

「個人即政治」把被忽略的人放回研究中心：創新轉譯、跨國對話與社會實踐

周月清*

一、前言：磨礪與專注：從持續受挫到「學術成癮」

做研究需要時間，也需要很高的挫折容忍度（我曾創下最高紀錄：一週五篇文章同時被期刊拒收）；更需要能夠享受獨處與專注。

我必須坦白：此時此刻的我，幾乎可以說是「研究成癮」——不是被迫，而是發自內心地著迷。朋友常說我一談研究眼神就不一樣。幫學生調整方向、改題目，我特別開心；那種成就感像捏陶，從粗胚慢慢拉到成形。我也常自嘲：幫學生找題材是我的第二專長，跑步時腦中還在想怎麼找到「有賣點」的論文題目——彷彿可以當副業。

回頭看研究生涯，我屬於慢半拍、晚熟型。直到接近退休，才更清楚意識到自己有多鍾情於研究，也才發現高峰來得這麼晚，像搭上高速列車——加速後就難以喊停。我還沒準備好從研究「退場」，也難以想像沒有研究的生活：清晨起床、一杯咖啡、打開筆電，幾乎是每天不變的開始；即使休假或旅行在外，也常維持這樣的節奏。

過去二十年的研究與發表之於我，像保養一部車、磨礪一把刀：引擎要持續運轉，刀刃要不斷打磨。我沒有因為「資深」而放慢，反而更期待研究視野更廣、與國際連結更深，並能栽培更多早期職涯研究者（early career researchers）。但也帶著一絲遺憾：領悟得太晚，取得研究資源已不只是個人努力就能完成。

我深信：從創新出發，到材料累積、方法運用、成果產出與期刊對話——**都需要時間，也需要高度專注與承受挫折的能力。**

* 亞洲大學社會工作學系講座教授

二、研究創新：走向國際對話的三個關鍵轉折

(一)把「國際讀者」放進研究起點：先問三個問題

我研究創新的第一個轉折，來自轉任陽明大學後必須發表國際期刊，後來更被期待挑戰頂尖期刊。這迫使我重新定位「研究寫給誰看」：從一開始就以國際學術社群為對話對象。

每次構思題目，我都先問三個問題——國際讀者在意什麼？國際期刊在討論什麼？我們能補上什麼缺口？因此我常先取英文題目再翻中文，讓研究從構思、資料蒐集到書寫，都直接對準國際對話。

(二)跨國合作：把在地問題放進全球議程

第二個推手是跨國合作。它帶給我最大的改變，不只是擴大網絡，而是學會把在地經驗轉譯成國際可理解、可比較、可對話的研究問題。

例如在 WACA (Working Cares and Caring Workers)，我帶領國內六個子計畫切入「工作與照顧兼顧 (work and care reconciliation)」，把當時較少被談到的「照顧者工作權」納入研究視野，也開啟我在智能及發展障礙 (IDD) 領域的新對話。後續參與歐盟 FLOW、¹北歐 MOVAGE，以及芬蘭 CoE AgeCare 與 UNICAP 等計畫，則讓我在不同制度脈絡中持續檢驗、修正概念，並累積跨國比較成果。

(三)站在交會處找缺口：在兩個學術社群之間做「橋接」

研究創新不只是「走出去」，更關鍵的是能否看見缺口。我的國際合作夥伴多來自社會政策與社會學，常聚焦高齡、移工照顧與福利體制；障礙研究圈中，許多研究者則主要來自心理或教育背景。

我站在兩個研究社群交會處：一方面理解政策分析語言，另一方面貼近障礙者的生活處境與權利議題，因此更容易看見可推進的缺口——例如把 work-care reconciliation 引入 IDD 研究，²或將 Andersen model 應用於智能障礙者及其

¹ Chou, Y. C.*, Pfau-Effinger, B., Kröger, T., & Ranci, C. (2017). Impact of care responsibilities on women's employment: a comparison between European and East Asian welfare states. *European Societies*, 19(2), 157-177. <https://doi.org/10.1080/14616696.2016.1268702>

² Chou, Y. C.*, Pu, C. Y., Kröger, T., & Fu, L. yeh, (2010). Caring, employment, and quality of life: Comparison of employed and nonemployed mothers of adults with intellectual disability. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 115(5), 406-420. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-115.5.406>

家庭的社會服務使用經驗，³ 讓障礙者議題進入主流社會政策框架，而不只是被附帶提及。

三、材料、方法與技術：讓田野說話，也讓數據對話

(一) 從小處著手、大處著眼：田野資料與理論的互證

我一直自許為社工社福領域的實證研究者 (empirical researcher)：沒有田野資料，就沒有故事可說；沒有第一線服務使用者的經驗知識，就難以提出真正落地、可被使用的政策建議。用質性研究的語言說：「沒有實證資料，就沒有能打動人的學術敘事、也難以發展接地氣的政策。」

我相信政策必須從使用者需求出發，強調由下而上 (bottom-up)，而非由上而下 (top-down)。因此我長期投入較耗時、也更需要倫理與關係經營的田野工作：以障礙者與家庭照顧者的生命故事為核心，例如：智能障礙者的主觀生活品質、智能障礙女性的月經與更年期經驗、母親協助女兒處理月經的日常實作、老年智能障礙者母親的在地老化等。

我也常提醒學生，「從小處著手、大處著眼」是一種研究姿態：把個人經驗放回政策與文化脈絡。女性主義強調「個人即政治 (the personal is political)」；例如研究智能障礙女性與退伍軍人的婚姻生命史，看似邊緣化的微觀遭遇，卻緊扣臺灣的社會歷史、政治脈絡與國家對家庭照顧的缺席。

(二) 跨領域共作：在制度縫隙看見共同需求

材料與方法的創新，也來自跨領域合作。近年我與眼科醫師合作，發展友善智能障礙者的視力保健方案。訪談中，智能障礙者的期待其實很小：希望醫師「微笑、講話慢一點」。⁴ 這個微小期待，正照見高門診量制度下的限制：在短時間要處理大量就診者時，「慢一點、溫柔一點」其實是多數人對看診醫師的共同渴望。這類研究也提醒：視力保健不只是硬體改善，醫師的溝通方式與態度同樣關鍵。

³ Chou, Y.C.*, Lee, Y. C., Lin, L. C., Chang, A. N., & Huang, W. Y. (2008). Social services utilization by adults with intellectual disabilities and their families. *Social Science & Medicine*, 66(12), 2474-2485. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.01.055>

⁴ Chou, Y. C., Chen, B. W., Pu, C., & Hou, C. H. (2025). Smiling and talking slowly': A qualitative study on the ideal ophthalmologist from the perspective of adults with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 69 (5), 393-402. <https://doi.org/10.1111/jir.13220>

(三) 混合方法與介入研究：三角檢證與方案評估

受訓於美國明尼蘇達大學的背景，使我重視量化與質性的互補；在社工社福研究中，混合方法 (mixed methods) 常能提升說服力。我曾以問卷搭配焦點團體／深度訪談，探討智能障礙者對性議題的看法與女性智能障礙者的更年期經驗。另有以性權賦能 (empowerment) 為目標的介入研究，涵蓋智能障礙者、家長與工作者，並結合量化調查與質性訪談進行方案評估，成果進入相關領域的重要期刊。⁵

在「多重照顧貧窮」(multi-dimension care poverty) 研究中，我以量化呈現跨國比較輪廓，再用質性材料解釋障礙者需求未滿足與照顧貧窮的文化與制度脈絡，補足既有研究缺口。

(四) 跨國比較：制度對照與經驗知識的互譯

為突破單一國家的侷限，我採取跨福利體制對照，建立「東亞 (臺灣、日本、韓國等)」與「北歐 (芬蘭)」的對話。即使是跨國研究，我仍堅持回到經驗知識：例如在臺灣與芬蘭各蒐集四十多位長者深度訪談；在個人助理服務的三國比較中，也同步分析政策文本並訪談使用服務的障礙者，⁶ 使制度分析與生活經驗互相校正。

四、觀點導入：理論在地化、概念再定義與跨域對話

(一) 擴充主流概念：把福利體制、文化脈絡帶入分析

臺灣學者常面臨「西方理論與在地經驗不貼合」的挑戰。我採取的策略不是移植，而是理論在地化與概念再定義。

例如在臺灣與芬蘭的跨國比較中，⁷ 我們發現「照顧貧窮」(care poverty) 呈現多元面向：臺灣在日常活動支持的照顧貧窮較高，反映長照涵蓋與需求滿足

⁵ Chou, Y.-C.*, Lu, Z.-Y., Chen, B.-W., & Lin, C.-J. (2020). Awareness of sexual rights and empowerment: Quantitative and qualitative evaluation of a sexual health intervention for adults with intellectual disability. *Journal of Sex Research*, 57(9), 1202-1216, DOI: 10.1080/00224499.2019.1629383

Chou, Y. C.*, Lu, Z. Y. J., Chen, B. W., & Lin, C. J. (2019). 'Transformed rights' sexual health programme evaluation for the parents and service workers of adults with an intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 63(9), 1125-1136. doi.org/10.1111/jir.12624

⁶ Chou, Y. C.*, Cho, S., Uwano, T., & Chen, B. W. (2026). Governing personal assistance in three East Asian countries: Policy choices and the experiences of disabled people. *Social Policy and Administration*, 60(1), 208-219. <https://doi.org/10.1111/spol.13152>

⁷ Chou, Y. C.*, Mathew Puthenparambil, J., Kröger, T., & Pu, C. (2024). Multidimensional care poverty among East Asian and Nordic older adults. *Innovation in Aging*, 8(9), igae076. <https://doi.org/10.1093/geroni/igae076>

率較低；芬蘭在社會情緒支持的照顧貧窮較高，與其高齡者普遍獨居相關，而臺灣多數長者非獨居，家庭互動在一定程度上緩衝孤獨。

這促使我們延伸照顧貧窮的討論：照顧不應只等同生活自理需求的滿足，更需納入文化連結、情感支持與關係延續；也因此，政策建議更具體：臺灣需擴充長照支持並及早因應獨居長者增加；芬蘭則應系統性補強社會情緒支持與社會連結，避免忽略孤獨與心理健康。

(二)以障礙政治地理學重讀全球北方／南方

在一篇幾乎沒有研究經費支撐的跨國比較研究中，我與日本、泰國、越南的早年職涯研究夥伴合作，於四國各選一座大城市，蒐集並比較障礙者的近便性／無障礙 (accessibility) 處境，最終發表於地理政治領域頂尖期刊 *Political Geography*。⁸

理論上，我借用「全球北方／全球南方」(global north and global south) 概念，結合「障礙政治地理學」，指出近便性／無障礙不只是經濟或政治議題，也深受宗教與文化脈絡形塑；並印證扎實的跨國比較需要耐心與長期投入，才能把障礙議題拉回更完整的社會與權力分析。

五、議題詮釋：把被忽略的人放回研究中心

我所理解的創新選題，不是「追新」，而是對主流視角再提問：誰被忽略？哪些經驗被低估？制度如何決定誰能被支持、誰只能自己撐住？

因此，當一般研究談月經與更年期，我納入智能障礙女性的主觀身體經驗與支持需求；⁹ 當主流聚焦高齡者，我對焦「智能障礙者的高齡母親」；當大家談 work and care reconciliation，我轉向探討智能障礙者母親（含單親）的工作—照顧處境；¹⁰ 當研究聚焦外籍看護工，我傾聽障礙者與移工照顧者的互動；當 care poverty 多集中在高齡者，我擴及障礙者與智能障礙者；而當主流談 aging in

⁸ Chou, Y. C.*, Uwano, T., Chen, B. W., Sarai, K., Linh, N. D., Chou, C. J., Mongkolsawadi, S., & Tung, N. T. (2024). Accessing disability rights in four Asian countries: The perspectives of disabled people on physical, attitudinal and cultural barriers. *Political Geography*, 108, 103027. <https://doi.org/10.1016/j.polgeo.2023.103027>

⁹ Chou, Y. C.*, Lu, Z. J., Wang, F. T. Y., Lan, C. F., & Lin, L. C. (2008). Meanings and experiences of menstruation: Perceptions of institutionalized women with an intellectual disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 21, 575-584. <https://doi.org/10.1111/j.1468-3148.2008.00430.x>

¹⁰ Chou, Y. C.*, & Lu, Z. Y. J. (2012). Caring for a daughter with intellectual disabilities in managing menstruation: A mother's perspective. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 37(1), 1-10. <https://doi.org/10.3109/13668250.2011.651615>

place，我也關注那些被安排進入機構 (institution)、在機構中老化 (aging in institution) 的高齡智能障礙者。

六、社會實踐：研究即行動的賦權之路

(一) 共融與參與式研究：沒有我們的參與，不要幫我們做決定

我始終相信研究不該停在象牙塔，而應成為社會改變的引擎。我常對參與研究的障礙者說：「我的研究，就是你們爭取權益的工具。」

我努力實踐「沒有我們的參與，不要幫我們做決定 (nothing about us without us)」：讓障礙者不只是被研究者，也能參與並影響研究方向；研究過程本身就是培力，讓經驗被看見、話語權被拿回，並轉化為制度層次可討論的公共議題。

(二) 從證據到倡議：政策建言與權利實踐

我幾乎每一篇研究都延續「從小處著手、大處著眼」：蒐集第一線經驗知識，回應臺灣福利體制，提出可操作的政策建議；跨國比較也常反過來照亮臺灣政策缺口。

例如在與芬蘭比較高齡者「在地老化／遷移」的研究中，¹¹我發現臺灣住宅支持公共介入薄弱且高度市場化。這也讓我重新詮釋「在地老化 (aging in place)」：若缺乏公共支持，弱勢長者可能只是被迫「困在不適切環境 (stuck in place)」。因此我提出具證據 (evidence-based) 的政策建議：強化居住正義與選擇權，擴充無障礙、可負擔、共融的住宅政策與支持。

我也常與障礙者朋友相互打氣說：我們是革命同志——我負責提供研究證據與國內外資訊，作為平權倡議的資本。我的研究成果也回到社群：例如身權法修法納入「個人助理服務」，我提供國內研究與國際資料；在聯合國身權公約 (CRPD) 審查過程中，我的英文研究也曾提供給國際審查委員參考，讓其更理解臺灣障礙者的制度處境。

我的教學、研究與公共服務是三位一體的：沒有扎實研究作後盾，我難以負責任地投入公共實踐。即使政府部門有時對採納研究成果保留，我仍盡力提供政策制定者參考，並與障礙者社群及民間團體分享，用於平權倡議——這既是信念，也是對研究參與者的回饋。我相信，把第一線經驗知識與制度建議謙卑地交給社會參考，正是學者的社會責任。

¹¹ Chou, Y.-C.*, Jolanki, O., & Chen, B.W. (2025). Aging in place or relocating? Older adults' housing decisions in Taiwan and Finland. *The Gerontologist*, gnaf257, <https://doi.org/10.1093/geront/gnaf257>

七、結語：熱誠的傳承與自我養成——把研究做成可被使用的知識

我的研究旅程始終由對「人」的關懷所驅動。我想把這份不斷學習、甚至有點「上癮」的熱誠，送給早期職涯研究者（early career researchers）：跳脫國內視野，大量閱讀國際期刊、持續參與國際對話，才能累積創新能量。

對我而言，研究不只是讓臺灣被看見，更要能「被使用」：成為障礙者與服務使用者爭取平權的工具，也讓政府在政策規劃時願意「看一眼」研究建議。

最後談作者群：我的研究很少是單一作者。只要我是一篇文章的第一作者與通訊作者，就代表這是我主導的研究成果；共同作者則像一起「把文章打磨更亮的人」。我通常先完成最完整的第一稿，再邀請夥伴（例如合作八年的陳伯偉教授，具社會學、文化與性別研究訓練）從不同視角強化論述，尤其在討論段落（discussion section）的理論推進與國際對話，往往能讓文章從 Q2 躍升至 Q1。

做研究不是一座孤島。我建議年輕學者：貼近研究參與者與社群（例如障礙者與障礙社群）、打開國際視野、尋找能長期合作、能激辯但不失和的夥伴。團隊合作更有效率，也更能激盪出單打獨鬥難以抵達的創新火花——這是我近年沉浸於研究、樂此不疲的真實體悟。