

職涯輔導系列

—校友經驗傳承



態度決定高度

今日您以輔英為榮，明日輔英以您為榮。



學務處就業輔導組 製

前言

教育之所以能維持人類生存及促進人類發展，是因為教育具備某些重要功能，教育的功能包括(一)使受教育者正確了解自己、他人以及生活環境。(二)啟發個體的潛能，提供其自我實現的機會。(三)培養學生謀生的能力。(四)提供國家建設及社會發展所需要的各種人才。(五)傳遞文化財產，使人類的經驗得以累積；並進一步促發人類反省文明發展現況及未來方向。嚴長壽先生「在教育應該不一樣」書中談到「學校教育不只是販賣學歷的學店，而是回到最初本質，知識的傳授、品格的培養、技藝的學習，讓所有身處其中的人，春風化雨如沐春風」。

近年因產業結構變化以及金融海嘯對全球景氣造成強大衝擊，使得高等教育無法以畢業文憑確保學生擁有足夠的就業力，導致許多國家將學生的就業力納入高等教育的改革政策，而且規劃各式生涯管理技能以及生涯轉銜方案，以提升學生的就業力。因應全球化與知識經濟的衝擊，加上勞動市場急遽變化，可預期未來的工作需具備更多的知識技能，而工作者須適應變動，不斷提升工作者所需的知識與技能，大專畢業生求職面臨更大挑戰，如何協助同學找出個人最有力的就業領域開始；再進一步培育出企業所期待的人才應具備能力指標，使同學能將所累積的「就業力」充分展現在雇主面前，以爭取個人最佳的工作機會，是培養學生就業能力努力的目標。

本分項計畫期藉由不同面向及多元化的職涯輔導，成立F.C.R (fooyin career reporter)校園編訪記者，構想透過在校生對畢業優秀校友實際訪談，了解輔英人之學習歷程與發展方向，採訪區分醫護類與企業類二大類，將校友在各行各業努力之心路歷程和成功的法門集結成冊，提供全人發展及相關課程之教師教學使用及學生學習參考。

感謝所有接受專訪的校友們，由於您的真情無私分享生命歷程快樂、苦澀成長，就像一面鏡子一樣，促使自我省思，協助指引學弟妹人生舞臺上扮演好自我角色的燈塔，使得生命因此發光發熱；感謝文祺、婷纓、孟艾及意眉等四位美麗、活潑、聰穎的 career 小天使，克服萬難齊心協力完成專訪及編輯小品，每篇文章蘊藏著輔英人生命意義及價值觀，心中保持正念，任何時間、方位都是吉祥，期盼透過學長姊的小故事及期勉，帶給所有輔英人不同的啟發，人生沒有彩排，每天都是現場直播，要珍惜每一寸光陰，努力學習勤做事，一同畢業不同造化，機會是留給準備好的人，同學們，處處留心皆學問，昂首闊步築夢人生，自造福田，自得福緣。祝福您-

學務處就業輔導組組長 劉思煌 敬啟 2012.2.1

目錄

護理學院

許黃月華 學姊 《只要你有所努力，你就可以對這個社會有所貢獻！》	FCR 記者：黃婷纓	3~6
王靜枝 學姊 《努力，由平凡到不平凡！》	FCR 記者：黃意眉	7~9
馬淑清 學姊 《能 touch 你心的精彩學習歷程》	FCR 記者：余孟芝	10~14
馮明珠 學姊 《熱衷於職場的生命守護者》	FCR 記者：黃婷纓	15~18
溫詩宜 學姊 《快樂學習》	FCR 記者：余孟芝	19~21
林愛貞 學姊 《志為天使・守護生命》	FCR 記者：黃意眉	22~24

醫學與健康學院

林維政 學長 《職場夢想的實踐者》	FCR 記者：黃婷纓	25~28
鄭文聰 學長 《如何當一位有實力又親民的領導者》	FCR 記者：黃婷纓	29~31

環境與生命學院

李雅靜 學姊 《【不要說你不可能!】點亮鳳山、造福人民的李雅靜議員心路歷程》	FCR 記者：黃意眉	32~35
周卉羚 學姊 《獨特步調也可以很風光》	FCR 記者：余孟芝	36~38

人文與管理學院

張馨云 學姊 《樂在學習的幼教精靈！人生，就是要不斷的學習！》	FCR 記者：黃意眉	39~42
---------------------------------	------------	-------

只要你有所努力， 你就可以對這個社會有所貢獻！

許黃月華 學姊

民國 67 年從本校 護理助產科 畢業

目前為 淇譽電子科技股份有限公司 董事長
其他經歷

- ✿ 台灣第 22 屆青年創業楷模（民國 88 年）
- ✿ 獲頒溫馨技職人才代表（民國 90 年）
- ✿ JAZZ INC（美國）董事長
- ✿ 淇譽電子科技股份有限公司行銷部副總經理
- ✿ 泰譽投資股份有限公司 董事長
- ✿ 福育投資股份有限公司 董事長

座右銘

- ✿ 人生有挫折，人生有痛苦，你才能夠成長，你才能夠增長智慧。
- ✿ 凡事不要太計較，傻人有傻福。



初次見面，小編就被學姊溫柔又帶有堅定的個性給吸引。談話過程中，學姊落落大方的分享求學經驗及職場生活，談話中也不斷表示對學弟妹充滿期待，並給予溫暖的支持與鼓勵，期許大家能快樂學習。面對小編第一次訪問緊張情緒，學姐溫柔的握著我的手，協助小編放鬆心情，給人一種很安心的感覺。以下帶來許多有意思的內容給大家，希望大家會喜歡唷！

《喜歡為人付出》

當初會選擇護理助產系最主要的原因是我的父母親認為人要有一技之長，同時若家中有一個護理師或助產師，既使遇到變故，還有個專業的照顧者，以及工作穩定，可以是家的一個

支柱。在學習過程中，我發現我喜歡為人付出，可是我很怕血，還記得第一次看到胎兒出生，我啪一聲就昏倒了，使得那時醫生急忙呼叫“急救那個”。當同學輪流打針時，我要幫他打的時候他都沒什麼反應，可是當換他打我的時候，我邊跳邊吶喊：「要死阿！怎麼痛死人了阿！」，當時針還沒下去(眾人都笑了)。所以嚴格講起來我不是一個適合做護理行業的人，但是我很喜歡服務人，所以後來就轉行往電子業發展了。因此，我覺得人應該要依照自己的人格特質跟自己的喜好去走自己人生的路。

《人生的轉換點》

因為先生創業，在要嫁給他之前我們就有計畫。因為剛起步，需要穩定的收入來支持剛創業時的起起伏伏，所以我有先在長庚待一段時間，但我白天的時候幫他做作業員，所以晚上上大夜班會比較疲憊，有一次，有學姊貼心的叫我去休息一下，休息時卻被主管發現，因此被記了一支大過，在這樣的情況下要晉升是有困難的，所以就想說不如提早回來跟先生一起創業，一同建立基礎，因此護理工作的計畫提早結束。

《一步一步印》

要成為董事長，一路上要很用心做功課。我們公司許多像各位一樣看起來很有潛力很活潑，很有企圖心的年輕人，我常常跟他們講說，其實你想做一個好業務的話，你必須從公司的創業文化，還有公司的經營理念，還有我們技術能力的多寡，還有競爭者的能力分析，這些你通通都要知道，再來你要仔細判斷公司是要走怎樣的方向。董事長這個位子不是一蹴可及，我是從作業員到業務助理，到倉管，再升到採購，再從國外的業務開始做起。國外的業務工作可以讓我擴展視野，發現我們公司的技術相當好，因為一步一步印的做，清楚知道自己的技術優勢，你就可以去定位，使公司往這個地方前進。提醒學弟學妹們，凡事不要好高騖遠，每一件事都是一步一腳印在走的，沒有那種天上掉下來的禮物，儘管是天上掉下來的禮物，也會很快的被拿走，因為你也不知道為什麼他給你這個禮物，也不曉得如何抓住他。

《先天的「能力」加上後天的「決心」》

我從小就覺得自己與別人不一樣。因為我覺得從小我的父親與母親他們在我身上花了很多時間鼓勵我，希望我可以當比較高階的主管人員。在國小跟國中的時候，學校就給我很多機會，比如說舞蹈、演講比賽、歌唱，還有我是田徑的十項全能。因為我從小就覺得自己與

別人不一樣，所以我在創業的過程中從來沒有想過要放棄。當然，也與我在結婚的那時候，選擇了一個家境清貧，什麼都才剛開始的一個年輕人有關係，因為我完全沒有後路，我只能往前走，我又是在父母親非常擔心的情況下紅著眼眶把我牽給他，所以我只能往前走，因為我知道那個人是對的，因此我在過程中從來沒有想過要放棄。此外，我深信在這個世界上沒有人可以給你靠一輩子，包括你父母。靠人人老，靠山山倒，靠自己最好。學弟學妹們，擇其所愛後，要能堅持下去唷！

《從挫折中學習到「謙卑」》

我覺得在我人生最順遂的時候，是 1999 年獲得我們國家的青年創業楷模。那時候可以說全球的 PC 百分之六十來自我們公司。同時，公司已經上櫃，公司也變大，所以就引進許多的專業經理人。因此在工作上就會開始越來越有自信，也會很自然的認為「你想這麼講就這麼講，你想這麼做就這麼做的驕傲」。而先生本身是以技術為主的人，所以無形之中，讓其他專業經理人有機會去告訴妳先生說「有你老婆在公司等於雙頭馬車、女人當家」。我覺得那時候我應該也是有自信，相對來說人家覺得你氣燄紅很大。那時候我先生也聽進去，會創業的人沒有一個人不是大男人，在國際市場上經驗多，自然而然就是這麼講、就是這麼做、就是這麼想，所以那時候我先生對我非常不好，他恨不得我在這個世界上消失。當時，我也想過自殺，也想過要離婚，但是那個時候就會想到母親在她很痛苦的時候並沒有拋下我們，那我怎麼可以不把這個家再維繫起來，所以那時候就一直忍讓，一直矮化自己，最後我有一個很要好、歷練非常多的同學，他跟我說，問題就是在你掛名董事長，你要謙卑，我才恍然大悟。所以我經常跟大家講，其實人生有挫折，人生有痛苦，你才能夠成長，你才能夠增長智慧，因為在你很痛苦的時候、在你挫折的時候，你才真正會用腦筋去想 What's happen。這時你才會去改變自己，你就會把你全身的細胞用出來，這時候你才會真的用到你自己，才會真的增加智慧，不然就是這個樣子！這本來就應該由你來做，你覺得就是應該你要得到？No！不是！你要懂得禮讓別人，懂得光彩給你身邊的人，懂得把機會給你旁邊的人，你才真的得到。當你在痛苦中，當你在挫折中，才又真正的更上一層樓，可別輕易倒下。

《如何面對阻礙》

人生不要看短暫的事情，眼光要放遠。面對他人的閒言閒語，其實我是這麼覺得，有人

的地方就會有問題。每個人都是獨立的個體，有自己獨特的看法。但我覺得輔英有一個很棒的歷史與優秀的精神理念，你們把現在在做的或是想做的事情做好，短暫的事情不一定要太在意，眼光要放遠，去把你們想要完成的事情完成，如果真的錯了就認錯，如果真的要改善就改善，也不需要去迴避什麼。另外，期許學弟妹能做自己人生的主人，因為我們常常受別人的影響而沒有自我判斷，沒有對自己的決定負責。如果你能夠自己判斷，你能夠對你的決定負責，其實你會很有自信，因為你等於是在做你自己。但是，能夠做自己非常的不容易，你必須付出很多代價，過程中你再辛苦、再委屈，不要去爭論太多，把它拋到腦後，直到抵達目的地為止。

《給學弟妹們的勉勵》

我曉得很多人是因為家庭狀況的關係才來就讀輔英，我是告訴我自己，靠自己的感覺，用心體會，我有我喜歡的東西，我就朝我自己喜歡的東西去做，我會永遠有熱誠、永遠不會覺得辛苦、永遠不會覺得累。依照自己的人格特質跟自己的喜好去走自己人生的路。你只要找出你想要過怎麼樣的生活，還有你的興趣是什麼，你就一直做，其實各行各業都是可以接受，各行各業都可以養活自己也可以對社會有貢獻，你不一定要去大公司上班，但要有自己的計畫，自己的目標。這個過程你需要用心體會、了解自己。能不能有成就其實在於你所培養的人格特質，以及你的價值觀。

很開心能採訪到許黃月華學姊，採訪過程中有歡笑，也有感動及不捨。樂觀的學姊喜歡為人服務，因為發現自己並不適合護理，後來轉換跑道至電子業繼續服務大眾，且十分照顧輔英的學弟妹，提供優良學生國外深造獎學金、設置清寒獎學金，鼓勵有夢想的每一個人，並且充滿歡笑帶給他人溫暖。從小職員當到董事長是需要經過許多努力及磨練，屹立不拔的精神才能得到現在的職位。期許同學能學習學姊的就業精神，找到適合自己的行業，並能克服一路上的阻礙，成功贏得自己。加油！

採訪日期：100 年 11 月 18 日

FCR 記者：黃婷櫻

努力，由平凡到不平凡！

王靜枝 學姊

民國 78 年從本校 護理科 畢業

目前為 國立成功大學醫學院護理學系 副教授

成大附設醫院護理部暨神經部 督導長

其他經歷

- ✿ 1989~1990 年，國泰醫院護理部 護理師。
- ✿ 1994~1995 年，輔英醫事護理專科學校護理科實習處 講師兼實習督導組長。
- ✿ 1995~1999 年，University of Minnesota, school of nursing, MN, USA 研究助理。
- ✿ 1999~2000 年，輔英技術學院護理系 助理教授兼系主任。
- ✿ 2003~2006 年，輔英科技大學護理系 副教授。
- ✿ 2006 年，榮獲 台灣護理學會 柏朗論文獎。
- ✿ 2007 年，榮獲 國立成功大學 優秀新進教師補助。
- ✿ 2008~2011 年，榮獲 國科會 傑出年輕學者計畫補助。
- ✿ 2009 年，榮獲 國立成功大學 教學創新獎。
- ✿ 2010 年，榮獲 國立成功大學醫學院 優良導師。

座右銘

- ✿ 不要輕言放棄。
- ✿ 機會學習。



《提供專業，守護家人》

我是在台南的一個小村子長大的，那時的環境較少人讀較高的學歷，那時如果讀專科其實就算讀很多書的人了。我有考高中聯考，但差一點點考上台南女中，那時有一個表姊建議父親說女孩子讀護理很好，可以照顧家人。我不想回去念私立學校，所以我就聽父親的話，進了那時南區五專聯考第一名的輔英就讀，以全班入學成績最高的分數錄取。算是受到父母

的影響。專一、專二都還沒有進到專業的課程，直到專三開始才有內外科和產科，而我對內外科很有興趣，也考了全班最高分；另外，每次放假回家，家人或是親朋好友如果有問題就會跑來問我，那種感覺很好，可以分享相關醫療的知識。因為我們家族的只有我和表姊讀護理，深深覺得的護理可以幫助許多人，也很有成就感，開始喜歡上護理。

《出國深造，熱愛研究》

畢業之後，父親認為不能只有專科畢業，於是就一邊補習，一邊在國泰醫院上班。後來，輔英有個機會可以到美國進修的助學方案，而我也很幸運的能被選上，於是就到了美國念了碩、博士。回國後先是回母校教書，也曾擔任過系主任和實習老師的工作。由於自己的興趣是做專題研究，所以於 2006 年成功轉至國立成功大學護理系擔任副教授兼督導長，在過程中不斷累積自己的能力，也能將這份對於護理的熱情持續投入於教學當中。

在學業方面，由於我一直很努力，也熱愛學習，所以不曾有太大的困難；但是，當我剛進到工作時，較讓我感到挫折的一件事是，那時剛到工作單位的我負責照顧一位肝癌末期的病患，但因為動作較生疏，被學姊責罵，而難過到哭了出來，幸好有室友過來安慰我，告訴我第一次碰到這種情況都是正常的，叫我不要放棄，讓我有勇氣再繼續走下去。最讓我感動的事其實不只一件。病患因為自己的關懷而減低焦慮、重拾信心的樣子；教過的學生給予溫暖的祝福與回應，任何在工作上、教學上的小感動累積起來，都是讓我很感動的事。

《再等一等，「不要輕言放棄」》

許多人認為，實習就和工作時差不多，其實，是很不一樣的。在實習時，至少有老師保護著，不會可以問老師，小事不小心做錯了，由老師承擔；工作時，什麼都要靠自己完成，不會有人在旁一直不厭其煩地教導你，也很少人願意無條件地幫忙你，這是幾乎所有新任的護理師都會遇到的問題，「適應不良」也是許多現今新護理師離職的主要原因，但不要輕言地放棄！也不要因為這些挫折打倒了你，學會鼓勵自己，正向思考，你會漸漸適應的；而當你有一天成為資深的學姊時，面對學妹也要發揮同理心與耐心，相信你做得到！

《挫折就是機會，把握「機會學習」》

護理是一門跨許多領域的學問，包括了物理治療、心理學、微生物學、營養學等等，所以不但在學校要好好學習，在工作上更要把握機會學習！在與物理治療師、營養師、醫師討

論病患時，他們所提出的建議和專業方面的知識，都是你可以學習的機會，在職場上要有企圖心，有疑惑的地方就想辦法尋找答案，這樣你就會在不知不覺中提升的能力。另外，護理也是非常需要團隊合作的行業，所以人際關係也很重要，唯有透過互助合作，照顧病人的品質才會提升。除此之外，在就學期間就要培養自己的批判性思考，不能只是聽從醫師的指示行事，必須要了解每個藥品及病症的各種機轉，這樣才能真正為病患的健康和生命把關。

採訪時間：100 年 11 月 29 日

FCR 記者：黃意眉



能touch你心的 精彩學習歷程

馬淑清 學姊

民國 77 年從本校 護理助產科 畢業

目前為 奇美醫療財團法人佳里奇美醫院 護理部主任

其他經歷

- ✿ 奇美醫學中心護理部副主任
- ✿ 奇美醫學中心護理部急重症督導

座右銘

- ✿ 你存在就要對別人有意義。
- ✿ 工作的意義與定位要清楚，這樣你就可以找到工作的價值。



傑出校友四個字就好像是遙不可及的夢，常常我們望著成就非凡的學姊學長們回到母校，心中都曾想過，這樣輝煌的經歷不曉得要度過多少困難與漫長的時間才能擁有，想想便作罷，始終覺得自己不會有那麼一天。但回過頭想，是不可能？還是不相信自己有這能力呢？今天小編要告訴你們的是，前人的話要聽，前人的經歷更要看，因為那是學姊踏過大大小小的風浪所累積的人生經驗談，你的觀點與態度將決定你未來的道路。

《冥冥之中畫下了我與護理的機緣》

小編：學姊當初是在什麼樣的情況下，讓你踏進了護理這條路？

學姊挺直了腰桿慢慢說道：「在我的家庭裡，爸媽都要工作，然後有個智能障礙的姐姐，從小就要照顧姐姐，別人都取笑姊姊頭腦笨，也會被欺負，我自己也搞不懂我的姐姐他就是比較特別。剛開始我也不喜歡姊姊，最後慢慢一路這樣照顧下來，知道其實自己比姊姊還要福氣，因為我比較能夠勝任一些事情，就擔負起了照顧的責任，這跟我後來念護理有點相關，

其實照顧人的工作是蠻快樂的，可以從中得到一些成就感，而且覺得自己對別人是有意義的。而這只是其中一個原因，很重要也很機緣的是因為我念鳳山國中，鳳山國中有很多學校的站牌，包括輔英。就在輔英附近，每天要去上課的時候，會看到輔英的學姊們都很認真地在念書，每個看起來都好有氣質，覺得這個學校應該是對自己有很嚴苛的要求，不然不會在等車的時候也在看書！

《選擇我所愛，愛我所選擇》

家人當時很反對，覺得護理人員很辛苦，人家放假你要輪班，晚上睡覺你還要出來工作，過年過節人家可以在家裡陪家人，我們卻要因為工作上的安排需要出勤，可是家人的反對並無打消我的念頭，我告訴他們，大家都會生病，如果大家都不去當護理人員的話那生病的人誰來照顧？家人只說：「好，那你如果那麼有決心的話，到時候你工作上遇到的辛苦，等我們都在團圓的時候你沒辦法出席，那就不能抱怨啊！」，從那一句話後我就沒抱怨過工作上的事情，我只有回去分享照顧病人的快樂，在工作上很有成就感的事，或是照顧的病人今天給了我什麼話，跟他們分享這些很有趣的事情，那些抱怨的負面則是跟自己的同儕講，那些辛苦的部分就不會跟家人說，因為這項工作是當初自己堅持的，當初家人也勸過我，所以我不會再把這些帶回去讓家人擔心。

《我曾經低潮過》

工作上的挫折不比成就來的少。當初我是以鵬圖獎畢業的優秀學生，但臨床上給我的挫折是，我的同學成績並沒有比我好，但為什麼她在照顧病人方面還有三個月的試用期這麼順？而我每天上白班卻要做到晚上八九點事情都還沒做好，丟東丟西，連學姊都懷疑我了：你真的是優秀學生嗎？可是我當時覺得一個好的護士就是要花時間去聽病人的聲音，要給病人衛教，但我當時並沒有工作優先順序的觀念，血壓完成後應該要給藥、換藥、查房，我應該完成這些事情後再去做不那麼緊急的事情，例如傾聽病人主述或衛教。可是當時我只要一個病人找我，我就會一直待在那裡，後面的事情得通通擱著沒做，九點的藥變成十點給，當有病人一直按紅鈴，學姊就得幫我處理，幫我查房給藥，所有的事情都沒有 on time，那時我很挫折，我想：「我真的是優秀的學生嗎？我在學校表現這麼好，但在臨床上連在學校成績比我差的同學都適應得比我好，工作表現都比我優秀」，開始懷疑自己是否真的適合在臨床上工作，

於是我找了我們督導，跟他說我似乎不適合在病房，我做不下去，而這個督導真的是我人生中的貴人，他給了我兩次機會，他對我說沒關係，問我要不要再換個單位試試看，於是我換到恢復室去，在這段期間我瘋狂練習自己的技術，給藥和靜脈注射，但最後等我熟練之後，發現在這裡我沒辦法對談和溝通，因為病人醒來後就要走了，於是我這個新人又找了督導換回了以前的血液腫瘤科，從這時候起，我慢慢的可以掌控住，從原本十點下班到可以準時下班了。

訪談到這時，所有初次面談的緊張與不安情緒早已拋諸腦後，我就像個崇拜偶像的粉絲一樣看著學姊，從學姊的舉手投足，一個口氣一句音調都讓我深刻地感受到那股對於護理的熱忱，與耐人尋味的工作態度。

然而每個護理人員都希望像南丁格爾一樣替病人帶來希望，解決他們的痛苦，但這樣的熱忱往往被工作時間與例行事務帶來的壓力給限制住，這個時候，我們該做的調整又有哪些呢？我緊接著問了學姊。

《當傾聽病人的護理宗旨與時間分配上有所衝突，該怎麼做才能克服？》

這是我們臨床上很多新人也會遇到的問題，就是「時間管理」，因為在學校被訓練的過程中都是只有 ONE BY ONE CARE 病人，給學弟妹的建議是：剛開始去到醫院，都會有所謂的輔導計畫，你照著人家的步驟走就對了！人家教了我們什麼要虛心接受，回去要念書，而且要盡量把自己的技能練好，從原先的一個病人，再來兩個、三個、繼續一個一個加到一個人 CARE 八個病人，所以要照著別人的計畫走，而且要對自己有信心，別人可以一比一，一比二，我也可以。我們都有潛力，只是在學校希望你完整深入，所以一比一讓你照顧，可是到了臨床後，大環境是無法讓你一比一的，既然被要求一比八那就做到最好，把病人基本的生理需求照顧好之後，再來才是病人的心理與靈性方面，要能辨輕重緩急，這是一個新人常常會遇到的問題，希望把一個病人照顧到好，結果剩下七個都沒照顧到，懂得分辨，時間就能夠被運用。

《撼動人心的故事》

小編問學姊：當工作上遇到挫折時，是什麼讓自己能夠支撐下去？是靠護理人員那股燃

燒自己的使命支持你走下去的嗎？

學姊很快的答道：「我覺得護理人員不是燃燒自己，而是要『賦能』自己，賦予自己工作的能量，賦予自己工作的一個知識，知識是能量，所以我們工作的熱情與工作的專業知識不能就停在你畢業的那一天，要不斷的進步，臨床上的醫療知識你要跟得上。」接著學姊帶出了一個故事，這個故事讓現場每個人都鼻酸了起來，不是令人難過的悲劇故事，而是我們從故事中的一字一句感受到了那股護理的真諦與學姊語氣中的堅定精神。

「那時剛開始走臨床兩年就覺得自己很厲害，不用再進步了，我什麼都會了，開始產生了職業倦怠，覺得每天工作常規就是那樣，想要轉業不當護士了。有一次上大夜時，照顧到一位肝硬化病人，大吐血，又吐又拉，他的兒子很孝順，沒有結婚就是為了照顧這個肝硬化的爸爸。那天晚上不斷的按紅鈴，解血便吐血的讓我來來回回一直進出他病房，結果兒子說：『某某護理師真的很不好意思，一個晚上麻煩你這麼多，你們是我爸爸生命中的天使』，結果那時候我覺得好煩啊，天天聽到這些都覺得不稀罕，於是就開玩笑地說：『對阿，是天屎，天天來擦這些屎』，後來他很驚訝，覺得我怎麼會這樣說，那時候我也不以為意，因為那時已經沒有職業熱情了，他講什麼你都沒有興趣聽了，之後要把這些血便拿去丟掉時，他的兒子就跟在我後面，我覺得奇怪，他到底還有什麼事情還沒忙完嗎？他跟我說：『護士小姐，我不曉得你的信仰是什麼，也不知道你怎麼看待你的工作，可是在我們來看我們覺得你們是踏著蓮花的菩薩，你們真的是守護病人的菩薩，或許病人因為太虛弱沒辦法自理自己的大小便，這些很汙穢的東西，絕對沒有人願意把這些隱私且自己覺得骯髒的東西拿來麻煩別人，所以我對妳們的感謝不是口頭說說，是真心的感謝你，在我爸爸沒有能力照顧自己大小便搞得整個床上都是穢物的時候，你來幫他弄得乾乾淨淨，我爸爸再活的日子也不久，可是你給了他一個舒適的環境』，那時候我好感動（哽咽）我覺得我怎麼會這樣對病人，脫口說出這樣愚昧的話，從那時候我再也不看輕我自己的工作，這是讓我繼續在護理工作的一個小故事，到現在我都覺得我很感謝那個家屬。（小編也哽咽了）

《唸到現在，原來我不喜歡護理該怎麼辦？》

沒有關係，想清楚知道自己要什麼，就往那條路去鎖定。很多人只會抱怨只有想法沒有作法，既然有想法就要有行動，盡早找到自己的興趣，你要確定那個興趣就是你會守住一輩

子的，因為人生沒有時間讓你一直後悔。找到興趣之後，人家要什麼條件與能力，就往那個方向走，那如果你真的不知道要什麼，也找不到興趣，既然念了就考上執照，也給自己一個機會去職場試試看，不過就三個月的試用期，三個月會發現我真的不喜歡它嗎？還是我誤會了，其實我很喜歡？很多人到了職場去才發現自己喜歡護理，因為病人的一句話，他覺得自己有了意義，所以你真的是不喜歡嗎？還是誤解？自己得親身體驗看看。

《在學校能夠儲備哪些能力讓以後在職場工作上更順利？》

(一)不要考到護士證照就打住了，要把護理師證照考上很重要。在學校要先把功課弄好，在職場上走專科護理師，或未來參加職能晉升，人家都會要求具護理師證照，為什麼醫院都會要用護理師？因為醫院評鑑要求，要求護理師的比例要高於多少百分比，那如果你是護士就比較吃虧，還有最現實的是薪水就有差，還有在未來競爭上機會就比較少，好的職位相較之下就會留給護理師不會留給護士。

(二)在學校辦的很多 BLS、ACLS 的證照要去考上，因為你要走急重症單位，未來畢業想走急診或 ICU，人家評鑑要求要 ACLS，你在學校就已經擁有這張證照，到了職場你就有機會優先錄用。

(三)要多參加校內外相關研習會活動，因為那些是提升自我在職場能力的有效方式之一。

(四)語言，現在很多醫院都推國際醫療，英文能力好，不管以後念書或念專業 paper 都是很重要的，至少專業英文很重要，起碼要看得懂病例，還有專業文章。不要害怕英文，你喜歡它，它就喜歡你；你怕它，它也怕你。

採訪日期：100 年 11 月 18 日

FCR 記者：余孟苙

熱衷於職場的生命守護者

馮明珠 學姊

民國 81 年從本校 護理系 畢業

目前為 高雄醫學大學附設中和紀念醫院 病友服務室主任

高雄醫學大學附設中和紀念醫院 護理部 護理督導

其他經歷

- ✿ 84 年投入愛滋照護工作至今
- ✿ 高雄醫學大學附設醫院 感染科 護理長
- ✿ 高雄醫學大學附設醫院 4S 病房 護理師/護理長（感染科、風濕免疫科、婦科、外科）
- ✿ 高雄醫學大學附設醫院 內科加護病房 護理師
- ✿ 高雄醫學大學附設醫院 胃腸內科病房 護理師
- ✿ 93 年於 SARS 期間擔任 隔離病房護理長
- ✿ 94 年榮獲 行政院衛生署 新時代護理形象『發現好護士』
- ✿ 榮獲多次優良護理人員獎

座右銘

- ✿ 做最好的準備，做最壞的打算。



曾有人問我，究竟是要叫你主任，還是護理長，還是督導呢？我想一下，叫我明珠就好啦，所有頭銜都會改變，唯一不變的是「明珠」。明珠學姊謙虛的說，我只專心為我

所熱愛的護理付出，而這些頭銜是別人額外給我的，但真正令我感到開心的是我所照顧的人，

他們的生命因為我而有所改變。

《逆境中的一盞明光－護理》

雙親在學姊很小的時候一一離世了！當時父親身體不好，他卻無法經常就醫，學姊立下心願，期許自己以後能成為一位護理人員，能照顧自己的家人。但是，在國中時父親就離開人世，學姊並沒因此放棄護理夢，因為家裡經濟需求，以及想幫助更多的人，所以來輔英就讀五專護理科。求學過程中，學姊必須打工賺錢，女工、作業員、在 KTV 端茶等工作都做過，甚至在實習期間下班後也須兼職，但是也因此磨練出堅韌的個性，能自然應對大場面，也較能體諒、理解社會中不同背景的人，因為有豐富的工作經歷，使得學姊的護理生涯越走越順。

《老師的啟發》

把個案照護擺第一的學姊，有次實習被分配照顧其他的科別來借床的個案，因為不同疾病的病人所需的照護過程不同，當時才第一天接觸個案，學姊來不及事先準備，於是拿出了書閱讀，期望能即時給予個案所需的照護，但卻被實習老師指責，認為不應該在上班時間閱讀書目，但學姊非常不認同老師的責罵，心中出現一個念頭「教學護理的老師很重要，他們孕育的是對護理熱衷的學生」，為此，對當時不知變通的實習老師感到很失望。除此之外，學姊還分享了另一個故事。有次實習遇到一位十分體諒同學的老師，知道學姊家境清貧，需要賺錢打工，因此在醫院幫她找了一份兼職看護的工作，還刻意安排在頭等房，讓學姊晚上有地方休息，並與醫院協商不抽傭金。有次學姊眼鏡壞了，老師幫她拿去修理，並請求眼鏡行向學姊收最低的價錢。學習過程中，一定會遇到開心或不如意的事，但每件事的背後都是有它的意義，以及刺激你去思考，回過頭來看，相信這些事能成為你前進的動力！

《愛滋照護天使》

是什麼樣的狀況下開始接觸愛滋照護的呢？因當時學姊服務的單位為癌症病房，對於臨終照護不感到陌生，因緣際會下參與了愛滋疾病的研討會，進而發現自己對愛滋疾病的熱衷，並主動花錢參與更多的研討會，包括通車，甚至為此在台北租屋（學姊笑稱當時薪水幾乎都這樣花光了）。但因為受過許多愛滋照護訓練，對愛滋疾病有深入的認識，之後也順理成章的投入各項照護工作，包括參與社區照護、擔任「愛之希望協會」副秘書長與兼職主任，透過研討會朋友介紹，積極推展愛滋病防治工作，開始到各地演講，演講區域包括各級校園、高

雄及屏東的矯正機構（監所及看守所）、特殊弱勢族群（南區兒童之家、育幼院、特殊學校）、衛生局所、各家醫院。究竟是什麼樣的力量讓學姊長期投入在愛滋照護工作呢？小編好奇的問了學姐。學姊溫柔的說，現在有很多的病患，會認為他們付錢住院，護理人員用心照顧他們是應該的。但愛滋病患他們會抱持感恩的心，會因為你的陪伴與鼓勵而讓他們的生命更有希望，他們甚至會把你當很要好的朋友，告訴你許多連他家人也不曉得的秘密。在他們的身上，你會感覺自己很被需要，同時你也知道，他們比別人更需要關心，更需要你。

《感染病房得面臨的挑戰更多》

愛滋病，有許多人對他的解讀是會傳染、無法醫治。沒錯！許多愛滋患者、家屬、朋友，甚至許多醫護人員，都是用這個角度來看愛滋病。愛滋病令人感到害怕，因為它就像絕症一樣，沒有方法能夠根治，當你更深入認識愛滋病時，你能不能夠站在患者立場思索這些問題呢？希望你也會體諒到愛滋病患也渴望被關懷，因為疾病而被所愛的人畏懼，那股滿腹的孤單感、無助感。不是每個人都能真心關懷他們，所以在感染病房工作面臨的挑戰更多。在醫療體系的角度，愛滋病的治療花費高，無法賺錢，員工的薪資自然也不高，獎金部分也較少，但因為服務熱忱，讓你有動力繼續待下去。在醫師角度，為愛滋病人做治療須面臨被感染的風險，因此能不檢查就不檢查，除了給藥外，多不願深入治療，但人人都是可能會有其他疾病的呀！使得頭腦機伶的學姊經常要用小故事來感動醫師，讓他們為患者做治療。在大眾的角度，愛滋病會經由體液感染，保持安全距離比較妥當，甚至會有人認為他們是骯髒，做壞事所得到的報應。在感染科工作的學姐，必須能隨機應變，用各式方法讓這個社會的人接受他們，這過程真是挑戰阿！

《期許自己能當大樹》

在職場上，儘管你做得很好，還是會有人討厭你。學姊表示她曾為此感到很挫折，因為她盡力將所有事做到最好，但還是被人在背後說話。後來是一位朋友協助學姊化解了這個謎題。你做得太好，像草原中突出的那根草，長的特別挺直，引人注目，但也因此容易被除掉，既然你如此有實力，那要學習當一棵大樹，理所當然得挺立，還能扶持兩旁的草生長。把自己做到最好，並協助其他的人，他人不但不會覺得你太招搖，還會因為你而更加茁壯，感恩你，大家一同成長。

《好高騖遠無法成大事》

學姊鼓勵正在求學中的學弟妹，不要急著想爬更高。護理工作不錯，進入職場你就能感受到為人服務的快樂，許多人會到廟裡添香油錢，吃齋念佛，但我們的工作本身就已經是在助人、做善事，沒有比這項工作更幸福的事，就像神仙在渡人一樣，你們的專業照護能使為疾病所苦的人們獲得改善。不要貪求太多，當你在臨床對新事物感到好奇時，再去進修也不急，珍惜當下你們所擁有的工作。近年來經常聽到新進護理人員抗議三班制太勞累，但換個角度想，你可以不用尖峰時段跟別人擠郵局，多好。當時，我也只是專科畢業，但因為我對護理的熱忱，能吃苦、能磨練、能學習，現今我也是備受他人尊敬的護理人員。

小編認為，學姊想和大家分享「別為逃避護理找理由」，應當愛其所擇，這個社會不是要有實力，就是要付出勞力，想要選擇輕鬆的工作談何容易呢？就讓我們一起把基礎打好，累積我們的實力，一步一腳印！

與學姊的談話過程中，小編感受到學姊「溫柔，但擁有堅毅的心」，也就是所謂柔中帶鋼。她擁有許多的愛與熱忱在護理職場上，溫柔的對待每一位病人、家屬以及她的夥伴，但在嚴格的職場環境，她又能擔任護理長、主任、督導的角色，多次榮獲優良護理人員獎，因為她對護理的付出眾所皆知，處理事情的態度能周全考量個案及家屬的擔憂，全心投入護理的學姐令人感到敬佩，這份工作的精神值得大家學習！

採訪日期：101 年 1 月 2 日

FCR 記者：黃婷纓

快樂學習



溫詩宜 學姊

民國 92 年從本校 護理助產科 畢業

目前為 基督復臨安息日會醫療財團法人臺安醫院 婦產科 專科護理師
其他經歷

🌸 中國醫藥大學附設醫院產房 嬰兒室 護理師

座右銘

🌸 不斷進步不斷學習

詩宜學姊在訪談的過程中，就好像跟一位熟識的朋友聊天一般輕鬆，開朗的笑聲跟訪談前的玩笑話，可以感覺出來這是一位開朗的女生，而這樣活潑的性格在學習與工作的態度上會帶來什麼不同層面觀點呢？從學姊身上，我感受到了「快樂學習」的真諦。

《父親的遠見》

在國中以前我不太清楚我到底可以做什麼，後來我選擇了這條路，其實是因為我父親對我們小孩教育是非常重視的，所以在護理這塊是我父親幫我選擇的。我爸爸以前是念普通大學的，等到他出社會工作時發現，其實有一技之長非常重要，所以他才會替我們選擇。因為我是女孩子，所以他希望我們去念那種屬於女孩子一技之長的東西，像是護理，所以我高職就念護理，然後才考上四技助產，老實說助產系也是我父親幫我選擇，那時我是第一屆助產系，所以能不能夠考上助產師證照，在當下是很不確定的，可是我父親很有眼光，他說這個科系我一定可以考護士與助產士這兩個執照，之後我覺得這個是我可以接受的，所以就進去助產系。

《快樂的學習》

在念助產的過程我是很快樂的，應該說念輔英四年我都很快樂，因為當下家裡不需要我去打工或負擔家計，所以我在念書過程中感覺有玩到也有讀到，不是說求學階段完全沒有遇到挫折，還是有，只是在我印象裡，那時我都是非常快樂且充實的。

《興趣對於求學過程中的重要性》

興趣很重要，未來的出入也很重要，但是如果能夠兩者兼具是最棒的，當時我為什麼會讀得那麼快樂，是因為我知道讀助產系是有願景的，我們畢業之後就可以考助產師與護理師兩種執照，所以說因為是父親給我這樣的一個信心，我不會去害怕畢業後不能考證照，所以並不擔心未來找不到工作，很高興的是，在整個過程裡我竟然能夠接受讀助產科，因為我本身是女性嘛，所以我念的過程會覺得好像就是在了解自己一樣，所以在讀書時我是非常高興的。

《與我想像中不同的第一份工作》

第一份工作是在醫學中心上班，那時候對我的衝擊非常大，跟自己所想像中的，是有很大的落差，重點在於角色的轉換。從學生變成社會人士，在學生時代有老師可以 cover 你，例如實習的時候，有什麼事情都可以找老師或學姊。所以在那個環境裡，別人對你的要求就不像在實習一樣了，會比較嚴苛。

《「支持系統」幫我渡過難關，你也必須有這麼一個人》

小編問：您是使用什麼方式讓自己改善這樣的工作問題？

支持系統！你要有個好朋友，不管這個好朋友對你來講是什麼角色，可能是親情、友情、愛情，我覺得這一塊給了我很大的支持。支持系統是相當重要的，因為你一踏出學校到社會工作，那個蛻變轉換的過程其實是很辛苦的，需要調適。因為你不可能說這條路試不過來就逃避護理或換工作，不然會覺得我好像浪費了這四年的時間，浪費了我這麼辛苦去考執照，更浪費了我父母親供我這麼多錢，讓我去念這個學校，當初有這個想法是這樣，一部分是不想辜負，一部分是你對它的興趣，其實你花了這麼多時間去學習知識，難道你不希望能好好的利用這些知識成為你的謀生工作？如果要跳脫這個專業領域，到另外一個領域，那一切就是歸零重來，而當你從頭開始的時候，人家已經累積了很多經驗。我覺得人的時間其實是有限的，如果說在工作上不是很排斥，只是職場上遇到一些挫折，「支持系統」就很重要，找

朋友講講話啊，哭阿，宣洩自己負面情緒的一些方式。就是讓自己去度過這個過程，也許你過了，你會發現其實護理將伴隨你一路走下去。

《我堅持「不進則退」的理念》

工作上不會永遠如魚得水，我覺得要不斷的學習，才能在那個環境裡面越做越快樂，因為不進則退。你眼睛所看到所感受到的就是大家不斷的在學習，可能你會認為自己已經大學畢業了，出來工作累積經驗個兩三年，可能初步的目標就是這樣子，但你會發現，這兩三年很快就到了，後面的人出來也是大學畢業，有些人甚至有更好的能力。所以要超越別人嗎？不，是要超越你自己。問自己今年的你跟去年的你有沒有不一樣，就是不斷的反問你自己，自己有沒有不一樣，那個不一樣是要越來越好的，當你反過來看的時候要覺得，自己的人生沒有浪費任何一秒，不論快或慢，我要的目標有沒有去完成了？這必須自己省思。

《學理是之後工作的基石》

學校學的東西一定是有用的，因為現在你們還沒有踏入臨床，所以很難去把教科書的東西跟臨床結合起來，因為現在臨床上面有一些挑戰，例如人力的不足，當然這個部分會影響到你所學的運用在臨床上面，因為你沒有那麼多時間將你所學的一一跟病人解釋，就是說將護理獨立性的功能好好的運用在病人身上，甚至你覺得你可能 routine 的事情做完就很 OK 了。

學校所學的，會強化你在臨床上面的觀念，你比較不會知其然而不知其所以然，你在學習東西速度會很快，因為你知道前因後果，所以你腦筋會轉得比較快，可能在臨床上都是 by order 做事，可是為什麼要做？在臨床上很難有時間去給你想「為什麼」，所以回家要自己做功課，當然在臨床上就是上班，回家複習或做功課，可是如果在學校你又更用心的話，你會發現你在這部分減輕了很多負擔。現在的學歷算是之後工作的基石，你會覺得現在學得好像紙上談兵，可是之後工作你聽學姊們對話或做技術，你馬上會串連起來它“為什麼”要這樣做。所以學理的部分很重要，它可以加快你在臨床上面學東西的速度。

採訪日期：100 年 12 月 29 日

FCR 記者：余孟芑

志為天使・守護生命

林愛貞 學姊

民國 91 年從本校 護理管理系 畢業

目前為 財團法人天主教聖功醫院 護理部主任

其他經歷

- ✿ 天主教聖功醫院護理 督導
- ✿ 行政院衛生署 護理之家 評鑑委員
- ✿ 中華民國長期照護專業協會 機構護理人員 實務輔導員
- ✿ 中華民國安寧照顧基金會 諮詢委員
- ✿ 美和技術學院護理系 兼任講師
- ✿ 輔英科技大學護理學院 兼任講師
- ✿ 98 年，榮獲 行政院衛生署「功在護理」從事護理工作滿三十年熱心服務獎。
- ✿ 98 年，積極協助參與規劃醫院護理之家 獲得全國評鑑優等。
- ✿ 97 年，積極協助參與規劃醫院評鑑護理組 獲得全國區域醫院優等。

座右銘

- ✿ 人生的態度可以決定自己的高度



《天使降臨・典範母親》

我從小是在一個天主教的家庭下長大的，家裡很單純。有六個兄弟姊妹。媽媽是非常具有愛心的女性的，是我們的典範。因為爸爸在我 8 歲的時候就離開我們了，他是一個情報局的工作人員，所以常常媽媽都不知道爸爸的去處。所以我媽媽非常辛苦地撫養我們長大，我在家排行老五，算是非常有福氣的，長兄長姐都非常的照顧我。我們家其實不算富裕，但是只要有人需要協助，媽媽都會幫忙；有時候爸爸的部屬來家裡吃飯，都會教導我們，飯要讓客人先吃。所以我媽媽在我們心中樹立了一個很好的典範，讓我們覺得生長在充滿愛的一個家庭。然後一直到我結婚，也是在天主教的家庭。我覺得婆婆和我媽媽的氣質很像，因為我個性和她很相似，比如說愛乾淨、動作快等等，婆婆也說我很像她的女兒，和她住在一起會

比較快樂。婆婆也能體諒我很忙，會幫忙帶孩子，只要我不在，婆婆就會把家裡打理得很好，讓我無後顧之憂。我從畢業走到臨床已經 34 個年頭了，我會覺得女人有家庭的支持非常的重要，不管是先生還是孩子。

《築夢踏實・熱愛護理》

當護士，是我小時候的願望。小學三年級寫作文的時候，那時候我第一個志願就是當老師，不然就是當護士，後來，我兩個都實現了。當初想念護理的原因是因為從小我的身體不是很好，媽媽常常帶著我到醫院去，那時就覺得醫院的感覺很舒適，護士都很親切，那時我就覺得護士是一個很好的職業。可是我考上護專和師專的時候就在掙扎，我想先做護士。我們家的人表示贊同，但是我二哥就有些反對，就覺得護理太累，沒什麼出息。但是我還是很堅持念護理。進入職場以後，我發現自己與病人的關係更是密不可分，那是一種很棒的感覺！

我專科是美和畢業的，20 歲畢業後就進入職場，進入護管的原因是因為那時護理師已經得到了，而想說護理管理路比較寬廣，孩子也大了，才來念書進修的。之後又去念中山大學的醫務管理研究所，那是我的自我實現。孩子小，我就會以家庭為重，因為我是巨蟹座，是很愛家的人。畢業以後，也很順利，美和就找我回去教書。到了第二學期就申請護理講師。輔英和美和都是我的母校，除了這兩個學校我都沒去，因為我的正職是在醫院擔任護理主任，教書是我的兼職。

《安寧療護・全人照護》

令我感動的事件非常非常多，因為我進入職場以後我又去學安寧療護。安寧療護是最能和病人接近的，雖然那時我已經是督導，但是我從學習安寧療護的過程中，讓病人可以得到善終，也能和家屬的關係維持的非常好，尤其是協助病人在遺體照顧的時候，家屬的回饋，很令人感動。回到醫院，那些生命回顧的點點滴滴，護理的關懷，我想這都是在我們生命當中一個很不同的經驗，很不一樣的情感連結。因為病人是用生命在教導我們，不是在教科書上面可以學到的。你如何給他一份人性化的關懷，這是很重要的，我很高興能夠去照顧這一群個案，會跟他們一起流眼淚、一起笑，都是很密切地和他們在一起。進入安寧病房你必須要有豐富的知識，再來就是你必須要面對許多生離死別，你要如何去跳脫那種模式。面對人走了還是會有情感的，我從來不覺得護理人員做久了會是麻木不仁的，你做得越久，對人是

要更有興趣的。另外，你對人要有高度敏感，所以專業知識很重要。

面對死亡是一個大課題，我曾經有一個很好的護理長，她婆家認為在安寧病房工作不好，要面對死亡，但是她很正向，她對婆家說，我到每個單位都會碰到死亡，只是我這個單位面臨死亡的比較多，但是我可以幫助每一個病人，讓他非常舒適、非常平安的、非常有尊嚴的離開這個世界。這其實是我們護理人員很高的境界。這是很重要的，而且你想想，那些你服務的對象，他們其實都在天上保佑我們。所以這是你要去跳脫另外一個思維，如此你才能去接納這個單位。我們的方法是成立一個讀書會，因為護理人員也要成長，讓自己成長，否則你很快就會挫敗了，無法在職場上走下去。

《人生的態度，可以決定自己的高度！》

你的認真盡責，對每件事情的執著，還有熱愛，我覺得那是你需要去訓練的。雖然人生的態度可以決定你的高度，但有時候，我們做主管的，態度要很謙卑。我們必須要聆聽屬下的心聲，必須去協助他們解決問題。所以我希望學弟妹能用比較正向的態度，能夠接納不同的人，要宏觀，要有寬廣的心，是不太容易，但就是需要調適的部分。那就要看自己怎麼去紓解壓力。像我喜歡吃美食。除此之外，我會聽音樂，看不同的書籍，有時候到戶外走走，喜歡到處看看海、看看山。我覺得這是會讓自己的心情比較寬闊一些。

護理人員不能脫離得是我們的專業知識和技術。比如說，打針你不痛，病人就會說這個工作人員手很輕巧，技術很棒！這麼難打的靜脈一針就打下去。你有很強的技術，妳和病人家屬之間的距離會拉近。如果以現在主管的位置來看，我覺得現在新進人員的適應能力非常低。所以護理人員流動率非常大，這不是只有在我們醫院會發生的情況，是現在全台灣的現況，而這個等於是說我每個月徵試的機會就會增加，輔導時間也增加。其實輔導對我來說是還滿喜歡的，可是有時候會覺得，給你很多的機會，可是他們不見得都會聽得進去，我覺得這是我們做主管比較大的挫折，要給他們多一些機會和時間。輔英是一所很棒的學校，希望學校能穩定的成長，也希望老師能更多元化的教學，像現在學校有很多科系，也有不同的教學模式，希望老師能用宏觀的態度，能夠國際化。

採訪時間：2011/11/29

FCR 記者：黃意眉

職場夢想的實踐者

林維政 學長

民國 89 年從本校 復健學系（現今的物理治療學系） 畢業
目前為 達特富科技股份有限公司 總經理

其他經歷

- ✿ 現任國防部中科院醫療照護產業專家代表
- ✿ 現任經濟部工業局研發專案計畫主持人
- ✿ 現任台中榮總足部研究中心主持人
- ✿ 現任台灣全福會宜蘭分會會長
- ✿ 現任社團法人宜蘭縣全福關懷協會理事長
- ✿ 現任輔英/弘光科技大學物理治療系兼任講師
- ✿ 榮獲日本新潟醫療福祉大學肯定足部醫學對台灣之貢獻

座右銘

- ✿ 忘記背後，努力向前，向著標竿直跑。
- ✿ 態度決定人的高度，你的腦袋決定你的口袋。



在採訪過程中，有一句話特別讓我印象深刻：「被利用是件好事，代表你有利用價值」。如此正向的處事態度，相信大家也對這號大人物感到好奇了吧！學長最高學歷是輔英科技大學的復健系，如今是達特富科技股份有限公司的總經理，也是足部復健的專家，經常擔任研發專案、醫療產業專家代表，讓我們一起來認識這位物理治療職場的風雲人物吧！

《Follow your heart》

父母親都是醫療人員，因而鼓勵學長也往醫療發展，起初是在仁德醫護專校的復健科畢業，進入職場後，發覺自己對這一部份很感興趣，很想自己創業，而且覺得自己已經在臨床

工作五年，不想一直待在醫院當物理治療師。但擔心學歷不足，所以再回到輔英繼續進修學習。進修的過程中，學長已先為自己設定目標，抱著研究的心態在學習，也開始在寫外包的計畫，所以一畢業就立刻自己創業。當時外包兩間醫院及一間診所，意識到外包壽命短，雇請幾位治療師開始團隊運作，同時學習經營管理的技巧，一年後順利的開了屬於自己的公司。

《不看代價，而是看對未來的路有沒有幫助》

成功的路上，還是需要附上一些代價，不去計較代價，自己獲得的學習機會就會更多。創業第二年就負債一千五百多萬，夫妻關係也不是很好。另外，中科院、特力屋，以及一些國外廠商的要求，合作廠商必須建立自己的工廠，所以建立工廠後，學長又多負債一千多萬。在創業這十年裡，就負債兩千多萬。當時明白自己只有兩條路可走，一條是跑路，另一條是不歸路。原先，醫療輔具不是自己本業，當初接觸醫療輔具是因為自己在長庚實習，實習結束後，主動向醫院表示願意提供每個星期一天的免費勞工，只要讓學長練技術就好，不去計較代價的心態，免費做了半年醫療輔具的勞工。學習他人沒有的專長，這就是自己的獨特性。當初創業是走外包，卻為此負債許多，但後來事業的成功是因為選擇輔具發展，歸功於當初自己灑下的種子，當然也攸關先前不計代價參與各式的學術研討課程，讓自己的資歷更豐富，而後來的事業也是往此獨特性蓬勃發展。

《希望有被利用的價值》

被利用是件好事，代表你有利用價值。在台灣很少有人有這樣的經歷及經驗，因此產業界或學術界邀請時，學長都很願意去和大家分享，不計算代價，全省十三個縣市為治療師上課，因此越來越多人主動找學長的團隊演講，包括國防部中科院。因為學長明白，醫療和產業是兩回事，因此醫療界不懂產業或產業界不懂醫療是常有的事，但學長所擅長的正是醫療界與產業界接軌的地方，因此自己的被利用性及獨特性就很高，很樂意與他人分享。

《陪伴、協助渡過難關—信仰、信念》

我不是很厲害的一個人，能夠自己撐起一片天。信仰的基礎，成為基督徒靠著每天的禱告，而順利渡過每一天。創業的壓力大，需要支持的力量，讓自己繼續走下去。因為信仰，改變自己的價值觀。起初跟隨職場歷練多的老將做生意，過著應酬的日子，後來遇到許多生命中的貴人，多是赫赫有名的大老闆，他們有一樣的共通點，上過許多課程，但發現只有一

本書可以解決經營管理的困擾—聖經，他們一樣相信耶穌，使得事業漸入佳境。另外，學長也分享堅持的力量讓他有今天的成就，堅持專業、堅持品牌、堅持要穩定經營，不走“速效”路線。曾經也想過一步登天，但團隊的地基還沒打穩，運作無法很扎實，底下是空的就很容易被擊垮，很快就負債千萬。因此重新打地基後，說該說的話、做該做的事，不去過度渲染。堅持品牌、違反專業領域的就堅持不去貪婪獲得。

《創造自己的優勢》

現今每年畢業的物理治療師人數多，又加上健保的醫療環境，物理治療的就業率會較低，所以若沒在醫院服務或走學術路線的人勢必要能轉型，創造差異性很重要。很多人不知道自己的未來發展，若是要追隨他人走過的路，雖然有前車之鑑，但競爭力相對來說也比較大。自己創業，因為沒有人分享所以很辛苦，但堅持在專業裡好好的發揮，且能解決別人的問題，因此台灣第一位從物理治療師轉化成足部裝具師的公司。

《把握學習時光》

不要輕看上課的內容，要有做筆記的習慣，這些都是屬於你個人的資產，讓它變成有利用價值。儘管畢業十年後，學長還是會經常拿出來使用。因為常常被邀請去演講，太基本的東西，臨床少用容易忘記，但有時還是會用到。另外，在學習期間就可以好好規劃未來，在過程中可能會更改計畫，但相對計畫能力可以使你更有方向，同時能清楚知道自己需要的是什麼，學校所教導的就比較能融會貫通。另外，學長建議大家在就學期間可以經常參與服務性志工（例如：大陸、四川復健志工），以及專業課程（例如：學工會開辦的課程），這些經驗可以让你更貼近臨床。

《學弟妹勉勵》

善用自己的資產，發展次專業。剛有提到物理治療的就業率低，學長建議同學在就學期間就要開始思考自己的未來發展，因為一畢業就須面臨考照，12%的過照率，另 88%的人是無法立刻就業，所以一定要準備好證照的考取，同時創造自己的差異性，增加自己在職場上的競爭力。在美國參展時，學長發現第一線的業務人員多為醫療背景（物理治療、職能治療）的人在販賣醫療輔具，利用自己所學的專業，延伸學校所學的專長，創造自己的職場，例如：運動教練、瑜珈、體適能教練、發展醫療輔具...等，這都是可以成為自己未來職涯發展的方

向。

忘記背後，不只是負面的事情，還有過去的成功與失敗，過去的都是過去，不必因此感到失落或驕傲，即將面對的是眼前的事物，對自己負責，也對他人負責，努力朝著面前的目標前進，直到達到你的目標為止。忘記背後，努力向前，向著標竿直跑，共勉之。

從這次的訪談，感受到林維政學長一路上不斷的學習，不斷提升自己的獨特性，不斷創造自己的可被利用性，同時培養自己的挫折忍受度，使得學長在訪談過程中能放心的說「就算沒開公司，也不怕自己失業」。因為自己有專業技能，這就是你的競爭力。同學們，希望這篇文章能使你們有所收穫，一同朝目標努力，加油！

採訪日期：101 年 1 月 5 日

FCR 記者：黃婷纓



如何當一位 有實力又親民的領導者

鄭文聰 學長

民國 90 年從本校 醫事技術學系 畢業

目前為 高雄市新興區衛生所 所長

其他經歷

- ✿ 高雄市鹽埕區衛生所 所長（92.01.01~92.08.18）
- ✿ 高雄市前鎮區衛生所 所長（92.08.19~95.11.08）
- ✿ 輔英科技大學醫學檢驗生物技術系 兼任講師
- ✿ 中華民國醫檢師全國聯合會理事、南區 執行長
- ✿ 高雄市醫檢師公會 理事
- ✿ 高雄市優秀青年勵進會 理事長
- ✿ 高雄醫學大學口腔醫學院研究所畢業 碩士

座右銘

- ✿ 積極人生、創新改造、誠懇服務。



有好幾次機會能晉升到更高的職務，但都被鄭文聰學長回絕了！他說：「因為我喜愛服務大眾，而衛生所是第一線與人民共處的機關，我能從服務中獲得快樂，若升到更高的職位，就得天天批改公文、忙著開會啦」。學長是位幽默、開朗健談的人，在談話過程中總是面帶笑容，因為樂於工作，使他在職場上越做越好，成為團體中的一顆亮星，但謙虛的他總說是團隊的功勞。究竟學長是什麼樣的人物呢？讓小編帶領同學們一起來認識這位學長吧！

《學生時期就已展現出個人獨特思想》

鄭文聰學長專科就讀醫事技術科，當時二技在職專班必須就讀三年，經過學長積極向校長及教育部爭取，使二技體系從此改為兩年制。在求職的這幾年，學長創造了許多佳績。92年服務績效特優，突破全國衛生所組織規定，第一位由醫檢師擔任所長職務。在衛生所服務的這幾年，94年創新將原高雄市嬰幼兒預防注射業務釋放給社區合約醫療院所施打，服務成效佳，延用至今。這二十年來，不斷創新登革熱防治方法，95年時，發現居家環境雖然清潔仍無法有效控制登革熱疫情，意外被學長發現水溝為病媒蚊孳生處，且排氣孔為病媒蚊飛出

飛入孳生的主要途徑，因此發明用塑膠杯裁剪底部並加紗網置於水溝排氣孔，成功達到防治成效，深獲各界肯定及媒體報導。此外，積極宣導及控制疫情，在登革熱流行時，新興區病例數仍維持最低（疫調病例時，發現多是因為白天活動於其他地區感染，表示新興區的登革熱防治效果佳），登革熱防治評比為全高雄市第一名。另輔導真健康促進會，首創糖尿病病友足部運動方式，促進血液循環，榮獲國民健康局特優獎。在人民意識抬頭的年代又能積極創作服務，成效優異深獲各界肯定。由此可看出學長是個具有「理念、創造、實踐」的人，踏實的當了十年所長，領導能力超讚，是我們學習的好榜樣。

《人際關係的重要性》

你們一定要在學生時代積極參與社團呀！因為社團可以拓展你的人脈、促進與人際互動的技巧。如何成為一位執行力十足的領導人呢？有很好的想法，但沒有人協助去實踐，再好的方法也容易徒勞無功。學長透露，他的方法就是平時就與村里長、社團的負責人、民意代表建立良好的互動關係，因為人民對地區的村里長較熟悉，所以透過地方的領導者推動政策，執行政策時人民的配合度就會比較高。此外，積極深入社區與人民互動，可藉由訪視或舉辦保健、防疫活動，傾聽人民需求進而做改善或服務規劃。因此新興區才能有效達到好的登革熱防治效果及最適合市民生活的地區。學長不斷強調，這些能力都可以從學校社團中培養出來。畢業後，可以參與公會、相關公益服務社團〈如：救國團、協會等〉。團體活動，從中認識各領域的人。這個社會上的特性就是需要人際關係與人脈，無形中會讓他人特別注意你的做事態度，進而重視你，機會來臨時擋都擋不住。因此，培養良好的人際關係也是領導能力中重要的一環，讓你的想法更能順利的加倍達成。

《優異的事蹟》

學長表示：身為領導者，必須「帶人要帶心」，以員工立場為出發點，傾聽員工心聲與接納建言，並適時關心與鼓勵，如此，團隊成員感受被首長重視，定盡全力在各自業務上往前衝衝衝，使得新興區能成為高雄市楷模，近年來經常有大陸公衛醫療及檔案管理訪問團來高雄拜訪，市政府及衛生局一定安排這些團隊至新興區衛生所觀摩，至今也接待過大陸北京市、天津市、湖南省、廣西省、浙江省等，以及韓國健康城市醫療團。除了確實做好為民服務外，學長也十分重視衛生所公文檔案的運用與保存，成效優異，100年代表高雄市政府參加全國

競賽，獲得嘉義以南唯一獲得第九屆國家檔案管理金檔獎殊榮。在服務過程中，雖會覺得辛苦，但能為人民服務就覺得很快樂，並且獲得大家肯定能使團隊更有熱情去做更多的事情。這其中可以顯現出來，團隊的共識、合作能力是需要領導者與大家一同營造，齊心盡力爭取榮耀，讓團體中的每個人都更有前進動力。

《成為人民眼中的好所長》

在訪談過程中，學長經常開玩笑的說：「人民意識抬頭的年代，同仁在服務的過程中很容易遭受到控訴，甚至是些皮毛蒜皮小事也會打來抱怨與抗議！」，但當一位所長看起來職位很大，若要當現在的公務人員並沒有那麼容易，必須把自己的身段放下，與人民互動要像親朋好友一樣，且能確實滿足人民需求，自然而然，人民就會與你親近。因此；學長透過里鄰長積極推動社區健康營造中心與社區健康篩檢，結合社區資源辦理健康檢查、減重班、戒菸班等健康活動，為人民健康把關，成效優異。學長說，不管你擁有多少財富，最重要的是健康，看到人民擁有健康，重視自己的身體狀況，他為此深感欣慰。當你滿足地區人民的需求時，你才算成功，無形中也多了好幾位朋友（人民）。因此，學長不但能成為長官心中稱職的優秀好夥伴，也是同仁與人民眼中的好所長。

《給學弟妹的勉勵》

學長鼓勵學弟妹，學生時期盡早規劃考證照事宜，畢業後，盡早考取證照，另也可參加高普考，往後到醫院、學校工作，或者跟學長一樣當一位公務人員，一樣可以闖出一片天，不要對自己感到氣餒，重點是要應用所學，熱愛自己的工作，一步一腳印，彩色人生是給有願景並積極努力不懈的人。

學校有許多的課程都有提供同學上台的機會，促進同學的人際互動，在學長的課程裡還刻意安排能刺激團體共同發揮創造力去做舞台表演的平時考核活動，同時培育同學擁有獨當一面的能力，大家都非常喜歡。同學們，下次有機會時，盡情參與吧！學校是個能激發潛能開拓創意的地方，別錯過你歡樂的學生時光，這也是在為你的未來打基礎唷！加油，期待下次由你來與我們分享。

採訪日期：100 年 12 月 31 日

FCR 記者：黃婷纓

【不要說你不可能!】

點亮鳳山、造福人民的李雅靜 議員

心路歷程

李雅靜 學姊

民國 91 年從本校 環境工程衛生系 畢業

目前為 高雄市議會 市議員

其他經歷

- ⊗ 高雄縣政府環境保護局 職員
- ⊗ 高雄縣政府勞工局(就業服務科) 職員
- ⊗ 國民黨第十八次全國黨代表
- ⊗ 國民黨第十八次全代候補中央委員
- ⊗ 高雄縣精英參議會 參議員
- ⊗ 高雄縣青年工作會 副總會長
- ⊗ 埤頂派出所警友站 副站長
- ⊗ 忠孝派出所警友會 副站長
- ⊗ 台灣傳統倫理青年工作協會 理事
- ⊗ 高雄縣社會青年工作協會 常務理事
- ⊗ 高雄縣公寓大廈主任委員協會 顧問
- ⊗ 社團法人中華民國社會教育事業協會 理事
- ⊗ 高雄國際青年商會 會友
- ⊗ 鳳山獅子會 獅友

座右銘

- ⊗ 自我肯定最重要！



Q：當初學姊就讀本校環境工程衛生系的原因是？與父母有關嗎？

A：我覺得影響最深的人是我的父母，我爸會比較支持我去做我想要的事；我媽媽則比較會管我，害怕我受到傷害，會比較為我著想，我的家人對我來講是很重要的。當初先就讀公安

系，再去環保局，最後於輔英環工系就讀，因為我覺得公安系和環工系是一體兩面，能夠相互融會貫通的。當初會選擇就讀公安系時，也沒有想很多。那個時代比較不同，那時公安意識抬頭，環保意識抬頭，所以覺得走這一方面還不錯，至於我的第一份工作是在環保局上班，而後調到勞工局。

Q：為什麼想去做議員？議員需要做哪些事情呢？

A：每個人的人生階段不同，所以會有不一樣的想法。在職場上每天都有樂趣，像以前在環保局比較偏行政，後來調了一個單位是有關法律的，從中學法律、環保、採購或是認識不同的人脈，每天都有不同的樂趣和挑戰。議員這個工作，包羅萬象，一旦人民有什麼需求，我們就要去幫忙；在議會廳，我們就會去負責監督市政府的建設，還有審核預算的開支，或是有何缺失、弊案，只要是和市政發展相關的，都是我們所要做的工作。其實，妳要知道，當了民意代表之後，所看到的角度是很不一樣的。比如說我在鳳山，而鳳山長期以來都是需要被建設的，我想既然現在有這樣一個位置，就會想把鳳山改得更好。包含交通、硬體建設等等。最迫切需要的問題是停車位和交通，如果能夠擁有適當的停車空間，不但更加安全，對於整個城市的生活品質也會相對加分。因為自己是鳳山人，所以對於鳳山非常熟悉，我一直覺得鳳山有很多特色和文化是別的縣市沒有的，比如說鳳山擁有台灣第一個眷村，也是陸海軍的重要據點。還有日治時期的古蹟。此外，大高雄市 38 區，原本三民區是第一大區，現在則為鳳山，我一直認為鳳山是很有潛力發展的一區。

Q：在工作中，學姊有沒有令你印象比較深刻的事情呢？

A：印象比較深刻的是，當我在勞工局的就業輔導部門服務時，因為八八風災，我們全縣啟動了一個八八風災臨時動員計畫，讓他們在沒有家的時候，也能在食衣住行上得到很好的照料，那時候整個縣府團隊大家都很忙，也沒有休假；而我們則是每天上山詢問有何需要，或是協助他們就業。那時候的氛圍讓我很感動，就是同事之間不但不會抱怨工作的辛苦，遇到困難還會互相幫忙，大家一起完成的那種向心力和動力，讓我覺得我們在這個區塊做的事是很有意義的，而不只是在上班而已。在災難發生的當下，就看盡了很多人生百態，像是有些人只是戶籍設在受災區但並無居住，卻也來領救助金。當下我很氣憤，但是也無法改變他

們的價值觀，所以之後我服務人民時，我都用同理的心態去面對和評估。如果真的是經濟方面有問題，我就會想辦法幫忙；如果不是，那我就會和他討論是否可以把資源給予真正需要的人，我覺得法律不外乎就是情、理、法，而情又放在最前面。另外，由於大家都知道我是學環工系和公安系出身的，本身也在環保局和勞工局服務過，所以相關的問題大家都會來問我。我覺得，除了享受美食外，其實在工作很忙時，去中山大學上課，重溫當學生的時光，反而是我舒壓的一種方式。

Q：學姊想給學弟妹哪些鼓勵呢？

A：【自我肯定最重要】不管你在學校成績好不好，有正向的想法、好的觀念自我肯定是很重要的。每一個人一定有他自己的專長，你要自己去發掘。我以前也算不愛讀書的孩子，以前也有想休學過。我記得那時是聯考最後一屆，我進去夜間部的學校，一年級上學期時，所有的書幾乎都是原文的，讀的很辛苦，就有產生想休學的念頭，然後我就和班導師說：「我想要休學。」班導就說：「好啊！妳休學啊！」他沒有鼓勵我，卻反而激勵我想要讀下去的念頭，想說：「為什麼妳叫我休我就休。」我就一口氣讀到畢業了。其實到後來還蠻感謝老師的。後來，導師看我們讀的很痛苦，有把原文書減少一些。求學當中，微積分算簡單了，化工方面反而比較難，而我自己知道未來的方向在那裡，我的目標是使公安方面的知識更深更廣，而環工方面我要知道一個大方向的概念就可以，但我很擅長法規這一區塊。反正我遇到什麼困難，我就會告訴我自己，「別人行，我也一定行。」就這樣關關難過關關過。在環工系，有時候比較厲害的反而是女生。而每個領域的都要去學的，而且資訊一日千里，12年前，電腦軟體、打字等到工作職場後都需要重新學，很辛苦，我第一天上班後，我就回家和我媽說我不要工作了。我媽就說「好啊，妳就去辭掉。」那時我也是那一口氣，覺得別人行我也一定行。所以一撐就當到公務人員了。其實有時候別人的一句話，不管是鼓勵我的還是責罵我的，我覺得那都是我的貴人。每個人個性並不一樣，我的想法是，你意見和我不一樣，我就越要證明我能做到。秉持這樣的信念，遇到困難，讓自己的想法轉個彎，不要讓自己那麼難過、不要往死胡同裡鑽，你的人生就會開闊些。

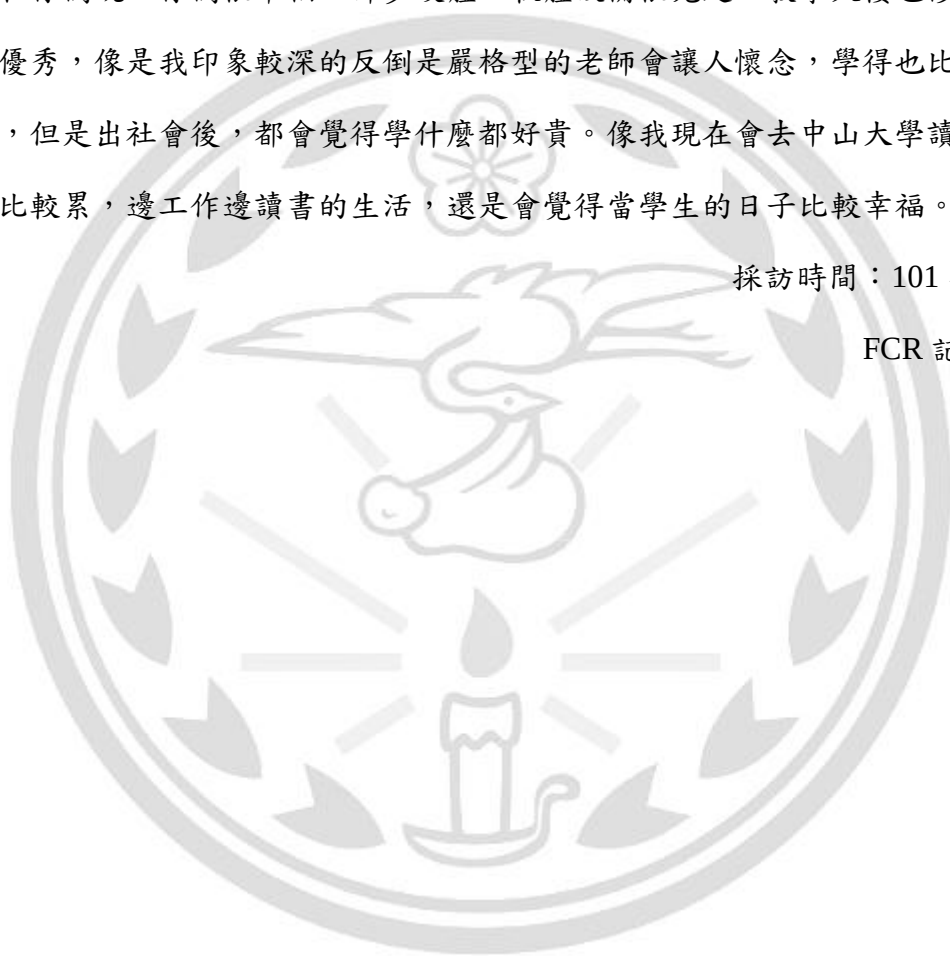
很多學生讀完了科系卻不知道自己能做什麼、想做什麼。我覺得在就學期間就應該好好去思考自己未來有興趣的方向或是社會需要什麼樣的人才。像我在勞工局時，比較缺的大部

分是技術人才或是工程師、高科技產業人才。如果你還是不知道的話，上求職網去看、去試，你可以試，但是不要到了三十歲還在試。三十歲是一個界限，如果過了三十歲還沒有穩定的工作，除非你有特殊的才能或是專業，否則只會越來越難。

我建議學生，最好要有專業證照會比較好，不要什麼都學、然後什麼都不精。在除了工作比較有保障之外，在考證照的同時，也強迫再複習一次所學。政府現在強調證照的專業價值，而且未來的證照是需要回訓、不斷學習的。法令會改、科技會變，所以我們需要不斷的學習。我想和你們說，你們很幸福。許多硬體、軟體設備很充足，教學大樓也修建許多。師資方面也很優秀，像是我印象較深的反倒是嚴格型的老師會讓人懷念，學得也比較多。就學時都想要玩，但是出社會後，都會覺得學什麼都好貴。像我現在會去中山大學讀書，但是現在就會覺得比較累，邊工作邊讀書的生活，還是會覺得當學生的日子比較幸福。

採訪時間：101 年 1 月 16 日

FCR 記者：黃意眉



獨特步調也可以很風光



周卉羚 學姊

民國 95 年從本校 職業安全衛生系 畢業
目前為 國軍高雄總醫院 管理師
其他經歷

- ✿ 馬偕紀念醫院 護士
- ✿ 國軍高雄總醫院 呼吸治療師
- ✿ 和平醫療社會法人醫院 呼吸治療師

首先，學姊的求學階段完完全全跳脫了傳統觀念。跟我們不同的是，我們大學畢業後進入職場，而學姊則是先走入婚姻，離開學校十年後又重新踏上了求學之路。起初，學姊擔心我們所要採訪的內容無法給學弟妹們做楷模，而是更適合於已經步入婚姻的另一年齡層的學子，但小編越聽越產生了濃厚的興趣，我相信在這樣一個不同的求學經歷上，帶給學弟妹們的是不同層面的思考，更提供了有相同處境的同學們一個好的典範。

《不一樣的人生軌道》

「脫離學生時期很久了，說實話，工作我不怕，但念書我很害怕，我一定會跟不上你們，你們看一下就背起來，我要看一個禮拜才背得起來，所以我要花更多的時間來念書。我二十二歲就結婚，很快就生小孩了，所以我最大的小孩現在已經二十六歲，當初為了小孩的未來，我就帶他們去國外生活，待了六年。」

《當初重回學生的念頭》

「念書我也沒有想到要工作，只是想說唉呀年紀大了，要充實自己，怕跟小孩有代溝，因為小孩會瞧不起你：『不要問媽媽，媽媽的程度只有幼稚園，他一定會這樣跟弟弟妹妹講啊！』，所以我就去念書，念書其實是為自己，是補充之前的不足，因為太早走入家庭。我很清楚的知道我的人生目標就是要念到碩士，我依稀記得當初第一天上課老師問我們：『你們誰要繼續升學的舉手』我舉手還被老師笑：『你還要升學呀，你年紀這麼大了還要繼續念下去』，

我就覺得自卑感又發作了，當時覺得自己好像目標看得太遠了，可是我知道那就是我的目標，還被老師取笑，但是我想說沒關係，就試試看走下去吧，我也沒有想說老師的研究計劃對於往後未來有什麼好處，純粹只是幫忙，等到二年級的時候我才知道那個研究計畫可以幫助我申請碩士，所以我就這麼直升到碩士。」

《重回求學階段》

「你每天光接送小孩上學補習，絕對沒有時間充實你自己，等到他們長大念了大學之後，我再回來。回來的時候你要工作，而我是護專畢業，這時候護專畢業誰要你呢？路上隨便遇到的都是大學生，「到國外做事後，你會發現學歷的重要，有些地方就是這麼現實會重視學歷，不要想說大學出來就很厲害，他們就是會看你是哪個學校的，很少的公司不會去看學歷看經驗的。所以第一：你要充實你自己。你們絕對不要小看你自己。所以我回來第一件事情就是插大（輔英職安二技）。我念的時後很緊張，因為我們班同學全部都小我二十歲，還鬧了個笑話。有一次我走進去教室，老師走進來，還跟我說：老師你走錯教室了，這節是我教的。第一天上課的時候，教室有個同學還在旁邊說：「這個阿姨怎麼一直坐在我們教室還不走」，他不知道我就是他的同學。」

《隔了一面牆》

「進了輔英我唯一跟你們不一樣的是，我不用修戀愛的學分，你們每個都在戀愛而我只需要唸書就好了，差別在這裡，所以我成績很好，因為我知道我要做什麼，就是追求知識。因為我已經離開學校十年，到國外去六年，跟你們年輕人在一起，我又怕你們的思想我搞不清楚，所以鬧了很多笑話，譬如說「網咖」，我不知道是什麼意思，我還把咖寫成腳（笑），後來我才慢慢地知道你們的術語是什麼，才慢慢的融入你們，也因為這樣我才跟我的小孩打成一片，因為沒有代溝，我知道他們在想什麼。」

《求學過程》

「你在社會上走一走之後你會知道學歷跟知識的重要，你這麼年輕出去，遇到不會的事情可以問而且不會被笑，我去問人家就會覺得你年紀這麼大了連這個也不知道，你受到的眼光跟衝擊就會很大啊，所以我才會這麼用功拿到了第一名，我也不知道我為什麼會第一名，只是因為我有想要學習的心。你知道念護理最差的就是數理。職業安全衛生很討厭的是，它

一半是護理一半是數理，那我怎麼辦呢，我每天就是送一個便當給數理好的同學請他教我。既然我在班上年紀最大的，自然而然的就會做個規範，所以上課，不要開玩笑了誰不會打瞌睡呢，如果那老師講的很乏味一定會睡覺，我為了讓自己醒來，那個冰涼的口香糖都不知道吃了幾個了呢，為了做筆記給同學，因為同學不是狂睡就是狂化妝、看報紙、自拍，所以我為了寫筆記給同學，讓他們在考試時用最短的時間可以抓重點，全班就是抄我的筆記，也因為這樣我相信我們班考上證照的應該是整屆比起來最多的。我告訴他們：『念書是其次，既然你念的這門科目他有證照，那你就一定要考到，不管他有沒有用到，你留在那邊有一天就是你要的』。

《當初是怎麼家庭學業兼顧的？》

「很辛苦，我永遠有一張小抄，那時我是開車上課，在停紅綠燈的那幾秒鐘，就是在背單字，那幾秒鐘能背幾個單字就算幾個單字，你們年輕人看幾次就記起來了，可是我們最起碼要看七次以上才會根深蒂固在我們的腦海裡，所以任何時間我就是拿起來看，所以只要燒完飯做完菜之後，我就會在書房唸書唸到十二點，那下課時間就幫老師，如果沒有幫老師的話我盡量不要回家，因為一回家一定有做不完的家事，沒辦法念書，但是一回到家一定是先把所有事情處理完，讓小孩子睡了之後才是你的時間。」

《那怎麼有時間跟孩子相處？》

「因為我小孩大概八點多就睡覺了，所以剩下的時間就是我的了，而這個習慣是你去養成的，所以要有你自己的時間就要小孩早點睡，也因為早點睡有這個好習慣小孩也長的高嘛。那老公的部分就是比較沒辦法配合，就會先安撫老公跟他說對不起我要考試你先不要吵我，剩下沒有考試的時間再陪陪老公、講講話，所以唯一能跟老公多溝通的時間是吃飯的時候。」

學姊跟我們提了好多，其實很多的情況是我們現在無法體會的，但是我能感受到的是學姊當初在求學階段是多麼的努力，而我也從學姊的例子當中領悟了一個道理：「只要你有心，明白自己要的是什麼，那誰也無法阻擋你那求學的心，並且一定會有令人咋舌的成就」。

採訪日期：100年1月13日

FCR 記者：余孟苙

樂在學習的幼教精靈

人生，就是要不斷的學習！

張馨云 學姊

民國 94 年從本校 幼兒保育系 畢業

目前為 高雄縣私立童話屋幼稚園 主任

其他經歷

- ☼ 77 年榮獲 第一屆縣長盃 舞蹈創作第三名
- ☼ 83 年榮獲 中國家庭倫理教育協會 優良教師獎
- ☼ 88 年榮獲 托兒所成長協會第六屆 績優教保人員獎
- ☼ 95 年榮獲 高雄縣幼稚教育學會 優良行政人員獎
- ☼ 97 年榮獲 大寮鄉第三屆 金鐸獎
- ☼ 99 年榮獲 高雄縣幼稚教育學會第 16 屆 優良幼師獎
- ☼ 99 年辦理 「高縣 99 年度慶祝兒童節表揚模範幼兒」活動

座右銘

- ☼ 做，不只要做，還要做到更好；不只要更好，還要做到最好。



《超級孩子王變身成幼教老師》

我們小時候住在三合院的房子，家庭成員很多，而我媽媽又是排行老大，所以我從小就會帶領一群的表弟表妹到處玩，可能是喜歡帶領小朋友的特質吧！小時候我們都很自由，不像現代的小孩，你也不敢讓他們出去，交通混亂，壞人又很多。當初我剛開始想學商，後來讀幼保系之後，我覺得很慶幸當初的選擇是對的。在早期得到的資訊並不像現在那麼多，也沒有網路，所以當有同學說我們要不要去讀幼保科系，我問那是做什麼的？他就說是「騙嬰兒」的，想說也不錯，讀了幼保科系後也覺得滿好玩的，一路就到現在。我第二個幼托園所就是在大寮這裡，所以就近於輔英進修，那時候輔英的校評都很棒，由於專科就是讀輔英，

環境、老師都比較熟悉，所以進修也選擇在這裡。在專業方面的知識我也學到很多，邊工作邊進修。第二個園所待了7、8年，同時又再修高雄縣政府辦的主管課程班，之後我才到童話屋幼稚園，一待就是十來年。會讓我一直持續下去的動力其實就是孩子！其實孩子們都很可愛，由不會教到會，不懂教到懂，你看著他的成長，你會覺得很有成就感，那種成就是說不出來的。那這種成就感就會讓你更有動力去做教學的工作。

《孩子變聰明了，而我們也要變聰明》

在早期教學上的過程中會遇到比較多孩子的問題，行政方面，所以問題就會偏向家長比較多。會讓我產生無力感的是，最近這幾年的一些社會現況，比如說少子化、家長經濟狀況的問題，至於孩子，還是那樣的天真活潑，而且處理孩子的問題都一直是我們比較專業的部分。現在的市政府有很多的補助，但是補助還是沒辦法補足家長所需要的，像是有的會偏向公立學校、或是要求學費便宜，優惠多一點。但是經營幼稚園的成本，加上少子化，競爭學校又多，所以困難點就在這邊。

很多老師、家長都會和我說學生很調皮，但我們不能用比較負面的想法去看待孩子，我都會和他們說：「孩子變聰明了，而我們沒有變聰明。」我們的教學方法都還停留在20幾年前的權威教育模式之下；現在是民主時代，所以也不能夠去打罵他。如果不能用打罵的方式，就要有其他的方法，我說的就是「方法」。我是覺得老師的方面在這些會比較有挫折，因為他必須不斷找一些方法來和孩子互動。所以我常說，孩子變聰明了，我們也要變聰明，方法要不斷的變。像是教育局開了許多的研習課程，我都會鼓勵老師去上，你要去接觸到不同的層面和方式來對待現在的孩子。我覺得現在社會衝擊點是早期的權威式教育，可以很快地使孩子聽話；現在的孩子不能打罵，只能用好言相勸的方式，但是他可能會覺得你說一說就算了，不痛不癢。我個人認為不打罵的方式不是完全贊成，該處罰的還是要處罰，但是家長現在意識抬頭，一處罰，可能就會有些狀況。

家長，其實和老師的角色變得有一些不一樣。在學校的職場上，老師主要是用規勸的方式，但是當老師寫說：「孩子上課不專心，請家長規勸。」時，這時候父母可能要出面處理這問題，要和孩子說明如果還會發生這種情況，可能會受到什麼樣的懲罰，可能是罰站，也可能是不能吃點心來當作處罰。以學校來說，就是不讓他下課或是玩他喜歡玩的玩具當作懲罰，

等到他變好了，那麼可以請他再次加入我們。孩子就是喜歡玩，所以用他喜歡的事物去規範他們，或是讓他約束他自己，使他收斂自己不好的行為，並表現出更好的一面。這些都是需要花時間的，也要不斷提醒他。不同的小孩也有不同的教育方式，面對不同家庭背景的小孩，老師的教學方式也要有些修正。像高年級的小朋友，教育的方法又不同，像是可以把規範寫在白板上，或是使用集點卡的方式，並把點數的獎品照片放在顯著的地方。另外，面對較無法控制自己行為的小孩，也要用私底下鼓勵的話，或是給予另外的獎勵幫助他成長，這樣比起在班上公開指責效果來得更好。

我們主要是幫助他快樂地學習，如果你只是一直壓著他，他很痛苦，你也很痛苦，甚至到最後他也會反抗。老師在這方面就要更敏感，以及早一步去規範他，沒得商量。而你私底下的規範，會讓小朋友感到受重視，也顧及他們的自尊。

《做，不只要做，還要做到更好；不只要更好，還要做到最好》

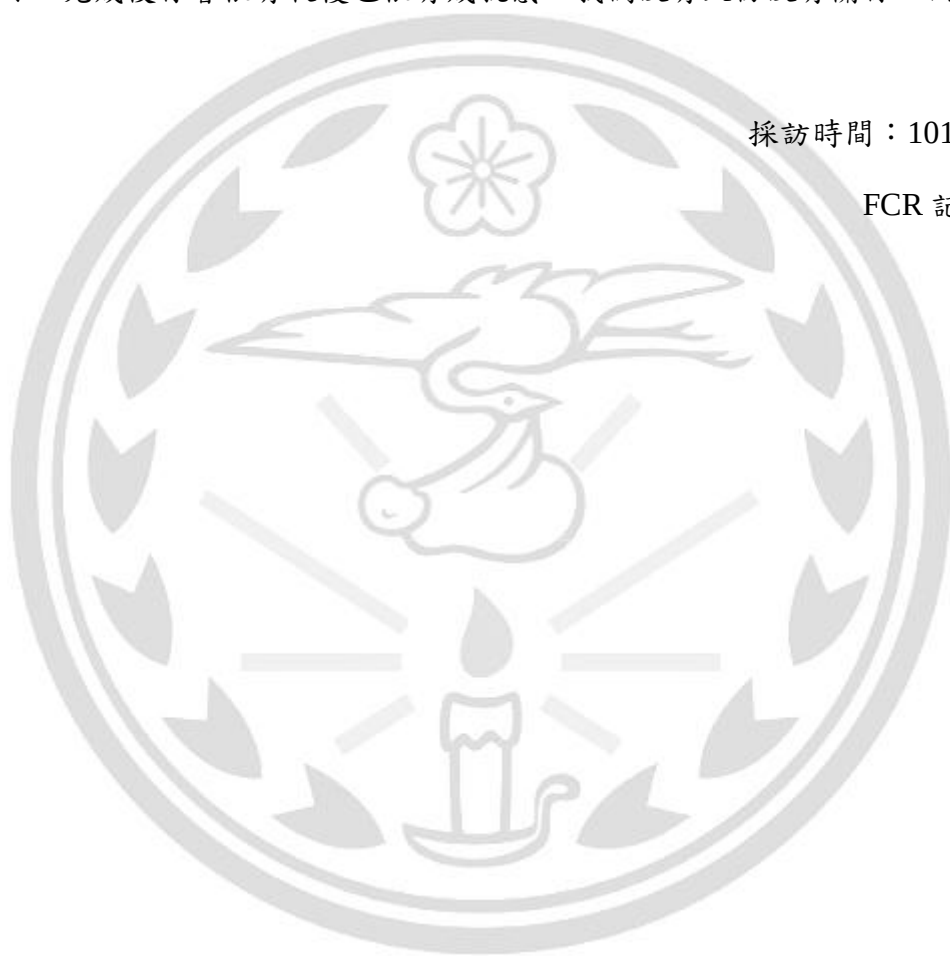
有些事情你不做，就不知道問題點在哪裡。不只要更好，還要做到最好，其實任何事都是一樣，不管是處理小孩子的問題，還是在課前的準備上。不能光是用想的，用想的沒有做還是一樣。很多老師只有想，沒有做，到了隔天要上課的時候，又隨便教一教。妳明天上什麼課，需要什麼教材，怎麼教學，通通要計畫出來。除此之外，一件事情需要靠不斷地修正，才能變得更好。我覺得輔英出來的幼教老師，真的都很優秀，但是有些老師就是不懂，也不知道怎麼做，教了你又不去做，即使做了也是在敷衍我，讓我很傷腦筋。我覺得不管是在哪一個職場上做事，你都要有心。其實你怎麼處理孩子的問題，是否在應付了事，主管一看就知道。不懂沒關係，我們可以教，可以學，但是要有心學，否則都沒有用。

我覺得輔英出來的學生都很優秀，老師也很棒，如果老師能夠給予學生多一些專業倫理的課程，和生涯規劃的建議會更棒。像有些年輕人，想要今天不來就不來了，我覺得最基本的是彼此互相尊重，即使你不喜歡這個職場，要找別的工作，我接受你的選擇，但是你必須事先說清楚，不能說你想要做什麼就做什麼。我認識一個退休的外籍老師，開了一個免費的美語教學課程，但是因為去學的學生態度不佳，所以有一天老師就坐下來，和我們說了一個做學生的本分，他很疑惑為什麼台灣的小孩學習態度這麼不積極，是不是這是免費的課程，所以你們就不珍惜。所以我很感慨現在小孩的學習態度，其實只要你肯學，老師都會傾囊相

授，但是如果你只是來混個文憑，那你只是來浪費錢而已。文憑當然很重要，但現在到處都是大學生，我選擇的，則是有能力、會做事的人。如果你從小的學習態度就不好，讀了大學，你的狀況還是會一樣。讀書有習慣、方法和態度，你學習是要持續的，才会有收穫。人的一生，只有幾十年，最好的時期就是在你們這時候，年輕有體力，記憶又好，到了我們這個年紀，體力下降，有些事情就會心有餘而力不足。不要沉迷於網咖、電腦遊戲中，學會控制自己，多看、多聽、多學，偶爾看一些課外讀物、戶外活動或是參觀展覽等等。把每天每個時間分配規劃好，完成後你會很有收穫也很有成就感，我們沒有天份沒有關係，因為我們可以努力。

採訪時間：101 年 1 月 7 日

FCR 記者：黃意眉





編輯團隊



指導及校稿：學務處就業輔導組 劉思煌 組長

採訪及撰寫：四技護理系三年二班 黃婷縷、黃意眉、余孟艾

版面設計：四技護理系三年二班 魏文祺

校稿：韓默娘、吳芝瑩

編印：學務處就業輔導組

地址：83102 高雄市大寮區進學路 151 號

電話：07-7811151 轉 2250