



老師，請聽我說

Please Listen to Me, Dear Teacher

沒有安排的安排

參與家庭專科護理師師資培訓

An Arrangement Came Out of No Arrangement
Participation in FNP Teacher Training



「今天要考國文？蛤！我怎麼不記得！」這個夢境在我成年後偶而都還會出現，尤其是工作壓力大的時候。夢境的我回到高中時，要考古文，但我沒準備，寫不出來。從噩夢中驚醒後，慶幸自己已不是學生。哈哈就是惡夢，放輕鬆。去年我與系上幾位老師接受了家庭專科護理師師資培訓計畫，在這知天命之年，又重新當回了學生，夢境居然變成了現實，壓力排山倒海而來！

重拾書本修 3 個科目 9 學分。壓力之外亦有興奮之情，學習總是有趣。家庭專科護理師的培訓屬於研究所的學程，我們這個班都是經驗豐富的護理教師與醫院主管，各自有專長，每一堂學生負責的主題報告都像聽一場專題演講，非常精彩。

再進修要面臨的最大挑戰莫過於時間管理與年邁衰退的體力。我們的多重角色，要面面俱到著實不易，在念病生理學的時候，同時也想著我的原住民長者數位健康識能的研究進行到哪個階段？2023 年 12 月有連續三週白天當老師帶學生實習，下了班馬上變成學生投入培育課程，從早上 7 點半上工，直到晚上 9 點，披星戴月，整整有三週三餐不正常，晚餐當消夜吃，結果我參加的 preDM 減重計畫，好不容易減的體重，又悄悄的上升。

既有付出，絕對有收穫。我喜歡念書，重拾書本，仔細咀嚼好久沒認真念的病生理學是很享受的，讀書的當下我彷彿回到大學青春年少的階段，好多回憶湧上心頭。我常常在書桌前打開筆電，認真聽教學影片，貓咪們陪在我身邊，偶而蹭蹭我的螢幕，醫師講得精彩，拜現代科技之賜，不太懂的內容找「google 老師」問一下，跟 chatGPT 對話一下。也因為經常上網查詢，演算法算出我的需求，我習慣用的網頁主動出現許多生理學的動畫小影片，很驚艷。現在的學生真幸福，學習資源超豐富，不好好讀書真是太可惜了。

這學期課最有挑戰的是身體評估。身體評估是護理人員的基礎能力。但隨著護理角色的不同，評估的深入程度亦有差距。專科護理師面對病人的問題需要有臨床推理，臆測診斷的訓練。這門課的主課老師謝美玲老師，既是我們的授課老師亦是我們的同事，但老師並沒有因為同事這個身分對我們降低標準。第一次以考生的身分在 OSCE 的考場中出現，就是為了身體評估的技術考。我們在一個週末假日從早上 8 點一直到晚上 8 點，在示教室馬拉松式的練習，美玲老師陪我們一整天，手把手教我們最正確的評估技巧。已經好久沒這麼認真準備一場考試了，雖然在場的學員都是經驗學識豐富的護理教師，但考試總是令人緊張。而我另一個在意點是我的



「偶包」，怎麼可以在學生擔任的模擬病人(SP)面前丟臉，這才是惡夢。

寒假對學校教師而言是一個喘息的時間。然而在慈濟大學護理學系有一群護理老師正如火如荼地接受家庭專科護理師的訓練。我們護理學系的大家長台珠主任是我們的班長，全勤每一堂實體課。美玲老師、玉娟老師及系上多位老師擔任我們的授課老師，在這次難得的機會中，見識到系上老師學識經驗豐富與臨床實務接軌，各有專長，真的優秀。老師們為了我們的訓練課程，精心規畫，任勞任怨。能與之共學共事，真是三生有幸，無限感恩。雖然是不容易的學程，也還有好多學分要修，但我想我會一步一腳印完成它。我要為自己加油！也要為同學們加油！我們一起完成一個原本沒有安排的安排。

