

健康促進最佳代言人 —專訪考試院王秀紅考試委員



▲王秀紅委員的信念：個人健康與否，50%掌握在個人的生活型態（攝影：李於安）

5月6日週一早晨，編輯小組穿越連接院部通道，準備前往考試院進行專訪。我們提前到達王秀紅考試委員辦公室，助理很快地招呼大家入座，伴隨咖啡飄香。王委員以「今天我們就用輕鬆的方式來聊天」，開啟這段愉快、放鬆，有如師長對談般的親和時光。

從彰化到高雄 承載年少求學時光

王委員出生於彰化縣鹿港鎮，鹿港國小畢業，中學時期就讀精誠中學，電影《那些年我們一起追的女孩》便在此拍攝。王委員憶及就讀國中階段，正是九年國民義務教育開辦的第二屆，在升學主義掛帥的年代，許多人會選擇私立學校就讀，早期的精誠中學便屬於中部重要的私校之一，許多學子與家長對該校寄予厚望與期待。因此，每天從鹿港到精誠中學讀書的學生人數之多，需靠4輛學校專車接送上下學，

這段約莫 30~40 分鐘的車程，承載著無數升學菁英的青春歲月。畢業後，和多數人一樣希望續留故鄉，因此選擇並考上彰化女中，等同年少歲月都在彰化求學，未曾遠離家鄉。王委員告訴編輯小組，記憶所及，她的學生時代幾乎都在念書，當然休閒期間也會看電影或小說等讀物；特別的是，她常被學校選出代表參加演講比賽，最好的一次還獲得全縣第三名的佳績。

高中時，王委員選擇了自然組的第三類組（丙組），就此埋下她與醫護界巧妙的緣分種子。大學聯考，因緣際會考上高雄醫學院（下稱高醫）護理系，自此，開啟了她在高雄數十年的點滴生活。王委員稱：「大學期間就到高雄的我，現在已是道地的高雄人了。」

燭光光輝 點亮未來前程

高醫在 43 年創立，由臺灣第一位醫學博士杜聰明先生倡議成立並擔任創院院長，陳啟川先生擔任創院董事長，是臺灣第一所私立醫學院，於 88 年改名為高雄醫學大學，可謂歷史相當悠久，也培育許多醫界人才，創院時有醫學、牙醫、藥學、護理等 4 系，其中護理系於 64 年由「護理專修科」改制為「護理學系」，王委員正是高醫護理學系第一屆學生。

王委員在高醫接受完整的護理教育與訓練，編輯小組順勢請教，大學教育對她最大的影響為何？王委員說道：「護理教育對我至關重要。然而，人的一生中，通常不會單純只被正式學校教育所影響，其他周遭的人事物都可能讓人生有所啟發、豐富。高醫當時僅有醫、牙、藥、護 4 個學系，在小小校園中大家彼此熟識、感情融洽，使大學生涯留下許多印象深刻及美好的回憶。」

首先，她談到當時高醫的院長—謝獻臣博士提倡無性別

廁所的概念。王委員解釋：「謝院長認為醫學探討的是人體，所治療的是病人，並不會去區分病人是何種性別而選擇要不要做治療，因此，廁所無需分男女，希望免除固有的框架，這個想法在當時算是很前衛，同學們也都習以為常、不以為意。然而，隨著時代的演進，以現今的性平觀點，對此現象或有不同的見解和看法，因為無論是何種性別，都應有屬於各自的隱私。」

大學求學階段，除課業之外，王委員亦徜徉在許多課外活動之間，比如社會服務性質的社團——幼幼慈惠社，利用課餘時間，前往輔導小兒麻痺或是弱勢學童的課業，對於社會關懷有很大的啟蒙。另外，也參加阿米巴詩社，詩社對於社會現狀非常關心，時常舉辦詩作或文學討論會，針對時事進行交流。王委員莞爾說到：「我不是詩人，也不太寫詩，但我喜歡讀詩、喜歡文學作品，參加詩社可以和許多同好密切互動，文化涵養也在無形中養成；詩社後來也出了許多醫界名人，例如曾貴海醫師、王浩威醫師、陳肇文醫師等。」喜愛詩作文學的王委員，也參與系創刊號《燭光》的製作，藉由文字的編輯培養寫作能力、編排美感，過程中與社會脈動有更多的貼近。

高醫碩士階段培育 點燃研究的興趣

韶光荏苒，大學四年的時間轉瞬而過，畢業倒數之際，對於要出國發展還是留在國內進修，王委員也曾經歷一番思索，最終決定留在國內進修。當時，國內的護理研究所微乎其微（國防醫學院護理碩士班才剛成立）。因此，王委員選擇續留母校，攻讀熱帶醫學研究所。高醫熱帶醫學研究所（下稱熱研所）於66年設立，以原設置之「熱帶醫學研究中心」擴充成立，由當時的高醫院長謝獻臣博士兼任所長，分設熱

帶基礎醫學組、熱帶臨床醫學組等 2 組，初期招生名額不超過 10 人，基礎醫學組包括公共衛生、微生物學、寄生蟲學等，臨床醫學組則包含病理學、內外科學等。

談到準備研究所考試的過程，王委員笑說，熱研所入學考試不分學系，部分應試科目，她在大學階段沒有修習過，例如生化學，當時這個科目是在快速自學下應試，還好本身國文與英文底子不錯，靠這兩門分數的加持，才得以順利考上熱研所。王委員表示，原本進入研究所時想攻讀微生物免疫學領域，但謝院長認為公共衛生與護理密切相關，建議她選擇公共衛生領域，因而，拜入時任醫學系公共衛生學科張博雅主任（後來擔任衛生署署長）門下。

王委員說道：「那時候我們碩士生好像被當成博士層級在訓練！」為什麼會有如此感悟，主要是因為張博雅主任擔任論文指導教授，另外，再邀請時任衛生署副署長的李悌元教授擔任碩士論文之共同指導教授，碩士研究生有兩位指導教授的情形並不常見。此外，就讀期間更被安排暑期至位於新莊的「公共衛生研究所」實務訓練。當時，研究所許多師資都是從臺北、甚至剛留學回國的老師，不辭千里到高醫授課。王委員認為這些規劃，都是謝院長不惜成本地在投資學生。經過研究所的培育、淬鍊，王委員以公共衛生角度撰寫論文〈高雄市苓雅區民眾健康狀況、疾病知識及健康態度之調查〉，於 1981 年取得碩士學位。

碩士畢業後，原以為自己可繼續在公共衛生領域進行研究，但當時謝院長有感於高醫護理系師資不足，希望王委員能回到護理系擔任教職。王委員解釋：「大學就讀的護理系，少有師資是護理背景且具碩士學位，以大學護理系（大護）而言，國防醫學院是第一所成立的學校、緊接著是臺大，高

醫是第三所成立，在私立大學中則屬於第一所擁有護理系的學校，在這樣的歷史脈絡下，師資只能一步一腳印的進行培育。從公共衛生被安排回到護理系，命運轉輪也隨之改變，在接受了學校重點的投資、培育，人生的轉折和風景就此大不相同。」王委員開啟教育領域的職涯，自此春風化雨、桃李天下。

不過，回到護理系擔任講師，她也細心觀察，發覺系上的教學對「研究」稍顯不足。由於研究所的訓練，讓王委員喜歡上研究及論文寫作，於是她將研究的概念融入課程設計，並且邀請所有老師進行分組指導學生研究。她說明：「碩士的培育，使得研究變成是我的例行工作，幾乎是“keep thinking, keep writing”。然而做研究不是馬上就可以發表，從資料蒐集到資料分析，需親力親為。自 70 年到護理系教書，幾乎每一年都持續進行研究以及論文發表，以保持自身的研究量能。」王委員很感謝那時候系上老師們願意一起配合這樣的教學規劃，這不僅培養學生的研究能力，也提升老師的研究知能，更欣慰的是，當時指導的學生，大四就共同在期刊上發表了〈高雄市衛生所及婦產科醫療院所護產人員對家庭計畫知識、態度及行為之比較調查研究〉一文，這些學生後來大都取得了博士學位。

秉持對研究的愛好，王委員持續地發表期刊論文，將所思、所想透過文章撰寫分享讀者。82年，她從得過醫療奉獻獎的「護理界國寶」鍾信心老師手中，接棒了高醫護理系系主任。王委員回憶：「如果要分享我與鍾老師的故事，可能三天三夜也聊不完。」，同時從書櫃中拿出由王委員主編、有關鍾信心老師生平經歷的《信心90·護理傳承》一書給編輯小組閱覽。礙於訪談時間有限，本次專訪未能深入聆聽王委員與鍾信心老師的故事，實在可惜，然而在王委員提及鍾老師的簡短數語當中，仍能感受這段亦師亦友、忘年之交的珍貴情誼。



▲《信心90·護理傳承》書封
(圖源：博客來網路書店網站)

美國求學啟發「女性主義」及「自我健康管理」信念

王委員有過赴美進修的經歷，編輯小組對於此等難能可貴的故事存著好奇，也順勢請教王委員這段人生旅程。王委員表示，赴美共有兩段經驗，第一段是76年至78年和全家同行，當時緣於同在高醫任職的另一半計畫出國進修，王委員詢問謝院長，她是否可以和先生共同赴美？謝院長欣然同意並表示：「全家能夠一起出國，先生在國外不但能安心，並且可以好好地做研究，這是非常好的事。」對此趟赴美進修能夠成行，王委員滿懷感激地說：「謝獻臣院長是我人生中最重要的人。」

1990 年代末，王委員開啟此趟全家赴美的旅程。她先後到德州大學聖安東尼奧分校（University of Texas-San Antonio）、俄亥俄州辛辛那提大學（University of Cincinnati）等兩所大學護理學院進修。王委員在國內碩士修讀公共衛生以及基礎醫學，並非單純護理專業，基於此，在進修時選擇修習護理理論以及社區相關課程。甚至，修習「女性主義」課程，課堂上的討論讓她發覺原來護理與女性主義之間有著莫大的關聯性，對後來的研究及思維產生深遠的影響。回國後，王委員陸續發表女性主義相關論述以及婦女健康的文章、書籍，並且參加婦女團體等，這段經歷讓她深感：「這是我人生的另一轉折。」

第二段是 84-87 年獨自攜女赴美進修。由於當時護理博士大多從美國留學歸國，且美國在護理教育引領世界、非常地扎實，這使得王委員萌生了再次赴美進修的念頭。除此之外，自王委員接任系主任後，開啟與美國阿肯色大學（University of Arkansas）護理學院國際合作交流，且互動頻繁。為使自身研究經驗更為豐沛、眼界更為開闊，王委員確定了出國進修的意念。隨後便與當時的蔡瑞熊院長商量此事，並提出辭去護理系系主任一職，蔡院長起初並未允諾，並且說服王委員留在國內，但她認為自己即使有行政職位，在學術研究上無法有更多的進步空間，最後非常堅定地放下國內教職及主任職前往美國。

在申請學校時，王委員申請到幾間優質的學校，包含伊利諾大學芝加哥分校（University of Illinois Chicago，簡稱 UIC）、凱斯西儲大學（Case Western Reserve University，簡稱 CWRU）以及德州大學奧斯汀分校（University of Texas at Austin，簡稱 UT-Austin），最後擇校的原因，王委員分享：「由於系上已有一位老師要去

CWRU，因此，我就在其它間學校做選擇，後來擇定 UT-Austin，其中一個原因是我本身很喜歡 Texas（德州）的人文、氣候，也曾在 San Antonio（德州聖安東尼奧）住過，這讓我最後決定到 Austin 攻讀博士。」

另外，王委員也提及：「一直以來，對於健康促進領域非常有興趣，恰巧當時有位教授的研究專長是螺旋型健康促進模式，研讀她在國際發表的文章，覺得教授的理論很適合我的研究興趣，於是選擇她為指導教授。」王委員回憶，當時去找指導老師時，教授將其履歷印出來，驚訝地表示：「Your research list was very long!」。當然，教授欣然收了王委員這位學生，因為有豐富研究經驗就不需從頭費時指導。

修讀博士期間，王委員的研究方向是以婦女的健康促進為主軸，並且挑選鄉村老年婦女為研究對象。選擇這個主題有幾項原因，第一個是老年婦女相對弱勢，無論是經濟上亦或是年齡上，相對於其他群體較不受重視，再者偏鄉地區的資源並不充足，因此，讓老年婦女擁有「自我健康管理」的概念是非常重要的。王委員以自我照顧與健康促進（self-care and health promotion）理論為研究模型，撰寫博士論文“A model of self-care and well-being of rural elderly women in Taiwan”。同時表示，她想翻轉人們普遍對老年人身體功能弱化，認為再怎麼努力都無用的觀念，因此，喚起老年婦女自我健康管理的意識，亦即「自己的健康自己管理！履行健康促進永遠不嫌晚。」王委員的信念是一個人是否健康，大部分的責任在自己，因為健康與否，有一半的因素掌握在個人的生活型態上，其他較無法自我掌控的，例如健康醫療體系、個人基因或遺傳因子、以及環境因素等。

生活觀體現自我健康管理

談到自我健康管理，編輯小組在王委員的辦公室內看見一台簡易型跑步機，王委員笑稱，前幾年，都是利用中午午休時間與同事到室外走動，但常因為天氣太熱而大汗淋漓，近來買了跑步機，這樣就能風雨無阻地利用午休時間累積「天天一萬步」。王委員分享其理念：「Move to Health，意思是要動才能往健康邁進，不管是走動跑跳，能站就不要坐，能坐就不要躺。因此到外面參加活動或是搭乘高鐵，我都盡量提前 20-30 分鐘，讓自己有多一點活動時間。」說著說著，王委員拿出手機打開計步 APP 給編輯小組看，紀錄上顯示每天王委員平均步數均超過一萬步，真的很令人佩服能維持這樣的健康習慣。

除此之外，王委員每天都會測量體重，並認為這是自我健康管理的習慣之一，除了早晨量一次、睡前再測量一次，以控制自己的體重在標準範圍內。王委員表示，每日花幾秒鐘站上體重器，就可以提醒自己適度的飲食控制，例如當某一餐攝入較多、就可在下一餐搭配小餐或不餐。當然，有些食物偶爾還是可嘗試，比如甜食等，畢竟口慾的滿足也是一種快樂，可以增加腦內啡（Endorphins）產生。

北上加入行政院衛生署團隊

2000 年代，政府欲推動長照政策，時任行政院衛生署陳建仁署長邀請王委員擔任副署長，規劃推動的政策剛好是王委員擅長的兩個領域：婦女健康、長期照護。學而優則仕，因為具有專業實務、研究教學經驗，也可為政府做一些事，基於此信念，王委員接受邀請，離開了深耕多年的高雄，隻身前往臺北。

王委員於 93-97 年擔任行政院衛生署副署長期間，藉由

個人專長，協助推動「長期照顧十年計畫 1.0」、「性別主流化政策」、以及婦女健康、健康促進、護理人力發展等政策；另外，亦有一段時間協助督導藥政處、食品衛生處、疾病管制局業務。衛生署各項業務與人民健康息息相關，任何一項發生問題，都受到社會各界以及人民的重視、關注，而在當時，緊急程度最高應屬食品安全議題。

由於每個人每天都會接觸到食品，因此食品安全的風險管理及危機處理顯得格外重要，不僅在發生當下要有所因應，事情發生過後，更要建立一套 SOP 以預防事件再次發生。王委員以逢年過節的食安問題為例，說明未雨綢繆的過程，首先，重要節慶來臨之前，就須預先加強食安稽核，以期減少事件發生的機率或降低事件所帶來的衝擊，並事先規劃危機發生的可能情節及處理 SOP，與第一線縣市政府衛生局密切合作，即時接收各地彙報，中央站在督導立場，給予地方支持以及指導方針。

遙想當時，王委員說：「我們建立一個良好的機制，亦即署長、三位副署長、主秘等人，一星期固定要有三次見面或電話會議，以利緊急事件的即時處理。有次因公務剛從國外回來，下飛機回到家正準備梳洗，就接到緊急食品事件需即刻處理的電話。平常每個週末假日也都戰戰兢兢。另外，我們也建立衛生署、環保署、農委會三部會副首長定期會議，以確保從農場到餐桌(From Farm To Table)的食品衛生與安全。」

性別概念養成錯綜複雜 性平環境經營人人有責

近年來，性別議題隨#MeToo 浪潮再次浮現，112 年修正公布性平三法（性別平等工作法、性騷擾防治法、性別平等教育法），修正條文於 113 年 3 月 8 日施行，提醒社會大眾

不論在校園或工作場所，更應具有性別意識。另外政府自 94 年積極推動性別主流化工作，以性別統計、性別預算、性別影響評估、性別分析、性別意識培力、性別平等專案小組運作為主要推動工具，迄今已近 20 年，現今社會的性別教育與以往相比，是否有所進步？

王委員表示，近年來政府及各機構團體積極推動性別教育，主要在提升性別意識。一般而言，sex 與 gender 兩者中文均稱為性別，相異之處在於：身體結構之差異為 sex，gender 則是社會建構之差異，例如，有些人之身體構造為男性，但從小傾向所謂女性或中性氣質，久而久之，可能自我認同為女性或其他性別。一個人對性別的概念會受到自家庭、學校、社會等影響，歷經環環相扣建構而成。至於每個人對性別平等的意識，何時會被喚起(awaken)或是擁有性別敏感度，會因個人過去的經驗而有所不同，有時並非教育即可輕易改變，但繼續教育確實是一種改變的管道。在醫事人員的繼續教育中，需取得性平教育積分。王委員曾發表一篇〈醫療體系中性別學養的意涵〉文章，即被列為醫事人員繼續教育課程。對於性別議題，王委員亦說，「第一步應學習尊重人及不同文化，不同性別也有文化差異，應相互理解、接納、包容，並培養性別的敏感度。」

至於為何現今性平事件會湧現？王委員表示：或許是因為政府多年推動性別主流化政策，民眾已可透過各種媒體及管道了解性騷擾或性別不平等議題。過去許多性別不平等的現象常被視為理所當然，比如妻子冠夫姓、男性選擇理工科學、女性選擇人文社會、護理限女性、軍警限男性等。如今推動性別主流化後，已將就學、就業等性別機會均等的價值理念，融入決策過程中，並促使各機關及各界，在資源配置上應考量不同性別獲取或享有平等待遇。這些努力及成果，

促使我國的性平指標在亞洲地區名列前茅。#MeToo 事件的發生，趁此可藉機從個人、教育、組織系統、法制等層面加以檢視探討，相信每個關卡仍有進步的空間，每個人也都有責任讓社會更美好。

教、考、用密切配合 共同為國舉才

王委員於學界任教數十年，自行政院衛生署歸建高雄醫學大學（下稱高醫大）後，先後擔任高醫大護理學院院長、國際事務處國際長、副校長以及台灣護理學會理事長等職務，而後被提名擔任考試委員，進入考試院體系。



◀111年1月5日考試院92周年慶舉行「用人機關參與選才的機制探索」座談會大合影（資料來源：考試院網站）

王委員坦言，過去雖曾擔任國家考試典試委員，但進入考試院前，對考試院並不甚瞭解。常言道「教、考、用連結」，但國家考試結果，大多會檢討考試端的責任，就她的觀察，認為教育端連動至考試端，以致影響到用人端，三者環環相扣密切關連；亦即國家考試在教育體系、考選體系、用人機關/機構三者應建立有效溝通平台，用人機關/機構並應積極參與為國舉才，方可縮小之間的落差。

王委員亦強調，公務人員與專技人員於教考訓用之緊密程度有所不同，公務人員考試中「考、訓、用」之間連結比較強，而專技人員則是「教、考、訓、用」需緊密連結。對於公務體系而言，公務人員之適任性為首要，拔擢應特別著重錄取人員之基礎能力與素養，例如人格特質、邏輯推理、抗壓性、溝通協調等能力。公務人員考試變革的第一階段——減少應試科目及逐步增加口試及占比，在許舒翔部長任內已完成，未來，改革之路仍需持續精進。

擇才策略多元 期許逐步精進公務人員考試

依現行公務人員考試相關規定，公務人員考試錄取人員需接受至少 4 個月之訓練，訓練成績及格方得取得考試及格，目前這樣的制度是否可有效解決「雙盲」困境？對此，王委員說：「錄取人員在保訓會 4 週的基礎訓練，以及任用機關 3 個月的實務訓練，是用人機關或單位最佳時機，可透過與學員近身觀察與互動，了解個人特質及適配程度。據統計，公務人員訓練階段通過比例約 98%，這表示錄取人員都足以適任？抑或是訓練之汰離機制難以落實？應可進一步深入探討，以達擇優汰劣之功效。」

我國現行文官制度已行之多年，不易快速改變，需經常與利益關係人(stakeholders)及社會大眾溝通，逐漸進行觀念改變或翻轉。王委員提到：「對於改變，大部分人都會先抵抗，因為不變是最安全且最省時省力的情況，我過去進行台灣護理學會領導變革培訓計畫『Leadership for Change』時，首先要訓練學員的自我改變，如此才會有所成長。個人改變之外，還要促動組織改變，例如公務體系的『科』是承上啟下的重要單位，從『科』開始畫出同心圓，帶動單位的改變，甚至同心圓逐漸往外圈擴展，從個人的改變影響組織

層次的改變。」

如何詮釋公務人員考試數據以妥適招攬人才

每年7月舉辦之公務人員高等考試三級考試暨普通考試（下稱高普考），是學子與民眾進入公務體系的主要途徑之一。高普考需用名額多，機關提報職缺多、類科多，錄取分發區遍及全臺，然而近年高普考報考人數呈下降趨勢，如何吸引民眾尤其社會新鮮人，投入公職領域，是考試機關及用人單位關注的議題。考試院及考選部近年來，多次至各大專院校進行座談，王委員亦奉獻心力多次參與。編輯小組請教王委員，就這段時間觀察學校這些年輕人，有沒有比較好的方式將他們延攬到公務體系？讓年輕人覺得擔任公務人員是具有價值的工作？



▲王委員至輔英科技大學進行國考宣導（資料來源：考選部）

王委員表示：「這個問題就如同現在護理人力荒一樣，不在於全然強調工作價值及忠誠奉獻理念就可吸引年輕人加入公部門，或可透過世代溝通，理解新世代年輕人的想法與需求。年輕人是否選擇進入公部門應該是許多因素交織而成的複雜現象。公部門主動前往大專院校進行座談，並透過各種管道與策略，讓學校師生及社會大眾更了解國家

考試的現況，也可聽取真實的聲音與建言，相信也有部分的成效。」或許有人會問，為何宣導後報考人數仍逐年下降？王委員提到，由於公務人員採擇優錄取，相對競爭，以公職護理師為例，近年來每年需用名額大多少於 10 名，報考人數每年約 300 人，錄取率約 3.5%，由於職缺少、報考者眾，多數人需花好幾年才上榜或最後放棄。

王委員說：「近來常被提及公務人員考試報考人數近 10 年減半，原因為何？應該要有更多的數據去分析，數據後面的解釋才會更精準，例如少子女化、錄取率低、投資成本高、業界薪資高、公職限制多、追求斜槓人生、工作與生活平衡、退休福利等諸多因素交織成的現象。」



▲112 年 5 月 29 日考選部舉辦之公務機關協助人力招募座談會（資料來源：考選部網站）

臺灣大專院校很多，高中畢業升學至大學的比率超過 9 成，要鼓勵優質的畢業生選擇公職行業，除了延攬之外，王委員表示，公務人力的栽培亦為重要。國家應積極投資培育公務人員，而她認為選送出國培訓是重要的選項，可提升國際觀及國際交流。國家要如何留才、又如何進行國際觀培育，是值得思考、規劃的方向，也可以參考其他國家的做法，例如新加坡、泰國、韓國等國積極培養年輕人及學生，這些培養的人才，除了可提升個人的國際觀外，還可成為國家重要的國際人力資源。」

結語

公務人員是國家重要的人力資產，也是撐起國家文官體系的重要支柱，有優秀的公務人員，才能有優良、進步的政府。訪談的最後，王委員藉由美國甘迺迪總統所言：「不要問國家能為你做什麼，而要問你能為國家做什麼。」勉勵具有此熱情的莘莘學子、社會大眾進入公部門，一起讓公務體系變得更加美好、更加進步。

（採訪者：考選部卓梨明、翁千惠、李於安）