

### 【至加拿大布洛克大學進行國際學習 (99/8/8-8/29)】

◎ 醫學系 林郁珊 2010-11-26

我思考了很久，該如何將這三個星期的心情言簡意賅地訴諸文字，當太多的感動、太多新的想法、太多錯綜複雜的情緒一起在腦海中迴盪，我嘗試著將所有美好化成一縷縷絲線，再織成一幅能代表它們的圖畫，並呈現給大家。

為了達到系統性陳述之目的，在此我將我所學、所見、所聞，分成應用健康科學(Applied Health Science)課程、寄宿家庭(Homestay)、文化體驗等三大部分，並依陳述所需再細分其它細項。

#### 壹、應用健康科學(Applied Health Science)課程

(一)研習單位簡介、對研習單位或學校的認識、感想、評價

我這次是參加學校與加拿大布洛克大學所舉辦的暑期計畫，主要目的是學習生活以及可於醫學專業職場上應用之醫學英文，並搭配參觀布洛克大學相關研究機構單位，幫助學生更能學以致用。

布洛克大學屬於人文氣息濃厚之大學學府，與我所就讀的醫藥大學是兩種不同典型，因此可以在校園中發現許多不同於本校的特質，例如：教學方式著重實際運用、與社區的結合性強、學習環境人性化等等，最重要的是學校和醫院並非比鄰而立，還有我覺得該校校區的自然環境完好，隨處可見野生動物，是我理想中的學習環境之一，就如同我以往就讀的中學一般。

大眾運輸系統方面，學校與市區(downtown)公車路線有完善之結合，無論學生居住何地，幾乎均可順利以便捷之方式抵達學校，此外，我發現該校的師生擁有足夠之車輛停放空間，儘管不提及距離中心校區之遠近，我認為亦不至於會出現車位一位難求之狀況，雖然這受到各校佔地大小所限制，但是只要有心一定可以有最好的解決方式，讓學生可以專心於學業及其它有意義的活動。

透過校園巡禮，我發現學生有十分足夠的運動空間，而且這些運動空間有十分適當之規劃、妥善運用畸零空間，例如：在籃球場的周圍地區規劃空中慢跑步道。其它像是校區內或建築物內學生可能活動的地方，都很容易可以找到椅子或休息區，當學生需要找地方做小組討論時，可以不用擔心地點這問題。最重要的是，我認為該校的盥洗室十分整潔，甚少異味。

其實我所提及的部分有很多都是生活細節，但是我認為這是學校給予外賓的第一印象，從小地方就可以看出來所有成員的向心力。很可惜的是，此次暑期計畫期間，少了與該校學生的互動，這使我對該校學生的認識相對較少，畢竟我僅能將我的注意力放在那些我能看、能接觸到的地方。

(二)研習內容及心得、學習經驗

※研習內容與學校學科理論相關性

依整體學習重點而言，此次暑期計畫與我的主修——醫學——有十分密切的關係，由於教育與學習環境之差異，除了醫學本科之外，我很少有機會接觸其它相關領域如物理治療、復健科學、職能治療、藥學等等，透過這次的參訪，我了解到其它專業的基礎運作及基本知識，相信這對於我未來必須面對的跨領域團隊合作將有啟發性的影響力。

此外，中醫是中國文化的特色之一，亦為本校的著名的學科之一，許多國外的自然療法都向中醫重視全人醫學、生命體內部與外部平衡的概念取經，而本次暑期計畫的專業演講之中，有一個相關主題是整脊術(Chiropractic)，內容就有提到類似穴位的概念。手療師(chiropractor)透過特殊工具及徒手按壓的方式，進行類似物理治療的醫療行為，他們可以執行“診斷”行為，而且獨立開業的情形十分普遍，像我有幾次就在市區看到兩三間這樣的診所。

在所有課程中我最喜歡也最感興趣是自動體外電擊除顫器(Automatic External Defibrillator, AED)的教學與模擬訓練。其實就如同我在出國研習意向書裡面有提到的，我在看到課程介紹的時候就一直期待上這堂課了，很高興講者也沒有讓我失望。這堂課是在三週之中最聚精會神、收穫最多的一堂課。AED就像是醫院急救影片裡常常會出現的體外去顫器，然而因為它是放在公共場所以供所有人使用，因此它的電流量是設定好的，而且有語音指示，只要按照指示進行即可，簡單且容易上手。我們都知道在遇到緊急危難事件時，若發現有人沒有呼吸心跳可以施行CPR急救，但是CPR只能以心臟按摩的方式幫助心臟恢復跳動，但是心臟要跳動還需要有一個條件——神經衝動，這是沒辦法透過外人幫忙的細胞內部變化，除非由體外給予適當電流通過心臟以刺激神經衝動產生，AED就是為此目的而存在的機器。正確地搭配施行CPR及使用AED，急救效率會有顯著的提升。

其它值得注意的是：第一，殘障運動，在第二週的一個特殊演講中，我親身體驗了 wheelchair basketball以及讓腳部殘障者使用的改良版hockey，而殘障運動者那種殘而不廢的精神令我為之動容；第二，參觀Hotel Dieu Shaver Rehabilitation Center復健中心，裡面有一項復健方式是透過類似Wii的遊戲模式，訓練病人的平衡感及肢體協調性，讓復健過程不再那麼枯燥乏味；第三，也是我最有感觸的地方之一，就是Welland Hospital的醫院參訪行程，或許是因為Welland和St. Catharines相形之下都是小城市，不是Toronto那種國際都市，所以醫院看起來很老舊，加上看習慣台灣某些醫院及本校附設醫院既富麗堂皇又舒適的建築設計和優良的醫療品質，更是覺得台灣的病人都太幸福了，幾乎每個縣市都有大醫院，而且都坐落在交通便捷之處，真是不懂為何有些人眼裡只有金錢，導致許多不必要的醫療糾紛。

台灣和加拿大醫療體系最大的差別，我想應該是健康保險制度。居住在加拿大的人們若有足夠的能力都會繳交醫療相關的保險費給政府或所屬工作單位，因此在看病時不需要再另外付費，至於老人、兒童及其他特殊民眾，會依不同管轄政府而有不同的輔導制度，對老人及兒童照顧尤佳。然而，我認為台灣的健保制度亦值得驕傲，除了那些令人不恥之詐領健保費行為、奇怪的總額制度之外，大家依所得不同來分攤醫療費用，就可以幫助有需要的人。

※研習內容所需技能

基本上我認為這次的AHS暑期計畫，並不需要特殊的專業技能，然而若具有一定的生物知識、基本健康常識，將能更融入本計畫所提供的學習環境。

※研習期間遇見問題與問題解決方法

遇見的問題不外乎是語言溝通障礙、相關背景知識不足等問題，這些問題都可以透過立即向講者或老師提問而得到解答，或是利用該校提供每位學生的電腦等資訊設備查詢進一步資料。

(三)研習結束後的看法和對研習安排及督導單位的建議、期待事項

大致上我認為都可以接受，過程中也沒有出現什麼我們無法自己解決的問題，如果真要說的話應該就是教學內容深淺不易掌握吧！我知道我自己的程度不是最好的，但是參與這次暑期計畫之成員的英文程度及背景知識，都有著相當程度的落差，先不提背景知識，因為這是最難控制的一個變因，但是就英文理解能力而言，我認為大致有一半的人認為太簡單，而另一半的人則認為太難，所以可以期待的是，未來有機會可以集合更多地方的學生，依照入學測驗的成績做等級分班，讓每

個人都可以跟更多不同背景的人接觸，也可以在最合適的班級中學習新知。以上是我個人對這次課程的淺見。

## 貳、寄宿家庭(Homestay)

### (一)我的homestay家庭簡介、感想、評價

接待我的homestay家庭是菲律賓裔的加拿大公民，依我的年齡而言，其家庭成員有：home爸、home媽、home姐姐、home哥哥、home弟弟、home妹妹(後面四個詞是我自己創造的，通常我在和同學溝通時都是用這些詞彙，它們很容易理解)。他們一家人都十分熱情，常常會邀我要不要和他們一起出去玩或是參加活動；此外，他們有很多家族朋友(family friends)會不時地來拜訪他們，因此增加了我練習英文會話的機會。最重要的是home媽很用心地讓我有更多用英文溝通的機會，而且每個人都會很有耐心的聽完我想要表達的事情，這是最感激的一件事了。

### (二)心得、學習經驗

我覺得學習一個非母語語言最好的方式，就是像這次一樣和當地家庭居住一段時間，因為我們學語言的目的就是要能與其他人溝通，其中最重要的無非是減少生活上的不方便及想法上的差異，所以在日常生活中落實練習英文之規劃，透過想讓他人了解自己想法那種感覺的刺激，更能激發自己使用語言的潛力。平時，我都會受到內建完美主義的影響，加上以前考試時都很講究文法、句子結構種種教條之潛移默化，會將我自己束縛在一個狹小的框框裡出不來，因此就連簡單的句子都要想很久才敢說出來；然而，當我在一個全英文環境中，不管是要問路、詢問商品價格及位置、買賣交易、表達我遇見的麻煩、甚至詢問盥洗室的位置等，只要一開口就必須是英文，漸漸地，我才學會如何用英文進行邏輯思考，我想這就是內化語言的第一步。

當然，初到陌生環境外加坐了十幾個小時的飛機，緊張與疲累交雜，所以第一天我嚇到大腦停止運作，幾乎可以說是完全無用英文溝通，但神奇的是睡一覺起來第二天，大腦又自動恢復正功能了。後來我發現其實有很多東西我都可以理解，而且從別人的表情及話語，我相信我自己的進退應對都還算得體，也許真的是太緊張了。這應該也算是很明顯的進步。

### (三)結束後的看法和對其安排及督導單位的建議、期待事項

整體來說，我十分感謝這次我有榮幸到這樣一個接納度高、願意分享的家庭，體驗我的homestay生活，如果少了這一塊，這此的遊學經驗就不完整了。相形之下，我認為該校負責學生homestay安排的單位就不是那麼關心我們，我以為負責人會透過某些方式向我們詢問homestay的居住環境、接待成員的良善與否、飲食問題、學生健康狀況等等，或許是該校對他們挑選的家庭都十分有信心，但是居住的人畢竟是學生，我認為應該像評量教師一樣做一份對於homestay的評鑑問卷，以提升整體簽約homestay家庭的基本生活條件之均值性。

## 參、文化體驗後的感受

### (一)體驗地點簡介、認識、感想、評價

課堂外的時間，除了參觀與醫學領域相關的研究機構或服務單位之外，該校還帶我們到著名的景點舉行文化之旅，例如：尼加拉瓜大瀑布、Toronto、酒莊巡禮、Niagara On The Lake等地。該校基本上都會幫我們準備各地點某個最著名地標的入場券，並安排我們來回的行程，其它時間都是靠我們自己的感官去尋找、肢體去探索各地的風土民情，雖然說因為景點區域過大、時間有限而有某些遺珠之憾，不過各種感官上的衝擊是無可磨滅的，我必須每天晚上用一些時間來消化我當天的感受，無論是喜、怒、哀、樂。

### (二)心得、學習經驗

三週下來，我學會什麼叫做獨立、什麼叫做自助旅行。加拿大的各個地方，不管有趣或充滿挑戰性，做任何事情都必須靠自己，自己決定旅行的方向、自己安排軌車的時間(像是在Toronto就學會用Day Pass搭乘地鐵、公車、電車等大眾交通工具)、然後再自己體會一個新城市的氣習、學習處理大小事，當我站在異鄉每條路交叉的十字路口，那種既期待又害怕受傷、強迫自己長大的感覺，是我至今從未經歷過的滋味。過去只會依偎在父母親羽翼下的雛鳥，在這樣的機緣下揚起雙翅。

### (三)結束後的看法和對參訪安排及督導單位的建議、期待事項

其實有很多行程都是我們自己安排的，我也知道這要算在該校需盡之義務範圍會有點牽強，不過我只是覺得該校所給予的關心太少(我指的並不包含兩位負責上課的老師)，但也是因為這樣，我才有成長的機會，因此對於這點我有些許矛盾的心情；然而，我還是非常滿意這次的旅程。

(English Version)

### 【相關圖片】



第一天上課\_全體同學合影留念



與兩位Chiropractors講者合影留念



結業式時與兩位老師合照，左側為Erma，右側為Shannan

資料來源：[http://www.cmu.edu.tw/news\\_detail.php?id=1224](http://www.cmu.edu.tw/news_detail.php?id=1224)