

高雄醫學大學 112 學年度 2 學期 教師專業成長社群期末成果資料表

社群名稱	醫學人文跨域專業教學成長社群		
召集人	呂佩穎	學院別	醫學院醫學系
社群主題介紹 (200 字內)	<p>本社群成立之目標為透過辦理不同主題之讀書會、工作坊、講座分享，提升教師對人本化跨域核心能力（如正念、反思、溝通）等專業知能，進而協助教師能更有技巧性地將「以人為本」的概念融入於課堂中，體現本校在「以病人為師」之人文價值理念下，長期致力培育醫療及健康照護專業從業人才，和注重醫學專業知識及社會人文關懷精神的跨域結合。藉由人文醫學教育之「人本化」內涵的探討，分享與時俱進之教學方法、評量方式等相關知能；透過工作坊和小組討論，系統性規劃及研發以人為中心之各種教學法，培養具專業知能、團隊合作、反思能力、溝通能力、同理心、跨文化能力、復原力、自主學習之健康照護專業人員。</p>		
活動概要 (300 字內)	<p>為推動本校教師在課程中融入人文議題及人本化觀念，培育具有專業知能、同理心、自主學習、跨文化溝通、自我照顧、反思能力之健康照護專業人員，藉由成立「醫學人文跨域專業教學成長社群」，讓教師在參與社群活動時能透過「對話」，提升人本教育相關知識及經驗，促進教師成長、增進對健康專業教育設計之創新，及探索知識融入課程設計之應用。正念（Mindfulness）近來為健康照護的新興概念，我們透過正念的實作練習，正念與溝通，從正念到復原力的教學設計，替教師量身打造由內而外，推己及人的正念教學。期待在本校未來的課程中，能帶給學生更多的正念與更強的復原力。</p>		
本期成果 (請依社群特色及目標列舉，300 字內)	<p>1. 03/12 正念融入課程 凌主任此次前來本校的演講，先從正念的介紹開始，然後帶領學員進行呼吸練習、身體掃描等正念實作，最後與學員討論將正念融入生活與教學的方式。 因為同為醫學教育人員，在場學員藉此機會討論正念對於教學與學習的重要性，以及融入課程的方式。</p> <p>2. 04/19 樂音正念 本次課程主要分享如何透過聲音、音樂、聲波等相關活動來培養正念。透過聲音與音樂相關活動，引導練習正念技巧，將正念技巧融入教學活動之中，除了容易引發學習興趣、培養正當抒壓管道外，亦可練習集中注意力、覺察身心變化，進一步協助個人掌控自己的想法與情緒，隨時根據身心訊息作出彈性調整。在簡單有趣的聲音、音樂環境下，學習自己並引導學生平衡身體-心理-社會三方面均健康之正念技巧。</p> <p>3. 05/03 正念自我照顧 正念自我照顧是一種運用正念練習、提升自我覺知、認識自我的慣性反應模式、學習有智慧地與困難共處、能夠有衝動但不行動、啟發對己對人的慈悲心、以及調節身心壓力的方法。 胡慧芳醫師將以培養日常生活中的正念為主，希望讓所有人都能以較低的門檻輕鬆學習，並且如何在日常生活中應用這些所學來處理困難，同時培育喜悅、慈悲、平等和智慧。</p>		

活動照片



想加入此社群，請聯絡召集人(或協助人員) e-mail: 賴怡伶 R121096@kmu.edu.tw