

103 年 香港大學學生參訪心得及建議

99004009 楊宜筠

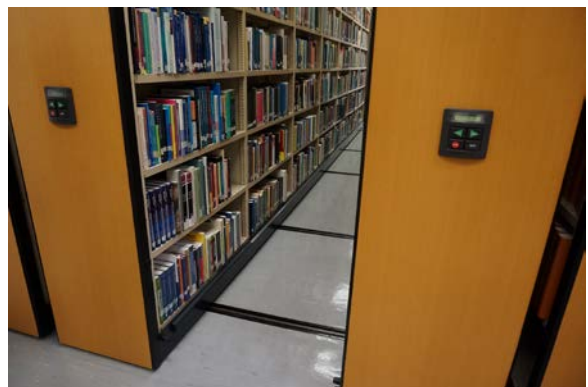
課程學習

此次一同參與香港大學護理學系的統計、護理研究、成人護理及生命倫理的課程，覺得受益良多。香港大學護理學系的上課方式是使用全英授課，學生也都全程使用英語發表意見，相較於系上是較為不同的地方。香港大學系上的老師們在教學時，還會加上一些臨床經驗或身體評估檢查等資料，讓聽課的同學們能做批判性思考，且測驗自己是否真的明白老師們所教授的學理知識，這種教學方法真的非常深得我心。

此次學術交流兩週的課程，我印象最深刻的就是成人護理部分，授課的講師會不時的遞麥克風給課堂上的學生，請同學們發表自己的想法，不管說的內容是對是錯，老師都非常鼓勵踴躍發言，兩小時的課程中，師生互動熱絡，也能激發自己去思考每個問題，真的讓我學習到很多。

圖書館參訪

交流的第二天，香港大學護理系就安排我們參觀余振強醫學圖書館，館內的藏書種類眾多，含蓋中、西醫學皆有，分類的也非常清楚。除了書籍借閱以外，我們還能利用館內的電腦查詢電子書籍，很現代化且方便！



其中與高醫圖書館不同且也令我印象深刻的是，每個書架上都設有按鈕，只要按一下按鈕，書架就會左右移動，讓原本緊密的書架間開出一條通道，以方便我們進去找書，是個很有創意的節省空間點子！

護理技術示範教室參訪

在最後幾天的課程中，香港大學護理學系的老師們很貼心的替我們安排參觀護理技術示範教室，原以為只是單純的參觀訪視，沒想到一進到示教室後，老師就以情境模擬的方式來讓我們了解系上學生是如何使用這間教室上課。首先，先給我們一個情境，寫著患者身體如何不適，之後要我們思考，該如何判斷患者的病情？如何做出適當的身體評估來幫助情境中的病患，除此之外，也會給予我們一個與情境中所述病情一樣的模擬病人，讓我們去評估模擬病人的身體狀況及思考如何給予正確的護理照護，這樣的教學方式，讓我更能將所學的學理常識應用在患者身上，且此種教學方法也令我感到非常有趣而不死板。

結束了情境模擬後，我們自由的參觀了示教室裡的物品擺放，這裡的擺放與醫院非常雷同，我想這樣也能讓護生們更快適應醫院的環境吧！或許高醫系上也能試試看利用類似醫院物品擺放的方式，讓我們進入臨床實習時能不那麼緊張。



生活體驗

此次兩週的香港大學學術交流，是我第一次的交換學生經驗，也是第一次的出國經驗，出發前，真是令我非常緊張且興奮阿！從機票、住宿一直到日常生活都要靠大家一起努力規劃，所以在還沒出發前，就開始培養大家的團隊合作默契了呢！

規劃了很久，當下了飛機抵達目的地時，真的覺得行前規畫雖辛苦，但一切都很值得。香港是個非常繁榮且國際化的地方，在這邊，廣東話、普通話和英文幾乎都能聽到，所以對我來說，正是訓練自己語言能力的好時機，平常不敢開口的英文，在這邊也要硬著頭皮的說出口，雖然一開始很不適應，但過了幾天，也能慢慢習慣香港的溝通方式。

香港的物價相較於台灣較貴了些，所以在這邊生活還要學習如何精打細算，因此在理財方面，不知不覺也學習到不少！不過，物價貴雖貴，香港的飲食真的是吃過後會一再回味，我想，我會願意為了品嚐道地的港式茶點，再努力存錢飛往香港！

兩週的生活，也許還未能太深入了解當地的風俗民情，但我對香港也算有些初步的認識了。

感想

說長不長，說短也不短的兩週，其實很快就劃下句點，我很開心自己有機會參與這次的學術交流。在學習上，我能有機會去比較高醫與香港大學的授課方式，也能訓練自己用英文與他人交流以表達自己的想法。在生活上，我能學習如何與同伴們合作規劃生活，且運用手中有限的資源讓自己過一個豐富的生活！

此次出國交流的經驗，一定是我無法忘懷的難忘回憶，很慶幸，有替自己爭取這個機會，也很開心，學校能給我這個機會！

99004012 吳蕙君

第一次出國，自己是戰戰兢兢卻又興奮不已地參與這次的交流計畫，因從沒獨立的在異地生活，對於未知的環境及事務感覺既期待既害怕。抵達香港後，什麼方向都不懂的一群人，擔心歡迎會遲到，趕緊找輛「的士」直奔香港大學沙宣道的校區。沒想到一抵達香港就得學習用英文溝通，實在是緊張不已，而我們之中我算是比較敢說英文的，因此我成了「外交官」與計程車司機用溝通，還好司機大哥其實中文不差人也幽默，讓我們在前往香港大學的路途上稍稍紓解了緊張的情緒，開啟了我們在香港的第一天。抵達香港大學李嘉誠醫學院後，聽著香港大學護理系的老師介紹目前香港大學護理系的學士制度，及內容，讓我對世界排

名前百大的大學有了更多了解。抵達香港第一天就開始了在香港大學 12 天的交流課程，一進到教室就感受到港大護理系的陣仗十分龐大，將近 200 人的場面及超大教室、擁有超大屏幕和高解析畫質，且老師除了搭配 Power Point 還用全英文上課，這點對於很喜歡英文的我上起來還是挺吃力的，還好在前往香港前有惡補一下英文聽力，漸漸就融入環境了。但十分驚訝的是，當地學生上課態度大部分都十分良好，且人手一至兩種高級 3C 產品如：手機、平板，卻不會拿來玩遊戲、聊天，大部分的人都是用來記錄及拍攝老師上課所講的重點或上課 Slide。相較之下就覺得我們自己應該多學習如此的生活態度，更希望台灣學生都能有這樣的學習態度及觀念，好好運用手邊的工具幫助自己學習，使得基礎知識更為紮實。另外我們也參觀了港大的圖書館以及臨床技能教室，圖書館館藏很多，且因位在醫學院，許多圖書幾乎與醫學相關，自習位置多也寬敞，還有自助還書機等，令人大開眼界。臨床技能教室的假病人逼真到不行，能聽到腸蠕動音以及練習靜脈注射等等，且透過帶參觀的老師講述，他們訓練護理系學生

雖說都處於東方國家，不過香港的生活方式、習慣與台灣還是有大不相同之處。在語言方面，雖說當地人大多數聽得懂中文，但更老一輩的人對於中文幾乎完全不行的，經過這段時間，發現語言的具備真的很重要，也很開心我能有這次的機會可以長時間看英文、說英文；行的部分，香港的駕駛座是在右手邊，起初真的很不習慣，經常搞錯上車的方向，而且香港的道路也十分的複雜，巷子很多，而且許多地方都是爬坡，走在香港的巷路上，經常走到上氣不接下氣，真的是每天都有充分的運動到！再加上香港沒有地圖真的會很淒慘，即使香港交通方便，我們卻經常東西南北分不清楚，所以經常迷路，每個人幾乎都練就了一雙健壯的小腿肌以及一靠上枕頭便能入睡的功力，這都算是很有趣也很特別的經驗；飲食的部分，香港的物價有些高得實在是不敢恭維卻又好吃到讓人想一吃再吃，而他們飲食習慣與口味也實在是與台灣大不同，且當地的餐點除非是素食，不然都很少蔬菜水果，所以每次點餐時都有點猶豫，懷念起台灣的美食如此多種選擇，當下覺得台灣真的是很幸福的美食天堂，超級符合「俗擱大碗」的稱號。

在香港生活了 12 天，內心的收穫真的滿滿，課餘時間的步行生活中觀察香港讓我看見了香港的美麗、體會了不同文化下的衝擊。參加了港大舉辦的三校國際交流餐會，在這餐會中了解到了美國醫療體系中的護理人員的待遇十分優渥，而香港雖然醫療技術沒有優於臺灣，身為護理人員的待遇也是不錯，相較同時擁有優良健保制度以及完善醫療設備及先進技術的臺灣，但醫護人員的待遇卻不及這些國家，期望有一天有人能更加重視醫療環境中的醫護人員並有機會改善這樣的制度。

很高興能有這次參與國外交流計畫的機會，讓我在出發前自主廣泛學習、翻書查地圖、甚至是找宿舍、訂機票等行前準備都必須靠我們一群人互相幫忙才能完成。在香港的日子裡，很開心有一群好朋友一同發揮各自所長互助至最後，雖然途中偶爾會為了迷路產生一些摩擦，但彼此還是會互相包容，學習體諒他人。這次出國眼界真的大了許多，更覺得護理是一項無國界的專業，也很開心有機會在香港認識一群很熱情的同學，真的是除了知識上收益良多，益友也多了一些呢！



港大安排我們參觀「余振強醫學圖書館」，裡面的自修環境十分寬敞明亮且可供很多人此處念書或討論課業，館藏書籍包含了東西方的醫學，十分豐富，自助還書系統超級方便，更有系統式連結各國的醫療資訊系統，便於港大學生可隨時與國際資訊做接軌。



講述都是全英文的，靠良好投影技術及方便轉換的投螢幕，讓老師可以隨時轉換上課 Slide 以及手寫配合口頭教學，讓學生更能對於課程更加了解。



逼真的假病人可以聽見腸蠕動音或者心雜音、測量脈搏或練習靜脈注射等等，一旁也有監測器告知病人目前的生理情形讓護生練習如何評估並訓練護生思考應該如何給予合適的護理措施。

99004018 林芸萱

能夠在求學的階段，到不一樣的環境體會不同的生活方式，真是個非常難得的經驗！從一開始出發前的籌備，訂機票、找住宿、規劃行程等，就讓我覺得原來自己知道得這麼少，也更加期待抵達香港之後的學習。

一下飛機，我們就拉著行李，用最快的速度前往香港大學醫學院，參加學校為我們舉辦的 welcome party，老師對於護理學院進行介紹，也帶領我們大概的參觀護理學院的討論室、示教室、實驗室，以及這幾天課程的教室，其中比較特別的是有一區是讓學生交作業的地方，學生不必到老師辦公室找老師，就可以將作業放在櫃子，非常的方便。

學生上課的教室有一點像演藝廳，以全英文的方式上課，E化講桌旁有投影機，老師可以將課本或手寫的算式直接投影讓學生看，一個班級約一百多人，我們參與的課程皆是老師以投影片的方式上課，同學們自行印講義，有的會準備筆電或平板，同學們大多認真聽課做筆記，也有的同學選擇做自己的事情。老師上課會不時的問問題，有些老師會拿無線麥克風到台下讓同學回答問題，老師可以了解學生吸收多少，同時激發同學的思考，也會以影片、新聞、動畫的方式，將比較抽象的內容具體化。



我們來到香港的這段時間，正好也有來自上海及美國護理系的學生，在第三

天的中午，學校舉辦一個聯合的餐會，邀請三間學校及一些港大的學生在當中彼此交流。港大的學生對我們非常友善，主動幫我們印上課的講義，推薦我們好玩好吃的，也了解到香港的護理環境，一般的臨床工作比起台灣還要更辛苦，而且更競爭，所以他們需要更努力的在學校學習。香港的同學大多很喜歡台灣，覺得台灣人很友善也很有禮貌，生活步調很舒服，生活品質也比較好，這讓我不禁為身為台灣人而感到驕傲。

第二天的早上老師帶我們參觀圖書館，裡面的空間真是寬敞又舒適，很難想像這裡是寸土寸金的香港市區，有很多供學生自習的座位，還有方便的自動還書機，只要將整疊要還的書放在上面就可以自動偵測到書籍的條碼，裡面也收藏著國父孫中山當時從香港大學畢業的成績單及相關資料，還有一個空間展覽學生醫學倫理的設計海報，另外有一區專門放置世界衛生組織 WHO 的期刊，學生可以在這裡找到國際性的第一手資料，可說館藏相當完善。



經過我們向老師爭取，我們在第二個星期參觀了護理系的示教室，裡面的模擬病人和模擬病人單位大致和高醫相似，比較不同的是，有一個專門考試的模擬病人，幾乎是模擬真人，有心跳、血壓、脈搏、呼吸音、腸蠕動等，也可以練習靜脈針的留置，考試時學生會拿到一個題目，模擬病人的情境，題目包含病人入院經過、症狀、病史、診斷等，學生需要先評估病人的 vital sign 及各種徵象，再進行處置，最後老師會和學生討論，請學生說出覺得自己做得好和可以改進的地方，再進行講評。相較於基護教室，港大的示教室也包含重症的儀器，像是氣切管、endo、ambu 等，還有血袋可以練習核血及輸血，幾乎是完全模擬醫院的情境。



我們也利用課餘的時間自行參觀香港大學的本部，校園裡非常的大，校舍也很新，許多角落都設有桌椅，學生可以在這些地方讀書、討論，這一天雖然是周末的晚上，仍可見到許多學生在這些地方自習，體會到亞洲排名前幾大學的讀書風氣。當中我們也看到一個很大的空間，是學生自治的團體，張貼許多各種議題及活動的海報，看見他們對公共議題的熱衷及學生的創意。

因為有這一次參訪經驗，讓我們跨出原本的安全領域，到一個完全陌生的地方，陌生的語言和全新的上課方式、向房東接洽、安定住宿、迷路、找路、處理三餐、和同學間的相處、互相照顧及適應彼此...等，現在回想起來，雖然在體力上是很大的考驗，在過程中也曾經疲倦、抱怨，但這些經驗，都是對自己的一個挑戰，過程中也成長了不少，也更珍惜回台灣後的生活及學習。很高興也很榮幸有這一次的參訪，擴展的視野，認識不少新鮮的人事物，更看見自己的渺小，相

信這會是我生命當中，很重要也很難得的一課。

99004022 曾雅璇

經過一連串的行前小組討論、準備之後，於2014年2月24日，我們一行八個人終於踏上香港的土地。因著這次的成員幾乎都是頭一次出國，所以對於這次的學校交流充滿期待，也各自利用課餘時間蒐集出國所需資訊，並不吝惜地分享出來，這令原本得知和不熟悉的同學一起參與這次交流而感到擔心的我多了一份歸屬感。抵達香港後，因為急著趕去學校參加歡迎會，所以我們一行人就浩浩蕩蕩的乘著計程車前往我們的目的地，很幸運的是載我們的司機大哥很幽默風趣，也曾幾次到訪台灣，所以沿途和我們說說笑笑，也讓我對於這次的行程多了一份信心。

抵達歡迎會場地——蒙民偉樓後，看著接待我們的楊小姐後，不禁再次對自己信心喊話：這次的學術交流真的開始的，要好好認真學習，才不會枉費自己大老遠跑這一趟，不管過程如何，都要竭盡所能得到最大的收穫！在歡迎會中，香港大學的老師簡略帶我們認識香港大學護理系的學系鳥瞰，面對一開始全英文的攻擊，原本有點擔心的我，發現自己可以了解九成的內容，讓我感到很開心，也興起我對於英文的信心和興趣，相信自己在這次的交流中可以有更多的收穫。

歡迎會結束後緊接著我們就開始真槍實彈的接觸他們的課程了。在以前就聽聞許多國學生，尤其是程度越高的學府，師生的互動越活躍，不像台灣的學生普遍都是喜歡默默坐在台下接收老師上課所給的資訊，這讓我十分感興趣，很好奇也很嚮往這樣的學習環境，對於能夠參與其中的我真的感到十分興奮且幸運。而實際經過這兩星期的上課後發現，雖然他們的上課並沒有我所想像的如此熱烈，也常常是坐在底下聽老師講課，但是師生的互動確實比我們多，而且有許多同學在課堂中面對老師所提出的問題也會小聲地回答，有的老師還會主動拿著無線的麥克風自由地走動在學生當中，並從學生給予的回饋中得知學生學習的情形。而在其中也發現一件很有趣的情形，就是香港大學的學生似乎比較喜歡具有挑戰性的課程，像是護理研究、統計學等，只要是這些課他們的出席率就會很高，上課的專注度也很高，相對來說關於護理倫理的課程，他們的出席率就不是很高，據香港大學的同學說因為此類的課程還會有另外小組討論的課程，所以同學課程參與上就會比較少。

在這次的交流中我有一項另外的收穫，因著第一天上課沒有講義，所以即使很認真的上課但總覺得少了一點什麼，所以一直很希望能詢問坐在我旁邊的同學，看看是否有機會能拿到他們的講義，終於在接近下課時鼓起勇氣詢問，也因此有機會認識了這位梁同學，她十分熱心，不僅提供電子檔的教材給我們，還擔心我們不方便看電子檔，所以主動的幫我們印上課的講義，當我們遇到問題，也會很熱心的協助我們解決，不論是告知我們訂午餐外賣的方法、搭乘交通工具的路線……等，都讓我們可以一目了然，能夠遇到這樣熱心的同學真的好幸運，也很開心我們的聯繫沒有因為交流的結束而結束，一直到今天我們仍持續有聯絡，我想這是我到香港另一個值得紀念的收穫！

在這次的交流中很幸運地和另外來自美國、上海的同學同一時期來香港大學一起學術交流，而香港大學也藉這樣的機會舉辦了一次大型的餐會，邀請了全部的交流學生和本地的學生來一場多方面的文化碰撞，在過程中不難發現香港大學的學生或許是因為熟悉這樣的國際舞台，所以很善於表現自己，在餐會中常常主動的上前和人談天，雖然話題免不了是詢問來香港的感覺、是否有打算去哪裡觀光等等，但仍是聊到不同國家醫療體制的不同，所面對的壓力也不同，經過這

樣的餐會，讓我們不僅只認識香港的醫療體制，還了解到美國、上海的體制，增進我的國際視野，真的覺得好開心。

這次的行程雖然不能說很順利，過程中也是經歷許多小插曲，但感謝成員間的互相包容、扶持，也很謝謝學校老師做我們的後盾，讓我們都可平安的結束這次的交流，這次的交流真的讓我覺得很值得！



與香港大學系上老師合影

歡迎會上簡介香港大學護理系情景

99004033 陳璃苙

上課與參訪

先前就已知曉系上有提供學生進行國外學術交流的活動，其中一項活動是與香港大學護理系進行交換學生的計畫，交流時間為期一周，主要是參與港大護理系的課程，體驗與高醫老師不同的授課方式之處，觀察師生間的互動，並拓展國際觀。此次交換學生活動，因系上的老師期望學生能獲得更多的學習，故將交流活動延長為兩周，並將往年的交流時間由寒假改為開學初，時間訂為今年二月二十四日至三月七日(共 12 天)，而這段時間因卡到學期初的第二、三周，且已經是大四下學期，要準備國考與工作面試，因此在一開始我曾猶豫過是否參加，後來因考慮到交流活動的機會十分難得，且港大教學以全英文授課這一點滿吸引我，所以決定還是參加此次的交流。

香港與台灣的距離並不遠，約一個多小時的航程。出發當天我們從小港機場搭乘早上八點左右的班機，抵達香港國際機場時約上午九點多，在機場為了找店家買網卡，花了不少時間，之後搭乘機場快線至香港站，再轉搭的士(計程車)至港大醫學院(沙宣路)。到達港大時，將近十一點半，港大老師為我們介紹港大護理系的學制與課程內容，半小時後結束，之後港大的老師帶我們一行交換學生至這兩周要上課的教室跑過一遍，因下午就有安排我們課程，隨後我們一群人就前往港大的學生餐廳用餐。我們參與的第一堂課程是 Introduction to Nursing Research，上課的教室在 Lecture Theatre 3(可容納兩、三百多人以上的演藝廳)，課堂開始初，老師講解這堂課的目的是在於教導學生如何閱讀護理研究的 paper，而這堂課是開在港大的大三，高醫則是排在大四下的必修中，故我對於此科目的內容相當陌生，不過課程內容有一小部分重複到我們社區護理學中的流行病學，因此聽課時可以順便複習流病。

除了上述的課程外，我們還參與 Statistics、Bioethics、Health Promotion & Education、Nursing Care of the Adult I(以上這些課程的教室皆是在 Lecture Theatre 這類型的演藝廳，因為每堂課的學生人數都將近兩百多人)，其中 Statistics

同於我們的生物統計，這堂課的老師會在講解完一個段落後，在 ppt 上出五題是非題考驗學生是否已了解老師所講述的內容；Bioethics 與我們在高醫所上的生命倫理及護理倫理課程內容差不多，只不過港大把這堂課分成老師上課講述與學生討論兩種課程(據港大的學生所述，交換學生若要參與討論是需另外申請的)，而高醫則是把老師授課與學生 PBL 討論併成同一個課程，可惜的是我們參與的只有老師講課的部分，無法觀摩港大學生對於生命倫理上的想法與思辯過程；Health Promotion & Education 此科比較類似在高醫所學的社區護理，港大老師講課部分倒是無特別之處；Nursing Care of the Adult I 這堂課則是我們的成人內外科護理學，而這兩周中教授的內容是呼吸系統與肺部疾病，授課的內容與高醫所學的相差不遠，甚至我認為這堂課似乎比在高醫所學的還稍微簡單，不過課堂上老師會出考題考驗學生是否已融會貫通，而這時候老師就會直接拿著他的麥克風走下台詢問學生: any suggestion?，此外港大考題的部分也比較貼近臨床，我印象比較深刻的一題是老師直接撥放一張 chest X-ray 詢問學生從這位病人的 X-ray 發現甚麼健康問題。

在交流活動的這兩周，恰逢另外兩間學校(一間是 US 的學校，另一間是來自上海的學校)也至港大護理系做參訪，港大也安排一天的下午(二月二十六日)為我們三間學校的學生辦場歡迎會。除了課堂參與外，港大的老師帶我們至余振強圖書館(醫學院)參觀，還有至示教室參觀。

香港大學這短暫十二天的交流，讓我看見不一樣的護理教育，同時也發現港大的學生很認真，上課時大多數的學生會用 laptop 把講義 download 後直接在上面做筆記，不像我們在高醫那麼幸福，有時候會仗恃著有錄音檔，在課堂間就可能比較沒那麼專注聽課，這部份是我們需要加油學習的。

課外活動

除了參與港大護理系的課程之外，我們利用課後之餘到訪香港各大景點以及拜訪港大本部的博物館，比如到尖沙咀參觀 1881(前水警總署)的維多利亞時期建築風格，之後步行至附近的天星碼頭欣賞維多利亞港的風貌，並於夜晚時佇立於星光大道上觀賞對岸(香港島)大廈的燈光，可惜天氣不佳，燈光秀像是被披上一件薄紗似的，之後就搭乘天星小輪(船票很便宜，HKD2.5)返回對岸的中環碼頭。而除了我們自己安排的行程，港大的學生也推薦我們幾個景點:到大嶼山搭乘昂坪纜車看大佛、體驗大奧的漁村生活，或者至長洲踩踩單車……等。

因為港大的課程設計的關係，星期四與星期五整天都是學生的 self-study，而星期六、日與台灣學校一樣皆放假，因此在這幾天裡我們安排香港迪士尼、沙田看賽馬(沙田距離我們所居住的上環較遠)，以及長洲一日遊等需花費長時間的行程。其中比較值得一提的是至搭乘巴士至沙田看賽馬時，因為不熟悉路途而坐過站到觀塘，而獲得一趟意外的旅程，恰巧到附近觀塘海濱花園走訪。

在香港的這十二天，生活中的每件事物對我而言挺新鮮、有趣的，每一日都有不一樣的收穫。

建議

- 1.港大護理系是否能安排交換學生參與港大學生的技術練習課程，而非只有港大老師在示教室為我們講解環境設備與港大學生平時如何進行技術練習的情形而已。
- 2.是否能減少課程重複率，比如 Introduction to Nursing Research 這堂課每周已有兩堂，而因為交流時間只有兩周，因此這個課程總共上四堂課，占掉許多時

間，建議是否能將重複的課程更換成參與港大學生技術練習的時間。



至香港大學馮平山博物館參觀



香港大學為三所交換學生所舉辦的歡迎餐會

99004034 梁雅嵐

2/24 近中午時刻抵達香港大學，接待我們的老師引導我們就坐之後便開始向我們介紹香港大學護理學院。首先介紹香港大學護理學系為五年制的課程，互相比較一下課程的學分分配發現在課程排得與我們有些不同，如統計學我們在大二時上，他們則在大四才上這門課等等。抵達的第一天下午已有排課，在香港大學老師採用全英授課，一些部份再輔以粵語說明。由於有些課程在台灣時已經上過類似的課程，再加上學生與老師都會協助我們列印講義，因此聽課的部分尚還能夠了解，但偶爾一些部分老師以粵語說明的部分就不清楚了。上成人內外科課時，老師設計的題目內容，相較於我們課堂所使用的 IRS，老師準備的投影片會放上 x 光片，並拿著無線麥克風走到台下請學生回答問題，訓練同學除了記憶文字的敘述外，能夠與臨床實務結合，促使學生在臨床時的判斷能力。

這次參訪的時間恰巧有另外兩個護理學生團體至香港大學，分別是來自上海的 the Second Military Medical University 和美國的 the University of Connecticut，校方為我們特地舉辦了餐會，這同時也是香港大學護理學院首次在同時間有三個團體參訪。會中與其他學校的同學互相交流，與港大和美國的同學首先聊到各自的實習，當美國的學生聽到我們與港大的學生連實習都要輪三班時感到相當的驚訝，因為他們實習只需要上白班與小夜班；提到我們實習沒有薪資時，美國的學生立刻表示這樣的話他完全不會想要實習。後來與港大同學提到未來畢業就業，在香港畢業後是不需要像我們一樣考國考的，直接登記註冊護士即可，但有部分港大的同學也表示畢業後想要至美國工作，雖然他們起薪換算成台幣可能都超過十萬，對我們台灣的學生而言簡直是極好的待遇了，但香港護病比與護理環境的因素，促成香港的同學也會想要到對護理人員較為友善的美國。而上海的同学則是因為他們來自軍醫校，以後也將在軍醫單位服務。

參觀技術練習教室時，教室的用具擺設各種耗材很方便取用；且也提供給學生假血袋，在進入醫院前就可以練習輸血，不像我們可能連抽血都是進醫院實習後才會學習；發藥車採用和醫院裡相同的配置，是以上鎖的，讓學生提前適應實習的工作環境。接著老師先給我們看一本學生考試時的題本，內容情境是病患的入院經過及問題處理，而一旁的假病人已經設定好 vital signs，在一旁的 monitor 上可以看到病人的生命徵象，且以聽診器是可以直接聽到病人的呼吸音、腸蠕動等等，甚至可以觸摸到脈搏，非常擬真，直接模擬病房裡會遇到的情景，並從題

本的提示裡判斷出是何種診斷，並接續做你認為該做的治療。這種考試方式相當靈活，訓練學生的邏輯之外，足夠的教材輔助也更能模擬真實病房會遇到的情況，在進醫院實習前就已經做好準備。老師給我們一些時間思考之後接著又遞上了另外一本老師監考時用的題本，上面標註了學生在看到題本題目時應依序做那些順序，有點類似我們技術手冊那樣循序漸進的步驟，並標註學生應該到了幾分鐘就該做什麼。雖然不曉得學生們在考試的時候是不是有像我們一樣限定考試的技術項目，但光是只有題本的文字描述，且自行判斷病人狀況，看到香港大學的技術考試項目是很靈活的。

除了上課及與學生交流之外，同時也到香港當地走走逛逛，如著名的茶餐廳及遊樂園，還有令我印象最為深刻的長洲島。在長洲島上，沒有直聳入天的高樓大廈、沒有擁擠不堪的地鐵與巴士，有的是躲在透天厝裡錯綜的巷弄，以及停泊在岸邊各式多彩的漁船，撲鼻而來的海水味，一回頭便見到懸在高處晾曬的魚乾，彷彿走進了香港影劇裡對舊香港的印象。漫步在住宅與海水間的海濱小徑，更能夠切切實實地體驗到在國際化的港島上看不到的風景。

對比出國前為自己擬定的計畫，此行的收穫遠比預期的多！短短的交流當中極感謝協助我們的老師與同學，結束這次的交流讓我體會到整個過程最美的風景是人與人之間的互動，如熱心的同學主動協助列印講義，且提供香港大學的相關資訊。在學術交流上看到了香港大學學生的學習與努力，在交流餐會上比較了不同地區護理待遇的異同，在旅途的風景中見到了舊香港的一面。期許自己要能夠更精進、充實自己！

99004037 張家嘉

一個人拖著一箱行李，與同學們會合後，手持一本護照，帶著興奮、期待，又害怕受到傷害的心情，搭上飛機，離開生活 22 年的熟悉土地，前往陌生的香港。

在飛機上，我陷入回憶，遙想當初回想要參加香港大學交換學生的事，很單純想因自己不久後就要投入職場工作，趁著在大學最後一年出去增廣見聞，見識外國學校護理學系培養學生的方法；不知不覺飛機抵達香港，開始人生第一次國外探險。

好多很高大樓、路好小條、路上幾乎沒有機車、計程車司機開車都很猛，但很遵守交通規則，這些是我對香港的第一印象；站在路上，仰起頭看天空，幾乎被大樓切成一小塊一小塊，讓看看罐遼闊天空的我很不習慣。

剛下飛機不久，快馬加鞭來到香港大學位在沙宣道的蒙民偉樓-護理學系，開始了為期 10 天的課程，讓我大開眼界。

先說說舉辦的歡迎交流會，這次比較特別的事，有另外兩間學校也來做學術交流，分別為 University of Connecticut(康涅狄格大學)的九位學生和中國人民解放軍第二軍醫大學的四位學生，加上我們及香港大學，總共四所學校交流，了解到不同的國家培養的方式都不一樣，所注重的細節也不一樣，中國人民解放軍第二軍醫大學護理學系著重的部分為技術及知識，對倫理課程反而不太重視，香港大學護理學系著重全面性的發展，瞭解香港大學護理學系有改制，由原本的四年改成五年，由於時間限制，無法在細問，University of Connecticut 的部分，同樣因時間上的限制，無法交流，實為可惜。



與中國人民解放軍第二軍醫大學學生合影



新穎設備可將手寫筆記及技術實物投影在大螢幕

在這 10 天的課程裡，幾乎都在大講堂上課，跟高醫護理系一樣用 PPT 上課，但不同之處，在講桌旁有放一台機器，可將老師要給同學看的東西投影在大螢幕並實際操作，讓同學在第一時間清楚明瞭，若不懂可立即發問，老師在實習操作解答問題。

課程名稱上大都雷同，但也有不一樣的課程，如：Health Promotion & Education(健康促進與教育)，大抵上是在說如何去跟病人衛教，為一年級的課程，這部分是高醫護理系沒有的。雖說課程名稱雷同，但內容有些大不相同，可能針對香港較常發生的疾病做深入的講解，有些技術因治療的方式不一樣，作法也跟在高醫所學不一樣，擴增自己的視野。

觀察老師的講課方式，有些老師是遵循 PPT 上課，有些老師會丟問題給學生，學生也會回答，有些老師更是會親自走下台，拿著麥克風，在教室走動，走到哪裡問到哪裡，有些題目同學一時間答不出來，老師會耐心等待或是給點小提示，這點在高醫教學上看不到，一來是高醫學生學習較被動或太害羞，二來密集的課程，老師沒有多餘的時間，可跟學生作互動。

觀察港大學生上課，有認真作筆記、有聊天的、有當低頭族、有不來課的....等等，但我覺得最厲害的地方是低頭族的學生仍可回答出老師問的答案，這可能歸功於港大生主動學習這一方面，因五年制的關係，大一大二為兩學期，大三開始要實習才分三學期，利用休假期間去實習，上課的時間不長，勢必要自動自發自學，才能獲得額外的知識。

我們有參觀港大護理系的試教室，共有 3 間，裡面規格比照臨近的瑪莉醫院來擺設，讓我訝異的是工作車的藥是要鎖起來的，指有工作的護理人員才有鑰匙可已打開，若考慮到方便性的話，這樣對護理人員工作不太方便，就安全性，可避免因一些因素導致藥物丟失，跟高醫的工作車藥沒有鎖起來相比，各有利弊。



另外，是教室裡另一個令人驚嘆的是，有一個可以模擬心跳、呼吸及說話的假病人，老師可以設計情境，輸入數據後，讓假病人模擬疾病症狀來讓同學練習或考試，在如此逼真的情境下練習，定能增加記術熟練度，也有嬰兒的假病人可以練習，約每 10~20 個同學會有一位老師指導，且有各式各樣的模型可供練習，

高醫的在技術設備這方面比起來就有些差距。

每一次的經驗的累積都是讓自己更成長了一點，每一次成長都讓自己的視野更拓寬一點，很高興高醫護理系給我這一個機會去參與港大的交流，讓我有一次不同的經驗累積，增廣見聞。

99004053 黃鈺鈞

參與課程：

很高興系上能給予我這次的學術交流機會，讓我能往外走，才了解到自己的世界及眼界有多麼地狹小。剛到香港的時候，我們八位同學人生地不熟的，就算做足了行前準備，沒想到去了依舊是搞不清楚路況及人文環境，與計程車司機就是雞同鴨講，所幸在混亂之後還是能順利抵達香港大學護理學院，香港大學護理學院老師們以精簡的 PPT 帶領我們了解香港大學護理系的歷史與師資、學程制度，之後還有帶我們認識未來兩周將會上課的地點，讓我們得以初步的了解香港大學的地理環境。

接下來的兩週課程我們分別有參與 Introduction to Nursing Research、Statistics、Bioethics、Health Promotion & Education、Nursing Care of the Adult、Nursing Theories & Models，再加上另外還有圖書館參訪及示教室參觀，英文是香港的母語，因此課程就是全英文上課，雖然自己的英文程度不是頂尖，但可能是因為在學校上課時，從一年級開始直至四年級，其實大部分的專有名詞都是英文，所以認真聽課時大多是能聽得懂的，我很喜歡其中教成人內外科護理學的一位老師，她上課的方式很喜歡向學生問問題，而且問題多是偏向臨床、較活的問題，例如可能在講肺部疾病，講解完 PPT 後可能會秀出一張胸腔的 X 光，詢問台下同學有什麼問題？然後護理措施應該如何給予等，我還蠻喜歡這樣上課的感覺，會讓學生真的去思考問題；其他的課程像是護理研究、生物統計學，我覺得這兩趟課程關係很緊密、是相輔相成的，因此他們是在三年級時一起上這兩堂課程，我覺得這樣的安排也很不錯，因為不會像我們可能從前學過，但過了兩個年級大部分也忘了，再回頭上研究課程就會比較吃力；健康促進和研究理論模式與我們所上的社區衛生護理學很相像，但是有一些研究理論的部分就比較聽不太懂，其餘上課不懂得部分，我們八位同學們都會彼此詢問及腦力激盪，會同學也會教不懂的同學，彼此之間互相學習。圖書館及示教室的參觀，更是讓人大開眼界！我們參觀的示教室是練習急重症的示教室，他們考試就是採情境題的方式，很活用，且設備也很周全，幾乎是跟醫院設備一模一樣，其餘像是血袋、模擬病人、情境的考題設計都讓我覺得實在是太厲害了！醫學圖書館的部分，相較於本部圖書館是較小一點的，但該有的設備卻是一應俱全，我很喜歡他們學生的自修室，他們學校為了考量學生讀書時會有查資料的需求，因此除了多媒體中心外還有一間有電腦的自修室可供學生使用，甚至每張自修桌上都是有插座可讓學生帶筆電去使用！櫃檯也有提供耳機、IPad 給予需要的學生使用；因為空間上的限制因此書櫃是設計成流動式書櫃，也是讓人覺得耳目一新！還有一台 E-news 的電腦，是提供學生可以知道目前本國或其餘國家的一些政府網站的醫學相關報導，身為醫護人員，相關的資訊接收這個部份是很有幫助的！

學術交流之中的活動最令我大開眼界的其實是四校聯合餐會！這是第一次舉辦聯合餐會，所以我的感受如同上海的交換學生所說的「這種感覺挺新鮮的！」與來自香港、美國、上海的學生交流，會發現大家的表現都是得體大方，很輕

鬆自在的就開啟一道道話題，很像是電影中的場景，大家端著餐盤與各校學生聊天以彼此了解學校間教育的差異、未來的工作、醫院選擇制度上的差別...等，這種氣氛真的很好！但因為自己英文口說能力還不夠好，所以相較於上海、香港大學的同學來說，這部分是較欠缺的，我覺得培養英文能力環境著實很重要，香港給予的口說環境真的很棒！而中國是因為學生彼此間競爭力強，因此大家都具備這些能力，雖然台灣的教育從小也是會學英文，但我認為我們比較偏向死板教育，變成口說能力需要靠自己來努力，因此經過這次學術交流的震撼教育，讓我覺得自己的確是需要再精進、再努力學習的，醞釀內涵，讓自己也有足夠的國際競爭力，使自己也能在這個世界上立足！

認識美麗港島

駐足香港的 12 天，每天除了認真上課外，不外乎就是要享受這趟旅程！每天都是滿滿的行程，為的就是要來好好認識香港這個美麗港島的人文景色，我與其他兩位同學較常同行，我們走過很多地方，像是最基本的血拚地點中環的名品店、旺角的花園街和波鞋街、銅鑼灣的各大廣場、尖沙咀、甚至是九龍塘的又一城我們都有去！還有香港大學美術博物館、迪士尼樂園、不小心走錯路的觀塘、北角有名的春秧街、遠赴沙田看賽馬、尖沙咀的大鐘樓和 1881 Heritage 以及星光大道、一日遊長洲、山頂纜車看夜景、昂坪纜車參大佛，不論是哪一個景點，都是各有特色！我們都很放手去玩，像是血拚行程就要有逛到腳斷掉的覺悟，而看景點的地方就好好的放鬆腳步欣賞，其實每個地方我都很喜歡，比較喜歡的地點是北角春秧街和尖沙咀的 1881 Heritage 及漁村風氣的長洲，北角春秧街其實較少旅客會到那裡，因為比較偏遠，但是春秧街可是鼎鼎有名的老街，我覺得叮叮車在市場中與人車相擠的感覺是別有一番風味，是很有古早香港的感覺，再來 1881 的 Heritage 是混合古代和人工的美，它是從前的水景總部，後來被長江實業公司完成古蹟重置，所以像是時間球、主樓、都還有保存著，再加上一些藝術造景更是一絕，長洲是一個小小漁村，但因為觀光引進的關係所以可能相較於大澳等漁村會比較有觀光地的感覺，但它有錯綜的小街、山上步道及海灘，算是麻雀雖小五臟俱全；最後一天的昂坪水晶纜車也很棒，藉由透明的纜車來觀看冬涌景色，非常迷人！其實香港的夜景也是一大賣點，常常會看見香港的明信片上多為夜景就可得知了，不論是在平時街道與高樓大廈的燈光夜景、或是維多利亞港口乘坐天星小輪的迷濛夜色，都是會讓人沉溺其中的！

除了玩樂，當然吃喝也很重要！說長不長的 12 天，我與其他兩名同學也是快要將香港美食嘗過一輪，他們的食物吃過讓人會念念不忘，很有香港的特別味道，我們吃過蔥油雞扒撈丁、油雞叉燒雙拼飯、雞蛋仔、港式絲襪奶茶、冰火菠蘿油、牛油煉奶豬扒包、麻辣魚蛋、麻辣米線...等，每道食物都是人間美味！

12 天的旅程，認識了這座美麗的港島，除了學校所學習到的事物，我們在香港走過的道路，搭乘過的交通工具...都裝載著我們美好的記憶！

