發佈：2026-03-30, 週一 10:25
點擊數：2629



看不見的日常脆弱：數字之外的單親家庭現實

內政部在114年4

月公布的最新調查指出，全台戶籍登記的

Phoca PDF

發佈：2026-03-30, 週一 10:25
點擊數：2629

單親家庭共有 70.5 萬戶，其中女性家長占 72.1%

，這項數據反映出單親家庭中的主要照顧者仍以女性為主，這些家庭有近七成集中於六都，尤以新北市的 12 萬 9,389 戶居冠。

表面上，單親家庭似乎已成為社會結構中的「常態現象」，不再引起特別關注，然而越是習以為常的事物，越容易掩蓋深層脆弱，社會安全網與各類社福資源不斷擴充，但單親家長在生活中承受的壓力、孤立與心理困境，並未隨制度改善而減輕。

多數人熟悉的是制度上的分類、補助與行政流程；卻很少有人真正理解那些日常生活裡微小、卻足以撕裂家庭的裂縫，尤其在親密關係暴力、經濟弱勢與長期照顧三重交織下，單親家庭承擔的是一份社會表面看不見、心理層次高度消耗的負荷。

湧泉協會的存在，正是為了在這些裂縫被忽略之前，以柔軟、貼近生命的方式接住人。

小巷中的據點，看見重建的力量

走進新北蘆洲一條安靜的小巷，社團法人新北市湧泉社會服務協會的據點就隱身在一棟三層樓公寓裡。外觀不起眼，內部空間狹小而溫暖，略微塌陷的沙發搭配茶几，是慈涵與其他夥伴們從街頭中撿回來的家具，雖然不成套，但每件物品都被用心整理，呈現出一種溫柔的秩序，這裡不是豪華的社福中心，而是為那些在親密關係中受傷的婦女提供暫時庇護的空間，每個來到這裡的人，都能感受到一種被看見的尊重與安全。

Phoca PDF

發佈：2026-03-30, 週一 10:25
點擊數：2629

「我們常說『受人點滴，報以湧泉』，那個『湧泉』不是物質的回報，而是讓人重新相信自己有力量。」湧泉社會服務協會

總幹事蔡慈涵這樣形容組織的核心信念，2016

年成立以來，湧泉協會一直致力於陪伴在不利處境中掙扎的婦女與家庭，協會由一群社工師事務所出身的專業工作者組成，超過七成的夥伴是新北在地居民，他們沒有選擇進入大型組織，而是回到生活的土地，用最貼近人的方式協助弱勢婦女重建自我信任。

湧泉協會最著名的理念是「優勢觀點」，這種理念與傳統「補足式」社福模式不同，傳統模式往往假設服務對象缺乏能力，再試圖補足；湧泉相信每個人天生就帶著能量，只是在逆境中暫時忘記。許多人陷入困境後，會質疑自己的能力與價值，湧泉的陪伴哲學不在於教導，而在於傾聽，陪伴個案重新掌握生活的力量，尤其對親密關係暴力的被害人而言，這種支持尤為重要。當親密關係變成傷害來源時，本應是安全堡壘的另一半，卻轉化為恐懼的來源。慈涵與社工師們選擇透過傾聽，而非指導，協助受害者逐步重建自我效能感。「我們不會教媽媽怎麼當媽媽，因為她本來就知道，只是暫時不敢相信自己。」這種陪伴雖然慢，但許多個案因此重新發光：有人從不敢出門到能獨自走進職場，有人從害怕與孩子分開到能安心讓孩子參加托育課。那是一種「相信自己可以」的轉折。

Wn次方，讓媽媽找回自己

協會的主力服務對象是單親家庭中處於不利處境的婦女，特別是親密關係暴力被害人與單親媽媽，湧泉長期推動的「W?次方」方案中，「W」代表 Women，也象徵 Warmth

Phoca PDF

（溫暖）與 Wish（希望）。

慈涵曾分享：「我們問來的媽媽：如果給你十個願望，你會許什麼？她可能會說：我想要有一百萬。為什麼？因為那樣小孩的教育金就存到了。可是那是小孩的願望，不是她自己的。十個願望講完，她發現自己從沒想過『我想要什麼』」。

因此在「W?

次方」活動裡，媽媽們被鼓勵重新定義「我」——

我不是誰的媽媽、誰的太太、誰的照顧者，而是一個獨立的人。

活動有一個小小但堅定的原則：不叫「某某媽媽」。

慈涵引用《俗女養成記》中的一幕：「阿嬤過世前說『我好久沒聽到別人叫我的名字了』。很多媽媽都是這樣，24小時、365天都在當媽媽，好像少了這個身分就會出錯。」

「W?次方」特別強調活動場地與托育空間分離

，由專業托育員照顧孩子，讓媽媽能有兩三個小時「不當媽媽」的時間，平日活動以舒壓與聊天為主，假日則安排療癒課程與親子共學，慈涵直言，新北市從來不缺工作機會，缺的是媽媽們走出家門的勇氣。她點出，一旦女性成為母親，她的生活幾乎被他人需求貫穿，從孩子、家庭、長輩，甚至社會對「好媽媽」的期待。有些人連回答「我想要什麼」都覺得困難。

衛福部113年的研究也顯示，15至65歲婦女中，有10%

Phoca PDF

因懷孕或生育離職超過三個月，僅66%復職，平均復職時間為2年9個月；另有11%

婦女因照顧未滿12歲孩童離職，復職比例僅69%，平均需5

年才能回到職場。慈涵指出「這五年裡，女人失去的不只是薪水，而是社會連結，很多人開始相信自己只適合當媽媽，久而久之，這成為一種內化的無力感。」在協會的觀察中，二度就業困難的關鍵不在技能，而在心理。「媽媽不是沒準備好，而是她還沒準備相信自己。」慈涵說「我們要做的，是陪著她等，陪著她相信。」她看到許多單親媽媽在心理復原的過程中，需要逐步重建對自己的信任，而這個過程往往比職業訓練更為漫長。

對孩子而言，家庭環境的影響並非來自基因，而是父母的心理狀態，單親家庭的孩子與一般孩子沒有太大差別，但母親若沒有覺察自己被孩子的需求綁住，孩子可能發展出「選邊站」模式：女兒容易成為母親的情緒伴侶，兒子則扮演保護者角色，這種內在牽絆雖有性別差異，但本質相同；許多弱勢家庭的孩子伴隨過動、遲緩、早療議題，往往不是基因問題，而是因為他們長期生活在高度緊繃的環境中。當孩子情緒混亂，而母親又合理化這些行為，兩者形成互相牽制的關係。母親覺得孩子需要她，而孩子學會用依附確保母親不離開，當孩子長大、離家，這條緊繃的線突然斷裂——

空巢期的母親可能陷入深度失落。「有些人會說，沒有孩子我就沒有價值。」慈涵深知，這是一場漫長的心理重建。

雖然湧泉以婦女

服務為主，但實務現場也開始關

注單親爸爸，內政部統計，截至2023年6

月底，單親女性與單親男性的比例雖為7比3

Phoca PDF

，但扣除子女已成年的單親

父母，扶養未成年子女的單親爸爸比率為28.4%，反而比單親媽媽的21.3%

更高，但這群人卻宛如「隱形群體」，被排除在社福資源以外，社會對單親爸爸的關注，尚未跟上家庭型態變遷的速度，男性在單親處境中承受的壓力同樣不小，只是更不容易開口，「有的補助方案明寫『婦女支持』，結果爸爸被擋在門外。」許多單親爸爸需要在經濟與情感之間獨自撐起生活，有些因監護權問題與孩子疏離，有些在求助時被制度性排除，湧泉因此開始開放部分活動給男性照顧者，並構思成立男性支持小組。「我們希望，不論性別，都能有機會重新認識：自己能夠照顧，也值得被照顧」。

慈涵指出，社會對單親家庭仍存在偏見，她回憶，當初協會裝潢時告訴水電師傅這裡要做單親家庭的關懷據點，對方反問：「單親家庭有什麼好被服務的？那不就是自己選的嗎？」這種語氣，是湧泉長期面對的質疑，很多人以為「只要不離婚，孩子就不會那麼可悲」，但湧泉看到的是那些被輿論推入

孤島的媽媽；慈涵援引國外

研究指出，單親家庭具有高度代間傳遞性——

單親家庭長大的孩子未來成為單親的比例偏高，這樣的成本是整個社會都需要共同承擔的，她強調，這不是宿命也不是特例，而是社會資源沒有足夠投入前端，如果能夠投注更多資源在一、二級預防（陪伴、培力、家庭支持），那三級預防（收容、矯正、補救）的壓力就能減少。

一步一腳印，擴大服務區域

湧泉的服務逐步從蘆洲擴展到板橋、東北角與偏鄉地區，慈涵分析，每個地方的「社會溫度」都

Phoca PDF

不同：蘆洲居民彼此熟識；板橋有新舊城交錯的流動性；偏鄉則完全不同。有些公所表示「我們這裡沒有那種個案」，建議資源轉給老人家，他們有自己的生存模式，也經歷過民間單位一窩蜂跑來做社區關懷，卻像一陣風一樣在計畫結束之後就消失，因此對外來資源有防備心理，擔心社福團體只是把他們當作「免洗餐具」，認為只是來「沾醬油」來一下就走、拍照結案。湧泉曾試圖進入烏來地區做家暴防治，卻遇到排外與族群隔閡的雙重挑戰，協會發現沒有長期蹲點就沒有信任，所以湧泉選擇用小衛星據點方式，從課後輔導到臨時托育，在地方穩定紮根，並與民代、學校合作，希望建立長期穩定的互信關係，慈涵說「不是為了開中心，而是把人留下來」。

被擱置的計畫，地區型專科社工師合格訓練組織

當我們問到有沒有一直很想啟動，但礙於資金或人力可能暫時被擱置的專案？慈涵緩緩向我們道來，湧泉協會其實是全台第一家「地區型專科社工師合格訓練組織」，但專業建立意味著財務壓力，雖然政府有補助計畫，但是補助計畫有款項的裁量權，甚至如何刪減、刪減多少、因為什麼原因而刪，都沒有被明文規定，單靠審查委員的自由心證，且補助款採實報實銷制，按比例核銷完就沒了，其他的款項可能都需要自籌，且因為身為地方性組織，所以要先報市府核備，再上報到衛福部，一連串繁瑣的行政流程及預算審查，讓本來就人手較為緊張的湧泉協會，決定在計畫實施一年之後，宣告先暫時停止。

攤開能夠培訓專科社工師的合格訓練組織，幾乎都是縣市政府醫療院所的大型全國性機構，才有充足的量能能夠維持計畫穩定運作，但問題是大型機構的名額基本上已經飽和，沒有辦法提供給醫療院所外的其他對象，慈涵也透露到現在都還是有人打電話來詢問專科社工師課程的事宜，代表這樣的需求仍然存在，但是比較少被提及與看見。慈涵理解政府怕經費被濫用的隱憂，民間也

Phoca PDF

發佈：2026-03-30, 週一 10:25
點擊數：2629

怕被綁手綁腳，但她認為需要的是在核撥上面有更明確的條件規範，才不會每次收到經費通知都像是「開盲盒」，對民間來說有制度可循，對政府端的審查也更公正透明。

而提到關於社工師人手不足的部分，她也坦言一直都是有問題的，因為社工系現在畢業當社工的比例往下降，甚至從業五年之後繼續當社工的比例也下降，主要的問題在於社工有大部分的工作都是「法定業務

」，而法定業務就會期待你有一

些指標的標準，但是指標的標準——

去人性化。這樣的去人性化會讓社工的職業號召感往下降，寧願轉換跑道導致容易陷入人力短缺，而還待在崗位上的人，則需要去承接起更多的業務量。

慈涵也指出，績效考核讓社工成為數據工人，在政府要求的訪視率與報表回傳率下，服務量漂亮，但忽略了質的變化。她認為以民間組織在社會安全網的定位，應該是「補充式」的福利服務，但如果拿著指標來強壓在民間組織身上，就會變成一種政府的延伸，社會福利不是要取代政府，而是補充其未能看見的部分，湧泉

將自身定位為「二級防護」——

接住那些還沒掉下去、但已搖搖欲墜的人；湧泉社工師堅持在熟悉環境與個案見面，讓受助者感到安全與掌控感，這種訪談不會快，但每一次都更接近對方的生命，真正的改變，是在一次次約訪中出現的微光，不是單靠漂亮的訪視率數字所能量化的。

提升單親家庭支持，強化社會安全網

Phoca PDF

發佈：2026-03-30, 週一 10:25
點擊數：2629

慈涵認為，目前在新北市的婦女活動比較多還是停留在康樂性質或是社區學習班，但受眾都是中高齡的婦女，但其實仍在育齡階段的婦女是佔新北市婦女人口裡面比例最高的，目前的服務方案裡面

，卻都沒

有這群人的影子，

因此若政府要強化單親家庭支持，應

優先補強兩件事：一是臨時托育補助

，包含托育費用要如何計算、以及相關的托育人力，要有更完善的政策措施，讓媽媽在生活當中也能有喘口氣的機會；二是非正式支持系統

，概念上近似於長者的關懷據點，每週都會有活動一起共餐，建立社區長期陪伴的力量，慈涵也分享大直的婦女支持培力中心就是專門服務單親家庭，所以單親家庭在大直地區的黏著度是高的，也定期會有培力與合作，希望新北市也需要建立穩定長期的模式，讓台灣最親切的人情味，串連起單親家庭的心，一個人或許走得很辛苦，一群人能夠走得更安心堅定。

昂首過去展望未來，帶著信念持續前行

展望未來三到五年，湧泉希望以「小型創新方案」在更多區域建立單親關懷據點，並提升在地服務知能與量能，就像是單親培力方案，盤點新北市政府擁有的資源，找到漏洞的部分，再來進行下一步的填補，慈涵也說成立據點是短時間的策略方式，長期的願景還是想要在蘆洲建立一個單親家庭的支持系統，臺灣社會對於社福機構所提供的資源其實很陌生，尤其華人社會中被固化的「家醜不可外揚」，教育現場也沒有完整的架構能呈現這些單位的資源，往往都是事情發生遍尋

Phoca PDF

發佈：2026-03-30, 週一 10:25
點擊數：2629

無門的時候，才透過層層轉介接觸到社福資源，因此將資源媒合給需要被接住的人，牽起兩邊的橋樑，才能從點到面建立更堅韌的社會安全網。

萬物皆有裂痕，那是光照進來的方向，湧泉協會的故事，不是一則「拯救」的傳說，而是在最艱難的時候能陪伴走一段路的人，沒有花俏的口號，也沒有大筆金錢的援助，發揮社會互助精神，扶助弱勢者自立，這些日常是鏡頭外鎂光燈照不進來的角落，是一群社工師持續湧出的信念，是在數據統治的時代，他們仍相信，人的溫度，是所有社會安全的起點。

作者　翁歆媃　為政治工作者

Phoca PDF