

# 時間， 就應該花在美好的學習上

文·圖/王滌泥



研究團隊於新加坡參加學術研討會。

自 2011年進入臺大任教，一轉眼也過了將近六個年頭，仍記得六年前剛進臺大時，每個星期幾乎都要花一半以上的時間準備課程，朋友看我緊張，曾經打趣的跟我說：「別太緊張，臺大的學生都很聰明，教的好與不好，其實沒有太大差別」。反覆思量朋友這句玩笑話，想想也確實有幾分道理，教科書上的內容，學生自己也能看的懂，那課堂上要教些什麼才符合學生需求呢？又有什麼事情是書本學不到的卻又對學生影響深遠呢？

這不禁讓我回想自己在美國求學的日子，

在紐約求學的期間，讓我對學習這件事情有了不同的體會與啟發。猶記得在臺灣讀書的時候，日子是非常緊湊與辛苦的，除了課程安排的內容豐富，要學的技巧與知識也很多，每天被時間追著跑，臺灣的學生需要在短短的一堂課程中，吸收消化很多老師傳授的知識，因此在上課時，精神與心情都比較緊繃，也比較疲累。雖然每堂課學習到的專業內容相對豐富，但也難免有囫圇吞棗的情形。然而到了紐約後才體會到，雖然城市的腳步也很快速，但在學習這件事情上，卻

是可以依照個人步調進行。與臺灣比較起來，我覺得歐美國家比較強調學習的過程，與在學習過程中是否能夠進行反覆的思考，是否能夠盡情享受學習的時光，而這樣的學習結果，往往可收事半功倍之效。

還記得在美國的一個秋天下午，課堂老師捧著一桶爆米花，悠閒的走進教室，一邊聽著大家討論他設計的主題，一邊慢慢的分發食物，然後他便吃著自己剛爆好的爆米花，聽大家報告課堂上討論的內容。聞著陣陣飄來的爆米花香，聽著此起彼落熱烈環繞的討論聲，在那個瞬間，突然有種錯覺，感覺自己好像在電影院裡面，享受著一場精彩的電影。我也觀察到，在美國課堂上，老師會花一點時間分享他學習這個主題的經驗，也會花一點時間讓大家探索或分享自己對這個主題的認識，更重要的，是老師會花一點時間讓大家體驗學習的樂趣。這也讓我想起一段我很喜歡的廣告台詞：「時間，就應該花在美好的事物上」。那時對於

學習這件事，有一種很深刻的感受與體悟，才知道原來學習也可以是美好的事物，美好的不僅是學習的內容，而是學習本身這件事。而這個記憶很深的留在我的腦海裡，直到將近十年後的今天，我都還能深刻的感受到當天的心情，原來學習是這麼有趣，也這麼愜意。

因此進入臺大之後，常常不斷的問自己想要當怎樣的老師，也時刻提醒自己不要忘記當初那美好的求學經歷，期許自己能帶領學生體驗學習的樂趣，希望在學習中能激發學生自我思辨的邏輯，從而獲得教科書上學不到的事情。課本的知識也許是很容易教授的，但對於學習的態度與熱情，則是需要老師由身教的方式來感染並傳達給學生，教人

不教書，也是我在國外求學時最大的收穫。因此，在備課上，除了會想盡辦法讓學生保有學習的興趣之外，我也會時時刻刻讓自己也維持著高度的教學熱情，就像是我指導老師常說的，他自己也常常很enjoy



與研究生們至新加坡醫院職能治療部門參訪與交流。



期許自己能讓學生找到樂趣、找到動機、快樂學習。

在每堂課中學生的討論與分享，很enjoy大家腦力激盪之後的成果。所謂教學相長，邊教邊學，應該就是教書最大的成就吧。接下來想跟大家分享一些我自己教書的理念與心得，與大家共勉之。

在教學的時候，我期許自己能讓學生找到樂趣、找到動機、快樂學習。身為一位教授兒童職能治療領域的老師，我們的專業就是幫助所有孩童，能全力的參與日常職能活動，並且能開心快樂的成長。而這個重要的專業哲學，也完全能應用到我平日的教學工作中。面對學生如同面對臨床的小朋友一樣，藉由透過精心設計的活動內容（課程安排），提供我們專業常說的最佳挑戰（**just right challenge**），過程中注意孩童（學生）的反應與感受而隨時調整活動內容（課程內容），合併治療師常用的技術（如：適度正

向回饋，尊重情緒與自主選擇，培養問題解決能力等），讓孩童（學生）在活動（課程）中快樂的學習。因此，應用兒童職能治療師的特質，在上課中，我會特別重視學生的學習氣氛、動機與注意力，課程的設計會儘量讓學生保持較高的興趣，如在備課時，除了理論的闡述，會多舉例說明，或者課程一開始會準備一個與課程相關的臨床小故事，讓學生對上課內容更有共鳴。例如在教授早產兒評估與治療的課程時，會先用一個在臨床看到的早產小朋友故事，分享家長照顧的辛酸與小朋友的努力，一方面為學生做課程暖身，進入學習狀況，另一方面也可以促進學生在課程學習時，更具動機了解早產兒的醫療評估與治療方式。

此外，我也期許自己在課堂上，能多設計情境式的授課方式，並強調理論與實務結

合的教學，讓學生能夠更靈活的去應用課本知識到臨床工作中。如同上面提到，我覺得教科書的知識很容易教，但書本是死的，人是活的，如何讓學生聽課不像唸課本這麼乏味，如何讓學生與他們要學習的主題更有連結，這些都是在設計課程內容時，我會特別注意的細節。因為我們是醫療相關專業，因此特別強調理論與實務的結合。在教授職能治療相關專業理論時，會特別注意搭配臨床個案的例子，舉例說明相關概念。有時學生無法想像臨床個案或介入應用的狀況，也會搭配各式教材，例如臨床個案照片、影片、與實際操作來加深學生對於課程內容之學習。

最後也期許自己以學生角度出發，用學生最能理解且生動活潑的方式教學。在授課時，會時時提醒自己回想當年當學生時的情境與困惑，以學生角度來準備課程內容。課程每到一個段落會做個小總結，提醒重點，

讓學生能快速複習每堂課程的內容。在課程要結束時，也會設計一些活動或競賽來複習課程內容，例如教授孩童動作發展的課程，會讓學生看影片或文字模仿孩童每個時期的動作發展，並在課程結束後，練習表演不同階段的發展讓其他組別同學猜，一來可以讓學生快速的應用剛學習的知識，再來也能用此加深所有學生（表演者與猜題者）的學習印象。

綜合上述幾點，我常期許自己能持續充分準備上課的主題與內容；課程設計能多強調互動與多元；上課重點清楚且具邏輯，讓學生容易吸收、牢記；能隨時注意學生狀況，適時調整授課方式；最後也是最重要的，希望學生能對保持學習的熱情與動機，培養良好的學習態度，希望學生也能跟我一樣，感受到學習的美好。☑（本專題策畫／醫檢系方偉宏教授&化工系陳文章教授&生科系黃偉邦教授&財金系陳明賢教授）



## 王活妮小檔案

### 學歷：

美國紐約大學職能治療學系博士  
國立臺灣大學職能治療學系碩士  
國立成功大學職能治療學系學士

### 經歷：

臺灣大學醫學院職能治療學系助理教授（2011-迄今）  
臺灣大學附設醫院復健部兼任職能治療師（2011-迄今）  
長庚大學職能治療學系博士後研究員（2010-2011）  
紐約大學職能治療學系助教（2006-2008）  
臺灣大學職能治療學系助教（2004-2006）  
成功大學職能治療學系助教（2002-2004）