

不要「辦家家」

呼籲重視同儕支持員之「專業化」與「職業化」

【新聞稿】

我們都知道，「所有的障礙者都是自己問題的專家」，相較專業人員體系，透過有共同障礙（生病）經驗的「同儕」支持，更能使障礙者彼此間產生更強的認同感與獲得問題應對能力。同儕支持對於雙方而言（同儕支持員與服務使用者）都是促進障礙者增加自信心與認同感的助力，透過平等與他人的互動交流，作為同樣有障礙經驗的個人，能透過自己的經驗和資訊有效的分享，協助支持其他障礙者能夠重新審視過去的經驗及發掘自身擁有的優勢，進而提升實踐生活目標的動力與能力，以及回饋他人的正向影響力，同時也能更進一步自我復元。（相關經驗分享請見附件）

聯合國身心障礙者權利公約（convention on the Rights of Persons with Disabilities, 以下簡稱 CRPD）強調，身心障礙者應與其他人相同，能平等、不受歧視的進行社會參與，且所有身心障礙者皆應享有於社區中生活之平等權利、及與其他人同等之選擇，國家並應採取有效及適當之措施，支持身心障礙者於社區生活及融合社區，以避免其孤立或隔離於社區之外。因此締約國必須窮盡任何手段，協助障礙者在社區中自立生活，其中，除了專業服務體系及以社區為基礎的服務建構外，同儕支持服務終於在 21 世紀迎來曙光，在障礙者的生活復元體系中，贏得它的關鍵角色。

與先進國家相較，訓練時數嚴重偏低，不被視為一種專業

然而台灣相較於歐、美、澳、日、韓等各國身心障礙者同儕支持員（peer supporter）培訓時數，雖因具體訓練內容、服務場域和各國政策而有差異，然因其被視為一項專業服務，故其訓練時數多數在 100-120 小時左右，課程涵蓋理論學習和實務實習，並多有國家認證機制。鄰近台灣的亞洲國家，韓國的同儕支持員培訓時數為 100 小時，完訓後跟國家發照認證，日本則有同儕支持培訓師、同儕支持協調員的認證。

同儕支持服務不僅僅是情感上的支持，更具有資訊上與工具性的功能，因此傾聽、同理、了解法規、資源轉介、服務倫理、服務紀錄與能夠與其他專業團隊合作等等，都是核心技能。而現行，衛福部社家署透過各地方政府所辦理的身心障礙者同儕支持員「職前」訓練課程 18 小時且欠缺實習，嚴重不足以讓同儕支持員了解如何提供

服務，訓練形同「辦家家」般過場算數，完全不在意是否有效果，形同浪費。

同儕支持員參訓與服務使用資格均過於嚴苛

我們理解國家社福預算有限，然政策起跑點若是僅考慮預算卻悖離需求與人權，對障礙者便成了枷鎖與剝奪！台灣在同儕支持員參訓資格上相對其他國家或我國之職業訓練嚴格，參訓者與服務使用者均必須領有身心障礙證明，且在社區獨立三年以上，然而我們知道台灣之身心障礙證明之取得相對嚴格，且許多國民「具有障礙事實但不具備障礙證明」者眾，如只領有全民健保重大傷病卡或診斷書之精神疾病病人，特別是年輕人，或甫遭遇意外（如車禍、職災、重大公安事件等）而導致障礙且正在積極醫療與復健之初期障礙者（如肢體障礙、視覺損傷、燒燙傷）等，均「無法」申請同儕支持員的服務。而囿於台灣服務社區化進展緩慢、社會污名化效應、社區支持網絡不足等等，導致許喔障礙者必須被迫住在機構中，然住在機構並不代表沒有自立生活或工作能力，將居住於機構之障礙者，直接排除培訓之外，非以其能力和意願作為參訓標準，等同漠視其權益與需求，呼籲政府應立即改正。

「職業化」訓練方能確保服務體系之完整與安定

如同前述，其他先進國家從訓練開始便均將同儕支持員視同「專業人員之一」，本質上便是將之視為一種「職業」，結訓後全職之月薪並不低於其他職類，而職業化的訓練，不同於教育體系，台灣應將同儕支持員訓練納入勞動部之「身心障礙職業訓練職類」之一，不僅進一步代表國家肯認身心障礙者同儕支持員是一門「職業」和「專業」，豐富我國身心障礙者技術職類和收入，同時於長達百餘小時之職業訓練期間領有生活津貼、交通支持等，更是對身心障礙者職業能力養成、促進就業的一大支持，長期有助提高身心障礙者之就業率，並且可藉由障礙經驗提高職業重建動機與效能。身障團體衷心期盼勞動部與衛福部相關單位（社家署、心健司）儘速規畫辦理專業化與職業化之身心障礙者同儕支持員職業訓練，使得同儕支持員能在醫療、社福、教育、社區、長照等相關領域提供服務，支持身心障礙者在社會中穩定就業及自立生活，強化同儕支持服務工作者的技能、能力，以落實身心障礙者權利公約（CRPD）精神。

障礙者經驗分享

A.同儕支持員_小真 (精神障礙，擔任新竹市同儕支持員，資歷約兩年)

小真在青少年時期，因家庭、課業及人際壓力，而出現憂鬱的狀況，當時是 30 多年前，大部分人都是諱疾就醫，直到 28 歲惡化成思覺失調，開始規律返診與用藥，期間離開教職，在家人支持下度過漫長的恢復期，34 歲那年，新竹市社會處社工介入關懷，漸漸從封閉在家恢復與社區的連結。2022 年小真在新竹參加 18 小時同儕支持職前訓練，順利結業之後，開始服務個案，成為有薪的同儕支持員，小真覺得這是一個很有意義的工作，藉著自身復元經歷，陪伴引導有相同疾病經驗的朋友，這份工作對小真來說，不用去隱藏身分，更強化了自我認同感與價值感。

然而 18 小時的職前訓練，不夠小真應對在服務時面臨的各種挑戰，於是在 2023 年主動參加了台灣社會心理復健協會舉辦的同儕支持員創新方案之基礎、核心(含實習)課程共 72 小時和其他單位的訓練，面對許多人對同儕支持員專業度的質疑，我願意用更積極的進修與敬業的態度，去贏得認同！ 2024 年秋天，更一同參與台灣社會心理復健協會赴韓參訪的活動，讓小真對同儕支持員的工作有了新的視野，韓國醫療機構中專屬的同儕諮詢室，人性化的排班制度，可以支撐生活的薪資，真希望台灣也能建構如此甚至更好的障礙者工作架構。

障礙者要在一般工作市場競爭不容易，同儕支持也可以是職務再設計一環，將疾病經驗整理成助人法寶，透過紮實訓練，相信障礙者能在社會工作的一環貢獻出關鍵的力量。同儕支持訓練若有職業津貼支撐基本生活，使其能安心參訓，可成為障礙者脫貧的浮板而非永遠福利依賴者，我對此充滿期待。

B.同儕支持員 2025 年受訓學員_宋宸緯 (精神障礙)

宸緯是在高二被同學霸凌，當時家人不懂得該怎麼處理，最終就生病，從 17 就開始吃藥至今。宸緯 2025 年會參加同儕支持員訓練，是基隆職能治療師介紹，初期上課確實很多壓力，因自己無法在職場穩定工作，所以覺得這也是給自己一個機會學習，未來可以幫助別人，成為像職能治療師一樣類似的角色。後來，覺得這次學習是值得的，同儕支持者是未來趨勢，也覺得同儕支持對身心障礙者很重要。

如果同儕支持有職業訓練、有生活津貼，可以幫助我們減輕經濟壓力，不用擔心參加訓練期間要跟家人拿錢交通費、餐費等，好像又成了一種自己或家人的負擔。

他說，今年這個上課上完後，好像只能兼職不能當正職，似乎也沒辦法養活自己，也必須再去找一份正職的工作，所以我很期盼成為一個正式職業是有身份的，因為爸爸是有期待的，我也有期待，能被認可是職業，這樣就不會微歧視了。

C. 同儕支持服務使用者與同儕支持員_黃仁祥，(脊髓損傷)

仁祥，來自花蓮的原住民，同時也是一位頸髓第六節完全性損傷者。2016 年 6 月，一場突如其來的意外，讓我從此成為四肢不便的輪椅使用者。

在急性醫療期間的兩個多月裡，我曾多次萌生放棄的念頭。因為那時候的我，不只是身體疼痛，更深感無助。然而，在每日短暫的探視時間中，家人不間斷地來看我、鼓勵我，是他們讓我撐了下去。

我還記得家人曾說，有一次在探視的時候，機器的響聲讓醫護人員緊急處理我的情況，拉上布簾將家人隔開，那一刻的恐懼與無助至今難忘。之後，我帶著氣切管轉入普通病房，也開始面對癱瘓、大小便失禁等損傷後的種種後遺症。我曾天真地以為，脊髓損傷只是一時的，休息一陣子就能恢復，直到現實讓我不得不接受這樣的改變。

為了讓我出院後的生活更方便，家人特地租了一間有電梯的公寓，還透過仲介請來外籍照顧者照護我的一切。他們每月都陪我返院治療與住院復健，這樣的生活模式持續到隔年 2 月，才結束反覆住院的階段。那時，我的氣切管也順利移除，開始了漫長的門診復健之路。

剛開始的半年，每天搭乘復康巴士往返醫院，進行兩小時的例行復健。期間我遇到了兩位同樣是脊髓損傷的朋友，我們僅短暫聊了幾句就各自匆忙離去。後來因為一次盥洗時沒注意水溫，造成燙傷，我不得不停止了復健。

2018 年 3 月的某天，家人再次提起「桃園脊髓損傷中心」，讓我轉念主動聯絡，才讓我在傷後滿兩年時迎來人生的轉變。

回想初次踏入桃園脊髓損傷潛能發展中心時的忐忑，我下車那刻仍感不安，但走進中心的瞬間，我終於鬆了一口氣，原來不是只有我坐輪椅，這裡有許多和我一樣的傷友。雖然大家的損傷程度和功能不同，但我感受到前所未有的安心與接納。

在中心接受生活重建訓練的過程中，透過老師的指導與同儕的陪伴，我重新認識自己。我發現，原來我還能做到很多事，雖然部分生活仍需照顧者協助，但我們之間的配合讓我的生活品質大為提升。

我慶幸自己當初願意轉念、踏出那一步。因為中心，因為同儕，我學會了更多技巧，也找回了生活的主動權。現在的我，不僅能騎車、開車，還能前往我想去、也能去的地方，讓我重新掌握了屬於我的人生方向盤。

生活重建結束之後，我才深刻感受到脊髓損傷與一般肢體障礙的不同，我的胸口位置以下完全沒感覺也沒動作，大小號失禁無法控制，也伴隨著神經痛及無法控制的神經反射。對於來中心前無助的這兩年，我沒有遇到同儕能為我提供資訊協助，更對於未來是一片

迷茫的。

我目前在「財團法人桃園市私立脊髓損傷潛能發展中心-擔任同儕支持員及專案組長」，我希望能呼籲政府把同儕支持納入福利服務的政策制度裡，讓每一位傷友從受傷開始需要的醫療復健到生活重建、職業重建、社會重建都能有同儕支持的服務，讓同儕支持從醫院開始就能適當介入，幫助傷友及早走出陰霾恢復有尊嚴的生活，我相信這更是落實先進國家的 CRPD 精神。

D. 同儕支持員__劉政奇，（脊髓損傷）

傷後我是鐵窗施工人員談話中那個躺在床上的好命人。經治療師主動引荐桃園脊髓損傷潛能發展中心「生活重建-中途之家」服務，點燃了新生命火花重新學習面對、處理日常生活事宜。

因一場車禍被闖紅燈汽車撞擊造成脊髓損傷，造成不可逆永久傷害，生活在數秒間徹底改變。在剛受傷的初期面臨身體功能的喪失與心理衝擊，陷入極大的茫然與無助，從一個可以獨立生活、自主安排落到大小事需依靠他人，情緒低落無法面對自己的失能狀態，沒有盼望的明天…常想睡著後就不要醒來，不用面對無法掌握的未來，不懂為何別人的過錯卻要我來承擔？不甘心的情緒暴發讓親友們傷心不捨。

脊髓損傷後最明顯的特徵是成為「輪椅人」，但受限並非不能走這麼簡單，伴隨神經系統後遺症影響，常考驗折磨一個人的最大承受度，例如尿路感染-忽冷、忽熱、痛到神志不清、臥床不想動，這是脊損者的日常。損傷以下皮膚沒有感覺，一不小心微血管就會因沒減壓而破裂，一旦皮膚破損很難愈合，常聽傷口顧一、二年才好，排泄系統失調更是選擇不外出重因。

同儕支持者是曾經歷脊髓損傷並成功適應生活的人，不只是理論上的「助人者」，更是能以親身經歷提供真實建議與心理支持的「過來人」。例如，在學習輪椅技巧時，一位同儕支持者能現場示範如何上坡、過坎，並告訴新傷者哪些技巧最實用，如何避免跌倒，甚至哪些輔具最適合。再如，在心理層面，許多新傷者擔心未來無法工作、無法結婚或重返社會，而當他們看到同儕支持者能正常生活，甚至有家庭、有工作，便能從中獲得希望與信心。

回想在損傷後有同儕支持陪著學習，在生活自理能力的恢復、心理適應、社會參與等層面，都能縮短摸索與挫折的歷程，減少憂鬱與焦慮情緒的累積，也讓我從被協助者角色轉換成有能力協助傷友，因有同儕參與建立長期的社會支持網絡。由此可見，同儕支持者在脊髓損傷者重建過程中，扮演著不可或缺的關鍵角色。

呼籲政府應把同儕支持角色納入福利服務政策制度，重點培養澳為專業人員，傷後需要有醫療復健到生活重建、職業重建、社會參與。當在醫院迷網時就有同儕支持、適時提供解惑，減短摸索期，幫助傷友及早走出損傷陰霾，恢復有尊嚴的生活，臺灣和先進國家落實 CRPD 精神應是一樣，期待每個人都能擁有「尊嚴、希望、新生命」。