altruistic personality and the self-report altruism scale. *Personality and Individual Differences*, 2(4), 293-302.

Sternberg, R. J. (1994). The PRSVL model of person-context interaction in the study of human potential. In M. G. Rumsey, C. B. Walker, & J. H. Harris (Eds.), *Personnel selection and classification* (pp. 317-332). Lawrence Erlbaum.

Witt, P., & Boleman, C. (2009). *Adapted self-report altruism scale* [Measurement instrument; adapted from Rushton et al., 1981]. CYFAR Life Skills Project, Youth Development Initiative, Texas A&M University.