

2008圖書館週「悅讀醫樂園」 活動紀實與意見回響

黃婉君（技術服務股）、黃嬪娒（推廣服務股）、李莊枚（推廣服務股）

2008年圖書館週「悅讀醫樂園」活動，就在11月28日「電影座談—囧男孩」的首波強打下，熱鬧的展開，緊接著登場的是音樂欣賞、醫學人文講座與資料庫講習等一系列活動，最後在12月5日的摸彩活動中，隨著最大獎得主的出現，也讓為期一週的活動開心的落幕。在活動籌備的過程中，館員們莫不絞盡腦汁來構思，要辦什麼樣的活動才會有人氣呢？活動內容跟醫學有沒有相關呢？準備的獎項有沒有吸引力？心裡莫不忐忑不安，直到活動開始後，得到讀者熱情的回響，心中的大石才得以漸漸放下。接下來就為各位捕捉各活動精采的活動花絮，讓我們一起來回味其中的樂趣。



圖1：李烈監製分享製片過程

壹、活動花絮

一、電影座談—囧男孩

有很多人問我們為什麼會挑「囧男孩」這部影片作為今年圖館週的活動之一？「囧男孩」跟醫學圖書館有甚麼關係？難道劇情中有描述到老師處罰兩個小孩到圖書館黏書，就可以跟圖書館沾到邊，就可以邀請到李烈監製嗎？其實與「海角七號」相較之下，「囧男孩」這部影片所談到的議題更發人省思，例如：「騙子一號」是來自於一個問題家庭，他的父親是一個精神病患，「騙子一號」這位小朋友如何自立自強並轉換角色反過頭來照顧他的父親；「騙子二號」是由阿嬤帶大的，也就是所謂的「阿嬤子」，他突顯了隔代教養的問題，也描述了臺灣傳統女性遇到困難時堅忍不拔的精神。種種因素迫使我們積極的與「囧男孩」工作人員聯繫，希望能邀請到李烈監製及楊雅喆導演到場演講，分享他們拍片的經驗與感想。

演講當天，李烈監製有條不紊的敘說當初為何籌拍「囧男孩」這部影片、片名的由來及尋找演員的過程；如何在有限的經費下，製作拍攝出這部影片以及創造出大格局的電影配樂。當然也回答了我們的疑惑：為什麼老師會處罰兩個小孩到圖書館黏書？這是因為導演楊雅喆從小就是在圖書館度過他的童年，只不過當時他是班上功課最好的學生，所以可以到圖書館黏書，同時也讓他有機會閱讀很多書籍，這個兒時經驗後來成了電影裡的場景，也變成了老師處罰小孩的最好的方法。

整場講座令我感觸最深的部分就是「勇氣」，李烈監製與楊雅喆導演不怕困難秉持著「勇氣」，製作出以小孩子為主角的電影，並且跟我們分享他們是如何在不干擾小朋友正常上課時間，給予他們訓練與培養感情，最重要的是「如何保有小朋友的真」。整個拍攝過程沒有浪費絲毫的資源與經費，讓我們深信只要事前有充分的準備，整個過程是令人愉快且結局是完美的。同時也有人問到有沒有籌拍續集的計畫，李烈監製的回答也令我印象深刻，她說：「我們都喜歡幫連續劇寫結局，為什麼一定要有結局，我不希望把故事寫死，因為劇中的兩個小孩將來會有什麼成就與故事，是可以讓大家去想像與發揮的，希望有人可以再寫出一個比囧男孩更棒的故事。」

在Q&A的時間裡，大家都非常踴躍的提問，每個問題都非常有深度與意義，李烈監製也一一回答，像是本院小兒心臟科吳美環老師、藥理學科蕭水銀老師及藥劑部鄭瑟音小姐等參與活動的讀者都認為，這是一場獲得精神與知識寶藏的座談會。

希望大家除了看「海角七號」這部振奮人心的電影外，也能去觀賞「囧男孩」這部影片，除了回憶自己的童年歲月外，亦能體會這個故事背後所帶來的意涵。



圖2：藥理學科蕭水銀老師提出問題與經驗分享



圖3：會後仍與李烈監製熱烈討論的同學



圖4：與李烈監製合影的幸運讀者



圖5：與李烈監製合影的工作人員

二、天籟之音／魅力人聲

這個活動是與兩廳院藝術講座宅急配合作舉辦的，邀請到國立南華大學民族音樂系陳美玲講師為我們帶來一場音樂饗宴，她以活潑生動的講演方式搭配歌劇欣賞，並舉目前最熱門的電影「海角七號」裡的人物為例，用最淺顯的方式帶領我們進入古典音樂的世界，讓我們瞭解歌劇中的女高音還可以再細分為花腔女高音等角色，當天並播放知名歌劇的片段，如「卡門」、「魔笛」，陳老師也應聽眾要求現場清唱了一小段「月夜愁」，優美的歌聲不但讓我們一飽耳福，也讓我們體驗了歌劇之美。



圖6-7：陳美玲老師準備的豐富教材



圖8：熱情參與活動的讀者



圖9：專心的讀者們

三、腦的美麗境界－優築生命

此場次特別邀請到本校醫學院精神科胡海國老師專題演講「腦的美麗境界－優築生命」，胡老師講述人們在21世紀優築生命，一般的心理調適技巧已不敷所需，必須從腦力健康開始，瞭解腦科學的知識、腦力的限制與有限性，以及保養頭腦的重要，才能以悠然的人生態度去面對生活中的種種挑戰，逐步建構心理健康與自我健康。

演講一開始，胡老師利用近年來精神衛生調查的統計數據，說明臺灣近40%的人，一天之中沒有足夠的放鬆與休息，以致於在面對現代生活急遽變遷與過多要求時，就容易顯

現出「腦力不濟」的現象，產生生活煩擾和精神障礙，甚至釀成家暴、死亡車禍、自殺等等層出不窮的社會悲劇。所以，老師強調在每天的生活當中，懂得「放鬆」是很重要的生活技巧。特別是在這變動的社會中，人們極須仰賴頭腦來思考、偵測周邊環境的變化與應對技巧，遂很容易落入追求卓越症候群等等精神障礙，因此，在演說過程中，老師不但提供了「身心壓力反應量表」、「腦保養量表」、「精神健康指數評量表」、「生活滿意度量表」供與會師生同仁上線〈<http://www.mhf.org.tw>〉自評、檢測身心健康外，他更提出精神健康之道（簡稱精健道）12步驟的具體建議，包括：

- 1、評估壓力反應度；
- 2、從事足定氣靜的腦基本操練法：不亂；
- 3、保養頭腦十全大法；
- 4、活出優質生命的源頭：當下、當日、當生；
- 5、活出幸福生命的源頭：不惑；
- 6、善用壓力：自我覺知；
- 7、評估精神健康：精神健康檢查；
- 8、一個世界兩個面向：從事兩元的思考；
- 9、豐富自我：輕反應、重經驗；
- 10、拉近人與人的距離：每週十分鐘關懷親友；
- 11、從事精健志工：精健道的社會運動；
- 12、歸屬感的追求：呼朋引伴加入臺灣精健伙伴家族。

有關上述精健道12步驟的詳細內容，參見本館醫學人文網頁

〈<http://140.112.128.46/lib-resource/lib05/lecture/index.htm>〉。

最後在提問時間，讀者熱烈拋出一連串的相關問題，像是「噪音對人精神健康的影響」、「每人耐壓能力不同，如何偵測病理性壓力反應」、「腦應有的理想休息睡眠時間長短」、「在高階精健道中，相互關懷，幸福感、歸屬感能促進身心健康的機制為何」、「哪些食物有助於保養腦力」等，老師也分別提出詳盡的說明與經驗分享。此場演講實況，



圖10：胡老師精采的演說



圖11：專心聽講的讀者

可連線至臺大演講網〈<http://speech.ntu.edu.tw/user/>〉，點選隨選視訊系列演講「醫學人文系列講座」即可線上觀賞胡海國老師精彩的演講內容。

四、醫學資料庫PubMed之基本功能介紹與檢索經驗分享

PubMed 為美國國家生技資訊中心所製作的免費生物醫學文獻資料庫，並提供部分免費及付費全文連結服務，不但專門且不受網域限制，對於所有的使用者來說，是最便利的醫學資料庫。此次講習活動除了介紹PubMed的基本功能外，還特別邀請到本校牙醫系曾琬瑜老師及護理學研究所博士班廖幼婕小姐從使用者的角度與情境分析的方式，來為我們分享她們在檢索PubMed資料庫上的經驗與小撇步，我們也從中學習與瞭解使用者的資訊需求，便於日後針對講習課程內容去做修正與調整。



圖12-13：高鵬主任致贈醫圖分館紀念品感謝廖幼婕小姐（左）、曾琬瑜老師（右）

貳、意見回響

為瞭解參加者對於此次圖館週「悅讀醫樂園」活動的看法，本館亦設計問卷請參加者填寫，以作為未來活動規劃改進之參考。本次圖館週系列活動共計342人參加，問卷回收195份，茲將調查結果分析如下：

一、基本資料分析

本次問卷調查之受訪者身分別，如表1所示，學生佔比例最多，計45位（佔23%）；其次為行政人員38位（佔20%）；其他35位（佔18%）；護理人員32位（佔16%）；其他醫事人員28位（佔14%）；老師和醫生各有8位（佔4%）。進一步分析勾選「其他」的受訪者身分，有研究助理，校外人士等。

表1：參加者身分別分析統計表

身分別	人數	百分比 (%)
學生	45	23
老師	8	4
醫生	8	4
護理人員	32	16
其他醫事人員	28	14
行政人員	38	20
其他	35	18
闕漏值	1	1
總計	195	100

二、獲知活動訊息管道分析（可複選）

從表2可知大多數讀者是從電子郵件獲知此活動訊息，計59位（佔23%）；其次為醫圖宣傳海報與院內廣播各計43位（佔17%）、醫圖網頁33位（佔13%）、臺大醫院院內網30位（佔12%）、醫圖電子報24位（佔9%）、其他，計17位（佔7%）及公文11位（佔4%）。進一步分析勾選「其他」的受訪者，填寫的管道包括：社團朋友告知或是同事告知。

表2：獲知活動訊息管道分析統計表

訊息管道	人數	百分比
公文	11	4%
醫圖網頁	33	13%
醫圖宣傳海報	43	17%
醫圖電子報	24	9%
院內廣播	43	17%
臺大醫院院內網	30	12%
電子郵件	59	23%
校總區校園資訊網	0	0%
其他	17	7%
總計	260	100%

三、對活動整體評價

1、講師的演說方式

在此次調查中，受訪者對於講師的演說方式表示滿意者為最多，計104位（佔53%）；非常滿意者，計83位（佔43%）及普通者，計8位（佔4%）。

表3：講師的演說方式滿意度分析統計表

滿意度	人數	百分比
非常滿意	83	43%
滿意	104	53%
普通	8	4%
不滿意	0	0%
非常不滿意	0	0%
未發表意見	0	0%
總計	195	100%

2、內容的豐富性

在此次調查中，受訪者對於這次專題演講內容的豐富性表示滿意者為最多，計104位（佔53%）；非常滿意者，計82位（佔42%）及普通者，計9位（佔5%）。

表4：內容的豐富性滿意度分析統計表

滿意度	人數	百分比
非常滿意	82	42%
滿意	104	53%
普通	9	5%
不滿意	0	0%
非常不滿意	0	0%
未發表意見	0	0%
總計	195	100%

3、提昇醫學人文／專業素養的價值

在此次調查中，受訪者對於這次專題演講認為有助於提昇醫學人文或專業素養，表示滿意者為最多，計112位（佔57%）；非常滿意者，計67位（佔34%）；普通者，計15位（佔8%）及未發表意見者，計1位（佔1%）。

表5：提昇醫學人文素養的滿意度分析統計表

滿意度	人數	百分比
非常滿意	67	34%
滿意	112	57%
普通	15	8%
不滿意	0	0%
非常不滿意	0	0%

滿意度	人數	百分比
未發表意見	1	1%
總計	195	100%

4、活動的時段安排

在此次調查中，受訪者對於活動的時段安排表示滿意者為最多，計103位（佔53%）；非常滿意者，計57位（佔29%）；普通者，計27位（佔14%）；不滿意者，計7位（佔4%）及非常不滿意者，計1位（佔1%）。雖然有82%的受訪者滿意這次活動時段的安排，但仍有極少部分的受訪者對時間的安排感到不滿意。

表6：活動的時段安排滿意度分析統計表

滿意度	人數	百分比
非常滿意	57	29%
滿意	103	53%
普通	27	14%
不滿意	7	4%
非常不滿意	1	1%
未發表意見	0	0%
總計	195	100%

5、宣傳管道

在此次調查中，受訪者對於這次活動的宣傳管道表示滿意者為最多，計106位（佔54%）；非常滿意者，計49位（佔25%）；普通者，計32位（佔16%）；不滿意者，計4位（佔2%）；非常不滿意者，計1位（佔1%）及未發表意見者，計3位（佔2%）。

表7：宣傳管道滿意度分析統計表

滿意度	人數	百分比
非常滿意	49	25%
滿意	106	54%
普通	32	16%
不滿意	4	2%
非常不滿意	1	1%
未發表意見	3	2%
總計	195	100%

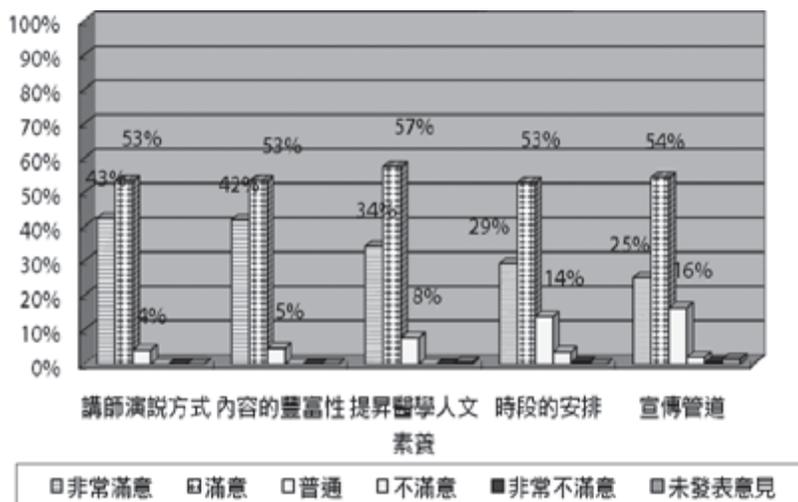


圖14：整體活動滿意度分析

整體而言，受訪者對本次活動的整體表現，由圖14可知大多表示非常滿意或滿意，其他對活動內容、時段的安排，部分受訪者也回饋館方諸多寶貴的建議，本館均將虛心檢討改進，最後感謝各位讀者熱烈的支持與參與，讓這次活動順利圓滿完成，期許本館年年都能充分利用圖書館豐富的資源，舉辦各式活動來回饋讀者。對於這次沒有參加到的讀者也別難過，請密切注意本館的網頁，明年圖書館將準備更豐富的活動等你們來參加喔！



圖15-17：公開摸彩 & 恭喜得獎幸運兒