



美國北卡羅來納大學 教堂山分校護理學院

進修紀實

■護理學院／謝美慧 博士生、許敏桃 教授

為了完成護理學院博士班必修的6個學分獨立研究（Independent international study），我們8位同學一行人到美國北卡羅來納大學教堂山分校，簡稱北卡大學（University of North Carolina at Chapel Hill School of Nursing, UNC-CH）進行2011年8月至12月為期一學期的修課。8位同學分別在事前找到適合的指導老師與預修課程，得到護理學系的支持與學校經費的援助，我們終於各自到了美國開始了我們的國際學生體驗。

北卡是全美國最早的州立大學，它在1789年成立之初是全美國唯一授予學位的公立大學。根據U.S. News and World Report 2002年公佈的全美最佳大學指南，不僅在公立大學中排名第4，在所有公立與私立大學綜合排名中則位居28，也是高醫的姊妹校。該校不僅提供各項協助、對我們照顧有加以外，各科室的訊息相當公開也互相支援，讓我們可以自由依自己所需參加課程與校內活動。UNC護理學院也替每位學生安排faculty當mentor，協助學生生活上或課業上的支持及協助。為了讓加強國外學生的學習，該學校的writing center也免費開放提升英文的相關課程，如research writing和research presentation的mini course等讓我們修習英文。護理學院更主動替我們國際學生向writing center申請writing 家教約3至4人一組固定一周一次提供跟學生英文寫作上的諮詢。也因此，此次國際研習除在UNC護理學院完成修課外，多數同學也把握機會參加英文課程或其他系所相關的seminars。甚至也有同學事先與當地機構聯絡，獲得參與自閉症兒童中心的機會。

學校對國際學生也定期舉辦相關活動讓來自世界各地的外國學生互相交流文化及練習英文會話，包括歡迎會、感恩節的大餐、聖誕大餐等等讓國際學生進一步了解當地特殊節慶的文化。此外，對我個人感受最深是當地運動風氣相當盛行，不管在學校、在社區都能感受美國人隨時、隨地，及隨刻都有人在運動。學校校園也有好幾處健身房，健身房設備相當齊全不亞於私人付費健身房，只要是學生

都可以免費享受健身設備開放時間從早上7:00至晚上22:00。在美國我也養成天天運動的習慣我想這是我個人很大的收穫。



能夠放下繁忙的工作與生活，清新的來到美國學習是種奢求。我個人也藉此把握機會參加了34.5小時的seminars，獲益良多。而在20年職場與臨床的生態模式，經由這6個月的國際學習浸淫，是種感恩。進入校園享用圖書館資源寶藏並領受不同的課堂文化更是奢華。該次研習之旅除了專業知識的學習受益良多，不同的課堂文化讓原本習慣「聽」的學習方式，漸次學會了「問」的求知渴望，從一個「被動」的領受到一個「主動」的研討，在這短短半年中改變了我的研習態度，也讓我發現了更多未來學習的寶貝資源。尤其，圖書館提供的所有資源與研究諮詢，讓我如魚得水。學校老師及學生對外國學生的關懷照顧與熱誠接待，讓我們能在極短的時間就適應，並很快進入學習狀態並在學習中享受每日進出校園融入校園之美，也在閒暇之餘上健身房、跑步、運動，不斷的超越自我，讓我更有信心面對未來博士生的學習道路。這一切，歸結於母校高醫護理系博士班能有如此的課程設計，讓我們得以有機會親身經歷國際化，使學習更全方位，並將它變成未來學者生涯的重要基石。而這是其他護理學校所沒有的學習藍圖與遠見。深深感謝高醫護理系的博士班課程規劃，也感謝高醫在國際學習上的支持。