

南華大學人文學院生死學系碩士班

碩士論文

Department of Life-and-Death Studies

College of Humanities

Nanhua University

Master Thesis

中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程之敘說研究

A Narrative Inquiry on Career Development of the Persons with
Acquired Visual Impairment



才頌潔

Sung-Jye Tsair

指導教授：陳增穎 博士

Advisor: Tseng-Ying Cheng, Ph.D.

中華民國 112 年 6 月

June 2023

南華大學

生死學系碩士班

碩士學位論文

中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程之敘說研究

A Narrative Inquiry on Career Development of the
Persons with Acquired Visual Impairment

研究生：才碩豪

經考試合格特此證明

口試委員：林慶山

張國偉

陳增承

指導教授：陳增承

系主任(所長)：楊國松

口試日期：中華民國112年06月21日

致謝詞

今天是 2023 年的 6 月 30 日，全職實習一年的結束日，同時也是論文完成修改，真的即將畢業的日子，我想先跟自己說聲:妳好棒，真的做到了！

回首三年來的點滴，因緣俱足的情況下，讓我從德恩學長口中得知了南華大學生死學系有生死教育與諮商組碩士專班，可以有考諮商心理師證照的資格，我當時心想:哇，我的夢想準備要啟航了，在等待了 13 年後…當我身兼多職，是職場上的督導、家庭中的母親與女兒角色時，我始終相信:妳真心想做一件事時，向宇宙發出訊號，是會得到回應的。前兩年的學習，每週的假日兩天，總是要狠心的拋子，忍受無法補眠的苦，獨自開車北上進行整天的學習，不間斷的撐了過來；就連在二年級上學期面臨要進行課程實習，實習與工作上的拉扯，讓我第一次覺察到:我真的不是萬能！也因著當時同事們的反映，讓我不得不在三年級面臨全職實習一年時間時，必須要勇敢地做出抉擇:去或留。最終，我勇敢地做出了出走的選擇，踏出了舒適圈，迎接我的是嶄新未知的世界。

很感謝身旁很多人適時地接住我，不論是實習單位的范醫師、韻涵督導、惠美學姊、如曼老師等，或者是學校同窗苦讀的同學們:龍哥、麥克、小玉、旭男、勝恩等，也是因為有大家強大的後盾支持，說好了要一起畢業、一起考上心理師，才能有滿滿的動力堅持下去啊，也才有今日論文的誕生，戰勝了拖延。另外，還有我很重要的三位研究參與者，因為您們的故事，成就了這本論文，也帶領我一起走過、回顧了一趟自己很棒的生涯歷程；以及我的指導教授韓星等級的增穎老師、校內口委國偉老師，還有南大的林慶仁老師，感謝您們讓我對於質性研究增添了許多信心。我也很想感謝我的兩位心理師:陳碧玲老師跟張雅萍老師，帶我走過很煎熬、很撞牆的抉擇期，讓我可以勇敢地相信自己能夠在諮商這條道路上堅持走下去。

最後是我身旁始終支持我的好姊妹們-淑婷、欣憶，一直陪伴我、把我拉回現實的親愛子瑜；此外，最重要的大功臣就是我們家的婆婆跟歐尼-才姊姊，因為有兩位的支持，讓我可以韌性、任性的朝夢想前進，將這一份榮耀獻給家人以及天使爸爸，我愛您們。

中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程之敘說研究

摘要

本研究旨在探討中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程，研究者以質性研究法進行，採用半結構訪談大綱，訪談收集三位中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程中的事件，訪談之後，對所蒐集到的研究資料進行分析，研究結果如下：

一、家庭支持系統完善對中途致殘視覺障礙者的生涯歷程有正向助益

(一)父母親的全力支持

(二)配偶的不離不棄陪伴

二、社會支持網絡健全對中途致殘視覺障礙者的生涯轉換有重要意義

(一)生活重建服務奠定基礎

(二)職業重建服務協助重返職場

三、中途致殘視覺障礙者的正向生涯信念影響未來歷程

(一)強化自我概念與價值

(二)正向積極的內在信念

三位的生涯發展歷程，共同成就了本研究對中途致殘視覺障礙者、職業重建服務人員以及未來研究等相關建議。

關鍵字：中途致殘視覺障礙者、生涯發展、敘說

A Narrative Inquiry on Career Development of the Persons with Acquired Visual Impairment

Abstract

This main purpose of this study was to investigate on career development of the persons with acquired visual impairment . With qualitative research method- semi-structured interview, the researcher interviewed 3 persons with acquired visual impairment for their career experience. The researcher analyzed the data and the findings were as follows:

1. The improvement of the family support system for the persons with acquired visual Impairment is positively helpful.
 - (1) The full support of Parents' .
 - (2) The firm companionship of the spouse.
2. The completeness of Social support networks for the persons with acquired visual Impairment has an important meaning.
 - (1) Independent living rehabilitation services lay the foundation
 - (2) Vocational rehabilitation service helps to return to workplace
3. The positive career beliefs of the persons with acquired visual Impairment affected their development.
 - (1) Improve self-concept and values.
 - (2) The positive inner beliefs.

These three career stories accomplished some recommendations for the persons with acquired visual impairment and services practicing about vocational rehabilitation for the persons with acquired visual impairment and for further researches for the career development about the persons with acquired visual Impairment.

Keywords: the persons with acquired visual Impairment, career development, narrative

目 錄

致謝詞.....	I
中文摘要.....	II
Abstract.....	III
目錄.....	IV
圖目錄.....	VI
表目錄.....	VII
第一章 緒論	
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的與問題.....	6
第三節 名詞釋義.....	7
第二章 文獻探討	
第一節 中途致殘視覺障礙者之生心理概述.....	8
第二節 生涯發展理論探討.....	13
第三節 視覺障礙者之職業環境與就業資源.....	26
第三章 研究方法	
第一節 研究方法選取.....	33
第二節 研究流程.....	36
第三節 研究參與者.....	37
第四節 資料工具.....	42
第五節 資料處理與分析.....	44

第六節 研究倫理與品質.....	47
第四章 結果與討論	
第一節 衝勁十足之永不放棄-小葵的故事.....	51
第二節 幽默風趣之雕刻大師-阿明的故事.....	69
第三節 闖蕩創業之射手精神-阿宗的故事.....	82
第四節 綜合分析與討論.....	95
第五章 結論與建議	
第一節 研究結論.....	104
第二節 研究建議.....	107
第三節 研究省思.....	109
參考文獻	111
附錄	117
附錄一 研究參與者訪談同意書.....	117
附錄二 研究訪談大綱.....	119

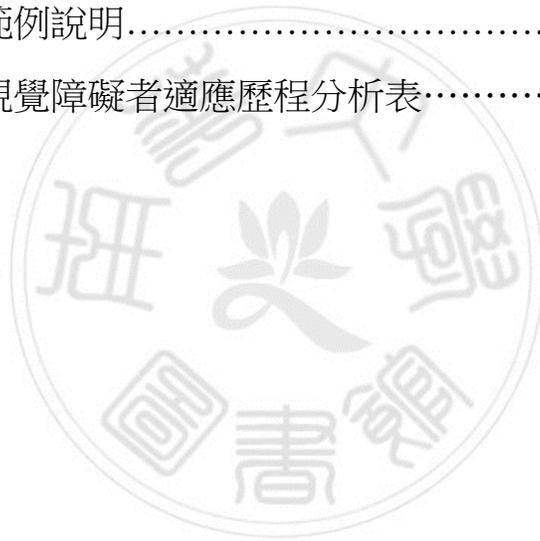
圖目錄

圖 2-1 生涯彩虹圖.....	16
圖 2-2 明尼蘇達工作適應理論.....	21
圖 2-3 個人建構系統的經驗週期.....	23
圖 3-1 研究流程圖.....	36
圖 4-1 中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程之敘說研究理解與詮釋圖.....	50



表目錄

表 2-1	Super 生涯發展階段論的五個階段與發展任務.....	14
表 2-2	Levinson 的生涯發展理論.....	17
表 2-3	Schein 的生涯發展階段與發展任務.....	19
表 2-4	Hershenson 個人與工作情境互動模式.....	21
表 2-5	各生涯理論對於視覺障礙者之理解比較.....	24
表 2-6	視覺障礙者職業過程之困難.....	31
表 3-1	研究參與者基本資料.....	39
表 3-2	資料編碼範例說明.....	45
表 4-1	中途致殘視覺障礙者適應歷程分析表.....	97



第一章 緒論

本章主要在於闡釋本研究的背景與動機及研究目的與問題。本章分成三節，第一節為研究背景與動機，第二節為研究目的與問題，第三節為名詞釋義。

第一節 研究背景與動機

從原先彩色到看不見黑暗，是一個什麼樣的地方？盲的生活世界，又是一個什麼樣的生活經驗？

我心底一直記得，多年前在一個假日的午後，騎車在等待紅綠燈時，在左手邊，一對父子的身影，突然地吸引住了我的心思。首先映入眼簾的，是一台舊式的腳踏車，上面經由改造放上了販售刮刮樂的板子，接著的是父親黝黑的臉龐，不時拿著圍在脖子上的毛巾擦著臉上流下的汗水，再來是一位稚氣臉龐、乖巧坐在一旁陪伴的孩子，最後我的視線停留在腳踏車上，一塊寫著：「單親視障父賣刮刮樂」的牌子。

這，是我與視覺障礙者，震撼、觸動的一次交會，震撼的是：看不見的父親、單親、烈日當頭的午後、賣刮刮樂維生；觸動的是：乖巧的孩子、童年、伴父工作。至今，我都還清晰地記得，原本綠燈亮起，應該要直行的我，硬生生再次地到對街待轉，而目的地竟前往令我印象深刻的刮刮樂販售攤位。我想，這是我與視覺障礙者結緣的開始，也是我走上這次研究旅行的第一步。

後來每次經過同樣路段時，總是會忍不住抬頭尋找一下熟悉的身影，時間不趕時，也會停下來盡微薄之力買幾張刮刮樂，因著助人的特質：好奇、熱情，讓我鼓起勇氣詢問這位父親的故事；原來這位父親從小罹患家族遺傳性眼疾，直到 30 歲幾乎失明，透過媒妁之言與越南籍妻子結婚後，生下同樣患有遺傳性眼疾的孩子，原本單純的小家庭生活，卻在孩子的母親取得了台灣的身分證後變了調，最後以離婚收場。

為讓就讀國小、同為視障的獨子一個「完整的家」，不畏風雨販售刮刮樂提供三餐溫飽，也盡責地代母職陪伴孩子成長，不僅每天接送小孩上下學，下課後更親自教導孩子課業；孩子上課時，他就來到固定的路段路邊擺攤販賣刮刮樂，希望能多賺點錢讓

孩子無憂無慮的生活，如此無微不至的父兼母職，甚至還獲得了家扶中心頒發的「另類慈心媽媽」表揚。

心底的聲音告訴我，我好像應該可以做點什麼，以至於往後在很長的一段職業重建工作期間，對於視覺障礙者，我總是多了那麼一點的關注。

眼睛是我們的靈魂之窗，亦是我們重要的感知器官之一，視覺障礙者因視覺系統損傷或罹患眼疾，導致視覺功能出現障礙，讓他們在生活當中面臨嚴峻的挑戰。根據世界衛生組織 WHO 於 2019 年 10 月公布的『世界視力報告』中指出，全球至少有 22 億人面臨視覺障礙的問題，因人口老齡化與生活方式-3C 產品當道的改變，也致使視障人數逐年增加(余君濤，2020)；而根據衛福部統計數據顯示:2023 年截至第一季時，台灣總共約 5 萬 4 千餘名視覺障礙人口，約占身心障礙者人口數的第 8 位(衛生福利部，2023)。

近年來弱勢團體以及特殊族群之權益保障逐漸抬頭、受到重視，身心障礙群體在醫療衛生與社會福利之權益保障是一項公共衛生重要議題。視覺障礙者是身心障礙類別中較弱勢的一群，視覺障礙者在外觀上不顯現，並且容易讓人誤會，不僅定向行動能力受到了限制，同時也失去了一般人能主動操縱訊息的能力。林金定、徐尚為、郭昱呈(2015)為了解視覺障礙人口學特性，以我國 2000 年至 2013 年衛生福利部統計處身心障礙者人口資料庫為基礎，來分析其人口學變項間之相關性，主要變項包括性別、年齡、年代、縣市別、身分別、障礙等級、致殘成因等，分析結果發現：2000 年至 2013 年因疾病造成視覺障礙比例最高，其中男性視覺障礙人數歷年皆高過於女性；壯年人口之視覺障礙人數隨年代變遷有上升之趨勢，其中老年視覺障礙族群之盛行率遠高於其他年齡層。

上述數據而言，可看出後天中途致殘的比例明顯高於先天視覺有缺陷者，而在壯年人口數的比例有逐年上升的現象，對照自己在服務身心障礙者的這些年來，發現在壯年人口中途致殘的比例的確呈現上升趨勢，佔了近六成。由此可看出中途致殘所佔的比例正逐年上升，因此有必要正視其相關問題。已年滿18歲是一個人脫離青春期的開端，對獨立處理周邊事物有較深的自我期許，家庭和社會亦會寄以較殷切的期望；18歲至49歲正值青壯年期，通常是家庭的經濟支柱和主要照顧者，一旦失明，對個人和家庭皆會產生重大的衝擊，影響正常的運作(萬明美，2000)。

根據「108年身心障礙者勞動狀況調查報告」(勞動部，2019)身心障礙者勞動現況顯示，108年6月臺灣地區15歲以上身心障礙者有112萬8,822人(不含植物人)，勞動力人

數23萬3,942人，非勞動力人數89萬4,880人，勞動力參與率為20.7%；與103年6月調查結果相比較，勞動力人數增加2萬1,771人或增10.3%，就業者增加2萬6,081人或增13.8%，勞參率增加1.0個百分點。視障者的就業率也從103年的16.2%，大幅提升到25.6%，但仍遠低於頑性癲癇症37.4%、顏面損傷者33.7%或其他障礙30.8%，以及聲音或語言機能障礙27.5%。

自《殘障福利法》時期就將按摩業視為視覺障礙者專屬行業，多年的政令推行下，使視覺障礙者從事按摩儼然成為臺灣地區共同的刻板印象，雖政府立法美意在於保障視覺障礙者就業，但無形中卻建構出「視障者等同按摩師」的框架，限縮視覺障礙者職涯發展的可能性(桃竹苗區身心障礙者職業重建服務資源中心，2017)。1980年代，臺灣的工商業逐漸發展，加上立法保障按摩業專屬視覺障礙者，按摩產業也跟著蓬勃發展，因此視覺障礙者紛紛投入按摩市場，成為視覺障礙者職業的主流，造就了視覺障礙者從事按摩工作的黃金時代；然而雖然視覺障礙者從事按摩業受到法律保障，是否無形中會阻礙其他職種的發展，不得而知，然而也有學者指出按摩業專屬視覺障礙者的政策是社會長期排除與剝削視覺障礙者的手段，而並不是為了促進視覺障礙者就業而立法(邱滿艷、林洺秀，2015)。

因著大法官於2007年釋憲:認為「身心障礙者權益保護法」第三十七條第一項「非視障者不能從事按摩業」法條規定違憲，上述規定三年內失效，讓視障者不能獨佔從事按摩業，不是要剝奪弱勢族群的工作空間，反而是要讓按摩業管理納入正途，也讓視障者有更多從事其他行業機會；的確政府單位開始紛紛地輔導視覺障礙者視其就業需求，訓練其他專長或進行轉業，讓我們看見更多的可能性，依桃竹苗區身心障礙者職業重建服務資源中心研究團隊成員(2017)研究報告指出:實務經驗中，近年視覺障礙者工作種類可能依據其障礙程度，增加了電話值機(電話客服人員)、行政文書類工作等可能性，但按摩工作仍屬於職業重建領域中就服員服務視障者的推介職種大宗。

又如近期由於音樂金曲歌王蕭煌奇的出現，讓人見識到了視覺障礙者在音樂領域令人驚嘆的嗓音與歌聲，以及國內首位以鋼琴主修進入音樂系的視障年輕音樂家黃裕翔；此外，還有全台灣第一位考取諮商心理師證照的重度視覺障礙者朱芯儀心理師等，記得在朱芯儀(2010)的論文中寫到：「我不想按摩！」因此，其以諮商心理工作為其職業工作內容；讓人看到了按摩不是視覺障礙者唯一可選擇的道路，在中途致殘後視覺功能無法正

常有效發揮的情況下仍舊有無限的可能。為了使視覺障礙者不侷限於只能從事按摩工作，部分縣市政府亦會在職場上提供視障電話諮詢員的職缺，研究者之前所在的工作地點亦有兩名視障電話諮詢員的職缺。

從民國 100 年至今，每名視覺障礙者可從事最多兩年時間的電話諮詢員一職，在這 12 年的工作期間，認識了幾名視覺障礙者同仁，也成為了好朋友，了解其致殘原因，發現竟然很大比例都是中途致殘。其中一位同事因為免疫系統異常，於民 88 年 3 月罹患重感冒、蕁麻疹導致身體酸痛，竟然於台中家裡暈倒後，就醫發現白血球指數過高，致白血球反嗜自體器官/視神經，至此影響了視力-雙眼全盲無光覺，那年同事剛為新手媽媽一年多的時間，聽完同事的分享讓人不勝唏噓。

年初在與另一位視障同事(致殘原因是視網膜剝離)線上對話時，同事提到最近的心情感到常常鬱鬱寡歡、心情低落甚至悲觀厭世等，我關心了一下同事的近況，同事表示會擔心焦慮未來看不見的生活；同事的這句話，突然打動了我、觸發了我的內心，此時的我已重新回到校園進修諮商相關課程，進而反思：面對中途致殘視覺障礙者的生命與生涯歷程，我們其實體驗所知有限，看到的不僅僅是身心障礙者的身分表象，而是一個個有生命韌性的個體，他們是如何面對殘酷又真實的生理障礙，一路走來的生涯歷程又是如何進展，支撐他們繼續往前走的動力又是為何；視覺障礙者的生涯發展是辛苦的；取得工作也是尋尋覓覓與困難重重，維持工作對他們而言更是戰戰兢兢與挑戰不斷的。

在生涯的發展歷程中，隨著每個人的個人特質、教育方式與程度不同、生活經驗累積、與外在環境互動過程與結果、重要他人態度等層面而呈現不同的現象，這些在個人生涯歷程中的點點滴滴，都可能影響個人的自我概念，或是發展出不同的價值觀，進而影響處理與看待周遭一切事物的角度。因此，生涯是以工作為主軸的是一種生活、一種生命的展現，生涯的意義是具有方向性、持續性、統整性、獨特性與自主性等五大特性（金樹人，2011；鍾思嘉，2008）。對於身心障礙者而言，生涯發展歷程的展現比起一般人更具有獨特性、自主性與統整性；然而，在生涯發展歷程中所重視的早期經驗與人我互動的部份，對於先天性或早期致障的身心障礙者而言，都有可能因其經驗受限使其在生涯發展過程中較為不足（Turner & Szymanski，1990）。

例如視覺感官是個人獲得外界資訊的主要途徑，對中途致殘的視覺障礙者而言，失去視覺功能，在其生涯發展中可能會形成相當程度的影響。過去在接觸服務視覺障礙者的過程

中發現，中途致殘視覺障礙者對於自己未來的不安與焦慮，會因自身的障礙程度不同而有所差異，全盲者容易擔心自己無法克服障礙狀況與心理調適，甚至對未來感到茫然；尚有低視能者，雖然也會產生徬徨與無助，但卻能較有自己的想法與動機來努力克服困境。因為身為助人工作者與身為朋友角色的經驗，我開始想要瞭解更多關於視覺障礙者的生涯歷程，並非只出自於對他人故事的好奇，而是他們在生涯旅途上堅持到底、奮力不懈的態度深深吸引、感動著我，也讓我有機會回頭思考自己的生涯。

因此，期許自己能夠透過這樣一個與其同在、聽故事的歷程，試著請他們引領我以他們的「眼睛」看這個世界、回顧自己的生涯歷程；讓更多有力量的故事歷程去影響更多中途致殘的視覺障礙者，賦權培能視覺障礙者，減少內外在的衝突，提升自己的信心與勇氣。



第二節 研究目的與問題

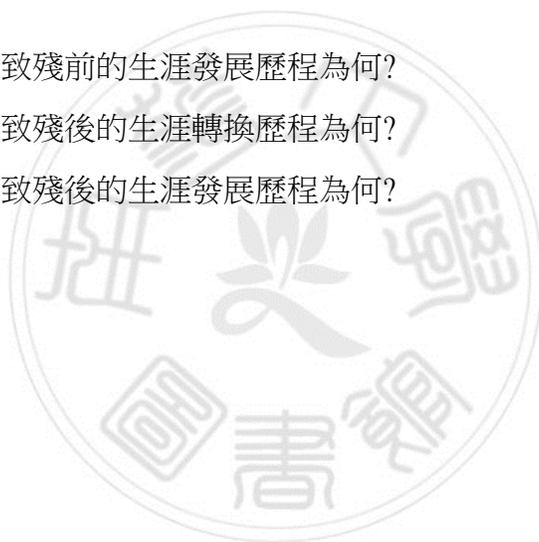
在這之前，自己只是一位職業重建服務的提供者，現在又多了諮商學習的背景經驗，由於以往工作性質的分工關係，近幾年大多服務視障類以外的身心障礙者，未曾經歷過中途致殘視覺障礙，也未曾走過伴隨著障礙的生涯歷程，因此本研究旨在了解中途致殘視覺障礙者的生涯發展歷程，並以此目的發展出研究問題。

一、研究目的

- (一) 視覺障礙者中途致殘前的生涯發展歷程。
- (二) 視覺障礙者中途致殘後的生涯轉換歷程。
- (三) 視覺障礙者中途致殘後的生涯發展歷程。

二、研究問題

- (一) 視覺障礙者中途致殘前的生涯發展歷程為何?
- (二) 視覺障礙者中途致殘後的生涯轉換歷程為何?
- (三) 視覺障礙者中途致殘後的生涯發展歷程為何?



第三節 名詞釋義

一、 中途致殘視覺障礙者

依據行政院衛生署(2008)所訂的「身心障礙等級」，將視覺障礙定義為：係指由於先天或後天原因，導致視覺器官（眼球視覺神經、大腦視覺中心）之構造或機能發生部分或全部之障礙，經治療仍對外界事物無法（或甚難）作視覺之辨識而言。造成視障原因有新生兒早產、先天性遺傳、後天性遺傳、外傷(撞擊、化學藥劑灼傷、刺傷、燒灼傷)、老年化黃斑部病變、多發性硬化症...等。本研究所稱中途致殘視覺障礙者為 18 歲以後、因後天因素造成的視覺障礙，領有身心障礙者證明，且致殘後至少有過一份工作經驗者。

二、 生涯發展歷程

「生涯發展」是指一生中連續不斷的歷程，以發展個人對自我及生涯的認同，並且增進生涯的規劃與生涯成熟度，屬於終生的行為過程與影響，導引出個人的工作價值、職業選擇、生涯型態、角色整合、教育水準和相關現象等(林幸台，2007)。本研究所稱生涯發展歷程為包括視覺障礙者中途致殘前的生涯發展歷程、中途致殘後的生涯轉換歷程與中途致殘後的生涯發展歷程。

三、 生涯轉換歷程

韓楷樑、黃瑞峯、黃聖夫(2011)研究中提到:Schlossberg (1984) 認為生涯轉換沒有終點，生涯轉換乃是從一階段轉換到另一階段的過程，是一個連續性的歷程。會因事件、抱負與期望，以及個人和環境等多方面的影響而有所不同。汪光慧(2004)認為生涯轉換指經歷一段生涯轉折歷程後，個體生涯角色、生活或工作內容的改變、外在與心理狀態的轉變(包括價值觀、信念和情緒等)。謝幸軒(2014)所指的生涯轉換，包含求學生涯及職業生涯的轉換，因此轉換科系或工作均涵括在內。另外在工作轉換之間，需要具備工作性質或工作領域的差異，以便於比較前後的不同。

本研究對「生涯轉換歷程」的定義為:指中途致殘視覺障礙者產生「生涯轉換」的想法開始，經歷「生涯轉換」，乃至新的工作環境後調適過程的整體經過。

第二章 文獻探討

本章共分為三節，第一節為中途致殘視覺障礙者之生心理概述，第二節為生涯發展理論探討，第三節為視覺障礙者之職業環境與就業資源，分別敘述如下：

第一節 中途致殘視覺障礙者之生心理概述

要了解中途致殘視覺障礙者的心理狀況，得先認識外在的生理層面影響，才有機會深入貼近當事人的內心世界。

首先，先從法規中障礙鑑定說起。在民93年公布的身心障礙者保護法第三條中，明文規定：本法所稱身心障礙者，係指個人因生理或心理因素致其參與社會及從事生產活動功能受到限制或無法發揮，經鑑定符合中央衛生主管機關所定等級之下列障礙並領有身心障礙手冊者為範圍：視覺障礙者為條文明列第一項之身心障礙者（身心障礙者保護法，2004）；其中對於視覺障礙者之說明（行政院衛生署，2008）為視覺障礙之定義為：由於先天或後天原因，導致視覺器官(眼球視覺神經、大腦視覺中心)之構造或機能發生部分或全部之障礙，經治療仍對外界事物無法(或甚難)作視覺之辨識而言。依據障礙狀況之不同，共分為輕度、中度及重度等三級。

輕度之功能表現為：1.兩眼視力優眼在0.1(含)至0.2者(含)者。2.兩眼視野各為20度以內者。3.優眼自動視野計中心30度程式檢查，平均缺損大於10DB(不含)者。4.單眼全盲(無光覺)而另眼視力在0.2(含)至0.4(含)者。中度之功能表現為：1.兩眼視力優眼在0.1(不含)以下者。2.優眼自動視野計中心30度程式檢查，平均缺損大於15DB(不含)者。3.單眼全盲(無光覺)而另眼視力0.2以下(不含)者。重度之功能表現為：1.兩眼視力優眼在0.01(不含)以下者。2.優眼自動視野計中心30度程式檢查，平均缺損大於20DB(不含)者。

原本的身心障礙者保護法自民96年修訂為「身心障礙者權益保障法」，其第五條則指出：本法所稱身心障礙者，指下列各款身體系統構造或功能，有損傷或不全導致顯著偏離或喪失，影響其活動與參與社會生活，經醫事、社會工作、特殊教育與職業輔導評量等相關專業人員組成之專業團隊鑑定及評估，領有身心障礙證明者（身心障礙者權益保障法，2007）。民101年7月1日起，另改以世界衛生組織（WHO）頒佈國際健康功能與身心障礙分類系統（International Classification of Functioning, Disability and Health, ICF）

之八大功能障礙類別作為身心障礙者之分類方式，取代原本之十六類疾病名稱之分類方式。

現今使用ICF架構進行身心障礙者之認定，而非是一個特定的疾病名稱來描述身心障礙者，而是總括地來看一個人各個身體構造、功能，以及參與活動社會之表現。當中與視覺相關之內容為身體功能第二章視覺相關功能之視覺功能及眼睛附屬構造之功能。其中視覺功能之定義為：感覺光的存在和感覺形式、大小、形狀和顏色等視覺刺激有關的感官功能，包含：視力功能、視野功能、視力品質、感覺光和顏色、遠距離及近距離視力、此部分之分級標準與我國現行之視覺障礙鑑定分級標準相同，相異的是將原本的輕度、中度及重度等障礙等級改為輕度、中度及重度功能損傷（紀彰宙等，2015）。

新制ICF的鑑定方式，讓大眾對於障礙者的觀點從微視個人層面-患有醫療疾病，提升到鉅視觀點-以社會環境、參與互動的能力來看待，給予本研究另一個瞭解視覺障礙者的架構--除了看見其原有的視覺障礙，還需從功能表現的角度瞭解，視覺受損對於研究參與者在工作之影響為何，以及研究參與者是如何在與視覺受損和平共存的狀態下，達成工作之活動參與最大的功能表現。另一個重要的意義，誠如李英琪(2012)提到：新制ICF的鑑定方式用來重新定義身心障礙者，認為障礙是由個人和其所處的環境間互動產生出來的，並朝向功能損傷如何影響活動及社會參與的角度思考。也就是說，開始重視一個人的視覺健康狀況是否影響了他的日常生活自主性，和社會、職業、居家生活的表現。而在本研究更關注的是原先參與社會活動表現皆正常，甚至活躍的正常人，在因中途致殘情況下，變成視覺障礙者的心理感受，甚至需要轉換生涯歷程，想必受到的衝擊更是強烈。

視覺障礙者可能是先天或後天的疾病、或是中途意外導致失明等原因造成程度不一的視覺功能受損；不同的失明原因、失明時期以及障礙程度，使得視覺障礙者之間有異其質性，若再加上成長背景、人格特質或家庭影響等，則造就了一樣是視覺障礙者當中多元的樣貌(陳宛瑩，2014)。在此，主要針對後天-中途致殘之視覺障礙者在面對障礙、生涯時所可能面臨到的障礙調適與心理相關議題。

有別於先天視覺障礙者，中途致殘的視覺障礙者視力的損失可能是因為後天的疾病或意外造成，大多是因眼外傷，另視網膜相關疾病亦是成人較常見的眼疾(萬明美，2000)。比起先天視覺障礙者，中途致殘視覺障礙者有較多的時間與機會透過視覺認識環

境，因此較無發展上的問題。但也因為有過正常視覺的體驗，後天失明者在接受視覺的消失、以及適應無法倚賴視覺的生活，需要更多的時間與調適；就像少了舞台燈光，演員如何走位、鏡頭如何掌握，皆被打亂，生命劇本必須修改、人生角色必須重新定位，才能再創高峰(陳宛瑩，2014)。

中途致殘失明的挫折會讓當事人產生強烈的情緒和心理反應，他們面臨的是長期的障礙，對於失去視力後的自己，會感到徬徨無助、灰心沮喪，而且發現無法使用以往的生活經驗來處理中途致殘後所遭遇的困難(周美田等，2018)。柯明期(2004)研究亦指出，當一個原本視覺功能正常的人面臨中途致殘視覺的問題，首先會經歷的是尋求西醫、中醫甚至求神問卜等三個階段，而嘗試過各種方法、當失明已成了無力也無法再改變的事實時，往往陷入的是巨大的驚懼、茫然與無助、悲傷沮喪等心理狀態，且易有輕生厭世的念頭，因此，失明之初是當事人最感煎熬的痛苦高峰期。

對中途致殘視覺障礙者而言，從失落中走向復原或重建，是一段不容易的過程。有許多研究都探討了中途致殘後視覺障礙者如何走過低潮的歷程:Tuttle將失明者的適應歷程歸納成七個階段：創傷、震驚及否認、悲傷及退縮、屈服及鬱悶、重新評量及再肯定、因應及機動性、自我接納及自我尊重等階段；陳秀雅(1992)訪談12名成年後中途失明者後，將其心理適應歷程分為衝擊期、退縮期、接納期、發展策略期、自我肯定期；將職業適應歷程分為職業轉型期、職業試探期、職業準備期、職業建立期(引自萬明美，2000)。

依據湯姆士·佳樂神父(Thomas,Carroll)在其著作《迎接視茫茫世界-盲的意義、影響及面對》(王育瑜譯，2004)一書中，以個人經驗歸納出中途失明者會影響個人喪失的六種能力，包含的失落有：(1)心理安全感的基本喪失、(2)生活基本能力的喪失，如行動與生活技能、(3)與人溝通的能力，如語言訊息、文字溝通等的喪失、(4)以視覺能夠欣賞美好事物能力的喪失、(5)休閒娛樂、工作生涯及經濟安全的喪失、(6)獨立、社會接納、個人隱私、自尊與人格的喪失。

上述與施欣玫(2006)的研究顯示，在面對視覺障礙所會經歷的心理適應階段有：一開始封閉自我的消極態度；接著期待視力恢復而努力持續復健；當慢慢認清事實便努力適應新環境，積極因應新挑戰；最後是走向參與職業重建的道路，此段的歷程皆有異曲同工之處。

中途致障者(midlife visually impaired)在被診斷為視覺障礙之前都擁有正常的視力，突如其來的視覺障礙是很大的衝擊，必須克服心理與生理層面的變化及失去外、重新發掘自己、重新訓練生活技能、重新規劃人生、重新獲得自信與勝任感、並且尋求親友的支持(柯明期，2004)；另顏姿卉等人(2016)在其探究中途致殘的視覺障礙者適應歷程的研究中亦提出:中途致殘的視覺障礙者可能會造成個體不論在身體、未來、安全感、存在感與自我形象等五方面產生之失落感受。因此在接納障礙事實的歷程中，可能會使個體改變對自我的看法，對自我產生質疑、喪失信心，造成低自尊。

中途致殘初期，除了要關心視覺障礙者的生理損傷、心理情緒反應，以及人與環境的互為影響外，仍需要再注意的是:時間歷程在視覺障礙者生活經驗上的持續性影響。如果個人長時間處在外在限制所造成的「障礙」狀態時，其心理狀況便難以因應外在障礙，進而出現適應不良，又甚或把外在障礙的影響擴及到個人生活中的其他層面；此時，即使將外在限制去除後，其個人心理反應仍可能存有許多負面情緒如焦慮、沮喪、憤怒等。假使是被這樣的外在障礙所影響採產生的挫敗心理反應，而是一種由外至內、複雜的「失能狀態」。換句話說，在此時，個人不只僅僅受到外在障礙的限制，同時也正受著內在負向心理反應的影響(林淑玟，2007)。

再者，社會大眾在缺乏相關知識與技巧之下，其無心的言語或逃避、忽略、懷疑、拒絕等態度都將影響後天致殘者未來與環境互動的方式，多數致殘者選擇獨自承受衝擊與壓力，獨自面對失去視力後的各項適應，亦拉長了後天致殘者融入社會的時間(李亦珍，2009)。如此發現也呼應了陳秀雅(1992)認為中途致障的視覺障礙者能進入到障礙適應期的關鍵在於積極接納視覺障礙的事實，以及萬明美(2017)所提出:多數的視覺障礙者都曾經歷視覺功能漸近式衰退的歷程，而從接納障礙事實到後來願意外出接受職業重建服務，間隔短則1年，長則花了32年時間不等，其中四成受訪者超過10年以上。

此外，萬明美（2000）亦同樣指出，後天失明者在失明後的適應歷程有六大階段，包含喪失視力、失業失學、人際疏離、尋求資訊、參加職訓、重返社會等；其中，尋求資訊階段是最後天失明者走出失落、迎向重建的關鍵時期，但可能因為資訊不足、家庭因素或者是個人心理調適狀態，而需要花費最多的時間與心力。賴筱琳(2015)也發現:中途致殘視覺障礙者自己本身的個性、心理特質、對障礙的態度、企圖心、對自在職場上能力的認識與了解，都有可能影響其復原程度或者重建職涯歷程發展的關鍵。整體而

言，中途致殘視覺障礙者在面對要與明眼的自己告別、過著沒有視力相伴的生活，就好像初來乍到一個新的國度，過去生活的本領都無法立即派上用場，需要在險惡的環境中拼搏出一條生存下去的道路(陳宛瑩，2014)。

由以上的文獻中可以瞭解，中途致殘視覺障礙者如何面對與接受自身與障礙的關係，以及如何重新回歸在一個以明眼人為主流的社會、突破層層重圍，勇敢地向人求助，的確不是一般明眼人能夠輕易地理解或感同身受。因此，當瞭解當事人的心理歷程變化後，更要以一個謙卑與恭敬的態度，敬佩與欣賞中途致殘視覺障礙者的生命故事，因為有了他們，才讓我們看見了有限的人生視界中蘊含著無限的生命智慧與意義。



第二節 生涯發展理論探討

「生涯發展」(career development)是指一生中連續不斷的歷程，以發展個人對自我及生涯的認同，並且增進生涯的規劃與生涯成熟度，屬於終生的行為過程與影響，導引出個人的工作價值、職業選擇、生涯型態、角色整合、教育水準和相關現象等。透過社會、教育以及諮商輔導的努力，生涯發展協助個人建立實際的自我觀念，且熟悉以工作為導向的社會價值觀，並且將其融入個人價值體系中，藉由生涯選擇、生涯規劃以及生涯目標的追求加以實現，期使個人能有成功美滿而有利於社會的生涯發展(呂春嬌，2012)。事實上，每一個人從出生開始，在日常生活中，都會經歷一連串的事件，這些大大小小的事件連接起來，就是人生；每個人都有自己專屬的生命線，有些人可能不易覺察生涯究竟如何度過，但無論意識到或未意識到，這一條生涯路每個人都要走，身心障礙者(中途致殘視覺障礙者)也不例外(林幸台，2007)。對於中途致殘者而言，其生涯本是充滿遠景，如何應用其既存的心智功能，在感官受損的情況下，重新體驗(創造)人生的意義、重新建立其生涯目標，是當事人生涯發展歷程中重要的課題與挑戰。

由於工作佔據人類生活的絕大部分，我們不可避免地透過工作來掌握生活，也透過工作上的表現來尋求個人的意義和價值，並在工作中致力於達成自我的實現。工作的選擇和發展即成為生涯發展歷程中至關重要的議題(吳芝儀，2000)；職業生涯不僅是指個人所擔任有酬或無酬的職務或工作，也不僅是固定或短期的自我與社會互動，而是強調一個具有彈性和能夠學習不斷與發展，以適應快速變遷和職業需要的整個生活歷程(陳宛瑩，2014)。綜合以上，若從廣義的角度思考，生涯隱含著個人對生活的態度、生命的追尋與期待，強調的是長程、整體的概念，指的是個人數十年的生命中，如何成長、如何經歷、如何發展的過程(林幸台，2007)；而狹義的生涯用法，則是指生活之計、謀生之業，也就是一般所指的職業或工作。基於本研究旨在瞭解中途致殘視覺障礙者的職業生涯，因此於此採取狹義的生涯定義，將研究視野聚焦在生涯當中的職業或工作部分。

全台第一位視障全盲、具有公務員資格的精神科醫師—蘇建銘，在27歲時的一場意外失去了視力。當年，蘇建銘從高雄醫學大學畢業，考取醫師執照和高考公職醫師資格也服完兵役，意氣風發地準備展開美好人生，不料有天騎車時，沒注意到路旁一部堆高機上橫著鋼板，結果鋼板直接插入眼球；蘇建銘印象很深刻，當下眼前一片黑暗，不覺

得痛只感覺到不斷湧出的鮮血的溫度…後來，他知道自己被送進了醫院，知道自己兩眼眼球碎裂再也看不見了。

面對自己的失明，他的態度跟一般中途致殘者很不一樣，「別人可能很在乎什麼時候還看得到，但我沒有這個期待；我將注意力從何時看得見，轉到接下來要如何過日子才有意義的價值觀裡。」在適應失明的過程中，這種思考成為他最大的精神支柱。意外發生後，和死亡擦肩而過的他才開始思考，如果人終歸一死，這一生到底怎樣才不會白活？所以，他決定接受現況，開始一段新的人生，蘇建銘積極去學習生活自理，並且再進修，雙眼失明的他決定用心去療癒人心，最後終於當上精神科醫師至今。

從以上蘇建銘醫師的案例，可發現致殘時間正落在青壯年階段，正是要一展長才的時刻，因為一場意外，奪走了他看見世界的權利，但卻沒剝奪他持續前進的動力，轉個彎因為自己獨特的生命經驗，讓蘇建銘更能夠體會上門的精神疾病患者，身心承受的折磨，也因為看不見，意外成為病患眼中，更勝其他醫師的優勢。

檢視相關生涯理論，有助於瞭解生涯發展階段與生涯轉換之間的關聯。本研究所稱的中途致殘視覺障礙者，年齡設定為18歲以上成年者，而發現三位研究參與者發生生涯轉換的年齡約在30歲至40歲的階段，而現在年齡則落在40歲至52歲區間；因研究者考量整個生涯轉換歷程包含轉換前、轉換中與轉換後，且學者們對生涯發展各階段的年齡劃分並非絕對，而是以一個大概的區間來做估計；加上研究者想瞭解研究參與者目前的生涯情形與其所處生涯階段之對應狀況，因此在整理相關生涯理論時，將聚焦在18歲至50歲的生涯發展階段，以便之後與本研究的研究結果做一對照與討論。

一、生涯發展相關理論

(一)Super 生涯發展論

以生涯發展為取向的生涯理論，主要是以人生各個不同發展階段的特徵與發展任務來描述生涯發展的情形，最為人熟知的仍係 D. Super 於 1960 年代創始的生涯發展論。Super 將人的生涯發展過程分為成長、探索、建立、維持與衰退五個階段，每一個階段皆有不同的發展任務，而 30 歲至 50 歲面臨的階段為「建立期」與「維持期」。「建立期」為 25 歲至 44 歲，又可再細分為「試驗承諾穩定期」與「建立期」，其發展任務為尋求適當的職業領域，並逐漸建立起自己的穩定工作地位與生活；「維持期」為 45 歲至 64 歲，其發展任務為維持既有成就與地位，並面對新進人員的挑戰。

在此發展歷程中，也顯示了生涯發展的成熟程度，其中生涯程度的概念包含兩面向，一為個人在整個職業生活歷程中達到社會期望的標準，二為以各發展階段的發展任務為標準所做之衡量；如在青年期時，如個人對自我有更正確的認識，並透過對職業的期望、抱負，將自我逐漸具體表現於職業選擇與決定中，則可謂達成此階段的發展任務。就此階段而言，已達生涯成熟的程度。以下就生涯發展各階段的發展特徵與任務如下表：

表 2-1 Super 生涯發展階段論的階段與發展任務

發展階段	發展任務	發展分期
探索期 (15 至 24 歲)	<ol style="list-style-type: none"> 1、在學校、休閒活動及各種工作經驗中，進行自我檢討，角色試探及職業探索。 2、此時對於職業偏好會分成三個階段：具體化、殊化、付諸行動實現。 	<ol style="list-style-type: none"> 1、試驗期(15-17歲)：認識與考慮自己的興趣、能力、職業社會價值、就業機會，開始進行職業試探。 2、過渡期(18-21歲)：正式進入職業，或是進行專門的職業培訓，確定參與某種職業傾向。 3、嘗試期(22-24 歲)：選定工作領域，開始從事某種職業，對職業發展目標的可行性進行實際體驗。
建立期 (25 至 44 歲)	<ol style="list-style-type: none"> 1、尋獲適當的職業領域，逐步建立穩固的地位。 2、職位工作可能變遷，但職業不會改變。 	<ol style="list-style-type: none"> 1、試驗承諾穩定期(25-30歲)：個人在所選的職業中嘗試安頓下來，並尋求職業及生活上的穩定。 2、建立期(31-44 歲)：致力於實現職業目標，是最具創造與發展的時期。
維持期 (45 至 64 歲)	<ol style="list-style-type: none"> 1、接受自身條件的限制，並且會專注於自己的工作。 2、面對訓練新人及面對世代衝擊與挑戰。 3、維持在專業領域中既有的地位和 	

成就。

- 衰退期 (65 歲過後)
- 1、身心狀況衰退，工作時數減少或停止。
 - 2、嘗試在生活中發展新的角色，如擔任志工等。

資料來源整理自:吳芝儀(2000)；林幸台(2007)。

此外，於 1980 年時，Super 把自己的理論簡化為生涯彩虹的概念，以另一種生活空間用圖來代表人的一生活所扮演的多重角色。Super 指出人的一生活可能至少會經歷到的六種角色分別是:孩童、學生、休閒者、公民、工作者與家庭照顧者，透過各種角色的扮演與互動，彙集成整體個人的生涯全貌；不同時期的生涯階段會有不同的角色需要扮演，每個個體在各階段的各個角色所投注的時間和能量，也都會因為當時面臨的生命主軸與議題而有所不同，而這就是很有意義生涯的深度。

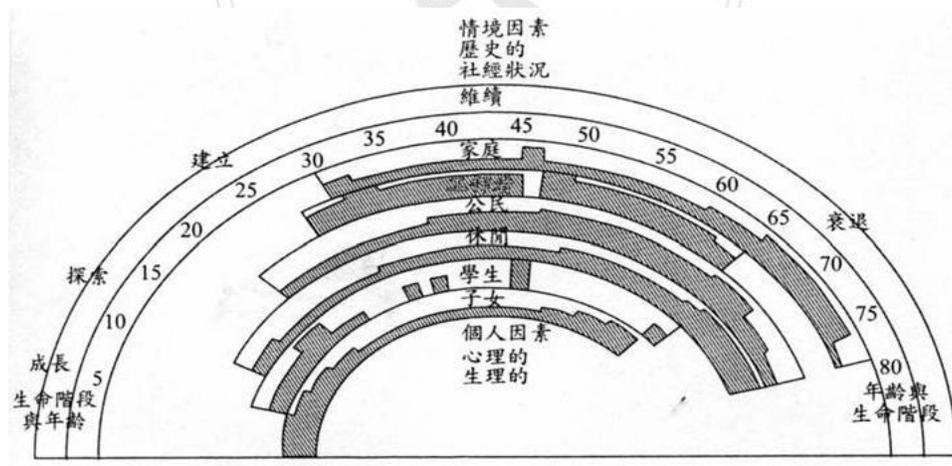


圖 2-1 生涯彩虹圖。引自林幸台，2007。

然而對於視覺障礙者來說，先天性的視覺障礙者在成長過程可能因為視力影響讓他們在扮演子女與學生角色上，準備發展個人性向、興趣或態度上時感到限制或被否定，加上社會尚無法提供一個充分接納與給予支持的環境，使得他們在學生階段探索時期較

難廣泛地嘗試有興趣的各種職業活動，因此在職業偏好的建立與穩固是充滿了不確定感與未知數，更多時候是被迫只能有單一選擇。而本研究對象-中途致殘視覺障礙者，在皆已原本順遂的進入了公民、休閒甚至是家庭照顧者的多重角色，因為突如其來的意外或傷病，導致必須要重新學習，也宛如要重頭從子女的角色開始被照顧、學生的角色開始被訓練，過程中所遭遇的苦，最終將化成生命的養分，綻放出新的風景，就好像大雨過後的那道彩虹，穿過重重的烏雲與濃霧，努力的找到一個新的空間與高度再展姿態。

總括上述，Super 將生涯視為個人在自我發展過程中，統整所有生活角色的經驗，並透過工作，逐漸實現一個有目標和有意義的人生；也就是說生涯乃是以工作為主軸的一種生活、一種生命歷程的展現。因此，Super 所詮釋的生涯意義統整具有五個內涵特性：（金樹人，2011；黃惠惠，2006；鍾思嘉，2008）

1. 生涯的發展具有方向性：生涯過程雖然會有許多的不確定因素，但卻不是一個固定的點，過程中將不斷受到自我性格、自我概念、價值觀、興趣或能力等各種事件的經驗影響，使個體內心產生期待，促使自我產生動力朝著某個方向發展前進，每個人的方向可能都大不相同，但卻都是方向導向在指引。
2. 生涯的發展具有持續性：生涯是過去、現在與未來的各種事件經驗相互相連動影響，是個連續不斷的演進過程，當下的狀況可能受過去的影響，但也為了未來的發展做準備。
3. 生涯的發展具有統整性：Super認為生涯是以職業為主軸的生活經驗，它統合了個體一生中各種職業和生活角色，因此，統整這些從小到老的角色在生涯中是個重要的課題。
4. 生涯的發展具有獨特性：儘管有些人在某些階段會有類似或相同的生涯角色，但其所扮演的各個角色與生活的方式、態度，卻會因個體的性格形象、自我概念、價值觀、興趣或能力等不同的表現，而形成個人獨特的生涯經驗。
5. 生涯的發展具有自主性：在生涯發展過程中，雖然受到個人條件、外部機會、社會環境等面向影響，但身為人是能主動地思考、抉擇、計畫、決定與實踐，因此，個人是自己生涯的創造者。

(二)Levinson 的生涯發展理論

Levinson 於 1978 年指出以實證性的研究，觀察成人的生涯發展而提出一個成人發

展模式，著重在探討成人期與年齡間的關係。Levinson 以晤談法研究成人的發展過程，進而歸納出兒童和青少年、成年前期、中年期、晚年期等四個發展時期。每個時期有其各自的重要發展任務，包括在生活上做重要的選擇，建立及維持各種可能的生活模式等。而每時期間都會經歷一段「轉折期」(transition period)，「轉折期」顯示出原有生活模式的結束，並重新建構新的生活模式(楊秀如，2017)。以下茲略述各期的發展與轉折情形如下表 2-2：

表 2-2 Levinson 的生涯發展理論

發展時期	各期的發展與轉折
成年前期 (約 17-22 歲)	此時期為進入成年早期的轉折期。個人在踏入成人世界之際，將面臨個人與家庭、以及自我形象發展等方面的經歷、困境與掙扎。
進入成人世界 (約 22-28 歲)	進入社會工作，開始建立初期的生活結構，展開對成人的角色、責任與人際關係的探索，並對未來的人生理想有更清晰的認識。此階段的經歷促使個人逐漸成熟為一個完全獨立的個體，創造新的生涯模式。
30歲轉折期 (約 28-33 歲)	開始檢討或反省、評估自己的生命結構，並考慮是否調整或改變生活的步調，度過此一轉折期則進入成人生命結構的巔峰。
穩定期 (約 33-40 歲)	個人已形成某種固定與統整的生活目標與生活結構，一旦初期生活結構修正完成，將出現開始向下紮根，盡力追求成就的傾向。
中年前期轉折 (約 40-45 歲)	由青年邁向中年的主要轉折時期，是個人生涯發展的一個重要危機時期。容易出現焦慮、不安、恐慌的情緒，會再度對自我的生活目標及方向再評估，並重新修正，試著讓自己能夠在理想和現實生活間取得較好的平衡。
中年期 (約 45-50 歲)	由於中年期轉折的危機解除，因此更能肯定自我的人生發展方向，個人會表現得成熟穩重、呈現持續的成長與進步；反之，有些人則呈現退縮與發展遲滯的現象。
50歲轉折期 (約 50-55 歲)	面對生理狀況的逐漸變化，工作職務的負荷、新人的挑戰、地位的喪失等，若是再加上家庭中角色的轉變，將出現所謂的中年危機。
中年高峰期	若上一期轉折處理完善，則此期將成為個人成就的巔峰，生活更

(約 55-60 歲)	加滿意， 心智更加圓滿、穩定。伴隨有家庭的陪伴或支持，在事業版圖上可能是資深或重要的高級主管，為人生中最有成就的階段之一。
晚年轉折期 (約 60-65 歲)	隨著生理狀態的衰老退化，以及面臨退休等生活上的角色轉變，必須逐漸規劃自己的退休事宜。
晚年期 (約 65 歲以上)	一方面除了為過往的人生作一個回顧及整理之外，一方面也開始實踐之前所規劃的退休生活。

資料來源： 整理修改自楊秀如(2017)

由上表可知，中途致殘視覺障礙者的年齡大多落在開始進入成人世界後，進入社會工作，開始建立初期的生活結構，展開對成人的角色、責任與人際關係的探索，並對未來的人生理想有更清晰的認識。此階段的經歷將促使個人逐漸成熟為一個完全獨立的個體，並創造新的生涯模式；原先在 30 歲轉折時開始檢討或反省、評估自己的生命結構，並考慮是否調整或改變生活的步調，中途致殘後反而變成勢必得進行生活與生涯上的改變與調整，且時間隨著個人的心理調適而不一，提前進入了所謂的危機階段。

(三)Schein 的生涯發展理論

和 Super 類似，Schein(1978)也將生涯分做九個階段，只是他對各階段的課題和任務，有更詳細的敘述(朱湘吉，2009)。他認為個人在每一個生涯階段都有需要面對的問題及具體的發展任務，若個體能追隨有類似發展經驗的導師，將能更有效地完成各階段的任務。以下概略敘述生涯發展階段分別如下，如表 2-3：

表 2-3 Schein 的生涯發展階段與發展任務

年齡階段	主要任務
進入工作世界階段 (16~25歲)	1、進入勞動工作市場，謀求可能成為職業基礎的第一項工作。 2、個人和雇主之間達成正式可行的契約，個人成為一個組織或一種職業的成員，是應聘者、新學員。
早期職業正式成員 資格階段 (17~30 歲)	1、承擔責任，能成功的履行與第一次工作分配有關的任務。 2、發展和展現自己的技能和專長，建立與提升本領域或進入其他領域的橫向職業成長基礎。 3、依據本身技能程度和價值觀，相較組織中的機會和約束，

重估當初追求的職業，決定是否留在這個組織或職業中，或者在自己的需要組織約束和機會間尋找一種更好的配合。

職業中期階段 (25 歲以上)	1、選定一項專業或進入管理部門。 2、保持技術競爭力，在自己選擇專業或管理領域內繼續學習，成為一名專家或職業能手。 3、承擔較大責任，確立自己的地位。 4、開發個人的長期職業計劃。
職業中期 危險階段 (35~45 歲)	1、現實的估算自己的進步、職業抱負及個人前途。 2、接受現狀或爭取看得見的前景。 3、建立與他人的良師關係。
職業後期階段 (40 歲以後 直到退休)	1、成為一名良師，學會發揮影響，指導、指揮別人，對他人承擔責任。 2、擴大、發展、深化技能，或者提高才幹，以擔負更大範圍、更重大的責任。 3、求安穩，相關能力停滯，接受、正視自己影響力和挑戰能力的下降。

資料來源整理自:朱湘吉(2009)

綜覽 Super、Levinson 和 Schein 三人所提出的生涯發展理論，儘管三人根據各自研究的結果，所歸納的生涯發展時期或階段的劃分不盡相同，卻可發現一些共同軌跡—在人生的不同時期有不同的生涯發展，進而有不一樣的調適歷程。將此三種理論加以統整綜合，當可以描繪出一般人生涯發展的輪廓。

二、與障礙共舞的工作適應

(一)工作適應論

中途致殘視覺障礙者大多已有就業經驗，在生涯歷程扮演重要的階段，因此我們也可以從工作適應論來探討可能的影響。Hershenson (1996) 的理論源自身心障礙者的復健，身心障礙首先影響其工作能力的發展，同時亦對工作人格與工作目標造成衝擊，因此從復健諮商的角度，採用特質論的觀點提出工作適應論 (theory of work adjustment)，其中有兩個主軸為：個人與環境。在個人特質方面，特別強調發展的概念，包含三個依序發展、但也有與環境互有動態關係的面向：

1. 工作人格(work personality, P)：包含自我概念與工作動機、需求/興趣/價值觀及

生命哲學。這方面係是學前階段發展的重點，與家庭環境是有密切關係。

2. 工作能力(work competence, C)：包含了工作習慣(工作速度的快慢、敏捷度)、生理及心理上和工作的相關能力，及工作情境中相關的人際技巧等。這方面是學校教育學習經驗的成果。
3. 工作目標(work goal, G)：主要為進入工作後，在與主管、同事互動後了解自己在工作中達成的目的與成效。這方面則是受同儕或參照團體的影響。

上述三大領域依先後次序發展，但三者同時具有動態關係，例如：學校生活經驗成功與否將影響其之前所發展的自我概念，成功的經驗則可能改善其原有負面的自我概念，失敗的經驗可能修正其早期無所不能的自我觀，修正後的自我概念狀態又對其能力的發展，產生助力或反而構成某種障礙。同樣，在發展工作目標時，與之無關的自我概念亦可能隨之逐漸消退，總言之，三個領域以動態平衡關係持續地發展，當某一方面有所改變，另一方面亦隨之改變以保持平衡狀態。

此外，這三個個人領域與環境互動的結果便是工作適應(見表2-4)，分別是工作角色行為(work-role behavior，指的是在工作中適當的行為如穿著服裝、遵從指令、負責態度、同事相處融洽等)、工作表現(work performance，指的是工作任務產出的質與量)以及工作滿足(work satisfaction，個人從工作中獲得滿足感)(引自林幸台，2007)。

表2-4 Hershenson個人與工作情境互動模式

	個人次系統	工作情境要件	工作適應向度
人格(P)	工作人格	預期行為	工作角色行為
能力(C)	工作能力	能力要求	任務表現
目標(G)	工作目標	報酬與機會	工作滿意

此外，Dawis 與 Lofquist 在 1984 年提出明尼蘇達工作適應理論，認為選擇職業或生涯發展固然重要，但就業後的適應更值得關注，尤其對障礙者而言，在工作上能否穩定就業，對其生活、人際、信心甚至是未來發展都是重要的影響，更遑論中途致殘後要重新適應與再就業、再適應。Dawis 等人從工作適應的角度，分析良好適應與否的相關因素，他們認為：每個人都會努力追求個人與環境之間的符合性，也就是以人(person, P)與環境(environment, E)的角度看待這兩者之間的適配(fit)與互動(interaction)，當工作

環境的增強系統符合個人需要，即能夠滿足個人需求而達到內在滿意(引自王敏行等，2009)；另一方面，其工作能力若能順利完成工作之要求，達到雇主的要求，就能獲得留任或者升遷的機會，否則將可能導致調職或離職（如圖 2-2）。

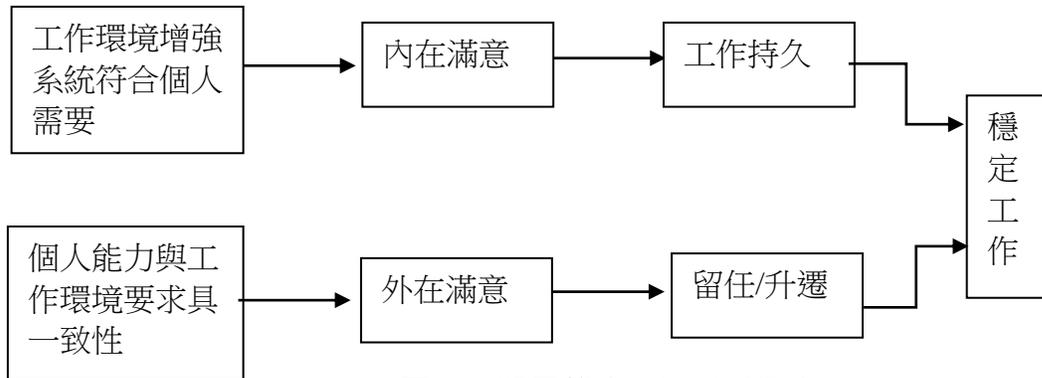


圖 2-2 明尼蘇達工作適應理論

梁偉岳(2009)依台灣北中南東四區取樣 302 名職齡視障者，採調查研究進行，欲瞭解視覺障礙者工作表現、工作角色行為與工作滿意度，其研究指出:視覺障礙的工作表現良好，其「實際表現」優於「基本工作能力」(如體、耐力、溝通、知動能力)，並能表現適當的工作角色行為，尤以「工作社會技能」的表現最佳，而工作滿意度亦佳，以「內在滿意度」高於「外在滿意度」。即工作多為視覺障礙者性的興趣、有成就感且被認同，相對地，對於工作環境薪資福利、工作安全較不滿意；視覺障礙者的工作表現與工作角色行為、工作滿意度呈正相關，而工作角色行為與工作滿意度亦呈正相關，且均能達到.70的正相關。

對先天致殘的視覺障礙者而言，障礙首先影響的是其工作人格的發展，對後續工作能力的培養的需求與動機、或是個人工作能力看法環環相扣，在工作目標的建立與達成上則可能會增加許多挑戰與艱辛。對於中途致殘的視覺障礙者來說，障礙對工作能力產生的影響是首要、直接且易見，面對原有工作目標的不可逆與未來工作目標與情境需要重新建立，如對原先在工廠擔任品檢作業員的中途致殘視覺障礙者而言，工作能力明顯受到影響，可能需要調整或重建其他的工作能力、重建其工作人格、重塑其工作目標，而工作情境也需要重組或再設計，每個環節都會與重建歷程中所秉持的工作人格調適與因應方法息息相關。

(三)自我賦予意義的生涯建構論

隨著世界變化日趨快速及後現代主義的興起，為生涯引進了新的觀點。相較於以往強調自我發展與人境適配，近代更強調個人主觀意義的建構與授權賦能（empower）（Savickas, 1993）。

建構取向源自於美國心理學家 Kelly 認為每一個人生長在這個世界，經驗種種發生的周遭的事件，就會用自己擅長的方式去解釋這些現象，漸漸形成自己對這些事件的「理論」，也用來預測自己和他人的思維，再根據預測採取行動(引自林幸台，2007)。換言之：建構指的是人們如何「詮釋」其過去與現在所處的世界，也就是每個人都以自己獨特的方式來看待自己和所處的世界，並且瞭解自我、詮釋他所經驗到的事件，並且賦予意義；個人的建構系統就是許許多多個別建構統整組織而成。

建構的概念很適合用於個人的生涯發展歷程中：每一個人在做生涯決定時，都有一套異於他人的生涯建構系統，綜合了他如何看自己，把自己放在這個世界的什麼位置，對於自己的生活、工作及角色的觀點秉持著何種信念，進而影響其行為與決定。Kelly 認為，個人的建構始終是在變動的，當不可預期的事情發生，正是調整建構的機會，將個人對環境的假設與預期調整至符合實際且有彈性的狀態（引自林幸台，2007）。亦即，當面臨生涯的選擇，會以原本建構的理解與意念審慎地思考該選擇什麼，並帶著期望做出行動，在實際的接觸與投入後，從得到的回饋修正自我的建構，這即是個人建構系統的經驗週期（如圖 2-3）。

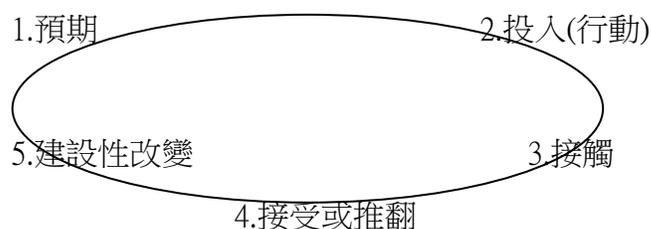


圖 2-3 個人建構系統的經驗週期 引自林幸台（2007）。

隨著世界變化日趨快速及後現代主義的興起，為生涯引入了新的觀點。相較於以往強調自我發展與人境適配，晚近更強調個人主觀意義的建構與授權賦能（empower）

(Savickas, 1993)。Savickas在2005年同樣以建構的角度思考，並從Super的生涯發展理論作進化，以多元文化社會(multicultural society)及整體的觀點提出生涯建構理論(career construction theory)。此理論關注的是一個人解釋的過程、與社會的互動、以及對意義的形成，因此從一個人存在的情境脈絡來看生涯，認為一個人藉由賦予自己工作行為與職業經驗個人的意義，建構起他的生涯(Savickas, 2005; Busacca, 2007)。

Niles、Amundson 與 Neault在2011年提出的生涯建構論強調個人應針對主觀經驗進行詮釋與反思，透過解構個體生涯進而建構出個人獨特的生涯境域(引自王秀槐、陳珍德, 2019)。Savickas (2013)的後現代多元觀點也強調個性化與多元生涯，個人依據其主觀意義與目的，建構出獨特的生涯形式，展現個性與多元的生涯風貌。除了「個人化」外，「不確定性」的概念也開始出現在晚近西方生涯學者的探究視野中，Savickas (2013)在談論個人化時，也強調解構後的個別獨特生涯，由於不再有軌跡可循，生涯也將變得不規則、不穩定與不可預測。

建構的發展與演變，Kelly認為:包含了審慎思考、取得先機、與掌握選擇此三項不斷循環的歷程(引自林幸台, 2007)。國內的學者吳芝儀(2000)亦以「慎思、明辨、篤行」來形容當個人面臨選擇的十字路口時，需針對不同選項，從各個不同角度面向來思考各方面的因素。取得先機階段，針對某一可能性最高的特定選項做更周延的思考，甚至是以特定時間或特定方式來處理特定的情境，為做成最後決定之前必須要有的準備；控制與選擇，則是對特定情境或選項中作成決定，並能夠掌握該項情境或選擇。

好比本研究對象之中途致殘視覺障礙者，其與障礙共存的結果，造就了他獨特的個人建構，這是沒有經歷過障礙、從障礙中領悟生命的一般人較難以理解的。因此，我們有必要試著從中途致殘視覺障礙者個人對於生涯的建構當中，理解他所面對生涯抉擇時是以什麼樣的預期付諸行動，又得到什麼樣的結果與回饋再次建構他的職業生涯，也才能夠讓提供生涯服務的專業人員，以較為貼近與柔軟的姿態與其同在，欣賞學習每個精彩的故事背後意義。

統整以上各學派理論，研究者個人所理解將之整理為表2-5：

表2-5 各生涯理論對於視覺障礙者之理解比較

理論	先天視覺障礙者	中途致殘視覺障礙者
生涯彩虹	瞭解其成長階段，因視覺造成的有限的自我概念建立。 與職業角色之探索認識，提供機會再次探索與開展。	面對障礙突然發生，原本的生涯階段與角色面臨轉變調整，若能以小循環的概念給予協助，便能有效延續扮演或重新發展角色。
工作適應	工作人格發展受限或負向經驗，影響工作自我需求與動機、貶抑工作能力，影響有礙工作目標的建立與達成。	障礙直接影響工作能力，原有工作目標的調整與未來工作目標的重新建立，與其工作人格之調適與因應方法息息相關。
生涯建構	重點擺在個人對事件的詮釋，理解(中途致殘)視覺障礙者如何詮釋自己的生涯議題，以何種預期面向付諸行動，能得到什麼樣的結果與回饋，讓自己得以再次建構其生涯，重新詮釋其生涯意義。	

資料來源：整理修改自陳宛瑩(2014)

上述的理解，對於本研究的啟發為：

- (一)以研究對象的自我建構為起點，傾聽研究對象本身如何詮釋自己的生涯議題，秉持何種態度與信念造就其自我概念，並走過中途致殘後生涯轉換與考驗的歷程。
- (二)以生涯彩虹中時間的廣度及角色的空間，好奇研究對象在每個階段中工作角色的付出與投入。
- (三)探索研究對象如何建構其生涯發展與轉換之意義，並開展職業生涯願景。

第三節 視覺障礙者之職業環境與就業資源

眼前突然的一片漆黑，原先熟悉的環境消失在黑暗中，突然間沒了視覺，除了諸多層面的喪失感外，對於生涯的抉擇，還能以什麼樣的方式走出自己的一條路，是許多中途致殘視覺障礙者面對的共同挑戰；由於視力的缺陷，讓中途致殘視覺障礙者在職場上有較多的考量，對於原先有工作者，須考慮到視力狀況能否順利回到原職場、原職位；反之，需要從事與視覺高度相關的工作特質，通常會認為自己已無法從事該行業，而形成就業種類的限制，進而影響視障者對職涯的認識與價值觀。

根據諸多研究論文發現:目前的就業市場適合視覺障礙者從事的職業類別並不多，加上就業環境容易以刻板印象先行否定其就業能力，導致視覺障礙者缺乏就業與創業的機會；此時，若政府相關單位所提供的資源服務不足或法令無法配合時，都有可能影響到視覺障礙者在求職過程中面臨的困境，進而影響其生涯歷程的發展（林郁青，2010；花敬凱，2004；邱睿儀，2004；陳宛瑩，2014；賴筱琳，2015）。

依據行政院勞工委員會職業訓練局在 99 年 3 月針對全台 8,453 位 15 歲至 64 歲視覺障礙者進行的勞動力抽樣調查指出，只有 29.1%、合計 8,292 位的視覺障礙者為就業中；而目前我國視覺障礙者主要從事之職業類別為服務工作人員及售貨員、非技術工及體力工與事務工作人員，按摩師、行政人員、清潔工、販售人員則是目前我國視覺障礙者最多人擔任的工作內容（行政院勞工委員會，2010）。過了十年後在勞動部 108 年身心障礙者勞動狀況調查報告也顯示(勞動部，2020):108 年 6 月台灣地區 15 歲以上領有身心障礙證明的視障人口有 56,247 人，介於 15-65 歲勞動年齡的視障人口計 25,104 人，其中就業人數有 6,433 人，因此視障者的就業比率為 25.6%。

此外，官方統計也列出已就業視障者的職種與比率：民意代表、行政主管、企業主管及經理人員共佔 2.7%、專業人員 10.5%、技術員及助理專業人員 4.9%、事務支援人員 21.6%、服務工作人員及售貨員 35.6%、農林漁牧人員 2.0%、技藝有關工作人員 2.6%、機械設備操作工及組裝工佔 3.2%、基層技術工及體力工佔 16.9%。十年前後的對比，視覺障礙者從事之職種並未有太顯著的差異性。

其他縣市政府亦有針對該縣市的視覺障礙者做一需求調查，包含臺南市於 2003 年進行視障者就業狀況與就業需求調查，針對 15 至 64 歲領有身心障礙手冊(視障)者，發現目

前就業者有75人佔36.2%、從未就業有32人佔15.5%、與曾就業過者有100人佔48.3%，未就業的原因以視力不佳（視力不好、看不清楚）比率最高，有109人佔39.9%；就業種類仍以按摩居多（29人佔四成），行業別則以專門技術或相關行業類比率最高；自認老闆對其工作滿意達86.7%；中途視障者再找到工作者機會仍低；過半的有工作者是與一般人競爭而得；82%的已就業者不滿意現在的工作；而找到工作之管道則以自行開業者比率最高；有63.4%就業者之收入在每月三萬元以下(林慶仁，2004)。

臺南市政府2008年時再度針對全市視覺障礙者進行就業狀況與需求調查，結果顯示：曾就業者有302人（56.7%）比率最高，目前就業者有 186人（34.9%），未就業的原因以視力不佳者最多，未就業者中有高達六成多人沒有就業意願(林慶仁，2008)。原台北縣(目前新北市)勞工局2004年的研究亦指出，當時台北縣的18~55歲視障者就業率為45%，且工作亦以按摩業及清潔工的勞務性質工作為主。此次勞工局的研究員以按摩業為勞務性質職業，似乎低估按摩業在整個服務與協助過程中的角色，近來不少就業服務人士已視按摩業為專門技術工作，其技術層次的要求是很高的，本研究亦是以專門技術行業別看待按摩這個多數視障者所擁有的工作。

程鈺雄等人 (2006)以全台東縣15~60歲共450位視覺障礙者為調查調查，其研究指出影響視覺障礙者就業的因素包含：職業訓練的缺乏、他人肯定度低、交通花費大、缺乏瞭解相關就業管道之資訊，且大多數賦閒在家的視障者希望能做家庭代工。彰化縣政府也在2009年進行全縣視覺功能障礙者就業狀況需求調查，結果顯示：致殘原因視障者主要由後天導致障礙，佔73.40%；先天即有佔26.60%。後天導致障礙的主要因為後天疾病所致55.31%；已就業人口佔25.50%；求職人口佔2.80%；未就業人口佔71.70%(彭作奎等人，2009)。

此外，在桃竹苗區身心障礙者職業重建服務資源中心(2017)的研究報告指出：視覺障礙者多數有工作意願(Garcia et al., 2016; Sherrod et al., 2014)，即使在先進國家，只有30%左右處於勞動年齡的視覺障礙個案就業，相對於身心障礙者就業率40%及整體就業率70-80% 而言是偏低的(Grow & Daye, 2005)。在中心主題研究「100年-104年支持性就業服務成果之分析」亦發現，視覺障礙者有75.50%曾推介就業成功、73.01%曾穩定就業三個月以上、66.88%職務曾符合接受服務者的期待，經研究結果顯示，視覺障礙者仍有機會透過重建服務進入職場，貢獻一己之力。

若以求職過程來看，視覺障礙者找工作的管道，以親友介紹為首要方式佔38.7%，另外還有公私立就業單位/機構轉介、自行看報求職等。求職過程中需要的協助除了方便取得就業資訊及交通服務外，許多視覺障礙者希望能夠接受職業訓練以提高就業率。而他們在找工作時，最常擔心或是最容易造成求職失敗的因素則有：一般人對視覺障礙者之刻板印象、年齡因素、工作內容不適合以及工作能力不足等(勞動部，2020)。

為協助身心障礙者能順利地適應職場需求與環境，勞動部勞動力發展署於民國 96 年頒佈「辦理身心障礙者職業重建服務窗口計畫」，在各直轄市及縣市政府設置身心障礙者職業重建服務窗口，統籌辦理身心障礙者就業轉銜通報與服務，提供身心障礙者專業化及單一窗口化的就業服務，並於民國 102 年結合專業機構擴大成立北基宜花金馬區、桃竹苗區、中彰投區、雲嘉南區、高屏澎東區等五個區域性的身心障礙者職業重建服務資源中心，以就近提供縣市政府專業輔導及諮詢服務，並連結當地就服中心行政資源，發展在地化的服務特色，使身心障礙者的就業服務更優質完善與便利性服務與資源連結。

此外，2013年勞動部勞動力發展署「視覺功能障礙者職業重建服務計畫」共有5個縣市政府申請（臺北市、新北市、桃園縣、臺中市及臺南市），依其服務成果發現，各縣市政府在專業人力配置上，共核定4位視覺障礙者職管員及3位視覺障礙者就服員，顯示出各縣市依據「視覺功能障礙者職業重建服務計畫」申請專為視覺障礙者提供職業重建服務之專業人員的人數仍有限。在5個縣市裡，有2個縣市各配置1位視障職管員及視障就服員，其中臺北市之視障就服員是委外單位承接，臺南市雖於2012 年成立「視覺功能障礙者職業重建服務窗口」，卻只有一位視障職管員提供重建服務，而桃園縣則僅有一位視障就服員，協助視覺障礙者連接相關職前訓練資源並推介就業(邱滿艷、林洺秀，2015)。

在2013年身心障礙者就業服務促進業務評鑑報告中(柯平順等人，2013)顯示:2012 年全國身心障礙者職業重建個案管理服務共開案5,610名，由22個縣市執行，以國內最大宗的服務來源為新北市1,199人，共分3個職業重建中心執行職業重建服務，平均一個中心服務約400人。其中新北市新店區職業重建中心可說是國內第一大規模的職業重建中心，以2014年為例，職業重建個案管理員共開案服務430位身心障礙者（視覺障礙者佔1%），結案者佔280位。進一步瞭解得知，其所服務的視覺障礙者僅有2位，1 位參加職訓課程，另一位則無法提供服務，約略可見服務視覺障礙者之案量少之又少(引自邱滿艷、林洺秀，2015)。

也因著此子計畫-「視覺功能障礙電話服務員進用及推廣」，讓部分縣市亦針對視覺障礙者提供視障電話值機人員，增加視障者職種的可能性。在就業服務型態方面，則多以支持性就業服務及一般性就業服務為主，其中臺北市及新北市另有庇護性就業服務；另外成功推介的職業除了傳統按摩業外，也開發多元職類，如：行政助理、人事助理、話務人員、學校輔導員、學校警衛、包裝人員、清潔人員等，但有些職缺多以短期契約的形式聘用，進而影響視覺障礙者長期穩定之就業發展情形(邱滿艷、林洛秀，2015)。

視覺障礙者職業重建與生活重建的需求息息相關，然而臺灣視覺障礙服務發展以來職業重建與生活重建並沒有明確的劃分，相關的生活重建工作可能納入特殊教育，或是目標輔導視覺障礙者成為按摩師的重建服務規畫之中。從國外的視覺障礙重建服務經驗中也可得知，職業重建與其他重建（復健）是雙向的關係，如：在職業重建過程中發現個案需要更多的定向行動訓練，服務使用者永遠可以再回到生活重建方案中(Wittich et al., 2013)。多元專業人員的介入顯現出照護專業人員、個案管理員、雇主之間循著醫療復原及復工過程中合作的重要性(Hoefsmi et al., 2013)。

為了提供視覺障礙者個別化之生活與就業相關服務，內政部與勞動部勞動力發展署更於2013年共同頒佈之《視覺功能障礙者生活重建及職業重建服務要點》將兩者的服務內容與專業人員做了明確定義，從條文內容中可知，兩者在服務提供上有部分重疊，如：功能性視覺評估及視光學評估、定向行動訓練、資訊溝通能力及輔具訓練與其他資源連結服務，雖就字面上而言，生活重建較著重於進入職場前的功能性能力建立、社會支持網絡的維持與心理復健，而職業重建則著重於與就業相關的職前準備、能力養成或是職場適應等。

以上結果顯示的是以調查為主的視覺障礙者就業現況與資源，然而這樣的調查結果也只顯示了部分影響視覺障礙者就業歷程、就業成功與否的因素，但若要對於視覺障礙者的職業現況有進一步深入的瞭解，仍須更為細緻的探討。

邱滿艷等人(2010a)訪談10位傑出的身心障礙者其就業歷程及相關因素發現，影響身心障礙者就業的相關因素可包含第一項為個人因素：如個人特質、個人背景及個人信念等；第二項為環境因素：如職場文化、工作內容及工作條件等；第三項為歷程因素：又可細分為與個人有關的（如：發展、社會化、自我抉擇及個人欲達到與環境一致的作為等）及與環境有關的（如：就業機會、勞動市場及政策變化等）等三個層面。以下，

就個人與環境層面，彙整柯明期（2004）、郭孟瑜與林宏熾（2009）、邱滿艷等（2010a）與陳宛瑩(2014)、邱滿艷與林洺秀(2015)等人之研究提及的影響視覺障礙者的職業生涯與表現之因素。

（一）個人因素

視覺障礙者的視覺功能為最常見影響職業生涯的個人因素：視覺障礙者在尋找一份工作時，首先會擔心的是其視覺功能能否符合工作之要求，也會擔心輔具不足或費用昂貴，縱使有輔具協助，也因為像是一般電腦無法順利與盲用電腦結合等問題而對於求職卻步。另一個重要的因素是個人對於障礙的心理調適狀態，這也影響了視覺障礙者以何種態度看待自己，如同邱滿艷等人（2010b）研究中訪問到的重度視覺障礙者，在失明後以職場標準自我要求、積極地多方準備自己，也因此當他面對挫敗時能仍夠有自信的積極以對，「準備好了」是他認為重展職涯的關鍵態度。

個人的學經歷、職業興趣與價值觀、因為無法察覺他人非語言之訊息而產生職場人際相處不易、是否具備足夠的工作技能以提高就業之發展性與可能性、是否具備獨自往返職場的交通能力、是否能夠順利完成職場生活自理等，也是影響視覺障礙者職業生涯的眾多要素。邱滿艷與林洺秀(2015)研究也指出:視覺障礙者教育程度的高低，將有效影響其進入競爭性職場，尋求多元工作的機會；教育程度愈高者，其工作上的自信心、積極性、學習性、獨立性、人際互動和獨立外出能力等愈高。

此外，視覺障礙者的家庭支持系統也是重建歷程中不可忽視的部分，家庭成員對視覺障礙概念認知的程度、與視覺障礙者之間的互動關係、對視覺障礙者採取過度擔心或保護的態度等，皆能影響視覺障礙者就業準備度之表現及成功適應並參與社會的重要因素。

（二）環境因素

眾多環境因素中，社會以及整個就業市場對視覺障礙者的協助與支持是最主要的因素，有形的物理環境因素包含：適合視覺障礙者的無障礙環境、職場安全之考量等。無形的社會環境因素可從就業可能與職場環境來探討，就業可能與國家整體的視覺障礙就業政策有關，像是就業政策與配套措施不足，就業市場中適合視覺障礙者的職種有限、且不易開拓，對視覺障礙者的就業服務及職缺訊息取得不易等皆是；職場環境包含了：雇主對視覺障礙者瞭解有限或刻板印象而可能產生疑慮、排斥或不信任，同事不知如何

有效地與視覺障礙同仁在工作上相互配合、在生活中互動相處等。臺灣身心障礙者權益保障白皮書(內政部, 2009)也提到: 視覺障礙者也是寶貴的人力資源, 應加強專業技能之培育及訓練, 並協助規劃視覺障礙者之職業生涯發展措施, 使其享有與其他人均等的就業機會及條件, 減低因障礙所致的差別待遇或歧視。

從上述可知, 視覺障礙者在工作上遇到的挑戰眾多, 若結合職業發展的時間過程, 以及每個過程中個人與社會環境兩個層次來瞭解, 可以看出視覺障礙者在職業生涯上可能面臨的困難, 摘要如表:

表2-6 視覺障礙者職業過程之困難

	個人因素	社會環境因素
就業前準備階段	1. 視覺功能帶來的限制 2. 個人背景、信念、自我抉擇 3. 個人重建及心理調適狀態 4. 就業技能及可能之職種有限	1. 就業機會甚少使得職業選擇受限 2. 就業政策及資訊缺乏 3. 雇主對視覺障礙者瞭解有限而產生排斥或不信任 4. 無障礙空間不足 5. 自行創業困難
就業初適應階段	1. 視覺功能與職務要求之落差 2. 不易察覺他人非語言訊息而有人際困難	1. 職場之無障礙設施不足使得行動能力受限 2. 輔具使用及職務調整不易 3. 職場文化對視覺障礙的衝擊與接納
就業後穩定階段	本階段可能持續上個階段的困難, 包含: 1. 專業能力仍不足 2. 個人期待與環境的落差	本階段可能持續上個階段的困難, 包含: 1. 缺乏職場支持系統 2. 輔具汰換或職務需持續調整 3. 職場安全考量

在眾多的困難與限制影響下, 如果能夠有相對充足的助力或促進因子, 應該可以引領視覺障礙者突破困境、走出迷霧。

郭孟瑜與林宏熾在 2009 年的研究: 中途失明者的復原力建構, 內容提到: 促使視覺障

礙者重返或重新開啟工作的動力主要是為了養育子女、爭取榮譽、實現理想、好勝心、成就感及獲得肯定，而自我充實、目標導向及機會把握等因素則是有助於中途失明成人的職業試探與職業選擇的關鍵助力，家人的扶持、同事的協助、主管的鼓勵及工作的掌控等外在助力因子，則有利於中途失明成人的職業重建與工作適應(陳宛瑩，2014)。

另外，萬明美(2000)與黃俊憲(2002)研究指出，在視覺障礙者的職業過程中，如果能夠有足夠且全面的支持，將能有效協助視覺障礙者開創屬於自己的職業生涯，這些支持包含了以下向度及內容：

- (1) 視覺障礙者個人本身工作技能之培養、處世態度。
- (2) 職業環境中無障礙環境、輔具與職務調整的支持。
- (3) 職業過程中人事的支持如親友、職場主管與同事、社會大眾。
- (4) 整體社會就業政策的外在支持如業資訊、工作保障、就業服務。

上述資料與研究，說明了視覺障礙者的職業現況，以及在不同職業生涯階段的影響及支持因素，呈現了瞭解視覺障礙者職業生涯的初層次樣貌。對本研究而言，有助於研究者拉近與中途致殘視覺障礙者生涯故事的距離，以及協助掌握故事中職業相關要素。因此，研究過程中，除了收集當事者所陳述的內容，亦同時以此作為建構生涯故事的基底，並且聆聽、欣賞與好奇這些要素如何與敘說者所做、所想及所感知的相互交織共鳴。

第三章 研究方法

本研究主要探討中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程，並依據研究主題、研究目的與相關文獻探討，採取質性研究法進行資料蒐集與分析。本章共分為六節討論，第一節為研究方法選取，第二節為研究流程，第三節為研究參與者，第四節為研究工具，第五節為資料處理與分析，及第六節研究倫理與品質。

第一節 研究方法選取

研究方法分為量化研究與質性研究兩大類，本研究旨在探討中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程之轉變，及產生轉變的影響因素，而形塑其致殘後的生涯歷程。其中質性研究的重點在處理參與者外在的世界(而非相對於如實驗室之特定環境的不同)，並且以各種不同的方式，從內在來理解、描述並解釋社會與生活現象，包含:(1)藉由分析個別或群體的經驗:經驗來自於日常之實踐；(2)藉由分析成形中的互動及溝通:藉由互動觀察或記錄、溝通為分析的基礎，進而進行資料分析；(3)藉由文獻分析(如文件、圖像、音樂或影片等)及其他類似的經驗與互動紀錄。以上所述共通點皆為人們所揭露自身經驗與如何建構所處的環境，呈現於眼前的現象富含意義並提供豐富的觀點(陳育含譯，2016)。

因此，我們可說質性研究是經由研究者的訪談，以研究參與者的觀點出發來看這世界，參與者透過自我認知與感受的敘說來理解社會脈絡下的個別生命故事，因此質性研究方法為有助紀錄研究參與者的生活上經歷、歷程故事、行為等或人際關係之相關研究。

針對相關之質性研究，不只是需要涉入研究當中，更是重要的研究工具之一，利用取得資料的關鍵主觀視角與經驗的研究方法，在從研究取得之結果，主要是強調可藉由各種相關資料的完整收集，再對研究結果作更深入的詮釋，將歸納邏輯用於對社會現象的探究過程。當進行本研究之設計時，為考量到研究參與者必須深入探索生涯歷程，其間涉及研究參與者的主觀心態、主觀詮釋與主觀回應，乃至做抉擇的過程；因此，必須對研究參與者進行訪談才能夠得到這些主觀思維，並且確實掌握情境脈絡，最終再以敘說研究法來取得第一手資料。

敘事、敘說 (narrative)、或者是說故事 (storying)，即是把一個人在故事中所經驗

到的一切，透過談話、文本、互動和解釋過程呈現出來；敘說的假設是，人本身就是說故事的動物、就會建構自己生活中的故事（Smith & Sparkes, 2008），當每個人在說自己的故事時，每個字詞、每個段落與畫面，都存在其獨特的意義，敘說捕捉生命、並且為生命命名。敘事研究在受訪者訪談的過程中，會引領受訪者回到當下發生的情境，出現了什麼人、發生了什麼事及有什麼樣的感受？藉由受訪者描繪過去及參與過去事件中的自己，這過程不僅是靜止的文字生命故事，在受訪談過程中，受訪者亦會重新連結到過去與現在事件的關聯性，找出及產出對未來生命歷程的方向與意義，顯示出受訪者可以與自身生命重新連結對話。在三位不同的受訪故事中，看見每位受訪者，因著生命原始條件與經驗不同，在事件發生當下產生不同的認知與視角，看見生命的個別化與差異性，讓研究者更感懷謙卑的心看待受訪者的生命經驗，也更懂得尊重每個生命歷程發生的原因。

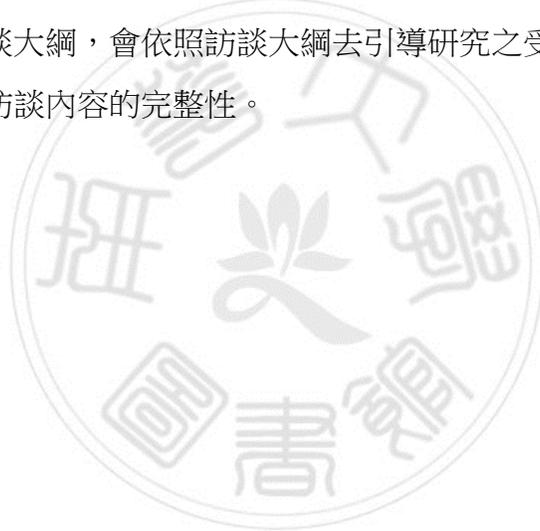
因此，敘說即是經驗的再呈現，透過說故事的過程，組織經驗中的記憶片段，也賦予經驗個人的解釋與意義，建構了真正屬於故事主角的生命事件亦即，敘說闡明一個人在故事中的經驗與意義，也讓研究者得以探索與瞭解故事主角的內在世界（inner world）（Smith & Sparkes, 2008）。敘說研究從詮釋性的觀點，相信敘說的材料-也就是敘說者豐富、多元且獨特的個人故事，可以藉由多樣的方式來呈現、閱讀、理解和分析。敘說的特色就是豐富的資料，分析的向度也是多元的，可以從內容、結構、敘說風格、情感、敘說者的動機、態度、信念等等層次著手。

由上述得知，敘說研究（narrative inquiry）是質性研究的一種研究方法，它可以獲得獨特且豐富的資料，有別於以實驗、觀察、問卷而得的，也是一種應用故事以描述人類經驗與行動的探究方式（林志昌，2015），也是一種治療模式及人類主觀經驗的建構，更是研究者與研究參與者共同創作的歷程，而產生「共享」的經驗，其組成含有場域、人物、事件與情節等要件（鈕文英，2021）。

研究者亦必須在個人、社會情境與時間三個軸向裡，與研究參與者接觸與互動，得以交織出豐盛且專屬個人文化脈絡的故事，其中三個軸向又包含了：(1)個人：指的是以個人為出發點，從內進行自身探索，也是所謂朝向個人內在狀態的探究；(2)社會情境：指的是地點與環境，情境中的具體空間與發生的事件；(3)時間：指的是從過去、現在與未來的時間點相互串聯與探問研究參與者在各個時間點所發生的故事。

經上述質性研究之意涵，讓研究者考量到所要研究的主題是欲了解中途致殘視覺障礙者生涯發展，而且歷程敘述是屬於動態之過程，並非是一般靜態的過程，且訪談內容更不是標準化的回應，因此，難以用量化研究去將這些經驗完整地呈現出來，所以更加確定研究將採用質性研究法來加以探索，主要取向以敘事探究研究理論背景，研究參與者親身實例述說經驗的描述，從中分析研究參與者內心真實的感受，探討出自身顯露其中的意義，以作為借鏡與自我反思之參考。

本研究依照研究之主題將選定採用深度訪談法，這也是質性研究方法中最廣泛經常讓研究者用來蒐集資料的方法。研究者在訪談的部分將採用的是半結構式訪談法，先依照研究主題設定所要尋找的研究參與者，並列出條件符合的研究參與者名單，且針對所要研究之相關問題擬定出訪談大綱，研究者所推論的訪談大綱根據第二章文獻回顧與探討建立半結構式的訪談大綱，會依照訪談大綱去引導研究之受訪者，分別進行個別深入訪談，並且加以整理訪談內容的完整性。



第二節 研究流程

本研究以中途致殘視覺障礙者為研究對象，以半結構深度訪談法，進行質性研究資料的蒐集與分析。擬定之研究基本架構如下圖所示：

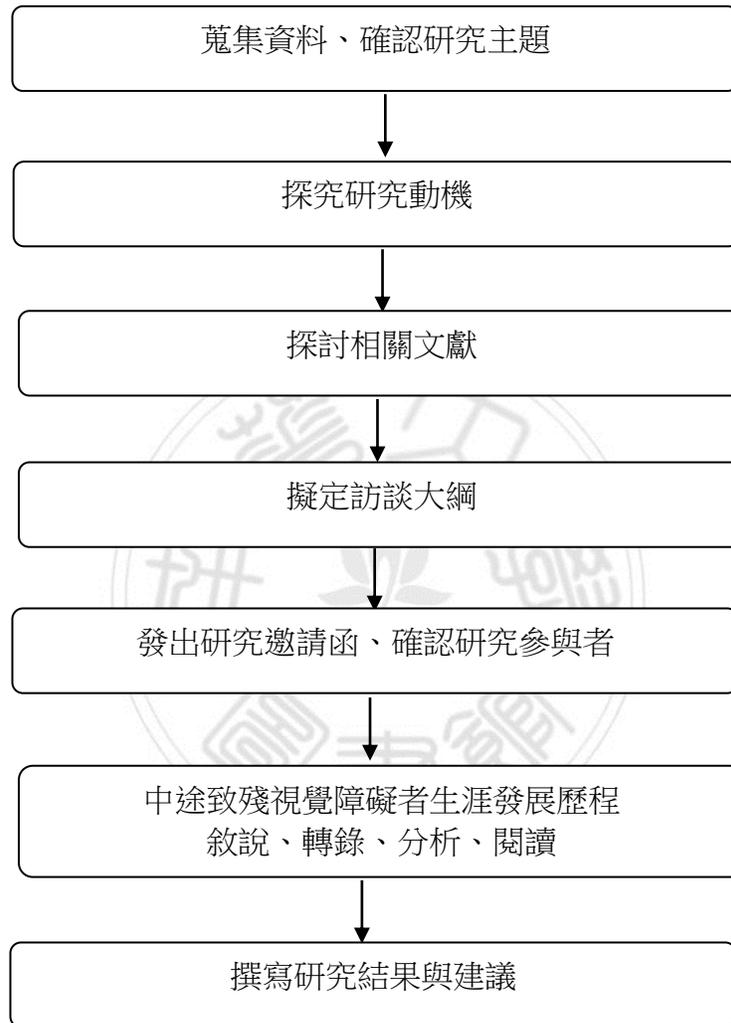


圖 3-1 研究流程圖

第三節 研究參與者

本節闡明本研究之研究參與者的選取，共分三個部分，第一部分說明如何選擇研究參與者，也就是所謂故事敘說者，第二部分在敘述研究者之個人背景-故事聆聽者，第三部分則敘明共同研究者(故事欣賞者)之背景。

一、故事敘說者

敘說研究，仿佛把敘說者的生命故事，小心翼翼地捧在手心上，輕柔地碰觸、仔細的探究；也就是，敘事強調的是陪伴與聆聽的態度(易之新譯，2000)。聆聽者是帶著自己的靈魂、對生命的敬仰，進入另一個生命當中，就像是以一種專注凝神的態度去欣賞與聆聽一幅生命之畫。

在本次研究中，中途致殘視覺障礙者是我欲邀請的故事敘說者，但我更想賦予我的研究參與者「故事主角」的位置，請當事人讓我進入他們的生涯故事中，如同敘事的人性觀--敘事是一種同理心，一種進入別人生命、理解別人故事的態度:欣賞的、謙卑的與好奇的(易之新譯，2000)。

從研究動機以及我個人的職涯當中可以清楚知道，不明原因中途致殘的堅強小葵對我這次研究有很關鍵性的影響位置；在那次相談之後，我陸續透過工作中短暫休息聊天的機會，瞭解她的背景，每多知道一點，都讓我對她的生涯故事多了份驚嘆與敬佩。於是，我很榮幸地邀請到小葵、阿明與阿宗做為我的研究參與者，在這次研究的訪談與聆聽的過程中，是由他們引領我，學習著從他們寬廣的心與眼睛，探索這個雖然視覺上暗黑不清、但卻能夠創造自己獨特美麗彩虹的職涯風景。最終，圓滿這段美麗的緣分—中途致殘視覺障礙者與我自己的職業生涯。

本研究著重探討中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程之歷程與影響因素，為反映所取樣本能呈現研究者想要之豐富資料，並考量研究目的與問題，採取立意取樣，以及符合以下二項取樣標準：

1. 角色指標：本研究參與者需符合 18 歲以上因後天因素造成的視覺障礙者，目前年齡屆於 30~50 歲間，領有身心障礙者證明，且致殘後至少有過一份工作經驗，且在同一職場持續兩年以上，並有順利轉換至下一個職場者。
2. 主動意願及表達能力：研究參與者需有意願自我揭露，且在符合研究倫理的情況

下，願意接受訪談。其表達能力，能以國語或台語為主要之口語表達。

(一)選擇研究參與者的原因、根據，其原因如下：

1. 選擇中途致殘視覺障礙者，乃在於後天造成的失明，需要重新調適自己的生活方式與生涯轉變；因此，在研究參與者中途致殘後，能夠順利重新返回職場甚至順利轉職，其如何突破內在與外在的困境，是研究者欲探討的第一個重點。
2. 設定研究參與者之年齡介於 30~50 歲間，其原因是此年齡層正是 Super 生涯理論中的建立期與維持期的階段，多半已投身職場一段時間，在中途致殘之後，皆有面臨生涯轉換的問題。

(二)受訪者資料分析

本研究採立意取樣，共邀請三位中途致殘視覺障礙者，為研究者所認識的視障友人，符合條件之研究參與者，其基本資料如下：

1.受訪者 A

小葵（化名）為一名現年52歲的已婚女性，育有一女。29歲時的一場重感冒，導致白血球指數過高，不明原因反嗜自體器官(視神經)導致雙眼全盲無光覺，當時正處於第一個子女出生滿兩歲的家庭生命週期階段，復健後需靠手杖及定向輔助行動。小葵畢業於科技大學食品營養系，並不感興趣，僅為了學歷而讀；中途致殘後至今共任職過五個單位，目前擔任某基金會之事務員，現職年資迄今已滿十個月。

2.受訪者 B

阿明（化名）為一名現年46歲的已婚男性，未有子女。30歲時因視網膜色素病變導致視力急速退化，視野狹小為管狀視野，昏暗處看不到，當時正處於初婚的家庭生命週期階段，目前需靠手杖及定向輔助行動。阿明畢業於高中美工科，為自身興趣；中途致殘後至今共任職過兩個單位，目前擔任某大學之總機人員，現職年資迄今已滿六年半。

3.受訪者 C

阿宗(化名)為一名現年 40 歲的未婚男性。20 歲時因視神經萎縮導致視力退化，視野狹小、管狀視野，當時正處於青年單身期的家庭生命週期階段，目前仍可獨立行動。阿宗畢業於大學企業管理系，為了符合父母親的期待；中途致殘後至今共任職過六個單位，目前擔任某醫院之兼職庶務人員，現職年資至今已滿五個月。

表 3-1 研究參與者基本資料

受訪者	性別	致殘 年齡	學歷	家庭 成員	工作經驗	視力狀況	產生之影響
A 小葵	女	29	專科	已婚 育有 1 女	1.致殘前: 工廠作業員 2 致殘後: 行政文書、電 訪員、盲用電 腦講師、電話 諮詢員 3 目前工作: 事務員	1. 可靠聽覺 與觸覺來 輔助日常 生活功能 如:盥洗、 飲食、穿衣 等,皆能獨 立完成。 2. 瀏覽文字 需靠語音 輔助。 3. 行動須靠 手杖輔助。	生理: 須定期回診 追蹤眼科與 腎臟科 心理: 認為自己的 人生更精彩 社會: 無法獨立外 出,需仰賴家 人
B 阿明	男	30	高中	已婚 未有 子女	1.致殘前: 藝品浮雕裝飾 工程師 2.致殘後: 電話諮詢員 3.目前工作: 總機人員	1. 瀏覽文字 需放大倍 數 2. 行動須靠 手杖及他 人引導輔 助。 3. 在具有微 弱光線的 環境下,無 法看清物 體或人的 臉孔;對光	生理: 需每半年定 期回診追蹤 心理: 對視力逐漸 退化感到焦 慮 社會: 社交人際圈 變得侷限

					線敏感，有畏光現象，須配戴墨鏡。		
C 阿宗	男	20	大學	單身	<p>1. 致殘前: 學生身分</p> <p>2. 致殘後: 門市店長、果農、電話諮詢員、就服員、職訓輔導員</p> <p>3. 目前工作: 兼職庶務人員</p>	<p>1. 日常生活自理功能皆不受影響，亦能騎乘機車。</p> <p>2. 瀏覽文字需放大字體</p> <p>3. 管狀視野狹小，無法辨識略為上下左右的障礙物。</p>	<p>生理: 常容易發生車禍而造成身體受傷</p> <p>心理: 更能同理其他身心障礙者</p> <p>社會: 較不受影響</p>

二、故事聆聽者

在質性研究過程中，研究者本身個體就是研究工具（潘淑滿，2003）；在敘說當中，故事的聆聽者也會透過詢問與聆聽的過程，與故事主角共構其個人的生命故事、解構故事當中的辛苦與困境、以及建構故事意義與自我認同(易之新譯，2000)，這就好像對生命故事寶藏的發現、開啟與重整。

因此，對於身為研究者的我在研究過程中，除了扮演聆聽欣賞、覺察省思以及分析撰寫等不同的角色：在聆聽欣賞的位置上，我透過傾聽、同理、回應，以滿滿的好奇、像孩童欣喜於聽故事般引領期盼，邀請敘說者闡述更多關於他的故事。在覺察省思的位置上，我像是一面鏡子，期待能夠努力揮去沈浸在故事當中的迷霧、真實地鏡映著敘說

者與我的互動過程，也敏銳地照映出聽故事當中，有關我的內在覺察與深層思考。在分析撰寫的位置上，則是讓我試著從連結的角度，以敘說者的生命故事為題材，從故事的點、線與歷程的面，與敘說者共同編織屬於他的獨特生命。

研究者本身在大學念的是社會工作，就讀復健諮商研究所畢業後，即在社政單位身心障礙者轉銜暨個案管理中心服務，再至公部門身心障礙者職業重建窗口擔任職管員與督導角色，在這十多年來累積了與身心障礙者工作的經驗，為求在學術與理論能有更完善的結合，更是無限期積極地參與與身障者有關的各項研習進修訓練課程。後有感諮商背景的不足，再重返南華大學生死學系碩士專班生死教育與諮商組學習諮商相關課程，目前則正在進行諮商全職實習，因此具備完整的學理背景。尤以在職業重建服務過程中，個案服務的生涯議題讓我有更多的實務經驗與體會，在透過與個案聽與說之間，讓我體悟到故事有人陪伴與聆聽的力量與可貴。

三、故事欣賞者

在這次研究中，邀請一位偕同研究者，她是在身心障礙者職業重建服務工作有多年實務經驗的伙伴，同時也是國立彰化師範大學復健諮商研究所的畢業生，修習過「復健與職業心理學」、「質性研究專題」、「身心障礙者諮商理論與實務」等課程，溫暖、熱心與積極的特質讓她能夠與服務對象建立良好的互動，累積了許多與視覺障礙者訪談的經驗。

對本次研究來說，她除了聆聽我與敘說者共創的研究故事，主要任務是透過與我分別閱讀敘說者的故事，形成彼此對故事的再瞭解，並且藉此共同檢視、分析與澄清敘說者生涯歷程故事中的主題與脈絡，並且欣賞這當中的點點滴滴。

第四節 研究工具

本節闡明本研究之資料蒐集，共分二個部分，第一部分說明訪談工具，第二部分說明訪談資料的收集。

一、訪談工具

(一)訪談大綱

本研究旨在探討中途致殘視覺障礙者的生涯發展歷程，因此，研究者在訂製訪談大綱時，將訪談內容分為中途致殘前的生涯發展歷程、中途致殘後的生涯轉換歷程，及中途致殘後的生涯發展歷程等三部份，其大綱內容形成方向分述如下：

1.中途致殘前的生涯發展歷程

本研究之參與研究者皆為中途致殘的成年視覺障礙者，致障時間都在 18 歲以後，因此，研究者在此部份要瞭解的是：致殘前的學歷與所讀科系、致殘的原因、家庭角色為何與對生涯的影響。

2.中途致殘後的生涯轉換歷程

此部份主要在瞭解中途致殘視障者需要做生涯轉換之原因及轉換歷程的經過。

3.中途致殘後的生涯發展歷程

此部份主要在瞭解中途致殘視覺障礙者從事目前工作的契機為何與對目前工作的信念與使命、對未來生涯的打算及想法。

(二)記錄工具

1.錄音器材

為保留最真實的訪談內容，每次訪談過程皆進行錄音存檔，並於結束後謄寫成逐字稿作為分析文本來源。

2.研究者本身的訪談雜記

在研究過程中，研究者在閱讀文獻、與他人對話及進行訪談等過程中，隨時將自己的想法、感受與省思記錄下來，並提出問題或已解惑的議題，以及待清的重點，並作為資料分析的輔助依據。

二、訪談資料的收集

本研究是透過個案訪談方式來收集研究參與者生涯發展歷程經驗，每位研究參與者至少

進行兩次訪談，每次訪談時間約為 1.5 至 2 個小時，訪談過程徵得研究參與者同意後，依據訪談大綱內容進行半結構式的訪談，訪談全程錄音後謄寫成文字逐字稿，以便之後研究資料的分析。



第五節 資料處理與分析

本節闡明本研究之資料處理與分析，共分三個部分，第一部分說明研究資料的隱密性，第二部分說明研究資料的編碼原則，第三部分說明研究資料的分析方式。

一、研究資料的隱密性

整個研究過程由研究者進行個案訪談，訪談過程全程錄音後也由研究者進行謄寫成文字逐字稿，逐字稿與其他原始相關研究資料，除了研究者進行分析之外，必要時將研究資料內容的名字或具有意義的名詞（如：職場名稱、地點）以匿名、編號或其他字句替代，文字處理之後與指導教授及偕同研究者進行討論之外，不會有其他第三者可查看原始的研究資料，所有相關研究資料內容與錄音未經研究者的同意皆不會移作他用。所有研究資料的處理與隱密性原則，在向參與研究者解釋並徵求同意之後，將簽訂訪談同意書（附錄一）。

二、整理訪談逐字稿

當每次訪談回來，轉錄成逐字稿是必要的過程，為求資料的保密，同時也為了盡量以文字呈現訪談過程的所有互動，研究者將會親自聆聽訪談錄音檔、整理轉錄為逐字稿；尤其會注意故事主角在說故事時的情緒與肢體語言，視覺障礙者無法以視覺來覺察與其對談者的非語言訊息，同樣地與其對談者也無法透過眼神判斷他的心理狀態（徐文志，2009），這些都是只有研究者親自記錄才能詳盡呈現的。由研究者自己整理逐字稿的另一層用意是，在資料謄打的過程中亦是訪談經驗的「閱讀」與「再呈現」，這樣的過程，有助於自我本身逐步釐清故事主角所欲表達的內容，也能作為下次訪談的依據。

三、研究資料的編碼原則

當訪談資料轉為逐字稿或研究者記錄等資料之後，為了有助於後續的故事內容分析，編碼原則如下：

- (一) 第一組為英文字母為敘說者代號（A、B）
- (二) 第二組代表的是資料來源，I代表的是訪談逐字稿
- (三) 第三組該此訪談進行的次數
- (四) 第四組為文本在逐字稿中出現的對話編號，以阿拉伯數字呈現，從001開始、以此類推。

(五) 另外，為了區別文本資料中的敘說者與研究者，若該段落為敘說者所表述之內容，將以「n」與「s」作為區別。在本研究中，若是逐字稿之內容皆以「標楷體」呈現，未加粗體的部份則是研究者在閱讀文本資料後所撰寫的內容。

表3-2 資料編碼範例說明

研究對象	資料類別	代號範例	說明
敘說者 A	訪談逐字稿 I	AI-1004n	研究對象A的第一次訪談逐字稿中第四句話，由研究對象所說。

四、研究資料的分析

Lieblich等人(1998)提出，在閱讀、詮釋及分析生命故事以及敘事素材時，有兩個獨立的向度，分別是「整體-類別」以及「內容-形式」，這兩種思考的向度，共形成了四種閱讀敘事的模式：(1)「整體-內容」-以一個人完整的生命故事為內容呈現的焦點；(2)「整體-形式」藉由省視整個生命故事的劇情或結構，發現其表達方式；(3)「類別-內容」-以內容分析的方式將文本中的資料抽離並分類；(4)「類別-形式」-聚焦於每個獨立故事單元的語言風格或特徵(引自鈕文英，2021)。

由於本研究主要是探討中途致殘視覺障礙者的生涯發展歷程，探究其中的辛苦與信念，因此將以「整體-內容」的方式，將每個故事視為整體，關注在其生涯故事的個人內容，探索的焦點是在於好奇受訪者是如何從過去發展到現在的位置(黃馥珍、卓玟君，2009)。Lieblich等人(1998)提及的「整體—內容」分析方法共有以下五個步驟(引自汪光慧，2004)：

(一) 不斷閱讀文本，直到故事主題浮現

用開放、細心與同理的態度閱讀文本，相信自己有能力發現文本中的意義，注意可能可以提供訊息的線索，例如：故事的開始、說故事者的一些評論等等。

(二) 寫下對故事的初始與整體印象

除了提出對故事的初始與整體印象，還要注意故事中矛盾或未完成

之處。

(三)決定文本裡的主題

從文本中找出特別的主題，有些線索有助於發現文本裡的主題，例如：故事者重複述說的部份、描述的精細程度，或是遺漏的部份。

(四)用不同顏色標示出文本裡不同主題，再針對每個主題個別重複閱讀。

(五)使用一些方法持續確認分析結果

在整個文本裡去跟隨每一個主題，並注意結論。對每一個主題的開始、結束與脈絡，主題間的轉換與彼此的關係都要去瞭解。特別是要注意那些與主題矛盾的故事內容、心情或評論。



第六節 研究倫理與品質

本節主要闡述本研究之研究倫理與品質，共分兩個部分，第一部份說明研究倫理，第二部分說明研究品質的策略。

一、研究倫理

研究中研究參與者在訪談過程中，會牽涉到個人隱私問題，為考量研究之倫理及資料的嚴謹度，經研究者詳細說明研究目的與訪談過程後，同意接受研究訪談之參與者，需進行訪談同意書之簽名，始得開始進入訪談過程；此外，基於保護受訪者的隱私，訪談內容採取匿名方式，個人資料將會受到良好的保密，文章中的引用皆不揭露受訪者之身分，在研究過程中如有感到不舒服之處，不需理由皆可直接退出研究。研究者在研究過程中遵循嚴謹之研究倫理原則，及研究時必須要遵守的行為規範，吳芝儀（2011）綜合各國對於以人為研究主體或參與者的倫理價值，其核心共四項，即對人尊重與保密、善益福祉、免於傷害及公平正義原則；本研究亦將根據此四原則來進行，分述如下：

(一)對人尊重與保密原則

在訪談過程中，將只會針對生涯故事裡與職業相關的內容或細節進行深度瞭解，除非研究對象主動提及，將不會碰觸其他與研究主題無關之內容。另外，在研究邀請函中，有清楚說明訪談資料會做匿名處理，並由研究者本身親自做轉錄與保管；全部資料只作為本次研究之用途，研究者的指導教授與偕同研究者只會接觸到轉錄後的文本資料，並且在徵得研究對象同意後才會進行研究結果之發表。

(二)善益福祉原則

本研究乃基於互惠的前提下，包含提供適當的報酬（以禮券為主），以及研究結果必當回應到研究參與者本身，以求與其共同學習與發展職業歷程中的支持力量，即透過此研究，其能整理並找出內在支持的力量，而在生涯歷程中獲得更大的成長。

(三)免於傷害原則

由於研究過程會觸及過往的記憶，那是研究進行前所未知的，研究者將會以研究對象最想說且願意說的部分開始，待關係建立穩固、研究對象也熟悉研究互動模式後，才會往下深探故事背後的個人想法與意義；好奇而非八卦、欣賞而非批判，是自我在研究過程中需秉持的中立態度。訪談過程研究者亦將會隨時注意研究對象的情緒及非語言訊息，給予彼此足夠的時間和空間思考、整理與休息。若有必要，將停止訪談甚至是終止

研究，以達到最少的傷害、最高的尊重之原則。

(四)公平正義原則

本研究將把對研究參與者可能造成的傷害降至最低，除其可隨時中斷資料之蒐集外，並在正式進行研究前，給予研究參與者研究訪談大綱及語音檔，待其瞭解後方正式進行訪談，且亦需在其自願、身心舒服與公平被對待時進行資料之蒐集。

因此，研究者將根據上述四項原則，擬定一份研究同意書，以遵守研究倫理規範，待研究參與者簽章後，方進行資料蒐集。

二、研究品質

對質性研究中建構主義範式而言，因為其研究過程是具有「闡釋的」與「辯證的」，因此對建構主義的研究檢驗之原則是致力於讓主體各方達到的共識是對他們自己具有「解釋力度」、「資訊豐富性」與「複雜精緻性」（陳向明，2009）。本研究的生涯發展歷程是強調研究者與參與研究者在達成某種「共識」後，在過程中反覆進行「辯證」與「闡釋」分析，經由開放地、不斷地反覆辯證與闡釋分析，研究者也必須以反思的態度，如實地與參與研究者共同並享用建構的產生。因此，研究將採取以下策略，以增加本研究之可信度（鈕文英，2021）：

- (一)確實記錄並客觀地分析與參與研究者之間的對話。
- (二)重視參與研究者協助訪談內容的檢核。
- (三)參照適切性的錄音與相關文獻資料。
- (四)詳實記錄相關經驗回顧與自我反思。
- (五)以三角查證來交叉檢核研究資料。檢核方式如下述：

1. 多元的資料來源與共同核對

在本研究中，除了透過訪談收集研究對象主觀呈現的個人工作故事，並有研究對象的相關記錄等，盡力以豐富多元的資料呈現敘說者的職業生涯故事，以達成多方的驗證。

2. 客觀角度的共同分析

為避免研究者過於投入故事的文本，而在分析過程中出現不清或盲點，偕同研究者會與我分別閱讀文本資料，形成各自對故事的再瞭解後進行討論，藉此共同檢視、分析與澄清敘說者故事中的主題與脈絡；同時在研究過程中亦會定期與指導

教授討論研究狀況與因應方式。因此，我將邀請指導教授及偕同研究者，以第三者客觀的立場協助我檢視資料呈現及分析的過程，並且以不同的角度激盪出本次研究的真實與豐富。

3. 敘說者的檢驗

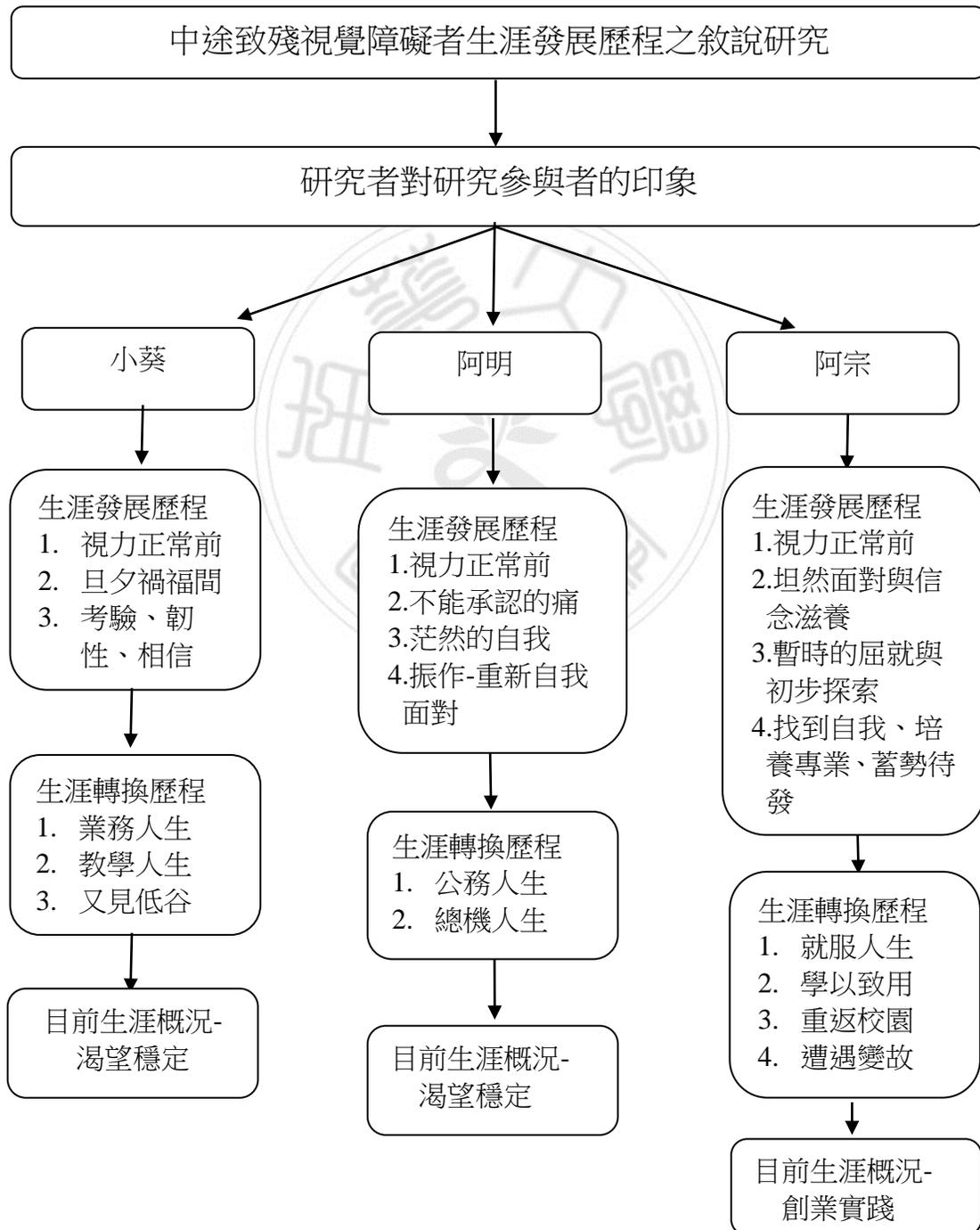
如同在研究訪談同意書中所述，在文本資料的呈現過程中，我會在不同階段邀請敘說者協助我檢驗資料呈現的真實性，以力求故事的呈現是近乎故事發生的真實，同時力求故事主題是貼近敘說者想傳達的意思與信念，最終達成讓敘說者自己對其職業生涯故事自己賦予意義的生涯建構敘說之核心目標。



第四章 結果與討論

本研究以三位中途致殘視覺障礙者為研究對象進行質性訪談，瞭解中途致殘視覺障礙者在視力正常前的生涯發展歷程為何?視力發生變化後的生涯轉換與發展歷程又是如何?關於上述內容，以下為本研究的脈絡示意圖：

圖 4-1 中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程之敘說研究理解與詮釋圖



第一節 衝勁十足之永不放棄-小葵的故事



(照片引自網址 <https://tw.creema.net/blog/1526/detail>)

向日葵主要是因花序隨太陽轉動的特性，加上「葵」有著「花向四方旋轉綻放」的含意而所命名。向日葵的英文名為「sun flower」，就如同太陽的花般，帶給人們充滿元氣的力量，以及活潑明亮形象，就如同本故事的主角小葵給人的印象:元氣、正向。

一、 我對小葵的印象

還記得第一次見到小葵，是在工作場域的走廊。看到一位穿著亮麗、手持白手杖的女子，很認真地在走廊、電梯間穿梭來回學習定位，要不是看到那隻白手杖，讓人彷彿忘了她是位視障者，動作速迅、一次到位，當時心裡忍不住讚嘆:哇，好認真的視障者。第一印象就是她一定是個凡事認真的人。在工作單位共事的兩年期間，她非常的活潑開朗，每天總是把自己打扮得神采奕奕、腳踩高跟，她揶揄自己:要穿高跟發出大一點的聲音，提醒大家要讓路給我；很快地就跟辦公室同仁打成一片，團購訂餐總是少不了她。

在工作方面，小葵也是非常的熱心負責。接聽電話時，對於對方滿滿的怒氣與抱怨時，她也總是能夠非常有耐性地傾聽、給予同理，並且用自身的經驗當作活教材，鼓勵對方不要洩氣、繼續加油。無意間的交流下，發現小葵的生涯歷程故事，竟然宛如八點檔般的高潮迭起，令人不禁豎起大拇指給予高度稱讚，也才有了這篇論文的起源。

個性貼心的小葵得知要成為我的受訪談對象時耶職謙虛表示自己沒有什麼好研究的啦，只是剛好可以分享自己的心路歷程，希望也可以作為鼓勵更多中途致殘的視覺障礙

者走出自己的另一片天。約定訪談的時間，她認為自己的住家環境較偏遠，擔心我人生地不熟，導航不知道能否順利抵達，特地請先生幫忙口述船語音檔告知我詳細的路線，訪談當天我剛抵達外邊正準備按門鈴時，小葵已經察覺到我的步伐聲、知道我來了；早地已經沏好了一壺熱騰騰的養生茶及點心在等待要招待我。

談話過程裡，她非常的直率，想到什麼便講什麼，她常會聊到自己致殘後，好像讓自己的人生變的更嘉豐富燦爛，也突然提升了自己的能見度，被更多的人所看見，這也是她所始料未及的。從她樂此不疲的的津津樂道、發亮的眼神、生動的表情與肢體動作，可以明顯地感受到她對目前的生涯歷程狀態為滿意。而在訪談結束後的閒聊中，她提到感覺這些年開始產生一股幸福感，因為能夠真正做自己想做的事，又是能讓自己感到快樂，好比她現在能夠外出工作、學習新知，亦能適時與自己同在，回到獨處舒適的狀態，且得到家人的全力支持與鼓勵。甚至在正式訪談結束後，我把自己這一年來也遭遇到生涯轉換，欲離開工作了十幾年的職場，投入諮商領域的工作，內心的徬徨與擔憂與她分享；小葵很誠懇的鼓勵我要相信直覺，持續做會讓自己感到心動的事，面對懷疑與擔心，不需要刻意去否定或者壓抑，而是要先接納情緒的存在，之後對於該怎麼做、怎麼走的生涯旅程，內心的答案自然會慢慢地浮現。

她真摯地期盼我能夠找到自己喜愛的志業，因為一路以來的生涯歷程讓她有深刻的體悟，很清楚的能夠辨識做自己喜歡的工作時，那份喜悅與滿足感的差異，小葵希望我也能擁有這樣的感受，因此她認為許多對生涯規劃的擔憂其實都是多餘；她鼓勵我試著拋下顧慮與焦慮，傾聽自己內在的聲音，朝著心的方向走，心之所向，身之所往。

二、 小葵的生涯發展歷程

(一) 視力正常前

小葵在視力正常前，是個在家備受寵愛的孩子，排行老三，上有哥哥、姊姊、下有弟弟，耳熟能熟的歌曲「我的家庭真可愛，整潔美滿又安康，兄弟姊妹都很和氣，父母親都慈祥…」很適合做為家裡寫照。小葵為台中人，小時候曾跟隨爸媽短暫前往新竹居住，專科時再回到台中就讀食品營養學系，對此科系並不感興趣，僅是為了學歷讀而讀，因此並未花太多心力在科目的學習上；穩穩的順利畢業後，小葵覺得沒有一定非要從事什麼工作不可，對於很多工作、很多事情，她都感到很新鮮，也認為自己趁年輕時

，多累積點實務經驗對自己是有益處。當時因為哥哥開電腦公司，她好像順理成章就到哥哥的公司上班幫忙文書處理，直到認識了先生結婚後才跟著一起到臺南生活。到臺南定居後，就近在住家附近的電線電纜公司擔任作業員，也與先生育有一女，原本以為就此過著幸福快樂的日子，白天正常上下班，回家與公公、婆婆、先生及女兒共享天倫之樂，沒想到就在工作後的第三年突然一夕之間風雲變色。

(二)旦夕禍福間

原本以為再平常不過的一場感冒，竟然差點奪走了小葵的生命。當時因為女兒年紀還小，一歲半左右而已，擔心感冒發燒的症狀，避免傳染給小孩，因此託請台中的娘家媽媽幫忙照顧，已經隔了兩三個禮拜沒見到小孩，思念之情溢於言表，心急的她來回診間奔波，這間診所的藥還沒吃完，又匆匆忙忙的換別間就醫，為的就是希望趕快恢復健康的身體與小孩見面；但也許是疲憊的身心負荷已達極限正發出警告聲…

起初，先是身體開始出現蕁麻疹，小葵感到納悶：自己是最健康的孩子，不曾生過什麼大病，小感冒也是都迅速就恢復，怎麼會出現蕁麻疹?!雖有疑問但因年輕拚勁十足，並未放在心上太久時間，日子一天天的過，症狀不但沒好轉，反而急轉直下的惡化，後來改去吃皮膚科的藥，此一舉動似乎誘發了身體深層免疫系統最脆弱的一面，造成免疫系統全面混亂、敵我不分，反過來自己攻擊自己，「**每個人正常白血球數值都要在 100 以下，我那時候是破千耶...我後來才知道這個叫嗜伊紅性白血球，原本它出現是要打擊敵人，但後來因為跑太多出來讓它混亂了，所以好的細胞、壞的細胞都一起打了(AI-1032n)。**」導致全身血管發炎，以迅雷不及掩耳的速度開始擴散，先是造成急性腎衰竭，接著全身開始水腫、肺部積水，之後甚至影響到心臟-心包膜積水。

小葵詮釋自己當時腫的像豬頭，因為體內積水像是水龍頭被堵住般無法順利排出，開始出現呼吸急促的症狀，只能安排緊急洗腎，期間被發出兩度病危通知，在此同時，命運的考驗正悄悄展開...，慌亂失措的白血球大軍繼續地隨著微血管一路北上到眼睛，瘋狂肆虐阻塞了視神經，這

時正與死神拔河的小葵，不知道眼前的光明似乎一點一點正消逝中...

「醫生沒有辦法再救眼睛，得先救命比較要緊啊(AI-1024n)。」醫生為了顧慮小葵的感受，不敢馬上宣判死刑，只說目前的狀況看起來就是視神經被白血球浸潤造成視神經萎縮整個壞死了，雖然當時有說看要不要接受手術試著把血塊清掉，但成功的機率卻僅有 30-40%，詢問另一間醫院的意見也只提升到 50%，「我去台大住院的時候，當年沒有這種病例，好像那時候我知道的醫院只有兩個，就是我和另一個男的，所以他們也在研發，你也知道台大就是醫學中心，會做很多的檢查實驗研究，但結論就是沒辦法給我定一個病名，因為什麼病都不典型，比較類似像紅斑性狼瘡，但又不是全部症狀都符合，所以沒有一個正確的病名，只能說就是全身血管發炎這樣子(AI-1022n)。」後來轉回來成大時，當時腎臟科的主任的說法也就是俗稱的眼睛中風。

(三) 考驗、韌性、相信

好不容易性命保住了，當時家人與先生認為既然每個方法都沒有百分之百的把握，乾脆就保留住原本的狀態，不要有任何外力的侵入，所以小葵的眼睛完全都沒有做任何傾入式的手術，「也許就是在等待奇蹟吧，那一等一等的時間也慢慢過了，一晃眼就三年過去了，我也不抱希望的了 (AI-1026n) ...」也許這就是人生可能注定要遇到的課題「那一年我剛好 29 歲，人家不是說逢 9 就會比較容易出事嘛(AI-1036n)。」小葵對於這世界最後殘留的影像停在台大醫院以前還有分新舊病房的時候，看的到外面那個窗戶，那時候最後的影響是停在那個有路燈、又會黃黃的、很模糊啦，有色彩但是非常模糊看不清楚，有點像色塊...家人對她很好，尤其是姐姐，住在台北，又是醫護人員，當時也是姐姐執意要她至台大醫院接受治療，並且安排的是獨立的病房，為的就是能就近照顧。

不太記得當時是白天還是晚上，小葵睡一覺起來，忘記是誰在她身旁，她下意識地詢問:現在是晚上嗎?怎麼那麼暗也不開燈?當時病房內的氣流彷彿突然凍結在瞬間，沒有人出聲，像是很有默契地不願打破這殘忍的現實，於是只能輕吐出:沒有啊，現在是下午。聽到這段，不知怎地，

鼻頭酸酸的，好像我腦海中的場景也跟著倒帶到當時那天的晚上病房內，看著小葵的家人們面面相覷、忍住淚水，而小葵也只能帶著狐疑的表情暫時相信著。

隨著身體狀況緩慢的康復，及醫生提早預告可能會有的最壞可能性，她好像知道自已的眼睛會即將走向黑暗，沒有戲劇上演的被天打雷劈打到的感覺，也沒有那種什麼歇斯底里的崩潰，內心反倒很平穩，有的就是一股難過失落的感覺...「這樣的過程裡，我也沒有什麼任何輕生的念頭，從來也沒有過。我以前還跟我媽開玩笑，那時候我們就聊天然後會講一些誰誰誰，就是新聞上聽到的也好，就是說他們變得出名，他們就有一段很低谷的時間，然後要有去自殺還是幹嘛，我就笑說：對啦我就是沒有那些念頭，所以我也就沒有什麼成就，就是沒有什麼特別，我真的這麼覺得。只是說好像就是覺得遇到了就去面對(AI-1040n)。」

對於小葵遭受這麼無情、天大的打擊，還能保持這麼冷靜甚至自我揶揄，腦海中浮現的 Kübler-Ross 悲傷輔導五階段：否認、憤怒、討價還價、沮喪與接受，仿佛以雲霄飛車直衝到底的速度，就越過了前面四個階段，直接到了最終階段-接受事實，我感到不解與困惑，「就是可以心平氣和這樣子(AI-1041s)。」面前的小葵哈哈笑了兩聲表示：心理素質沒有到那麼的好啦，你說完全不難過嗎怎麼可能，不可能的。聽完這句話，內心不禁os：這才像個人嘛!!

然而之所以讓她能夠這麼快、這麼順利就走過來的重要原因發現就是家人的力量「那種沮喪、難過，對未來的迷茫都有，但就是覺得家庭的支持很大，我覺得身心障礙者的未來，就是致殘之後的人生跟他的家人有莫大的關聯，關係是非常密切的，因為我的家庭支持好，這是我非常幸運的地方，無論是這邊婆家還是我台中娘家，大家都是很支持很照顧，給我信心力量，但有些人就沒這麼幸運，所以人生走向就會不同，就是這樣(AI-1042n)。」原來一個人的家庭支持系統，對中途致殘的身心障礙者是這麼的重要，面對意外或生病，除了當事人自己的心情調適，照顧者的立場往往也是扮演關鍵的角色、值得被關注。

小葵認為自己真的很幸運，婆家與娘家同時間啟動支援模式，尤其婆家兩公婆年紀已大，她的先生又是獨子，還有尚在幼兒階段的女兒，先生與公婆的不離不棄，一肩扛起照顧的責任，「兩個老人家，像我這樣看不見，你看我婆婆這把年紀了，還要操勞家裡的事，甚至也要煮三餐給我們吃，說真的，要不是我有這樣的家庭，你可能也見不到我了；所以我能夠走正向的路，是家庭真的很重要，讓我坦白說心理調適這塊，跟別人比起來的話做得還算不錯(AI-1044n)。」

從在台大住院，小葵住了將近四、五個月，然後再回到台中娘家休養也近半年，才終於回到臺南的家，這段漫長的時間，靠著就是婆家與娘家的強力後盾支援，婆家這邊專心照顧小孩，娘家媽媽就專責照顧小葵，大家分工合作不分你我，也毫無怨言。「本來小孩是我媽在帶，我生病之後，就換專心照顧我，然後把小孩送回婆家，我婆婆也因此就沒有再繼續她的工作，那時候她應該已經六十幾歲了，有個小工廠的工作，就決定把它辭掉專心帶我女兒這樣。所以我說我就是家庭支持很好，就是很感恩的地方(AI-1070n)。」

我問當時要回臺南婆家時，會不會有一種近鄉情怯的感覺呢?明明距離那麼近，但再回首卻是近一年後的時間，而眼前熟悉的環境卻已是陷入漆黑一片。

小葵果然是個天性樂觀的人，她認為回來的這個家，出事前就已經非常熟悉了，加上當時有申請外勞照顧，因此外勞也跟著一起回臺南協助照顧，因為那時候還水腫、腫得很大，還要去用筋絡，得繼續追蹤身體的復原狀況，大概花了兩年的時間，所以當時還蠻仰賴外勞幫忙測量啊、紀錄等，還有備餐會放在我面前讓我吃，「也是因為有外勞幫忙照顧，後來身體狀況恢復的還蠻 ok 的，已經越來越好了(AI-1060n)。」其餘以外，小葵恢復她一貫的自信，認為雖然眼睛看不見了，但對生活日常並沒有造成太大的影響，還是可以自己練習摸索，改用耳朵與手來代替眼睛的功能，所以穿衣服、洗澡等還是可以像過往一樣自己來；我當時心想:障礙造成的限制究竟是環境給予抑或是個人自己的害怕、無力所造成呢?

小葵一邊說話一邊招呼我喝茶，聽到倒茶的聲音才把我的思緒拉回到眼前，我仔細地端詳眼前我的受訪者熟練的倒茶，絲毫不差的倒在我的杯子裡，內心暗暗地敬佩，並且感謝顛覆了我對一般中途致殘視覺障礙者的刻板印象，原來真的沒有做不到這件事，只有想不想做這樣罷了。「我是到後來去接觸重建中心之後，才知道有那麼多人是他們的認知裡面是這個眼睛已經有問題不能用之後，她就說她什麼事情都不能做了(AI-1048n)。」這算放棄嗎？我納悶著。

小葵此時言語中似乎透露出一絲的不悅，認為視障族群常被認定是障礙類別中的弱勢，有很大一部分就是自己本身都不相信自己做得到，尤其這個問題點還出在最多是有殘存視力的人，因此後期小葵開始至視障生活重建中心擔任講師分享時，她特地以自己過來人的經歷，常常勉勵仍處在沮喪階段的視障朋友們要相信自己永遠可以做到。小葵用肯定以及相信的口吻說著「相信自己可以」時，彷彿同時響起年代久遠讓人印象深刻的日本勵志戲劇「阿信」的片頭曲：「永遠相信遠方、永遠相信夢想，走在風中雨中都將心中燭火點亮；永遠相信遠方、永遠相信夢想，希望是迷霧還能眺望未來的窗。」就像阿信那樣，小葵沒有臣服於命運，沒有被黑暗所籠罩，也像歌詞寫的她始終點亮心中的燭火，擦乾眼淚、積極地面對挑戰。

小葵說:我不是神啦，我當然也會有害怕的時候，就像你看我剛剛在倒水的時候，是不是多多少少還是有會漏出來，但我們就換一個我們可以的方式嘛，就是聽聲音，慢慢專注、認真去聆聽，慢慢地從生活中去找，只有不怕失敗挫折，只要失敗個一兩次就大概能夠抓得出來了，就像用飲水機啦還是泡麵啦，這種事我一直沒有覺得我不可能做得到，此時小葵又露出她的自信笑聲:哈哈我不知道，我就是覺得不會有什麼。

我看到一位始終像向日葵般，如同太陽的花般，始終帶著充滿閃耀的陽光，赤裸裸地照射著，給人們充滿元氣的力量，以及活潑明亮的形象；可以想見致殘後的生活重建對小葵而言都不足掛齒、不放在心上了，仍舊維持著她失明以前的所有生活模式，輔助靠手的觸覺、耳朵的聽覺來補足視力的缺陷，如果真的要說有什麼做不到的地方，「外出買東西這個是我到目前覺得還是一個很大的遺憾就是行動方面，對一個全盲者來說是一個問題沒錯，另外小事情來看的話，應該就是找東西這部分，尤其是東西掉在地上的話，明明聲音就聽到是在附近，但就是找不到，這時候才會覺得真的很不方便；以及煮飯這

部分，因為家人不放心所以我才沒碰的喔(AI-1052n)。」

(四)新生-重新出發

後來小葵的身體狀況其實已經恢復蠻不錯了，生活重建大多能完成，開始思索著自己再重返職場的可能性，雖然生活技能都能維持像以前一樣，但在工作技能方面，礙於先前的工作都跟電腦為伍，一時之間沒了視力，還真的有點慌了、不知所措，第一個念頭閃過的就是:可惜。雖然當時的公司先是讓她留職停薪進行休養，然而休養過後面臨的現實問題就是:已確實無法勝任原有的職位，且亦無適合轉任的其他工作環境；那時候說實話，生命最重要，已無心力再去想到工作這一塊。

英文有句諺語說的好:當上帝為你關了一扇門，同時祂也會幫你開了一扇窗，後來因為小葵的姐姐在台北接觸到愛盲基金會，接收到了有語音、點字方面的資源，輾轉找到了合適的盲用電腦學習相關資源，便開始重新學習。

新生的契機來自於小葵開始接觸語音電腦之後，與愛盲基金會的接觸頻率也提升，大家開始互動聯繫又活絡了起來，當時候流行的 skype 軟體、msn 等，視障者大家開始有電腦，多了一項可以溝通的管道，接觸久了之後，有位視障者惺惺相惜小葵的遭遇歷程，剛好基金會準備要推一個大陸新款的語音軟體，**「電腦的語音軟體這種東西都會推陳出新，那新的東西有些人不會操作，但我們比較會使用，就在網路上大家都用 skype 在連線，就變成我是一個小老師在教大家，後來這位朋友鼓勵我來擔任協助者的角色來教導新手(AI-1100n)。」**

當時的小葵並未多想，純粹認為多了一個任務，能夠幫助自己也能讓其他視障朋友們有更多踏出去的機會，意外地好像也開啟了萌芽、一點點就業的契機，就這樣從使用者搖身一變為教導者；天時、地利、人和三者缺一不可的情況下，當時愛盲基金會也慢慢地將服務延伸跨展進了南部，成立了臺南分會，成立之後因為開設語音電腦教學，缺乏在地的講師；因為同時，視障者懂得語音電腦的人慢慢變多了，後來又有了手機，視障者學習的需求高過於了講師的負荷，於是小葵在此同時脫穎而出，成為了愛盲基金會台南分

會的外聘盲用電腦講師，負責教導新的視障者如何操作電腦，「就是這樣開始的，就是你說你的題目嘛，致殘之後生涯轉換的萌芽就是從這裡開始(AI-1100n)。」

生病過後休養了兩年，才開始接觸語音電腦相關資訊，當時也都只是在家裡自學，到跟愛盲實際接觸到已經是又隔了三、四年的時間，等於生病後的六年來，小葵的生涯是面臨一個停滯、轉換的階段，這對於一個平常喜歡衝動、勇於嘗試的人而言，無疑是一個很大的助力「我可能就是比較衝動吧，就是個性啊，人家說牡羊座是衝動型勇於嘗試，就是不假思索的去做看看(AI-1080n)。」

機會是留給準備好的人，小葵認為那個 Timing(時機點)什麼時候會出現沒人知曉，但如果自己都不先去嘗試、接觸的話，自然地就不會有接下來後來的連結與機會，「我如果沒有先去接觸語音電腦，去無障礙科技發展協會學的第一次，去學的開始就跟這個工作有了一個連結，雖然過程很長，但就是一個有在慢慢發酵的感覺，因為我會了這個、那個，才延伸去認識了其他視障的朋友，去認識了愛盲的工作人員，然後有機會幫我做個引薦，慢慢的牽，也建立了一些的人脈 (AI-1120n)。」原本因生病後也跟著暗黑的人際網絡，也因著小葵的勇敢嘗試，像是停電過後慢慢恢復電力，一盞一盞重新迎向光明的燈，重新熾熱的綻放光芒，照亮身旁周遭的人。

二、小葵的生涯轉換歷程

(一)業務人生

小葵說因為中途致殘，讓她體會到天底下沒有什麼永遠不變的事，世上唯一不變就是什麼都會變。致殘前小葵不管在哥哥的電腦公司或是後來的電纜電線公司，從事的多是技術上或是行政層面的工作內容，對於業務、推銷感到排斥、不喜歡，然而自己越不想面對的往往就是越需要去面對的；後來在愛盲基金會認識的視障朋友，也離開基金會，自己出來創業賣視障輔具，因為他本身就是業務出生，所以具有靈活的頭腦，嗅到了敏銳的市場需求而想到了小葵，邀請並鼓勵她一起來嘗試從事電話行銷，對小葵而言，是一個很大的生涯轉折點，不但是從未接觸過的行業，更帶領了小葵航向更寬廣的未來。「我就說我是被他洗腦，就覺得

嘗試看看，而且我們行銷的對象也不是一般人，正巧就是我們視障者，就是推銷我們視障者的輔具兼著做，其實那個所謂的電話行銷也蠻簡單，就是我只是幫他代銷，所以也只是賺一點點錢這樣子，但是一個好處就是我從中認識了好多的視障者，因為要打電話嘛就是全台從北到南，就打打打就認識了，就這樣也做了幾年(AI-1120n)。」

人與人之間的緣分相遇很神奇，彼此間總是會有一條無形的線牽住彼此，等到時機成熟時便會相見，「反而是開拓了你的人脈(AI-1121s)。」小葵的無心插柳轉換跑道，因為同為視障者感同身受更能同理對方，仿佛讓接到電話的另一端更能放下戒心，慢慢建立起信任關係，後來在台南這邊發現原來很多視障者都是透過電話推銷而早一步就認識了小葵；她一開始堅定地認為：做業務就是要一直跟人家推銷，講一些不實在的話、誇大其辭或功效，所以要踏出那第一步時，電話拿起了又掛下，掛下後又重新深呼吸，給自己鼓勵後又再拿起了話筒，來來回回反覆演練台詞，內心的煎熬至今回想起仍記憶猶新。

此外，除了商品名稱跟價格，想要讓人家對你推銷的商品願意掏錢購買，最重要的是要能夠詳細的說明商品、並且說到讓人聽了心動還要行動，所以每個商品的使用方法跟重要功效就是必備也必背的基本項目，「但打完後效果發現並沒有我想的差，因為可能打出我也是視障者這個名號，對方好像原本防衛的心瞬間鬆懈，就不會想要馬上掛我的電話，慢慢建立，是賺不多啦，那時候我也沒有在意要賺錢這件事，只是說好像有這樣的機會之後，發現說我也是有用的人耶，不是看不見了就什麼都不行、沒有生產力(AI-1128n)。」

之後，小葵有機會再跳升到去教學這塊，猶如登頂成功看到了雲海，發現此刻的心境更不一樣，已經提升到是有能力可以幫助別人，由利己變成利他，這樣的轉變是小葵致殘後怎麼樣也想不到的變化「就是可能很像是爬山可能跌下去之後，再慢慢往上爬這樣子。我要很慶幸我的人生沒有因此就停在那一刻，就是說我是有繼續往上，你就會覺得你的人生慢慢價值變多的感覺，不然我可能就是會覺得我就是在家裡這樣，就是聽聽小說、做做家事而已(AI-1136n)。」我笑著回答：會不會變成宅女了一般，突然我們兩人都噗哧一聲笑了出來。

原來Maslow的需求階層理論：「生理」、「安全」、「愛與隸屬」、「社會需

求」或「尊重」、「自我實現」和「超越」等術語來描述人類需求和動機通常移動的模式，從小葵身上如實的印證:能夠走到這一步，絕非偶然。「**我好像真的有一層一層上去的感覺(AI-1132n)。**」

當基本的生理需求對她而言，即使中途致殘視力不再，仍可維持正常的功能，隨即產生的人身安全、生活穩定以及免遭疾病的痛苦、威脅等與經濟的充裕，讓她是在一個相對安全感足夠的環境下生活；加上有娘家、婆家的強大支援後盾，感受到身邊家人的關懷，讓小葵也會更期待自己能夠重返職場，證明自己仍有價值與意義，獲得自己或他人的認同。因此，當小葵終於克服對於業務排斥的心態，努力踏出改變的第一步，獲得視障朋友們的認同後，好像自己在社會需求或者再更進一步的自我實現需求是獲得滿足，「**就是那個成就感，就是證明了你自己是還可以的，並不是因此就什麼都沒有希望了(AI-1128n)。**」

(一)教學人生

在緩慢爬上坡的歷程，總是會欣賞到一些令人驚豔的風景，也慢慢懂得佇足停下觀賞，小葵後來有機會輾轉來到了生活重建中心擔任教學的角色，一待就待了五年的時間，「**坦白說我也蠻享受那一陣子在教學的那段時光，我在中心五年，這中間你受到人家尊敬，然後你又覺得你也幫到別人，我教了人家會了什麼東西，然後人家給你的回饋都很好，大概你也受歡迎，所以那種感覺就不錯(AI-1140n)。**」看著她自信、光彩的臉龐與堅定的身影，感覺在小葵身上看到，看著這樣的畫面，再次撼動了我--這次，是見證走過逆境的禮敬，以及欣賞生命淬鍊的感動！

在生活重建中心的這五年，雖然仍只是兼職的工作，也讓喜歡挑戰的小葵繼續挑戰了困難的交通任務-搭乘復康巴士，她印象很深刻就是 103 年喔，是她正式邁向重新獨立的第一步，因為她終於不一定非要倚靠先生接送不可了，雖然大部分的時間還是先生，但現在多了更多的可能性，能夠自主的到任何地方，復康巴士就像是小葵的另一雙明眼，能夠帶領著她四處遨遊，帶她穿越擁擠的人潮，「**我真的覺得我有走出去工作的感覺了，可以坐復康巴士，變成我可以自己自由行動，對我來說真像是一場夢不敢想像**

(AI-1144n)。」

外出對我們一般人而言是再平常、簡單不過的事，甚至每天想到要出門上班偶爾還覺得提不起勁，但對於小葵而言，宛如是一場奢侈的饗宴，甚至是不敢奢望能得到，讓我不禁感到汗顏，也對於復康巴士司機們竟上最深切的敬意，因為有他們，才能成就了致殘後的視障朋友們，能夠重新與社會連結上。

(二) 又見低谷

原以為小葵的人生在峰迴路轉後，應該要朝著順遂的方向前進，但老天爺的考驗永遠不曉得何時會出現、怎麼出現，也許是小葵的始終樂觀正向、勇於挑戰，讓她必須要再度接受進階考驗；身受學生們喜愛的小葵老師，宛如追星般因為常常被學生指定教學，與學生們互動熱絡頻繁，造成一股偶像風潮，學生們見不到心目中的偶像，開始把不滿的情緒對外宣洩，轉而向中心的工作人員抱怨：為什麼某某某就可以讓小葵老師教，我就不行。「可能因為我太雞婆了，簡單來說就是讓他們不好做事，讓其他老師們妒忌吧，你說我跟學員的互動，他們都是眼睛不好被社工找到鼓勵來重建，那課程裡面就會有推薦這種溝通的工具啊，因為我給人家的感覺就親切親切，所以他們就會講她們的故事就會開始聊起來，可能我又變成另一個角色是在做輔導了吧，這種應該都不是你老師該做的事(AI-1162n)。」

總之，當小葵開始嗅到一股不尋常的氛圍時，被分派到的案量已經明顯的減少，反而是集中到另一位老師身上去了，雖然視力失去了，但更敏銳的觸覺與聽覺，讓小葵從學員聊天內容中得知自己好像慢慢被封殺了；當時好不容易慢慢建立起來的自信瞬間又瓦解，感到焦慮不安與氣憤想要一探究竟，「我們除了緊張之外，當然也會不服啊，單位的主管可以來跟我溝通啊，但也沒有啊，就是慢慢地跟你切案這樣，甚至本來我去參加一個中心辦的運動課程，主管就把我叫過去客氣的問說：我是要當老師還是要當學員？因為當初也沒有說當老師不能參加啊，我雖然是老師但也是視障者，我應該也有權利參加吧，她突然這樣跟我說的時候，我其實也沒有招架得住，只覺得對方的態度好奇怪，就這樣延伸出來的(AI-1164n)。」

至此，離開中心的導火線儼然引爆，小葵帶著委屈、無奈與不解的心情，

毅然決然做出離開的決定，原以為能好聚好散，沒想到在要求單位開立服務時數證明時，卻遭到對方的否認與拒絕，小葵說著這段的時候，平靜的臉龐下其實有著翻騰的情緒，因為充滿著對自己的不捨與憐惜；她的個性不喜歡起衝突，因此原本想要委屈往肚裡吞的時候，一向疼愛小葵的大姐適時地跳出來抱不平，直接打電話到台北總會反映，「這下慘了，我姊比較幹練，因為她就是主管級的人，她說哪有這種事，她就直接去反映了，鬧的其實很不愉快，雖然後來有開給我五年的時數證明 1000 多個小時耶，但就已經撕破臉了，所以我就黯淡離開。後來主管還說以後還是有機會可以來教學喔沒有影響，我心裡 os:才怪哩(AI-1164n)。」

儘管這段境遇的結局有點遺憾，好像又讓小葵跌落了低谷，但從那 1000 多個小時的教學證明，也幫她見證了自己的價值，「其實教過的學生或者是認識我的人，她們也都不知道我離開了，也不知道我為什麼沒在中心了，只是他們後來去找、去問，當然主管一定會有她們的一套說詞，但也都無所謂了啦(AI-1168n)。」小葵至今回憶起教學的五年時光，還是有滿臉的光彩與興奮，還直說要找時數證明的文件給我看呢！這段歷程，讓我看見小葵透過自己的力量，克服視力的障礙，以及因著家人的齊心合力，共創了屬於他們的那段美好歲月。

我還記得，當時聽著這段歷程的我，著實感到有一股強大的共鳴在心裡震盪著：「我懂、我懂！」彷彿投射自己的角色在小葵身上。因為，我雖沒有經歷像小葵她那樣視覺的失去，但我們共同經歷的，是工作舞台上聚光燈的移轉。當時隨著離職的抉擇已底定，完成階段性任務的我，努力調適著從督導角色主責規劃到後來轉變為機動支援的角色變化，那時我覺得自己像是鴨子划水般，水面上裝優雅自在、水面下卻要奮力地要撥開糾煩水草找到對這份工作的價值與意義。真的就這樣了嗎？聽故事的當下，小葵說著自己當初思考離開的話語，讓我回來沉澱自己，也慶幸自己做出忠於自己心意的實踐決定，因為「找路先找心、問路先問心」。

(三) 天無絕人之路

「如果夢想不曾墜落懸崖，千鈞一髮，又怎會曉得，執著的人，擁有隱形翅膀。」就像這首名為「最初的夢想」歌曲當中的歌詞，小葵想要繼續工作的夢想，曾經被應該是要服務視障者的工作人員冷冷的打入大海中，但她憑藉著自己的韌性與不服輸，將那差一點要墜落懸崖的夢想帶起並繼續迎風高飛。原本認為自己被封殺後，在本地應該無

生存之處了，想要跨縣市求職，但視力的障礙的確有礙，沉寂了好一陣子的小葵，思索著自己的下一步該何去何從時，善的循環悄悄地啟動連結；小葵偶然從視障朋友的口中得知，縣市政府的勞工單位正在招募視障電話諮詢員的職缺，邀約她一起投遞履歷試試看，朋友認為小葵致殘後的工作經驗多元豐富，且也能操作電腦、電話行銷，再適合不過這個職缺了。「我當時也沒有太多的想法，好像有被說動的感覺呵，認為自己應該是有辦法勝任吧，都經過這麼多年的大風大浪了，但老實說，這還是我致殘後的第一份正職工作耶，剛講的好多全部都是兼差兼著做的(AI-1172n)。」

也是因為這個契機，讓我與小葵結下了美好的緣分認識了彼此，雖然因為契約的關係只有兩年工作的時間，但生性積極樂觀的小葵依舊不馬虎，在視障職重人員的協助下，確認錄取後即迅速地連結定向行動訓練，為的就是希望自己能早一點行動獨立，不用依靠先生或同事的協助，靠著一只白手杖一樣可以從大門口進到八樓的辦公室，「就很感謝我先生，因為他上班的路線跟我這邊是有順路的，所以如果他不需要開會還是出差什麼的，基本上他都可以載我來，阿不然我也可以自己叫復康巴士接送我上下班喔(AI-1175n)。」

進到公家單位的第一份正職工作，小葵從小那顆正向、不服輸的心一直都在，進到這份工作的她，積極想要用行動證明自己的電話諮詢能力也能跟明眼人一樣好，所以她順服長官交派的任務，付出比明眼同事更多的時間與力氣，背下整局每位承辦人員的分機號碼與工作業務，為的不只是做好份內工作、還要達到長官要求的標準並獲得肯定。「背東西對我來說不是難事，就是要在電話上熟悉按鍵位置，才能按得又快又正確，而且接聽電話過程，讓我想到好像又回到電話行銷那時的工作，只是這次接到的是有視障以外障礙類別的找工作者，想到自己一路以來的過程，還真的蠻感恩的(AI-1178n)。」

除了很幸運的工作內容是自己熟悉的電話諮詢外，同事們的幫忙也讓小葵卸下防備心，發現前一段的轉折讓小葵還是感到記憶猶新，宛如驚弓之鳥，擔心自己會不會又太熱心過頭，讓別人難做事了，因此在剛進來時，小葵無時無刻都得戰戰兢兢，甚少與同事們講話，整天下來就是認真的接聽、轉接、留言電話，「那時的我超不像我的啦，明明就很想講話，但就是會有點害怕，而且我看大家好像也都很忙，所以我就盡量學盡量看每個承辦人員的工作業務是什麼，抄筆記下來，一整天下來其實還蠻累的，可能繃得太緊了吧(AI-1183n)。」

我還記得因為小葵的位置在最前面，因此每次我到前面需要碎紙時，我就喜歡繞過去找小葵聊一下，好像這樣聊著聊著也慢慢知道她的擔心，「你那時最有名的就是你的VIP個案啊哈，我每次聽到你在講電話都很好奇個案到底是何方人物，讓每個同事聽到都哀鴻遍野的翻白眼嘛…有次你不在，個案又打進來了，竟然認的出我的聲音耶嚇一跳，於是我好像又很難婆熱心的和她聊了起來，也算是幫你分擔了一點辛苦喔(AI-1187n)。」小葵熱心、開朗、正向積極的個性一如往常，所以慢慢地與同事們因為一起訂午餐、團購的互動聯繫，好像也開始找回以往的自己。從迷失到定錨，從痛苦到歡喜，兩年的日子，走的辛苦、也走的踏實；如同父親為她取的名字一樣，「葵」就是向日葵的葵，又叫做太陽花，要來負責照耀別人。也因為這樣，她創造了自己的獨特與精彩！

就在公部門裡，小葵找到了歸屬、安全感與久違的開心，就是這樣的希望感與普同感，漸漸療癒了之前那顆絕望又無助的心，讓她可以開始好好走在學習的路上，也隨著時間的推進思考著自己接下來的人生可以怎麼樣由自己來展開。「局這邊就是因為契約到了不能續約，有點可惜啦，不然真的如果能夠繼續下去，我就會覺得我的人生充滿了幸福與美好(AI-1190n)。」小葵後來的相處，就像是大家的小幫手般，絕不接漏任何一通電話，留言內容也總是很有架構性的SOP流程:5W1H，讓大家在知道小葵在工作期限兩年到準備離開時，充滿了濃濃的離別與不捨。「這兩年還蠻開心，也學到了很多耶，尤其是你們職業重建這塊，我才知道原來我們視障也有專一個別化專人的服務，所以真的是很感謝有機會進來。尤其我約快到期時，職管員和就服員好像比我還緊張需要績效，馬上就準備要幫我留意職缺的了(AI-1196n)。」

一路以來的生涯歷程，看到好像小葵始終帶著使命存在，每個職涯都帶有一點的任務，完成了就要再繼續前往下一站，在公部門的服務中，小葵紮實地認識了各種不同的身心障礙類別，也透過積極的詢問，了解原來身心障礙者的就業服務是怎麼進行的；專業知能成長不少的她，也讓她更清楚知道自己的使命感是用自己的親身經歷幫助更多的人。

因為走過相同的路，所以能夠感同身受；因為苦過相同深度的苦，所以能夠更貼近彼此的心境與感受，傾聽、陪伴與支持，並且適時地給出一個溫暖的理解擁抱，或是伸出支持的手拉對方一把。這就是小葵自認在這份工作最重要的使命感也是最珍貴的收

穫，於是那隻給出幫助的手，是帶著走過相同的荊棘考驗而展現了真誠樸實，是因著品嚐過相同生命苦澀而傳遞出獨一無二的溫暖柔潤。

四、目前的生涯概況-渴望穩定

也許是年齡漸長的緣故，更或許是在公部門兩年的工作經驗，讓小葵久違地感受到了「穩定」的安全感，離開公部門的工作以後，小葵希望能夠繼續找到一份有固定收入的工作，除了一方面等待職重人員的職缺訊息，小葵也利用時間重新參與、活絡自己的社交圈，「我之前工作前去協會參加樂活班的活動，因為我年紀也中高齡了，課程很多元，現在比較有時間了，所以就又恢復去參加(AI-2005n)」。

要說到目前的這份工作，小葵覺得也是因緣俱足的狀態，爸爸後來過世了，姊姊也面臨工作上的問題，有朋友約她走長照服務，剛好後來視障就服員幫忙找的工作竟然也是長照提供單位，再細問竟然就是家人目前正在使用的單位，這冥冥之中的巧合或者緣分讓小葵感到不可思議，「我去面試的時候，還笑笑地說我就是你們的個案，我們家就是你的個案，那個小組長起初愣了一下，後來說：對耶，難怪我就想說小葵這個名字我好像有點印象。也許就是第一印象了嘛，就拉近了一點關係這樣(AI-2016n)」也許是現階段的小葵任務性目標就是要來學習長照業務，所以她認為至少來到基金會，對這個行業並不陌生，儘管負責的業務只是資料整理，但小葵認真、有衝勁的態度始終如一。

雖然順利面試錄取了，但考驗才真正開始，基金會服務的對象多為老人，對於身心障礙者接觸有限，更別提是視覺障礙者，尤其小葵又是一位全盲的視障者，「坦白說他們雖然是應該要聘用身心障礙者的單位，但他們第一次找一個全盲的人來工作，他們什麼都不懂，什麼都不知道，所以很多主管根本都還不清楚你能做什麼，所以我知道也能體會他們一定也是在觀望你到底行不行。幸好後來有就服員一起介入(AI-1180n)」。

小葵提到剛上班時，看到工作內容竟然要做紙本的資料歸檔，當時嘴巴張得不知道能否容下拳頭的大小，認為單位應該沒想到雇用的是一名視障者吧！這次無法再像電話行銷一樣能夠靠記憶做事，唯一能做的就是想辦法找方法訓練自己，在申請輔具尚未成功之前，小葵想起了手機的 Line 功能能夠照相去讀上面的文字，認為應該是可以類推運用到紙本的做法，「你知道我們就是拍照，它如果是一個印刷體，你要拍它，之後 line

有一個文字轉語音的服務，按下去就好，它就會唸出來給你聽，所以你們常常傳貼圖，有時候早安啊那種上面的文字，我就必須要把這張去按那個功能，讓它唸出來，所以如果你照片拍得很清晰又是印刷體的話，它的辨識度就會很好，我就是用這樣的方式來嘗試(AI-2022n)。」聽完小葵的介紹，我才發覺原來平常我們隨手一發的貼圖，對視障者而言卻是需要轉個彎換檔才能順利接收，讓我對於視障者更多了一分的敬意。

刻苦耐勞的小葵，上班初期每天都很努力地嘗試土法煉鋼，用最原始的方式把 A4 紙張擺好桌面，手機的鏡頭如何調整角度拍攝，不斷的嘗試從失敗中找方法，一開始大概只有 10 次會成功 2 次，所謂的成功是指有照到文件，更多的時候可能只是空拍，「我要照的到東西這件事情，實在是考驗，因為你手機鏡頭要有多大的一個角度，提到一個角度了按下去，因為高你才能拍到全張嘛，太近的話又拍不到會模糊，所以你開始在那邊喬角度再試拍，很沒有效率。我本來也一直擔心到底有沒有可能繼續做下去，因為別人在看你啊，他們也是在觀察，想說這件事到底行不行(AI-2028n)」衝衝衝的個性使然，小葵對於自己在工作場所沒做事情，讓她不由自主地感到焦慮，因此所幸視障就服員的及時介入，成為小葵的最佳拍檔。

兩個人腦力激盪想出對策，照片不行，那就改用編號來試試看，編號該怎麼編、怎麼照?無法再用 LINE 的方式，只好運用點字系統，但小葵沒有學過正統的點字，是靠自己在家自學，情急之下沒辦法只好趕鴨子上架，再次複習把數字 1234 與英文字母 ABC 都記下來，再請就服員協助把點字都先貼好，小葵再進行歸檔。「現在的執行結果是不錯，就是這樣的編號，我在進行歸檔，因為他們就有好幾個資料櫃，你要分區，我們就把它分成 ABCD 區，然後編號 123 什麼的，跟就服員搭配，她也是幫了我很多忙。所以坦白說上工三個月了，我從上個月才開始真正有上軌道在做事情，就是輔具總算是來了(AI-2034n)。」

輔具的到來—掃描器宛如及時雨降臨，讓小葵和就服員終於鬆了好大的一口氣，第一次見識到職務再設計帶來的實質幫助是這麼的珍貴，「掃描器是什麼呢?就是跟我們用的影印機一樣，送紙進去出來，它就有文字辨識了，電腦裡面會有一套文字辨識的軟體，會幫忙念出來，因為我的電腦是有語音的，只是說這張紙進去本來應該是個影像而已，但它會變成 PDF 檔然後語音唸出來，我就能判斷這張資料是誰的、督導是哪個人(AI-2037n)」工欲善其事，必先利其器，運用在小葵的工作

上實在非常的貼切，然而在工作職場上，除了自己本身的努力外，重要的還是人和。

小葵臉上帶有喜悅的表情說道：**也要很感謝同事們的配合，因為整理資料給我的時候也是要按照順序，這樣我比較好做事**(AI-2038n)。原來，小葵的同事們先前因為知道她還沒有輔具協助，因此也不太敢交派工作任務給她，雖然同事們人很客氣，但小葵總是覺得焦急，想要趕快能夠獨立作業，不想成為大家的負擔。小葵在述說這段時，讓我有個很深的感觸：沒有被幫助是孤單辛苦的，有被幫助時，又可能因為沒有彼此溝通與尊重，而讓原本的好意造成不必要的困擾，如何給出需要、舒服又合適的幫助，似乎是老天爺安排給小葵的人生課題，需要透過不同的經歷與方式，在她的心中慢慢體悟與構築。

晤談的此刻，小葵也算是漸入佳境能夠獨立作業了，探問小葵對於未來的生涯歷程有什麼想法的呢？始終衝勁十足的她還是停不下來，認為自己就是要繼續工作，一路工作到至少 60 歲，要為自己的老年生活作打算。講到此，好像小葵總是不會讓人操心，習慣自己擬定目標、規劃方向與勇敢挑戰、執行；挑戰尚未結束，小葵持續揮灑屬於她的精采人生、永不放棄。

第二節 幽默風趣之雕刻大師-阿明的故事



(照片引自台南旅遊網

<https://www.twtainan.net/zh-tw/accommodation/accommodation/1331>)

巴洛克建築不再崇尚那種含蓄的邏輯性，而是追求令人感到意外的、如戲劇般的效果。阿明的生涯發展，看似平靜、含蓄，走在既定的方向上，但突如其來的意外，竟從此讓他的人生如戲劇般的走入人群，增添了多一點的人文與幽默的氣息。

一、我對阿明的印象

阿明，高高瘦瘦宛如衣架般的身材、外出需要帶著墨鏡遮陽，但卻反而有股明星氣息，精緻宛若雕刻出來的臉龐線條、不苟言笑，彷彿是文藝復興時期的藝術品，讓人眼睛為之一亮，不仔細端詳，很難察覺阿明是一位視覺障礙者。

與阿明尚未熟稔之前，只感覺這個人似乎有點安靜，總是默默地做自己的事、不多話，與大家都保持著一定、客氣的距離，不逾越也不疏離，準時上班也準時下班，幾乎不太有機會可以更進一步的互動交流，也好像很難摸透這個人的內心世界在想什麼？一切充滿了神秘感，當時心想是有偶像包袱的關係嗎？後來關係拉近了之後，仿佛像是打開了驚喜包，發現根本是一位幽默大師，總是不經意地被逗得哈哈大笑。

不苟言笑的形象原來是由於個性害羞，不太能主動與人攀談，加上視力的關係，因此讓阿明感到冤枉，常容易被誤會是自己高傲而哭笑不得，其實自己超渴望能多與人互動；講到這裡，又讓自己不禁產生投射作用，發現自己也常被誤認為是一個冷靜、冷淡

的人，有股不寒而慄的嚴肅感，但相處過後，會發現我竟然也有搞笑的一面，令不少人跌破眼鏡。

也或許是這樣的同質性，同頻共振的情況下，讓我們兩竟然惺惺相惜，儘管從公家單位離開後，依舊保持聯繫關心彼此近況；也是因為如此，當阿明知道我再度重返校園進修諮商相關時，表示這樣以後如果他視力真的慢慢退化至完全看不見了，至少還有位專業的心理師能接住他的情緒，阿明雖然笑笑地說，但卻聽到言談中對於未來的不確定感與焦慮害怕，這十年來的心路歷程讓阿明感觸滿滿，也希望未來的十年，可以踏著堅定、穩固的腳步前進、笑看人生，繼續做他的幽默風趣大師。

二、阿明的生涯發展歷程

(一)視力正常前

阿明在視力正常前，他說就跟時下年輕人沒兩樣，生活作息不正常，常工作忙到三更半夜，也抽菸喝酒，是個聰明、有自信又愛賺錢的人；看著坐在對面文靜的阿明，很難想像他也有如此的反差，阿明笑說：「**我現在有比較氣質喔(BI-1004n)。**」

阿明家算是在鄉下地方，自營事業開鐵工廠，家人間關係緊密，既是家人也是同事；阿明排行老么，上有兩位哥哥，與哥哥們相處的感情同樣內斂，雖甚少用言語表達，但彼此都有默契的知道對方的需求，也會給予尊重；原來阿明習慣與人保持安全的距離，從與家人間的相處端倪可窺探一二。高中時就讀美工科，因為從小就喜歡畫畫，而且都拿第一名，但畢業後因為只想工作賺錢，因此先去工作一兩年後再去考大學，無奈沒上榜，阿明認為自己一技在身，不是讀書的料，大學學歷對自己而言似乎不是那麼的重要，因此至此之後就沒想過再去考了；我很好奇阿明現在的想法呢？他說：「**現在年紀這麼大了，眼睛視力又這樣，讀不下去了啦，所以也不會去想那麼多(BI-1007n)。**」

憑著阿明在美術方面的天賦、美感，與學習過程中的精進，畢業後其實也很順利地從事自己感興趣的設計類-雕塑裝飾工作，「**你知道我們臺南安平那邊很有名的一間國妃鷹堡嗎？那棟建築雕刻，巴洛克式建築的設**

計，電腦繪圖 AUTOCAD 就是我的作品喔，要不是我視力退化了，不然我應該跟我們台灣有名的雕刻大師朱銘一樣喔，我們都姓朱(BI-1036n)。」我忍不住哇的一聲驚嘆，原來坐在我眼前的是一名雕刻大師，真是失敬，但也對於突如其來的朱式幽默感到回味，儘管裡頭總感到一股淡淡的哀傷。

原本是自己拿手、專長的工作，正準備大顯身手時，「大約二十歲左右，工作兩年過後，發現夜晚視力變差，經常碰撞到還是踢到東西，剛開始不疑有它，偶會認為是自己不小心沒注意到，或者以為光線不足，因為白天都還很正常不受影響，視力自認還有1.0 (BI-1014n)。」當時的阿明，儘管感到有異狀，但工作的忙碌讓他並未多想，甚至在第一份工作作滿五年之後，受到景觀工程公司的青睞，挖角他至公司擔任設計部的組長，負責部分的行政管理職；這讓只有高職畢業學歷的阿明，無疑是個肯定自己最佳的證明。

在台灣工作一段時間後，因為公司業務擴編要至大陸設廠，阿明沉浸在希望能拚出自己的一片天之思維下，也跟著一起西進到了上海工作……每天早九晚十的，作息開始也不正常，工作煩悶時就抽根菸，和同事們喝兩杯；「大概是在我30歲左右吧，是視力惡化比較快的時候，生活作息跟工作壓力，在那邊發現視力有明顯的退化，非常嚴重。白天工作時，使用電腦有明顯的困難，好像看不太到有點模糊、吃力，夜晚適應的更差了，從屋外走入屋內，要很久才能適應，我在上海並沒有看診，想說回台灣之後，再好好去就醫(BI-1022n)。」

上帝雖然當時把阿明的雙眼視野給關閉了，但同時也肯定在他鄉認真地工作，送給了他另一份人生禮物，認識了一起工作的上海姑娘，並且決定共結連理，攜手走向人生的下一個階段。「就心情很複雜啊，也很感謝有她的陪伴，知道我這樣了還願意跟我在一起，沒有拋棄我，讓我比較可以有勇氣面對的吧，不然自己一個人在異鄉的，真的發生了什麼事也沒人知道，想想還蠻淒涼的喔，就是這樣子啦……(BI-1025n)。」說著這段的阿明，感覺似乎有些的彆扭與羞澀，我想他的內心應該也是百般滋味在其中翻攪的吧！

(二)不能承認的痛

沒想到終於熬到回台，一方面準備籌備婚禮，另一方面也終於抽出空檔前往榮總就

醫檢查，醫生檢查後，竟然語出驚人的告訴阿明可以去申請身心障礙手冊了。阿明表示他聽到的當下，宛如五雷轟頂般，「可以申請手冊了」這句話一直在他的耳邊迴盪許久，他感到困惑不知道發生了什麼事？不是只是來檢查一下嗎？聽完醫生的解釋與說明，阿明形容那是個被「宣判」的過程，他仿佛洩了氣的氣球般掉落地面，就這樣靜靜地躺著、嘆著……視力退化的速度儼然等不及他回台的速度。

或許是當初還在懵懂、驚嚇的階段，雖然感到絕望但沒有太多的悲傷、只是覺得戲劇化，也沒有所謂的調適，不像小葵驚奇般的直接進展到接受現實這個階段，阿明回台後還是留在台灣的公司工作一兩年的時間，依舊從事設計相關，像是從來沒發生過這件事般的否認，並且發狂似地更努力的工作；儘管如此，但現實總是逼迫著讓你不得不面對與承認，「漸漸地視野變窄，邊邊看不到，集中在眼前，就很像我們在喝的珍珠奶茶用的吸管有沒有，那樣大小的管狀視野，我現在看著你的臉，就是只能看的到你的眼睛，醫生說我是罹患視網膜色素病變，也就是俗稱的夜盲症(BI-1034n)。」

工作所需要花費的時間日益增加，錯誤率也明顯提升，再怎麼掩飾也無法消除主管的疑慮，「視力惡化後，主管分派給我的工作愈來愈少……，主管是沒有特別問我要不要退下來啦，只是想想目前視力這樣，在這裡既不適任，也無法再有發展的機會了，老板也有他的難處，對我也算是照顧，退下也好吧(BI-1038n)。」

阿明知道再這麼硬撐著下去，自己的視力會退化得更快，阿明反反覆覆地在內心深處問著自己。後來天人交戰了許久，阿明還是不得不忍痛地自行提出了離職的決定，而且離職後從此就不碰設計方面的工作了。當初，進到雕塑設計領域的路並不是一帆風順，但始終有一個想要做的目標在前方，引領著自己走過一關又一關；但，現在阿明認為自己沒了視力就什麼都做不了，好似失去了一葉孤舟，連一絲絲眺望燈塔或兩岸風光的力氣都沒有；因為不曉得自己還能夠有什麼貢獻、還有什麼用處，導致他萌生退意，「想說那我就是放棄好了(BI-1045n)。」然而，這樣的放棄談何容易！因為要放棄的，是從小時候開始萌芽、從高中畢業開始澆灌的設計夢想啊！但，眼前的困境似乎真的沒辦法了，他再也無法想像，沒了視力還可以做些什麼，還有什麼方法可以跟原本一樣，「所

以我一度是迷失的 (BI-1037n)！」

阿明每天無數次地告訴自己放下吧，「因為這個需要眼力，我沒辦法勝任，需要靠眼睛去畫畫，看不清楚的情況下太累了(BI-1039n)。」以往工作時，一天花在電腦的時間十幾個小時是常態，如今要一切歸零，我探問阿明這過程的感受或想法為何?阿明幽幽說道:「原來之前常踢到東西，已經是在提醒我，自己就皮皮的不當一回事，我這麼回想，會不會其實更早之前就有徵兆了，只是我都没發覺??如果早一點去看醫生的話會不會…阿現在講這些也沒用啦不說了 (BI-1042n)。」

從阿明的回應感受到有滿滿的困惑、不解、懊惱甚至是自責的情緒，我在想更多的時候應該是失落的情緒吧，奔馳職場、努力了十幾年，瞬間化為烏有，也或許是不想讓家人擔心，因此就選擇用時間慢慢的療傷。「他們會擔心啦但也不會表達，可能也不大清楚我是什麼病，就只知道眼睛視力不好，我也不會去講太多，怕他們擔心，我就是會說維持的還不錯啦帶過(BI-1045n)。」阿明感到慶幸與驕傲的是:醫生說他真的維持的算不錯。

「因為我們這種就是會退化一直到退到你完全看不到，有些人一生當中可能還是能保有一點視力，有些人就是發病的比較早，可能年輕就看不到了，所以就是維持啊，可以看撐多久…(BI-1047n)。」或許也是因為與家人們共同居住，對家人有一份的責任，尤其父母親年紀已大，因此阿明好像常選擇用隱忍的方式來表達，不希望他們為自己擔心，同時間也看到阿明的父親好像也是用自己含蓄的方式在關心阿明，邀請阿明在自家的工廠做事，負責簡單的文書處理及電話接聽，相像的父子倆彼此關心卻又彼此不說，這算是一種家人間的默契吧。

(三)茫然的自我

決定放棄設計工作之後，阿明開始度過一段不算短的六年居家時間，「因為就失業啊在家，可能視障工作也不好找，也沒有地方可以諮詢(BI-1054n)。」中途致殘的阿明初期逐漸封閉自我，足不出門，不與外界接觸，整天悶在家裡胡思亂想、聽收音機廣播，偶爾上網找一些徵選，讓自己持續保持操作電腦的手感，算是打發時間。「就一下子還沒辦法轉換啊，忍不住還是會上去找一些相關的設計比賽，就是參加比賽啊、一些

徵選，像Logo徵選獎金獵人，很多公司行號啊還是政府機關的，去投稿有名次就有一些獎金，幾萬塊，槓龜的當然也是有啦，就打發時間而已，賺不了什麼錢(BI-1058n)。」

阿明剛開始整天在家時，家人並不會催促他要去找工作，反而是過度的呵護，舉凡三餐都幫忙料理好，讓阿明好像順理成章地也這麼一天度過一天，並不會很有動力想積極的求職；剛開始另一半通常不會排斥，而且很堅強而認命地承擔一家的生計，然而中途致殘的視障者個性往往變得很不易相處，把失明的嚴重性看得誇大，浮現人性的負面—過度依賴、懷疑、不可理喻的個性，就像是退化的小孩，凡事都需要別人的幫忙，久而久之加上經濟的壓力，終於讓另一半也失衡了。「應該也是因為經濟問題，光靠身障津貼，夫妻會為了這個去想還有什麼工作可以去做，我老婆是不會說我一定要怎樣，因為只有一個人在賺，一直花她的錢也不太好，因為我知道每次一吵架就是會不爽，就是說她可能壓力也大啦，然後我就會去開104人力銀行網站看看(BI-1062n)。」

我問阿明：要重新歸零找跟之前完全不一樣的工作，自己如何調適心情的嗎？(BI-1063s)除了要揮別自己的最愛-設計工作以外，還得學習轉換從管理職身分變成重新求職者，阿明坦言真的很茫然，不知道自己接下來該何去何從；前幾年總是感到鬱鬱寡歡，也不太喜歡與家人對話，只想關在自己的房間，太太也是一直給阿明鼓勵，但就是希望他能積極一點尋求資源的協助，「想想自己正是壯年年紀，不能再墮落下去，視力會逐漸退化已是事實，不能再讓太太扛這麼大的重擔了，為了將來著想，要面對現實去學按摩還是什麼的吧 (BI-1078n)。」對阿明而言，太太也是在這段失意與失落的階段中，很重要的一股支持力量。

(四)振作--重新自我面對

一般人好像想到視覺障礙就會想到愛盲基金會，阿明說他決定外出嘗試看看時，網路上搜尋到愛盲的資訊，想說鼓起勇氣打過去問問，「一開始打過去也是表達我想要找工作，他們聽完我的狀況說先跟我談談看，就是有社工先來我家家訪的，然後說有個職前的訓練課程介紹我去參加在臺南，接觸過後就是陸續有接受一些定向或者盲用電腦的課程(BI-1080n)。」阿明心想這是一個機會，如果能夠因此多了一個謀生的方法，也是件不錯的事，於是阿明開始認真地每天搭公車到愛盲接受定向訓

練與盲用電腦的課程，為的就是希望自己能夠盡快恢復過往那個專注工作、全神貫注的時候。

在這過程中，阿明也認識了一位同樣去基金會上課的他稱呼大哥，「**因為大哥比我年長，而且笑聲豪邁，感覺很瀟灑，我蠻欣賞的**(BI-1083n)。」這位大哥因為跟阿明有相似的遭遇，也算是少年得志業務起家，壯年期突然不明原因視力急速退化，所以很能同理阿明的心境，兩個人稱兄道弟、彼此鼓勵，「**你後來會發現說，這個人是真的在關心你，你心裡會有一個感動是說，視力退化後，你從來沒有被一個人這樣子真正的同理、關心；大家可能還是會覺得怕我難過，所以也不太會跟我講什麼** (BI-1090n)。」

因為這位大哥給出的無條件陪伴跟關懷，是連家人朋友都不一定能夠做到的，也因此搭建起了與阿明的信任之橋，讓他有機會走到阿明的身旁與心中，撫慰與支持。後來結束課程之後，兩人還是持續保持聯繫，也相約一起從谷底爬起、重新振作；因為彼此像是家人，走過相似的歷程、知道當你遇到挑戰或不方便的時候，可能會有怎麼樣的辛苦，所以給出的都是最真誠、最直率的陪伴。

訪談結束時，我很好奇的詢問:大哥現在呢?阿明說:「**大哥還是喜歡趴趴走，所以學完定向與盲用電腦課程之後，他就又和之前的同事相約要一起計畫來架設個網站，販售點什麼玩意，我真是服了他** (BI-1094n)。」言談中，也可以看出阿明與大哥的好交情不言而喻，是那種真正發自內心關心彼此、為彼此著想的心。我想這應該也是中途致殘後的阿明一直很渴望能獲得、被理解的吧!

阿明這段與大哥互相支持、幫助的經驗，讓我想到偶爾會在視障的宣導影片上，看到介紹如何協助視覺障礙者行走的廣告：問、拍、引、報，想要提供協助的人先主動問對方是否需要協助，而有協助需求的視障朋友就會以手背輕拍對方的手背來表達；這樣子的確是一種能夠同時照顧到想要幫助人以及有幫助需求雙方的心意的方法。也讓我回想起在火車站等車時，看到一位視障朋友好像迷失了方向，眼看他就要往出口站走去，我急忙地走過去詢問是否需要幫忙，確認需求之後，再請他搭著我的肩膀往月台方向前進。如何能夠給出對方需要、舒服又合適的幫助，似乎是老天爺安排給阿明的人生課題，透過不同的經歷與方式，在他心中慢慢體悟與構築，也為接下來的生涯轉折先做了預備動作。

學完交通訓練與盲用電腦課程之後，阿明還繼續參加了就業前的準備課程，如何撰

寫履歷、自傳及面試技巧，重新溫習了一遍，為的就是期待能有一份合適的工作機會。俗話說的好：機會是留給準備好的人，就在一次跟上課的夥伴談話中，阿明得知了公部門正在招募視障電話諮詢員的職缺，他二話不說、馬上投了履歷表過去，這是重生過後至今所有投遞的履歷中唯一有回音的。儘管第一次的面試並沒有立即獲得錄取，但已算是踏出成功的第一步，半年過後，一通電話改變了阿明的未來命運。

三、阿明的生涯轉換歷程

(一)公務人生

半年過後，阿明突然再度接到公部門要面試的電話，當時阿明心想：會不會是詐騙電話啊？再三確認後，也決定再給自己一次的機會，自行搭公車前往面試，「當你真心想要一件事情時，全宇宙都會一起幫你」，阿明憑著積極與主動證明自己，宇宙也用學歷沒有限制回應了這樣的認真與努力—終於，阿明得到了視力退化後的第一份工作，在等待了六年過後。「一開始我有點懷疑我能勝任嗎？在這種公部門工作跟我的所學差很遙遠，在公家機關對我來說就是很遙遠，感覺蠻奇特的（BI-1103n）。」感覺到阿明似乎認為自己與公部門的工作環境格格不入，甚至有點憤世嫉俗，「真正去工作後，感覺不太像在工作，有沒有這個人好像沒太大差別，就是一個為了特定人而設的職缺，為了要照顧你們這些人，一開始的想法是這樣，所以會覺得跟別人格格不入、無法交談，別人都是公務人員，自己是臨時工，人家給你一個工作罷了（BI-1106n）。」

因為政府的特殊就業方案有其規定，一年一聘、最多聘任兩年，讓阿明有點失望，更讓自己的自卑心理開始作祟，感覺自己就是個可有可無的角色，因此繼續與同事們維持著「安全、客氣」的人際關係，每天認真的接聽電話，協助同事處理一些電訪的工作，類似申請育嬰停薪的業務，阿明會協助承辦人員電話詢問復職的狀況，「這一些都是每天例行性的工作項目，很單純的內容，所以覺得也不太像真的在工作，好像來這裡像學習一樣，沒有付出的感覺（BI-1110n）。」我探問道：什麼時候才開始融入辦公室生活的呢？阿明回憶起，應該是跟當年的划龍舟體驗有關吧！

阿明耳聞同事們提到在他前一任的視障電話諮詢員為全盲者，但仍選擇一起主動參與龍舟錦標賽，當時的阿明感到好奇：全盲者也能參加龍舟賽？那不然他也來嘗試看看不同的體驗，他說：「希望透過這次划龍舟的初體驗融入人群，並克服恐懼讓自己變得更堅

強 (BI-1120n)。」不管是事前練習、甚至比賽皆全程參與，並在同事們的帶領下實地練習，似乎也藉此與同事們拉近了不少距離，儘管不會游泳，感到些許緊張、害怕，但他用心聽鼓聲划槳，感受到同舟共濟的團隊精神覺得很振奮。阿明講到這段的時候，感覺眼神閃爍著光芒，似乎對於自己也能完成不可能的任務而感到驕傲!他說:「**我記得當時拍的照片我都還有留著喔，看起來自己還蠻帥氣的哈…** (BI-1120n)。」我想這應該是阿明發自內心對自己的肯定!

度過了初期自我懷疑的階段，阿明漸漸地慢慢開始試著融入同事們的話題，偶爾也會冷不防的來一句阿明的專屬幽默，逗得同事們哈哈大笑，由於阿明常駐辦公室，因此出差的同事們也會喜歡請他代理差勤，甚至稱呼阿明為「督導」，負責督促同事們的差勤管理；阿明開玩笑地說:「**我在辦公室裡，每個人的差勤都要先經過我的同意才能往上呈喔，所以我是第一關把關的，大家都很尊敬我呢** (BI-1122n)！」就這樣每天固定往返家裡、職場的生活也步上軌道，阿明這兩年來都是自己搭乘公車上下班，再使用白手杖走進門口搭電梯上樓進辦公室，兩年的時間，從迷惘到定錨，從逃避到融入，走的辛苦、也走的踏實。

阿明的眼睛外觀跟大家沒有不同，那時他也沒戴墨鏡、也還不想拿白手杖，也就是沒有一般人認知中「視覺障礙者」的辨識依據，其他部門的同事聽聞阿明是視障者，都驚呼連連..「**他們不相信我是看不見，因為他們覺得我眼睛就很有神很漂亮，阿我自己說的啦哈，為什麼要騙他們的** (BI-1127n)?」被誤解成詐騙集團，「**拜託，我超委屈的耶** (BI-1131n)！」雖然阿明言談中透露著委屈，但不難發現此刻的阿明是能夠放下防衛心，以幽默自嘲的方式來表達自己的內在心聲，就因著他獨特的幽默，在部門間留下了深刻的印象，每每經過辦公室，其他部門的同事總是會探望詢問:你們科的幽默大師在不在啊?阿明也總是配合演出:有啦有啦，我地家啦!讓人感受到阿明已經能夠把職場上當成是自己的家那樣的舒適自在。

(二)總機人生

然而快樂的時光總是飛似，又到了不得不轉換的階段，「**因為是兩年的一個計畫，每兩年就要換新的視障人員，所以合約最多就是兩年到，然後就透過局的資源協助幫忙我們媒合工作，做一個職業重建的服務評估，有安排就服員，那時候有一個**

空窗期大概 3 至 12 月吧，是有面試過幾間公司但沒有錄取，所以就先去領失業給付。(BI-1134n)」像家人相處般融洽的同事們，知道阿明的離職日子竟然就在他的生日天左右，因此還特地舉辦了一場歡送慶生會，又是鮮花又是蛋糕，阿明至今回憶起來還是有滿臉的光彩與興奮，還直說：「我真的以為我是偶像明星，第一次收到花的哈…(BI-1134n)」也因為同事們的真誠對待，讓阿明對於原先認定自己的可有可無，變得立體鮮明，且是獨一無二，這樣的轉變，也讓阿明對於往後職場的轉換，更顯得信心十足。

似乎老天冥冥中看到了阿明的重回自信，安排了更適合阿明生命的歷程，目前這份總機的工作，算是阿明的積極與就服員的通力合作下所獲得，可說是一次成功的專業服務。「某大學有自己建置一個身心障礙的人力資源庫，你可以上去登記你的資料，都是他們學校裡面的身障職缺，有符合的會通知面試，那時有通知說快 11 月時，會有一個電話總機的工作機會，問我有沒有要過去(BI-1140n)。」

接到學校承辦人員的電話，阿明的內心欣喜不已，也許是有了在公部門的成功工作經驗，讓阿明不再感到畏懼，反而更多的是對自己的期許與對未來的展望，「我有連絡我的就服員詢問能否陪我去看一下工作內容跟環境，正式上班是隔年的一月一日到現在，等於滿六年了升國一了 (BI-1146n)。」原來目前為止的這份工作，是阿明中途致殘後做最久的一份工作，聽聞阿明工作滿六年，驚訝了一下，想起之前失明後待在家也是沉寂了六年的時間，六這個數字對阿明而言，不知道是否有蘊含了什麼樣的意義在的呢？

之前含蓄不擅言語表達的阿明，現在的工作卻是每天要不停的接聽電話，我探問阿明這樣的轉變怎麼看待？阿明表示：「之前在公部門的電話量還沒有那麼多，學校這邊比較多，因為我是全校的總機人員，有的人打進來知道分機就會自動轉接，打來通常都是蠻明確知道要找誰，所以算適應期還蠻快的 (BI-1150n)。」阿明把自己先前在公部門的工作經驗，有效的做了類化，因此初期主要的就是適應工作環境與重新定向，也因為總機的環境提供了身心障礙者工作的物理空間，這讓阿明跟其他身心障礙者有更多的接觸，心理空間也因為同事之間的支持、協助而更為靠近與緊密。

「我另一位同事她是肢體障礙者，腳比較不方便，所以我們就是會互相幫忙，我會請她幫忙說要拿什麼東西，例如要煮泡麵什麼的；或者我要下班離開了，她也會帶著我一起走出去，那是一種互相扶持、溫暖的感覺吧，畢竟只有我們兩個相依為命啊要互相

幫忙的…(BI-1158n)」可以感受到那個環境對阿明而言是很滋養、很溫暖的。

工作初期，可能在搜尋人名或分機的時候，速度還是比較慢一點，阿明很用心的還把文件資料帶回家記誦，為的就是希望能夠早一點上手進入狀況，太太看到阿明在家拿著文件，口中唸唸有詞，還忍不住揶揄了阿明一番，之前不喜歡背誦、考試的阿明，現在要來還的了。另外在工作環境的部分，阿明認為影響不大，「只要工作座位到廁所的動線方便就好，其他沒有太大的影響，工作環境就只是接聽電話而已，到哪裡的感觉都是差不多(BI-1164n)。」

唯一需要阿明事先練習的可能就是行動方面，由於工作地點位於地下室，那邊沒有電梯可搭乘，因此需要徒步走至下坡處並穿越機車停放區，這對阿明而言是比較挑戰的地方，「我每天都在上下坡啊，人生啊，岔開話題了喔，反正不管到哪個新環境都是要重頭適應，我有學過定向，針對每天要走的路線要請人帶你先熟悉，比如從下坡處到房門口。我每天的動線都還蠻單純的，大門口到辦公室，辦公室到廁所就這樣 (BI-1164n)。」

這份工作做了六年，阿明覺得自己的優勢可能在於先前有公部門的服務經驗，對於來電者會比較有耐性，情緒穩定度也足夠，不會受對方的情緒所影響，阿明印象很深刻，也有接過情緒很激動，說想要自殺的畢業校友，幫他轉介其他單位也不願意，只是一直不停地抱怨學校或周遭的人，當時阿明儘管感到焦慮、害怕，但仍是保持同理心的專心聆聽，講到讓對方自動掛上電話，當時的高張情緒，讓阿明宛如暫時止住了呼吸，深怕一個動作或一個呼吸，對方來電者就會做出什麼驚人的舉動，現今回想起來仍是記憶猶存；而這件事的發生對阿明來說意義重大，他從沒想過有一天竟然也能反過來安慰別人，「可能因為有自己障礙的背景或是一些的人生啟發，所以可能會想要去幫助同樣是障礙的朋友吧，嗯這個叫做能感同身受的意思嗎呵…(BI-1170n)」

阿明認為在學校工作相對單純，每天太太也會開車協助接送阿明上下班，「因為她剛好在臺南上班，之前在公部門時她還沒來市區上班，所以現在就是先送我到門口她再去上班這樣。目前是比較沒有在搭公車了啦，可能也要試試看才行，因為可能我太太也會有事需要我自己上班，有時候是我哥會載啦，但我就是不想麻煩別人，自己可以克服就自己來，不想成為別人的負擔。(BI-1175n)」正因如此，阿明在公部門待了兩年時間，現在又在學校單位待了六年時間，這八年固定正常的上下班生活，也讓他對於自己的未來生涯有了不同的想法，「因為我們這個也算是有個不確定性一年一簽，

當然目前這個我們當然不知道說明年還不知道會不會有，所以想說如果有個公職工作，那當然最好(BI-1178n)。」

四、目前的生涯概況-渴望穩定

帶著這樣的信念，阿明其實從進到目前工作的第一年，就開始在準備身心障礙者國家特考，現在的阿明已為中高齡年紀，但距離退休時間仍有十餘年，因此他選擇給自己一些時間讀書準備考試，「**考試是能找到一個公家單位的工作，是目前第一個目標吧(BI-2004n)。**」阿明忍不住地調侃自己：「**小的時候真的很不喜歡念書所以才去畫畫，沒想到現在到了這個年紀，又要來翻書背誦，也太為難我了吧(BI-2008n)。**」也許是還沒能接受自己的這個決定，因此阿明感覺好像連身體都在排斥，只要一碰到書就渾身不自在，雖然這六年當中，嘗試去考了三次，但目前為止可能還需要再繼續努力。

家人們對阿明的態度依舊支持，雖然其他家人們不知道阿明目前準備考試中，但太太卻是給予高度的支持，希望阿明還能做點什麼，畢竟目前工作看起來順遂、穩定，但總是要在順境中未雨綢繆；太太對阿明而言，是這歷程中不可或缺的重要支持力量，也算是一個激勵的角色。「**也算吧！只要有個固定的生活模式，有穩定的收入，她也是希望我自己能夠走出來，對於人際關係各方面都會有影響 (BI-2014n)。**」

阿明同時感謝也是由於法令規定要雇用身心障礙者的名額，因此今天自己才會有機會可以在學校單位穩定的工作，對於有機會的話持續地做到退休，阿明表示算是第二個選項吧，最後的後路就是萬一不幸，特考一直考不上，又屋漏偏逢連夜雨，如果這份工作又臨時喊卡被資遣辭退，都沒有退路的情況下，參加按摩職訓便會是他的第三志願的了。「**前提就是目前的工作沒了，國考也……，喔我真是不敢想像(BI-2019n)。**」

回顧阿明這一路來的歷程，我問阿明有什麼樣的感想或心得嗎？從自由奔放的雕刻大師轉變成穩定、固定的公務人生，阿明回答：「**想到自己 30 至 36 歲那段時間，人家都是在全力衝刺、生產的階段，而我還在家當米蟲，渾渾噩噩的過了六年，感覺很對不起家人，所以現在能做的事，就是不要再讓他們擔心的了，雖然現在領的是基本薪資，但至少也是有所貢獻(BI-2022n)。**」

唔談的此刻，阿明仍繼續堅守崗位，做好他該做的角色職責，希望能服務好每一位打電話進來詢問的民眾，探問阿明對於未來的生涯歷程有什麼想法的呢？始終幽默以對的他還是不改風趣，認為自己應該要減少惰性、脫離舒適圈，才會積極起來準備考試，「阿不然你不是到時也要準備考試的嗎？要不要順便教我一下讀書的方法啊拉我一把的吧，不然現在過得比較輕鬆了，我都沒有憂患意識的了哈…(BI-2028n)」講到此，兩人不禁相視而笑，好像阿明總是要幽自己一默，習慣把歡笑留給大家；故事尚未結束，阿明持續雕刻屬於他的風趣人生、幽默以對。



第三節 闖蕩創業之射手座精神-阿宗的故事



(照片引自網址

<https://www.cosmopolitan.com/tw/horoscopes/weekly/a32956222/sagittarius-weekly/>)

射手座充滿活力、自由自在，像個長不大的頑童，不想被任何事情束縛，喜歡新奇的東西，如同阿宗始終熱情奔放，不停追尋自己的目標，從不停歇。

一、我對阿宗的印象

阿宗，一位憨厚、熱心助人，對任何事物都保持高度好奇與熱情，很有躍躍欲試的精神，像個長不大頑童般的男性。

與阿宗的年齡相仿，剛認識時，他還是個二十幾歲的年輕小伙子，感覺充滿朝氣，喜歡主動與人互動、交流，不特別說也真的看不大出來他是位視覺障礙者，每每聽他描述假日又跟朋友到哪裡旅行玩樂，當時心想:真像隻被放風呼吸的鳥兒，渴望著大自然的自由氣息，不願被束腹與羈絆；喜歡開心地與人分享，也很願意刻苦耐勞幫助同事，發現他的行為表現把其星座的特質，發揮地淋漓盡致，熱情、奔放、自由、不羈，讓人忍不住第一時間總想找他同樂。

也許是累積了些工作經驗，以及家裡的變動，讓阿宗宛如一夜長大，從無拘無束、渴望自由的大男孩，搖身一變成為懂得為他人著想，期待能夠多貢獻一點自己的所學專業，幫助更多的身心障礙者之成熟穩重男性；在邁入四十不惑年齡的階段，拋開的是年少輕狂的幼稚感，多了份成熟穩重的大人樣。

相近的生理與心理年齡，同頻共振的情況下，讓我們倆彼此鼓勵、打氣，儘管不常見面，遇到重要節日依舊保持聯繫關心近況；也是因為如此，阿宗知道我再度重返校園進修諮商相關時，也鼓舞了讓他有了前進的動力，也選擇重返校園，就讀助人領域的社工系，並且是從二技開始學習，為了專心學習，甚至還將工作給辭掉，一心一意、專注當下；如今的他已順利畢業，也期許自己可以朝著助人的步伐繼續前進，將他的熱情與專業投注在更多的身心障礙者服務上。

二、阿宗的生涯發展歷程

(一)視力正常前

阿宗在視力正常前，正讀大學二年級，剛滿 20 歲不久，他說當時上大學時，終於可以離家了，學校規定大一新生都要住校，期盼已久的獨立生活終於要展開；他興奮的就像鳥兒般的雀躍不已。離開家後，一切都很新鮮，吸引著他的目光與好奇，也跟一班年輕人一樣，喜歡玩社團、聯誼活動等。「我讀的大學現在已經快倒了，都是我爸媽幫我決定的，我只能選擇填南部的學校，因為我爸是企管的阿，所以他也期望我能繼承衣鉢嘛呵(CI-1006n)。」阿宗還提到也是因為住宿，讓他大開眼界，認識了洗衣機該如何投幣操作，以前在家就是茶來伸手、飯來張口，完全不需要擔心日常生活與周遭一切。

阿宗家是一般的小家庭，父母親、姊姊與他。父親是標準的公務人員—公股銀行體系出身，因此對於家中唯一的男生，管教態度總是父親說了算，以權威方式對待阿宗，我想這或許也是傳統觀念中家裡身為男丁的責任吧，因此阿宗的父親需要嚴厲的予以調教他。「姊姊喔，就是想去哪裡都可以阿，很奇怪喔，我是男生反而是被限制的，不過可能從小我就是蠻聽話的小孩，所以是也還好，是到高中開始才有點叛逆吧，會有自己的聲音(CI-1010n)。」

雖然說高中開始，阿宗似乎開始有意識到自我權益想發聲，但在當時面臨大學聯考之際，選填志願攸關未來生涯的大件事，阿宗依然選擇順從父親的意思。「我這樣回想起來，企管好像也不事對我全然沒有幫助，算是奠定我以後想要自行創業的基礎嘛，對管理會比較有概念，但比起企管，我還是比較喜歡助人的科系吧…(CI-1012n)」

會發現自己的視力好像產生狀況，也是因為外出住宿獨立後，好像怎麼感覺常常受傷?好像很常容易踢到東西腳會瘀青的狀況?「我在想是我體型的關係，太胖了所以容易

去撞到嘛(CI-1015n)！」於是，就在父母的建議與陪同下才去看醫生，那時醫生問了一些問題後，就請阿宗做了視力的檢測，結果發現阿宗的視野已呈現狹小的狀態，左右邊視看不清楚的，障礙的程度儼然達到可以領取身心障礙證明的了。「當時醫生說是視神經萎縮，但引起的原因不明，本來想說我會不會是青光眼也不是，說可以接受開刀治療，但是成功機率也只是一半而已，所以就沒有想太去冒險(CI-1018n)。」

知道的當下，阿宗滿臉的困惑與不解，困惑的是：竟然這麼嚴重，不解的是：自己怎麼都沒有察覺？然而更多的感受是洩氣與氣餒，好不容易自己可以宣告獨立自主了，彷彿只有享受片刻的光景，又被打回原形。我記得阿宗當時在講這段時，他說：感覺我好像灰姑娘喔呵，12 點時間到就要恢復原形，我是真的又需要回到被全然保護的狀態了嗎？(CI-1020n)

(二)坦然面對與信念滋養

天性樂觀的阿宗，不願意再被父母親當作幼兒般的照顧，認為既然遇到了，再多的否認、憤怒也無法改變這個事實；考驗，是上天包裝過後的禮物，想要讓阿宗最終收到的，是屬於體驗過後的深刻領悟。「我想說趁我目前視力還沒有退化很嚴重時，把自己可以學的、可以準備的都先準備好，就生活自理方面阿還有課業方面，幸好那時候學校的輔導中心有資源教室的協助(CI-1022n)。」

大約是在民國 90 年代初期進到大學就讀，這段時期是阿宗自立自強、接收到幫助的開始；那時的教育部已經明文規定，需要在大學中設立資源教室，提供身心障礙學生在校學習所需要的相關協助。

在資源教室裡，大家同樣都是有障礙的學生、老師也都比系上老師清楚障礙學生可能經歷的辛苦，因此給了身障學生可以互相支持的一個空間，「資源教室那邊有一些通訊軟體阿還有伴讀的機制，幫助還蠻大的，蠻有家人的感覺(CI-1026n)」；因為像是家人，走過相似的歷程、知道當你遇到挑戰或不方便的時候，可能會有怎麼樣的辛苦，所以給出的都是最真誠最直率的陪伴，「在那邊大家都蠻直接的，不會因為可能擔心你什麼，就不敢跟你說些什麼 (CI-1030n)！」

阿宗認為也是因為這段期間與其他障礙類別的同學接觸，發現每個人的個性有個別差異，因此連帶影響包含人際互動，原來這時期，想要助人的種子正悄悄地在阿宗的心中發芽著…同時期，在阿宗隔壁班也有一位視障學生，但那一位都需要他人的協助，也

認為獲得幫忙是天經地義，「我之前有問過我同學，為什麼跟我比較好？他們說因為我不會因為是視障者就覺得都需要他們幫忙，感覺不會刻意覺得自己是弱者，就還是一般人的對待（CI-1033n）！」

也因為資源教室的環境提供了身心障礙學生相聚的物理空間，這讓阿宗跟同屆的其他身心障礙學生還有學長姐有更多的接觸，心理空間也因為同儕之間的支持而更為靠近與緊密。「**嗯..那種感覺還不錯，就是感覺你有什麼想法或者想做的，都是被尊重也有被支持的（CI-1036n）。**」這樣的經驗對照與班上同學的一段互動經驗，讓阿宗更加知曉什麼是適當的幫助。

阿宗有些好朋友會幫忙他抄寫老師寫在黑板上的東西，然而卻有一次，一位女同學在上課過程中突然將他的筆記本抽了過去、抄一抄又放回阿宗的桌上，但這樣的好意因為沒有預期、也沒有解釋，「**她當時讓我感覺莫名其妙，嚇了一跳，有點造成我的困擾，老師講到哪裡我也不知道的了（CI-1042n）。**」同學這樣突然其來的協助，讓阿宗煞時間是無法接受的。是啊，沒有人願意天生就被看成需要幫助、也沒有人願意自己的幫助反而造成他人的困擾。「**課業方面我是還好，要幫忙的話也是幫忙我買東西的部分才對啊呵，我記得那時去買東西喔，連拿到假鈔都不知道耶就被人家抓去了，印象超深刻的啦（CI-1046n）。**」

大學生活除了課業，還有社團參與，阿宗不因為視力退化的關係就放棄了社交，參加的是學長姐們組織的服務性社團，阿宗說，當初參加這樣的社團，大家的想法都很單純一致，那就是可能有自己障礙的背景或是障礙的故事，所以會想要去幫助同樣是障礙的朋友，「**因為我走過、我可以告訴你在這個階段路上可以怎麼走，嗯就覺得自己可以當個活教材的吧（CI-1048n）。**」參加服務性社團的體驗，讓阿宗學習到不同障別所合適的陪伴是不同的，也看到雖然自己的視力有所限制，但其他方面還是有可以發揮的地方，回到視力障礙對自己的生命意義上，樂觀正向的阿宗認為這就是上天對他的考驗，是否真的能夠自己獨立自主生活。要說到限制的部分，可能就是交通吧，「**我有考過機車駕照了很幸運喔哈，但就是會蠻常出車禍的，跌跌撞撞啊，導致我現在騎車都不敢太快（CI-1048n）。**」

因著時間的一直推進，已經悄然來到大四下學期，阿宗再次面臨生涯抉擇的路口：雖然對他來說，這次的抉擇，方向是清楚的、腳步是堅定的--因為自己在就學路上一直

體會著接受幫助以及給出幫助的酸甜冷暖，大學參加服務性社團開始讓那顆種下的助人種子開始萌芽，如此的點滴累積，在大四阿宗就很清楚自己之後是想要從事身心障礙者的服務工作、想要用自己的經歷給出那雙溫暖的雙手！然而，考驗再度降臨，父母親的擔憂從阿宗發現視力有問題後，一直如影隨形的跟隨，好像一團黑影準備隨時把阿宗全面的壟罩綑綁，不等阿宗畢業，已經安排好了工作在等他。

(三)暫時的屈就與初步探索

阿宗本質是個善良、乖巧的孩子，應著父母親的期許與協助，畢業後還是返家居住，先從事了店家門市服務的工作，對於助人工作的夢想「**我其實也知道我讀企管系是非相關科系，好像沒辦法馬上從事像社工的工作啦等等，就先讓自己累積些工作經驗，有機會的話再轉換 (CI-1053n)！**」門市服務的工作內容很單純，包含商品進貨、產品銷售、門市服務等，與企管系所學百分百相關；阿宗的工作穩定性高，第一份工作即待了三年。

雖然是第一份工作，但阿宗並沒有社會新鮮人初出社會的壓力或不安；公司有協助阿宗針對視力狀況調整合適的任務，記帳或寫報表有同事負責，後來阿宗也升至店長的職位，也負責到人事業務如排班表、員工薪資計算等，讓父母親感到欣慰不已。「**因為是算自己人嘛，所以算還蠻輕鬆(CI-1056n)！**」阿宗尷尬的笑著說，或許還好是爸爸的朋友，我稱他為叔叔所開的公司，讓阿宗可以順利開始第一份工作，踏出成功的第一步。

後來職離的原因，跌破眼鏡的竟然不是因為工作上面臨瓶頸，反而是遇到感情問題，原來在日久生情、每天的相處下，阿宗情竇初開的喜歡上了一位店員的女兒，對方的認真與積極深深打動了阿宗的心，「**喜歡而已沒有成功啦，因為心理受挫告白失敗，所以覺得每天都要遇到好尷尬，就覺得應該要出走一下。(CI-1060n)！**」可以感受到阿宗對這次告白的失望，因此選擇遠走他鄉。「**對啊，所以選擇離開避免尷尬，我自己提離職的。(CI-1061n)！**」我好奇的問道:父母親知道你離職的想法呢?阿宗回答:「**我知道自己想做什麼事，雖然我爸媽還是會唸我，但還是有給我很大的支持啦。而且我也都採先斬後奏，所以他們也拿我沒轍。(CI-1064n)**」阿宗看似得意地笑著說，我想這也是身為父母親關心小孩的一種矛盾心態吧。

結束門市的工作之後，阿宗馬不停蹄地趕往屏東同學家，這次的工作任務是當果農，同學家栽種芒果，採收旺季時人力缺乏，因此阿宗算是適時地補上人力，工作忙季維持半年，每天日出而作、日落而息，包裝與採收芒果，規律的生活作息與南方炙熱的陽光，

讓阿宗也曬出了一身的黝黑皮膚與練就健壯的身材，「我那個時候真的是有帥氣的好不好，體重應該也是那個時候最正常的吧，之後就節節高升回不去的了。(CI-1068n)」為期半年的體力活工作後，阿宗回到家時，開始認真地思索自己的生涯，每每天晚上入睡，午夜夢迴時，總是會想起當初想要助人的夢想尚未實踐。

也許是老天爺聽到了阿宗的內心渴望，試探性地給出了阿宗最想要的工作機會-公部門視障電話諮詢員的職缺，阿宗認為接聽電話、與人互動這點，他從大學時期在資源教室所接受的服務與第一份門市服務的工作，再再地都讓他有充足的養分，備感信心自己能夠勝任這份工作。「它就是很單純的接聽轉接進來的電話，看是什麼業務就轉給承辦人員。(CI-1075n)」後來，阿宗順利地獲得錄取，也開啟了他與身心障礙者工作的契機，就此展開。

(四)找到自我、培養專業、蓄勢待發

這是阿宗第一次接觸公部門的工作，感到新鮮及好奇，由於辦公室的同事年齡皆長於他，因此阿宗無疑地似乎又回到了被照顧者的角色，同事們看到阿宗能主動互動、積極的參與表現，都對他讚賞有加，認為是可以被栽培的人才。因此，當有新的計畫準備要執行時，主管也不吝惜地給予機會，讓資深同事帶著阿宗一起從事這個方案服務，學習更多的業務，「我們就是有做一個比較特別的婦女就業計畫，從徵選作品到辦理課程、協助弱勢婦女們如何就業、擺攤等，我們那時是第一期，是新的計畫，等於要從無到有(CI-1078n)。」

在公部門工作的期間，也是阿宗專業成長最多的一段時間，面對可能有相同遭遇的弱勢或身心障礙婦女，大多都是在生命歷程中很早就與障礙共處，讓阿宗雖然是第一份身心障礙者服務工作，但因為在學校有過相似的陪伴經驗，加上服務的成人障礙者多了配合與理解，因此阿宗並不感到辛苦或有壓力，反而更能設身處地的去想自己可以應該怎麼做、如何做更多，「我想要做的服務，我覺得是在那個過程中，我才真的去了解，原來除了自己的熱忱，專業的知識與技能也是很重要(CI-1082n)。」在這個方案服務裡，阿宗在陪伴每個服務對象的過程中，在服務對象身上看見每個人背後的家庭故事，也開啟了自己在這份工作上的使命感。透過一邊服務一邊摸索，慢慢建構起了對身心障礙者就業服務的概念。

除了弱勢婦女的就業計畫外，阿宗也經由職業重建服務的同事指導下，接觸到了身障就業這領域，「除了電話諮詢的工作外，我也有去受訓，就是支持性就服員的訓練，那個時候企管系還有列在資格條件裡，同仁也有教我一些就業的訊息，就是如何協助身心障礙者，所以我之後才會走身障就業這個領域，算是啟蒙吧（CI-1086n）。」阿宗主動地向長官爭取前往受訓，就此為自己打開實踐助人夢想的第一道門。

在受訓過程中，他不因著視力的限制，自己當自己的視力協助員，勇敢的請求受訓單位幫忙將上課講義放大字體、並每堂課皆自行錄音，回家再複習；於是參訓過程中阿宗開始真正接觸身心障礙者服務內容、慢慢學習到就業協助相關專業工作。「我覺得因為本身我自己就是身心障礙者，我自己需要被幫助之後，轉變成我可以去幫助到別人的這種掌握過程，我覺得很有成就感（CI-1092n）。」

阿宗受訓完後，獲得了支持性就服員的資格認證，代表是有資格從事身心障礙者的就業服務，也因著有看過職重同事們的現場晤談狀況，他也期許自己身為專業人員，不能因為同理心與專業度雙重不足所帶來的「畫地自限」，這將抹煞許多位清楚知道自己障礙狀況，且更知曉自己夢想為何的服務對象，對於未來的憧憬與希望。這段經驗，讓阿宗深刻真切地體驗到一位接受就業協助的視障者是什麼樣的感覺。

時間很快地，兩年的工作契約期限已迫在眉梢，俗話說：「當你真心想要一件事情時，全世界及宇宙都會一起幫你實現」。當時全副武裝、蓄勢待發的阿宗，就在一次跟同事的談話中，得知了當時A庇護工場的就服員剛離職，場長正在招募新的就服員，他馬上表示自己有興趣，並投了履歷表過去，「裡面同事的幫忙推薦，讓我可以去當庇護工場的就服員，讓我可以好好發揮一下所學的很開心（CI-1095n）。」那時政府正要積極推動身心障礙者職業重建與就業服務模式，所以針對那時的就服員並未有就讀科系的嚴格限制，而阿宗也憑著積極與主動證明自己，宇宙也用學歷沒有限制回應了這樣的認真與努力—阿宗得到了夢想中的第一份工作，而且是實現著自己助人工作夢想的身心障礙者就業服務相關工作！

三、阿宗的生涯轉換歷程

(一)就服人生

帶著在公部門豐盛的所學經驗，阿宗轉換職場來到了營利與非營利

並行的庇護工場，那年他剛好三十而立的年紀，已經到了應該能依靠自己的本領獨立承擔起自己應承受的責任，並能夠確定自己的人生目標與發展方向，「好像真的蠻有道理的喔，就剛好在三十歲的時候，找到了自己的目標方向（CI-1098n）。」剛進去的時候，老實說要轉換自己的身分，變成需要自己獨當一面，甚至發號指令給身心障礙工作者，阿宗還蠻焦慮的，仿佛一夕之間要轉變成大人，「**以往我都是聽從工作分派，現在變成我是好像老師的角色，要教導這群身心障礙者，突然覺得責任好重大**（CI-1101n）。」。提供、教導庇護員工合適的工作訓練，讓他們能有一些些自食其力的辦法，是阿宗在工作上對自己的使命。

在庇護工場的工作內容就是訓練身心障礙員工，能力還不足以可以到外面職場者，針對個別的需求擬定訓練計畫，例如工作技能、體耐力或是人際互動等；品嚐相同深度的苦，或許也是老天爺為阿宗後來在 B 機構工作所先預備的特質。庇護工場雇用的多是心智障礙類員工，包含智能障礙與精神障礙者，曾有一位智能障礙員工，個性內向害羞，少口語表達能力，做事情總是畏畏縮縮、害怕犯錯；經與家長訪談，發現原來家長的管教態度採權威式方式，讓這位員工始終看自己不夠好，也不敢嘗試，阿宗回想起這位員工，宛如看到自己當時的模樣，「**我看到他就會想起小時候被爸媽的管教，好像我真的很什麼都不行，什麼都做不到，老實說蠻失望的，也懷疑自己真的有這麼差嗎？我不是智能障礙者，我的感受還能講出來，但他們本身認知已經受限，很難想像他們如何承受？**（CI-1106n）。」

於是阿宗決定帶著這位員工，一步一步的克服心中恐懼，多點時間與耐心引導他表達，協助累積成功的經驗，因為取得員工的信任，慢慢地看到此位員工的進步，能夠走到阿宗旁邊尋求協助，試著以口語表達自己的需求；因為自己走過相同的路，所以能夠感同身受、將心比心；因為苦過相同深度的苦，所以更能夠貼近彼此的心境與感受，傾聽、陪伴與支持，並且適時地給出一個溫暖的理解擁抱，或是伸出支持的手拉員工一把。這就是阿宗在這份工作最重要的使命感也是最珍貴的收穫，於是那雙給出幫助的手，是帶著走過相同的荊棘考驗而展現了真誠樸實，是因著品嚐過相同生命苦澀而傳遞出獨一無二的溫暖柔潤。阿宗開玩笑地說：「**當了就服員之後，把我暖男的特質都給激發出來了呢！**（CI-1109n）」

然而儘管在庇護工場裡，阿宗能夠發揮所長，協助身心障礙員工，但畢竟是需要兼

顧到營運狀況，因此亦需要協助制定場內的相關 SOP 流程，「做了三年，訂定了很多規模，也拿到連續的優等評鑑成績，感覺好像有點極限了，如果要更讓自己往前進的話，應該是要再去挑戰別的了 (CI-1112n)。」把人生當作挑戰，沒有極限的阿宗，毅然決然地選擇一條挑戰自我的道路，繼續轉換跑道，往精神障礙者專科服務的醫院體系擔任職業訓練輔導員一職；我很能夠體會阿宗想要不斷挑戰自我的精神，進到一個自己認同而且能夠共同追求專業理想的單位中，讓自己重新做回新人，一切歸零、重新累積屬於我自己的專業經驗與能量。

(二)學以致用

來到醫療體系的工作崗位，阿宗負責的是清潔職業訓練的業務承辦，「因為是承接市府的職業訓練，要負責標案，然後輔導參訓者，也會一起學習清潔技能 (CI-1115n)。」之所以會轉換來擔任職訓業務承辦兼輔導員，很大一個部分是因為阿宗在工作上看見自己的不足與責任，他認為身心障礙職業重建服務不單只有庇護工場此面向之服務，他希望能以更寬廣的視野來學習、認識，由於資格尚不足以擔任職業輔導評量員或職業重建個案管理員，因此他選擇職業訓練作為轉換的學習職種。尤其在醫療體系單位，以精神障礙者為主要服務對象，對阿宗而言是一大挑戰，也是可以精進專業的快速途徑「因為醫院是屬於精障的專責醫院，所以裡面有許多的工作坊讓他們訓練，我也是負責一個清潔隊的工作隊，比如說到佳音英語補習班、高等法院啊等，去負責洽談與簽約動作 (CI-1119n)。」

從訓練科目跟課過程中，阿宗也體認到原來清潔沒有想像中的簡單、輕鬆，是一門專業技術，一方面他做中學，把自己當學員融入課堂、實際操作，另一方面他也協助開拓更多工作隊機會，讓精神障礙學員有更紮實的實務經驗與微薄收入，並且陪伴著他們實際操作「我覺得在這裡，讓我學到最多的就是如何把一個計畫，從標案承接開始到課程安排、進班輔導，再到訓練結束後輔導推介就業，一氣呵成的流程全部 round 完一遍，讓我想到蠻像是自行創業的流程 (CI-1122n)。」

原來在阿宗的心中，除了有助人工作的夢想以外，自行創業這部分也同時深根於其中，「我一直希望能有自己的協會或者公司來應徵身心障礙者工作，這是我很大的夢想，雖然就服員外出開發廠商，但公司廠商畢竟對身心障礙者仍不太了解，所以如果是我自己來成立公司的話，我對身障者的了解認識，更可以用正向的觀點來看他們 (CI-1125n)。」

就這樣行動力十足的阿宗，在醫院也待滿了三年後，內心想要出來自己闖盪的慾望，迫使他再次決定做生涯上的轉換，我發現阿宗都是三年一到便自行提離職，感覺蠻有想法與行動力「**父母都受不了我哈 (CI-1132n)。**」當時，剛好有朋友成立協會，想要召集有志一同的夥伴一起加入，作為專業人員的平台，而阿宗當時也被委以重任，擔任協會裡的秘書長一職，「**不過協會一開始是沒有一個很明確的目標，全國性的人員分散在各地，就到處接各縣市政府的計畫，我需要跑來跑去協助行政處理 (CI-1136n)。**」

聽阿宗在描述這段時，突然可以嗅到一絲詭異的氣氛，好像原本期待可以一展長才的地方，反而大材小用，變成需要處理瑣碎的行政業務的了，我探問阿宗:跟本來想要出來創業的理念有相符嗎?阿宗提高音量的回應:**當然不一樣啊，所以做了一年多就出來了，也不能說失敗啦，至少知道協會如何成立、如何規劃統籌 (CI-1140n)。**帶著些許的遺憾與失望離開了協會工作，阿宗認為自己也出來工作十年的時間，想要放慢一下腳步，重返學校進修社工系。

(三) 重返校園

學海無涯，阿宗有感於雖然已從事助人工作七年多的時間，但似乎服務時總缺乏了理論基礎，此外，職業重建領域如果還想再從事其他就服員以外職務的話，有其學歷限制，企管系畢業顯然無法符合資格，「**我想要看看能否再往上爬，但有科系的限制，企管系沒有在條件內，所以想說再去讀社工。這個領域我沒有讀過，所以選擇學士在職專班，算二技喔讀兩年 (CI-1140n)。**」阿宗認為社工是助人工作最基本的科目，因此他選擇了就讀社工系。

就這樣開啟了兩年半的通車生活，阿宗並不喊累，他覺得從頭學起，讓他感到踏實，十多年後再次接受學校資源教室的協助，阿宗發現自己雖然看不見一般課本的字、但放大字體後還是可以徜徉書海中，他是開心的、也覺得自己始終保有希望。從過去累積的實務經驗帶入理論基礎，讓他發現原來助人工作不論是職業重建領域或者社工領域，不管在服務目標與服務技巧、策略上都是有相關；而且這兩年半的進修，更打開了阿宗的視野，發現助人工作也不一定非是職業重建服務不可，有許多的面向可以切入服務，「**像我實習就去老人機構與身心障礙者小型作業所學習，之前都在勞政領域服務，現在看到的是社政領域，發現兩邊看的觀點還是不太一樣 (CI-1145n)。**」

與長輩們相處，這是阿宗不曾有過的經驗，那是緊張還有一些的害怕與壓力，但生

命是長期而持續的累積，如果試著將生命的鏡頭拉遠、打開生命故事的捲軸，這樣的壓力與害怕，讓阿宗之後在之後工作中，陪伴年長身心障礙的服務對象時，伸出的那雙幫助的手，更為細膩也更為有溫度。同時，實習過後也讓阿宗更確立自己的目標方向，仍是以身心障礙者為服務對象；在小型作業所實習的期間，由於學員皆為智能障礙者，比起庇護工場的員工，障礙程度較重，因此會以生活技能的訓練、社區融合再搭配一點的職能訓練，阿宗發現他竟然可以融合先前庇護工場與職業訓練承辦時的工作經驗，擬定出合適的服務方案，讓他驚呼原來他也可以做得到。

為了能夠專心進修，阿宗當時從協會離開之後，就專心全職讀書，「**之前是因為沒有經濟壓力啦，所以可以任性一點，完成自己的成就**（CI-1148n）。」這兩年半專心在課業上，讓阿宗有不同的視野與感受，看到自己的不足，也選擇自己的興趣，果然做自己喜歡的事，就算再苦也備感甜美；阿宗他清楚聆聽著心中最響亮的聲音、堅定正視腦海中最具體的夢想，且努力實踐著，「**家人對我這樣跳來跳去當然不開心啊，但我覺得工作對我來說就是一種成就感，每次達到一個目標就會覺得自己很有能力。**（CI-1153n）。」

(四) 遭逢變故

就在去年三月，阿宗即將準備完成學業時，突如其來的噩耗，讓阿宗似乎已經不能再當任性的孩子。某一天假日風和日麗的午後，阿宗的父母親與友人共同出遊，在農場悠閒喝著下午茶時，一剎那間，阿宗的父親突然的喘不過氣而倒下，這一倒下竟然就天人永隔了；阿宗並未能見到父親的最後一面，這份遺憾與悲傷，在阿宗平靜的臉龐上，看不到任何一絲的情緒，我想是因為情感埋得很深，無法去觸碰的原因吧！

阿宗的父親是家裡經濟的主要來源，由於事發突然，讓阿宗的母親一時之間無法接受，整天以淚洗面，全家籠罩在低氣壓的環境下，也讓阿宗一夜長大；身為家中唯一的男生，他認為有必要站出來照顧母親，「**我沒想到以往服務、陪伴的對象都是身心障礙者，現在竟然需要陪伴的是自己的媽媽，也感到慶幸自己有在社工課程中學習到助人技巧，將同理的部分運用在家人上**（CI-1157n）。」因此，在完成學業畢業後，阿宗唯一信念就是先出來工作，先有經濟收入為優先，當時立即還

有安心上工的短期工作，以往在意的成就感都先拋諸腦後，回到最基本的生理需求。

兜了一圈，又回到了當初工作的醫療單位上工，只是職稱從職業訓練業務承辦人變成了臨時工，這中間的心情落差極大，問阿宗怎麼看待這轉變呢？阿宗思考許久，悠悠吐出：「我其實也在思考一件事，就是我從輔導員的身分，之前學員看到我會叫我老師，現在看到我會覺得奇怪，怎麼我在掃地？這蠻特別的，人生經驗不能都在高點也會下來，我就是做好自己分內的事，不管之前是老師、員工還是清潔員，身分都是平等的（CI-1170n）。」儘管剛開始面對學員的疑惑，阿宗似乎也自己感到些許的尷尬，尤其又回到原先工作的單位擔任臨時工，從同事變臨時工，但他堅定的信念：就是做好自己的份內工作。

認真工作的阿宗，對自己的表現感到驕傲，「我不會怕別人怎麼看，做好自己的事就是成就感，我覺得蠻驕傲的，這個過程沒有很多人做得到（CI-1173n）。」也獲得了單位主管的肯定，過程中也詢問阿宗是否願意再回鍋擔任輔導員的職缺，但他心心念念的還是希望自己能夠朝創業的路前進，因此婉拒了主管的建議，希望有機會能夠靠自己的力量幫助其他的身心障礙者，儘管現在得先以自己的生計為主。

四、目前的生涯概況-創業實踐

阿宗一直很清楚知道自己想要做的目標與方向，順著自己的心意與想望，努力勇敢闖盪實踐著，目前除了在醫療單位繼續從事臨時工，也展開協槓人生：批發刮刮樂販售、研發雞蛋糕與投資表弟的火鍋店等。阿宗目前有一交往女友，亦希望兩人能朝事業夥伴的關係努力共同創業，這一路上跌跌撞撞、與家人間的拉扯、衝擊，一關關的面對與挺過，「我們家從保護我的狀態，到我開始工作了開始放手、放心，這個過程是一直不斷的溝通、協調與保證；至於工作方面，也是教我態度吧，做好自己的份內工作這個價值觀影響我蠻大（CI-2003n）。」回顧阿宗從大學畢業以來至工作一路走來的歷程，他認為自己最大的優勢就是性格樂觀，遇到任何困難都能順利尋求資源找到幫助，不因自己視力的狀況而退縮，「沒有被限制住（CI-2006n）。」也因著有這麼強大的內在自我喊話，心中的正向能量始終得以強大與茁壯。

阿宗也慶幸自己曾踏入身心障礙者職業重建服務領域，尤其是學過職務再設計後，

更了解自己視力上對工作的限制，所以之後每到新的工作環境，總是能夠自己轉換成專家身分，評估自己的需求與調整內部的環境與工作條件，「像在庇護工場那時，因為是影印店，尺規的部分我就自己做記號，讓自己能夠快速分辨，增加工作效率；職重這塊鉅彈幫助了身心障礙者，同時也幫助了我自己（CI-2009n）。」。晤談的此刻已晚上近十點，阿宗打趣地說：「我在大學時期，這個時間點應該在睡覺了，我有門禁，禁止我騎車，現在家人就是能夠很放心我自己在外面（CI-2012n）。」

我看到阿宗的身上經過歲月的洗禮後，多了份成熟與穩重，少了當年的稚氣，以及懂得為自己連結社會資源的社工魂，好像從原先一個需要被家人保護的小男孩，搖身一變為真正能夠獨立自主、負責任的大男人，唯一沒變的就是依舊的樂觀開朗，儘管現在需要為了維持家裡基本經濟需求，無法像之前一般的任性，但也是因為家中尚有母親、姊姊與兩名姪女同住，期許自己像顆大樹一樣，給家人帶來安定感與穩定感。我問：對自己未來生涯有什麼期許或想法的嗎？阿宗自信滿滿地回應：「之後說不定我就自己開公司了啊，或者小小企業也可以，雇用兩三名身心障礙者也可以（CI-2025n）。」阿宗在說這句話的同時，我腦海浮現了：「取之於身心障礙者，回饋於身心障礙者」，算是阿宗的最佳寫照了吧！

第四節 綜合分析與討論

本節綜合了前面三位研究參與者的資料分析結果，進行整體的討論並且與文獻對話，以回應研究問題。小葵、阿宗與阿明，三位不同世代、不同學習成長歷程，帶著中途致殘的視覺障礙實實在在、大膽韌性地走著自己的生涯路，一關關的面對與挺過。這三條位處異地、各有其流域廣度與兩岸風光的生命之河，其實有著類似的脈絡，傳遞著彼此呼應的相信與意念。

一、 視覺障礙者中途致殘前的生涯發展歷程

(一) 致殘發生時間皆發生在青壯年期

三位研究參與者除阿宗是在就讀大學階段20歲便已察覺自己的視力狀況有所問題外，小葵與阿宗皆為進入職場累積工作經驗後，在30歲左右青壯年的階段中途致殘。20至45歲正值青壯年期，通常是家庭的經濟支柱和主要照顧者，亦是Super生涯發展階段中的重要階段:建立期，任務目標為統整、穩固並求上進；主要任務內容為尋獲及確定選擇適當的職業領域後，學習建立人群關係，以確立職業的穩固性與職業中的重要性，並逐步建立穩固的職業類別型態和地位及生活與職業穩定(林幸台，2007)。一旦失去視力，對個人和家庭皆會產生重大的衝擊，影響正常的運作。

林慶仁(2008)的研究顯示:視障發生時間與就業情形有所不同，20歲以前致殘者就業率明顯高於20歲之後致殘者，視障發生時間較晚者(即所謂後天或中途視障者)，就業情況明顯不佳。對照本研究中之小葵與阿明，當時皆已步入家庭生活，在工作上亦穩定就業中，尤以阿明為公司主管職，面對生活突遭變故，必須學習重新調適與適應個人形象、家庭生活與社會環境、生涯轉變等面向。

(二) 致殘原因皆與疾病有關

本研究主題為中途致殘視覺障礙者，萬明美(2000)研究指出:男性中途致殘原因依序為眼外傷、視網膜剝離、青光眼、視神經萎縮、視網膜色素變性、黃斑變性、眼內炎或全眼炎。女性依序為青光眼、視網膜剝離、視網膜色素變性、眼內炎或全眼炎、視神經萎縮。男女性最大差異在於男性高比率的眼外傷，逾三成的中途失明男性因眼外傷致殘。三位研究參與者中，兩位男性致殘原因分別為:阿明是視網膜色素病變，早期先呈現夜盲症狀，周邊視野缺損的症狀，而後視野逐漸縮窄、退化，而在30歲過後致殘。阿宗則為

視神經萎縮，另外小葵致殘原因則為特殊情況。

(三) 家庭支持系統完善，為中途致殘視覺障礙者強力後盾

三位研究參與者在原生家庭中皆為年幼者-弟弟或妹妹的身分，備受父母親的寵愛與手足的照顧及支持，家庭支持系統健全、完整，給予三位強而有力的支持及後盾。Lukoff (1972) 指出，視力致殘本身並不是情緒困擾的主因，中途致殘視覺障礙者日常生活中的重要角色—家人、朋友、雇主、同事的態度，及其對視力致殘的觀點才是重要的影響因素。Workman (1972) 亦認為家庭扮演一個主要的人際影響來源，家人正面的態度可穩定中途致殘視覺障礙者的自我概念，協助其維持積極的展望(引自萬明美，2000)，又如邱滿艷與林洺秀(2015)在研究報告中指出:視覺障礙者的家庭支持是重建歷程中不可忽視的部分。此外，如同Super在生涯發展五階段中「成長期」之自我概念形塑，這其中的關鍵，便是在個人與環境互動中，重要他人之影響對我們自我概念具體化的影響重要性(林志昌，2015)；由於三位自成長階段便奠定了穩定的自我概念，如個人能力、態度、興趣及需求的發展等，因此當面臨中途致殘時，能夠堅強、更有勇氣的面對。

(四) 教育程度與科系影響求職選擇

三位研究參與者的教育程度皆為高中職以上，但所就讀科系除阿明是本身興趣外，其他兩位皆非個人興趣。林慶仁在2004與2008年的研究調查報告亦分別說明了:高中職教育程度的比例為最，約占3成，次之為國小畢業，第三則為大專以上學歷者；不同的教育程度與就業情形達顯著差異，即不同學歷視障者之就業情形有所不同，具有高中學歷者有最高的就業率，而具有大專學歷者之就業卻不如高中學歷者；又如馬長齡等人(2013)研究亦發現:高中職學歷者之就業率明顯高於國小程度或以下者。

學者萬明美與柏廣法(1999)針對擁大專以上學歷的視障者所做的研究指出，與其他各類別身心障礙者相較，視覺障礙者面臨的就業問題較為特殊；除了師範院校畢業者因具備各級教師資格得以擔任教職(91%)之外，一般大專院校畢業的視障者即使教育程度高於其他類別身心障礙者，卻未必有充分就業的機會，且其勞動參與率以及就業滿意度皆不盡理想。對照本研究三位研究參與者的狀況，小葵與阿宗雖然就讀科系非自身興趣，但畢業後在家人的協助下，仍是成功的踏出就業第一步。

(五) 適應歷程多為五年以上，調適階段多走過六個階段

本研究三名研究參與者皆經歷過了心理的衝擊與調適、再適應的歷程，萬明美(2017)

指出中途致殘後的心理調適可歸納成六個階段（如表4-1），期間長短及順序，依個人狀況及社會資源而有所差異，研究中部分受訪者所經歷的階段同時發生、重疊或倒回。

有關適應歷程所需的時間，亦發現小葵生病後花了近三年的時間休養，等待、期盼視力恢復的奇蹟，直至接受全盲的事實後，才開始尋找相關資源，接受語音及盲用電腦課程的訓練，再到實際前往愛盲基金會擔任教學老師，已是六年後的時間。另一位研究參與者-阿明同樣也是走了六年的時間，才從遠離人群慢慢回歸到社會，接受盲用電腦及定向訓練後，才開始有求職的機會；阿宗的情況比較特殊，由於是在就學時期便已發現視力的狀況，且在大專院校有資源教室的立即資源介入，讓阿宗的適應期比其他兩位來得短，讓他從中得到滋養與更清楚自己的夢想。

如同邱睿儀（2003）邱滿艷等人（2010b）的研究結果，視覺障礙者的心理調適狀態與面對考驗的態度，在視覺障礙者的職涯發展上有關鍵的影響力量，因為「福從做中得歡喜，慧從善解得自在」，陳宛瑩(2014)的研究亦顯示:中途致殘者如將障礙化做職涯前進的方向與動力，將障礙縮小到讓自己心理上過關、工作上化為妙用，則能陪伴自己安穩地度過適應期。下表則整理三位研究參與者走過適應階段的歷程分析:

表4-1 中途致殘視覺障礙者適應歷程分析表

適應階段	適應過程與情緒反應	小葵	阿明	阿宗
一、喪失視力	視力惡化→到處求醫→宣告全盲→陷入黑暗的煎熬→行動受束縛	意外致殘→宣告全盲→等待奇蹟→復健治療	視力惡化→不敢置信→陷入黑暗的煎熬→行動受束縛	視力惡化→坦然面對
	震驚、恐懼、害怕、痛苦、絕望、絕望，未曾出現過不知所措、自殺念頭	沮喪、難過、害怕、震驚、恐懼、自責、痛苦、絕望、責、氣餒，未曾出現過自殺念頭	自責、痛苦、絕望、責、氣餒，未曾出現過自殺念頭	困惑、難過、自責、痛苦、絕望、責、氣餒，未曾出現過自殺念頭

二、失學失業	事業或學業中斷 →失業→經濟困 境→依賴父母或 配偶維持生計	事業中斷→失業→ 依賴父母或配偶維 持生計	事業中斷→失業 →依賴父母或配 偶維持生計	學業仍持續進 行完成→依賴 父母維持生計
	憂慮、沮喪、悲 觀、挫折、徬徨 無助、無路可走	迷惘、積極、衝動	沮喪、悲觀、挫 折、徬徨無助、迷 惘	樂觀、積極、開 朗
三、人際疏離	心態不平衡→人 際互動障礙→與 外界隔離→自我 封閉	並未明顯呈現，反 而渴望與外界多接 觸	人際互動障礙→ 與外界隔離→自 我封閉	並未明顯呈 現，反而渴望與 外界多接觸
	自卑、猜疑、頹 廢、怨嘆、情緒 低落、自暴自棄	熱情、渴望、主動	頹廢、自暴自棄	熱情、渴望、主 動
四、尋求資訊	長期坐困家中→ 苦悶鬱卒→思索 出路→找尋資訊 →獲職訓訊息	家人協助提供資訊 →獲訓練訊息	長期坐困家中→ 苦悶鬱卒→思索 出路→找尋資訊 →獲職訓訊息	畢業後家人即 安排職場協助 就業
	鬱悶、自省、面 對現實	躍躍欲試、期盼	鬱悶、退縮、被動	無奈、面對現實
五、參加職訓	家人反對按摩職 訓→堅決參加職 訓→學按摩或僅 研習行動、點	主動積極參與語音 及盲用電腦、行動 定向訓練課程	經鼓勵參與盲用 電腦、行動定向訓 練課程，與就業前 準備課程	未參加相關訓 練

	字、電腦			
	調整心態、重拾信心（學會行動和謀生技術）	重拾信心、打開眼界	調整心態、重拾信心	平靜、做好份內的事
六、重返職場	從事按摩或其他行業→工作環境封閉→面臨婚姻、子女養育、年老安養、獨立生活、人際適應等問題	從事盲用電腦講師或電話諮詢員等工作→面臨獨立外出與想有穩定工作問題	從事電話諮詢員及總機人員等工作→面臨獨立外出與想有穩定工作問題	從事電話諮詢員及就服員等工作→面臨婚姻的問題
	無奈（與明眼社會脫節）、期盼（提升復健按摩，或重返原先專門領域）	期盼能有穩定的工作	期盼能有穩定的工作	期盼能自行創業

由上表可以發現:三位研究參與者在第一階段-喪失視力期間，所帶來的衝擊是言語無法形容。對中途致殘視覺障礙者而言，他們面臨的是長期的障礙，長久以來仰賴視覺辨識週遭事物，對於突如其來面臨失去視力後的自己，他們會感到徬徨無助、灰心沮喪，並且無法再用以往的生活經驗來解決失去視力後所遭遇的問題與困難(賴淑蘭、陳貴珍，2009)；黃國晏(2015)的研究也發現:中途致殘者在心理調適上遇到最大的障礙是無法接受失去視力的事實，因而產生自我接納的困難。三位研究參與者中以阿明的情形為最。

而在第二階段-失學失業時期，兩位研究參與者皆面臨事業必須中斷，需依賴父母或配偶的支持維持生計，阿宗儘管能夠繼續完成學業，但所需費用仍是依賴父母所提供。

父母對中途致殘失去視力的子女通常是心疼、體諒，願意盡全力協助其生活經濟及子女的照顧，但又因期望落空而悲痛、絕望，有的父母則是因過份保護或對視障不瞭解、排斥，而造成親子關係緊張(萬明美，2000)。本研究的三位研究參與者皆有無怨無悔支持、付出的父母親，與互動緊密的親子關係。第四階段-尋求資訊時期，同樣看到家人支持的重要性，小葵與阿宗的手足及父母親即時的協助尋找相關資訊，讓兩位在後續銜接職場工作時，皆能以主動、積極、樂觀的態度來學習，而阿明則是從透過太太的鼓勵才願意嘗試聯繫資源訊息。

在第三階段-人際疏離時期，與第六階段-重返職場時期有其關聯性，由於中途致殘導致的「失業」，不但容易造成離群，最後演變成失去社會適應能力，中途致殘視覺障礙者的社會互動能力越佳，可發現沮喪地恢復期更快；而心理調適越好者，家庭與人際之間的互動亦會增加，重返職場的可能也相對提升(Marin，2004)。家庭成員、同儕的支持與社會資源的介入，可使其心理調適的時間縮短，並建立自我接納與自信，重新建構自我概念與價值，發現其心理調適速度越快，則重返職場的可能性亦相對提高(柯明期，2004；蔡玫方，2006；朱恒瑩，2012)。因此，對於中途致殘視覺障礙者，提供適切的重建服務，有其必要性，以期早日適應障礙，重拾自信回歸社會與職場，進而使其獨立自主尤其重要。

二、視覺障礙者中途致殘後的生涯轉換歷程

(一) 自助後而人助-克服在工作中障礙的不便

小葵在生病治療、復健過後，視力確認已為全盲無光覺的狀態，因此在生活重建大多已能獨立完成後，便開始接觸、學習語音盲用電腦相關資源。在初期兼職工作到後來正職工作的這一路上，因為工作大多時候為團體模式、有同事可以協助合作，因此同事也會協助書寫或製做報表，讓百合可以透過自己的表達完成工作任務，操作電腦時，也會輔以語音系統報讀；真的需要自己書寫記筆記時，就會透過記憶力把資訊背起來、家人與同事也會協助將資料錄成錄音檔或 MP3、或是透過觸覺辨識，一一克服看不見的問題。

阿明則是被診斷為視網膜色素病變，造成周邊視野缺損及剩下一小部分的中央視力，以及微弱的周邊視力。原先透過放大鏡閱讀或將資料影印放大，尚能部分閱讀書寫，

工作上幾乎都是獨立完成任務，但長久累積下來，因為過度用眼而使視力僅剩下看得見物體的窄小視野，幸好職場上及時提供工作內容調整或輔具等職務再設計相關協助，也讓他才漸漸重新找回自我定位與價值。

阿宗則是在就讀大學期間，受到了資源教室的許多幫助，得到閱讀或學習輔具的相關協助，僅透過放大鏡閱讀或將資料影印放大，便能夠閱讀書寫。工作上大多都能獨立完成任務，而進到職場後，由於自己對於職務再設計也有相關概念，因此能夠自行調整工作流程或留意工作環境，讓工作效率與速度能夠更順暢。

綜合以上三位各自克服視力的策略，工具部分有：放大鏡或資料放大、語音資料或報讀軟體等，自己的記憶力更是必備的條件；好比萬明美（2000）、黃俊憲（2002）與陳宛瑩（2014）等人的研究分別指出：職業環境中物品以及人事的支持對有效協助視覺障礙者開展職涯、順利適應工作佔有相當重要的影響力，小葵與阿宗在職業與學習環境中的支持主要是由家人、師友提供的輔具支持為主。而阿明可能因為工作為多人共同分工合作的模式，因此有職場同事協助申請職務再設計，提供有效的職務調整或相關支持。

(二)愛的效應與善的循環-職涯貴人的到來與幫助

回顧三位生涯轉折的歷程，有其共同點皆擔任過公部門的視障電話諮詢員，告知此項訊息的皆是中途致殘後在共同參加訓練時期所認識的視障朋友，誠如小葵在訪問中所說：因為自己踏出來了，開始嘗試學習更多，有一個正在慢慢發酵的感覺，延伸認識了好多視障的朋友，也建立了一些的人脈。彼此成為支持系統，以愛與熱情溫暖了黑暗的世界，並且持續地進行善的循環，接受過貴人相助，三位現在也都用自己的方式給出幫助，小葵目前任職在長照體系，希望在基金會所學，也能帶給有長照需求的視覺障礙者一個希望；阿明目前繼續擔任學校第一線的總機人員服務，背負起服務民眾的使命；而阿宗則持續地為他的夢想所努力奮鬥著，為的就是希望能有一天創業成功，陪伴視障朋友有機會透過自己手心的溫度與指間的力量來雇用身心障礙者，「做自己也做他人生命中的天使」，小葵、阿明及阿宗就是這樣的吧！由此看出，人際資源是三位在進行生涯轉折時的關鍵媒介。

(三)阻力亦助力，障礙的影響與資源的運用

回顧求職過程，三位同樣都有使用過政府提供的身心障礙者就業相關資源，但她們的就業初期恰巧是在我國身心障礙者職業重建服務仍在發展、資源仍在擴充的階段，所

以視覺障礙在他們想要敲開就業大門時是一股阻力，讓她們的工作取得過程中走得步步辛苦。幸好，隨著政策的持續推展，各項資源逐漸完整，部分縣市更成立視覺障礙者職業重建單一窗口提供服務。阿宗在大學階段因為有政府積極推動的大學資源教室，讓他從中得到滋養與更清楚自己的夢想；第一份工作雖然是靠父母親取得，但也是因為有政府推動民間單位建置的身心障礙者就業資源，讓他能以身心障礙者的身分，搖身一變進而成為庇護工場就服員、職業訓練輔導員，就是接受政府培訓支持性就業服務員制度協助後所擁有的，甚至自助後也想要助人、回饋於身心障礙者，自行創業雇用身心障礙者。

小葵同樣過程中，也因為職業重建服務的介入，讓她的精采職涯得以持續穩定下去，並且看到自己更多的可能性，甚至運用到復康巴士在交通上提供的協助，真正的踏出社會、行動獨立；阿明在職業重建服務的介入下，讓他獲得了更多求職的管道，促使自己積極主動的填寫履歷、把握機會，在就服人員的陪同面試下，也順利的得到了穩定的工作機會，甚至也想繼續挑戰公職考試。

萬明美（2000）、黃俊憲（2002）及邱滿艷等（2010a）等人研究指出，視覺障礙者在執業過程中若有就業政策的外在支持會有助於開展其職業生涯，邱滿艷與林洺秀(2015)的調查報告也指出：每位視覺障礙者的影響程度個別化差異大，強調克服職場上困難的方法，必要時結合職務再設計的資源，運用各種創新、可行的方式執行職務再設計，以期讓每名中途致殘的視覺障礙者都能成為寶貴的人力資源。

三、視覺障礙者中途致殘後的生涯發展歷程

（一）使命、信念與優勢

Swavicks（2005）的生涯建構三個向度之一的生涯適應，一個人用以讓自己與工作得以相互適應的信念會形塑了其問題解決策略、也建構其職業自我概念(引自王秀槐、陳珍德，2019)；邱滿艷等人（2010b）也指出影響身心障礙者就業歷程之一的個人要素中，個人信念會影響其作為、展現個人面對執業環境的外顯樣貌；小葵、阿明與阿宗能夠緊握著自己的船舵、奮力划出雙槳、勇渡難關或隨順而下的種種作為中，必定有他們從沒有忘記的永遠相信：小葵認為自己每次的生涯轉換都帶著使命存在，任務完成了就要繼續前往下一站，而支撐她的動力來源就是始終的元氣與正向、衝勁十足；阿明則是一如既往地展現幽默，做好自己份內該做的事，穩紮穩打；阿宗把人生當作挑戰，沒有極限。

三位共同的信念與使命皆為:因為走過崎嶇的道路，苦過深淵裡的苦，展現了對自己生命韌性的疼惜以及對自己生涯藍圖的願景，希望那隻給出幫助的手，是能夠傳遞出獨一無二的溫暖柔潤，就是這樣的動力，讓三位在各自的生涯困境中一次又一次地願意付出所有心力、積極勇敢全力面對，也才能夠一次次地穿越迷霧或再次站起，綻放生命韌性的精彩與美麗。

(二)對未來歷程之嚮往

以現階段而言，小葵與阿明因著年紀已步入中高齡，為 Super 生涯發展階段中之「維持期」，這時期通常一般人都有一定的職場歷練，會更專注於花時間在自己感到重要的事物上，有機會發展新技能，但也已能夠接受自己的極限。小葵與阿明清楚知道自己的視力狀況與工作上可發揮之極限，因此傾向以穩定的工作為滿足，回到比較符合他們理想且熟悉的公務機關工作；而阿宗則尚在 Super 生涯發展階段中之「建立期」後期，多數人在此時會希望擁有一個安定的職位，工作之餘，也積極跟重要的人建立關係，許多人在此時步入婚姻及家庭。阿宗目前以家庭經濟為核心、斜槓工作為目標，期待能夠在職場上闖出自己的一片天。

(三) 統整生涯歷程

生涯並非一劍定江山，也並非一生只能有一次選擇，需要全面考量內外環境及各項變數對生涯之意義，培養對外界不斷變遷的因應能力，探索後需要有實踐的意義與責任的承擔，並且實踐後要能有面對挫折的勇氣，勇氣之後則為再次的抉擇，人生就是一連串抉擇的過程。整體而言，三位研究參與者在中途致殘前的生涯歷程與致殘後的轉換歷程，都能夠展現成熟的自主性，勇於為自己的生涯決定負責，並且懂得考量周遭他人的感受，委婉堅定的表達自己的想法，獲得家人的支持；在心理調適方面，面對逆境時，能夠抱持積極樂觀的態度來面對，甚至阿明更多了屬於他獨特的「幽默」，這樣的信念，讓他們得以度過許多艱難的時刻，循序漸進的朝自己的方向前進。

第五章 結論與建議

生涯是持續進展的，本研究透過深入訪談三位經歷過中途致殘的視覺障礙者，小葵、阿明跟阿宗各自走過中途致殘後不同的生涯歷程，將其敘說之生命故事進行資料分析，也讓人看見從三位故事當中能夠學習與運用之處。

第一節 研究結論

一、家庭支持系統完善對中途致殘視覺障礙者的生涯歷程有正向助益

(一)父母親的全力支持:本研究結果發現，三位研究參與者的家庭支持系統健全、完整，能夠陪伴中途致殘視覺障礙者走過艱辛、困難的生涯歷程，獲得心理及情緒的支持，尚有資訊的取得。父母親對中途致殘的子女通常是心疼、體諒，願意盡全力協助其生活經濟及子女的照顧，就像小葵的娘家與婆家總動員，彼此分工合作，娘家父母親負責照顧小葵，姊姊協助尋找相關資源，而婆家公婆負責照顧孫女，讓小葵可以安心地復健、恢復健康。阿明則是回台確認視力退化後，父親用默默關心的方式，邀請阿明回到自家工廠工作。

阿宗的父母親雖然可能很多事情都幫他做好或有過度的保護及限制，而一度造成親子關係的緊張，然而就像中途致殘的視覺障礙者父母、配偶和其他家屬亦需要心理重建和專業的協助，學習能夠在放手與收手間的拿捏，因此，儘管阿宗的生涯歷程都偏離了父母親的期待或規劃，但這何嘗不也是父母親給予的支持，讓他可以任性的做自己想做的事。

(二)配偶的不離不棄陪伴:同時間，配偶也扮演了舉足輕重的角色。剛開始配偶通常不會排斥，而且很堅強而認命地承擔一家的生計，然而中途致殘者的個性往往變得不易相處，把失去視力的嚴重性無限擴大，浮現人性的負面—過度依賴、懷疑、不可理喻的個性，加上經濟的壓力和子女照顧的負擔，久而久之會有衝突，不斷惡性循環。配偶可能也很委屈，尤其是像阿明的太太，跟著他一起回台灣，初期人生地不熟，就遇到阿明視力出現狀況，太太需要撐起在外面賺錢養家的責任，回家還要應付先生。失去視力的挫折讓人對自己沒信心，變得非理性，兩人的關

係可能開始緊張，甚至有的夫妻先前感情即不好，或經濟本來就拮据，一旦一方致殘，就很快步入離婚或分居之途。

我們看到阿明雖然在足不出戶的六年期間與太太也會為了經濟爭執，但兩人都能夠體諒對方、給予鼓勵支持，無怨無悔地陪伴度過悲傷、絕望，又看到了希望。同時，小葵的先生與阿明的太太也都扮演著重要的交通支持者角色，擔任上班工作的專屬司機，讓兩人可以順利的踏入職場、重拾信心。

綜合上述，家人對三位研究參與者而言是正向的助益，也是讓三位重新建構自我、認同自己的重要關鍵。

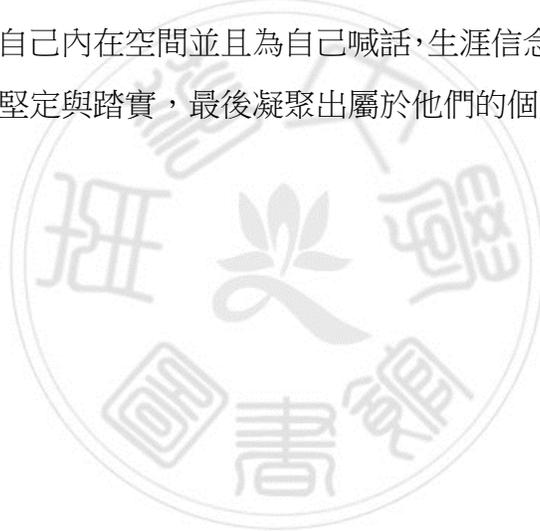
二、社會支持網絡健全對中途致殘視覺障礙者的生涯轉換有重要意義

(一)生活重建服務奠定基礎:三位研究參與者在生涯轉換歷程中，發現共同處為需要運用較強與頻率較高的職業重建與視障相關機構的共同服務。小葵與阿明皆在致殘後參與了愛盲基金會辦理的盲用電腦訓練班與定向能力訓練，盲用電腦的學習有助於獲取外界環境之資訊，與外界人事物的連結，對於中途致殘視覺障礙者而言是有裨益的，而藉由電腦的操作使用也將帶來更多外在的支持與支援。此外，獨立行動能力對中途致殘視覺障礙者的就業與否也扮演重要影響，並影響其職業選擇，而提供無障礙的交通環境亦將有助於重返職場參與工作，在家人無法及時提供交通協助時，政府所提供的復康巴士服務能夠適時地提供一臂之力。

(二)職業重建服務協助重返職場:就本研究而言，身心障礙者權益保障法中的第四章就業權益有關職業重建、職務再設計與定額進用等面向，對中途致殘視覺障礙者進入或重返就業市場與職業工作適應有其助益。小葵與阿明因著定額進用的規定，順利地轉換到目前的職場，搭配職務再設計的申請，提供職務上與環境上的調整，讓兩位能夠在工作上更安全無慮，並且增進工作效率、發揮長才。本研究結果也發現，假使相關機關單位曾經聘用過身心障礙者，則相對對於雇用視障者的接受度較高，如三位研究參與者在目前的職場，皆由於先前單位曾服務過或雇用過身心障礙者，因此對於視覺障礙者並不會感到排斥或歧視；因此如果對於視覺障礙者有些瞭解或接觸之後，對視障者就業的接受度便會增加。

三、中途致殘視覺障礙者的正向生涯信念影響未來歷程

- (一)**強化自我概念與價值:**就本研究而言，個體自我概念轉化成生涯自我概念的歷程中，即是尤其對生涯正向的信念發展出強烈的工作意願，並重視生涯覺察對於工作價值與意義之影響，先前三位研究參與者在致殘前都有工作經驗，提供了在生涯必須面臨轉折時，現有工作的參照與影響，從中引導了正向生涯信念與自我價值的發展，並在外在社會支持網絡的連結下，得以適應現有的工作環境。
- (二)**積極正向的內在信念:**三位在工作中面對障礙的態度同樣都是積極正向的，小葵不刻意將視力視為阻礙，反而努力轉化為與同事互動的媒介，雖然也曾遭遇過被人誤會排擠，但她沒有放棄；阿宗將自己在障礙歷程中的感受化作自己的生涯志願，一步一步實踐著。三位內心底層對於生涯的韌性來源略有不同、各有支持自己走過工作考驗的信念或關鍵語句所帶來的力量，大致可分為內在的力量與生涯信念，內在力量不斷的撐住自己內在空間並且為自己喊話，生涯信念讓三位往工作目標前進的每一步都走的更堅定與踏實，最後凝聚出屬於他們的個人重要信念。



第二節 研究建議

根據研究結論，針對中途致殘視覺障礙者個人、職業重建服務人員與未來研究提出建議。

一、對中途致殘視覺障礙者的建議

- (一)發覺尋求自身內外資的資源，包含家人、配偶、重要人事物所給予的正向支持與協助，把握生涯中的各種機會事件，覺察內在心理歷程的轉變，重新詮釋事件所帶來的意義與價值，從中獲得新生的力量，以能有效因應外在環境的變動與衝擊。
- (二)重視外在社會支持網絡的建構與運用，能有效協助其適應與發展新的生涯職業，並視為一種問題解決的工具或策略，以個人為中心，建構從內而外的生態支持系統，以獲致正向的社會支持，尤以職業重建服務的效益為最，以及職場內的自然支持者。
- (三)積極展現工作動機與意願，提升正向生涯信念，以深化自我效能於生涯歷程中，並適時提出需求，申請運用合適自我需求的職務再設計與輔助性科技於職場就業，藉此增進生涯工作的表現與適應。
- (四)提升教育程度以強化其就業能力，探索各項職種，以瞭解不同生涯可能的方向，以及從各種管道學系有關生活與職業能力，適時地把握每一次可能就業的機會與經驗。

二、對身心障礙職業重建服務人員的建議

- (一)三位研究參與者主要都是自己透過個人人脈或社區網絡取得工作機會，之後在生涯轉換歷程中，藉由職業重建的接力服務，讓工作得以延續下去。而中途致殘視覺障礙者最為熟悉的也會是以自己生活的社區開始，再向外擴展自己的活動範圍，這顯見除了政府透過統一政策提供的共同服務方案或辦法外，「社區本位的職業重建服務」的確有其需求；回到服務對象的需求與福祉結合可能的資源網絡，例如：職重服務人員走入社區，了解在地化生態與需求、在地訓練或視障就業資源開發、連結社區支持或穩定就業相關正式或非資源等，都是幫助中途致殘視覺障礙者能夠就業成功，或穩定保有一份工作的支持方式。
- (二)目前職業重建服務重視的績效都是量化呈現如服務人數與安置結果，這種量化或結果論的檢視方法或許清楚明瞭、而且管理方便更容易呈現服務效益，但將那把

尺或標準框住了，那達成那樣目標中的點滴過程是不是有呈現的方法？服務對象與職業重建人員並肩作戰辛苦走著的身影還有沒有可能好好彼此看見、並且得到支持與肯定？如果有機會，除了服務案量或穩定就業人等數字以外，有合適的機制看見從服務提供者到服務接受者每個人在點滴歷程中的不容易、禮敬那份力量，或許會讓整個服務過程更回到人本的位置上進行，並且創造多方圓滿的可能性。

(三)重視職務再設計對中途致殘視覺障礙者重返職場工作的重要性，就本研究而言，電腦操作能力的培養尤其重要，適時給予申請協助，將有利其發揮工作效益。

三、對未來研究的建議

(一)就研究參與者而言，本研究採立意取樣，但取樣樣本之職業種類與性質較偏向公部門單位的工作，缺乏於私人企業工作之研究參與者，再因敘事探究重視文本反覆之解讀與分析，容易耗時費力，無法選取較多的樣本，以致無法呈現更多樣性的文本內容。

(二)本次研究三位主角有相當不同的成長背景、與就業的時空條件，因此所帶出來的歷程跟信念也就不同；異質性高的主角呈現的故事為多元與獨特，但也相對讓訊息厚度有限或相當個別化，因此建議未來若欲進續針對視覺障礙者的生涯歷程進行探討，建議可針對主題目標聚焦或邀請多位主角進行敘說，充實研究結果的完整性與參考性。

(三)本次研究過程，採個別一對一的訪談，僅單純由研究參與者敘說生涯故事，或許讓參與者的聲音或表現具體清楚受到關注與被聽見，建議可持續邀請不同的敘說者，除了增加資料的豐富度，更能彼此見證，牽引出故事與故事之間的珍貴力量！

第三節 研究省思

還記得當初我想研究、聽故事的初衷，是因為我想要更瞭解我的中途致殘視障朋友們的心路歷程，讓在這個領域工作許久的我，能夠試著走下專業的位階、以同理平等的姿態從中途致殘視覺障礙者的眼光看世界；因此我雖不期待會聽到一帆風順或絢爛美麗的成功範本，但更想要的是珍藏一段段辛苦過後的好不容易跟堅定信念。

走過聽故事與寫故事的日子，我終於明瞭這一路我所追尋的是什麼-故事不只連結了我與兩位主角，更進一步連結了過去、現在與未來的我自己。

一、研究主題的醞釀與反思

當初在做研究前，由於本身已在身心障礙職業重建領域工作十二年的時間，每天與各障礙類別的身心障礙者工作，原先想與工作內容作結合，苦思著研究主題不知為何，雖然主題對象很明確為身心障礙者，但要選擇哪一個障礙類別卻是毫無頭緒，然而事情的演變總是出乎意料之外。就在一個節日的問候簡訊中，前同事-中途致殘視覺障礙者，突然提到想嘗試諮商談談看，經瞭解由於他的視力屬於會逐漸式的退化，對於未知的未來感到恐懼與焦慮，當時突然感到整個人有被觸電的感覺，一股強烈的探索慾望正在腦海中發酵，浮現生涯歷程這個主題，對照自己的生命經驗，現階段也正處於一個轉換的過程，我也曾迷惘、害怕與無助，走到現在才發現原來是用另一種苦難包裝的禮物，蘊藏著超乎想像的希望改變，正在等著我去探索、獲取。因此，除了感到驚訝外，也深深體會到人生中有許多的事情無法照自己希望的劇本進行，唯一能掌握的即是當下。

二、研究歷程的啟發與收穫

從研究參與者的身上，我見證了許多不同風貌的人生經驗。小葵始終樂觀、正向的態度，讓我十分欣賞與敬佩，在她身旁我感受到滿滿的陽光正能量，好像經歷過人生大劫難、生死關頭後，已毫無任何可以打倒她的地方，儘管年齡已為中高齡的階段，但她衝勁十足、永不放棄的精神令我感動之餘也感染著我。阿明外表冷酷，但內心卻是幽默風趣的性格，也使我印象深刻，讓我體認到不管遇到任何事，笑一笑沒什麼大不了；而阿宗更是讓我感受到他敢於冒險嘗試的勇氣，除了佩服他對夢想目標的堅持外，也看見未來身心障礙者就業的希望。

三位研究參與者的生命故事帶給我嶄新的啟發，使我體會到生命無限的可能性，也讓

我更感謝在生死學系的廣大範疇裡學習到了生死諮商，透過三位的生命經驗，真實的呈現了內在失落悲傷歷程，與身為助人工作角色的自己可以如何提供協助，陪伴其走過心理歷程，對我而言，是寶貴的一堂課。此外，我也深刻體會到，人生到處充滿了抉擇，只要你勇敢的繼續往前進，當路走到盡頭時，只要記得轉個彎，走出框架，就能發現新的道路。

三、對自我生命經驗的重新詮釋

經過生涯發展歷程這個主題的研究，我也再次的回顧了自己一路以來的求學與就業生涯，自問如果還能重新再來過，是否會做出不一樣的選擇？或許答案為肯定的，但生命為單行道沒有迴轉、倒帶重來的機會，因此只能將自己的經驗當作服務他人的借鏡。經過內在自我的對話與檢視，發現以往的自己容易過度以目標為導向，全然掌控為核心，導致生命的失衡與挫折，生活中除了要為追求的目標努力之外，其他面向像是與家人間的互動、休閒生活、身心靈健康等，偶爾也需要按下暫停鍵，欣賞瀏覽一下周遭的美好事物，給自己思考與喘息的機會與空間。

當生命面臨不斷卡關時，除了設法解決、突破，也應該思考轉個彎的可能性，才不會讓自己一直限在焦慮、憤怒的情緒裡徘徊。我發現當我真正要面臨生涯轉換的過程，看似灑脫實則不然，由於自身個性掌控性強、不容易放下，也不會去做沒有把握的事，因此在生涯轉換之前猶豫、遲疑掙扎許久。然而當我終於走過這個歷程時，我發現原來我能看到更寬廣的視野，宛如被關在鳥巢裡的小鳥，終於自由的翱翔在天際，讓自己有機會去嘗試、接觸更多的可能性，也終於在幾經百轉千迴下，終於確立自己的夢想，與三位研究參與者一樣努力朝著夢想實踐中。

參考文獻

中文部分

- Carroll, T. (2004)。迎接視茫茫世界—盲的意義、影響及面對 (王育瑜譯)。台北市: 雅歌出版社。(原著出版於1998年)。
- Freeman, J. & Combs, G.(2000)。敘事治療—解構並重寫生命的故事 (易之新譯)。台北市: 張老師文化。(原著出版於1996年)。
- Karen E.W.(2009)。身心障礙者生涯諮商—給實務工作者的教戰手冊(王敏行、賴淑華、戴富嬌譯)。台北市:心理出版社。(原著出版於1996年)。
- Steinar, K.(2016)。訪談研究法(陳育含譯)。韋伯。(原著出版於2010年)。
- 王秀槐、陳珍德(2019)。問世間「生涯」為何物?臺灣大學生生涯概念原型分析研究。教育科學研究期刊, 64(2), 39-68。
- 內政部統計處(2020)。內政統計通報。2022年6月2日。取自
<https://www.stat.gov.tw/ct.asp?xItem=15409&CtNode=3622&mp=4>
- 內政部(2009)。身心障礙者權益保障白皮書。2022年10月12日。取自
<https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnx0YWljaHVuZ2ljZnxneDo1NmU1MDg3ZDY3MDYyNjg4>
- 行政院衛生署 (2008)。身心障礙等級。衛署照字第 0972800153 號公告修正。
- 行政院勞工委員會 (2010)。99 年視覺障礙者勞動狀況調查。2022 年 6 月 15 日。取自
<http://statdb.cla.gov.tw/html/svy99/9903menu.htm>
- 朱芯儀 (2010)。視界有限, 前景有光—一位重度視障準諮商心理師與雇主們互動經驗之敘說研究(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學心理與輔導學系。
- 朱恆瑩(2012)。中途致障者重返職場之歷程探討(未出版之碩士論文)。靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系。
- 朱湘吉(2009)。生涯規劃與發展。台北市: 華立圖書。
- 吳芝儀(2011)。以人為主之社會科學研究議題。人文社會科學研究, 5(4), 19-39。
- 吳芝儀(2000)。生涯探索與規劃:我的生涯手冊。嘉義市, 濤石文化。
- 李亦珍 (2009)。後天失明者復原歷程之敘說研究。國立屏東教育大學教育心理與輔導學系。

- 李英琪(2012)。更好的改變，還是更多的限制?：國際健康功能與身心障礙分類系統(ICF)概念與應用。台北市，財團法人愛盲基金會。
- 余君濤(2020)。打造視障者的 AI 眼睛。2022 年 6 月 2 日。取自
<https://www.grb.gov.tw/search/report/13557455>
- 呂春嬌(2012)。圖書館學與資訊科學大辭典。2022年6月3日。取自
<https://terms.naer.edu.tw/detail/1679123/>
- 汪光慧(2004)。諮商師生涯轉換之質性研究:細說生命的轉彎處(未出版之碩士論文)。國立屏東師範學院教育心理與輔導學系。
- 身心障礙者保護法 (2004)。2022年5月30日，取自
http://law.moj.gov.tw/LawClass/LawOldVer_Vaild.aspx?PCODE=D0050046
- 身心障礙者權益保障法 (2007)。2022年5月30日，取自
<http://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?PCode=D0050046>
- 林志昌(2015)。重度視障女性就業歷程敘事研究(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學特殊教育學系。
- 林金定、徐尚為、郭昱呈(2015)。我國視覺障礙人口與致殘成因長期變化趨勢分析。身心障礙研究季刊，13(2)，107-118。
- 林幸台(2007)。身心障礙者生涯輔導與轉銜服務。台北:心理出版社。
- 林慶仁(2004)。台南市視障者就業狀況與就業需求調查研究。台南市政府。
- 林慶仁(2008)。台南市 97 年視障者就業狀況與就業需求調查研究。台南市政府。
- 林淑玟(2007)。整合殘障概念之模式。特殊教育與復健學報，17，21-46。
- 金樹人 (2011)。生涯諮商與輔導(重修版)。台北市：東華書局。
- 林郁青 (2010)。霧之行者—後天低視力者自我認同發展歷程之生命故事敘說(未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學特殊教育研究所。
- 花敬凱 (2004年11月6日)。影響視覺障礙大學生生涯自我效能發展與生涯決定相關因素之研究。2004年視障教育國際學術研討會，台南市，台灣。
- 邱睿儀 (2004)。影響傑出視覺障礙者職業生涯發展因素之研究(未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學工業教育研究所。
- 邱滿艷、韓福榮、張千惠、許芳瑜、卓婉嫻等 (2010b)。伴隨著「障礙」的就業路。台

- 北市：台灣師範大學特教中心。
- 周美田、周珮琪、李德茂、周立偉(2018)。從生命教育與重建探討中途失明者從事按摩業。**身心障礙研究**，**16(1)**，31-45。
- 柯明期(2004)。**中途失明者適應與重建之研究**(未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學特殊教育研究所。
- 柯平順、呂淑貞、林桂碧(2013)。**102 年地方政府辦理身心障礙者就業促進業務評鑑報告**。行政院勞工委員會。
- 紀彥宙、廖華芳、嚴嘉楓、張光華、邱弘毅、劉燦宏(2015)。現制身心障礙鑑定制度介紹及其執行現況。**社區發展季刊**，**150**，50-76。
- 施欣玫(2006)。**後天性視障者視覺損傷事件經驗知覺與適應之研究**(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學輔導與諮商學系所。
- 桃竹苗區身心障礙者職業重建服務資源中心(2017)。**視障者職業重建與生活重建間轉銜服務現況、困難及對策**。勞動部勞動力發展署。
- 徐文志(2009)。**視覺障礙兒童的教育與輔導**。台南市：國立臺南大學視障教育與重建中心。
- 馬長齡、林慶仁、林怡君、曹愛蘭、鄭潔虹、林義盛(2013年11月2-3日)。**視覺障礙者就業狀況影響因素之探討:以101年度臺南市視障者調查資料為例**。2013視覺障礙教育與重建國際學術研討會。台南市，台灣。
- 陳宛瑩(2014)。**帶著願力穿越迷霧～視覺障礙者的職涯敘說**(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學復健諮商研究所。
- 陳秀雅(1992)。**按摩業相關問題之探討**。**特教園丁**，**7(3)**，45-48。
- 陳向明(2009)。**社會科學質的研究**。台北市：五南出版社。
- 程鈺雄、王明泉、吳永怡、魏俊華、唐榮昌(2006)。**視覺障礙者就業狀況與需求現況調查之研究—以台東縣為例**。2006 國立臺灣師範大學特殊教育學系學術研討會暨中華民國特殊教育學會年會，台北市，台灣。
- 郭孟瑜、林宏熾(2009)。**中途失明成人復原力展現歷程暨運作模式之建構**。**特殊教育研究學刊**，**34**，47-38。
- 梁偉岳(2009)。**視覺障礙者工作表現、工作角色行為及工作滿意度之研究**(未出版之博士論

- 文)。國立高雄師範大學特殊教育學系。
- 勞動部(2020)。108年身心障礙者勞動狀況調查。2022年6月4日。取自
<https://statdb.mol.gov.tw/html/svy08/0841menu.htm>
- 鈕文英(2021)。質性研究方法與論文寫作三版。台北市，雙葉書廊。
- 黃惠惠(2006)。邁向成熟：青年的自我成長與生涯規劃。台北市：張老師文化事業股份有限公司。
- 黃俊憲(2002)。重度視覺障礙者在一般職場適應歷程之研究(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學特殊教育學系。
- 黃馥珍、卓玟君(2009)。敘說研究的探索-從三本敘說分析研究的比較說起。輔導季刊，45(3)，49-64。
- 黃國晏(2015)。中途失明者點字學習之心理調適。國立台灣科技大學人文社會學報，11，281-306。
- 彭作奎、李怡穎、許順發(2009)。視覺功能障礙者就業狀況需求調查報告。彰化縣政府。
- 楊秀如(2017)。一位國小女教師生涯發展歷程與調適之自我敘說(未出版之碩士論文)。國立嘉義大學教育學系。
- 邱滿艷、林洺秀(2015)。視覺障礙者職業重建服務研究(ILOSH103-R334)。勞動部勞動及職業安全衛生研究所。
- 萬明美(2000)。中途失明成人致盲原因及適應歷程之研究。特殊教育研究學刊，19，59-78。
- 萬明美(2017)。視障教育。台北市：五南圖書出版股份有限公司。
- 萬明美、柏廣法(1999)。大學視覺障礙學生畢業後生活狀況之研究。特殊教育研究學刊，17，107-138。
- 蔡玫芳(2006)。職業災害成年肢體障礙者就業復原力研究(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學復健諮商研究所。
- 潘淑滿(2003)。質性研究—理論與運用。台北市：心理出版社。
- 賴筱琳(2015)。視覺障礙者職涯經驗之探討(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學復健諮商研究所，彰化。
- 賴淑蘭、陳貴珍(2009)。成年後失明者學習方案暨參與阻礙研究。復健諮商，3，1-29。

衛生福利部(2023)。身心障礙者統計專區。2023年4月2日。取自

<https://www.dep.mohw.gov.tw/dos/cp-5224-62359-113.html>

韓楷檉、黃瑞峯、黃聖夫(2011)。生涯轉換心理量表之編製研究。《台灣心理諮商季刊》，3(2)，15-35。

鍾思嘉(2008)。《大學生的生涯諮商手冊》。台北市：心理出版社。

謝幸軒(2014)。《成人生涯轉換歷程之敘事研究》(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系。

顏姿卉、陳振明、葉靖雲、江秋樺，(2016)。一位後天視覺障礙者的生活適應與職業選擇歷程之敘說研究。《惠明特殊教育學刊》，3期，45-69。

英文部分

Busacca, L.A.(2007). Career Construction Theory : A Practioner's Primer. *Career Planning and Adult Development Journal*,23(1),57-67.

Hoefsmit, N., de Rijk, A., & Houkes, I. (2013). Work resumption at the price of distrust : a qualitative study on return to work legislation in the Netherlands. *BMC Public Health*, 13,153. doi : 10.1186/1471-2458-13-153

Lukoff, I. F. (1972). Attitudes toward blind persons. *In Attitudes toward blind persons* 1-13. New York: American Foundation for the Blind.

Marin.B(2004).Who Needs Activation, How and When? **Transforming Disability Welfare Policies Towards Work and Equal Opportunities.UK:Ashgate Publishing.**

Smith, B. & Sparkes,A.C.(2008). Narrative and its potential contribution to disability studies. *Disability & Society*, 23(1),17-28.

Savickas, M. L. (1993). Career counseling in the postmodern era. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 7(3), 205-215

Savickas, M. L.(2005). The theory and practice of career construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling : Putting theory and research to work.* Hoboken, NJ: Wiley.

Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* ,144-180.

Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

Turner, K. D. & Szymanski, E. M. (1990). Work adjustment of people with congenital disabilities: A longitudinal perspective from birth to adulthood. *Journal of Rehabilitation*, 56(3), 19-24.

Wittich, W., Watanabe, D. H., Scully, L., & Bergevin, M. (2013). Development and Adaptation of an Employment-Integration Program for People Who Are Visually Impaired in Quebec, Canada. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 107(6), 481-496.



附錄

附錄一

研究參與者訪談同意書

您好，我是南華大學生死學系生死教育與諮商所碩士專班的學生才頌潔。論文主題是「中途致殘視覺障礙者生涯發展歷程之敘說研究」，希望能透過訪談與相關資料的蒐集（包含照片或相關紀錄等）來瞭解您在中途致殘前後生涯發展歷程中的各項經歷，訪談次數至少 2 次，訪談時間每次為 1.5~2 個小時，訪談地點或形式以您方便為主。

本訪談僅提供學術研究之用，不做其他用途，並將依據研究倫理予以保密，僅以姓氏編號的方式匿名之；每次訪談前將以電話方式約定時間，且您若在訪談時感受不佳，亦可立即終止訪談。

為協助我仔細地記錄您的生涯故事，我會以錄音筆作為同步記錄的工具；訪談後會立即由我個人親自以電腦謄打為逐字稿，並邀請您一一審閱，確認逐字稿內容無誤後，才會作為後續分析的依據。資料分析完成後，會再請您閱讀分析結果、確認資料分析的正確性與代表性，並誠心期待您也能給予我寶貴的回饋與建議。

希望透過這段訪談的過程，我們能共同發展與建構此一研究，有您的參與，將能提供更多中途致殘視覺障礙者建立更有自信的生涯發展。

誠摯邀請您成為我的研究參與者，也感謝在這一路上，您所有的配合，此份研究必有您而更加完備。若有相關問題，請不吝指教。

敬祝

平安喜樂

研究參與者簽章：_____

南華大學 生死學系生死教育與諮商組碩士專班

指導教授 陳 增 穎 教授

研究生 才 頌 潔 敬上

中華民國 112 年 2 月 1 日

附錄二

訪談大綱

1. 在視力有問題以前，是讀什麼科系畢業的呢？
2. 什麼時候發現自己的視力有問題？如何確定自己的視力狀況？
3. 在發覺自己的視力有狀況時，您有什麼感受或想法？
4. 視力狀況對您的生活造成的影響為何？
5. 什麼原因需要做生涯上的轉換呢？
6. 在生涯轉換歷程間，您如何抉擇與感受為何？
7. 什麼原因促使轉換到目前的工作呢？
8. 對於目前的工作，您覺得自己的使命、信念與自身優勢為何？
9. 在面對職場的限制與困境時，您是如何面對與處理？
10. 對於未來生涯歷程的打算？
11. 您如何看待自己的生涯歷程經驗？

～～訪談到此結束，感謝您這段時間所提供的寶貴經驗!!～～