

護理學院高齡健康暨長期照護學系吳佳翎同學，赴澳洲澳洲臥龍崗大學取得雙聯學位心得分享

本校護理學院高齡健康暨長期照護學系碩班二年級吳佳翎同學，獲得教育部 110 學年度學海飛颺計畫的補助，於 2022 年 3 月遠赴澳洲臥龍崗大學（UOW）Person Centred Dementia Careu 研究所攻讀雙聯學位，並於 2023 年 1 月 5 日取得北醫大與臥龍崗大學兩校的學位。恭賀之餘，特別邀請他分享國外修學的經驗談。（編按）



校友在澳洲臥龍崗大學校園拍攝的畢業照】

出國讀書一直是我從小到大的夢想，特別是看著身邊的家人或是朋友有留學的經驗，都讓我非常羨慕。並且經過不同文化的洗滌，眼界會更有彈性，在想法上也較不拘泥，可以接受各式各樣的觀念與意見，因此我很希望自己也成為這樣的人。在研究所認識了高齡相關課程，經過幾個學期的淬煉，讓我對失智更感興趣，而臥龍崗大學 Person Centred Dementia Careu 研究所恰巧與高齡健康暨長期照護學系有雙學聯制，便毅然提出申請，希望自己有更多學習與成長。【左圖：吳佳翎

臥龍崗大學在 2021QS 校齡 50 以下世界大學前 50 強中佔第 14 名，且在 2020 年泰晤士高等教育（THE）校齡 50 以下世界大學前 100 強中佔第 26 名，更是 2021QS 世界大學排名中的五星級大學，同時也是澳洲唯一一所在所有學生體驗類別中獲得五星旗的公立學校。

這一年中我修讀了 48 學分的 7 堂課，包含 Mental health in older people、Person centred concepts and theory、Dementia care across settings、Person centred、Effective leadership、Reflection for practice 以及 Minor project。透過許多與失智相關的課程，讓我更認識失智症之外，也因國外較強調反思的過程，因此不斷的進行自我反思，也學習許多相關的模型都是過去較少接觸到的。此外，探索自己的能力並增進與世界各國人溝通的能力，因為上課過程中與世界各地的人相處，建立了許多信心，尤其住在宿舍也可以接觸更多其他國家的文化。學習的過程中也強化了未來職場上的自我價值，透過這一年的學習讓我更加堅定自己喜愛這條路。【右圖：吳佳翎校友（中）與 UOW Person Centred Dementia Careu 師生合影】





透過課餘時間，我也抓緊每個品嚐美食與旅遊的機會，這 10 個月內除了經常搭乘火車到雪梨外，還依序拜訪了藍山國家公園、黃金海岸、布里斯本、凱恩斯、紐西蘭、墨爾本、臥龍崗附近的小鎮，在回國前更去了南方的心型小島塔斯馬尼亞。還體驗了一些在臺灣從沒想過會嘗試的事情，例如：搭直升機欣賞大堡礁以及深潛，在紐西蘭搭直升機去欣賞冰川，在墨爾本與鯊魚游泳，還有臥龍崗有名的高空跳傘、在森林騎馬、以及衝浪等。【上圖：吳佳翎校友第一次踏上冰川（左圖左）及高空跳傘（右圖左）】



經過了將近一年的澳洲體驗，我發現自己非常喜歡國外生活，不管是他們的生活步調，還是文化融合，以及美食等，都讓我十分嚮往，真的很感謝父母親及學校還有教育部的協助，讓我能在碩班完成出國留學的夢想。也因為這一年的探索，讓我更加確立未來的方向，目前也正在為下個階段做準備，希望澳洲的經驗能夠讓我加分，成為我人生中的養分。（文/吳佳翎，高齡健康暨長期照護學系校友）【左圖：在墨爾本與鯊魚游泳（右）】