

個人成果量表

評估個人生活品質之量表

Personal Outcomes Scale
A Scale to Assess an individual's Quality of Life

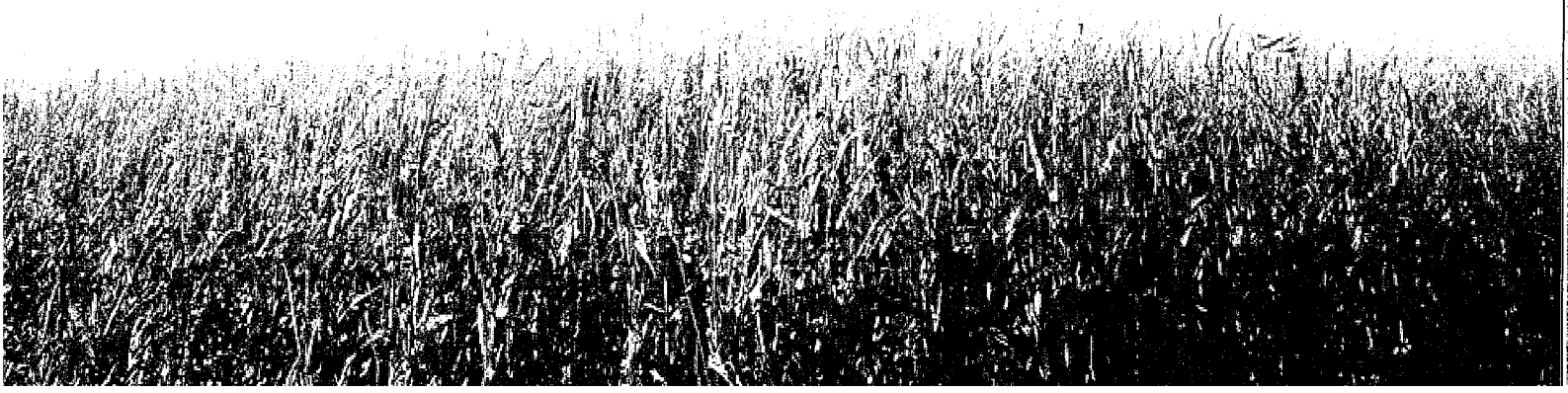
前測

荷蘭 Arduin 基金會(Stichting Arduin)
比利時 Ghent 大學(Universiteit GENT)

著

張淑娟 譯 ◆ 楊瑞玲 審訂

臺灣社區居住與獨立生活聯盟 出版



個人成果量表 (Personal Outcomes Scale)

個人成果量表--評估個人生活品質之量表

荷蘭 Arduin 基金會(Stichting Arduin)
比利時 Ghent 大學(Universiteit GENT)

Dr. Jos (J.H.M.) van Loon, Arduin Foundation,
the Netherlands / Department of Special
Education, Ghent University, Belgium

Prof.dr. Geert (G.) Van Hove, Department of
Special Education, Ghent University, Belgium

Prof.dr. Robert (R.L.) Schalock, Department of
Special Education, Ghent University, Belgium

Claudia (C.) Claes, lic., Department of Special
Education, Ghent University, Belgium

張淑娟 住盟理事，美國西奧勒岡州立大學特教研
究所碩士，從事特殊教育工作近 20 年

楊瑞玲 住盟理事，美國南加州大學社工碩士，從
事社會工作、障礙者福利與就業、兒少福利服務
等工作 20 餘年

個人成果量表要評估的是什麼？

個人成果量表 (P.O.S.) 是依據生活品質核心領域特
定的指標來測量個人的生活品質，而這八大生活品質核心
領域已做過一系列跨文化的信度研究。這八大領域分別
為：個人發展 (personal development) 與自我決策
(self-determination) (反應個人的獨立層級)；人際關
係 (interpersonal relations)、社會融合 (social
inclusion) (反應個人的社會參與)、與權利 (rights)；
情緒 (emotional)、身體 (physical) 及物質福祉 (material
well-beings)。

在每個領域下都有六個特定指標，是來自於比利時部
分佛拉芒語系 (Flemish) 與荷蘭所進行廣泛焦點團體與
研究的結果。團隊包含了智能障礙者、家長、熟悉服務對
象的工作人員，以及智能障礙領域的專家小組人員。

每個題項是透過萊特的 3 分評量法，在兩種情況下來
使用：自我報告 (Self Report) 與直接觀察 (Direct
Observation)。

目錄

執行自我報告評估的步驟	1
【自我報告】領域與指標題項	3
直接觀察的施測程序	11
【直接觀察】領域與指標題項	13
個人成果量表 訪談.....	21
個人成果量表	22

執行自我報告評估的步驟

訪員資格

執行個人成果量表 (P.O.S.) 的訪員須在智能障礙領域有廣泛的經驗，並受過行為評估施測與計分的訓練。訪員須熟悉生活品質概念與測量架構。此外，訪員應了解生活品質概念在個人生活與所提供服務與支持的重要性。在執行此量表時，訪員應敏感受訪者的文化特質、個案或受訪者的感覺，以及了解大部分障礙者先前接受評估的經驗並不是很好，他們之前的受測通常只是為了診斷或是強制接受處遇。同時訪員也應體認到會因受訪者的個人特質、經驗與狀態而有不同的回應，也需要因應尊重受訪者調整使用其熟悉的語言與訪談技巧，例如使用提示、重複加強說明及不同的溝通技巧等。

訪談焦點


訪員需提醒個案/代理者在受訪時應思考的是“在一般的情況下什麼是對的”，亦就是受訪者須思考的是一般的生活事件與情境，知道每個題項給分時，不應以短暫或一時的改變來作為決定的依據。

訪談前“有機會彼此認識”

個案需清楚知道個人成果量表 (P.O.S.) 的評估重點，以及所得到的資訊不會作為評估他/她能力或取得服務或支持的資格，而是提供資訊給她/他、父母、工作人員，以及其他利害關係人來改善品質。在訪員與個案花些時間相處互相了解彼此後，才會真正進行訪談。“訪談前時間”可用來討論個人有興趣的主題 (例如個人的工作、喜好或家庭生活)。

受訪者的給分

1. 是要求個案以他/她針對單獨題項的現況來給分。指標項目與三個可能的選項可以讀給個案聽，或是個案可自行閱讀並圈選答題。若個案無法閱讀，認識他/她的人 (如家人、親密的朋友或是工作人員) 則應想像他/她如果是個案，獨立客觀給分。
2. 量表所有題項都要計分。在整個訪談過程，受訪者可能需要了解答案沒有對或錯，並須時常給



予口頭或是增強鼓勵回答每個題項。執行這份量表的自我報告大約需要一至一個半小時。

代理者的資格與給分

若使用代理者，則他必須認識被評估者至少 3 個月，並且在近期有機會觀察個案在至少一種情境以上，約相當一段時間（3~6 個月）。代理者可能是父母、親戚、監護人、直接支持人員、老師或是其他工作同事或室友。代理人需了解個案現在生活經驗與狀況。除此之外，代理人也需熟悉生活品質概念與測量架構，並且了解生活品質概念在個人生活與所提供服務與支持的重要性。

完成訪談與側面圖表

1. 訪談前，訪員應完成訪談表。
2. 訪談後，訪員需將每題項給分（3 = 左邊選項、2 = 中間選項、1 = 右邊選項）轉換到摘要側面圖。操作指引請參考摘要側面圖。

個人成果量表 領域與指標題項 【自我報告】

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：個人發展

個人發展是指有關你的教育（包含終身學習）、與個人能力（包含學習與技能的展現）。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|--|--|
| 1. 學習你有興趣的事情
2. 學習技能讓你更獨立
3. 有能力照顧自己
4. 有能力追求你自己的興趣
5. 有管道獲得資訊 | |
|--|--|

自我報告

1. 你可以自己吃喝進食、起床/上床、使用廁所與穿衣嗎？

一般都可獨立完成

需要一些協助

自己無法做到

2. 你可以自己準備餐食、持家、隨意行走與服藥嗎？

一般都可獨立完成

需要一些協助

自己無法做到

3. 你有在學習一些技能是能讓你可以做多些事情，或是遵循課程/上某些教育課程嗎？

很多

一些

如果有，很少

4. 你有機會可以表現你的技能嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

5. 你有管道獲得你有興趣的資訊嗎：例如報紙、雜誌/刊物、網路、圖書館？

相當多

有些

偶爾或從來沒有

6. 你有使用電腦、手機、或是計算機嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：自我決策

自我決策是指有關你個人的目標與目的、做決定與自己做選擇。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|---|--|
| 1. 自己做選擇
2. 決定自己要穿什麼
3. 表達你自己的意見
4. 針對你個人目標與抱負採取行動 | |
|---|--|

自我報告

1. 有提供你選擇嗎（例如穿什麼、吃什麼、去哪裡）？

常常

有時

偶爾或從來沒有

2. 如果提供你選擇，你有做選擇嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

3. 你可以決定不做某些要求你的事情嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

4. 人們有認真看待你的決定嗎？

常常

有時

從來沒有

5. 對你自己的錢，你至少有些掌控？

相當多的掌控

有些掌控

沒有掌控

6. 你有機會表達你的意見例如比較喜歡做什麼、穿什麼、去哪裡、吃什麼嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

領域：人際關係

人際關係是指你的家人、朋友、社交網絡以及你從他人所得到的支持。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 你與家人及/或朋友接觸與相處的時間
2. 你從家人及朋友所得到的尊重或回饋
3. 你從家人與朋友所得到的支持
4. 你從他人所得到的尊重

自我報告

1. 你有親密的朋友嗎？

有

或多或少

沒有

2. 你有參加友伴拜訪、或一起用餐、聚會、跳舞的社交活動嗎？

常常

有時

從來沒有

3. 不管透過面對面、手機、電子郵件，你有與家人互動/溝通嗎？

常常

有時

從來沒有

4. 不管透過面對面、手機、電子郵件，你有與朋友互動/溝通嗎？

常常

有時

從來沒有

5. 你對你的家人重要嗎？

是

或多或少

不重要

6. 你知道當你有需要時，可以向誰尋求協助、給建議或支持嗎？

知道

或多或少

不知道

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：社會融合

社會融合是指你在社區的統合與參與，在社區扮演的角色，以及所得到的社會支持。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|--------------------|--|
| 1. 你參與的社區活動 | |
| 2. 你與鄰居有的接觸 | |
| 3. 你從所居住社區人士得到的支持 | |
| 4. 你成為會員/成員的社區組織數量 | |

自我報告

1. 你有和鄰居交談或拜訪嗎？

常常

有時

很少或沒有

2. 在你住的地區，你知道多少鄰居的姓名？

很多（5 位以上）

一些（2~4 位）

很少（0~1 位）

3. 你有使用參與居住地方的設施嗎（咖啡店、商店、美髮院、酒吧、銀行、電影院、參加宗教、公車/搭乘大眾運輸工具、音樂會、體育活動）？

常常（每天）

有時（一週一到兩次）

從來沒有

4. 當別人需要你協助時，你會幫忙嗎？

常常

有時

很少或從來沒有

5. 社區的人會幫你嗎（包含拜訪你以及帶你出去）？

常常

有時

很少或從來沒有

6. 你有參與社區的活動嗎，例如購物、休閒、外出用餐、去購物商場？

常常

有時

從來沒有

領域：權利

權利是指你的人權（尊重、尊嚴、平等）以及你法定權利（公民權、參與途徑/機會與公平對待）。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 隱私權以及有隱私的生活
2. 在你身旁的朋友如何對待你
3. 可以表達你想法的機會而且有人傾聽
4. 有權利養寵物
5. 有你家的鑰匙
6. 能夠投票

自我報告

1. 你在家裡有可以獨處的地方嗎？

有 或多或少 沒有

2. 對你住的家或公寓，你有掌管鑰匙的權利嗎？

有 有，但只有部分 沒有

3. 如果你想要，可以養寵物嗎？

可以 視情況 不可以

4. 如果你想要，可以交男朋友或女朋友嗎？

可以 可能，但要視情況 不可以

5. 只要你想要，你是允許可以和你的夥伴/朋友/女朋友在一起的嗎？如果沒有夥伴，就圈「是」

是 視情況 不可以

6. 在近來的的選舉，你有常去投票嗎？

幾乎總是會去 有時 從來沒有

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：情緒福祉

情緒福祉是指你的滿足感、自我概念以及在生活中沒有壓力。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|---------------------------|--|
| 1. 你會用什麼詞句來表達你的感受？ | |
| 2. 在你常處的生活環境中，有會造成危險的因素嗎？ | |
| 3. 你有擔心或覺得嚴重的事件嗎？是什麼？ | |
| 4. 你環境的穩定性與可預測性如何？ | |

自我報告

1. 在你日常生活環境中，你覺得安全可靠嗎？

很安全

有些安全

不安全

2. 對你所做的事，你有感受到成功嗎？

有

或多或少

沒有

3. 你有向別人表達愛、喜歡或情意嗎？

向來如此或幾乎總是

有時

沒有

4. 你會說你是個快樂的人嗎？

是

或多或少

不是

5. 你對事情的進行感到滿意嗎？這表示你不會對某些事情感到焦慮或嚴重擔心。

當然是

或許

不是

6. 你對你重要的人有基本的信任嗎？

向來如此

有時

從來沒有

領域：身體福祉

身體福祉是指你的健康與健康照顧、營養、自我照顧技巧、行動與休閒/娛樂。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 你有精力參與體力活動嗎？
2. 你有控制食量所以不會過重嗎？
3. 你有參與休閒與娛樂活動嗎？

自我報告

1. 一般來說你的健康如何？你覺得如何？

非常好

好

不好/ 有病

2. 你多久運動或從事此類活動（如健身、騎腳踏車、游泳或足球）？

經常

有時

從來沒有

3. 你有足夠的休息與放鬆嗎？

有

或多或少

沒有

4. 你會吃對你有益的食物嗎？

向來如此

有時

從來沒有

5. 你會擔心受傷或遭受痛苦嗎

不會，很少

有時

經常

6. 當你早上起床時感覺如何？

有充分的休息

有點累

累

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：物質福祉

物質福祉是指你的財務狀況、就業情況、居住安排與個人物品。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 你一個月的收入有多少？
2. 你有對你而言是重要的個人物品嗎？
3. 你有支薪的工作嗎？
4. 在過去一年你曾經因為經費不足，而無法支應（去買）事情或物品嗎？

自我報告

1. 你有足夠的錢買你真正需要的嗎？

有

或多或少

沒有

2. 你有足夠的錢，所以可以存一些嗎？

向來如此

有時

從來沒有

3. 你有重要的個人物品嗎，例如收音機、電視、音響、照片？

很多

有一些

（幾乎）沒有

4. 你有一份支薪的工作嗎？

固定

不固定

很少或沒有

5. 你有家裡的鑰匙嗎？

一直都是

有時

從來沒有

6. 你有足夠的金錢來做選擇嗎（例如要穿什麼、要買什麼）？

一直都是

有時

從來沒有

個人成果量表

評估個人生活品質之量表

Personal Outcomes Scale
A Scale to Assess an individual's Quality of Life

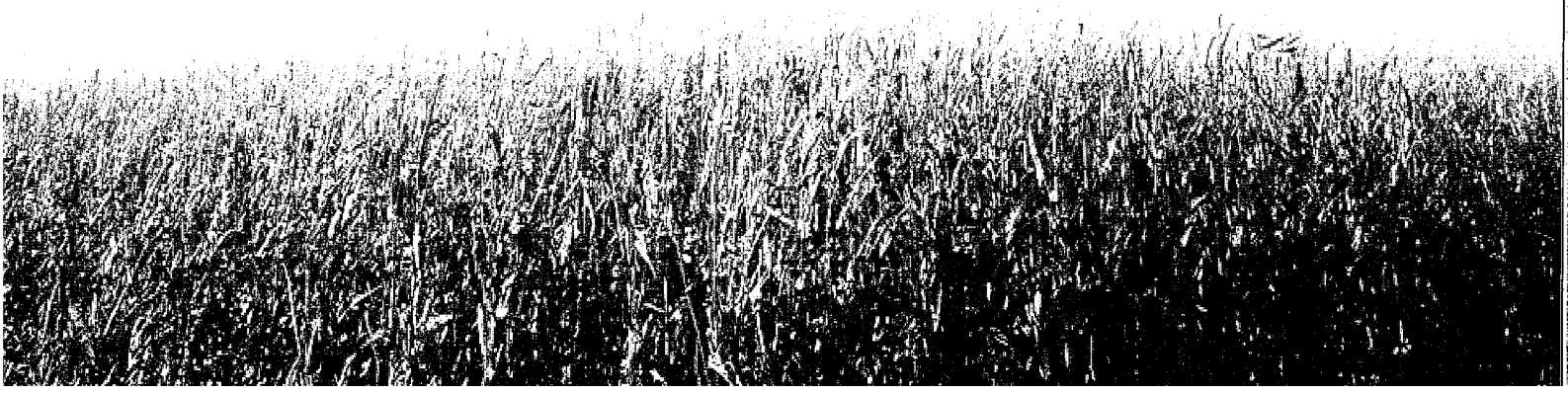
2015後測

荷蘭 Arduin 基金會(Stichting Arduin)
比利時 Ghent 大學(Universiteit GENT)

著

張淑娟 譯 ◆ 楊瑞玲 審訂

臺灣社區居住與獨立生活聯盟 出版



個人成果量表 (Personal Outcomes Scale)

個人成果量表--評估個人生活品質之量表

荷蘭 Arduin 基金會(Stichting Arduin)
比利時 Ghent 大學(Universiteit GENT)

Dr. Jos (J.H.M.) van Loon, Arduin Foundation,
the Netherlands / Department of Special
Education, Ghent University, Belgium

Prof.dr. Geert (G.) Van Hove, Department of
Special Education, Ghent University, Belgium

Prof.dr. Robert (R.L.) Schalock, Department of
Special Education, Ghent University, Belgium

Claudia (C.) Claes, lic., Department of Special
Education, Ghent University, Belgium

張淑娟 住盟理事，美國西奧勒岡州立大學特教研
究所碩士，從事特殊教育工作近 20 年

楊瑞玲 住盟理事，美國南加州大學社工碩士，從
事社會工作、障礙者福利與就業、兒少福利服務
等工作 20 餘年

個人成果量表要評估的是什麼？

個人成果量表 (P.O.S.) 是依據生活品質核心領域特
定的指標來測量個人的生活品質，而這八大生活品質核心
領域已做過一系列跨文化的信度研究。這八大領域分別
為：個人發展 (personal development) 與自我決策
(self-determination) (反應個人的獨立層級)；人際關
係 (interpersonal relations)、社會融合 (social
inclusion) (反應個人的社會參與)、與權利 (rights)；
情緒 (emotional)、身體 (physical) 及物質福祉 (material
well-beings)。

在每個領域下都有六個特定指標，是來自於比利時部
分佛拉芒語系 (Flemish) 與荷蘭所進行廣泛焦點團體與
研究的結果。團隊包含了智能障礙者、家長、熟悉服務對
象的工作人員，以及智能障礙領域的專家小組人員。

每個題項是透過萊特的 3 分評量法，在兩種情況下來
使用：自我報告 (Self Report) 與直接觀察 (Direct
Observation)。

目錄

執行自我報告評估的步驟	1
【自我報告】領域與指標題項	3
直接觀察的施測程序	11
【直接觀察】領域與指標題項	13
個人成果量表 訪談.....	21
個人成果量表	22

執行自我報告評估的步驟

訪員資格

執行個人成果量表 (P.O.S.) 的訪員須在智能障礙領域有廣泛的經驗，並受過行為評估施測與計分的訓練。訪員須熟悉生活品質概念與測量架構。此外，訪員應了解生活品質概念在個人生活與所提供服務與支持的重要性。在執行此量表時，訪員應敏感受訪者的文化特質、個案或受訪者的感覺，以及了解大部分障礙者先前接受評估的經驗並不是很好，他們之前的受測通常只是為了診斷或是強制接受處遇。同時訪員也應體認到會因受訪者的個人特質、經驗與狀態而有不同的回應，也需要因應尊重受訪者調整使用其熟悉的語言與訪談技巧，例如使用提示、重複加強說明及不同的溝通技巧等。

訪談焦點


訪員需提醒個案/代理者在受訪時應思考的是“在一般的情況下什麼是對的”，亦就是受訪者須思考的是一般的生活事件與情境，知道每個題項給分時，不應以短暫或一時的改變來作為決定的依據。

訪談前“有機會彼此認識”

個案需清楚知道個人成果量表 (P.O.S.) 的評估重點，以及所得到的資訊不會作為評估他/她能力或取得服務或支持的資格，而是提供資訊給她/他、父母、工作人員，以及其他利害關係人來改善品質。在訪員與個案花些時間相處互相了解彼此後，才會真正進行訪談。“訪談前時間”可用來討論個人有興趣的主題 (例如個人的工作、喜好或家庭生活)。

受訪者的給分

1. 是要求個案以他/她針對單獨題項的現況來給分。指標項目與三個可能的選項可以讀給個案聽，或是個案可自行閱讀並圈選答題。若個案無法閱讀，認識他/她的人 (如家人、親密的朋友或是工作人員) 則應想像他/她如果是個案，獨立客觀給分。
2. 量表所有題項都要計分。在整個訪談過程，受訪者可能需要了解答案沒有對或錯，並須時常給



予口頭或是增強鼓勵回答每個題項。執行這份量表的自我報告大約需要一至一個半小時。

代理者的資格與給分

若使用代理者，則他必須認識被評估者至少 3 個月，並且在近期有機會觀察個案在至少一種情境以上，約相當一段時間（3~6 個月）。代理者可能是父母、親戚、監護人、直接支持人員、老師或是其他工作同事或室友。代理人需了解個案現在生活經驗與狀況。除此之外，代理人也需熟悉生活品質概念與測量架構，並且了解生活品質概念在個人生活與所提供服務與支持的重要性。

完成訪談與側面圖表

1. 訪談前，訪員應完成訪談表。
2. 訪談後，訪員需將每題項給分（3 = 左邊選項、2 = 中間選項、1 = 右邊選項）轉換到摘要側面圖。操作指引請參考摘要側面圖。

個人成果量表 領域與指標題項 【自我報告】

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：個人發展

個人發展是指有關你的教育（包含終身學習）、與個人能力（包含學習與技能的展現）。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|--|--|
| 1. 學習你有興趣的事情
2. 學習技能讓你更獨立
3. 有能力照顧自己
4. 有能力追求你自己的興趣
5. 有管道獲得資訊 | |
|--|--|

自我報告

1. 你可以自己吃喝進食、起床/上床、使用廁所與穿衣嗎？

一般都可獨立完成

需要一些協助

自己無法做到

2. 你可以自己準備餐食、持家、隨意行走與服藥嗎？

一般都可獨立完成

需要一些協助

自己無法做到

3. 你有在學習一些技能是能讓你可以做多些事情，或是遵循課程/上某些教育課程嗎？

很多

一些

如果有，很少

4. 你有機會可以表現你的技能嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

5. 你有管道獲得你有興趣的資訊嗎：例如報紙、雜誌/刊物、網路、圖書館？

相當多

有些

偶爾或從來沒有

6. 你有使用電腦、手機、或是計算機嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：自我決策

自我決策是指有關你個人的目標與目的、做決定與自己做選擇。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|---|--|
| 1. 自己做選擇
2. 決定自己要穿什麼
3. 表達你自己的意見
4. 針對你個人目標與抱負採取行動 | |
|---|--|

自我報告

1. 有提供你選擇嗎（例如穿什麼、吃什麼、去哪裡）？

常常

有時

偶爾或從來沒有

2. 如果提供你選擇，你有做選擇嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

3. 你可以決定不做某些要求你的事情嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

4. 人們有認真看待你的決定嗎？

常常

有時

從來沒有

5. 對你自己的錢，你至少有些掌控？

相當多的掌控

有些掌控

沒有掌控

6. 你有機會表達你的意見例如比較喜歡做什麼、穿什麼、去哪裡、吃什麼嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

領域：人際關係

人際關係是指你的家人、朋友、社交網絡以及你從他人所得到的支持。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 你與家人及/或朋友接觸與相處的時間
2. 你從家人及朋友所得到的尊重或回饋
3. 你從家人與朋友所得到的支持
4. 你從他人所得到的尊重

自我報告

1. 你有親密的朋友嗎？

有

或多或少

沒有

2. 你有參加友伴拜訪、或一起用餐、聚會、跳舞的社交活動嗎？

常常

有時

從來沒有

3. 不管透過面對面、手機、電子郵件，你有與家人互動/溝通嗎？

常常

有時

從來沒有

4. 不管透過面對面、手機、電子郵件，你有與朋友互動/溝通嗎？

常常

有時

從來沒有

5. 你對你的家人重要嗎？

是

或多或少

不重要

6. 你知道當你有需要時，可以向誰尋求協助、給建議或支持嗎？

知道

或多或少

不知道

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：社會融合

社會融合是指你在社區的統合與參與，在社區扮演的角色，以及所得到的社會支持。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|--------------------|--|
| 1. 你參與的社區活動 | |
| 2. 你與鄰居有的接觸 | |
| 3. 你從所居住社區人士得到的支持 | |
| 4. 你成為會員/成員的社區組織數量 | |

自我報告

1. 你有和鄰居交談或拜訪嗎？

常常

有時

很少或沒有

2. 在你住的地區，你知道多少鄰居的姓名？

很多（5 位以上）

一些（2~4 位）

很少（0~1 位）

3. 你有使用參與居住地方的設施嗎（咖啡店、商店、美髮院、酒吧、銀行、電影院、參加宗教、公車/搭乘大眾運輸工具、音樂會、體育活動）？

常常（每天）

有時（一週一到兩次）

從來沒有

4. 當別人需要你協助時，你會幫忙嗎？

常常

有時

很少或從來沒有

5. 社區的人會幫你嗎（包含拜訪你以及帶你出去）？

常常

有時

很少或從來沒有

6. 你有參與社區的活動嗎，例如購物、休閒、外出用餐、去購物商場？

常常

有時

從來沒有

領域：權利

權利是指你的人權（尊重、尊嚴、平等）以及你法定權利（公民權、參與途徑/機會與公平對待）。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 隱私權以及有隱私的生活
2. 在你身旁的朋友如何對待你
3. 可以表達你想法的機會而且有人傾聽
4. 有權利養寵物
5. 有你家的鑰匙
6. 能夠投票

自我報告

1. 你在家裡有可以獨處的地方嗎？

有 或多或少 沒有

2. 對你住的家或公寓，你有掌管鑰匙的權利嗎？

有 有，但只有部分 沒有

3. 如果你想要，可以養寵物嗎？

可以 視情況 不可以

4. 如果你想要，可以交男朋友或女朋友嗎？

可以 可能，但要視情況 不可以

5. 只要你想要，你是允許可以和你的夥伴/朋友/女朋友在一起的嗎？如果沒有夥伴，就圈「是」

是 視情況 不可以

6. 在近來的的選舉，你有常去投票嗎？

幾乎總是會去 有時 從來沒有

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：情緒福祉

情緒福祉是指你的滿足感、自我概念以及在生活中沒有壓力。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|---------------------------|--|
| 1. 你會用什麼詞句來表達你的感受？ | |
| 2. 在你常處的生活環境中，有會造成危險的因素嗎？ | |
| 3. 你有擔心或覺得嚴重的事件嗎？是什麼？ | |
| 4. 你環境的穩定性與可預測性如何？ | |

自我報告

1. 在你日常生活環境中，你覺得安全可靠嗎？

很安全 有些安全 不安全

2. 對你所做的事，你有感受到成功嗎？

有 或多或少 沒有

3. 你有向別人表達愛、喜歡或情意嗎？

向來如此或幾乎總是 有時 沒有

4. 你會說你是個快樂的人嗎？

是 或多或少 不是

5. 你對事情的進行感到滿意嗎？這表示你不會對某些事情感到焦慮或嚴重擔心。

當然是 或許 不是

6. 你對你重要的人有基本的信任嗎？

向來如此 有時 從來沒有

領域：身體福祉

身體福祉是指你的健康與健康照顧、營養、自我照顧技巧、行動與休閒/娛樂。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 你有精力參與體力活動嗎？
2. 你有控制食量所以不會過重嗎？
3. 你有參與休閒與娛樂活動嗎？

自我報告

1. 一般來說你的健康如何？你覺得如何？

非常好

好

不好/ 有病

2. 你多久運動或從事此類活動（如健身、騎腳踏車、游泳或足球）？

經常

有時

從來沒有

3. 你有足夠的休息與放鬆嗎？

有

或多或少

沒有

4. 你會吃對你有益的食物嗎？

向來如此

有時

從來沒有

5. 你會擔心受傷或遭受痛苦嗎

不會，很少

有時

經常

- 6 當你早上起床時感覺如何？

有充分的休息

有點累

累

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：物質福祉

物質福祉是指你的財務狀況、就業情況、居住安排與個人物品。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 你一個月的收入有多少？
2. 你有對你而言是重要的個人物品嗎？
3. 你有支薪的工作嗎？
4. 在過去一年你曾經因為經費不足，而無法支應（去買）事情或物品嗎？

自我報告

1. 你有足夠的錢買你真正需要的嗎？

有

或多或少

沒有

2. 你有足夠的錢，所以可以存一些嗎？

向來如此

有時

從來沒有

3. 你有重要的個人物品嗎，例如收音機、電視、音響、照片？

很多

有一些

（幾乎）沒有

4. 你有一份支薪的工作嗎？

固定

不固定

很少或沒有

5. 你有家裡的鑰匙嗎？

一直都是

有時

從來沒有

6. 你有足夠的金錢來做選擇嗎（例如要穿什麼、要買什麼）？

一直都是

有時

從來沒有

個人成果量表

評估個人生活品質之量表

Personal Outcomes Scale
A Scale to Assess an individual's Quality of Life

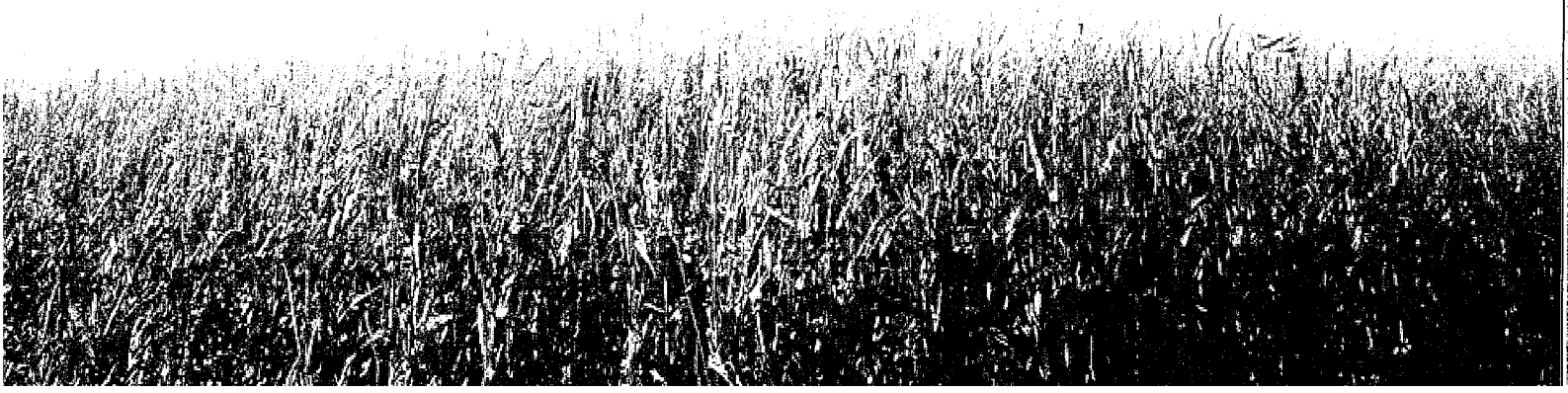
follow up

荷蘭 Arduin 基金會(Stichting Arduin)
比利時 Ghent 大學(Universiteit GENT)

著

張淑娟 譯 ◆ 楊瑞玲 審訂

臺灣社區居住與獨立生活聯盟 出版



個人成果量表 (Personal Outcomes Scale)

個人成果量表--評估個人生活品質之量表

荷蘭 Arduin 基金會(Stichting Arduin)
比利時 Ghent 大學(Universiteit GENT)

Dr. Jos (J.H.M.) van Loon, Arduin Foundation,
the Netherlands / Department of Special
Education, Ghent University, Belgium

Prof.dr. Geert (G.) Van Hove, Department of
Special Education, Ghent University, Belgium

Prof.dr. Robert (R.L.) Schalock, Department of
Special Education, Ghent University, Belgium

Claudia (C.) Claes, lic., Department of Special
Education, Ghent University, Belgium

張淑娟 住盟理事，美國西奧勒岡州立大學特教研
究所碩士，從事特殊教育工作近 20 年

楊瑞玲 住盟理事，美國南加州大學社工碩士，從
事社會工作、障礙者福利與就業、兒少福利服務
等工作 20 餘年

個人成果量表要評估的是什麼？

個人成果量表 (P.O.S.) 是依據生活品質核心領域特
定的指標來測量個人的生活品質，而這八大生活品質核心
領域已做過一系列跨文化的信度研究。這八大領域分別
為：個人發展 (personal development) 與自我決策
(self-determination) (反應個人的獨立層級)；人際關
係 (interpersonal relations)、社會融合 (social
inclusion) (反應個人的社會參與)、與權利 (rights)；
情緒 (emotional)、身體 (physical) 及物質福祉 (material
well-beings)。

在每個領域下都有六個特定指標，是來自於比利時部
分佛拉芒語系 (Flemish) 與荷蘭所進行廣泛焦點團體與
研究的結果。團隊包含了智能障礙者、家長、熟悉服務對
象的工作人員，以及智能障礙領域的專家小組人員。

每個題項是透過萊特的 3 分評量法，在兩種情況下來
使用：自我報告 (Self Report) 與直接觀察 (Direct
Observation)。

目錄

執行自我報告評估的步驟	1
【自我報告】領域與指標題項	3
直接觀察的施測程序	11
【直接觀察】領域與指標題項	13
個人成果量表 訪談.....	21
個人成果量表	22

執行自我報告評估的步驟

訪員資格

執行個人成果量表 (P.O.S.) 的訪員須在智能障礙領域有廣泛的經驗，並受過行為評估施測與計分的訓練。訪員須熟悉生活品質概念與測量架構。此外，訪員應了解生活品質概念在個人生活與所提供服務與支持的重要性。在執行此量表時，訪員應敏感受訪者的文化特質、個案或受訪者的感覺，以及了解大部分障礙者先前接受評估的經驗並不是很好，他們之前的受測通常只是為了診斷或是強制接受處遇。同時訪員也應體認到會因受訪者的個人特質、經驗與狀態而有不同的回應，也需要因應尊重受訪者調整使用其熟悉的語言與訪談技巧，例如使用提示、重複加強說明及不同的溝通技巧等。

訪談焦點


訪員需提醒個案/代理者在受訪時應思考的是“在一般的情況下什麼是對的”，亦就是受訪者須思考的是一般的生活事件與情境，知道每個題項給分時，不應以短暫或一時的改變來作為決定的依據。

訪談前“有機會彼此認識”

個案需清楚知道個人成果量表 (P.O.S.) 的評估重點，以及所得到的資訊不會作為評估他/她能力或取得服務或支持的資格，而是提供資訊給她/他、父母、工作人員，以及其他利害關係人來改善品質。在訪員與個案花些時間相處互相了解彼此後，才會真正進行訪談。“訪談前時間”可用來討論個人有興趣的主題 (例如個人的工作、喜好或家庭生活)。

受訪者的給分

1. 是要求個案以他/她針對單獨題項的現況來給分。指標項目與三個可能的選項可以讀給個案聽，或是個案可自行閱讀並圈選答題。若個案無法閱讀，認識他/她的人 (如家人、親密的朋友或是工作人員) 則應想像他/她如果是個案，獨立客觀給分。
2. 量表所有題項都要計分。在整個訪談過程，受訪者可能需要了解答案沒有對或錯，並須時常給



予口頭或是增強鼓勵回答每個題項。執行這份量表的自我報告大約需要一至一個半小時。

代理者的資格與給分

若使用代理者，則他必須認識被評估者至少 3 個月，並且在近期有機會觀察個案在至少一種情境以上，約相當一段時間（3~6 個月）。代理者可能是父母、親戚、監護人、直接支持人員、老師或是其他工作同事或室友。代理人需了解個案現在生活經驗與狀況。除此之外，代理人也需熟悉生活品質概念與測量架構，並且了解生活品質概念在個人生活與所提供服務與支持的重要性。

完成訪談與側面圖表

1. 訪談前，訪員應完成訪談表。
2. 訪談後，訪員需將每題項給分（3 = 左邊選項、2 = 中間選項、1 = 右邊選項）轉換到摘要側面圖。操作指引請參考摘要側面圖。

個人成果量表 領域與指標題項 【自我報告】

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：個人發展

個人發展是指有關你的教育（包含終身學習）、與個人能力（包含學習與技能的展現）。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|--|--|
| 1. 學習你有興趣的事情
2. 學習技能讓你更獨立
3. 有能力照顧自己
4. 有能力追求你自己的興趣
5. 有管道獲得資訊 | |
|--|--|

自我報告

1. 你可以自己吃喝進食、起床/上床、使用廁所與穿衣嗎？

一般都可獨立完成

需要一些協助

自己無法做到

2. 你可以自己準備餐食、持家、隨意行走與服藥嗎？

一般都可獨立完成

需要一些協助

自己無法做到

3. 你有在學習一些技能是能讓你可以做多些事情，或是遵循課程/上某些教育課程嗎？

很多

一些

如果有，很少

4. 你有機會可以表現你的技能嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

5. 你有管道獲得你有興趣的資訊嗎：例如報紙、雜誌/刊物、網路、圖書館？

相當多

有些

偶爾或從來沒有

6. 你有使用電腦、手機、或是計算機嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：自我決策

自我決策是指有關你個人的目標與目的、做決定與自己做選擇。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|---|--|
| 1. 自己做選擇
2. 決定自己要穿什麼
3. 表達你自己的意見
4. 針對你個人目標與抱負採取行動 | |
|---|--|

自我報告

1. 有提供你選擇嗎（例如穿什麼、吃什麼、去哪裡）？

常常

有時

偶爾或從來沒有

2. 如果提供你選擇，你有做選擇嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

3. 你可以決定不做某些要求你的事情嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

4. 人們有認真看待你的決定嗎？

常常

有時

從來沒有

5. 對你自己的錢，你至少有些掌控？

相當多的掌控

有些掌控

沒有掌控

6. 你有機會表達你的意見例如比較喜歡做什麼、穿什麼、去哪裡、吃什麼嗎？

常常

有時

偶爾或從來沒有

領域：人際關係

人際關係是指你的家人、朋友、社交網絡以及你從他人所得到的支持。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 你與家人及/或朋友接觸與相處的時間
2. 你從家人及朋友所得到的尊重或回饋
3. 你從家人與朋友所得到的支持
4. 你從他人所得到的尊重

自我報告

1. 你有親密的朋友嗎？

有

或多或少

沒有

2. 你有參加友伴拜訪、或一起用餐、聚會、跳舞的社交活動嗎？

常常

有時

從來沒有

3. 不管透過面對面、手機、電子郵件，你有與家人互動/溝通嗎？

常常

有時

從來沒有

4. 不管透過面對面、手機、電子郵件，你有與朋友互動/溝通嗎？

常常

有時

從來沒有

5. 你對你的家人重要嗎？

是

或多或少

不重要

6. 你知道當你有需要時，可以向誰尋求協助、給建議或支持嗎？

知道

或多或少

不知道

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：社會融合

社會融合是指你在社區的統合與參與，在社區扮演的角色，以及所得到的社會支持。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|--------------------|--|
| 1. 你參與的社區活動 | |
| 2. 你與鄰居有的接觸 | |
| 3. 你從所居住社區人士得到的支持 | |
| 4. 你成為會員/成員的社區組織數量 | |

自我報告

1. 你有和鄰居交談或拜訪嗎？

常常

有時

很少或沒有

2. 在你住的地區，你知道多少鄰居的姓名？

很多（5 位以上）

一些（2~4 位）

很少（0~1 位）

3. 你有使用參與居住地方的設施嗎（咖啡店、商店、美髮院、酒吧、銀行、電影院、參加宗教、公車/搭乘大眾運輸工具、音樂會、體育活動）？

常常（每天）

有時（一週一到兩次）

從來沒有

4. 當別人需要你協助時，你會幫忙嗎？

常常

有時

很少或從來沒有

5. 社區的人會幫你嗎（包含拜訪你以及帶你出去）？

常常

有時

很少或從來沒有

6. 你有參與社區的活動嗎，例如購物、休閒、外出用餐、去購物商場？

常常

有時

從來沒有

領域：權利

權利是指你的人權（尊重、尊嚴、平等）以及你法定權利（公民權、參與途徑/機會與公平對待）。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 隱私權以及有隱私的生活
2. 在你身旁的朋友如何對待你
3. 可以表達你想法的機會而且有人傾聽
4. 有權利養寵物
5. 有你家的鑰匙
6. 能夠投票

自我報告

1. 你在家裡有可以獨處的地方嗎？

有 或多或少 沒有

2. 對你住的家或公寓，你有掌管鑰匙的權利嗎？

有 有，但只有部分 沒有

3. 如果你想要，可以養寵物嗎？

可以 視情況 不可以

4. 如果你想要，可以交男朋友或女朋友嗎？

可以 可能，但要視情況 不可以

5. 只要你想要，你是允許可以和你的夥伴/朋友/女朋友在一起的嗎？如果沒有夥伴，就圈「是」

是 視情況 不可以

6. 在近來的的選舉，你有常去投票嗎？

幾乎總是會去 有時 從來沒有

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：情緒福祉

情緒福祉是指你的滿足感、自我概念以及在生活中沒有壓力。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|---------------------------|--|
| 1. 你會用什麼詞句來表達你的感受？ | |
| 2. 在你常處的生活環境中，有會造成危險的因素嗎？ | |
| 3. 你有擔心或覺得嚴重的事件嗎？是什麼？ | |
| 4. 你環境的穩定性與可預測性如何？ | |

自我報告

1. 在你日常生活環境中，你覺得安全可靠嗎？

很安全 有些安全 不安全

2. 對你所做的事，你有感受到成功嗎？

有 或多或少 沒有

3. 你有向別人表達愛、喜歡或情意嗎？

向來如此或幾乎總是 有時 沒有

4. 你會說你是個快樂的人嗎？

是 或多或少 不是

5. 你對事情的進行感到滿意嗎？這表示你不會對某些事情感到焦慮或嚴重擔心。

當然是 或許 不是

6. 你對你重要的人有基本的信任嗎？

向來如此 有時 從來沒有

領域：身體福祉

身體福祉是指你的健康與健康照顧、營養、自我照顧技巧、行動與休閒/娛樂。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

- | | |
|-------------------|--|
| 1. 你有精力參與體力活動嗎？ | |
| 2. 你有控制食量所以不會過重嗎？ | |
| 3. 你有參與休閒與娛樂活動嗎？ | |

自我報告

- | |
|----------------------|
| 1. 一般來說你的健康如何？你覺得如何？ |
|----------------------|

非常好

好

不好/ 有病

- | |
|----------------------------------|
| 2. 你多久運動或從事此類活動（如健身、騎腳踏車、游泳或足球）？ |
|----------------------------------|

經常

有時

從來沒有

- | |
|-----------------|
| 3. 你有足夠的休息與放鬆嗎？ |
|-----------------|

有

或多或少

沒有

- | |
|-----------------|
| 4. 你會吃對你有益的食物嗎？ |
|-----------------|

向來如此

有時

從來沒有

- | |
|-----------------|
| 5. 你會擔心受傷或遭受痛苦嗎 |
|-----------------|

不會，很少

有時

經常

- | |
|----------------|
| 6 當你早上起床時感覺如何？ |
|----------------|

有充分的休息

有點累

累

個人成果量表--領域與指標題項【自我報告】

領域：物質福祉

物質福祉是指你的財務狀況、就業情況、居住安排與個人物品。在完成題項前，你可以先思考下列幾個面向：

1. 你一個月的收入有多少？
2. 你有對你而言是重要的個人物品嗎？
3. 你有支薪的工作嗎？
4. 在過去一年你曾經因為經費不足，而無法支應（去買）事情或物品嗎？

自我報告

1. 你有足夠的錢買你真正需要的嗎？

有

或多或少

沒有

2. 你有足夠的錢，所以可以存一些嗎？

向來如此

有時

從來沒有

3. 你有重要的個人物品嗎，例如收音機、電視、音響、照片？

很多

有一些

（幾乎）沒有

4. 你有一份支薪的工作嗎？

固定

不固定

很少或沒有

5. 你有家裡的鑰匙嗎？

一直都是

有時

從來沒有

6. 你有足夠的金錢來做選擇嗎（例如要穿什麼、要買什麼）？

一直都是

有時

從來沒有