



護理學系上課過程與學生互動之情形。

努力面前， 向著標竿直跑

前のものに向かいて励み、標準（めあて）を指して進み
Reaching Forth unto Those Things Which are Before and
Pressing toward the Mark

文・圖 | 怡懋蘇米 (慈濟大學護理學系助理教授)

去年7月，我從慈濟大學醫學研究所結束了三年在職博士生的生活，這三年中，除了學生這個身份之外，我身兼全職的大學教師、妻子、母親以及媳婦等多重角色。這三年，是如何來回穿梭在這些角色之間呢？除了感恩指導教授及幫助我的人外，我想堅持到底的精神與態度，是這段路最大的心得。

從小就不曾與「聰明」 畫上等號

從小到大，就不曾被冠上「聰明」兩個字，還記得小學第一次數學考試，拿著23分的考卷回家，正巧碰到隔壁鄰居的同學考了97分，當時並不知道自己這樣的分數有何不妥，只知道分數的高低好像跟大人的臉色呈正比。孩子眾多導致父母總無太多時間參與成績製造的「過程」，但對產出的

「結果」常是以一頓「竹筍炒肉絲」的方式，表達的直接又明確。然而，身上樂觀的原住民基因，皮肉之痛往往經過一個夜晚，如朝露般隨著日出而蒸發，隨著早晨鳥叫而甦醒。

母親的勇敢， 卻帶給我很好的價值觀

「努力」、「有韌性及彈性」及「不怕吃苦」是長輩常常拿來形容自己的字眼，由於自小就徘徊在原住民部落與漢人村莊，每逢看到「番仔」母親辛苦的生活在漢族及家庭環境，為維持生計撫養五個「番仔囡仔」，並且照顧身體欠佳的父親之外，還不時的遭受鄰居特殊眼光的對待。然而，母親勇敢及不怕吃苦的生活態度及努力為家庭付出的毅力，卻帶給我很好的價值觀，這讓我在整個求學的過程中，無論面臨多大的考驗，覺得只要「面



96年支援花蓮縣卓溪鄉山地急救教育訓練。

對」及「堅持」就一定能克服。為了能夠有自立自足的能力，我從選擇護校開始，中間磨練多年臨床工作，一路半工半讀的攻讀到碩士班。

努力及不放棄的背後， 就是甜美的果實

碩士班畢業後，我隨即進入大學護理學系任講師一職，因為了解學校的老師必須面臨進修或升等的六年條款，進修博士學位儼然已成為必經之路。跟一般原住民學生一樣

「英文就像是外星文」的噩夢就纏繞著我，這樣的體認在考研究所唸完一篇英文文章後，看到口試委員們像是「外星人侵犯地球」般的驚訝表情中得到印證，這也成為我進入博士班後一直努力克服的困境。

或許是因為學校沒有理由不收筆試成績不錯，但英文程度很差的學生，從我這一屆開始除了博士論文之外，「中高級英檢」成為博士班畢業的竅門檻，當時還未開始唸書的我，直覺到離休學之日不遠了。但有著決不

允許輕易放棄的個性，博士班二年級開始，便持續每週五天的英文密集補習課程。記憶最深的是每次上課必須準備一段短文並當著全班同學面前朗誦，當第一位同學用流暢的英語朗誦時，英文單字像病毒般的侵犯到我全身的細胞，搞到我全身發抖、手腳冰冷，每回都想衝出教室來個半途而廢，然而想克服的毅力卻勝過想放棄的念頭，但努力面對、向著目標前進的信念，撐過了半年多的英文補習。



母親勇敢及不怕吃苦的生活態度與毅力，帶給我很好的價值觀，這讓我在整個求學的過程，即便面臨多大的考驗，只要「面對」及「堅持」就一定能克服。





護理學系上課過程與學生互動之情形。

學習立即解決問題的能力，不為自己找藉口

這期間還包括每個月從東部上台北參加紙筆托福測驗，因為連續一年密集的出現在考場，連托福測驗中心的考場服務人員都親切的認出我是那個為他們增加不少業績的學生，終於在第8次考試，我如願以償的跨過了博士班規定的門檻，成為醫學研究所設立新門檻以來第一個通過英文檢定的博士生。除此之外，日以繼夜的實驗排程、研究計畫的撰寫及發表等，每一樣都在訓練穩紮穩打的學術能力。因此，時間管理及目標設定必須明確，學習立即解決問題的能力，不找太多藉口。雖然整個過程艱辛，但印證了努力及不放棄的背後，就是甜美的果實。

做好時間的管理與目標設定，專注且有毅力的完成

還記得聖經腓立比書第3:13-14章節講到「就是忘記背後，努力面前向著標竿直

跑」，這段話一直是我的座右銘。不管是不是原住民學生，當機會落到身上時，能否願意珍惜及把握機會，當過程面臨挫折及衝突時，放棄絕對不是最好的方式，重要的是一定要做好時間的管理並設定目標，專注並且有毅力的完成。或許我們不是最聰明的，但懂得使用上帝賜給我們的樂觀基因，面臨任何困境及挫折時，內心要時時充滿希望，再拿出加倍的努力及韌性，就沒有什麼事情可以難倒我們了。◆



第七屆太魯閣馬拉松支援醫護組與學生之合照。



怡懋蘇米

花蓮縣太魯閣族，族名Yimaun Subeq，1972年生。慈濟大學護理學系畢，慈濟大學原住民健康研究所碩士，慈濟大學醫學研究所博士。現任慈濟大學護理學系助理教授。曾任門諾醫院急診科護理長，高級心臟救命指導員（ACLS instructor）及急診外傷處置指導員（ETTC instructor）。過去三年致力於秀林、萬榮及卓溪三個山地鄉的急救教育並推廣到院前救護的重要性，拍攝過太魯閣族急救教育光碟，目前的研究主要探討急重症相關議題。