

# 110 年拇指計畫年度紀錄與總結

拇指生：黃承睿 / 系級：臨藥三年級 / 學號：B323108015

拇指計畫導師：郭莉娜老師

## 目錄 (P. 1- P. 2)

### 六大任務統整

#### 一、創意作為

—創辦「迷因文化研究社」

1. 發想或緣起—— (P. 3)
2. 實行過程—— (P. 3 - P. 4)
3. 心得與反思檢討—— (P. 4 - P. 5)

—加入「醫起關心國際藥事」

1. 發想或緣起—— (P. 5)
2. 實行過程—— (P. 5 - P. 6)
3. 心得與反思檢討—— (P. 7 - P. 8)

#### 二、參與公共事務

—舉辦「山地服務團線上育樂營」

1. 發想或緣起—— (P. 9)
2. 實行過程—— (P. 9 - P. 11)
3. 心得與反思檢討—— (P. 11 - P. 13)

—擔任「大安區健康服務中心志工」

1. 發想或緣起—— (P. 13)
2. 實行過程—— (P. 13 - P. 14)
3. 心得與反思檢討—— (P. 14 - P. 15)

#### 三、參與大型藥事專業活動

—參與「FIP digital events」

1. 發想或緣起—— (P. 16)
2. 各次活動重點與心得—— (P. 16 - P. 27)

#### 四、影子學習

—參訪「萬芳醫院藥劑部」

1. 發想或緣起—— (P. 28)

2. 參觀過程與心得	(P. 28 - P. 33)
------------	-----------------

## 五、教學課程設計與演練

### —舉辦「醫學大學學生所需領導與管理能力」

1. 發想或緣起	(P. 34)
2. 實行過程	(P. 34)
3. 活動合影	(P. 35)
4. 問卷回饋	(P. 35 - P. 39)
5. 心得與反思檢討	(P. 39 - P. 40)

## 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告

### —進行8次「導生月聚會」

1. 實行過程	(P. 41)
2. 心得	(P. 41)

## 年度自我總結心得

1. 心得	(P. 42)
-------	---------

## 月聚會紀錄統整

4月—第一次與導師月聚會 心得記錄	(P. 43 - P. 46)
5月—第二次與導師月聚會 心得記錄	(P. 47 - P. 49)
6月—第三次與導師月聚會 心得記錄	(P. 50 - P. 53)
7月—第四次與導師月聚會 心得記錄	(P. 54 - P. 57)
9月—第五次與導師月聚會 心得記錄	(P. 58 - P. 62)
10月—第六次與導師月聚會 心得記錄	(P. 63 - P. 66)
11月—第七次與導師月聚會 心得記錄	(P. 67 - P. 70)
12月—第八次與導師月聚會 心得記錄	(P. 71 - P. 75)

## 六大任務統整

### 一、創意作為

—創辦「迷因文化研究社」

#### 1. 發想或緣起：

與系上的朋友對於迷因梗圖，及其背後豐富的網路社群文化有濃厚的興趣，而我們生活周遭的廣告文宣、影視廣告也都有迷因的蹤跡，現今大學生也大多喜愛迷因梗圖，或是有一定的接受度，但在**校內並沒相關討論與創作的群體**，因此在 3 月時決定投遞創社申請書，**4 月時迷因文化研究社正式成立**，開始經營 Instagram 與 Facebook 粉絲專頁並持續更新，同時在校內舉行社團活動與課程。

#### 2. 實行過程：

**4 月初社團成立**，Instagram 與 Facebook 粉絲專頁也相繼設立

4 月中決定幹部職位、規劃學期活動並安排工作

5/11, 進行了**實體迎新活動**

**5 月中疫情爆發**

5/17, **1092 學期第一次社課**，轉為線上進行

5/24, **1092 學期第二次社課**，轉為線上進行

6-8 月修整、並討論下學期規劃，期間與醫起關心國際藥事有過合作宣傳

9/15, 參展**線上社團博覽會**

10/14, **與動漫電玩研習社合作，舉辦聯合迎新活動**

10/21, 舉行**線上社員大會**

11/2, 舉辦**鳥科學先生-顧芳瑜醫師經驗分享講座**

11/04, **1101 學期第一次社課**

11 月中適逢期中，進行休整

12/2, **1101 學期第二次社課**

12/07, **1101 學期第三次社課**

12/16, **1101 學期第四次社課**，為**線上創作與驗收**社課。

Instagram 專頁統計部分，截至 12/31 已在專頁上發布 **64 則貼文**，多為迷因梗圖、社團上課紀錄等，累計有 **445 位粉絲**，力求持續更新。



### 3. 心得與反思檢討：

#### 心得：

從最初一個簡單的想法與一股衝勁，與同學們共同創立了此社團，一路下來經過數個活動、與規劃課程，迷因社的人數增加，背後的願景也從一開始的純粹交流，演變為介紹文化、討論時事、探討網路社群經營、與學習迷因梗圖創作，但我想最核心的價值：「分享快樂」不曾改變過，雖然有課程，但是以腦力激盪為主、會討論嚴肅議題，但可以用輕鬆得態度去看待；迷因社仍存在許多內部問題、也面臨招生的難題，但是有目前的這番成績已經相當不錯，能帶給社員們諸多新想法並訓練邏輯，也提供給我以及幹部們練習表達與訓練勇氣的舞台。

#### 反思檢討：

##### (1) 社課時間安排

先前的時間安排有點過於緊湊，將社課時間固定於周四雖然好記，但也可能無法彈性配合學校政策或迴避其他社團的社課時間，仍需要多注意

外在因素的影響、多方考量再制訂時間。

## (2) 分享主題與內容

目前的**分享主題都偏向於網路社群當中的現象、時事、或議題**，但不一定每個都為人所知，而內容裡如果提到台灣歷史人物、傳統習俗等，來自外國的成員可能就不清楚，未來在選題上要**考慮到受眾可能感興趣且能理解**的題材，不然就是要**清楚的作出解釋**。

## (3) 幹部工作分配

迷因社的幹部不多，所以每個人都有工作要做，原先是每個人固定職位，但在一年之內看下來，此方法並不現實，有些人只需每周更新貼文，但像社長我與副社長皆需要準備課程內容，雖然能訓練自己，但明顯的在**工作量與工作性質的分配上出現嚴重落差**，未來會嘗試以**任務型的分配方式**，依照**任務性質分派工作給團隊**，此團隊則視需求由不同幹部們組成，而非某些固定職位上的某些人。

### —加入「醫起關心國際藥事」

#### 1. 發想或緣起：

與其他三位拇指生—林劭昀、賴星羽、陳苡晨，合作經營**醫起關心國際藥事的 IG 與 FB 專頁**，定位為知識型專頁，旨在**分享醫藥相關知識、時事、與專題研究相關知識**，團隊先後召集新成員、最終固定產出圖文成員有 5 人，分別是撰寫「時事藥先知」、「藥品大哉問」、「Pharm 手去研究」、「就藥你知道」等四個分享主題，由四位成員執筆，最後一位成員為美術總編輯，負責將知識內容製作成圖文懶人包形式；**最初團隊的目標為：在年底擁有超過 1500 位追蹤者**，以期將製作的知識圖文散播給更多人。

#### 2. 實行過程：

5 月底**受邀加入「醫起關心國際藥事」團隊**

6 月進行內部討論並協調工作內容，我負責撰寫「Pharm 手區研究」專欄

6/26, 共同宣布帳號回歸更新並舉辦回饋抽獎

7/22, 上架**由我執筆的第一篇**，關於**專題研究迷思**的懶人包

- 8/4, 上架**由我執筆的第二篇**，關於**實驗室分類**的懶人包
- 8/31, 發布**由我執筆的第三篇**，關於**指考完、上大學的準備**懶人包
- 10/08, 發布**由我執筆的第四**，關於**搜尋文獻注意事項**的懶人包上半部
- 10/15, 發布**由我執筆的第五篇**，關於**搜尋文獻注意事項**的懶人包下半部
- 12/16, 發布**由我執筆的第六篇**，關於**大專生研究計畫**的懶人包
- 12/23, 發布**由我執筆的第七篇**，關於**歲末回饋抽獎與櫛寄生中藥用途**的懶人包。
- 12/19-21, 共同**建構期末檢核表單**
- 12/22-24, **填寫自評表與成員評比表單**，結果將於明年一月公開並共同討論，做為團隊修正策略、成員檢核自我表現的依據
- 12/30, 年度規劃暫告一段落，年度目標也達成。

Instagram 專頁統計部分，截至 12/31 新團隊已在專頁上發布 **24 則貼文**，其中有十八個主題、二十二篇圖文懶人包，前期有三個主題、後期有四個主題輪流更新，累計有 **1825 位粉絲**，明年度會視情形繼續更新。



### 3. 心得與反思檢討：

#### 心得：

在年度結束前，醫起關心國際藥事專頁的貼文中，其中**有七篇由我主筆與進行編排**，而從七月開始，每個禮拜也皆會發布一則醫藥時事相關新聞的限時動態，我也負責製作了約三分之一的份量，在這半年之間，我從一開始未曾製作過圖文懶人包，到最後定期蒐集資料、統整重點、決定貼文內容、與編排圖文構圖，**得到了非常多製作上的心得，觸及率與觀看數也逐步提升**，可說是有**掌握到如何抓住閱聽人的眼球**；更重要的事，與其他四位夥伴共事，才是讓我能夠迅速成長的關鍵，除了**學習身處一個團隊並持續產出成果**，也在夥伴的多次幫助及定期「精進會議」下，**完善自己的貼文內容與美術設計**，並且透過討論碰撞出新想法，以求得更好的知識呈現。

#### 反思檢討：

##### (1) 時間安排

此任務從暑假開始持續更新貼文，一開始為一周一篇，開學後調整為兩周一篇，在最初，我的想法還算豐富、也因疫情而時刻待在家中，所以在決定內容與製作圖文上都沒有太大的問題，但隨時間推移，疫情趨緩、學校開學、其他拇指計畫的任務也同時展開，我不得不一邊**面對學業壓力與任務進度，一邊思考與製作貼文**，因為當下沒辦法及時轉換心態，導致我**出現沒有按照死線交稿的情況，連帶讓夥伴需要在更有限的時間裡，耗費自己的時間加班趕工**，才能及時發布新貼文，這對夥伴來說非常不公平且勞累；雖經過溝通了解了雙方的難處，後續才並未發生紛爭，但自己有錯在先，仍**需要有所警惕，在時間安排上應規劃好自身行程**，最好是提早準備，**若時間無法調整，也須事先告知夥伴，避免臨時提出要求**、造成團隊的困擾。

##### (2) 內容編撰的錯誤

這半年之間，我以團隊其中一員的身分撰寫了七篇圖文懶人包，但並非一蹴可幾，當中**最難的莫過於蒐集資料、查核其真實性，並以自己的話統整、濃縮為懶人包的內容**，在每次製作並發布貼文前，都需要先經過其

他夥伴審查內容是否正確、語意是否通順；我負責的「Pharm 手區研究」專欄相比於其他專欄，更偏向於個人經驗與網路資訊的統整與分享，所以更講究語意是否通順，平心而論，**我被挑出錯誤、給予修正建議的頻率是團隊成員中最高的，自己還需要要求自己加強注意細節、使文意通順**，力求一次到位，才能減少自身對夥伴的依賴、增加團隊的效率。

## 二、參與公共事務

### —舉辦「山地服務團線上育樂營」

#### 1. 發想或緣起：

在大一與大二各參與了山服兩次服務隊、分別擔任了育樂營隊員與育樂營器材長後，我為自己在山地服務團中的發展訂了目標，從一開始只聽從指示，到管理部份團務與出隊內容，再之後，我**希望自己能擔任主導育樂營進行的「值星」**，一方面透過成為高階幹部，擴大自身能掌握的服務範圍，一方面訓練自己領導團隊、協調各方意見。

#### 2. 實行過程：

#### ● 任務簡介

	任務資訊
原服務地點	南投縣仁愛鄉精英村廬山部落、廬山國小 南投縣仁愛鄉精英村中興巷 19 號
服務職位	山地服務團暑期線上育樂營 廬山村值星
服務時間	2021/8/23 ~ 2021/8/26 (共計四天) 上午 9:30 ~ 下午 11:00 (每日 1.5 小時)
調整後內容	<b>活動前準備</b> 召集出隊幹部與招收新進隊員、規劃社課內容與訓練目標，協調與監督各幹部工作進度，與隊長群、醫療隊共同籌劃育樂營行程，預訂遊覽車、團服、貨車。 <b>活動調整</b> 主導各組討論，制定準備事項的 DL、線上育樂營的日期，並協助開設 Goole Meeting 作為育樂營教學與互動工具。 <b>活動後統整</b> 梳理各幹部負責內容，整理活動的文字檔案與活動照片，配合隊長群分配項目，共同完成成果報告書，督促核銷事宜。
原服務內容	<b>活動前準備</b> 召集出隊幹部與招收新進隊員、規劃社課內容與訓練目標，協調與監督各幹部工作進度，與隊長群、醫療隊共同籌劃育樂

	<p>營行程，預訂遊覽車、團服、貨車。</p> <p><b>活動中管理</b></p> <p>管控大一隊員育樂營與社區服務行程、維持秩序，監督大二幹部專責工作、調派人手，主導各個檢討會議，與醫療隊、隊長群、生活組、機動組協調時間與活動安排。</p> <p><b>活動後統整</b></p> <p>梳理各幹部負責內容，整理活動的文字檔案與活動照片，配合隊長群分配項目，共同完成成果報告書，督促核銷事宜。</p>
--	--

## ● 詳細工作流程

### (1) 學期間-籌備事項與隊員訓練

日期	工作事項	備註
3/15	遴選暑假出隊村長值星	遴選兩村村長(育樂營總召)，介紹暑出各組並報告出隊大方向，討論、達成共識。
3/21	排定出隊幹部名單	決定好出隊名單，並與村長、值星討論
3/30	村會(定期舉行)	討論出隊說明會與面談籌辦事項和各項共識問題，且公布大隊大致流程
4/1~4/6	幹部交接	與上一屆幹部進行工作交接與經驗傳承
4/3	村長值星會 (每週定期舉行)	每週村會前召開，隊長群和育樂營幹部進行溝通與討論籌備進度
4/6, 4/7, 4/9	出隊面談	對新生說明暑假出隊事項、面談、並徵選
4/15	隊員大會	公布大一出隊名單，發下教案紀錄筆記本套量團服、紫外套 size，並講解明確的出隊規範以及教案的分工合作
5/4~6/8	兩次實體社課 四次線上社課	驗收活文教案安排暑出社課教學原住民傳統舞蹈練(阿美) 原住民文化學習與問題反思 醫療保健、衛生、健康飲食知識學習
5/13	各組交工作行事曆、預算表	確定暑出日程，確認各組行事曆與預算表

## (2) 暑期-遭逢變故與新方案籌備

日期	工作事項	備註
7/10~7/16	調整育樂營時程, 改變教學內容與教學方式	依循學校 7/10 公布的方針, 改成無接觸服務, 讓各組的大二社員在 7/16 以前與大一社員開會, 並討論出教學方案以及是否以電話訪問居民
7/11~8/4	和山上接洽	聯絡學校主任、討論線上育樂營運作方式、蒐集文化家訪受訪者聯絡資料、小朋友報名確認及人數
7/11~8/25	線上育樂營籌備	驗收活文教案、確認所有上山事宜安排醫療隊社課教學
8/6~8/14	線上育樂營(發祥)	育樂營活動
8/23~8/26	線上育樂營(廬山)	育樂營活動
8/27	總檢討會	成果評估與未來改進方向
9/5~9/17	成果報告書製作	

### 3. 心得：

#### ● 循序漸進，主導服務

在如願獲得職位後，我與另一位值星、兩位村長共同處理大一隊員的訓練，以及育樂營相關的出隊事務，於學期初安排幹部、招募大一隊員，到訂遊覽車、管控社課流程與秩序，都讓我體驗到值星的不同面向；歷經和隊長群一同排定幹部與參與幹部交接、輪流與另一位值星主持村會並主導各項社團事務的討論、與村長一同規劃社團課程內容並安排隊員招募面談等活動，一次次皆磨鍊我在團隊與個人間的溝通協調能力，也使我在帶領一個團隊的當下，了解到其龐雜事務的麻煩之處、以及用人妥當時辦事效率提升的輕鬆感，是個不可多得的寶貴經驗。

#### ● 面臨轉型

可惜在五月的兩次實體社課過後疫情再起，而且事態在一週內變嚴重，我與幹部群得趕緊著手討論線上社課的變動方案，首當其衝的第三次社課最為混

亂，改為遠距的當天先行請幹部們通知隊員正在討論，也透過隊長群與其他學長姐討論，隔天則立馬召集大二幹部們宣達注意事項與討論新社課內容，因應疫情，講師、傳統舞蹈教學都無法實行，最後原先預計的三小時課程僅剩一小時，社課資訊也是課程前一天公布；幸好此次過後，我與村長值星夥伴加強溝通與監督，讓接下來幾週的討論變得較順利，也因為有各組幹部與山服醫療隊的支持與想法，教學課程、幹部與大一隊員們的討論都順暢許多，才讓六次社課順利落幕。

在七月初的校方防疫會議中，服務隊確認改為全面無接觸服務，真正確定無法出隊後我也趕緊與隊長群、村值們討論、召集大二們討論、旁聽幹部與大一隊員們討論與分配工作，但心中的失落感仍然無法被忽視，討論後的幾週便來到教材準備，因為是交由大一隊員與幹部處理，我只需按時追蹤進度，工作相對輕鬆也讓我有平復心情的時間；後續大一們準備教材的表現良好、大二們也思索著該如何改進並解決問題，鮮少需要我操心，但只要有會議我就會參與、有東西出來我也跟著看、原訪組要上社課我就幫忙點名，能幫忙的事情我就盡力幫忙，最終線上服務隊的規模雖不大，但也是順利落幕。

## ● 經驗傳承

我曾在大一下時加入山地服務團的暑期服務隊，成為籌備育樂營的隊員之一，被分配家庭訪問區域、進行表演與教學、自行看顧小孩，在大二上時成為正式團員，平時作為財務組員管理活動收支，參加寒期服務隊時則做為器材長，管控全村、全育樂營的器材與道具、協助各類架場，並與大一隊員、村長、值星、機動組、生活組、隊長群等人協調合作，協助活動進行。

雖然閱曆可能不比前幾屆的學長姐豐富、能力也不到拔尖，不過論作為隊員與幹部的角色定位與工作、山上環境與文化等，有過出隊經驗的我至少也能進行基礎的教導與經驗分享；但是本次做為廬山村值星，所帶領的隊員卻因疫情而無緣出隊、接觸山上環境與文化，一來是惋惜無法讓隊員們體驗當初自身的感動與體悟，一來是缺乏出隊經驗的他們，在未來接任幹部時可能會因為沒有實際前往並實踐過實體方式，而有認知與操作上的誤差與難處。

在經過各組大二的協力與醫療隊的配合之下，線上活動照常舉行，但我也與其他三位村值們討論關於「出隊感」的儀式感，雖然我們砍掉了諸多流程與活動，但剩下的社課中，我們仍然保留原先的點名、檢討流程，請假方式也照舊，也給予小驚喜，只希望新進隊員們能夠感受到同樣的課程感，在縣育樂營期間同樣保留每日早點名以及事項宣導；當然，這樣與實體的辦法與感覺依然

有所差距，但在清楚這些方法的不足之餘，也只能無奈疫情帶來的限制，幸好，留下來的隊員將成為團員，並在不久後參加幹部訓練，了解社團相關事務、分組的職務與工作內容，也能藉此活動與學長姐們交流出隊經驗，想必能夠幫助沒出隊成功的隊員們很好的去認識山地服務團的內部運作。

## —擔任「大安區健康服務中心志工」

### 1. 發想或緣起：

今年五月中，台灣迎來新一波 COVID-19 疫情，因為在短時間內迅速擴散，使得各方遭受到的影響遠比往年嚴重，隨著確診案例攀升，相較其他行業停擺、人們失業，醫療院所與基層服務機構的工作量則是暴增、人力更加吃緊，在新聞與網路中也能看到醫療人員的艱苦心聲，因此在社團服務隊取消的同時，我也將服務目標轉為參與防疫相關的志工服務，以求能在防疫工作上貢獻自身心力。

雖然尚未經歷藥師國考和取得藥師執照，相較於其他有經驗、有醫療專業背景的醫療人員及志工，我在防疫相關工作所能提供的服務一定不及他們，但我仍希望能以熱情進行能力可及的各式服務，同時展現藥學生對於公共事務的關切與付出，也爭取觀摩與學習的機會；因此在學長提供了大安健康服務中心的資訊後，我便立即表達有意願加入，最終獲得這次直接服務民眾的機會。

### 2. 實行過程：

#### ● 任務簡介

	任務說明
服務地點	台北市大安區健康服務中心 台北市大安區辛亥路三段 15 號
服務單位	大安區健康服務中心 個案管理組
服務時間	2021/8/30 ~ 2021/9/03 及 2021/9/06 ~ 2021/9/10 (共計十天) 上午 8:30 ~ 下午 17:30 (每日 9 小時)

<b>基本服務項目</b>	<p><b>居家隔離者，個案管理</b> 每日上、下午登入追蹤系統，查看大安區居家隔離個案的回報狀況，視情形致電關懷、進行衛教、提供諮詢等服務。</p> <p><b>匡列接觸者，精準疫調</b> 當有民眾與確診者有過接觸而被匡列，並居住或被安置在大安區時，針對匡列者做精準疫調。</p>
<b>附加服務項目</b>	<p><b>帛琉旅遊泡泡，個案追蹤</b> 每日上、下午登入追蹤系統，查看大安區旅遊泡泡個案的回報狀況，在篩檢前致電提醒，篩檢後確認情形並提供諮詢。</p> <p><b>50 歲以上民眾，大腸癌篩檢推廣</b> 針對設籍在大安區、年滿 50 歲，且尚未做過健保給付的大腸癌篩檢之民眾，進行衛教、糞便篩檢推廣，並寄送篩檢管。</p>

### 3. 心得與反思檢討：

#### 心得：

前往服務的兩周期間，一起初因為居家隔離者的數量相較之前較少，讓我能針對不同個案花上更多時間關心與進行衛教，當中也遭遇了不同情況與需求，如陪同年幼兒女、不會說中文、重聽等案例，都仰賴我一次次反覆請教與回電，以最快的速度解決他們的問題，加上期間與中心的護理師、防疫人員來回詢問與更新資訊，都讓我累積大量的溝通協調經驗；同時我也有幸機會體驗到中心不同方面的服務，如衛教跟篩檢宣導，了解到健康服務中心在地區性中門診、衛生稽查、及防疫的服務定位，外加磨練我對於口頭行銷的技巧，相信這些知識與技能都能成為我成長的絕佳養分。

最後要感謝姜郁美老師幫忙爭取此次志工服務機會，以及徐皓文學長提供聯絡中心的管道以及事前的電話訪問 SOP 整理，讓我在大安區健康服務中心能順利進行服務。同時感謝中心的楊明娟主任及曾玉玲護理長願意給予這個機會，讓我能疫情期間擔任志工，在服務的兩周內也教導我許多防疫、公部門相關的知識，中心的人員們信任並交付防疫相關工作給我。這次的服務機會實在是一次珍貴且踏實的服務學習經驗。

#### 反思檢討：

##### (1) 心態方面-發揮同理心、克盡公務員責任

在第二周志工服務時，護理長在提醒我與另一位拇指生翁孟萱，關於個案管理的注意事項時，除了必要的資料核對、以及後續要確實回報給中心專責人員，護理長也提及身處防疫、諮詢、提供幫助的第一線，最需要的是穩定自己的心情，並且同理對話者的處境、顧慮、與難處，以提供我們最大的幫助為主要目標；近兩周的電話訪問中，我的確與各式各樣的人對話過，如同面對社團中每個成員都有自己的計劃與想法，我想唯有放下「你應該要知道」的成見、與「你應該要配合」的強硬態度，傾聽個案或民眾的需求，並適時尋求中心人員的協助，才能發揮自己的服務價值，確切幫助到人。

護理長也提到了身為公務員的責任，除了遵守政府規定以外，公部門及公務人員通常會自行拉高一定的層級與標準，雖然辛苦多一些，但保障更全面，達到滿足政府需求的同時也能減少民眾譴責、投訴的可能性，也因為基層機構最接近民眾，對於疫情變化的敏感度就必須拉到最高，以解決民眾提出的各式疑問；讓我學到，衛生所、健康服務中心等公家基層醫事機構唯有更加警惕自身表現，才能在政府提出要求、人民提出需求的監督下，維持良好服務品質與形象，並非所謂「公務員穩坐鐵飯碗」的古老刻板印象。

## **(2) 角色與職責方面-學習一線防疫人員的做事準則**

在兩周的志工服務中，每天都會處理防疫相關的工作，從居家隔離者到旅遊泡泡專案處理，一次又一次的電話訪問中直接面對個案與民眾，我才意識到此時我不僅是一位學生志工，而是作為一名一線防疫人員去感受人們的情緒、去運用手邊有的資訊解決疑問，在心態上需要更加嚴謹與專業，所以我藉由觀察、詢問中心裡的各式人員，去學習優化自己的處理方式，並將他們作為榜樣並要求自己。

服務期間，我在護理師、中心人員、防疫專員們身上學到，是作為大眾面對疫情的後盾，最重要的是冷靜溝通、動作迅速到位、溝通不容一絲模糊，首要就是面對任何情況都要冷靜，因為民眾通常會緊張與擔心，要是透露出自己慌張的情緒，很容易引起民眾的恐懼與猜疑；再者是面對民眾與中心人員，都要明確組織提問與回答，並在得知資訊後便立馬回覆給民眾或上報給中心，力求快速解決，以免推遲疫調進度、防止疫情在短時間內進一步擴散；最後是排除一切模糊詞句，如：應該、也許、大概，僅依照擁有的資訊給予明確回答，若是真的不確定，就回答能夠幫忙詢問中心，在整理無法解答的疑問求助中心專責人員，寧可多打一通電話，也不可給予一則錯誤訊息，以免不被信任。

### 三、參與大型藥事專業活動

#### —參與「FIP digital events」

##### 1. 發想或緣起：

一開始考慮到自身的財力與課業安排，先以參與國內辦理的全國性或國際性研討會為主，但在 5 月以前因服務隊與諸多活動時間有所衝突，而遲遲無法找到合適的活動，後來因疫情的影響，服務隊取消、活動皆改為線上；七月底時導師群會議後，郭導師建議我能夠學習徐皓文學長的辦法，利用 FIP 的多場線上國際會議代替年會，短暫協調後我們皆認同此做法，我便於 8 月初註冊並開始參加。

##### 2. 參與過程與各次心得：

8/3

###### 會議主題：

Pharmacists' experiences in crises in Lebanon: The Lebanese financial crisis, COVID 19 pandemic, and the Beirut Port blast.

(藥劑師在黎巴嫩危機中的經歷：黎巴嫩金融危機、COVID-19 大流行和貝魯特港爆炸。)

###### 時間：

19:00-20:30 (GMT+8:00)

###### 討論議題：

1. 著重中低收入國家的社會經濟和職業環境，導致藥學實踐面臨的困境。
2. 提高對黎巴嫩面臨多重危機的藥劑師，其獨特經歷和挑戰的認識。
3. 討論面對極度痛苦及藥學實踐時，需要的職業道德、適應力和心理健康。
4. 強調在困難/危機時期，領導力和倡導的重要性。

###### 心得感想：

除了對災難感到痛心，看到更多的是無奈，經濟危機與疫情雙管齊下，讓醫護人員、藥師們缺乏藥品補給、不被正常供薪，爆炸發生後更讓情況雪上加霜，講者 Waël ABI GHANEM 便有提到，當時是有許多醫

生、藥師，即使有著經濟困難仍選擇返家，就是因為資源匱乏、救治的困難提高、醫療需求上升，所導致的無力感與壓力。

當然，如講者 Luna El Bizri 提到，雖然自身處境也不好，還要面對無理的對待，也有藥師選擇持續貢獻服務，並在困頓的情形下，找到能夠幫民眾把關、讓民眾互助的方法，說明總會有折衷、有幫助的方案，目前身處平安的台灣，除了對自身處境感到滿足，我也想將當地藥師的做法引為借鏡，希望我現在身為社團領導人，或是未來在工作上的難題，都能夠發揮一樣的精神，運用一切資源、找出解決辦法、團結人心並提供知識與幫助。

8/4

會議主題：

FIP “Setting goals for the decade ahead” | Episode 10 | FIP

Development Goal 4: Advanced and specialist development.

(FIP「為未來十年設定目標」| 第十集 | 發展目標 4：進階和專科發展)

時間：

17:00-18:30 (GMT+8:00)

學習目標：

1. 描述和解釋 FIP DG 10 的組成部分  
(及其三個要素：勞動力與教育、科學、實踐)。
2. 展示 FIP 工具、證據和資源，以支持跨三個要素實施 DG 4。
3. 確定 DG 4 內實踐、科學、勞動力和教育的優先事項
4. 讓我們的成員參與一項活動，通過數據證據支持目標的監測和評估

心得感想：

專科發展對我一介學生而言可能還有一段距離，但講者們引用組織設計的框架、計畫中實際舉行的訓練與活動告訴我，專科與專業離年經藥師、或甚至藥學學生都不遙遠，只要能透過計畫與組織的幫助，就能得到充足且獨特的教學內容，也讓我知道不應小看自己，唯有抱持不知從何而來的勇氣與熱血，走向世界、擁抱訓練，自己或許也能夠成就不一樣的未來。

8/9

會議主題：

Role of Early Career Pharmaceutical Organisation (ECPO) in Global Health.

(早期職涯藥事組織 (ECPO) 在全球健康中的作用)

時間：

17:00-18:30 (GMT+8:00)

學習目標：

1. 了解關於早期職涯藥事組織 (ECPO) 在全球健康中的作用，以及進行全球調查後的主要發現
2. 聽取來自不同地區的國家 YPG 代表關於他們在其地區開展的全球衛生相關活動的意見。
3. 能夠確定全球衛生領域的發展領域和機會，以倡導其所在地區的早期職業藥劑師和製藥科學家。

心得感想：

一開始因為多位講者而無法完全消化，但聽了第二遍後，才理解到諸位講者的組織皆不容易，有些是針對緊急處理做訓練，另外對藥師的職場情形作討論，最終也提出實質努力目標；其實這些講者可能沒有比我大幾歲，卻已經參與諸多議題討論與活動，儼然做出一番貢獻，會後我想自己會多加注意台灣本土的年輕藥師團體，希望能透過他們，訓練我自身的技能，也對未來有更明確的目標！

8/10

會議主題：

Vaccinations and the genders: Examining inequities in gender access and handling of vaccinations globally to inform pharmacy policy.

(疫苗接種和性別：在全球範圍內檢查性別獲取和疫苗接種處理方面的不平等，以告知藥房政策)

時間：

20:00-21:30 (GMT+8:00)

心得感想：

在聽完 [Dr. Samiratou Ouedraogo](#) 的見解後，的確感受到一些實驗研究較缺少關注孩童與懷孕婦女的情況，但我也清楚，只能推測是在這兩類族群身上做實驗的風險的確較高，但因此暴露在染病風險中，也是不公平的情況。

講者 [Sofia Segura](#) 提到女性擔當照護角色，卻不盡享有平等待遇，即使是看似男女平等的台灣，也能從醫護、照護人員的身上看到一些影子，其中又提及謠言與對醫療認知的重要性，我想這也使台灣要持續努力的目標，透過個人及團隊的力量、透過各種方式，盡力讓各年齡層、更多人能理解，進而保障其自身健康。

8/11

會議主題：

Selfcare in the digital age.

(數字時代的自我保健)

時間：

17:00-18:30 (GMT+8:00)

目標：

討論數位健康以及如何執行它所倡議的「安全有效的自我保健」

學習目標：

1. 定義數位健康，並解釋數位健康優先事項 ( 20 項 FIP 發展目標 )。
2. 列出數位健康可以實現自我保健的方式。
3. 描述提供安全有效的數位自我保健方法。
4. 舉例說明當前執行的數位健康藥房、實踐自我保健。

心得感想：

此次的講題非常貼近生活，講者們也各從專業角度與使用者角度，詳細的闡述他們對目前環境、科技發展、資訊傳播的見識與想法。

我由衷認同講者 Peter Guthrey 的觀點，先前也有參與台灣的事實查核工作坊，就有學到許多錯誤資訊的誤導心理、資訊查核等方面，在科技發展之下，健康能夠實現即時監測，但人心的走向卻很難掌握，如其他位講者提到的，發揮專業、用另類辦法解決困難與疑惑是從根本解決的方法，身為學生的我還不能說很專業，但從身邊、運用團體的力量，我想也能起到提倡正確資訊、修正謬論的效果。

8/12

會議主題：

Community pharmacy roles, services and tools to minimise impact of air pollution on health.

(社區藥房的角色、服務和工具，以盡量減少空氣污染對健康的影響)

時間：

19:00-20:30 (GMT+8:00)

學習目標：

1. 描述藥劑師在減輕社區空氣污染方面可以發揮的作用。
2. 確認藥劑師可用的不同工具，以減少空氣污染對社區的影響。
3. 了解社區藥劑師可採用的各種服務，來支持更好的呼吸環境。

會後心得：

本會議的空汙議題對於在台灣的我算陌生，從過往的新聞就能對季風吹來的霧霾、工業區汙染情形略知一二，講者提到的以公共運輸替代自駕、以電力驅動或腳踏車替代汽油車等，近年來也是不斷的在提倡，甚至因為台灣主要供電是火力發電，涉及空氣汙染，所以先前與未來的公投都有牽涉到發電與環保議題。

雖然注重是件好事，但我感覺台灣普遍民眾仍沒有深入了解，做為一名自幼到大的過敏性鼻炎患者，我也曾遇過不理會空氣汙染與流通的人，在這次會後，我理解到自己未來再次遭遇類似情況時，更應該運用熱心與專業，協助他們了解事情的嚴重性與日常作法，同時也想試看看洗鼻液了。

8/19

會議主題：

The pharmacist in the prevention and management of vector-borne diseases: a perspective from the Southeast Asian region.

(預防和管理媒介傳播疾病的藥劑師：東南亞地區視角)

時間：

19:00-20:30 (GMT+8:00)

學習目標：

1. 認識與媒介傳播疾病相關的主要概念。
2. 描述東南亞地區主要媒介傳播疾病的特徵和發病率和死亡率。
3. 確定藥劑師可以從藥房開展的預防、檢測、控制和管理媒介傳播疾病藥物治療的活動。
4. 確定 SEAR Pham 論壇開發的經驗，以支持藥劑師在抗擊媒介傳播疾病方面的行動。

會後心得：

這次因為講者多來自東南亞、南亞地區，因不熟悉口音而又看了影片記錄一兩次，媒介傳播疾病在台灣最常聽聞的應該屬瘧疾與登革熱，從小到大都有得到宣導資訊，也有從新聞得知熱區、高峰期、案例等等，就我的印象當中，台灣在控制疫情、環境消毒、病人照護上都做得不錯。

本次講者所提供的資訊就讓我有些驚訝，席捲的持續時間、歷史案例數都超乎我的想像，不過後續的控管計畫、藥品使用與更替也就愈發重要，雖然台灣的狀況尚未如此嚴重過，但借鏡他人經驗，以備我們的不時之需也是重要課題，或如講者 Manjiri Gharat 所述，綜合藥師在醫院與社區的力量，大規模進行宣導與幫助，想必對疫情有助益，也會提升藥師在公衛中的角色重要性。

8/24

會議主題：

JoPPP-EMRO Pharm Forum Conference 2021 “Transformation of pharmacy practice towards patient care during the COVID-19 era”

DAY 1.

(2021 年 JoPPP-EMRO 藥學論壇會議「COVID-19 時代，藥學實踐對於患者照護的轉變」，第 1 天)

時間：

21:00-23:30 (GMT+8:00)

學習目標：

1. 了解認證在教育轉型中的作用。
2. 描述 EMRO 地區許多國家 ( 例如沙特阿拉伯和黎巴嫩 ) 的教育轉型挑戰。
3. 描述建立跨專業教育和實踐的方法。
4. 遠端藥房是促進藥師在患者照護中扮演的角色之新機會。

會後心得：

此次會議分作兩天、四個部分，第一部分著重在整個疫情下，藥師工作的變化、擔任角色的延伸、以及作法與心理的調整，如講者 Zaheer Babar 所述，在疫情的驅使下，我們不難看出藥師的責任已不再是以前單純的服務，而是拓展到公共衛生、防堵疫情、居家協助的部分，而這代表著更多的挑戰與難題，身為一名藥學系學生，我從這次的會議中也重新思考自己還能做些什麼，結合到講者 Dr. Adel Sadeq 提及的跨專業、跨領域學習與合作，我想是最佳的做法，會中我也時常聽聞藥師要不斷學習，甚至就某一主題做深入教育訓練、臨床案例討論，畢竟面對全球級別的緊急狀況，藥師僅懂得給藥可能已經不足，目前參與完一日的心得是，不能夠安於現狀，應該要主動尋求磨練、精進自己的機會，每一次的經驗都會是為自己打下的基石，同時要保持虛心受教、持續學習的精神。

8/25

會議主題：

JoPPP-EMRO Pharm Forum Conference 2021 “Transformation of pharmacy practice towards patient care during the COVID-19 era”

DAY 2.

(2021 年 JoPPP-EMRO 藥學論壇會議「COVID-19 時代，藥學實踐對於患者照護的轉變」，第 2 天)

時間：

21:00-23:30 (GMT+8:00)

學習目標(同第一天)：

1. 了解認證在教育轉型中的作用。
2. 描述 EMRO 地區許多國家 ( 例如沙特阿拉伯和黎巴嫩 ) 的教育轉型挑戰。
3. 描述建立跨專業教育和實踐的方法。
4. 遠端藥房是促進藥師在患者照護中扮演的角色之新機會。

會後心得：

第二天相較於首日，一開始的重點放於數位化的優勢與劣勢，有的針對藥品管控的新方法、有的針對藥師提供給民眾服務的方式變化，但無論是哪一方，皆仰賴藥師發揮其專業知識，而在疫情的衍伸出來的更多情況下，藥師對於公共事務的參與、對民眾需求的同理最為重要；後半段則又多了更多不同國家與地區的藥師進行分享，並且談論各地的現況與藥師對未來發展走向的看法，這些經驗談與走勢分析，都能用以對比、想像台灣藥師的未來，乃至於我在未來的遭遇與發展，實不失為一個很好的反思機會。

8/26

會議主題：

Health illiteracy and vaccine misinformation as determinants for equity: developing policies to establish access to quality information in an equitable way.

(健康文盲和疫苗錯誤資訊作為公平的決定因素：制定政策，以公平的方式獲得有品質保障的資訊)

時間：

19:00-20:30 (GMT+8:00)

心得感想：

會參加本場次同樣是因為活動將重點放在資訊獲取相關的議題，疫情在全球反反覆覆、起起落落，資訊更可說是戰勝疫情的一個關鍵，但本次探討的就是將康文盲現象，因為無法順利獲取資訊、或因不同因素而導致人們的資訊不對等，對於疫情、政策、乃至於疫苗的看法就大不相同，再加之謠言與錯誤訊息，情況只是更加混亂，也就需要藥師們花更多心力去解決；同樣的事情在台灣一樣能看見，假新聞、網路造謠、疫情爆發前後對疫苗的態度反差等等，幸好台灣仍有像是實查核中心來破解假消息，有疾管家與防疫記者會提供官方數據與政策，藥師與其他醫療相關人員也是卯足全力在幫助穩定整個疫情，我認為我是相對幸運的，但我仍會持續關注相關資訊，並如講者們的共同結論，在有餘力時盡力幫助他人。

8/30

會議主題：

Advanced and specialist pharmacist development for hospital pharmacists.

(醫院藥師的進階與專科藥師發展)

時間：

18:00-19:30 (GMT+8:00)

學習目標：

1. 促進對醫院藥師所需能力的認識。
2. 了解進階實踐、專業化在全球倡議之下可行的進步和認可途徑。
3. 確定可用於在醫院藥房進階實踐中使用 FIP HPS 巴塞爾聲明的資源。
4. 確立醫院藥師在未來需要的新能力。

心得感想：

在經過今年的影子學習，到醫院內觀摩臨床藥師的工作內容後，再來複習此次會議的內容，實在深有感觸，雖然講者解說的大框架、宣言、與共識的部分我還不甚熟悉，但提及國外例子時，比對到台灣的藥師制度，各有優劣與值得借鏡之處；此次兩位講者舉的澳洲與西班牙，其都有專門的教育訓練與認證制度，台灣目前則是有學制上的差異，證照、認證上還是偏向單一，但在臨床上的訓練、醫院的分科上，聽學長姐們說也是非常扎實，這或許就是我未來想走向臨床藥師一路時，能夠多關心與爭取的議題，但就目前來說，我仍須繼續鑽研更多資訊、培養基礎能力。

10/15

會議主題：

Supporting self-care: disinfection in common conditions

(支持自我保健：常見情況下的消毒)

時間：

17:00-18:30 (GMT+8:00)

學習目標：

1. 解釋手和表面消毒的重要性
2. 列出手或接觸表面會接觸並傳播的常見感染病症
3. 描述在對患者和公眾進行消毒建議和教育方面時，藥師及其團隊可以發揮的作用。
4. 討論消毒實踐的證據基礎，包括使用適當的消毒劑

心得感想：

對於我與周遭的人來說，因為就讀醫藥相關學系，清潔、消毒已然是日常的一部份，但在逐漸習慣的同時，我似乎沒有注意到並非所有人都是如此，如同講者 Sally Bloomfield 提到的調查，甚至有些民眾都還不清楚某些日常的小動作，都可能是極具染疫風險的行為；這也點醒我，未來成為藥師之前，勢必會經歷與大眾互動、交流，結實我若是抱持自己理所當然的想法，可能會影響到溝通與倡導的部分，經過這場會議，除了進一步學習清潔與消毒的注意事項，也應該審視自己能否接收他人的想法，以他人的角度釐清癥結點，而非一味以自我任制看待事物。

## 四、影子學習

### — 參訪「萬芳醫院藥劑部」

#### 1. 發想或緣起：

因郭導師現為萬芳醫院的藥劑部主任，所最初討論的方案是與導師前往萬芳醫院見習，且可能不只一次，以便對醫院藥師、臨床藥師的工作有完整認識，詳細學習內容則請老師安排；但後來因疫情的關係，學生不能任意進出醫院，於是此見習計畫得先暫緩，直到 **8 月底防疫規定降級時，與導師約定 8/23 上午 9:30 在萬芳醫院見面，於當日進入藥劑部跟隨並體驗郭莉娜導師、彭筠婷藥師、陳瑩鎂藥師一天的工作**，除了了解工作內容，還要學習一名領導者、一位優秀藥師在處理事情的方式與對待病人的態度

#### 2. 參觀過程與心得：

**時間：8/23**

**09:20 到達萬芳醫院，前往藥劑部**

郭莉娜老師首先跟我分享今天的會議眾多，等等會先讓我旁聽全聯會的健保總額會議，在會議前，郭莉娜老師**帶我看過她整理的她自己的 CV**，包括學歷、工作經驗、各學會與公會職位等經歷，老師表示，透過記錄經歷與製作 CV，以較好介紹自己、**讓他人對你有初步認識**；當中也有許多**無償工作**，像是全聯會的醫院方代表，雖然無支薪且會花上不少時間，但老師說**能看到不同醫院或不同領域的想法與作法，更是為自己與同事發聲的好機會**，也有其他**與公共事務相關的服務，每次經歷與學習皆能拓展視野、增廣見聞**，所以她會繼續下去。

郭莉娜老師也提及**藥劑部主任的工作**：傾聽臨床藥師的煩惱、為組長解決疑惑、跟各科主管開院內的各式會議，有時候要進行演講，或處理像藥事照護方面或其他類的教育訓練課程，再加上公會工作與自身業務，都需要大量閱讀與獲得新知，每天都非常之忙碌；也因為時間不夠用、事情做不完，老師的建議就是**做決定要果斷，且要訓練自己拋開個人情緒，避免受他人影響以做出理性決定，並且做好時間管控，集中精神以提升效率**。

萬芳藥劑部主任郭莉娜老師當日會議行程：

**07:30** 醫院主管會議（未旁聽）

**08:15** 帶領臨床藥師與急診醫師討論敗血症 bundle（未旁聽）

**10:00** 開全聯會健保總額會議

**12:30** 管制藥品委員會會議

**13:30** 科技部相關計畫會議（未旁聽）

## 10:00 旁聽藥師公會全聯會線上健保總額會議

在會議開始前，郭莉娜老師簡單介紹了**健保總額的分配方式**，像是分職業與領域配額，各職業之間、各公會內部要討論與爭取預算，且健保給付的規則多變，面對超額的發展，健保署還會改變健保點數換錢的比率，或是讓醫療院所自行吸收；**藥師被給付的藥事服務費**，則會依照地區性、地方性的院所，以及處方箋類型去給付，而**每年健保藥價也會調整**，為了維持一定利潤，**醫院就必須與藥廠討論與議價**。

以下為會議討論內容：

### ICU 計劃 已試辦第三年

最終目標是讓臨床藥師的診療、開處方箋等都能拿到給付，以 ICU 藥師的部分以計畫形式優先推動，但計畫形式仍需要既做計畫書、結果報告等資料，過程繁瑣，因此**正在爭取變成例行申報健保給付項目**之一。

### Pre-ESRD 計劃

健保針對末期腎臟病之前期病人，由藥師接受「慢性腎臟病藥事照護訓練班」訓練後，加入醫療團隊，針對藥品使用與照護提供團隊建議、也提供病人相關用藥資訊，之後經由填表單將 Note 傳給健保署，再申請給付的計畫。

### 社區藥學的長期照護服務計畫

其中包含以 **ARMS 量表調查民眾用藥習慣與順從性**，由全聯會每年報告結果，此次討論「成立專家諮詢委員會」，以擬定未來 5-10 年的長遠計畫，並持續進行服務，動議提到希望改成掛名其他組織，如藥事照護委員會，**最終決定成立任務型專家小組**。

郭莉娜老師在會中的想法：不用拘泥在台灣內部的想法，**可以參考國外的資訊與經驗、FIP 的計畫與方式**，或是先前她在台北藥師公會時的委員會組成，一半由醫院藥師、一半由社區藥師，讓醫院藥師們主導規劃、讓社區藥師質性，再進行討論與調整。

會後要用餐前，老師與我分享她**每個月會前往健保署，開專家諮詢委員會的會議**，主要是審議藥廠的藥價或藥品內容，所以要簽保密協議，大約是 2-30 人的小組，會依照內容邀請各領域專家學者，而固定陣容約 20 人，其中北醫就有郭莉娜老師跟張偉嶠老師。

## 12:30 旁聽管制藥品委員會會議

郭莉娜老師為我說明，依法每個醫院都要有此委員會，至少四個月召開一次會議，會議一開始的 5-10 分鐘是再教育時間，目的是為了節省各委員自行做教育訓練的時間，本次講解 PCA 病人自控式止痛法，講解了使用對象、禁忌使用、與使用須知等；再來是相關資訊更新、組織章程修改、新增委員等，如食藥署公布在疫情期間，給予管制藥品的期限增長，從 14 改至 28 天、15 改至 30 天，新委員則有一位麻醉科護理長、一味神經麻醉科醫師加入。

接著討論的事項是新案例稟報與舊案例追蹤，並以討論病人是否有濫用藥物、醫師開藥是否合理與合法為主，但涉及個資就不便詳細紀錄。

會後由黃慧蘭藥師，帶我從會議室回到藥劑部辦公室，在途中黃藥師有詢問我的來歷，我透露我是二升三年級而不是研究生，我就說我還沒研究生這麼厲害，她就要我有自信一點，之後努力一下說不定就是了，接著問道我為何想進入藥學系，得知我是因為母親影響加上自我考量後，她也坦白在過去的第一志願是護理，因種種因素才轉讀藥學，但也建議我，一旦選擇了就不要多想或後悔，也別想著要賺多少錢，盡力將這些學習變成興趣的一部份，並想著這些知識自己與家人都能用上，也能幫到別人，或許會較好適應。

## 14:00 開始跟隨彭筠婷感染專科臨床藥師

介紹醫院內的藥師職責分類

以萬芳醫院為例，分成：

門診 OPD (out patient department) pharmacist；

住院 UD, 英文名稱是 inpatient pharmacist；

臨床藥師 clinical pharmacist；

專科 clinical specialist；

TPN/ chemo 藥師；

藥庫 inventor；

手術室藥局藥師 OR pharmacist 等。

在彭藥師的簡單介紹中提到，門診藥師的運作模式類似一般門診，但不一定限制在特定診間，問診時間較久，約 10-20min，問診內容也不侷限於純粹的症狀與疾病描述，可能是用藥情況、飲食與運動習慣，也會進行疾病跟藥物衛教，重點是透過較長時間的談話，深入了解病人的狀況，以建議更精確的項

目檢查與藥調整。

住院與臨床的性質則有些相像，但會視每家醫院的職責分配、權責歸屬來明確區分。

專科藥師就是**專精於不同科別的藥師**，通常有較多時間研讀該領域的論文與藥品；**手術室藥局藥師**便是**負責手術相關的藥品管理**，會較常接觸到管制藥品，如麻醉劑與成癮性止痛劑。

TPN/ chemo 藥師的工作如其名，會**調配靜脈營養液，或化療藥、含鉀製劑**等，高劑量時較具危害性的藥品，經由藥師調配的優勢是能夠精準調配、且調一瓶能給多人用，較節省藥品，但若醫師取消掉該藥就會直接用掉一瓶；總護理長也有調配權，可能沒辦法調得如此精確，但能馬上隨醫師的更改做變化，用多少調多少，**兩者各有利弊**。

### 體驗審理病人

接著彭藥師帶我體驗她審理病人的過程，她的做法是先從**入院時間、是否需要持續追蹤、上次查房時間**（疫情期間較缺乏巡房機會）等**決定優先順序**，再**研究醫師的給藥處方，並比對病患過往病歷、病史，搭配過去的用藥情形、入院後的身體數據，來去研判藥品是否合適或需要**，若沒有疫情影響，也會前往查房，詢問病人的用藥感受、或問病人家屬其過往的用藥、身體情況與是否有抽菸酗酒習慣，**同時參照運動、飲食等非藥物治療方面做全面性考量**。

彭藥師也像我說道，巡訪病人有時的確能得知較多資訊與真實情況，而**跟其他醫護人員打好關係、成為照護團隊的一員、維持與團隊的溝通與交流也非常重要**，以她的經驗來說，有些護理師會很願意說明病人情形、有些醫師則會熱心與她進行討論，不過她也有被嫌棄過，當時雖然感到難受與不堪，但後來透過參與晨會與團隊討論、製作簡報並分享、多加詢問病人情形並向醫護人員請教，她也漸漸成為其中不可或缺的一員。

### 案例分享

當中也有分享近期新聞提及的染疫孕婦，以及**相關的單株抗體療法**，雖然因為緊急授權，單株抗體在台灣是能夠使用且具療效的，但因為該案例入院後的狀況穩定、且不想承擔影響到胎兒的風險，就尊重病人的意見，不予注射；彭藥師主要想表達**醫病之間討論的重要性**，這個案例中，**可以用與必須用的不同、治療方式的抉擇，都需要經過全方位的思考，畢竟真實醫療行為不是教科書與考試，沒有固定解答**，兩個作法可能都沒有壞處、且有各自的優點，一切就看當下診斷與病人抉擇來定奪。

## 15:30 開始跟隨陳瑩鎂藥師，前胸腔科、現為加護病房藥師

加護病房藥師又能稱作 **ICU 藥師**，陳藥師表示，她同樣需要去巡房、監控病人病情、與調查用藥，但因為加護病房的病人通常送入病房前**狀況較危急、病情的變化也可能較快速與劇烈**，便需要長時間透過生命儀器密切監測，且因病人的意識時常是模糊狀態，**詢問病人的機會就較為缺乏**，又因為疫情無法時常巡訪病房，因此**與護理師請益病人情況、與醫師討論藥品處置、時刻關注儀器紀錄的各項生理數據，就變得更為重要。**

### 心得感想：

本次在郭莉娜老師身邊旁聽了兩場會議，一場屬於藥師公會的職務，一場屬於院內主任的職務，從早上會前，就能看到老師**同時會處理許多事務**，從沒有空白的行事曆，與不同組織寄來的電子郵件就能略知一二，但除了**事先記下日期外**，老師也會**善加利用每個活動間的空閒時間**，用來回覆信件、向辦公室同事確定事務處理情況，在會議開始前就提早準備、開始後**專注於會議，嚴謹對待每個行程。**

在健保總額線上會議時，能看到老師認真傾聽與思考的身影，在**必要時也會向辦公室內的同仁請益**，並且在議題討論時，老師也會**組織自身的專業與經驗，提供解決辦法上的建議**；在管制藥品委員會會議中，老師則會**就自身的疑問立即提出問題**，相反的，在他人疑惑時也能就自己所知的做出解答、贊同或否定。

我想以上的旁聽能帶出我目前尚需磨練的幾個缺點：**第一點**，在團隊討論中，我可能會有想法、有疑問，但**無法組織自身的言詞，造成詞不達意，我無法好好為他人解惑、他人也無法得知我的疑慮**；**第二點**，我目前的**時間規劃與自我管理實在需要加強**，我的記憶力本身就不好、容易忘記事務的時間，雖然透過記錄行事曆有改善，但在處理事情時，也**常常因為注意力不集中，導致效率低落，甚至拖遲進度，特別是線上上課以來，利用時間不佳、忙於處理社團事務、與讀書的情況拖延，著實需要檢討**；**第三點**，鑒於前兩點的情況，**練習適時、適當的求助他人也很重要**，畢竟是要麻煩他人，**練習溝通與討論、加強自我時間管理並盡早詢問他人**，才是最佳的解決辦法。

跟隨彭筠婷與陳瑩鎂藥師的時間裡，我也真正了解到臨床藥師的核心價值與辛苦之處，當然最初是**以服務為優先**，但在醫院內如何活用自己的專業、與

醫師、護理師、其他醫療人員合作，並且在審理資料之餘實際與病人接觸，從各方面詢問以深入了解他的需求，又該如何從單純面對藥品，變為在人群裡交流、與病人建立連結，都是不簡單的工作，可能如陳藥師所說的一樣，「雖然工作較勞累，但成就感卻無可比擬。」，也是如此近距離且深入的了解臨床藥師的工作內容，才讓我完全放下過去的疑惑，打從心底敬佩與嚮往他們的工作。

以目前來說，我還需要很多學習，近期重點就是明年的國考，此次過後，我希望自己正視尚未改善的缺失，但也對自己多一些信心，調整自身作法的同時繼續努力學習與吸收，以臨床藥師為目標持續邁進。

## 五、教學課程設計與演練

### —舉辦「醫學大學學生所需領導與管理能力」

#### 1. 發想或緣起：

初表是將過去高中的學弟妹們作為受眾，推測他們的需求與興趣，結合自身的技能與經驗去設計課程，一開始將主題訂為課綱變革下的生涯規劃、心理調適之教學與分享，並透過表單回覆完成教學文字檔與初版簡報，但後來相繼因疫情、高中開學日與志工服務撞期、校方防疫規定不建議入校而遲遲沒有進展；在 10 月時與導師討論並決議改變主題與受眾，改由導師提供我撰寫教案的機會，經過幾次修改後，最終主題為：醫學大學學生所需領導與管理能力，並邀請迷因文化研究社與山地社會醫療服務團的成員們實際進行課程演練，並使用回饋表單來評估成效。

#### 2. 實行過程：

12/13 導師為我解說大致要如何製作課程簡報，並提供我有關領導者、領導與管理能力方面的參考資料。

12/27 將導師提供的資料整理完畢、搓合我自身的想法、進行編排後，完成初版簡報，並交由導師檢查疏失與提供內容的修改建議。

12/28 與導師進行聚會時討論內容編排與演練目標，又經過多處修改與補充，完成「醫學大學學生所需領導與管理能力」的課程簡報，並以迷因文化研究社、山地社會醫療服務團、藥學系同學們為受眾，進行線上課程，再以回饋表單評估課程成效；在當晚公布課程資訊。

12/29 又進行多次宣傳後，課程於晚間 9:05 開始，本來預估課程時長為一小時，但最終於晚間 10:25 結束課程，並在最後收穫 12 份表單回饋，將在記錄當中做整理以評估成效與檢討。

12/30 整理完進行過程與問卷回饋，記錄心得與檢討，任務完成。

### 3.活動合影：



此次由我作為講者，  
並且有：  
5 位迷因社成員、  
7 位山地服務團成員；  
共 12 位北醫學員參與

### 4. 問卷回饋

自製了簡單的問卷，回饋項目有十一項，分別為：

有參與哪個社團？

對於【主題】的感興趣程度？

對於【課程開始時間】的滿意度？

對於【課程時長】的滿意度？

對於【講者表現】的滿意度？

對於【課程內容】的滿意度？

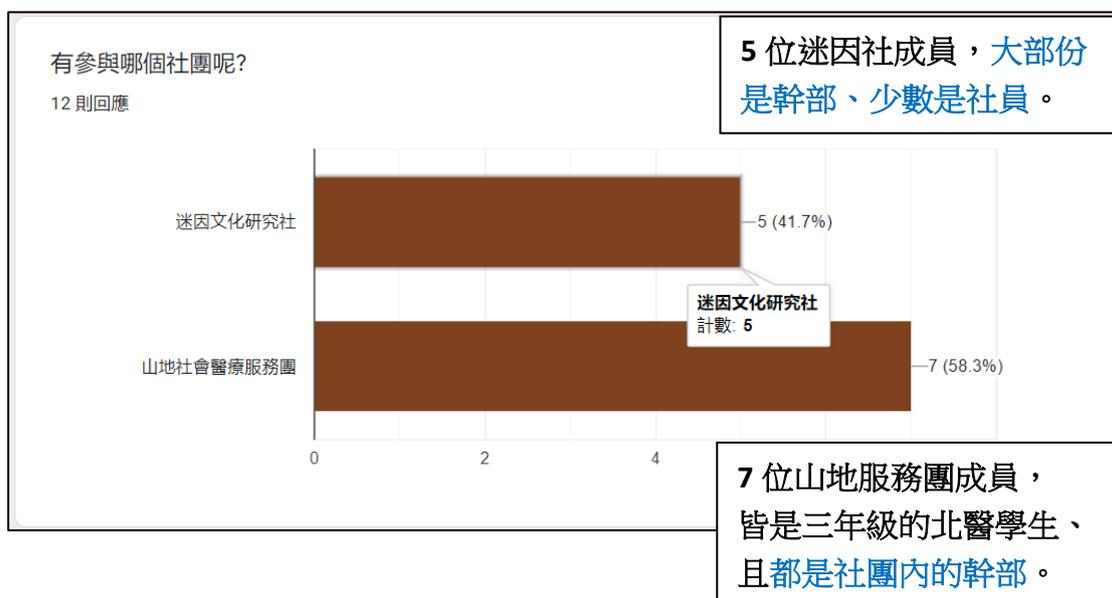
對於【課程間互動】的滿意度？

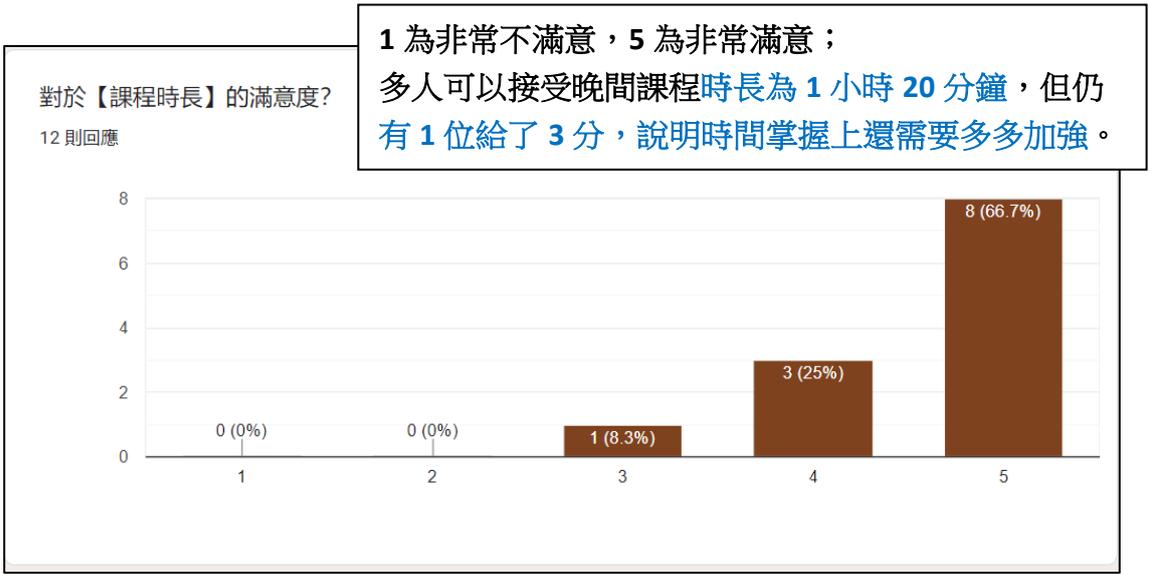
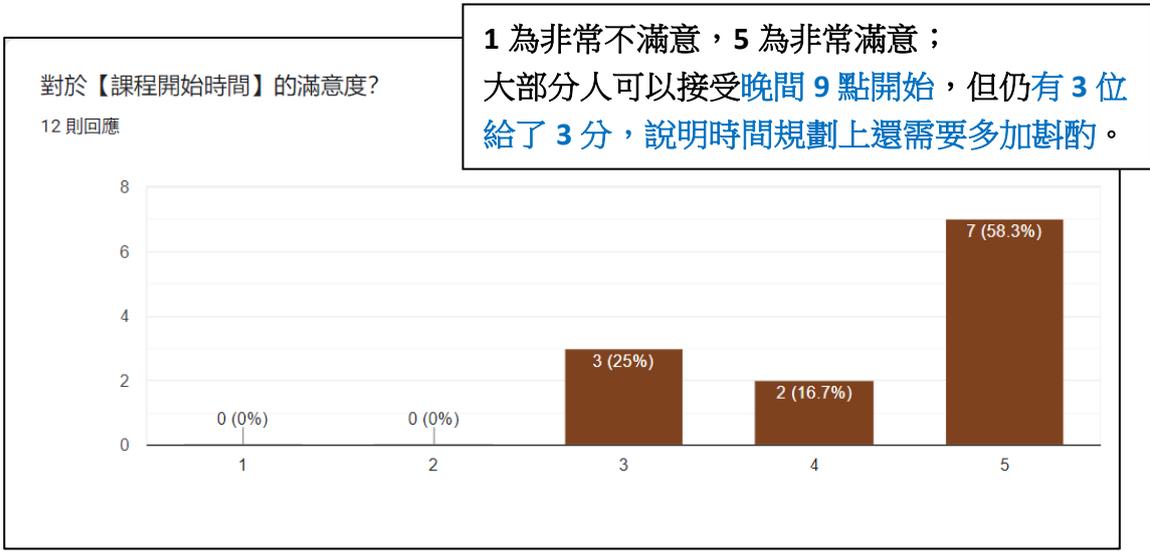
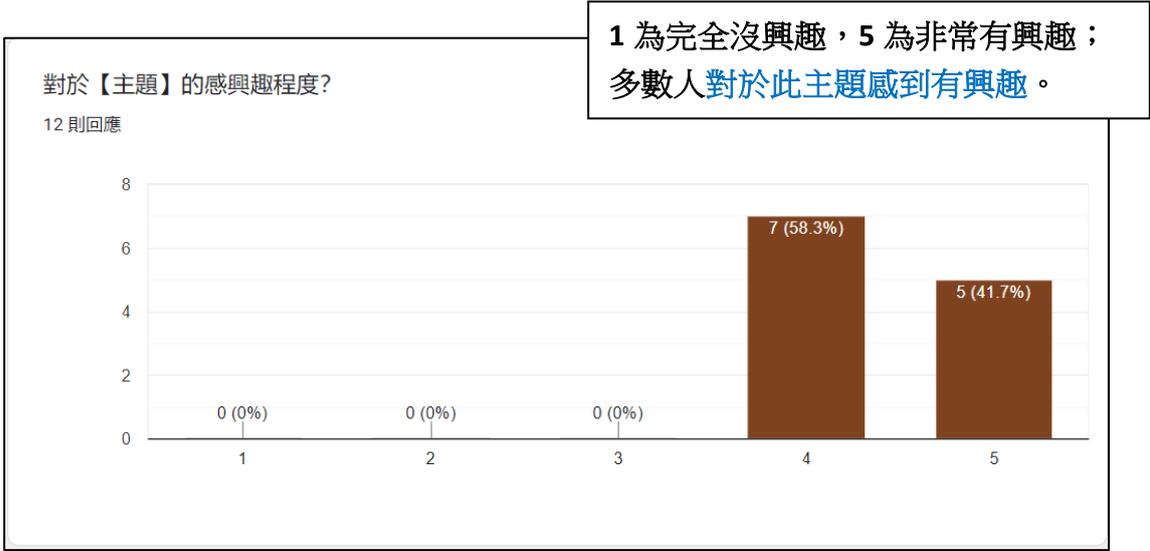
對於【整體課程】的滿意度？

參加此課程是否對於你在個人成長、人與人之間的關係經營、領導與管理團隊等方面有所幫助呢？

課程內容中有令你印象深刻的部分嗎？

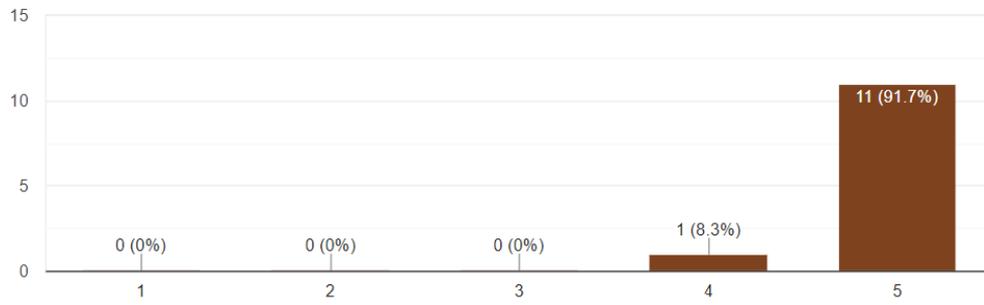
經過本次課程，想請問你有什麼收穫或心得呢？





對於【講者表現】的滿意度？

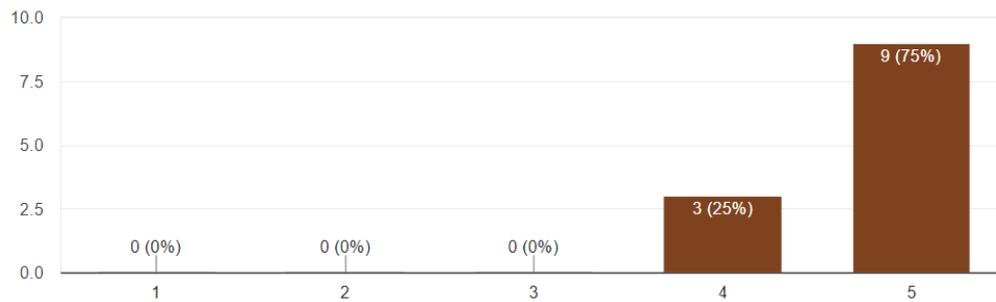
12 則回應



1 為非常不滿意，5 為非常滿意；  
多數人都滿意此次講者的表現。

對於【課程內容】的滿意度？

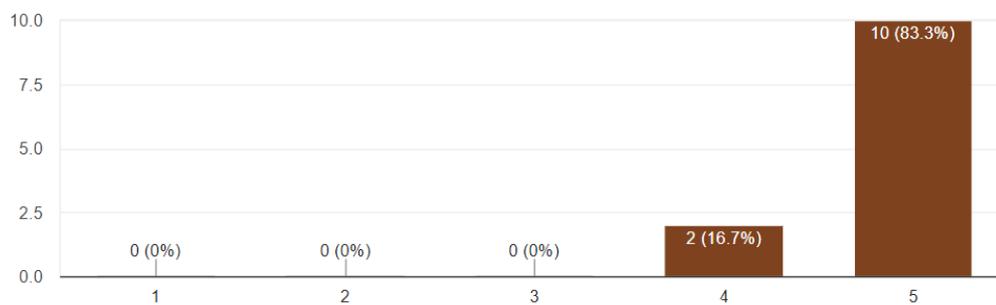
12 則回應



1 為非常不滿意，5 為非常滿意；  
多數人都滿意此次教學講解的內容。

對於【課程間互動】的滿意度？

12 則回應

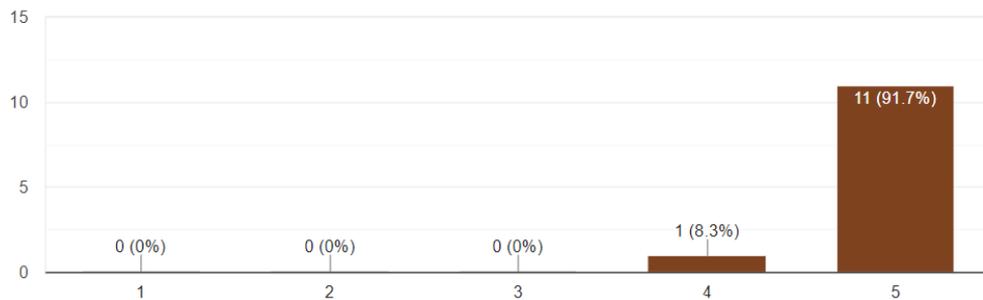


1 為非常不滿意，5 為非常滿意；  
多數人都滿意此次教學中的互動、思考、與問答。

1 為非常不滿意，5 為非常滿意；  
多數人都滿意此次課程整體的安排。

對於【整體課程】的滿意度？

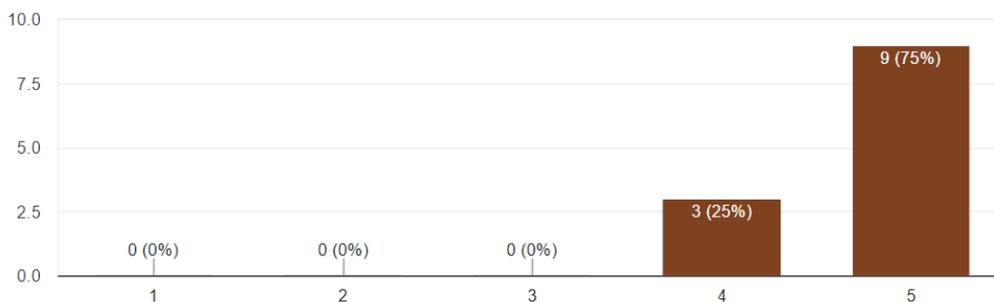
12 則回應



1 為非常不滿意，5 為非常滿意；  
多數人都同意此次課程對他們在這些方面的成長有所幫助。

參加此課程是否對於你在個人成長、人與人之間的關係經營、領導與管理團隊等方面有所幫助呢？

12 則回應



課程內容中有令你印象深刻的部分嗎？

2 則回應

迷因很好笑

領導者與管理者的差異

教學當中，提及領導者與管理者的差異，回饋表示這部分令人印象深刻，若未來再次講解類似主題，能夠將這部分列為一個重點，加強該部分的解說。

經過本次課程，想請問你有什麼收穫或心得呢？

4 則回應

對如何成為優秀領導者有概念！

每個社團本身的特色都有可以融合的地方

讚讚

更加具體的知道自己在個人成長議題方面要如何更有方向的前進，首先找到自我核心價值所在，然後還有熱情的事物上，這部分是自己較為缺乏的部分，且也要認識到自己的優勢在哪裡，在加強培養這方面的影響力來影響他人，這些部份真的值得自己省思或是與身邊的人討論。話說可以給課程講義嘛 😊

從大家的心得可得出，此課程的內容可幫助人們對「成為領導者」的方式有所理解，再者，能給予希望有個人成長的人一個努力的步驟與方向，並學習如何發揮自我的影響力，管理部分則可應用於不同的社團，並依其特色做改變；雖然主題是領導與管理能力，但大家較有感的部分偏向於，幫助自我成長、培養領導能力的部分，若未來再次講解類似主題，可以考慮平衡領導能力與管理能力的講解量。

## 5.心得與反思檢討：

### 心得：

這次教學演練可謂一波三折，從最初的主題決定、內容挑選就讓我煞費苦心，但當中**最麻煩、挫折感最大的是時間敲定的難題**，年中疫情趨緩，但各處尚存預防心理，時雨高中也是一樣謝絕外來訪客，無論我等了多麼久都不見能夠入校教學的希望，另外採用實體、線上進行也使我掙扎很久，實體的互動能較為直接，但疫情導致無法實體，線上為疫情下較為方便的選擇，但時雨為住宿型學校，學生們大多住校、回家時間短暫，若要趁學弟妹們回家時舉辦，效果必然不佳。

一路來到 10 月底，在**多方的考量下，我只得放棄原先教學計畫，轉而求助導師**，在幾次更改後，**最終敲定主題為領導力與管理能力相關**；我在本年度成立並帶領了社團，並有了許多次演說與教學的機會，加入了醫起關心國際藥事團隊更訓練我對資料統整、知識分享的能力，綜合這兩者的經驗，加上**我對這個主題相當有興趣、對導師提供的參考資料也十分有共鳴**，最後才能在短時間內完成此次教學內容並付諸實行。

### 反思檢討：

#### (1) 進度過於緊湊

此任務的進度皆集中在 12 月，而且是月中之後，這導致我能夠整理參考資料、彙整腦中想法、製作簡報與準備講解的時間都極少，**行程也極為緊湊**，雖說最終完成了任務，也達到自己所預期的結果——啟發社團成員、

幹部對於自我長、領導團隊、管理社團的想法，但是犧牲掉自身年末的幾乎所有時間，且需要導師密切提供建議與協助，這並非一個健康的現象，未來籌備相關課程時，必須要提千做好規劃、密切要求自身跟緊進度，以免同樣情況發生。

## (2) 實行過於倉促

此次教學演練的演練時間是 12/29 的晚間 9 點，但公布課程資訊的時間是前一天的下午，且僅在迷因文化研究社與山地社會服務團的社團群組內進行宣傳，宣傳的時間太少、宣傳的範圍也小，整體顯得過於倉促，變得像「快閃行動」；如此可能會影響教學的品質，也可能讓其他有興趣或有需要的人沒辦法參與，未來在進行類似教學時，在決定宣傳、制定實行日期時應多加考慮，以便讓更多人受惠，且完成後收到的反饋越多、對自身缺失的修正就越有幫助。

## 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告

### —進行 8 次「導生月聚會」

#### 1. 實行或參與過程：

首次導的導生月聚會約定在餐廳中進行，與導師討論未來幾個月的任務規劃，在第一個月見面之後，郭老師就展現出她要求效率、講重點的性格，對於每個任務雖然沒有特別要求或催促，但力求去除不重要的論述，就問題本身討論出解決方法，可惜後來因疫情影響，5-10 月的聚會皆以線上通話進行。

自 4 月開始，除了跳過 7 月，其餘每個月皆進行一次與導師的聚會，討論任務進度與遭遇難題，已完成 8 次聚會並寄出 8 份聚會心得記錄。

#### 2. 心得：

心得：

雖然今年多以線上通話的形式與郭導師進行聚會，但在每一次討論中，導師除了針對任務內容詢問我的想法與規劃，還會針對我的表現提出缺點並要求我改正，如最初僅以口頭報告、缺乏實際情況的紀錄，老師便希望我記錄將計畫內容與過程遭遇紀錄下來，**養成我定期檢討與反思的習慣**，另一方面**訓練我的敘述邏輯，要我逐步練習省去不必要的論述**，且在事前自行統整報告內容、直接在會中點出難關與解決方法，雖然一開始不習慣新加的要求而屢屢有失誤，但在整年過完後，報告時以遭遇問題、解決辦法、成長心得為主，省去不少時間，後續記錄任務報告時也因為有定期追蹤而順利許多。

而**導師也時常用她個人在求學時、於職場工作時所運用的辦法、或是要注意的細節，來教導我在處事上要更加嚴謹、且做足準備**，如參加任何專業的會議前，先就主題、議程、講者等方面做好事前的調查、寄出資料前要養成檢查一遍的習慣、在報告前，對於不熟的英文單字，先用 google 查該字發音用以學習正確讀音，還有身為一名講者或匯報者，首先要注意聽者的要求或想法，把重點整理出來傳達給聽眾。

在導師的帶領下，我真切感受到**自己在處理文書、與活動事務上更有效率、更有章法，並且會開始講求表達時的邏輯性**，對我在各方面的活動都有極大的幫助。

## 年度自我總結心得

今年，我透過各項任務與郭導師要求的月度報告，**在任務記錄上有了更多練習的空間**，如增強事前規劃、記清過程、事後檢討的基本功、抓出任務進行過程的重點等等；另外，**我的表達能力也有長足的進步**，從在有限時間內進行演說的事前準備，到評估受眾的接受度、把重點傳達給聽眾，**兩者皆讓我在今年度的表現符合我的期望、也順利完成自己的目標**。

對於未來出路以及自我發展的部分，我自覺相較於其他位拇指生已經能找到方向、規劃通往未來的道路，**自身還處在摸索興趣與優勢的時期，且尚有許多技能不熟練，雖然能適時做出突破，但仍要釐清自己能力的負荷量**，也免在任務、課業、或日常生活中造成自己的挫敗，甚至帶給團隊困擾。

最後歷經郭導師的提點，我理解到在拇指計畫中，我該做的乃「**不只是完成一個任務，而是能發揮所長、訓練自我**」，以期讓自己透過任務內容在各個方面或領域上獲得進步，且在在面對各個任務時，都**思考期內容與自身未來的連結**，如此才能為自己打下基礎，進而找尋方向、設立目標，再逐步做出對自己未來的規劃。

## 月度報告整理

### 4月—第一次與導師月聚會 心得記錄

拇指生黃承睿 與郭老師的第一次月聚會心得報告

日期：4/15 地點：摩斯漢堡北醫店

#### 會面過程、談話內容整理：

在摩斯一樓與老師遇見，點完餐後在二樓開始聚會，與老師簡單認識後，因為我已經是第二年拇指生，老師便直接切入詢問六大任務的規劃：在參與公共事務方面，我一樣會參與山地服務團的暑期育樂營，只是這次會擔任管理新進隊員的值星一職，老師追問育樂營的工作內容、之前參加山服服務隊的經驗與想法，同時提起自己過去也有到國中小、甚至幼稚園辦理藥品安全宣導的活動，並建議我能夠再多去想一想，是否能夠融合藥品知識進入山服的教學或遊戲中，特別要仔細剖析山上居民的用藥與健康問題，照各年齡層的不同需求來設計教學或遊戲，畢竟進入第二年，就算待在同一個社團與活動，也要循序漸進的找出改善的方法，朝著與藥學結合之路邁進，才算的上是有進步。

今年的創意作為我已經規劃好，會與系上的一群摯友們一起進行，結合我們的共同興趣—迷因文化，成立「北醫迷因文化研究社」，旨在集合喜愛迷因文化的人進行交流，同時推廣出去讓更多人認識，老師在一開始不太了解，以為是某個音樂類型，我才又搬出生硬的介紹詞，大略的解釋了一次迷因的定義與用處，大致了解後，老師表達贊同，但也提醒我要想清楚，自己對這個社團有何期待？之後的活動要如何呈現？呈現什麼？

被問到教學演練時，我僅能回答出大概的規劃，沒有意外的話會複製去年的模式，找尋一個能夠連接高中與大學的主題、收集他人經驗與想法，回到高中母校作教學，老師則追問我在北醫是否有讀同高中的朋友，知情沒有人跟我一樣是讀藥學、甚至很少人選擇三類組，老師便希望我能發揮自己經歷的獨特性，從中介紹與發想教學內容。

說完較有規劃的三項任務，剩下大型藥事會議與影子學習，老師與我討論了去年我進行兩者的狀況，前者參與了第二屆藥學聯合學術研討會，但我與老師都認同在沒找到興趣、基本知識不扎實的情形下，參加的效益不會太高，後者則是跟著董事長一天的醫療器材工廠參訪，我與老師也取得一天可能不太夠的共識；前者老師的建議同樣著重在未來的鋪路，現在只要求要參加，但未來要轉為舉辦，所以現今不應僅是走馬看花，除了為了內容，也要觀察組成一個

大型活動的要素，以提前準備像英語口說的能力，之後投身舉辦方才不會顯得自己準備不周、見識不足，老師也建議了亞洲藥學年會、藥學生年會等會議供我參考，更提醒我要趕緊規劃，像是去年她是芊蕤學姊的導師時，學姊便發揮超乎常人的效率與行動力，在上半年就幾乎完成了任務，反觀我第一年時任務幾乎擠在下半年，導致部分表現不佳。

在確認影子學習前，老師也問到我有沒有加入專題研究，我簡介完我跟隨林若凱老師做的專題研究內容後，老師提起她與雅惠老師也因為部分低年級學生的意見，想過讓有興趣的一二年級生加入她們兩人的專題研究，先行進入醫院跟著臨床藥師見習，同時不只是參觀，而是也要透過 MUE 的方式，回溯追蹤病人與藥物的資訊，並分析藥的使用、劑量、病人的回饋等方面，進而與醫師討論與修正用藥方法，此過程能讓學生完成一系列的研究、與導師擁有共同成果，成果整理為 poster 後也能投稿給年會，作完整的學習與發表。

最後老師詢問我，跟著她影子學習有沒有比較感興趣的部分，我就說了臨床的部分，於是老師就說主要還是會跟著她，除此之外能幫忙我安排去看看我在學校的導師—彭筠婷藥師，在感控專科做的事，其他就看醫院有沒有活動，像是去年為老師就為芊蕤學姊安排了 virtual pharmacy 虛擬藥局的會議.....。第一次聚會 13:15 開始~14:50 結束。

#### 六項任務預計進度與目前進度：

##### 預期進度

任務\月份	四	五
創意作為	草創社團規劃(組織架構、章程、行事曆)、提交申請表， <b>已成功申請</b>	活動規劃與執行
教學演練	思考主題與受眾 (暫定生涯規劃與國高中生)	決定主題與內容、設計互動回饋模式
藥事大型會議	詢問探聽	確定暑假期間是否有機會
影子學習	與導師討論	與導師討論
公共參與	在山地服務團 2021 暑期服務隊中擔任值星(隊員大會)	山服第一到第四次社課
與導師聚會	4/15, 13-15 點, 於摩斯北醫店	待約定

##### 目前進度

#### 一、創意作為(進行中)：

與系上的朋友創立迷因文化研究社，已經繳交申請資料與找好指導老

師，經審核後目前已**成功創立並規劃活動中**。

## 二、參與公共事務(進行中)：

**參加山地服務團的暑期服務隊**，擔任**育樂營的值星**一職，管理人員與活動進行。

## 三、參與大型藥事專業活動(尋找中)：

與老師討論後暫時不考慮聯合藥學研討會，將持續關注**暑期至後半年的年會消息**。

## 四、影子學習(研擬中)：

**可能將不只一次**，活動內容則依老師的安排，可能是跟隨老師或醫院內的其他人員學習。

## 五、教學課程設計(構想中)：

受眾依然設定為高中學弟妹，目前仍在構想主題與呈現方式，也正在找尋可提供點子及一同返校的友人，**大略規劃於8月底9月初實行**。

## 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告：

每月進行中。

### 會後心得：

本次不算是我第一次與郭老師見面，先前在審核會上就有瞥見，但還不熟悉，這次與老師談話過感覺到老師實在相當的親切，我提到社團、學科方面時老師也都有迴響與共鳴之處，像是我提到從時雨進入到北醫後所作的身心理調適，老師也誇讚我調適得不錯，只是後面談及臨床藥師的工作時，我似乎**沒有注意到自己的用詞與說法，不太尊重老師以及醫院的藥師們，之後要再多注意**。

也因為我是第二年拇指生，老師在聽我對任務的想法與規劃時，都會幫我強調出重點，希望我能了解為何要做這些任務，讓我再度**思考自己想從其中獲得什麼、應該著重哪些部份的學習**，像是迷因文化研究社的應該要著重的點、以及之後要解釋這社團的用意與迷因的意義，都讓我理解到自己思考的可能還不夠周全；同時老師要我想**如何不只是完成一個任務，而是能發揮所長，讓**

自己或任務內容在某個程度上獲得進步，並與藥學結合、為未來鋪路。

最她也鼓勵我要趁現在尚有一絲空閒時間，精進自身、加強自己的能力，不論是考試、任務、或長遠的人生規劃，都要**提早準備**，以免機會到手卻苦無力氣，正所謂書到用時方恨少，我想不論做什麼這道理都是不變的，未來要抓緊時間好好努力！

任務在本月的預期規劃都完成的差不多，下個月希望能如期完成內容發想，同時向老師請教更多關於學術與臨床執業的問題，以上。

## 5 月一第二次與導師月聚會 心得記錄

拇指生黃承睿 與郭老師的第二次月聚會心得報告

日期：5/14 地點：線上會議

會面過程、談話內容整理：

本次聚會以報告任務進度、討論任務的實行時間為主，而在疫情趨使下，我與導師決定**使用 Line 進行線上會議**，會議一開始我先將更改後的**行事曆**傳給老師，並告知導師我接下來將**以裡面設定好的進度去實踐任務**。

創意作為的**迷因文化研究社**，聚會前我與社團幹部們**完成了迎接新社員的活動**，我負責上台介紹著社團的宗旨、幹部、以及未來的活動規劃，幹部們也設計了**互動遊戲與問答**，活動後我們成功邀請 10 多位新社員加入，**接下來兩周也將各有一堂社課，皆以線上會議模式舉辦**；在會議中，導師希望我能將活動規劃、舉辦與參與者、活動內容與進行狀況，作完整的紀錄並放入會議紀錄中，而呈現的方式也要調整，如放上圖片，否則只是口頭報告與文字記錄，不僅很難吸引目光、也難以閱讀與了解實際情形。

教學演練的詳細辦法還在構思，目前僅**聯絡上高中時的導師**，並詢問了幾位高中舊識的參加意願，主要**內容暫定為不同校系的差異分享**；導師在會議中提醒我，教學演練這個任務應該多著重於讓參加者學習並能實際演練，最好能夠或去反饋以評估成效，所以老師希望我再研擬課程與教學內容的設計。

藥事大型會議也仍處於**尋找資訊**的階段，因為自身行程安排的因素，也導致多個會議都無法完整參與而作罷；導師則表示希望我能夠多接觸國際會議的資訊，為未來更進階的任務模式做好準備，也警惕我要及早決定好參與哪個會議，就時程上來說已經有些晚了。

影子學習原先要跟著老師或其他位臨床藥師，在醫院內學習，但因為近期疫情復燃，身為學生的我不適合踏入醫療人員的工作環境，導師在院內也忙於奔波，**只能等到疫情穩定再作安排**。

公共參與的**山地服務團**，在聚會前已**完成了第二次社團課程**，但因應疫情復燃以及學校政策的改變，接下來的社團課程都**採用線上會議或錄影**的方式，但在更之後的準備與服務隊，以及我作為備案的社團平時服務，都存在著極大的變數；導師則希望我做最壞的打算，準備更多方案，如基金會、醫院志工，特別如此嚴峻的情況下，一定有需要人手的的地方。

最後導師希望我遇到問題或阻礙時，不用吝嗇於向她提問，但也希望我自

己要先找尋答案或解決方法，我則表示會多請教學長姐們與其他拇指生，而下次聚會也在線上進行。

第二次聚會 16:00 開始~16:40 結束。

六項任務設立進度與目前進度：

#### 設立進度

任務\月份	五	六
創意作為	迎新活動與社團課程	休息與檢討
教學演練	決定主題、 聯絡校方師長並規劃時程	決定內容、設計互動回饋模式
藥事大型會議	確定暑假期間是否有機會	與學長姐、同學交流資訊
影子學習	視疫情而定，與導師討論	視疫情而定，與導師討論
公共參與	第一到第四次社團課程 (依據防疫規定調整內容與活動)、 暑期出隊準備	第五與第六次社團課程 (依據防疫規定調整內容與活動)、 暑期出隊準備
與導師聚會	5/14, 16-17 點, Line 線上會議	以線上會議為主，待約定

#### 目前進度

##### 一、創意作為(進行中)：

與系上的朋友創立迷因文化研究社，目前已規劃好活動，並舉行線上社課和社員交流。

##### 二、參與公共事務(進行中)：

參加山地服務團的暑期服務隊，擔任育樂營的值星一職，管理人員與活動進行；目前因應疫情，正在協助社團將活動改為線上進行。

##### 三、參與大型藥事專業活動(尋找中)：

與老師討論後暫時不考慮聯合藥學研討會，將持續關注暑期至後半年的年會消息，會持續與學長姐、同學們交流資訊。

##### 四、影子學習(研議中)：

可能將不只一次，以有完整的認識，學習內容則請老師安排，可能會跟隨老師或醫院內的其他人員學習；近期因疫情的關係，學生不能任意進出醫院，得視老師與醫院內的情形與再議時間與形式。

## 五、教學課程設計(構想中)：

受眾設定為高中學弟妹，主題訂為各校系介紹相關，目前在**思索教學模式、呈現方法、以及如何獲得反饋**，也正在找尋可提供點子並一同返校的友人，**大略規劃於 8 月底 9 月初實行**。

## 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告：

每月持續進行中，將以線上方式進行。

### 會後心得：

本次會議非常快速便結束了，一方面是進行中的任務**僅以口頭報告、缺乏實際情況的紀錄**，一方面是有些**任務都還在構思或尋找資訊**、又或是**因疫情而有所變動**，綜合導師所希望的，我認為**將每個任務作詳細的月度整理**還是必須的，以下為我目前的構想：

對進行中的任務，最好是在**階段性的行程結束後就馬上紀錄**，同時如導師要求的**圖文並重**，紀錄規劃、參與者、內容、成果；仍在構想的任務則依日期**紀錄預計進度與遇到的難題**，如藥事相關會議就是因為服務隊的行程，而遲遲無法做出決定，再依照紀錄找時間請教導師與拇指生們，希望逐步減少困難。

以上會從今日開始實行，並**連帶 5 月的任務情形統一在 6 月的彙報當中附上檔案**，希望能**養成定期檢討與反思的習慣**，而非一個月才慢慢回憶，避免錯失適當的求助與改正時機。

在導師的帶領之中，我逐漸能**理解導師所強調的邏輯與效率**，不論是從上個月發送郵件的小慘劇，或是鼓勵我能考慮進行專題研究後投書年會，以及在會議中提醒，我在面對各個任務時，都要**思考與未來的連結**，為自己打下基礎、做出規劃、設立目標。

同時導師提供的思路，也**矯正了我對待任務與課題的想法**，導師曾詢問我做任務的初衷與目的，在最近忙於處理社團事務與蒐集資訊，想起這番話才讓我發現到，自己有時已經忘記最初為何想要做，而只是想著要完成短期目標並前往下一個階段，雖然一樣能完成，但似乎偏離了當初決定好的想法，得多加警惕自己。

## 6月—第三次與導師月聚會 心得記錄

拇指生黃承睿 與郭老師的第三次月聚會心得報告

日期：6/28 地點：線上會議

### 聚會過程、談話內容整理：

本次聚會以報告任務進度、討論任務內容的更動、確立任務實行的時程為主，在疫情趨使下同樣使用 Line 進行線上會談，聯繫上導師後我將 4-6 月的任務進度、內容、與難題的統整報告傳給老師，以此作為輔助工具，與導師檢討我這一個月以來的進展、遇到的難題、解決的辦法、以及尚能改進的地方。

一、**創意作為**，在五月底接受拇指生林邵昀的邀約，加入「醫起關心國際藥事」團隊，並於六月底開始協助編撰、負責「pharm 手去研究」之**專題研究專欄**；**迷因文化研究社**方面則作為社長，**參與 110 學年度社團研習營**，與其他類似性質的社團研擬下學期的迎新方式以及合作方案，社團內部則大略**規劃了****下學期的社課內容**，包括社團指導老師講課、幹部教學時間等，原先預計邀請校外講師則需要視疫情改變形式或取消；在會談中，導師點出在我檔的幾個缺失，如檔案缺乏頁碼，難以搭配口頭報告觀看，任務統整僅記載時間與簡略內容，導師希望能直觀看出我遭遇的難題以及解決辦法，以作為審視我領導能力的依據。

二、**公共參與**，參與**山地服務團**，因應疫情及學校政策，聚會前完成的第三至六次的**社團課程**，皆採用**線上會議或錄影**的方式，六月底疫情不見平復，之後的準備與服務隊有很大的機率會取消，因此社團的大三與大二幹部們也召開會議討論，除了等待 7/10 校方的公告，也開始**著手另類的、不須出隊的服務方式**，詳細辦法也會經由我加上其他大二幹部，**與大一隊員們討論出替代方案**；同時在六月的拇指生聚會中，拇指生徐皓文學長為我們捎來訊息，他與導師討論後，**爭取到前往大安健康服務中心協助民眾接種疫苗的機會**，也詢問拇指生們是否想要付出一份心力，我表達前去幫忙的意願，但就**服務時的安全措施、是否能讓我們施打殘劑**，皆需要進一步與學長確認。

三、**教學演練**，舉辦方法決定以線上教學為主，**與高中時的導師討論**過後，**主要內容暫定為解決課業問題、心理調適的教學與分享**，同時以表單形式調查高中學弟妹對其他主題與上課形式的偏好，預計七月中整理好學弟妹意見、七月底前完成教學內容並再次約定時間，回饋模式則使用互動性問答、後續表單調查。

四、**藥事大型會議**，在國內會議方面仍處於**尋找資訊**的階段，但課餘時參

與了第 94 屆藥事講座，在導師鼓勵下參與了 8<sup>th</sup> AYPG Business Meeting，可惜兩者皆只用簡短文字與截圖記錄；導師則點出我在參與會議的事前準備，如記下議程、查閱講者的資訊、紀錄呈現內容與方式等，皆不夠深入與完備，這樣會難以理解講者的立場及說法，應該從演說中擷取講者的論述與其簡報的優點，比較自身的不足並改進自己的作法。

五、影子學習，原先要跟著導師或其他位臨床藥師，在醫院內學習，但近期疫情仍不樂觀，我並非實習生或施打疫苗的優先順位，仍不適合踏入醫療人員的工作環境，導師在院內也忙於奔波，只能等到疫情穩定再另行安排。

六、其他疑問與聚會規劃，最後我向導師提出，對比醫起關心國際藥事的運作情形，自己在線上作業時較缺乏密切的聯繫與討論，除了自行找尋解決方法，應該要在充滿變動的此時多關心社員、與師長交流，導師也建議能夠透過迷因社的內容，結合到時下的疫情，創造出有利於周遭社群的作為；最後考量到暑期諸多的不確定性與行程，我希望下次的線上聚會能夠在八月時、待各任務完成階段性進度的時候再舉行。

第二次聚會 16:15 開始~17:15 結束。

#### 六項任務設立進度與目前進度：

接下來會以行事曆為大方向、與導師討論的進度為重點去實踐任務。

#### 設立進度

任務\月份	六	七
創意作為	休息與檢討、參與社團研習營、與其他社團發想新的迎新/社課方法	休息與檢討/撰寫專題研究相關專欄
教學演練	透過表單調查決定內容、設計互動回饋模式	完成教學內容、自行演練
藥事大型會議		希望能找到這時的會議 →目前(6月)尚未有相關資訊
影子學習	視疫情狀況而定	視疫情狀況而定
公共參與	社團課程、出隊準備 →討論另類無接觸式服務、待 7/10 校方公布辦法	7/29-7/31 準備期 →若校方公布不行出隊則無
與導師聚會	V	七八月中，選擇八月進行聚會

## 目前進度

### 一、創意作為(進行中)：

與系上的朋友創立迷因文化研究社，目前舉辦實體迎新與介紹活動、兩次線上社課，並創建 Instagram 專頁、Facebook 粉絲專頁、社團 line 群組，增加社團曝光度並與社員分享、交流，日前也以社長一職參加 110 學年度社團研習營，學習學校系統操作、交流社團經營方式、獲取下學期活動資訊，同時找尋合作機會；加入醫起關心國際藥事團隊，負責 pharm 手去研究專欄撰寫。

### 二、參與公共事務(進行中)：

參加山地服務團的暑期服務隊，擔任育樂營的值星一職，管理人員與活動進行，也因應疫情，協助社團成員將活動改為線上進行，之後將持續協調大一隊員與大二大三幹部，在服務方式上的更動與合作；透過拇指生學長獲得前往大安健康服務中心的服務機會，前往協助民眾接種疫苗。

### 三、參與大型藥事專業活動(尋找中)：

與導師討論後暫時不考慮聯合藥學研討會，將持續與學長姐、同學們交流資訊，並關注暑期與後半年的年會消息，就與會的事前準備，以及參加過程、心得記錄都要做出更動，並多加注意細節。

### 四、影子學習(研議中)：

可能將不只一次，以有完整的認識，學習內容則請老師安排，可能會跟隨老師或醫院內的其他人員學習；近期因疫情的關係，學生不能任意進入醫院，得視老師與醫院內的情形與再議時間與形式。

### 五、教學課程設計(構想中)：

受眾設定為高中學弟妹，主題訂為課業變革、心理調適的教學與分享，目前在思索教學與呈現方法，決定以互動性問答以及會後表單獲得反饋，也正在找尋可提供點子並一同返校的友人，大略規劃於 8 月底 9 月初實行。

## 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告：

每月持續進行中，下一次預計於八月、以線上會議方式進行。

### 會後心得：

本次聚會是**首次有任務進度報告輔助進行**的會談，會中導師點出我仍然存在的幾個問題，如**報告編排不佳、敘事的邏輯待加強、以及事前準備不足**。

在報告編排方面，五月的聚會後我提出統整月度任務進展並記錄難題，雖然有記錄參與人數、內容與成果、並放上照片，但很多都是一句話帶過，**過於簡略且缺乏重點，形成流水帳本**；導師希望我**練習點出任務或問題的重點**，記下面臨的「問題點」、當下的「想法與作法」、實行的「應對措施」、最終的「成果」等。

在敘述上，我時常無法直接破題，提出中途遇到的困難或轉折點，加上線上談話、報告難以搭配的關係，導師得幫我總結我的問題與解決方案；導師提醒我，實體聚會時面對面都需要花時間整理敘述、理解語意，現在線上會談就更難立刻理解我的意思，她希望我**練習省去不必要的過程論述，自行統整、直接點出難題與解決方法**，視需求再解釋詳情，提升任務討論的效率。

就聚會的準備上，**沒有先行寄送檔案**給導師，導致會議一開始浪費許多時間，與導師討論藥事會議時，我告知導師參與 8<sup>th</sup> AYPG Business Meeting 一事，她便詢問講者資訊、對哪位講者印象深刻等問題，見我無法立刻回答，導師才又提供她的做法給我參考，希望我**在參加任何專業的會議前，就主題、議程、講者等方面做好事前的調查，以及先產出自己的見解**再參加，才能有完整的學習。

最後，導師表示本次會談有許多可惜之處，像是此次 8<sup>th</sup> AYPG Business Meeting 的主題：亞洲各國藥師處理疫情、疫苗的方式，她就有更深入的資訊，但我對會議的準備不足，也缺乏自己的想法，就不做進一步的討論，導師提及：「**深入了解台灣對疫苗的相關措施，再比對國外的作法，才能知道自己還能做什麼。**」，也提醒我在醫起關心國際藥事團隊中，查找資料、撰寫文案時都要**小心查證、尊重專業**，結束之前，導師讓我把任務統整報告、8<sup>th</sup> AYPG Business Meeting 的心得紀錄修改得更適當，希望下次聚會能看到我任務的進展、與聚會準備的進步。

## 8月—第四次與導師月聚會 心得記錄

拇指生黃承睿 與郭老師的第四次月聚會心得報告

日期：8/17 地點：線上會議

### 會面過程、談話內容整理：

本次會議依舊採用**線上通話、搭配統整檔案**，報告任務進度與兩個月間遭遇的問題，因為中間隔了整整一個月，任務的變動與推展的進度都相當多，所以報告都**以近期的實施內容為主**。

一、**創意作為**，分作兩部分，首先是迷因文化研究社，因歸類為學藝性，所以在暑期的安排僅有**開會討論迎新**，不過仍然有努力維持**每周更新貼文**，其中也有**與醫起關心國際藥事合作**，互相宣傳各自的圖文與帳號，過程中沒有太多阻礙，結果也得到很好的成效，**兩邊皆增加了 100 至 200 人次的瀏覽量**；導師對這次合作也給予肯定，以迷因作為吸引人的門面、知識懶人包則做為解釋與補充，跨領域、跨受眾的宣傳也得到好結果，如同六月聚會說到能將迷因與疫情結合，導師希望我持續朝這方面努力。

醫起關心國際藥事部分，共有**四位拇指生合作**，**三位各負責一個主題、一位負責美術編輯**，自六月底至八月初開了兩次決定性會議，一次決定回饋看眾與更新版面、一次檢討流量並調整圖文比例，中間**每周發布一篇文章**，至聚會前已發表**7 篇懶人包與多篇新聞、時事限動**，之後也將繼續撰文；如同六月聚會提及的參考資料問題，導師本次著重詢問了是否參考原文論文、是否附上參考資料來源，也提醒我們在製作專業課題時，要詳細審查，避免用上個人論述，以防產生爭議。

二、**公共參與**，也分做兩部分，**山地服務團在 7/10 的校方防疫會議後改為「無接觸服務」**，經內部討論得出：**錄製影片、印製教材**，再跟著物資寄上部落，同時輔以**電話訪問**，**提供居民們醫藥衛生知識**，育樂營時間則改為為 8/23 至 8/26，當中**最困難的是在出隊取消的消息傳出時，穩定各成員的心情、依照僅有的資訊給予新工作**，同時在會議、討論時**監督與提醒**，再與醫療隊、出隊隊長群溝通，幸好幹部們的努力、大一社員的配合，都讓活動得以順利籌備；導師得知了我的工作定位與工作內容後，表示這次經驗有助於我培養領導能力，尤其是在如此大的制度、模式變革下，很多部分幾乎會從零開始，能夠訓練我溝通、凝聚人心，導師也說，未來也可能有如疫情般的危機。

大安健康服務中心部分，在拇指生**徐皓文學長的幫助與引導**下，我與其他

位拇指生順利在 8 月初獲得服務機會，分為**三批、不同時間點進行服務**，也透過學長加入跟中心護理長連繫的 Line 群組，並取得了電話訪問的流程與注意事項，將於**8/30 到 9/10 的平日前往服務，預計為十天**；導師在得知服務內容與訪談部分後，便同意將此次服務列入任務當中，導師也認為對於尚未施打疫苗的我們，直接接觸群眾的染疫風險實在過大，但即使是文書處理，也是整個服務內容重要的一環，也要我珍惜能夠對中心主任提問、訪談的機會。

三、**教學演練**，在**七月初時製作表單，調查時兩高中學弟妹們對於各式主題的感興趣程度**，接著整理表單回覆與提問，並將**主題設為「生涯規劃與心理調適」**，目前已整理完文字檔案，與高中班導討論過後，預計讓學弟妹們提出自己的課程經歷，我教導他們提出自己在當中習得的技能或心理成長；導師對此規劃表示認可，僅督促我的時間規劃。

四、**大型藥事會議**，七月搜索機會未果，**七月底時導師群會議後，郭導師建議我能夠學習徐皓文學長的辦法，利用 FIP 的多場線上國際會議代替年會**，短暫協調後我們皆認同此做法，我便於 8 月初開始註冊參加，在**聚會前已參加 6 場**，其中 4 場完成紀錄，並在聚會中報告心得；聽完我報告的內容與心得後，郭導師告訴我參與這些會議或講座，除了打開國際視野，也希望能讓我了解藥學領域的多樣性、藉此找到未來方向，最後讚許我的報告表現，希望我繼續保持。

五、**影子學習**，在聚會尾聲，郭導師提到**我尚未打疫苗，仍不適合參與臨床藥師接觸病人的部分**，但仍希望趁現在降級，讓我進入醫院內跟隨並體驗她與其他臨床藥師一天的工作；在會後，郭導師與臨床藥師確定了時間，**與我約定 8/23 上午 9:30 在萬芳醫院見面**。

六、**其他疑問與聚會規劃**，本次會議與六月聚會時設想的差不多，**多以統整當時還不確定的任務變化與後續處理、以及稟報暑假期間新確定且將要執行的任務規劃為主**，下次的聚會時間未定，我僅先預設在 9 月初或中，以免跟開學的事物撞期。

第四次聚會 14:03 開始~15:18 結束。

#### 六項任務設立進度與目前進度：

##### 設立進度

任務\月份	七	八
創意作為	休息與檢討	月中幹部開會，討論下學期活動與日程； 月底等校方時程確定再開一次會
教學演練	完成教學內容文字與反饋	月底實行有阻礙，實施時間改至 9 月底

藥事大型會議	月底開始以 FIP 數位會議代替	持續參加 FIP 數位會議
影子學習	視疫情狀況而定	約定 8/23 9:30 在萬芳藥劑部進行
公共參與	改為無接觸服務，營期為 8/23-26； 大安區健康服務中心志工服務， 8/30-9/03, 9/06-9/10，共十天	已完成
與導師聚會	9/24 完成	於月初詢問日期

## 目前進度

### 一、創意作為(進行中 / 進行中)：

與系上的朋友創立迷因文化研究社，Instagram 專頁、Facebook 粉絲專頁也有持續更新，目前在尋求與其他社團合作機會，並持續討論新一學期的迎新與社課內容。

與其他三位拇指生合作經營醫起關心國際藥事專頁，在本次聚會前已更新了六篇圖文懶人包，其中包含兩篇我負責的 pharm 手去研究專欄。

### 二、參與公共事務(進行中 / 即將進行)：

參加山地服務團的暑期服務隊，擔任育樂營的值星一職，管理人員與活動進行，也因應疫情，協助社團成員將活動改為線上進行，育樂營時間已改為 8/23-8/26，在此前將持續協調與監督大一隊員與大二幹部，並與大三負責人交流資訊。

透過拇指計畫學長獲得前往大安健康服務中心的服務機會，前往協助民眾接種疫苗的前後的電話訪問與文書處理，並有幸能訪問中心主任，確定將於 8/30-9/10 的平日，共 10 天，前往服務。

### 三、參與大型藥事專業活動(進行中)：

與老師討論後以 FIP 的多次 Digital Events 代替年會，將持續參與 8、9 月的線上會議與講座。

### 四、影子學習(即將進行)：

可能將不只一次，以有完整的認識，學習內容則請老師安排，可能會跟隨老師或醫院內的其他人員學習；近期因疫情的關係，學生不能任意進出醫院，得視老師與醫院內的情形與再議時間與形式。

### 五、教學課程設計(構想中)：

受眾設定為高中學弟妹，主題訂為課業變革、生涯規劃、心理

調適的教學與分享，目前已透過表單回覆完成教學文字檔，並決定以**互動性問答以及會後表單獲得反饋**，實際教學時間因高中開學日與服務計畫撞期，且疫情尚未消滅，須再與校方詢問，目前自行預定在 9 月底、10 月初。

#### 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告：

每月進行中。

#### 會後心得：

本次聚會距離上次間隔兩個月，雖然歷經了不少變化與多次會議，完成的文字紀錄更是堆積如山，但在**整理上我做了一些小變化：將詳細內容作為附件**，統整報告內以遭遇問題、解決辦法為主，若要報告會議過程或活動心得則能翻閱附件；在聚會的報告後我發現，這樣**抓出任務進行過程的重點**，能略掉諸多小會議、例行公事，省下不少時間，也**讓導師一方面能大致知情各個任務的內容，也能就有疑慮得內容或新的任務進度做詳細檢討**。

在此次的**統整中雖然仍有不完善**的地方，如 FIP 會議的會議紀錄雜亂、沒寫下心得感想等，但多數都因為我有依循郭導師上次的指導，加上兩個月以來**做好事前規劃、記清過程、事後檢討**的基本功，我明顯感受到這次的報告相比以往較佳，導師也僅在各個小缺失上提醒我要多加注意，未來希冀我能夠保持一樣的表現，當然，若能**提早花更多時間在整理附件內容**會更好。

## 9月—第五次與導師月聚會 心得記錄

拇指生黃承睿 與郭老師的第五次月聚會心得報告

日期：9/24 地點：線上會議

### 會面過程、談話內容整理：

本次會議沿用**線上通話搭配統整檔案**的方式，報告在本月完成的任務內容、及其餘任務的進度，但因為完整的任務內容繁多，**會議重點放在過程中的學習成長與心得感想**，其詳細紀錄將獨立為附件供參閱。

一、**創意作為**，分作兩部分，迷因文化研究社部分，在暑期主要以社課活動規畫為主，**與動漫電玩研習社的聯合迎新活動**也進入環節籌備階段，另外我也以個人身份加入**線上社團博覽會的場地建築團隊**，使用 Gather Town 網站興建學術性與服務性社團的攤位場地，同時**與學務處的課外活動指導組合作**，以**迷因圖文宣傳線上社團博覽會資訊**；在活動前夕，我也**帶領社團幹部們布置迷因文化研究社的攤位**，並於9月15日的上午9:30至下午18:30，與幹部們在**線上社團博覽會**中向新生宣傳社團課程與迎新活動，最終也成功**招收5名新成員入社**。在提及 Gather Town 時，我與導師討論了當中許多建設與呈現相關的功能，尤其經歷此次社團博覽會，清楚其成效，導師便鼓勵我未來能在更多活動中利用從這次經驗習得的技能，並將這個線上呈現方式推廣出去，對於與學校方、其他社團合作的部分也給予肯定。

醫起關心國際藥事部分，最開始由**四位拇指生合作**，**三位各負責一個主題專欄、一位負責美術編輯**，本月又加入兩位專欄撰文者與一位美術編輯，團隊擴增為7人，8/31時我負責的「pharm 手去研究」則為了拓展 TA、**因應指考分發結果出爐，改為發布一篇「升上大學需要的用具、心理準備」圖文**，而從本月開始，專頁的發文頻率改為兩周一次，但仍會**維持每周製作新聞動態並逐步開啟新專欄**，以維持流量，至9/23已有10篇圖文懶人包；導師詢問「維持流量」的用意，我解釋道做為知識型專頁，目標在於盡可能分享知識與資訊給更多人，所以要平衡文章的曝光率以及內容品質，於是需考量發文頻率與慎選分享的資訊內容。

二、**公共參與**，也分做兩部分，山地服務團部分，在8月底的營期結束後，本月僅有**參加成果報告書的製作**，在**17日交出心得與檢討報告書**後，2021年山服暑期服務隊的線上育樂營，正式結束；導師看過線上育樂營的內容與了解我的工作情況後，對於我管理育樂營的態度給予肯定，

而如導師八月提到的，未來也可能遇上如疫情般的危機，此次變革能成為我未來危機處理的養分，也是社團後續能參考的例子。

大安健康服務中心部分，在拇指計畫導師**姜郁美老師的爭取與協調、以及拇指生徐皓文學長的幫助與引導下**，我順利完成為期 10 天的志工服務，從管理接觸者個案、提醒旅遊泡泡專案參與者篩檢中，我體認到**自身不只是學生志工，而是作為一名防疫人員需保持的專業與做事的準則**，管理個案時也逐漸產生**職責感**；進行大腸癌衛教、宣傳免費糞便篩檢，則讓我看到健康服務中心在維護區域民眾健康方面所付出的努力，總結來說，是非常寶貴且收穫良多的一次服務、學習經歷。

三、**教學演練**，在九月中與同是時雨高中畢業的友人討論後，決定修改教學內容為「**新課綱下的生涯規劃與學習歷程編寫須知**」，不在事後強迫收取學弟妹的文字紀錄，以免影響其依賴我協助修改，**僅在課堂間提出學習例子，以及後續的撰寫模式供參考**，若實在有疑惑，則經由高中導師轉交給我，再給予建議，形式我則是希望再視情形而定；導師了解我的考量後表示沒問題，但督促我要盡快準備教學內容，並建議以線上方式進行，若是再延宕，容易造成高中端與自身的困擾。

四、**大型藥事會議**，8 月初與導師討論後，決定**參與 FIP 的多場線上國際會議代替年會**，8 月導生聚結束至本月導生聚前共參與了 4 場，過程皆詳細紀錄於統整報告中，聚會時則分享學習到的重點與心得，預計**10 月內再選擇參與幾場會議就暫告一段落**；導師對這次詳細的紀錄與心得表示讚賞，統整與口頭報告皆有漸入佳境之勢，希望我繼續保持。

五、**影子學習**，先前防疫規定降級時，我與導師**約定 8/23 上午 9:30 在萬芳醫院見面**，在當日我**進入藥劑部跟隨並體驗郭莉娜導師、彭筠婷藥師、陳瑩鎂藥師一天的工作**，除了了解工作內容，更重要的是**學習一名領導者、一位優秀藥師在處理事情的方式與對待病人的態度**，詳細過程皆紀錄於統整報告中；導師則補充道，拿她自己的 CV 給我看是想表達，做為領導者不能將自身侷限在同一個地方或職位，透過擔任公學會幹部、參與公共事務，才能拓展視野、增廣見聞，自身成長之外也能給與同事及藥界更多幫助。

六、**其他疑問與聚會規劃**，本月聚會中，**完成的任務報告內容繁多，僅報告最終的學習心得**，仍在進行中的任務則簡單稟報後續規劃，而先前安排的事務繁多，又正值開學，因此較晚與導師討論開會日期，**下個月將在月初就與導師約定日期**。

第五次聚會 15:05 開始~16:40 結束。

## 六項任務設立進度與目前進度：

### 設立進度

任務\月份	九月	十月
創意作為	社團博覽會、宣傳活動； 持續撰文與協助更新	各系迎新茶會、聯合迎新、社團課程 (依情形來調整上課形式)； 持續撰文與協助更新
教學演練	實行備案時程，持續編輯教學	進行線上教學，日期待定， 完成後交出紀錄與心得檢討
藥事大型會議	持續參加 FIP 數位會議	選擇參與完其中幾場會議便在此月結束
影子學習	8/23 在萬芳藥劑部進行	<b>已完成</b>
公共參與	改為無接觸服務，營期為 8/23-26； 大安區健康服務中心志工服務， 8/30-9/03, 9/06-9/10，共十天	<b>已完成</b> ，仍會給與出隊活動內容建議， 增加居民對藥品的認識； <b>已完成</b>
與導師聚會	9/24, 9 月導生聚會	月初討論時間

### 目前進度

#### 一、創意作為(進行中 / 進行中)：

與系上的朋友創立迷因文化研究社，Instagram 專頁、Facebook 粉絲專頁也有持續更新，目前在尋求與其他社團合作機會，並持續籌備新一學期與動漫研習社的聯合迎新與其他社課內容。

與其他三位拇指生合作經營醫起關心國際藥事專頁，本月則又加入兩位專欄撰文者與一位美術編輯，團隊擴增為 7 人，在本次聚會前已累積了十篇圖文懶人包，將持續撰寫與更新文章。

#### 二、參與公共事務(已完成 / 已完成)：

參加山地服務團的暑期服務隊，擔任育樂營的值星一職，管理人員與活動進行，也因應疫情，協助社團成員將活動改為線上進行，育樂營時間已改為 8/23-8/26，結束後在本月參與製作成果報告書；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

透過拇指計畫學長獲得前往大安健康服務中心的服務機會，前往協助接觸者個案、旅遊泡泡專案相關的電話訪問與文書處理，已經於 8/30-9/10 的平日，共 10 天，前往中心服務；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

### 三、參與大型藥事專業活動(進行中)：

與老師討論後以 FIP 的多次 Digital Events 代替年會，已持續參與 8、9 月的線上會議與講座，預計 10 月再選擇參與多場會議就結束項目。

### 四、影子學習(已完成)：

防疫規定降級時與導師約定 8/23 上午 9:30 在萬芳醫院見面，在當日進入藥劑部跟隨並體驗郭莉娜導師、彭筠婷藥師、陳瑩鎂藥師一天的工作，除了了解工作內容，以及學習一名領導者、一位優秀藥師在處理事情的方式與對待病人的態度；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

### 五、教學課程設計(構想中)：

受眾設定為高中學弟妹，日前透過表單回覆完成教學文字檔，9 月則將主題改為「新課綱下的生涯規劃與學習歷程編寫須知」，維持以互動性問答以及會後表單獲得反饋，但不干涉學弟妹撰寫學習歷程，實際教學時間因高疫情尚未消滅，須再與校方詢問，目前自行預定在 10 月底並改以線上授課方式。

### 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告：

每月進行中。

#### 會後心得：

本月我遵從導師的建言，將上次的整理形式做變化，統整報告內附上任務的詳細內容，報告時以遭遇問題、解決辦法、成長心得為主，完成的任務紀錄與心得報告則作為附件；本次報告時則因為內容繁多，沒有很好的抓住任務過程重點，是由導師引導我分享任務當中的態度轉變與心理成長，其餘是對各個任務的進度或成效做詳細檢討。

導師在會中提及美國臨床藥學會(ACCP)從 10/2 開始的每週六，會有一系列的視訊課程，北醫、中國醫、高醫三校學生及附屬醫院藥師均能免費參與，推薦我能參加，也提到 ACCP 有成立台灣分會，郭導師也擔任了幹部，專責臨床管理部分。

在報告公共參與中**進行大腸癌衛教、宣傳免費糞便篩檢**的部分時，導師也為我補充道，目前提倡的四癌篩檢：口腔癌、大腸癌、子宮頸癌、乳癌，是為了**及早發現、及早治療，以減少國家的醫療保險支出**，同時醫院與衛生所會有一定的癌症篩檢配額，**實踐預防醫療**。

導師也補充了影子學習中，第一線**若醫院有收治確診 Covid 病人，她與醫師及專科藥師們就要第一時間討論個案是否需使用 Remdesivir、單株抗體或其他用藥**，後續用藥也要進行討論；最後導師分享了她**做為主管，除了要擁有開闊的視野，更要提升對自我的要求，同時也著重遊說人的能力**，如在報告時做好事前準備，讓人得以清楚了解自己的想法，並用實力服人，是我應當學習起來的重點。

## 10月—第六次與導師月聚會 心得記錄

拇指生黃承睿 與郭老師的第六次月聚會心得報告

日期：10/22 地點：線上會議

### 會面過程、談話內容整理：

本次會議同樣以**線上通話搭配統整檔案**進行，因為許多任務皆在上個月完成並已交出統整報告，本次就不多做贅述，這次的**重點會放在仍持續進行中的「創意作為」、「大型藥事會議」與尚未決定好實行時間的「教學演練」**，其詳細的進度與難題紀錄將獨立為附件供參閱。

一、**創意作為**，分作兩部分，迷因文化研究社部分，在本月14號晚上，跟**動漫電玩研習社的聯合迎新活動順利結束**，在活動過後則**加入三名新社員**，一周過後的21號也舉行了**線上社員大會**，已讓新招納的社員更了解接下來的課程辦法；本月16號的社團會議中，決議了社團課程更詳細的主題與內容，另一方面，迷因文化研究社也**與校方的課外活動指導組合作**，宣傳設計思考工作坊與提案競賽活動，讓更多人得知資訊並參與其中。在聯合迎新活動中，兩邊的幹部們都是首次與別的社團合作舉辦活動，過程中進行了良好的交流與學習，導師則關注著各個活動的參與人員招生情形，希望我好好檢討、繼續帶領社團。

醫起關心國際藥事部分，在1號時召開**貼文精進會議**，改變了模板樣式、內容呈現、篇幅多寡等要素，我也依照決議**撰寫了同主題的兩篇圖文懶人包**，分別在7號與14號發布，並在當週製作新聞整理的限時動態，而**閱覽量與回饋都有一定的增加**，成效頗佳。

二、**公共參與**，皆已完成，本次不多做討論。

三、**教學演練**，上個月調整教學內容後，在本月持續**透過高中導師與校方聯繫**，但因應防疫政策與考試時程，**校方仍不希望進行實體教學**，高中導師也考量到學生放假返家情形，不建議在假日進行線上同步教學；郭導師在得知情形後，希望我再詢問高中導師，若仍無法確定時間，則再請益郭導師，由她協助我完成教學演練的內容。

四、**大型藥事會議**，8月初與導師討論後，決定**參與 FIP 的多場線上國際會議代替年會**，9月導生聚結束至本月導生聚前共參與了2場，過程皆詳細記錄於統整報告中，聚會時則分享學習到的重點與心得，目前**因應課業便暫告一段落**；導師於這次希望我各花1分鐘，簡單以口頭報告兩次會議，但最後講得過於詳細，花的時間超過了10多分鐘，導師希望我

謹記這次經驗，確認好她的要求，也在每次匯報時準備 1 分鐘、3 分鐘、5 分鐘的版本，以靈活應對時間限制或因應突發狀況。

五、影子學習，已完成，本次不多做討論。

六、其他疑問與聚會規劃，下個月有眾多**期中考試**，所以先行與導師約定在月底舉行，詳細日期將於**11 月初與導師討論**。

第六次聚會 11:05 開始~12:30 結束。

### 六項任務設立進度與目前進度：

#### 設立進度

任務\月份	十	十一
創意作為	社團課程，本月規劃有迎新活動一次、社課一堂，皆為實體形式。	社團課程，本月規劃有社課一堂，預計為實體形式。
教學演練	與高中端協調，未果則請益導師	進行備案並完成記錄與檢討
藥事大型會議	<b>已完成</b> ， 已參與本月的其中幾場會議	<b>已完成</b>
影子學習	<b>已完成</b> ， 協助其它位拇指生與郭導師聯絡	<b>已完成</b>
公共參與	<b>已完成</b> ， 仍會給與出隊活動內容建議， 增加居民對藥品的認識； <b>已完成</b>	<b>已完成</b> ， 仍會給與出隊活動內容建議， 增加居民對藥品的認識； <b>已完成</b>
與導師聚會	10/22, 10 月導生聚會	月初再議時程，預計在月底進行

#### 目前進度

##### 一、創意作為(進行中 / 進行中)：

與系上的朋友**創立迷因文化研究社**，**Instagram** 專頁、**Facebook** 粉絲專頁也有持續更新，目前在尋求與其他社團合作機會，並持續籌備本學期**共五次的社課內容**。

與其他三位拇指生合作經營醫起關心國際藥事專頁，目前**團隊擴增為 7 人**，在本次**聚會前已累積了十二篇圖文懶人包**，其中有 5 篇由我撰寫內文與編排版面，將持續撰寫與更新文章。

##### 二、參與公共事務(已完成 / 已完成)：

參加山地服務團的暑期服務隊，擔任育樂營的值星一職，管理人員與活動進行，也因應疫情，協助社團成員將活動改為線上進行，育樂營時間已改為 8/23-8/26，結束後在本月參與製作成果報告書；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

透過拇指計畫學長獲得前往大安健康服務中心的服務機會，前往協助接觸者個案、旅遊泡泡專案相關的電話訪問與文書處理，已經於 8/30-9/10 的平日，共 10 天，前往中心服務；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

### 三、參與大型藥事專業活動(進行中)：

與老師討論後以 FIP 的多次 Digital Events 代替年會，已持續參與 8、9、10 月的線上會議與講座，並且紀錄完整過程與參與心得，目前暫告一段落，結束此任務；完整記錄與心得已完成，並在 10 月聚會後一併繳交。

### 四、影子學習(已完成)：

防疫規定降級時與導師約定 8/23 上午 9:30 在萬芳醫院見面，在當日進入藥劑部跟隨並體驗郭莉娜導師、彭筠婷藥師、陳瑩鎂藥師一天的工作，除了了解工作內容，以及學習一名領導者、一位優秀藥師在處理事情的方式與對待病人的態度；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

### 五、教學課程設計(準備與協調中)：

受眾設定為高中學弟妹，日前透過表單回覆完成教學文字檔，9 月則將主題改為「新課綱下的生涯規劃與學習歷程編寫須知」，與校方協調實際教學日期時，因校方防疫規定與考試時程，無法於本月完成，且不方便採用同步線上講座，須再與校方詢問後續是否可進行實體教學；目前已與導師決議，若 10/25 後仍無法確定時程，則改由導師提供我撰寫教案的機會，以此進行教學演練。

### 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告：

每月進行中。

## 會後心得：

此次會議匯報的項目較少，所以與導師**就每個項目進行了相對深入的探討**，如談論到社團營運的資金時，導師就問到我去年度的拇指計畫獎金用於何處，便提及我報名了校外課程，又因為專題研究時有參與生技資訊展並幫忙講解，就一路談到後續 12 月的醫療科技展，延伸出一年當中除去計畫內容，許多我在**日常的活動**供導師參考。

在匯報 FIP 會議時，會議中有提到**藥師的 BPS 認證**，在缺乏調查之下，我無法及時回答出它的重要之處，是在導師幫忙查閱之下，才了解到它是國際認證的專科藥師執照，全世界僅 5 萬多人通過，其中美國佔了 4 萬多人，**台灣有 31 位通過，其中一位甚至就是我系上的導師**—彭筠婷藥師，讓我在驚訝之餘也由衷敬佩，未來我也能**多加關注此認證相關的資訊**。

本次會議在我匯報完兩篇 FIP 會議內容與心得後結束，但由於**花費的時間過久**，導師也提醒我，身為一名講者或匯報者，首先**要注意聽者的要求或想法**，不要只是自顧自的一路講下去，有時聽眾無心於瑣碎內容、又得不到重點，就會失去興致與分神，因此**抓緊時間，把重點整理出來傳達給聽眾**，才是讓講者與聽者雙贏的辦法；如同郭導師在院內工作時的匯報，有時候上級不一定有時間聽完全程，或是突然有事情需要導師快速整理重點，所以導師也希望之後我能**預先想好如果有 1 分鐘、5 分鐘、10 分鐘，各要表達哪些內容**，並在剩下的**聚會中繼續練習，也應用於各個任務當中**。

## 11 月—第七次與導師月聚會 心得記錄

拇指生黃承睿 與郭老師的第七次月聚會心得報告

日期：11/29 地點：Cloud 9 信義店

### 會面過程、談話內容整理：

本次會議餐廳內邊用餐邊談話，**搭配著統整檔案**描述從規劃到執行的方式與問題，同時以口述帶到**下個月的任務內容規劃**，因大部分任務皆在本月之前完成並交出統整報告，本次便不多做贅述，這次的**重點會放在進行中的「創意作為」與尚需討論細項的「教學演練」**，其詳細的進度與難題整理將獨立為附件供參閱。

一、**創意作為**，分作兩部分，迷因文化研究社部分，在本月 2 號晚上，邀請了**北醫校友—鳥科學先生 顧芳瑜醫師—進行社群與個人品牌經營的經驗分享**講座，為社員與報名同學們解惑與釐清自身的經營方針，另一方面，在 4 號也進行了**第一堂實體社課**，前半段是主題分享：消遣與消費-炎上事件、地獄梗，後半部段是梗圖三要素教學，是**由我全程分享與講解**，雖然有超時的問題，但整體討論與學習的成效相當好。大部分幹部們與我都是首次自行舉辦，過程中雖有許多難關，但是透過溝通與互助，都順利度過，同學們與顧醫師進行了良好的交流，我與幹部們也是受益良多，導師則希望我在下個月的課程中繼續保持。

醫起關心國際藥事部分，因 11 月有連續三周的期中考，**僅更新至 11/11 號的貼文即暫時停止活動至 12 月初**。

二、**公共參與**，皆已完成，本次不多做討論。

三、**教學演練**，上個月**透過高中導師與校方聯繫**，但因應高中方防疫政策與考試時程，因此**實體教學無限期延期**；請益郭導師後，決定**由導師提供我撰寫教案的機會**，詳細內容仍須在會後與導師確定。

四、**大型藥事會議**，已參與多場，暫告一段落，本次不多做討論。

五、**影子學習**，已完成，本次不多做討論。

六、**其他疑問與聚會規劃**，下個月是本年度最後一個月，當中有**拇指餐會**與諸多社團事務，所以尚未與導師約定下次聚會時間，詳細日期將於**12 月初另行討論**；另外在**12/3 預計與導師一同參加「台灣醫療科技展」**，將會簡略的記錄參觀心得。

第七次聚會 12:05 開始~13:20 結束。

## 六項任務設立進度與目前進度：

### 設立進度

任務\月份	十一	十二
創意作為	社團課程，本月規劃有社課一堂，為實體形式。	社團課程，本月規劃有社課三堂堂，預計為實體形式。
教學演練	請益導師，決定由導師提供我撰寫教案的機會	撰寫教案並完成記錄與檢討
藥事大型會議	已完成	已完成， 完整記錄將整理進年度報告中
影子學習	已完成	已完成， 完整記錄將整理進年度報告中
公共參與	已完成， 仍會給與出隊活動內容建議， 增加居民對藥品的認識； 已完成	已完成， 完整記錄將整理進年度報告中 已完成， 完整記錄將整理進年度報告中
與導師聚會	11/29, 11月導生聚會	月初再議時程，預計在月底進行

### 目前進度

#### 一、創意作為(進行中 / 進行中)：

與系上的朋友創立迷因文化研究社，Instagram 專頁、Facebook 粉絲專頁也有持續更新，目前在尋求與其他社團合作機會，並持續籌備本學期共五次的社課內容，十一月初進行了第一次社課，十二月尚有三堂。

與其他三位拇指生合作經營醫起關心國際藥事專頁，目前團隊擴增為 7 人，在本次聚會前已累積十五篇圖文懶人包，其中有 4 篇由我撰寫內文與編排版面，十二月將撰寫與更新一篇文章，本年度的更新便暫告一段落。

#### 二、參與公共事務(已完成 / 已完成)：

參加山地服務團的暑期服務隊，擔任育樂營的值星一職，管理人員與活動進行，也因應疫情，協助社團成員將活動改為線上進行，育樂營時間已改為 8/23-8/26，結束後在本月參與製作成果報告書；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

透過拇指計畫學長獲得前往大安健康服務中心的服務機會，前往協助接觸者個案、旅遊泡泡專案相關的電話訪問與文書處理，已經於 8/30-

9/10 的平日，共 10 天，前往中心服務；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

### 三、參與大型藥事專業活動(已完成)：

與老師討論後以 FIP 的多次 Digital Events 代替年會，已持續參與 8、9、10 月的線上會議與講座，並且紀錄過程與參與心得，目前暫告一段落，結束此任務；完整記錄與心得已完成，並在 10 月聚會後一併繳交。

### 四、影子學習(已完成)：

防疫規定降級時與導師約定 8/23 上午 9:30 在萬芳醫院見面，在當日進入藥劑部跟隨並體驗郭莉娜導師、彭筠婷藥師、陳瑩鎂藥師一天的工作，除了了解工作內容，以及學習一名領導者、一位優秀藥師在處理事情的方式與對待病人的態度；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

### 五、教學課程設計(準備與協調中)：

原先受眾設定為高中學弟妹，主題為「新課綱下的生涯規劃與學習歷程編寫須知」，但後來因高中校方防疫規定與考試時程，無法順利進行教學，在與導師討論過後，改由導師提供我撰寫教案的機會，最後用以實際演練並評估成效。

### 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告：

每月進行中。

### 會後心得：

此次是睽違半年的實體面會，聚會重點首先仍是討論教學演練的任務內容，導師會找尋適合的教案內容，再交給我撰寫，在過程中我才知道導師說的教案，其實是模擬情境式的演練學習，類似我在今年三月參加的「Pharm 手試試看」之團體用藥諮詢競賽，讓我對於教案的內容有了一些基礎的想像；而其他任務大多已完成，所以我單就進行中的「創意作為」，與導師匯報了先前的社團課程內容、十二月的課程規劃，以及協助梗圖創作者—阿齊哈啾的梗圖創作競賽與校外的聖誕交換禮物活動。

中途談到了聚會前一天進行的拇指生聚會，我便向導師簡略講解了劇本殺

以及遊戲背後所帶出的溝通表達技巧訓練，也因此談及了其他位拇指生，如前陣子才與郭導師進行額外影子學習的張宜婷，在我稱羨宜婷的明確目標與強大動機時，導師也趁機詢問我自己今年是否也有所成長，以及對於未來志向的想法，當下我表示**自己今年在任務記錄、表達能力上有更多的練習與發展**，但自己相較於其他位拇指生，**還處在摸索自身興趣與優勢的時期，仍需要確保自己能力的負荷量、也要適時做出突破**，導師最終希冀我一年比一年進步。

在上個月聚會的心得檢討中有提到：**練習演說的事前準備、評估受眾的接受度，且考量在有限時間內，如何把重點傳達給聽眾**，這一點讓我在進行社團課程時受益良多，**此後也將繼續練習，並應用於各個任務當中**；在會後，我也與導師約定好會在 12 月 3 號一同參與舉辦於南港展覽館的台灣醫療科技展。

## 12月—第八次與導師月聚會 心得記錄

拇指生黃承睿 與郭老師的第八次月聚會心得報告

日期：12/28 地點：線上會議

### 會面過程、談話內容整理：

本次會議因時間緊迫，改採**線上通話搭配統整檔案**，報告本月仍在進行中的「創意作為」任務進度，同時討論尚需修改與演練的「**教學演練**」，處了這兩項任務外，因大部分任務皆在本月前完成並交出統整報告，也會整理到年度報告中，本次便不多做贅述，其詳細的進度與難題整理將獨立為附件供參閱。

一、**創意作為**，分作兩部分，迷因文化研究社部分，在本月2號晚上有第二堂實體社課，前半段分享主題：**封殺文化與政治正確**，由行政副社長負責，後半段為**底圖素材教學**則由我來講解，本月4號晚上為第三堂實體社課，前半段分享主題：**網路錯假消息、迷因誤用、與事實查核**，邀請到社團指導老師—曾美芳老師以及學術副社長來分享，後半段為**社團作品回顧**，由我負責帶領討論；另一方面，在16號進行了**最後一堂的線上創作與驗收社課**，特別邀請到Dcard創作者阿齊哈啾作為講師與評審，由我講解創作主題與創作流程，**社員與幹部們分組討論，再由阿齊哈啾與我提供社員們製圖上的想法並解惑**，最終評比成果並給予建議，各個環節中都有不錯的成效。幹部們與我一同準備並進行了三堂的社課，其中最大的困難是每次社課的準備時間不足，最後是透過密切的進度追蹤與資訊互通才順利完成，幹部與社員們與曾美芳老師、阿齊哈啾皆有良好互動，我也是獲益匪淺；導師很高興社團能分享不同的主題，如假消息議題就能夠連結到現今提倡的「實證醫學」，及以衛教宣導破除錯誤醫療資訊等方面，導師希望我能繼續帶領社團、鑽研不同議題。

醫起關心國際藥事部分，本月我負責執筆**撰寫兩篇圖文懶人包，主題各自是：「大專生研究計畫簡介」與「歲末回饋抽獎 櫛寄生的中藥用途**」，分別在16號與23號發布，也整理並製作了當週醫藥新聞相關的限時動態，而**閱覽量與回饋因為研究計畫的主題與抽獎，有長足的增加**，成效佳。導師對於本次發文沒提出什麼問題，僅表達鼓勵。

二、**公共參與**，皆已完成，本次不多做討論。

三、**教學演練**，上個月請益郭導師後，決定**由導師提供我撰寫教案的機會**，最終教學內容決定為**藥師、醫學大學學生所需的領導能力**，並針對**迷因文化研究社成員、山地社會醫療服務團成員於29號晚間**進行分享與教學，並以

回饋表單評估成效。導師在不斷給予內容編排上的建議與幫助以外，也勉勵我雖然準備時間不多，但也是給自身一個訓練，要如何在短時間吸收資訊、統整，並將知識傳達給他人。

四、大型藥事會議，已參與多場，暫告一段落，本次不多做討論。

五、影子學習，已完成，本次不多做討論。

六、其他疑問與聚會規劃，本月是本年度最後一個月，在 **12/3 時自行前往參加了「台灣醫療科技展」**，已經簡略的記錄參觀與學習心得；月初到月中經歷了**拇指餐會**與諸多社團事務，月底又將近考試，課業量漸增，郭導師也十分忙碌，於是約定在 **12 月底進行最後一次聚會**。

第八次聚會 15:40 開始~16:40 結束。

### 六項任務設立進度與目前進度：

#### 設立進度

任務\月份	2021/十二月	2022/一月
創意作為	<p>進行社團課程，本月已進行三堂社課，兩堂為實體形式、一堂為線上形式。</p> <p><b>本年度目標已完成，</b> 完整記錄將整理進年度報告中 本月連續兩周發布兩篇圖文懶人包。</p> <p><b>本年度目標已完成，</b> 完整記錄將整理進年度報告中</p>	
教學演練	<p>撰寫教案並實際演練，完成檢討記錄。</p> <p><b>已完成，</b> 完整記錄將整理進年度報告中</p>	
藥事大型會議	<p><b>已完成，</b> 完整記錄將整理進年度報告中</p>	
影子學習	<p><b>已完成，</b> 完整記錄將整理進年度報告中</p>	
公共參與	<p><b>已完成，</b> 完整記錄將整理進年度報告中</p> <p><b>已完成，</b> 完整記錄將整理進年度報告中</p>	
與導師聚會	<p>12/28, 12 月導生聚會。</p> <p><b>已完成，</b> 完整記錄將整理進年度報告中</p>	

#### 目前進度

#### 一、創意作為(已完成 / 已完成)：

與系上的朋友創立迷因文化研究社，Instagram 專頁、Facebook 粉絲專頁也有持續更新，不斷尋求與其他社團合作機會的同時，持續籌備本學期共五次的社課內容，本月初至月中進行了三次社課，分別有兩堂實體課程與一堂線上創作驗收社課。

與其他三位拇指生合作經營醫起關心國際藥事專頁，先前團隊擴增為 7 人、固定產圖文成員有 5 人，在年度結束前已累積十八篇圖文懶人包，其中有 7 篇由我撰寫內文與編排版面，十二月負責撰寫與更新了兩篇文章，因應期末考將至，本年度的更新已暫告一段落。

#### 二、參與公共事務(已完成 / 已完成)：

參加山地服務團的暑期服務隊，擔任育樂營的值星一職，管理人員與活動進行，也因應疫情，協助社團成員將活動改為線上進行，育樂營時間已改為 8/23-8/26，結束後在本月參與製作成果報告書；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

透過拇指計畫學長獲得前往大安健康服務中心的服務機會，前往協助接觸者個案、旅遊泡泡專案相關的電話訪問與文書處理，已經於 8/30-9/10 的平日，共 10 天，前往中心服務；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

#### 三、參與大型藥事專業活動(已完成)：

與老師討論後以 FIP 的多次 Digital Events 代替年會，已持續參與 8、9、10 月的線上會議與講座，並且紀錄過程與參與心得，目前暫告一段落，結束此任務；完整記錄與心得已完成，並在 10 月聚會後一併繳交。

#### 四、影子學習(已完成)：

防疫規定降級時與導師約定 8/23 上午 9:30 在萬芳醫院見面，在當日進入藥劑部跟隨並體驗郭莉娜導師、彭筠婷藥師、陳瑩鎂藥師一天的工作，除了了解工作內容，以及學習一名領導者、一位優秀藥師在處理事情的方式與對待病人的態度；完整記錄與心得已完成，並在 9 月聚會後一併繳交。

## 五、教學課程設計(已完成)：

原先受眾設定為高中學弟妹，主題為「新課綱下的生涯規劃與學習歷程編寫須知」，但後來因高中校方防疫規定與考試時程，無法順利進行教學，在與導師討論過後，改由導師提供我撰寫教案的機會，主題為：醫學大學學生所需領導與管理能力，最後邀請社團成員實際進行課程演練，並使用回饋表單來評估成效；完整紀錄與心得已完成，在 12 月聚會後一併繳交。

## 六、主動請求專任導師諮商並記錄心得報告(已完成)：

已進行 8 次聚會與討論。

### 會後心得：

本年度最後一次月聚會進行得較為緊湊，一方面是創意作為部分都已經完成今年的年度目標，要完整報告需花上一些時間，當中我也提出自身的煩惱之處—團隊的效率及社團人數仍不足，針對效率不足部分，導師建議我能邀請成員們參與這次的教學演練，事後再以當中的領導者角度、團隊思維與成員們多做溝通並協調工作，人數部分導師也希望找出社團的核心價值、再去想想如何吸引人加入。

另外是報告醫療科技展的參展心得，報告後，導師先提出了我的心得記錄較為雜亂、未提出重點的缺點，希望我重新整理紀錄的思緒，再來問我是否有印象深刻的展品，聽完我的見聞後，導師同意醫療環境每年皆有新發明與突破，未來必定會有更多改變，如同我看到的藥品偵錯系統、自動化藥櫃等，運用了資訊處理與機器輔助，使藥師能將省下的時間用在與醫療團隊共事、關心病人上，所以導師希冀我在參展後要了解各個新科技的用處，尤其像自動化藥櫃這類富實用性的設備，這幾年間都有不斷改善、大醫院也逐漸增加配置，當系統逐漸成熟，未來遇上並使用到的機會就更大，若能先行熟悉裝置運作，甚至鑽研相關的資訊處理、數據分析等領域，相信都能在未來派上用場。

最後是討論教學演練尚有哪些地方有所不足，在聚會時討論的是第一版，導師除了給予字型大小、顏色影響觀看、排版上的修改意見，也建議我在編織課程內容以前，先想好自己對於此課程的期許，例如讓社團幹部經過此教學後字型分擔起社團工作，並且思考要如何印起聽眾的興趣，在課後點燃他們對自我提升與團隊事務的熱情。接著，導師引導我調整課程內容的敘述模式，並非一味由我單方面講述理論，而是放入需要思考、具互動性的劇情舉例以及

**問答環節**，讓聽眾們能透過帶入情境，了解如何活用領導與管理的理論，在生活中促進自身成長、在團隊裡引領人群。

在 10 月聚會的心得檢討中有提到：**練習演說的事前準備、評估受眾的接受度，且考量在有限時間內，如何把重點傳達給聽眾**，思考這一點之後，不僅讓我在進行社團課程時順遂許多，在教學演練時也充分派上用場，**此後也將繼續練習，並應用於各個任務當中**。