

# 燭光

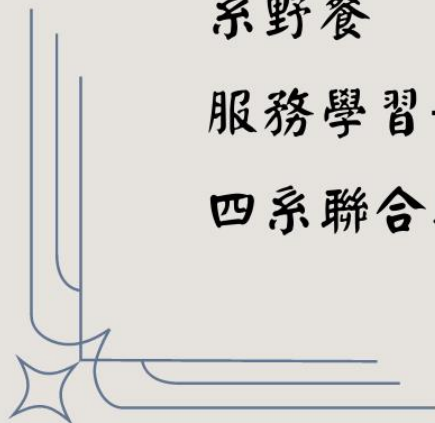
第五十四屆護理學系刊物



KMUN110

# 目錄

|                     |    |
|---------------------|----|
| 編輯的話                | 2  |
| 大家長的話               | 5  |
| 手握學理與技能，胸懷同理與愛心     | 6  |
| Z世代的雙寶—善意溝通與人際關係的經營 | 8  |
| 總導師的勉勵              | 10 |
| 系會長的話               | 11 |
| 優良護生                | 12 |
| 在自己的時區往心之所向邁進       | 13 |
| 護理二三事               | 15 |
| 活動                  | 16 |
| 北中區迎新               | 17 |
| 大迎新                 | 18 |
| 直屬制服趴               | 19 |
| 系野餐                 | 20 |
| 服務學習—旗津USR計畫成果發表會   | 21 |
| 四系聯合耶誕晚會RESONANCE   | 22 |





# 編輯的話

以文字記錄每一個瞬間



今年已經是疫情肆虐的第三年，我們也開始漸漸習慣和病毒共處的生活，從剛開始疫情大爆發的時候，醫護人員便一直很忙碌，也時常暴露在高感染風險的環境中，直到我現在也屬於醫護中的其中一員，更是能理解他們的辛苦，心中也是更加地敬佩在臨床上辛苦工作的醫療人員。

而我進入高醫已經一年半將近兩年的時間，我也從原本連基礎護理知識都不懂的護理小白，歷經許多老師學理以及技術的教導，變成現在已經進入臨床實習的護生，即使心中有時覺得艱辛，但我依然無數次的告誡自己努力堅持護理這條路。特別的是，因為疫情的關係，兩年的大學生活以來，好似都沒有仔細、認真的看過大家的真實面貌，這也是一個特殊的經歷，即使如此，平時跟著系上的同學一起練習技術，討論學業上的問題，使得大家的感情也漸漸變得深厚。

在加冠典禮上，大家都會手持著蠟燭，一起按順序點燈，象徵將護理接棒到下一屆一樣傳承下去，蠟燭的涵義是希望護理人員可以發散出光和熱去照耀、溫暖病人，而《燭光》系刊也是相同的，在每一年的加冠典禮之際，便會出版一本當年的系刊，代代傳承。做為今年的編輯，是一個特別的經驗，在撰寫的過程中也會不時的回憶起在護理界這一年多的時光，期待在未來不論遇到了多少的挫折，系上的同學都能朝著自己理想的方向努力，不管大家在哪個領域，都能在那裏發光發熱。

N110 編輯 王珮雯



猶然記得當初踏入高醫校園時，對護理的一切是那樣的生疏，那樣的不諳世事，然而，經過這兩年學理知識的薰陶及技術的訓練，讓我們從一個懵懂無知的大學新鮮人逐漸蛻變成一個擁有專業知識的護生。儘管這一路上可能經歷了不少挫敗，但因為有失敗的經驗，讓我們能從中汲取教訓，從錯誤中學習成長，使自己在往後的黑夜路上更能勇敢面對挑戰，越挫越勇。

另外，也要感謝師長無私的教導，為我們在專業知識與技能上打下厚實的基礎，並成就了今天的你我，更感謝身旁同儕相互激勵、學習與陪伴，讓學習過程的甘苦都成為大學生活美好的回憶。

導光象徵著護理的薪火相傳，而那道燭光不僅是學長姊在護理道路上指引我們前進的方向，更代表著我們替病人及家屬照耀的一束光芒，讓他們在這嚴肅冷酷的白色巨塔中能感受到一絲溫暖，進而減輕他們受病痛折磨的痛苦。願身為護生的你我，在往後進入臨床工作時，能將專業知識以及愛與關懷匯聚成最燦爛的光芒，照亮每一位病患憂苦面容，溫暖他們的內心，給予他們光明與希望。

很榮幸能擔任此次《燭光》系刊的編輯，並感謝所有邀稿師長、學長姐及同學的分享，讓我們能藉由文字，帶領每位讀者乘坐時光機在這兩年的回憶裡穿梭，回首我們所留下的痕跡，一起細數我們共創的美好時光，並藉由這個機會，從中找回自己進入護理的初心，也期許大家都能帶著這顆心堅定的大步向前，並在護理路上大放光彩。

N110 編輯 鄭尹恩



# 大家長的話

北邊極點一顆閃亮星星  
在黑夜裡指引我們前進的方向





## 手握學理與技能，胸懷同理與愛心

2023 年國際護理師節(International Nurses Day)將至，去年國際護理協會(International Council of Nurses, ICN)國際護理師節主題為「投資護理，尊重人權」。今年國內護理立法委員陳靜敏 2023 年 3 月 10 日於立法院會質詢時，也呼籲政府應正視護理人員勞動條件，並從改善工作環境以及薪資待遇做起。行政院長陳建仁感謝護理人員之付出，也允諾研議改善護理人員之工作環境與薪資福利。可見，全球與國內同步關注護理專業之發展。

又逢新一批護理生力軍加入護理行列的時節。加冠典禮是護理學系為即將正式加入護理行列的學生舉行儀式，用意是提高護理人員的職業意識及專業使命感，也代表你們接受老師們的祝福。導光與加冠是一種傳承也是一種認可，經過加冠典禮後，同學們被賦予了護理人員的角色及責任，你們將懷抱著南丁格爾的精神，成為醫療照護體系中不可或缺的重要一員。

在醫院或社區的實習過程，你們將有許多機會實踐課堂中的理論，透過臨床實作經驗，讓自己的技能及學理更加紮實；你們也將有許多機會可以體驗課堂中沒有教到的臨床狀況，將大幅增加你們的臨床經驗值；你們有許多機會可以看見許多病人的生命歷程與人生故事，同理與溝通可以使你們對醫病關係與病人心理有更深刻的理解與感受。在實習過程中，你們要學習的除了應用學理、加強專業技能，還要學習溝通、同理和抗壓，預期你們會感到辛苦、困惑與沮喪，但也會有滿滿的收穫。

護理是一項守護並陪伴人一生的事業，從人類誕生到臨終、從疾病到意外、從青壯到年邁，人生中許多重要的階段、關鍵的時刻，都有護理人員的陪伴，可說是最貼近病人的醫療專業人員。也因為如此，護理人員可以體驗許多人生故事，這些生命經驗將會成為你們人生與專業成長的養分，希望你們能夠時時透過內省與思考，找到自身之價值與信念，並從中開拓出屬於自己的護理專業道路。

不管在臺灣或是國外，護理專業在全世界被高度重視，早期的傳統護理角色已經逐漸式微，如今的護理是一門高度的專業，更是醫療團隊中不可或缺的



支柱。希望你們在高雄醫學大學護理學系的培育之下，手握紮實的學理與技巧、胸懷溫暖的愛心與同理心、抱持樂觀積極的態度，將來成為一名專業的護理師。

個人提出國家與社會對新一代護理師的期許，期待各位在大學生涯中被培養未來用以專業照護個人、家庭或社區之關鍵能力，包含：自主學習能力、跨域合作能力、資通訊科技能力、創新創業能力、社會實踐能力、國際移動力等。換言之，護理學系的學生，配合政府長期照護政策發展，四年的學習過程需融入精準照護能力與全人照護能力以加值個人的實務能力，有效提升個人未來職場關鍵競爭力。

護理學院 李碧娥院長





## Z世代的雙寶-善意溝通與人際關係的經營

Z世代的你們是數位原生代，從小接觸數位產品，在指端點擊之間，世界都拉近在掌中，在使用社群平台、隨選服務、網路訂閱、網購和便利送等服務，你們非常習慣於即時滿足的日常，當慢活變成舒活，當生活小確幸和儀式化行為成了每日的講究，這些潛移默化的態度、價值和信念，也將伴隨著你們的生涯定向，就業來衝擊未來的護理職場。

不管在學校或職場，不管是X、Y或Z世代，溝通和人際關係都是人生重要的法寶，也是職場重要的軟實力。首先，讓我們回想一下自己日常的溝通經驗，對同學講話是否用反射式來做反應？直來直往、打斷別人的話語、嘻笑或慣用口頭問候語都會不自覺地出現，聽到他人對自己的負面評價，就急於辯護或反駁對方，一定要爭個輸贏對錯，對父母或師長的懇切叮嚀和交代，是否覺得囉嗦或不耐煩？甚至會覺得他們說的都沒用，一點都不了解你。若有上述情形，同學們就有需要學習善意溝通。

善意溝通即是先談心情、再講事情。過去大家學到的溝通第一步，即是採取同理心技巧，學習使用「感同身受」或「換位思考」來理解別人和對話。現在，我要建議大家採取「觀察、感受、需要、請求」來同理自己、同理他人，並使用適當的語言來溝通；故溝通時要暫時拋下自己既有的思考習慣，聆聽對方，察覺別人的感受、需要及在意的事，藉由增進彼此的理解與同理他人的需求，找出可以解決問題的共同方法，藉此建立有意義的人際關係。

人生在世需要過社會群體生活；因此，人際關係的經營是一生的任務。或許刻意經營人脈和關係，會讓你覺得這種想法很弱，然而在某些時刻，你的確是需要跟認識或不認識的人尋求幫助，小事從詢問作業和你錯過的上課、考試資訊，到大事像是詢問如何選擇職業、工作老闆和配偶等。建議你對已建立的人脈網絡保持鬆散聯繫，如此可以避免人際關係經營的壓力和恐懼，除以電話聯繫外，可以使用電子郵件、IG或臉書等非語音方式保持聯繫，另外，藉由發訊息、轉寄故事、笑話或節日問候圖，亦有助於維持聯繫。其次，把自己視為幫助施予者而非幫助接受者，藉由主動且熱心的協助，拋下「自掃門前雪莫管他人瓦上霜」的想法，在舉手之勞的服務，和在本份中作貢獻和奉獻，不知不



覺中就擴展了人脈和經營人際關係。最後，希望大家能從現在開始，察覺自己是否進行善意溝通？有無用心經營班內、校內外之人脈網絡和關係？以我過來人的體會，在大學所發展的人脈及關係，在未來人生的某些時刻，都可能成為你的貴人或人生重要的瑰寶，故不要入寶山而空手回。

系主任 林淑媛



## 總導師的勉勵

大家好，我是謝秀芬老師，也是今年二年級的導師，首先歡迎大家加入南丁格爾的行列，加冠典禮就是一種對護理的認定，戴上白色的帽子之後就正式成為護理的一員。雖然未來會是辛苦的護理之路、救人之路，而不是「貴婦之路」，但希望每位同學在護理的路上都能順順利利，成為自己心目中的護理師。

在加冠典禮的今天，也祝福今年加冠典禮能順利成功，並且每位同學在未來都能成為自己夢想中的護理師。

祝福大家 心想事成 萬事如意！

N110 總導師 謝秀芬



## 系會長的話

猶記得那時候剛交接的畫面還近在眼前，一轉眼，上任的日期也即將走到尾聲了，如果問我有甚麼話想對自己說的話，我想跟自己說一聲謝謝，謝謝當初自己的選擇，才能學到那麼多東西，才能更加知道自己的不足。還記得當初跟學長交接時，對於所聽到、看到的沒有一個雛形，一切都只是朦朦朧朧的，對於真正要做的事情沒有一個明確的概念，且對於管理系會也還沒有明確的想法，心裡感到十分不安：我真的適合這個位置嗎？我能否把事情做好呢？現在回首看來，很謝謝有一群人的陪伴，在與時間的賽跑當中仍有喘息的機會。

在擔任系會長的這一年我學到最多的是一發問，因為身處於後疫情時代，許多之前停辦的活動都開始重啟，因此向老師及學長姐詢問經驗就很重要。之前的我在遇到問題時會比較傾向自己鑽研；然而擔任會長時，就有不得不去發問了解的情況，透過發問可以了解問題的主軸，且老師們也會給予更多的方法及建議，就能有效率的解決問題，更讓我了解到適時的發問不是錯，是更能去解決核心問題的一種方法。

對於即將邁入大三的我，回想大二的這段時光，應該會覺得忙碌的很有價值吧！有時候也會想若是沒有接下系會長的職位，可能大二會過得比較輕鬆，比較沒有壓力，但想一想或許就不會那麼精彩了，活動圓滿結束的興奮、時間緊迫的壓力、並肩作戰的夥伴們。即將邁入大三的我，會好好吸取這段時間所學習到的、吸收到的養分，逐步向前邁進。

N110 系會長 蘇佩君



# 優良護生

陽光所照之處  
便是我們的學習之地



## 在自己的時區往心之所向邁進

時光匆匆流逝，轉眼間便來到了第三年的大學生活，很榮幸可以獲選這次的優良護生，在這裡和大家分享護生生活。回想起還是高三的那時，一股堅持的力量選讀護理系，爾後懵懵懂懂的踏進高醫護理，便開啟了護理之旅。

想必大家覺得大一的解剖和生理是大魔王吧，我也不例外。那時總覺得每次期中考、期末考都是整個學校裡最後一個考完的，而現在回想起當時的回憶總是豐厚的。令人擔憂的跑台，讓實驗室裡的骨箱是最常觸摸的物品，一次次不斷地複習，努力的記憶，在腦海中無限次琢磨骨頭的位置…，而到了下學期令人期待的大體實驗，卻因疫情變成線上學習，好像有那麼一大片的空白留在大一下的那些日子。

時間來到了大二上，這時是最有感覺自己是護生的時期。漸漸地接觸到基護的學理、技術，身評的系統評估，以及背不完的藥理和微免…，這些迎面而來的專業知識，卻是未來實習時我們必備的能力基礎。在實習前，或許有些人會有迷惘，不清楚學這些學理的用意，而到了大二下的基護實習，真正接觸到病患時，就會深深感受到這些專業是非常重要的，我們在學習書中知識的同時，更多的是我們要學習如何融會貫通並實踐。於我來說，最讓我有成就感的便是身體評估的技巧，擁有身評的技能其實不管是對自己、周遭的家人朋友，抑或是病患都是非常有益的！身為護理的角色，能用看似簡單的視、聽、扣、觸，背後卻蘊含著深遠的專業及經驗累積，我們小小的評估，也能即早發現身體問題所在。

說到實習，大家最免不了的是對帶組老師的害怕與臨床的未知感到憂心，深怕不知如何準備才能讓自己保持最好的狀態與充實自己的學理、技術，而這些的擔憂都會是實習時讓大家成長最快的推力。臨床的世界往往和示教室裡的有很大不同，面對的再也不是任你練習的黃蓉和宋能爾，也不是千篇一律的醫囑，所以在實習時總能磨練自己隨機應變的能力，學習如何與病患溝通，訓練自己的敏銳度及觀察力等等。或許在一開始我們總是緊張慌亂而不知所措，會有許多挫折，但相信自己在認真實習後，都能在錯誤中學習，在經驗中成長，在每一梯實習後都能有滿載而歸的收穫。





最後，想和大家分享一句話——每個人都會有自己的時區，而在你的時區裡，一切都會準時。或許在護生時期裡，我們在求學上會遇到不少的碰撞和迷惘，常常懷疑自己是否能完成護理的旅程，看著身旁有些人總是馬不停蹄的往心之所向邁進，有些人踩著鬆緩卻充實的步伐向前，心中或多或少都會開始懷疑自己是否合適待在這樣的環境裡…，但我想，就像那句話一樣，我們都有屬於自己的時間和速度，只要依照適合自己的方式前進就好，不要懷疑自己的能力與付出！期許身為護生的你我，都能積極、虛心學習，勇往向前，保持初心，並保有一顆關愛病患的心。相信每一次的實習都會是我們成長的墊腳石，即便遇到了挫折也能試著和朋友們訴說，擦一擦眼淚再繼續向前，願我們都能成為更好的自己，成為一位專業的護理人。

N109 優良護生 吳敏綺



## 護理二三事

護理之路讓我體悟到重要幾件事。

### 第一「時常激勵自己。」

在高壓的環境下工作，我們必須要有強大的心理狀態，才能沉穩地去做好每件事情。可是，學習路上怎麼可能不受挫？自己給自己加油是最有力量的，因為只有自己知道是多麼的努力。

### 第二「勇於嘗試，犯錯是學習的最佳機會。」

做就對了！只有做了才會知道自己的學習盲點在哪裡，也能驗證自己是不是真的將學理或技術結合了。因為犯錯，才能讓別人找出自己不足的地方，或是透過反思去檢視自己有哪些能再改進的。

### 第三「尋找到屬於自己的學習模式。」

每個人在學習路上當然都會有非常痛苦的時候，但是不能因為痛苦就放棄或停滯不前，時間也不會因為我們感到痛苦而為我們停留。可是，怎樣才能不痛苦？我的秘笈就是找到最適合自己的學習方式。我相信每個人都有屬於自己的時區，別人的學習方式不一定適合自己，那可以透過每次的評量考試去印證自己的方法是不是適合自己的。

### 第四「學習的路上隨時保持好奇心。」

就像大家聊八卦一樣，因為想知道所以會問，會好奇。同樣的，帶著好奇的心，去了解學理上或技術的所有知識或技巧，會更有動力及主動性，也能促進思考，增進自己的批判性思考能力。在滿足了好奇心之後，會有大大的滿足感，會覺得自己又變聰明了一點的。

最後，帶著自己的信念走下去吧，那將會是支撐自己走過許多難關的「護生符」。

N109 優良護生 王于榕



# 活動

北極璀璨壯麗之光滑過夜空  
好似我們幸福的回憶

## 北中區迎新

隨著新學期的開始，來自各地的新生們進入了一個新的階段，需要更獨立並且在新的環境中學習和生活。這個過程不僅需要面對身在異地的困難和障礙，也需要面對自己心靈上的迷茫和不確定感。作為過來人的我們，藉由分享自己的經驗，幫助新生適應這個過渡期。



通過本次舉辦的「北中部迎新」活動，學長姐和新生有機會相互認識和交流，可以幫助新生更好地了解大學生活、獨自生活需要注意的地方。同時，學長姐可以將自己的經驗和建議分享給新生，讓新生更好地適應新的環境和生活方式。並且，本次活動採分組進行，能使新生們互相認識、熟悉，找尋適合自己的知心朋友，並能夠一起邁向未來的大學四年。

在前期規劃的過程中，考量整體活動時間的因素，我們必須權衡每項活動內容主題及長度，或許最終呈現的結果不盡完美，但也是一個十分寶貴的經驗，讓未來的系學會能有所參考，並更臻完美。



總的來說，系學會舉辦迎新活動是非常有必要的！這不僅可以讓學長姐和新生有機會相互交流和認識，同時建立更強的認同感。通過這樣的活動，新生們可以更好地適應大學生活，克服困難和障礙。大學是人生中一個非常重要的階段，通過學長姐的經驗和支持，新生們可以更好地準備自己的未來。

北中區迎新總召 葉紀廷



## 大迎新

大學生活是許多人人生中的重要階段，也是開始追求獨立自主、成長茁壯的起點。大多數來到高醫的同學都需要面對異地的環境，並得以習慣脫離原生家庭的照顧。有的人或許完美適應，但同時也有人畏縮不前，畢竟這是第一次經歷的挑戰。因此，我們選擇讓他們齊聚一堂，以有趣好玩的活動，從校內到校外，去認識、熟悉未來待四年甚至更久的高雄市，藉由創新不死板的遊戲規劃來讓參與的新生們能夠更樂在其中。

這次的「大迎新」意味著比起上次的北中部迎新有著更大的規模，參與者亦不限制於南部以外。我們以團體活動、城市定向及角色模擬遊戲等三大面向設計出本次活動，團體活動能更快速的找尋夥伴，也能知道誰是靠得住的好朋友；城市定向則是讓新生們走出校園，去知道高雄有哪些地方是好看、好玩、好吃的；角色模擬遊戲則分為兩大項，一種是屬於護理相關，體驗未來真正會發生的事物，而另一項則是藉由找尋線索推測的方式來完成。相較於前次活動著重於資訊提供，這次我們希望用更為活潑的方式來「迎新」，希望參與的每個人都能夠在活動中帶著開心的笑容，也感受到護理系的溫暖！

豐富的遊戲規劃意味著前期準備的艱辛，我們深知時間有限，但仍盡可能帶給新生們最好玩、最新潮的遊戲體驗。非常感謝系學會每一位夥伴的付出，正是因為有著你們共同的努力，參與開會、做出道具，甚至想出非常有趣的故事，讓這場活動完美進行，也才能讓參與的新生留下深刻印象。



大迎新總召 葉紀廷

## 直屬制服趴

直屬制服趴是我第一次當總召所籌辦的活動，由於直屬對於學弟妹來說是個能快速了解護理系的重要橋樑，當初在暑假接下這個活動時，我很積極與副召討論如何將時間安排得宜，既能讓學弟妹在這活動玩得開心，也能預留足夠的時間讓學弟妹跟學長姐進行交流。為了讓學長姊與學弟妹留下深刻的回憶，我們不斷地去討論與修改活動的內容，深怕沒顧及到活動中的一個小細節，就會導致這場活動被毀掉。活動前期與幹部們進行了兩次的籌備會議以及彩排，也是希望經由多人的討論，提前修改流程中不合理的地方，多虧有這些幹部們的想法，活動的細流和彩排都非常順利的完成。



在直屬制服趴第一梯次當天，我才得知我所安排的流程有許多不足，像是時間掌控、不熟悉設備、氣氛不夠熱絡等大大小小的問題同時出現，當時的我真的很慌亂，深怕讓大家有非常不好的活動體驗，所幸在熱心幹部們的協助下讓第一天的活動順利結束。

當天晚上在開活動檢討會時，我聆聽著各個工作人員提出的想法與建議，並深深檢討自己的不足，雖然在第一梯的活動遇到許多挫折，但這些挫折也讓我更積極的去改善活動細節。等到第二梯次的活動時，有了第一次的經驗、重新修改過的活動流程以及工作人員們全心全意的付出，讓第二梯的活動更加順利，也讓直屬制服趴圓滿落幕。

從開始籌備到活動結束的短短兩個月時間，我真的很感謝一路上支持我的夥伴們，沒有他們無私的付出，單憑我一個人是無法呈現出那麼好的活動內容，我很幸運能夠遇到這些願意一起打拼的夥伴們。

直屬制服趴總召 曾美瑜



## 系野餐

系野餐在整個系會的活動裡，是相對輕鬆且自在的，參與的對象包含大一到大四，這不僅提供護理系學生們聯絡感情、互相認識的機會，也讓大家在緊



湊的大學生活裡，享受難得的片刻悠閒。對於想要一同共襄盛舉的大家，我們都熱烈歡迎！

今年的系野餐主題我們結合了「環境保護」的宣導，提醒大家在玩

樂之餘，看看周遭環境的變化，注意在我們習以為常但經常被忽視的角落裡，是不是環境已被污染或遭到破壞？我們希望引導參與活動的各位透過這樣的野餐活動增進對於保護環境的價值觀，並與這片土地有更深的連結。

活動唯一的遺憾，就是沒有考慮到期中過後的大部分人都會回家，因此報名人數跟我們預期的落差頗大，但這並不影響我們活動的初衷與整個活動的流暢。大家互相配合，反而讓我們順利在預定時間內結束。希望此次經驗能夠幫助到學弟妹，讓往後的活動都更加順利與完美。



系野餐總召 林書卉  
副召 王筠蓁

## 服務學習-旗津 USR 計畫成果發表會

這次的服務學習跟以往學長姐辦的形式不太一樣，今年我們是以協辦者的身分去幫忙系主任所舉辦的成果發表會，我原先以為我們這次服學不用去跑活動流程會輕鬆許多，結果光是敲定活動日期就耗費了不少時間及心力，剛好要辦活動的那段期間我們護理系上有大大小小的考試及活動，也要配合系主任跟旗津負責人的時間，三方討論許久活動日期才終於敲定。之後我跟系主任也一起討論出活動當天的流程，活動前一天也有去幫忙準備當天要給老人的點心以及確認活動設備有無故障，雖說這次不是以主辦方的身分籌劃服務學習這個活動，但活動前期的準備還是不少。



到了活動當天，因為之前沒有事先場勘的關係，我們到那裡才知道場地比我們預期的小很多，彩排跟場佈的時候也需要花時間去熟悉場地，再加上當天氣候不佳，架起來的海報架一直被風吹倒，幸好有同學們的表演讓歡樂氣氛充斥整個活動，一掃因天氣而影響的壞心情。在活動的最後，系會同學很熱情的與長者們互動，在聊天的過程中，有些長者很感謝我們願意花時間來陪伴他們，從他們的語氣中可以得知他們渴望與晚輩相處，當下聽到其實心裡總有些感觸，長者們只是想多跟我們聊聊天，但身為子女、晚輩的我們卻因忙碌而無法與他們相處，內心油然而起一陣感傷。經過這次服學，讓我們知道長者內心的

的想法，也希望往後我們能多花時間與他們相處。



而這次的服務學習前前後後卡了許多的考試跟活動，非常感謝系會的同学願意抽空來幫忙服學，也展現出護理系的熱情給當地居民看，讓這次的活動圓滿落幕！

服務學習副召 曾美瑜



## 四系聯合耶誕晚會 RESONANCE

我是耶晚的總召啊邊朱嘉豪，這也是上學期我負責的最後一個活動，活動的時間點剛好接近期末，而且自己當時健康狀況不佳，整個人的狀態沒有到很好，於是，令我產生了想放棄舉辦活動的想法。然而，所幸有系會同學的幫忙，讓此次活動能順利進行，在這邊首先很感謝可靠的蘇佩君，幫我處理最討厭的總務工作和分擔許多的行政環節，讓我可以專注在構思活動上面，也很謝謝學弟妹還有同一屆的熱烈參與，儘管當時大二的同學都很忙碌，但仍然有很多人前來幫忙和支持活動度舉行，在這邊真的很謝謝大家。

而在這個活動我也得到寶貴的經驗，以往都是與系上同學舉辦活動居多，很少會跨系一起合作舉辦活動，本次我們與另外三系一起合辦，變相比起活動內容更重要的是我們之間的協調。在活動的過程中，我學會了如何與別人協調，畢竟合作的夥伴都是外系的，加上本身不太熟悉，當持有不一樣的意見時，要如何適當的表達出來還是很需要技巧的。



此外，我本身在處理事情時都屬於較拖延型的，往往常在截止日期前才開始著手處理，但經過此次活動讓我學會今日事今日畢的精神，尤其與別人合作時不拖延格外重要，雖然真正改變此壞習慣仍需時間，但經過此次活動後我也漸漸開始養成不拖延的習慣。

很開心在活動中看到每個前來參加的人都享受於我們安排的每個節目，也希望未來有機會能再舉辦活動讓大家能樂在其中！

四系聯合耶誕晚會總召 朱嘉豪



## 特別感謝

### 指導老師

李碧娥 院長  
林淑媛 系主任  
周碧玲 老師

### 監督

N110 蘇佩君

### 美編

N110 吳芳德  
N110 羅欣悅

### 文編

N110 王佩雯  
N110 鄭尹恩



KMUN110