

「面對身障鑑定新制，我可以怎麼做？」

指導手冊

編著者：社團法人中華民國殘障聯盟

出版日期：100年12月

# 【目錄】

壹、 前言	P1
貳、 身障者篇：生活中可能面臨的困難以及須要的協助	P2
一、 肢體障礙	P3
二、 視覺障礙	P7
三、 聽覺障礙	P10
四、 心智障礙	P14
五、 燒傷/顏面損傷	P17
參、 家屬篇：照顧障礙家屬所負荷的照顧情形、對生活所產生的影響以及須要的協助	P20
一、 肢體障礙	P21
二、 視覺障礙	P24
三、 聽覺障礙	P26
四、 心智障礙	P29
五、 燒傷/顏面損傷	P31
肆、 模擬練習	P34
伍、 相關資訊	P41

# 【前言】

身障者與家屬每天生活都要面臨許多障礙情況，但常因為習慣、被迫無奈接受、怕給別人添麻煩等等因素，總覺得要自己想辦法解決，或是覺得勉強過得去也可以。其實政府依法必須提供給身障者與家屬各項支持服務，包含教育與就業支持、照顧服務、無障礙交通服務等。

目前多半依身障手冊作為服務取得的認定方式，也就是由政府決定我們可以使用的福利，但未來服務的取得，則會增加需求評估的程序，身障者與家屬可以自己表達，因此不論是身障者或是家屬，都要學習了解並知道如何清楚表達自己的需求，讓服務更貼近自己，避免因為沒有表達而導致評估結果呈現「沒需求」，而得不到實際所需要的支持服務。

這裡分別就身障者與家屬的角度，教導大家如何知道自已的需求在哪裡、須要哪些支持，希望藉由例子，幫助大家思考自己所面臨的障礙處境以及需求是什麼，大家可以想想自己的狀況。以下分別依肢體障礙、視覺障礙、聽覺障礙、心智障礙、燒傷及顏面損傷等障別，列舉出身障者及家屬可能面臨的困難與須要的協助。

# 身障者篇

生活中可能面臨的困難以及須要的協助

## 一、 肢體障礙/脊髓損傷/肌肉萎縮

※「我所面臨的困難以及須要的協助」

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	我沒辦法拿筆寫太多的字，握筆書寫對我來說有點辛苦。	我須要透過觸控式電腦來書寫。
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 到圖書館借書時，書櫃太高我沒辦法自己找書及拿書。</li> <li>2. 書本對我來說太重了，我沒辦法自己拿或翻書，必須靠別人協助。</li> <li>3. 由於我的肢體協調性比較差，沒辦法使用一般鍵盤與滑鼠。</li> <li>4. 我可以自己安排日常的活動，但是因為肢體受限，沒有辦法自己一個人完成。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖書館提供書籍電子化借閱/查詢系統與站立式電動輪椅讓我可以自己找書與取書。</li> <li>2. 我須要電腦週邊輔具，如電子書包、電子辭典、翻書機、軌跡球滑鼠、鍵盤敲擊器等。</li> <li>3. 我須要有個人助理來幫我處理事情，如協助拿物品、購物、烹飪等。</li> </ol>
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 因為使用輪椅，與人交談時高度較低。</li> <li>2. 我的聲音太小，在空曠吵雜的地方我無法跟別人交談。</li> <li>3. 我講話比較慢，可能跟我的呼吸與吞嚥有關係。</li> <li>4. 我全身癱瘓也無法言語，當我需要他人協助或意見表達時，常沒有人發現或無法及時獲得協助。</li> <li>5. 因為我力氣太小，電話按鍵很難按，話筒也太重，無法自行使用手機、電話與外界溝通。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要可以調整高度或站立式的輪椅。</li> <li>2. 希望同行的人可以理解，讓我們到更安靜一點的地方談話。</li> <li>3. 希望談話的對方可以理解我的狀況，多一點耐心和給我多一點的時間把話講完。</li> <li>4. 如果有隨時可自行操作的叫人鈴或溝通輔具，我與照顧者雙方都可更安心，並可更快速的了解我的需求。</li> <li>5. 我須要語音或觸控式手機、無線電話及相關電腦輔具。</li> </ol>
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我必須使用特製電動輪椅行動，但適合的特製電動輪椅價格都太高，政府補助太少，讓我無法完成一般生活行動的需求。</li> <li>2. 家中臥房在二樓，沒有電梯，早</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 政府應該提高輔具補助金額，讓我可以使用的適合的客製化輔具，如口控、下巴控制的電動輪椅。</li> <li>2. 家中須要裝設電梯或是爬梯</li> </ol>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
<p>移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)</p>	<p>晨起來要從二樓沿樓梯一格一格滑到一樓，移位至手動輪椅。</p> <p>3. 雖然我住的地方有行駛低地板公車，但公車常常不靠邊停，我要搭上車還得碰運氣。</p> <p>4. 大多數的低地板公車一次只能停一台輪椅，我得比別人花更多的時間等公車。</p> <p>5. 我住的地方離捷運站太遠，低地板公車又不普及，有時候出門只能靠復康巴士，但是申請限制多又難訂，我臨時有約也沒辦法去。</p> <p>6. 現在無障礙公車不普及，因為我坐輪椅，都不能搭一般公車，出門都要看家人有沒有空載我或是我自己要有改裝的特製汽、機車。</p> <p>7. 自己開車時，需由手動輪椅移位至駕駛座，再將輪椅大輪拆解，才可以方便抬進車後座。</p> <p>8. 自己開車時，最擔心找不到身障停車位。</p>	<p>機，以便利上下樓。</p> <p>3. 政府應向民眾宣導不要把車停放在公車停靠區，司機靠站時也要把車停靠近人行道，我就可以放心上下車。</p> <p>4. 我希望低地板公車的比率可以逐年增加，也希望政府可以推動更為普及的無障礙大眾運輸工具。</p> <p>5. 政府應該要檢討放寬復康巴士的服務辦法。</p> <p>6. 我須要改裝的特製汽、機車與電動輪椅等輔具。</p> <p>7. 我的汽車須要加裝可以抬昇輪椅進車內的設備。</p> <p>8. 政府應該要進行需求調查，並依需求量增加身障停車位；另外，也要加強宣導一般民眾不得佔用身障停車位。</p>
<p>自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)</p>	<p>1. 我沒辦法自行排尿。</p> <p>2. 因為我肌肉無力又無法自己行動，包含穿脫衣服、進食、洗澡等都必須依賴別人。</p> <p>3. 我睡覺時沒辦法自行翻身，有時候家人太累睡太熟，我沒辦法叫她醒來幫我。</p> <p>4. 我可以自己刷牙，但是我刷幾下手就很酸，最後還是需要靠家人幫忙。</p> <p>5. 一般診所的無障礙設施都不太好，常常小病拖成大病才去大醫院看醫生。</p>	<p>1. 我須要導尿輔具，也須要醫護人員教我如何使用。</p> <p>2. 我須要有充足的居家照顧服務，以協助我完成自我照護工作。</p> <p>3. 我須要一台翻身床，就可以不用一直麻煩家人幫我翻身。</p> <p>4. 我須要更輕巧的電動牙刷讓我可以自己刷牙。</p> <p>5. 希望政府可以要求社區診所能積極落實建構無障礙設施。</p>
<p>居家生活 (執行居家和每</p>	<p>1. 家中的開關高度太高我按不到。</p> <p>2. 流理台高度對我來說太高，我沒</p>	<p>1. 家裡的廚房、廁所與整個空間需要做無障礙改善，如裝設居</p>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)	<p>辦法自己煮飯與洗碗。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. 廁所太小，輪椅進不去，我要用爬的進去如廁與洗澡。</li> <li>4. 家裡的大門是推拉門，我坐輪椅很難開關。</li> <li>5. 在家裡我沒辦法自己移位，所以能做的事與活動空間都很有有限，幾乎所有事都需要靠家人幫忙，我甚至不知道我自己的東西放那裡。</li> </ol>	<p>家環境控制器、改變家具高度、重新隔間、改裝門等等。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 我須要政府補助房租，讓我可以搬到更寬敞與無障礙的房子，讓我可以家裡使用輪椅行動。</li> </ol>
人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 住家的管理員每次看到我都會碎碎念，說我只要進電梯，大家都要再花時間等下一部，說我是個麻煩人物。</li> <li>2. 不耐煩的公車司機很多，尤其要協助輪椅上下車會耽誤他們的時間，所以他們常常讓我害怕搭車。</li> <li>3. 因為環境的障礙很少出門，也害怕別人異樣的眼光，容易產生心理自卑，導致人際互動與關係不佳。</li> <li>4. 因溝通與行動障礙，與朋友之間的互動較為疏離。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 希望社區管委會能和管理員進行溝通，也可以辦理一些認識身障者的宣導活動。</li> <li>2. 客運業者應該要加強對司機的宣導與教育訓練。</li> <li>3. 希望可以認識跟我有同處境的障礙者，或是接觸相關身障團體。</li> <li>4. 我須要透過電腦輔具與網路跟朋友保持聯繫，也可以認識與結交許多新朋友。</li> </ol>
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學校的無障礙環境還不是做得很好，某些教室我到不了，有時候只能在教室自修。</li> <li>2. 我很難找到一份正職的工作，除了老闆聽到我是肢體障礙者就拒絕外，很多辦公室門口都有台階，又只有樓梯，我也沒辦法去上班。</li> <li>3. 有些郵局或銀行的儲匯業務設在二樓，但是又沒有設置電梯，我到不了，只能把印章與存摺交給櫃員，我會擔心櫃員是否有正確的幫我處理每筆儲匯交易。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教育部應該要積極督促每間學校要積極改善校園的無障礙環境。</li> <li>2. 勞委會要多推廣與鼓勵雇主聘僱身障者，營建署應該要盡快規範辦公室要設置無障礙設施。</li> <li>3. 金管會與各縣市政府應督促各銀行與郵局要落實設置無障礙設施，讓我可以自行處理交易。</li> </ol>
社區、社交與公民	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 社區中還是普遍存在障礙環</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 鄰里辦公室或公所應該主動改</li> </ol>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
<p>生活 (從事家庭以外之有組織的社交生活,在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)</p>	<p>境,如公園出入口有欄杆、人行道充滿阻礙等等,都阻礙我參與社區活動。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 要找一間可以去用餐的餐廳實在很困難,不是入口處有台階,就是空間太窄或是沒有無障礙廁所。</li> <li>3. 有些電影院的輪椅座位很差,又沒有設置無障礙廁所,我已經很久都沒有去電影院看電影了。</li> <li>4. 很多風景區與大眾運輸場站之間根本沒有無障礙交通工具接駁,我根本無法辦法到達,即使自己開車前往,也很難找到可以住宿的地方。</li> <li>5. 投票所設在沒有電梯的學校二樓,我沒有辦法投票。</li> </ol>	<p>善社區環境,讓我可自由進出行動。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 營建署應該要盡快規範餐廳要設置無障礙設施。</li> <li>3. 各縣市政府、營建署與新聞局等相關主管機關應積極落實電影院應設置完善的無障礙設施。</li> <li>4. 各風景區的主管機關應該與各縣市政府或是交通主管機關協調,開辦風景區與大眾運輸場站之間的無障礙接駁路線。營建署與交通部觀光局應積極推廣飯店應設置無障礙客房。</li> <li>5. 中選會應將投票所設置在無障礙的場所,並提供一些輔助措施讓我可以便利地投票。</li> </ol>



## 二、 視覺障礙

※「我所面臨的困難以及須要的協助」

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我沒有辦法寫字，失明很久了，大部分字也忘了怎麼寫。</li> <li>2. 我眼睛不好了，沒辦法看報紙、讀佛經。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要文件代寫服務。</li> <li>2. 我須要大字體書(佛經)、放大鏡輔具、有聲報紙或報讀服務。</li> </ol>
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可以自行過馬路或搭公車，但經過路口時遇到紅燈右轉車，會讓我變得緊張不安影響獨立行動。</li> <li>2. 遇到陌生人來按我家門鈴，我無法辨認他是誰也不知如何處理。</li> <li>3. 我不知道去哪裡找醫院的電話，也不知道可以怎麼去。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 政府應提供完整的交通號誌規劃以利行動。</li> <li>2. 我須要社區管理員、鄰里長或鄰居協助我辨認來訪者與來訪用意。</li> <li>3. 我須要家人或熟識的社工告訴我醫院的電話，讓我先完成預約，並陪同我就醫。</li> </ol>
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我打電話須要家人先幫我撥打電話號碼。</li> <li>2. 我使用的手機沒有語音播放功能，我無法讀取簡訊，也常常要請朋友幫我查看未接來電。</li> <li>3. 我想要收發 E-mail，但眼睛看不見，使用一般電腦有困難。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要觸摸明顯或字體清楚的按鍵，常打的電話號碼能設定快速鍵。</li> <li>2. 我須要一隻語音手機，可以報讀各層選單、文字簡訊、通訊錄與來電號碼等功能。</li> <li>3. 我想得到購買盲用電腦的經費補助，也想要接受使用訓練。</li> </ol>
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)	我因為看不清楚，外出常找不到地方，也經常跌撞受傷，晚上更不敢外出，什麼都看不見。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要接受定向行動訓練服務。</li> <li>2. 政府應設置顏色對比清楚的大字體路標，夜晚時街道的路燈也須光線充足。</li> <li>3. 希望政府可以推動視障者計程車特約服務，讓我可以比較優惠的價錢搭車；也希望公車可以定時、定點停靠，讓我可以自己搭乘。</li> </ol>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
<p>自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)</p>	<p>我看不見藥袋上的字，連藥都吃錯，我也須要有人陪同就醫。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 醫療院所應提供特殊藥袋或藥盒。</li> <li>2. 醫療院所應提供陪同就醫服務，以協助我掛號、看診、拿藥與用藥。</li> <li>3. 醫療院所應提供無障礙設施與服務。</li> </ol>
<p>居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我倒茶常滿出來燙到，自己不會做飯，可以自己洗衣服、晾衣服、打掃等，但是沒有辦法整理得很乾淨，家裡很多東西壞了我都不知道，像是客人來家裡說燈不會亮我才知道，我也不會處理。</li> <li>2. 因為看不見，購買日常用品時無法挑選我須要的物品，買衣服也會出問題，之前不知道自己買了一件很透光的裙子，是朋友告訴我才知道的。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要學習與訓練我的生活自理能力，以維持個人獨立生活能力。</li> <li>2. 我須要居家服務員定期來幫我整理家務，協助我將物品分類，也查看家裡是否有物品須要更換或清理。</li> <li>3. 我須要居家服務員可以代購物品，或是陪我去挑選、購買。</li> </ol>
<p>人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)</p>	<p>鄰居和管理員對我不太友善，我完全不會和他們打招呼，萬一發生什麼事，我想都不會有人發現。</p>	<p>我須要家人協助我和鄰居打招呼，也希望社區管委會能和管理員進行溝通，有機會可以辦理一些認識身障者的宣導活動；如果社區有辦理一些活動，我希望有家人或社工能陪我一起參加，讓大家多認識我。</p>
<p>主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我想要工作，體力不好不適合做按摩，但眼睛看不見，能做什麼其他工作?打電話四處問都沒有人要僱用。</li> <li>2. 家裡不符合低收入戶資格，我唯一的月收入是政府給的身障生活津貼，家人也只能給我住的地方，還要幫我養2個離婚留下的孩子，我想要減輕家人負擔。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要有穩定維持生活的收入，希望生活津貼的請領資格可以放寬，或者是可以參與政府開辦且適合我的職業訓練和就業輔導。</li> <li>2. 銀行應提供視障語音提款機。</li> </ol>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
社區、社交與公民生活 （從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。）	3. 我想要自己去銀行提款。  我希望能自主投票，而不是別人代我圈選。	投票所應設置無障礙設施與協助視障者圈選的投票工具，中選會也應該加強對選務人員的宣導與教育，以協助身障者完成投票。

### 三、聽覺障礙

※「我所面臨的困難以及須要的協助」

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
<p>學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每天看新聞，主播跟記者講話都沒有字幕，新聞標題又很簡短，我常常要問別人，才知道發生什麼事。</li> <li>2. 不論是申請入學或學校的畢業要求以及求職等，常會規定要參加語言能力檢定考試，我沒有辦法通過聽力測驗。因此沒有辦法順利畢業、順利求職。想要出國唸書也不可能了。</li> <li>3. 因字彙理解能力有限，接收新資訊與技能學習需較長的理解時間。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要新聞節目提供即時字幕或是手語翻譯，讓我可以知道完整的新聞內容。</li> <li>2. 國內的全民英檢已針對聽覺障礙者予以免試聽力及相關計分配套；托福或多益屬於國際性語言能力檢定考試，聽障者可申請免試聽力，但聽力測驗項目不予計分。配套措施可以更完善，也要加強宣導。</li> <li>3. 政府或民間企業在提供資訊時，應盡量簡化文字或是在旁邊加上圖像，並有了解聽障者溝通特性的人來協助學習。</li> </ol>
<p>一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)</p>	<p>老師每次交代功課都說得很快，也很多項，我因為聽力不好，常常誤會，也會漏掉一些項目。</p>	<p>我須要老師慢慢說，並將交代的功課的項目寫下來，我可以再依寫下的項目跟老師再次確認。</p>
<p>溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在路上發生車禍、買賣糾紛、事故等，當我需要幫忙時，我不知道向誰求救，對方看不懂手語、聽不懂我講話、沒有辦法溝通，還可能會因為無法溝通讓對方產生誤會，認為我沒有誠意解決事情或是想要逃避。</li> <li>2. 公司要開會的時候，我沒有辦法同時看好幾個人的唇型，並</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我會隨身攜帶溝通用的紙筆、或將緊急溝通用的簡訊預先打好存在手機裡，可以直接將簡訊拿給對方看。如果發生事故時，我可以要求警察等到手語翻譯員到現場後再詢問。或是縣市政府應成立線上手語翻譯平台，讓我可以即時聯繫與求助。</li> <li>2. 我須要同事/同學先提供討論</li> </ol>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
	<p>邊聽討論；或是同學要分組報告討論，對我來說也是很困難的事情，我只好主動或是常被動不參加會議，有時直接被告知討論結果。</p> <p>3. 老師要求要口頭報告，但是我沒有辦法說話，或說的很不清楚，口頭報告的要求讓我很煩惱，我總是擔任幕後工作者，無法上台報告。</p>	<p>綱要，並透過線上文字討論或是同步打字的方式讓我了解討論內容，會議結束後再要求看會議紀錄確認開會與討論的內容。</p> <p>3. 我會先把要報告的內容打好，請同學幫我念，或是請會手語、聽得懂我講話的同學幫我翻譯給大家聽。</p>
<p>行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)</p>	<p>1. 我搭客運、公車時，站務人員都用廣播或直接喊站名，我不知道我該不該上車、該上哪輛車，我不敢自己搭大眾運輸工具，一定要家人接送或是陪同。只能在特定城市搭乘特定交通工具，行動能力受到限制。</p> <p>2. 開車的時候如果後面有救護車、警車在鳴笛，我聽不到，是看到大家慢慢開走才知道有車子要緊急通過；有時候救護車、警車只閃燈不鳴笛，我以為有緊急狀況趕緊讓路，卻造成其他駕駛人的困擾。獨自駕車時會覺得焦慮，擔心遇到救護車或警車時到底應該如何反應，對於駕車會退縮甚至不開車了。</p> <p>3. 我想搭計程車，但是我沒辦法打電話叫車，只好親自到路口等空車，我得比聽人花費更多的時間等車，如果在交通不方便的地方，要等到空車更是困難。</p> <p>4. 搭計程車時，聽不懂司機在講什麼，常常要比手畫腳或是用筆談。</p>	<p>1. 大眾運輸工具的車站與車內應設置醒目的跑馬燈字幕，顯示時間、班次與相關乘車資訊。</p> <p>2. 警政署與消防署應修改相關規範，規定救護車、警車只有在緊急狀況發生時才可同步閃燈與鳴笛，避免聽障駕駛人無所適從。</p> <p>3. 計程車業者可以設置網路叫車平台或是與超商合作，讓我可以直接透過網路、手機或到超商叫車。</p> <p>4. 計程車可以設置電子溝通設備。</p>
<p>自我照護</p>	<p>生病去看醫生，醫生不會手語，或</p>	<p>1. 我會請醫生跟我用筆談溝通，</p>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
(照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)	是戴著口罩，我沒有辦法自己跟醫生溝通我的病情，一定要有家人或朋友陪我就醫。如果他們都沒空，我就不去看醫生了。	也把手語翻譯員協助溝通。 2. 衛生署應針對醫護人員進行教育訓練，包含了解聽障者溝通特性、學習手語等。
居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)	1. 獨自居住一樓層，兒女在樓上，樓層無相連，若有緊急事故難在第一時間讓他人知道。 2. 因為我聽不到聲音，不能聽到垃圾車來的通知音樂，倒垃圾的話要看鄰居有沒有人願意通知我們。	1. 政府應提供居家無障礙設施的改善費用，讓我在家中裝設緊急求助閃光設備，也需要有緊急救援系統，可以通知家人。 2. 環保局應請鄰里長協助公告垃圾車到的時間，並要求垃圾車應定時定點到達。
人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	因為聽覺障礙，無法完全融入周遭的人際關係。	縣市政府應成立線上手語翻譯平台，讓我可以隨時聯繫並與他人溝通。政府與身障團體應推廣手語，讓社會大眾了解手語也是語言的一種，不應該用異樣眼光看待，也鼓勵大家多學習使用。
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	1. 學校考試的聽力測驗或是音樂課的才藝表演，對我來說都相當吃力。 2. 我想要念進修班，但是手語翻譯不好申請，還有許多網路與電視上的教學影片都沒有字幕，我都聽不懂在講什麼。 3. 有些雇主覺得我聽不到，不能接受我用筆談或不能接聽電話，我找工作有困難。 4. 辦信用卡時，銀行要求以電話	1. 我須要老師改變測驗方式或調整考試方法。 2. 政府應該放寬手語翻譯的申請規定，也要多投入一些經費，這樣才可以符合需求量。上課時老師應提供文字投影片，並請專人做同步打字。網路與電視上的教學影片應加上字幕。 3. 勞委會應鼓勵雇主僱用身障者，並宣導可以申請職務再設計，或是透過廠商與學校的建

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
	<p>確認身分，但是我沒有辦法接聽電話，銀行以無法向本人確認資料為由，拒絕核卡。為此我得特地請假臨櫃辦理，非常不方便。</p> <p>5. 銀行設置的提款機旁，會設有緊急電話，但是我是聽障者無法打電話，如果提款發生問題時，要怎麼辦？</p>	<p>教合作模式，讓我習得技能又不會有就業困擾。</p> <p>4. 我希望銀行可以了解聽覺障礙者要用「電話語音」確認身分的困難，改以網路驗證碼或其他方式，讓聽障者可以方便取得信用卡，從事消費活動。</p> <p>5. 提款機旁除了設置緊急電話外，也要設置聽障者可以使用的處理系統。</p>
<p>社區、社交與公民生活 (從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)</p>	<p>1. 我沒辦法聽到風景區、博物館、美術館的語音導覽，還有館內都使用廣播，如果沒有人在我旁邊幫我提醒或翻譯，我根本不知道發生什麼事情，我必須要找陪我去、幫我翻譯，如果沒有人陪，我自己去這些地方會覺得無聊，會不喜歡去。</p> <p>2. 我想去看舞台劇、歌舞劇、舞蹈表演，但是這些表演沒有字幕，我去了也沒辦法融入，也不清楚主持人介紹的內容，雖然很想欣賞，但還是算了。</p> <p>3. 同事、朋友要聚餐向餐廳訂位時，如果沒有線上訂位服務，我沒有辦法自行打電話訂位，要請別人幫忙打電話，不能自己處理聚餐的事情。</p> <p>4. 召開里民大會時，我不知道大家在討論什麼。</p> <p>5. 遇上關於法律方面，必須有手語翻譯員陪同翻譯，但是因為指派的手語翻譯員一直換人，不斷重覆溝通造成許多困擾，勝算機會不大。</p>	<p>1. 風景區、博物館、美術館等場館需將導覽內容轉為文字、圖像訊息或以手語呈現，例如影片加上字幕、提供手語翻譯。館區內也應設置跑馬燈字幕，可即時提醒表演、播映或緊急事項。</p> <p>2. 劇院的觀賞區應安排聾人/聽障席次及手語翻譯員或字幕，呈現表演內容、台詞或劇情。</p> <p>3. 餐廳業者可以增設網路或簡訊訂位服務，讓聽障朋友可以自行訂位。</p> <p>4. 村里辦理公共事務的活動時，應提供手語翻譯服務。</p> <p>5. 為了確保我可以擁有公平的司法審判權，要多培訓具有法學素養的手語翻譯員，也應讓固定的手語翻譯員來協助我。</p>

#### 四、 心智障礙

※「我所面臨的困難以及須要的協助」

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我可以去商店買東西，會簡單的算數，但是如果金額太大，我就不會算了。</li> <li>2. 我會聽別人說的話，知道他要做什麼，但是如果說的太快或是說的太多，我就會弄不清楚。</li> <li>3. 我懂得一些文字，可是太複雜的我可能就看不懂，樣子長得很像的字我也可能會弄錯。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要帶計算機協助我算數，或是家人、朋友陪我一起去。</li> <li>2. 我須要跟我說話的人說慢一點，可以停下來問我聽到什麼了，知道我聽清楚了再繼續說。</li> <li>3. 我須要家人把要我看的東西弄簡短一點，不要有太多的文字，最好有圖片或者有事件發生順序的圖畫/相片來幫助我閱讀。</li> </ol>
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我可以做清潔打掃的工作，但是家人一次說太多要做的事情，我記不起，也搞不清楚，家人以為我不想做或不會做。</li> <li>2. 我通常要花比較多的時間才能弄明白第一次嘗試做的事，我不一定是不會做，只是沒有做過。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我希望家人可以慢慢對我說需要做的事情，也可以用圖片提醒我。</li> <li>2. 我須要家人或社工可以在我第一次從事各種事情的時候，陪我弄清楚每個細節，只要有人示範或是提醒我每個步驟，我就可以慢慢的學會。我也需要有更多的練習機會來讓自己越做越好。</li> </ol>
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我可以跟別人簡單的打招呼，但是別人講話中有很多名詞我聽不太懂。</li> <li>2. 我的動作與說話的姿勢不是很好看，但是我不是不要說，也不是不想說，其實我只是沒有準備好。</li> <li>3. 我沒有流利的表達能力，但不表示我不想表達，我可以用不同的方法來表達我的意思，但是大家可能不習慣。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 希望跟我說話的人了解我的狀況，可以有耐心聽我說或對我解釋。</li> <li>2. 當我說話的姿勢不美觀的時候，希望跟我說話的人不要不耐煩，也可以試著猜猜我的想法，並給我長一點的時間與不一樣的方式慢慢表達。</li> <li>3. 如果我說不出來，請接受我用不一樣的方式跟大家溝通。</li> </ol>
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我會搭固定的公車出門，但是如果要我中途去別的地方，我就不知道要怎麼辦。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 若是有特別行程，希望家人或是社工可以事先告知我，並和我一起規劃行程。</li> </ol>



類型	困難/障礙環境	我須要的協助
<p>由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>我搭公車使用悠遊卡時，有的機器感應後會嗶三聲，有的會直接說「愛心卡上車」，我每次都感覺司機與乘客用異樣的眼光在看我。</li> <li>如果路口沒有設置紅綠燈或是常閃黃燈，我不知道應該如何過馬路。</li> <li>我想要考機車駕照，這樣要外出或工作才比較方便，但是交通號誌太難，也沒有人先教我怎麼騎機車，我都考不過。</li> <li>我常搞不清楚方向，沒有走過的路就很容易就會迷路。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>我希望搭公車感應悠遊卡時，不要有特別的聲音，也不要直接說出愛心卡。</li> <li>希望可以依交通流量設置紅綠燈，閃黃燈的路口則可設置「欲過馬路，先按此鈕」的裝置。</li> <li>希望社福團體可以舉辦考照訓練班，讓我可以反覆練習筆試與路考的內容。</li> <li>政府應該設置更清楚的路標，我也須要家人或社工協助我做外出的行前準備與規劃，也陪我走一次或是提醒我可以怎麼到我想去的地方。</li> </ol>
<p>自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>我有時候穿衣服會穿反、釦子會扣錯、不太會綁鞋帶...</li> <li>我不太知道自己月經什麼時候來，也不太會使用使用衛生棉。</li> <li>我有時洗澡會忘記洗某些部位，也沒有洗乾淨。</li> <li>我有時候會忘了吃藥。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>我須要家人或生活訓練員教我怎麼穿衣服、怎麼使用衛生棉等。也可以提供給我穿脫衣服的輔具讓我知道怎麼正確的穿脫衣服，或是給我示範的圖片讓我可以照步驟做。</li> <li>我須要洗澡步驟的示範圖片讓我可以照步驟做。</li> <li>我須要親友或是用定時器提醒我用藥。</li> </ol>
<p>居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>我不會自己準備三餐或換洗衣物。</li> <li>家人說讓我使用瓦斯爐、微波爐、洗衣機等家電用品太危險，都不讓我自己操作。</li> <li>我想要自己住，但是家人都說我還不太會照顧自己。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>我須要居家服務員幫我料理家事。</li> <li>我希望家人可以教我怎麼使用電器用品，並多讓我使用，這樣我也可以自己處理家事。</li> <li>我須要家人信任我，並給我機會協助我學習處理自己的生活，並有社工教我如何自立生活。</li> </ol>
<p>人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>媽媽說我自己都沒辦法好好照顧自己，不同意我結婚、生小孩。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>我須要社工跟我的家人溝通，減少我媽媽的疑慮，也希望社工可以對我的結婚與生小孩計畫提</li> </ol>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. 男友的家人知道我是精障者後，非常反對我們結婚。</li> <li>3. 大家對精神障礙者都有負面印象，我的鄰居老是在背後說我是瘋子，不知道哪一天會發病。</li> <li>4. 我也想交朋友，想跟朋友一起聚餐或出去玩，但是家人都說會有危險，不准我去。</li> </ol>	<p>供相關的協助資源。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. 希望新聞報導減少對精障者的負面報導，多點教育宣導，讓大家認識精障者。</li> <li>3. 我希望家人給我機會讓我多認識一些朋友，教我怎麼樣和朋友互動，如果擔心我被騙或發生危險，可以告訴我遇到危險要怎麼辦、要怎麼避免、要跟誰求助等等。</li> </ol>
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 同學都說我頭腦不正常，不願意跟我在一起。</li> <li>2. 媽媽說我雖然長大了，但頭腦不好，會被人騙，爸媽工作都很忙、很辛苦，要我乖乖在家。</li> <li>3. 我想要找一份工作，但是不知道要怎麼寫履歷表，也不知道面試時要怎麼應對、要穿什麼衣服。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學校老師應該對學生進行教育宣導，讓大家認識身障者，願意和我們相處。</li> <li>2. 我須要社工與就業服務員支持我外出工作，也讓我媽媽放心並相信我有工作能力。</li> <li>3. 我須要學校老師或社工教我如何找工作，並指導我寫履歷表，也告訴我面試時要怎麼穿、怎麼說。</li> </ol>
社區、社交與公民生活 (從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 社區的游泳池與公園標示精神障礙者禁止進入，我又沒有傳染病，看起來令人很不高興。</li> <li>2. 我想參加社區的社團，但是家人說我什麼都不懂，社區不會讓我參加。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 游泳池與公園的管理單位應該移除這樣歧視的公告。</li> <li>2. 社區的社團可以用簡單易懂的方式告訴我參加社團應該要遵守的規則，家人或社工可以陪同我一起參加，協助我了解活動的進行並解決問題，讓我也可以參加自己喜歡的活動。</li> </ol>

## 五、 燒傷/顏面損傷

(可能具有肢障、視障、聽障者會面臨的障礙情境，可以參考以上例子)

※「我所面臨的困難以及須要的協助」

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我的手指及掌關節因為疤痕攣縮，沒有辦法順利抓握、伸展，讓我書寫和打字都非常費力。</li> <li>2. 由於腫瘤增生壓迫視神經、聽神經，讓我的視力、聽力衰退。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要書寫、繪圖、打字輔具。</li> <li>2. 我須要視障、聽障的相關服務資源與輔具。</li> </ol>
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	無	無
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	由於手指無法靈活運用，撥電話需要旁人先幫我撥打電話號碼，接聽手機、電話也要人幫我按接聽或是拿起聽筒。	我須要大按鍵的手機或電話，常打的電話號碼能設定快捷鍵，也須要有免持聽筒功能的電話。
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我因為身體大面積燒傷傷口、疤痕攣縮影響身體關節活動功能，讓我無法自己改變身體的姿態，要四處移動也有很大的困難。</li> <li>2. 我因為腋下疤痕沾黏攣縮，讓我手臂抬不起來，讓我沒有辦法從家中較高的櫃子拿東西。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要居家服務員協助我日常移動，也須要治療師提供復健服務。</li> <li>2. 我須要生理復健服務、手術治療、居家收納空間改善等。</li> </ol>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
<p>工具來移動。)</p> <p>自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我因為手沒有辦法抓東西，肩膀和手肘活動受限，所以我洗澡很吃力，背後常常洗不乾淨。此外，我沒有辦法用筷子、湯匙吃東西，加上我的嘴唇外翻變形，吃東西、喝水都會漏。</li> <li>2. 因為我的腳無力，坐在馬桶上就會站不起來；而且我的手伸不到後面，沒有辦法擦屁股。</li> <li>3. 我的手指變形了，沒有辦法扣扣子、拉拉鏈，腳也站不穩，除了大件的T恤和運動褲，其他衣服或襪子我都沒辦法自己穿。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要居家服務員協助我洗澡、吃東西，等到我復健比較進步後，居家服務員或治療師可以教我怎麼用洗澡輔具、進食輔具，讓我可以自己洗澡、吃東西。</li> <li>2. 我須要免治馬桶或增高馬桶座等如廁輔具來協助我上廁所，也須要家人或居家服務員協助我上廁後的清理。</li> <li>3. 我須要穿衣用輔具或是居家照顧服務。</li> </ol>
<p>居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)</p>	<p>因為沒有辦法久站、手沒有辦法握鍋鏟，所以我沒有辦法自己煮飯、幫小孩包便當、洗衣服。</p>	<p>我須要居家服務員可以代購日用品、協助做家事。</p>
<p>人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我的容貌改變了，很多日常生活中與人的互動會造成我的壓力。我不知道辦公室的同事(學校的同學)會怎麼看我？走在路上人家會怎麼看我？紅白帖和小孩的親師會通知，我要不要去呢？小孩會不會因為我被人家笑。我的先生(太太)會不會因為我變醜，所以不要我了。</li> <li>2. 從小看我長大的鄰居，常常跟我和我家人說「好可惜，以前長得這麼漂亮，現在毀容了」。我家人和我覺得壓力好大；我現在沒</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要心理諮商師協助我建立自信，讓我知道怎麼處理人際之間的壓力以及社會適應。</li> <li>2. 希望政府與社福團體可以多做些宣導，讓社會大眾了解我們，並接納與尊重我們。</li> <li>3. 希望社工員或諮商師可以提供家庭諮商和個別諮商，重建我的自信和信任感；讓我們夫妻雙方可以體諒彼此的擔心和壓力，繼續攜手走下去。</li> </ol>

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
	<p>有辦法出門，可以的話我好想搬家。</p> <p>3. 搭車的時候，其他乘客總是盯著我看；我的座位旁邊永遠都是空的；這有時候讓我很不舒服。有時候去餐廳吃飯，服務生的態度不是很好，讓我覺得很生氣。</p> <p>4. 有些路人會跑來跟我說，一定是你媽媽懷孕時做了什麼，或是你上輩子做了什麼所以才會長這個。然後就叫我要信什麼或是要修行之類的。</p> <p>5. 我的外觀改變了、手變形、身體很痛，什麼都不能做，我很沮喪，總是跟另一半吼說，為什麼要救我！但又很擔心他會不會拋棄我，不管他怎麼說好話我都不信。</p>	
<p>主要生活領域 （進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。）</p>	<p>1. 我每個月都需要去治療，但是學校和我的老師不理解為什麼我每個月都要請假。</p> <p>2. 我想要工作，但是只要是要接觸客戶的工作，幾乎都會碰壁。有些是一去面試還沒坐下來，就說「我們已經找到人了」。</p> <p>3. 我本來是鋼琴老師，手指燒傷以後變得不靈活，我沒有辦法再教琴了。</p>	<p>1. 希望社工可以跟學校老師說明我的治療需求。</p> <p>2. 勞委會應多向雇主宣導與鼓勵聘僱身障者，我也須要就業服務，協助我在面試時和雇主溝通。</p> <p>3. 我須要職業探索、職業重建等服務。</p>
<p>社區、社交與公民生活 （從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。）</p>	<p>我受傷之前很喜歡游泳。受傷後因為傷口沒好、手腳不靈光，好一段時間都沒有辦法去游。好不容易治療師說我可以去游泳，但是其他人看到我會跑開，救生員還懷疑我有皮膚病，不准我下水。</p>	<p>政府與社福團體可以多做些宣導，讓社會大眾了解我們，並接納與尊重我們。</p>

# 家屬篇

照顧障礙家屬所負荷的照顧情形、對生活所產生的影響  
以及須要的協助

## 一、 肢體障礙/脊髓損傷/肌肉萎縮

### ※ 我所負荷的照顧情形

類型	協助情形、方式
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	我須要幫他準備所有他學習要用的各項教材、文具，我常常要一邊工作一邊協助他，忙得不可開交。
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	他雖然可以自己安排日常生活，但是因為肢體受限，我要常常在旁邊協助他。
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	為了他使用上的需要，我要花時間去找及添購方便他使用的溝通設備。
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)	復康巴士很難預約，無障礙公車又不普及，我必須要常常開車接送他外出。
自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要協助他進食、如廁、穿脫衣物與清潔身體。</li> <li>2. 晚上我必須要協助他翻身、喝水、導尿等照護。</li> <li>3. 我須要協助他外出就醫復健。</li> </ol>
居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要負責購物，也要負責處理大部分的家事。</li> <li>2. 我須要聯絡輔具中心與廠商，來做居家環境無障礙的改善。</li> <li>3. 家裡太小導致他無法在家使用電動輪椅行動，所有移位都需要靠我協助，我也常要抱著他移位。</li> </ol>
人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	無
主要生活領域	我們家到他就讀的學校之間沒有無障礙的交通工

類型	協助情形、方式
(進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	具，復康巴士又很難預約，學校又只提供交通津貼，我要每天載送他上下學。
社區、社交與公民生活 (從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)	我要常常向里長、社區內的餐廳等管理者反映，希望他們可以改善無障礙環境。

※ 照顧障礙家屬對我生活所產生的影響

影響層面	情形
生理	1. 長期睡眠不足。 2. 我們家沒有電梯，每天抱上抱下的，我的腰、手和背常常都很酸。 3. 要抱他移位到輪椅、床及廁所等，長期下來腰部都會受傷。
心理	1. 我擔心未來他找不到一個伴，等我老了之後，誰照顧他？ 2. 我每兩、三天早上都必須預約復康巴士，以便他可以去就醫，復康巴士電話很難打，我總是擔心預約不到，讓他沒辦法順利就醫。 3. 看著他的體力一天天的退化，我感到憂心。
經濟收入	1. 為了要買輔具與負擔醫療費用，我到處籌錢，還要兼差工作。 2. 請看護所需的費用佔我薪水的三分之二，我還要負擔房貸，經濟壓力很大。
生活獨立	無
人際互動	無
職場工作	為了要照顧他，我沒辦法做全職工作，影響收入。
學校教育	無
休閒娛樂	1. 到處都是障礙環境，到哪裡都對他很不方便，漸漸都不出去玩了。 2. 長期陷入照顧者的角色與生活模式，再也沒有休閒生活、學習與成長的機會。
其他	無

※ 我須要的協助

支持項目	情形
協助照顧身心障礙者	1. 我須要居家服務員可以協助照顧。 2. 我有時候需要外出開會、拜訪客戶，須要居家服務員可以到家裡幫我照顧一下。
協助跑腿、購物	沒特別需求。
協助清潔工作	我又要工作又要照顧他，有時候希望居家服務員來分擔家事。
協助準備三餐	希望居家服務員可以偶爾幫忙弄個幾頓飯，讓我休息一下。



支持項目	情形
提供經濟協助	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 政府提供的看護費用補助能提高。</li> <li>2. 政府提供居家無障礙環境改善的費用補助能提高。</li> <li>3. 政府提供的輔具費用補助項目不夠、金額太少，我還要自己負擔很多費用，希望可以增加項目與補助金額。</li> <li>4. 政府提供給我們房租的補助，讓我們可以搬到大一點的房子，讓他可以使用電動輪椅在屋子裡自己行動。</li> </ol>
提供經濟及財務處理建議	沒特別需求。
提供照顧所需的資訊或方法	為了照顧他，我要了解復健、骨骼保養、睡眠、呼吸、肌肉生長…等等層面的專業醫療照護知識，希望可以綜合門診或醫療諮詢窗口。
遇到困難挫折有人可傾訴	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要社工或心理師能定期輔導及關懷，以幫助我釋放心理壓力。</li> <li>2. 當我遇到制度層面的問題，需要申訴時，須要社工協助我解決問題。</li> </ol>
其他	我須要有全家可以共同參與的活動，讓我們享受一般家庭的休閒生活。

## 二、 視覺障礙

### ※ 我所負荷的照顧情形

類型	協助情形、方式
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	我要學習如何自製額外的教具(例如觸摸地圖)，還要幫他抄寫筆記，回到家後自己再反覆教他。
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	我要常常幫他找東西，還要提醒他什麼時間要做什麼。
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	他因為看不見無法模仿一些身體的姿勢，他小時候我要一直訓練他如何翻身、坐、站…等。
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)	我須要陪同他外出，帶他去上學、看醫生等。
自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)	我須要協助他進食、如廁、穿脫衣物、清潔與照護身體。
居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)	我必須要負責購物以及做家事。
人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	他因為看不到，不會和人主動打招呼，我要幫忙他打點鄰居關係。
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	他無法適應學校生活，我要多和老師溝通，有時也會有來自其他家長的壓力。
社區、社交與公民生活	我帶他去公園玩，被別的家長說我小孩怎麼生這

類型	協助情形、方式
(從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)	樣，異樣眼光讓我很難受。

※ 照顧障礙家屬對我生活所產生的影響

影響層面	情形
生理	我常常覺得倦怠。
心理	我擔心他眼睛看不見，一個人出去可能會發生意外或被欺負，壓力很大。
經濟收入	為了要照顧他辭去了工作，家庭收入從雙薪變單薪，加上視障相關輔具都很貴，我有不小的經濟負擔。
生活獨立	我要承擔教育孩子的責任，欠缺獨立的生活空間與時間。
人際互動	為了要照顧他辭職後，每天和他在一起，我和親朋好友的互動比較少，擔心與親朋好友的關係變疏遠。
職場工作	1. 政府所提供的臨時托育與相關照顧資源不足，我經常要向公司請假帶他去看醫生或做復健。 2. 為了要照顧他而辭去工作，我怕以後無法重回職場。
學校教育	無
休閒娛樂	為了要照顧與教育他已經讓我精疲力盡，我沒有多餘的時間與力氣去想休閒娛樂。
其他	無

※ 我需要的協助

支持項目	情形
協助照顧身心障礙者	1. 我對於眼科疾病的知識不足，很擔心他視力惡化後對生活的影響。 2. 我須要學校提供視障特殊教育以及視障學齡學生的課後輔導教學。
協助跑腿、購物	沒特別需求。
協助清潔工作	沒特別需求
協助準備三餐	沒特別需求
提供經濟協助	他須要的輔具費用都不便宜，我還要常常開車接送他，負擔很大。
提供經濟及財務處理建議	沒特別需求。
提供照顧所需的資訊或方法	我須要足夠的早療知識以教育小孩，以及怎麼照顧視障小孩自己整理書包、如何教小孩寫功課、以及如何生活自理等能力。
遇到困難挫折有人可傾訴	1. 當他在學校的同學、老師不接受他時我可以怎麼做？ 2. 我希望學校老師可以跟我討論與規劃他將來可以做什麼。
其他	我須要臨時托育服務，讓我偶爾可以自己去看電影、喝咖啡，休息一下。

### 三、聽覺障礙

#### ※ 我所負荷的照顧情形

類型	協助情形、方式
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	他因為聽力障礙，接收訊息有落差，和一般人的想法不同，學習上也有落差，我要常在旁協助他，解釋給他聽。
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	因為他有聽力障礙，接收口語指令的速度較慢、常常聽不懂別人交代的工作。我必須擔任轉譯者，把他人說的話翻譯成他聽得懂的語句告訴他。情急之下我常常就直接幫他把事情做好了。
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	我要協助他接聽電話、聯絡事情，也要常幫忙當他的發言與聯絡者。
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)	他外出時我會擔心他不知道哪一站該下車、上車，聽不到車站或是列車廣播導致錯過班次或下車站。所以我常常擔任接送者，載送他往返目的地，或陪著他一起搭車。
自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)	他要去醫院看病都要我陪同，否則無法和醫生溝通。
居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)	無
人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	因為照顧聽障孩子花費太多的時間與力氣，對其他聽人手足的照顧顯得不足，有手足間或親子間感情不睦的情況。
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	有些學校老師很消極，不協助處理孩子的學習問題，我要常到學校和老師多溝通，或是擔任家長會幹部、志工媽媽等角色。
社區、社交與公民生活	他因聽力或溝通障礙，對外出參與社區社交生活

類型	協助情形、方式
(從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)	會感到退縮、抗拒。我為了讓他多參加活動，就必須陪著他、帶著他一起。

※ 照顧障礙家屬對我生活所產生的影響

影響層面	情形
生理	我常常覺得很疲憊。
心理	1. 我有時候會心情低落，想要只處理自己的事情就好了。 2. 有時彼此間溝通會產生障礙，雙方會急躁、不耐煩，會影響彼此情緒。
經濟收入	我原本的收入就很微薄，還要負擔他許多醫療費用，有點入不敷出。
生活獨立	無
人際互動	1. 我因為不敢讓老同學、老朋友知道我生了一個聽障孩子，我幾乎不參加同學會，外出也不帶著孩子，甚至會不想出門。 2. 夫家責怪我生了聽障的小孩，對我冷嘲熱諷。
職場工作	1. 為了照顧聽障孩子，以及陪伴孩子進行口語或聽能訓練，我沒有辦法找全職工作，甚至要辭職當全職主婦，配合小孩的上下課時間，時間被零散切割。 2. 因為照顧聽障孩子，我沒有辦法工作，等到孩子大了，我想外出工作了，卻又要開始擔心，我能不能勝任、我還能做什麼工作？
學校教育	無
休閒娛樂	無
其他	無

※ 我需要的協助

支持項目	情形
協助照顧身心障礙者	我須要有聽障相關的教育支持服務，告訴我如何照顧與教育聽障小孩。
協助跑腿、購物	沒有特別需求。
協助清潔工作	沒有特別需求。
協助準備三餐	沒有特別需求。
提供經濟協助	助聽輔具的價格昂貴，加上聽能、口語訓練以及輔具維修、耗材等等費用，讓我覺得負擔很大，我須要政府給我足夠的費用補助。
提供經濟及財務處理建議	聽障者在接收訊息上容易有落差，也容易會誤解訊息，希望社福團體可以開辦課程，教導他如何處理財務，可以避免他太過依賴我或是彼此間因為處理財務而發生爭執。
提供照顧所需的	我須要社工協助我處理聽障小孩與其手足間的緊張關係。

支持項目	情形
資訊或方法	
遇到困難挫折有人可傾訴	我想要認識跟我一樣有聽障小孩的父母，聽聽他們是如何克服照顧壓力。
其他	沒有特別需求。

#### 四、 心智障礙

##### ※ 我所負荷的照顧情形

類型	協助情形、方式
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	他不會完整表達自己的想法，我要時時注意他釋放出的訊息。
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	我必須要不斷重複並清楚的說明日常生活中要做的事情，這樣他才有辦法自己做。
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	我要幫他解釋對方話語中較艱難的用詞，不然他常常答非所問或不理解談話內容，常會引發誤會，須要常常注意。
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)	他不認識路又很愛出去，我沒有那麼多時間一直跟著他，但是又不能放著不管。
自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)	他可以自己洗澡、洗衣服，但是常常洗不乾淨，我常要在旁邊注意與提醒。
居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)	1. 許多房東知道他是障礙者後，都不太願意租房子給我，我要花很多時間找適合的房子。 2. 他會自己吃飯，但是不會煮飯，也不會去外面買吃的，三餐都要我打點。
人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	1. 他會認識人，說簡單問候，但不了解人際之間的互動關係，須要我從旁協助。 2. 我擔心他對男女之間的關係認識不深，會被騙，也不知道要如何告訴他男女之間關係。
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	學校老師對精神障礙不認識，都對他採迴避的態度，我須要花時間與老師溝通、討論。
社區、社交與公民生活	他很喜歡參與社區的活動，但又不是很了解活動

類型	協助情形、方式
(從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)	內容，常要我一起參加。

※ 照顧障礙家屬對我生活所產生的影響

影響層面	情形
生理	我要注意他生活中的大小事，體力實在不堪負荷。
心理	1. 我每天壓力很大，怕他會有什麼突發狀況發生。 2. 我擔心我老了之後，不知道誰可以照顧他，他一個人可以好好生活嗎？
經濟收入	無
生活獨立	只有我才知道他在說什麼，我要一直跟著他，根本沒有自己的生活。
人際互動	為了照顧他，我要減少外出應酬的次數，與朋友之間的互動變少了。
職場工作	我無法臨時加班或接額外的的工作。
學校教育	無
休閒娛樂	無
其他	無

※ 我需要的協助

支持項目	情形
協助照顧身心障礙者	我希望有社工或生活訓練員可以教他生活自理，讓他可以嘗試自己或與朋友一起居住，這樣我老了才不會擔心。
協助跑腿、購物	沒有特別需求。
協助清潔工作	沒有特別需求。
協助準備三餐	我希望居家服務員可以偶爾幫忙準備三餐，讓我可以休息。
提供經濟協助	沒有特別需求。
提供經濟及財務處理建議	我想申請財產信託，這樣我老了才不用擔心他的生活，也不怕給家人造成負擔。
提供照顧所需的資訊或方法	聽說心智障礙者老化的情形很快，我想要了解他老化後可能產生的生理功能變化以及協助方式。
遇到困難挫折有人可傾訴	希望家人、朋友或社工可聽我傾訴，讓我可以抒發情緒。
其他	我希望政府可以做些教育宣導，不要讓我們常常遭受社會大眾異樣的眼光。



## 五、 燒傷/顏面損傷

(可能具有肢障、視障、聽障者會面臨的障礙情境，可以參考以上例子)

### ※ 我所負荷的照顧情形

類型	協助情形、方式
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	我須要代他書寫、打字或是要學習辨識他寫的字。
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	無
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	他沒有辦法按電話按鍵，我要幫忙接聽電話或是撥打電話。
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)	我要協助他移位、拿東西，如果他要外出走走，我也要陪同。
自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)	我須要協助他換藥、進食、如廁、穿脫衣物、清潔與照護身體。
居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)	1. 我要獨力承擔購物、做家事、照顧小孩的責任。 2. 我要協助他清洗壓力衣、透平壓力面膜、副木等輔具。
人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	我要幫忙他打點鄰居關係，如果有陌生人對他不友善，我也得挺身處理。
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	他在學校可能會有點不適應，我要請老師注意是否其他小朋友會有歧視行為。

類型	協助情形、方式
社區、社交與公民生活 (從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)	去公園玩被別的家長說我小孩怎麼長這樣，異樣眼光讓我很難受。

※ 照顧障礙家屬對我生活所產生的影響

影響層面	情形
生理	我除了要照顧他的生活起居，還要照顧小孩，晚上他也可能身體很癢睡不著，或是要起來上廁所，我都要起來協助，讓我也睡不好，好長一段時間都很疲勞。
心理	1. 他的壓力大、情緒低落、不知道下一步要怎麼辦，但我又怎會知道要怎麼辦？此外，我要照顧他的生活起居，也擔心他出去被人欺負，我的壓力也很大。 2. 我要協助他建立自信，又不能過度保護他；也要知道怎麼處理他被人欺負的情況、要教他怎麼應對。在教育上有時候很難拿捏，很有壓力。
經濟收入	為了要照顧他辭去了工作，或是要請看護；復原也需要吃較營養的東西，都造成經濟上的負擔。
生活獨立	為了要照顧他辭職後，每天和他在一起，我都沒有自己的生活空間。
人際互動	會有長輩或是鄰居閒言閒語，說我一定是上輩子做了什麼，所以他才會變這樣，讓我們的關係很緊張。
職場工作	為了照顧他，我可能得常常請假，或是要辭職。
學校教育	無
休閒娛樂	1. 照顧他已經讓我精疲力盡，也花了很多錢，沒有時間和錢可以去玩。 2. 和他出去玩，我要和他一起面對那些疑惑或害怕的眼神。
其他	無

※ 我需要的協助

支持項目	情形
協助照顧身心障礙者	我須要居家照顧員分擔我的照顧責任，讓我有喘息的機會。
協助跑腿、購物	沒有特別需求。
協助清潔工作	沒有特別需求。
協助準備三餐	沒有特別需求。
提供經濟協助	在他受傷後一年半到兩年期間，因為須要接受很多醫療服務，我須要經濟上的協助。
提供經濟及財務	沒有特別需求。

支持項目	情形
處理建議	
提供照顧所需的資訊或方法	我須要一些照顧課程，讓我知道怎麼提供他更好的照顧。
遇到困難挫折有人可傾訴	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我須要心理諮商師或是社工告訴我如何面對自己的心理壓力，也告訴我要如何面對這些異樣眼光。</li> <li>2. 希望鄰里長可以持續關心我們家庭，協助我們維繫和鄰居的關係。</li> <li>3. 希望可以參加支持性團體，協助我們和其他身障家庭互相認識並彼此分享、支持，建立新的社會關係網絡。</li> </ol>
其他	沒有特別需求。

## 【模擬練習】

看完了以上的例子，是不是也體認到自己生活中遇到的障礙或是所負荷的照顧情形呢？可將自己的狀況寫在以下的空白表格，將有助於了解自己的生活處境，並在接受評估時向評估人員清楚表達自己的需求。

※特別提醒：現在有沒有使用政府或民間團體的服務，並不等同我的需求，應該要拋開從現有服務與資源去思考自己需求的框架，而是從自己生活中遭遇的障礙環境或負荷的照顧情形，去思考自己的需求。

## 身障者篇

### ※紀錄「我的30天」

透過30天的生活記錄，將可以幫助自己檢視日常生活中的主要生活領域與從事的特定活動，也可以幫助自己檢視目前生活所面臨處境。

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日

### ※列出「我所面臨的困難以及需要的協助」

依據自己列出的30天生活作息，從中思考自己日常生活中各層面所面臨的障礙環境，以及需要的協助。

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)		
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)		
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊)		

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)		
<p>行動</p> <p>(藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)</p>		
<p>自我照護</p> <p>(照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)</p>		
<p>居家生活</p> <p>(執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)</p>		
<p>人際互動與關係</p> <p>(以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或</p>		

類型	困難/障礙環境	我須要的協助
複雜的人際互動 所需的行動和任務。)		
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)		
社區、社交與公民生活 (從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)		

※ 進一步想一想

由於現在沒有需求，不代表未來狀況不會改變，可以試著想以下的問題。

我在未來的三年內，對於自己的生活、就學、就業、居家環境等各方面，有哪些期待？可能需要些協助？

## 家屬篇

### ※紀錄「我的30天」

透過30天的生活記錄，將可以幫助自己檢視日常生活中的主要生活領域與從事的特定活動，也可以幫助自己檢視目前生活中所面臨的處境。

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日

### ※列出「我所負荷的照顧情形」

1. 家中需要我照顧或協助的家人有\_\_\_\_位。
2. 我平均每週的照顧天數有\_\_\_\_天，平均每天的照顧時數有\_\_\_\_小時。
3. 我提供給障礙家屬的協助情形：

類型	協助情形、方式
學習與應用知識 (學習、應用所學習的知識、思考、解決問題和做決定)	
一般任務與需求 (執行單項任務或多項任務、組織例行事務和處理壓力之一般面向。這些項目能被用於更特定的任務或行動結合，以確認在不同情境下執行任務的基礎特徵。)	
溝通 (藉由語言、信號和符號溝通之一般和特定特徵，包括接受和產生訊息、進行交談以及使用溝通裝置和技術。)	
行動 (藉由改變身體姿勢或位置或藉由從一處移至另一處，藉由攜帶、移動或操作物品，藉由行走、跑步或攀登，以及藉由使用各種運輸工具來移動。)	
自我照護 (照護自己、清洗和擦乾自己、照護個人	



類型	協助情形、方式
身體和身體部位、穿著、進食和飲用液態食物與照料個人的健康。)	
居家生活 (執行居家和每天的行動和任務。居家生活的領域包括取得住所、食物、衣服和其他必需品，家庭的清潔和維修，照護個人和其他家用物品以及協助他人。)	
人際互動與關係 (以社會背景適宜的方式執行與人(陌生人、朋友、親戚、家庭成員和愛人)基本或複雜的人際互動所需的行動和任務。)	
主要生活領域 (進行教育、工作和就業及經濟交易時所需執行的任務和行動。)	
社區、社交與公民生活 (從事家庭以外之有組織的社交生活，在社區、社會和公民生活領域所需的行動和任務。)	

※ 照顧障礙家屬對我生活所產生的影響

影響層面	情形
生理	
心理	
經濟收入	
生活獨立	
人際互動	
職場工作	
學校教育	
休閒娛樂	
其他	

※ 我需要的協助

支持項目	情形
協助照顧身心障礙者	
協助跑腿、購物	

支持項目	情形
協助清潔工作	
協助準備三餐	
提供經濟協助	
提供經濟及財務處理建議	
提供照顧所需的資訊或方法	
遇到困難挫折有人可傾訴	
其他	

※ 進一步想一想：

由於現在沒有需求，不代表未來狀況不會改變，可以試著想以下的問題。

我對未來三年的想法或期待

## 【相關資訊】

1. 內政部身心障礙服務入口網/ICF 專區  
<http://dpws.moi.gov.tw/commonch/home.jsp?mserno=200805260011&serno=201101050001&menudata=DisbMenu&contlink=ap/icf.jsp&level2=Y>
2. 中華民國殘障聯盟 [www.enable.org.tw](http://www.enable.org.tw)
3. 愛盲基金會/ICF 政策專區 [http://www.tfb.org.tw/new/ICF/icf\\_01.html](http://www.tfb.org.tw/new/ICF/icf_01.html)

## 【特別感謝】

中華民國智障者家長總會 林惠芳秘書長  
中華民國運動神經元疾病病友協會(漸凍人協會) 林金梅秘書長  
中華民國聲暉聯合會 江以文社工組長  
桃園縣私立脊髓損傷潛能發展中心 林進興董事長、洪文發處長  
陽光社會福利基金會 吳泰儒組長  
愛盲基金會 謝發財處長、李英琪副主任  
周淑菁  
黃勻妹  
劉家愷

## 【贊助單位】



財團法人感恩社會福利基金會

## 「面對身障鑑定新制，我可以怎麼做？」指導手冊

編著者/出版：社團法人中華民國殘障聯盟  
地址：106 台北市大安區羅斯福路三段 281 號 9 樓  
電話：(02) 2369-7110  
傳真：(02) 2369-7190  
電子信箱：[league@enable.org.tw](mailto:league@enable.org.tw)  
網址：[www.enable.org.tw](http://www.enable.org.tw)  
臉書：<http://www.facebook.com/enable.tw>  
出版日期：100 年 12 月

※版權所有，未經本聯盟許可不得以任何形式複製轉載