

敏惠醫護管理專科學校 護理科

「學習分享・職涯規劃」校友座談會

證照考準備及升學與就業經驗分享實錄 II

一、校友介紹：

姓名	蔡舜飛	畢業學年度	101 年
學歷	長庚科技大學護理系(就讀中)		
經歷	聖馬爾定醫院，急診護理師 3 年		
我最想跟學弟妹說的一句話	其實臨床很好玩！		

二、在校生提問：

◎實習相關	<p>1. 聽說全年實習作業很多，壓力很大，能提供如何盡快進入狀況的方法嗎？</p> <p>其實實習內外、產、兒、精及公衛的壓力基本上應該都是一樣的，因為尚未接觸過全年實習的學弟學妹，會有所謂的壓力是來自己給自己。</p> <p>由於根據每一站不同醫院及實習老師，我相信各位實習出發之前，老師應該會先給各科實習的注意事項，提早讓大家做好心理準備，只要提早先複習科目相關書籍及準備好用品，就可以放心快樂實習。</p>
◎執照考相關	<p>2. 國考科目多，可以分享學長姐的讀書計畫嗎？(例如：如何分配時間？要先看哪一科？多久前開始準備？如何準備？有效的讀書方法?)</p> <p>由於我是轉學生，從普通高中二年級轉學到敏惠的二年級，所以我可以說我是五年的課業當四年在念，一年級的科目很多只能靠隨堂修或重補修，當時可花了不少精神，在這過程中我體會到時間的重要性！</p> <p>護理師國考目前依然維持只要滿 60 分就過了，大家一定覺得五大科目要考試，根本就很困難，必須記得東西很多，但其實大家只要記住重點應考即可。</p> <p>由於轉學生因素，國考只能考二月份，因為延畢半年修課(還是四上上課睡覺睡太爽才被當掉…)，我在準備國考期間，已經先到臨床卡位，邊工作邊讀書之餘，其實我只花了將近一個月半的時間準備，所以讀書的時間分配就很重要。</p> <p>考試項目有五大科，基礎醫學、基護、內外、產兒、精公，</p>

一大科考 80 題，至少國考滿分是 300 分(國考及格滿平均 60 分)，在安排時間分配時要想一下擅長的是哪一個科目，對自己而言哪一個科最好拿分，設想自己五大科至少有把握拿到幾分，我的例子：基礎醫學(40)、基護(80)、內外(60)、產兒(70)、精公(70)。

讀書的優先順序的話，個人是認為基礎醫學太難，根本無法靠死背就能理解，所以我考前直接讀考猜(解剖、病理、藥物)，直接用死背的；基護是護理的根本，其實很好拿分，一定要把握住(整本都會考)；內外就必須花時間去認真讀，不可以放棄，很多學姐就是因為對內外無法理解，就放棄，這樣是最可惜的，而且每年國考會考的單元就是某幾個(心臟、腎臟、肺部、DM、CVA、CA)，只要把握住，其實很有機會拿 60 分以上的；產兒其實是還蠻簡單的，產科只要搞懂懷孕過程的一切，如懷孕各期的腺素分泌、陣痛分別、第幾產程、子宮頸開第幾頸、胎位問題、各種胎盤異常、高危險妊娠等等，兒科重點大多在某幾個常見疾病或重點，如川崎氏症、唐氏兒、G6PD、猩紅熱、玫瑰疹、各種疫苗及施打時間等等、小兒藥物計算題(楊氏等等)、新生兒，至少可以 65 分以上是沒問題；精神部分的話，要搞懂心理反射機轉(如投射、影射等)、妄想分哪幾種(關係妄想、色情妄想等)、常見疾病診斷(精神分裂症、躁鬱症等)；公衛的部分要清楚三段五級的內容、常見傳染病，粗細生死率等等的計算題、會再搭配時事考試，至少可以 65 分以上是沒問題。

3. 該如何準備執照考中的基礎醫學及內外科？可以放棄藥理嗎？

藥理實在太難懂了，基礎醫學的藥理部分，只有考前讀考猜應付；內外部分的藥理，基本上答案都只有 1 至 2 種答案，可以詳記是最好的。

4. 若是真的讀不完，哪些重點是一定要把握住的？

第二點已講明。

5. 準備執照考時，歷屆考古題是否加強準備？做考古題成效為何？

一定要寫歷屆考古題，基本準備國考項目還蠻廣的，我只念護理師捷徑及做五年內的歷屆考古題(10 份)，先把所有的科目念過一輪後，再做一份考古題，針對錯的題目參閱書籍做記憶提醒，並統計分數以瞭解自己程度大概在哪邊，這樣重覆再重覆將 10 份考古題全做完時，會讓你/妳已經嚇嚇叫。

6. 國考題目的困難度？

淺顯易懂，但時常有陷阱，必須思考一下。

7. 對於執照考的題目，臨床上的實務比重佔多少？

由於我在急診室工作，面對形形色色的病人，臨床實務與國考的實務比重佔多少約 6 成，但有很多很多東西其實在臨床才會接觸到，學弟妹期待未來。

	<p>8. 補習對於國考是否有幫助？ 沒有，主要是自己要不要唸書，只靠補習但不唸書，國考一樣補不過。</p> <p>9. 應如何紓解/調適面臨國考時的壓力/緊張？ 國考考過就是自己，每個禮拜安排讀書進度時，規律安排一天放假，做自己想做的事情。</p>
◎升學相關	<p>1. 二技的學習和一般大學有何差別？ 五專學習是正統學習各項科目，由老師照本科宣一一教，同學埋頭苦幹死記；二技比較偏向自主學習，老師拋出一個主題，同學必須分組討論及演練示範，比較有趣。</p> <p>2. 如何選擇一個適合自己的學校？哪間大學的師資和硬體設備較完善？ 沒有特別推薦哪一間大學，只要挑自己喜歡或離家、離工作近就讀的即可；當然風評越好的，相對越多人念，師資及硬體一定較完善。</p> <p>3. 目前二技護理相關的科系眾多，可否提供選擇就讀科系之建議？若是二技想轉相關科系，有推薦的科系嗎？ 護理升學目前相關科系有社工、呼吸治療、老人福利/照顧系等等，對這個比較不清楚，只專於護理系及醫學相關上。</p> <p>4. 若想升學，應選擇日間部還是夜間部？這兩者的課業壓力是否會有所不同？ 先仔細考慮清楚，想繼續升學或是先工作？相對面臨的學習步調及課業壓力大概會有所不同！ 日間部因唸書時間比較長，學校安排課業比較完善，同儕比較好互相照應，學習成效佳；夜間部因半工半讀，唸書時間短，課業安排比較無法妥當，同儕只有上課時間會到學校，學習成效有一定的局限。</p> <p>5. 二技的課程(含實習)如何安排？學習內容與五專有何差別？ 還沒參予二技實習，但在臨床協助二技實習生時，大多跟著學長姐學習，老師很少在單位出現，自己比較常需要思考如何照護病人，臨床學姐會不會拋出什麼難題等等，而五專是由老師隨時隨地在同學身邊協助，可以說天掉下來了，還有老師扛著，所以是蠻大的不同。</p>
◎就業相關	<p>1. 有些醫院提供獎助學金先簽約，依照學長姐的經驗，是否建議參加？簽不簽約的優缺點？或是畢業後直接到有興趣的醫療院所面試？ 不建議”醫院所謂的提供獎助學金先簽約”，但每個人的想法及喜好不同，無法給予太多的評論，因未來變數非常多，有聽聞醫院提供獎助學金但先簽的約長達5年，如果待不下去或臨時想跳槽等等，合約處理可能比較麻煩；畢業後確定有考上國</p>

	<p>考後，再面試比較妥當的。</p> <p>2. 如何得知相關就業資訊？ 現在的醫院基本上都是鬧護理師荒，不用擔心會沒有工作，應徵的資訊可從各家醫院網站使用線上履歷，填完資料後，等待面試電話即可。</p> <p>3. 若要參加職場面試時，該如何準備履歷資料？ 二吋照片、身分證件、護理師執照、相關經驗及簡單自傳。</p> <p>4. 就業後該如何選擇適合自己的服務單位？ 哪些單位可以學習到比較多技能？薪資差異？ 想一下自己擅長或有興趣的是哪些技能或科目，面時可以與面試官討論看看，無須急著答應！基本想學護理技能可以嘗試走急診、加護病房等等，薪資要看地區及醫院等級分別，相對業務量也有一定的不同，基本底薪大概 30K 左右。</p> <p>5. 對於不同規模/等級的醫院與診所該如何選擇？ 畢業後找工作該考慮一家醫院的哪些條件？ 基本上現在的醫院，醫學中心只聘用大學畢業的護理師，區域等級也開始慢慢沿用，五專畢業的大概只剩地區醫院或診所常會被聘用；目前沒有計畫想讀二技的同學，基本找工作可以從地區醫院開始找起，有計畫讀二技的學弟妹可以考量住家、醫院及學校距離作為考量。 選擇醫院方面，必須考慮薪資、升遷制度、交通安全等等，但很多時候必須進去嘗試之後，才知道這家醫院到底適不適合自己。</p> <p>6. 如果畢業後選擇先工作，之後是否真的有時間繼續進修？ 若是就業後想繼續升學，醫院會幫忙安排嗎？ 這情況像我自己的經驗，先在急診工作 3 年後，同事唸完二技後才輪到我唸書，醫院部分會幫忙的大概是護理長居多，因為要和同事商討輪班的事情及預班事情，兩年很快就過去，所以不用太擔心會受到什麼阻擾。</p> <p>7. 可否提供快速融入職場工作的訣竅(準備)？</p> <p>8. 臨床工作壓力會很大嗎？ 工作壓力一定大，但臨床照護哪一個工作壓力不大的，但是只要自我調適妥當，基本上都 OK。</p> <p>9. 工作後的收入和就業介紹傳單上的訊息是否有出入？ 我沒注意過是否有出入，領得到最實際。</p> <p>10. 就業後有得到什麼經驗是實習時沒有遇到的嗎？ 實際討論時再分享。</p> <p>11. 在臨床上，工作壓力大時會利用什麼方式來舒壓？ 跟學生時代一樣，吃吃喝喝！花錢買東西紓壓（不要模仿）</p>
--	--