

成果報告書

日期： 106 年 09 月 14 日

申請人學院、系所、年級	護理學院 高齡健康管理學系 四年級
中文姓名	鄭杼芸
實習國家（含城市）	美國 芝加哥
國外實習機構	University of Illinois at Chicago, Department of Disability and Human Development

一. 緣起

從大一起每學期都會有學長姐國際見習回國後的講座，每次去參加他們的經驗分享，對於這個課程感到很有興趣；今年輪到我們大三生大四優先申請，我當然把握這機會申請了這學期的暑假國際見習。

當初在選擇要去的國家時，我原本的第一順位是日本大阪，那時候我不認為我會到 UIC 進行為期 4 週的暑期實習，這個主意從來不在我的考慮中，因為我認為我的英文很生疏，沒有機會跟別人使用英文交談，有人用英文跟我說話會很緊張；然而在最終名單中，我發現 UIC 三個名額中還有空出一個位置，所以當下我抓住了這個機會，希望能打破自己的界限，並挑戰自己。

二. 赴國外實習機構或企業之學習心得

四星期的國際見習一眨眼就過了，每天的行程都過得很充實，盡我們所能協助我們在美國的指導老師 Kelly 的研究，並努力完成每天該讀的文獻。

在學校，我們嘗試了很多事情，有操作 Snap (資料收集系統)，讀很多的原文文獻資料，協助 Kelly 老師的研究 Longitudinal Health and Intellectual and Developmental Disability Survey (LHIDDS) 有關的工作，並努力準備我們的 Final Presentation，每天八小時的學校時間很扎實地渡過。

在課程期間，Kelly 老師帶我們參觀了兩處機構，一個是 Glen Vi (Continued Care Retirement Community)，另一個是 Glen Oaks nursing

home；前者讓我們大開眼界，Glen Vi 社區裡的休閒設施和照護系統很完善，有室內游泳池、圖書館、撞球室……等，裡面高級的令我們稱嘆；而 Glen Oaks nursing home 是跟著 Kelly 老師到那邊當一晚的志工與住民一起參與活動，大家都很積極爭取發言機會並投入活動，現場氣氛十分的愉悅，另外在活動的休息時間，讓我覺得特別的是他們發放的點心居然是巧克力餅乾和各種汽水飲料，我們那時還猶豫了一下，不確定這些東西是真的要給他們的，這種情況在台灣不可能會發生的，讓護理之家的住民吃高油高膽固醇高糖的食物簡直是天方夜譚，當下讓我感到美國和台灣真的非常不同。

三. 國外實習之生活體驗

剛抵達美國時，我們三人對於要在人生地不熟和語言不順的地方一起渡過五個星期感到無比的焦慮，加上我們到芝加哥之前，周圍的親朋好友一直耳提面命我們，芝加哥是不太安全犯罪率很高的城市，要我們小心謹慎，使得我們更加不安。

我們的住宿地點是自己找的，位置在市中心，附近很熱鬧且食衣住行都很方便；然而我們為了省錢所以住的房型是需要跟另一位不認識的人當室友，很幸運地我們遇到了第一位人很好的室友 Ann，她帶我們熟悉飯店的設施，陪我們去買地鐵票教我們如何搭乘芝加哥的大眾運輸工具，並帶我們出去走走，告訴我們飯店附近的超市及大賣場的位置，與她同住的一個多星期，我們十分感謝她的照顧和包容；接下來我們又換了兩次的室友，一位是來自義大利，另一位是來自韓國的女生，很高興我們都相處得很好，開心有這個機會讓我們認識來自不同國家的人並交朋友。

我們每天的上課路線搭地鐵並轉公車，從飯店到學校大約花四十五分鐘的時間，途中體驗著大城市的上班節奏，並看著形形色色的人們，讓我們感到很新奇；在這段時間裡讓我們最不適應的是金錢，在芝加哥簡單的一餐還吃不飽就要要價台幣約三百多塊，我們都狠不下心花錢，所以時常一餐當作兩餐的份，一半今天晚餐，另外一半隔天午餐，常常肚子餓；而付錢標籤上的價格絕對不適最終的價錢，往往都還需要加上稅，這一點讓我們感到不便，結帳時不能提早準備好銅板，在找零錢時很匆忙，有些店員沒耐心口氣很差，讓我們心情不好受。

我們除了在學校認真的學習之外，我們也豐富地體驗了芝加哥生活，我們預約參加芝加哥市政府提供免費的 City tour，去 Millennium Park 參加他們夏季音樂會，並搭地鐵四處探險，參觀了很多博物館和景點；這一個

月生活下來我覺得芝加哥這個城市沒有我們想像中的危險，它是一座標準的大城市，摩天大樓非常的多十分壯觀；交通很便利，搭乘地鐵和公車大部分的地方都可以抵達，可以說我們充分的體驗了芝加哥。

四. 國外實習之具體效益

透過此次機會看見其他國家的文化及處理事情的方式，讓我們能夠學習到值得我們效法的事，及激發我們有其他創新的想法。

在這四星期中我留心觀察了他們的公共設施，發現芝加哥城市設置了很完善的無障礙空間，不管是公車還是地鐵每台或每節車廂一定會設置輪椅空間，而且不管小商店、大賣場或百貨公司每家店一定會有無障礙的大門和通道；另外不管什麼樣表演，台上一定會有手語翻譯人員，給聽障人士能有一樣的機會來參加，這些事是讓我印象最的深刻，覺得很值得台灣學習。

五. 感想與建議

我真心認為國際見習是一個很好的學習經驗，讓我有機會體驗國外的學生生活，開拓視野，並增加新的想法。

在不同的環境中，當然會有不同的做事方式，台灣也會有值得別人效法的事情，但是我們不能只停留在現狀，我們應該努力求進，期望能夠使台灣成為完善的一天。

六. 活動照片（至少 5 張）



University of Illinois at Chicago,
Department of Disability and Human Development



Visit Glen Vi



Watch Air & Water Show with Kelly



Picnic at Chicago Botanic Garden



Sumithra(Left) and Miguel(Right)



Yochai



Visit TECO

*** word 檔格式至少三頁，中文字體標楷體 12 級字；英文字體 Arial12 級字。**務必回傳電子檔。*****