

和藹可親、樂於分享愛的語言－醫學系 邱爾德老師

現任國際長的邱爾德老師，親切隨和、樂觀開朗的長者風範常給人平易近人卻又睿智的印象。自緬甸大學畢業後，邱老師即回台就讀台大物理研究所，後赴美深造。父親深受中國傳統儒家思想濡沐，為人真誠踏實、盡心負責，一生奉獻教育、樹人無數。邱老師受父親身教影響，有感於成長過程順遂，懷著感恩、惜福的心情，體認隨時都應該對社會有所付出回饋，回臺重執教鞭期間不僅教學認真、不遺餘力，對學生更是悉心指導、關懷備至。



以身教教導學生，活得愉快又有幹勁

在人生經驗上，邱老師的教學態度從年輕時的追求理想漸漸趨向務實，也較能從學生的角度思考。邱老師認為，若學生表現不盡理想必有其原因，師長應釐清問題背後的因素並適時給予幫助，而非以結果評斷學生優劣。他常以身教教導學生「愛、互相尊重、正面態度、負責任以及感恩的心」，希望學生與他一樣，活得愉快、有幹勁又積極。邱老師也提醒同學，不要因重視成績而計較分數，事情也不一定要有利於己才去做。只要以正面積極的態度將該做的事做到最好，遇事懂得隨機應變，並重視團隊合作，在過程中必能有所收穫，結果是好是壞也就不必執著；最重要的是，要時時保持愉快的心情，開開心心，才能以最佳狀態與最大效率面對每天接踵而來的大小挑戰。

時時練習愛的 5 種語言

邱老師提醒學生應該時時練習愛的 5 種語言，包括表達感謝(words of affirmation)、服務的行動(acts of service)、身體接觸(physical touch)、精心時刻(quality time)及適時送禮物(presenting gifts)等，對象可從同學擴展到家人、朋友，甚至敵人；若對待敵人也能用上這 5 種語言，則敵人將變成朋友。

由導生主導安排導師生活動

邱老師認為，陽明的導師制度完善，其推動與落實可促使師長們更用心投入於學生關懷。每學期的導師生活動，邱老師完全尊重學生主導安排規劃，並給予學生最大的彈性。由於接任國際長後，出差次數頻繁，相對犧牲部分導師時間。他曾因此向導生提議更換導師，但導生們舉一反三，引用邱老師曾分享的「愛的5種語言」之一「Quality Time」回應，表示師生相處時的寶貴時光應重質不重量，只要能好好珍惜、利用難得的相聚時刻，即使時間有限，也能獲得最大效益。因此，邱老師利用週末或用餐時間，以1對1或至多3對1的方式與導生餐敘。在單獨對談的交心時刻，導生們往往將老師視為知心好友，分享生活點滴、傾訴心事與煩惱如感情困擾、人際關係等等問題，老師也盡己所能給予中肯實用的建議。事實上，邱老師認為大多不順心的事情只需讓其順其自然；而人之所以會感覺受傷、難過，也是在於自己內心從何角度出發思考，只要轉個彎，心境也會大有不同。所以處在逆境中要試著提醒自己淡化處理情緒，經長時間沉澱，就會發現事情並非當時想像般嚴重，當下過於執著、鑽牛角尖都是不必要的。

此外，因生活繁忙、課業繁重，導師生活動不易全員到齊，邱老師雖體諒學生的心情不予責怪，仍盼學生能珍惜把握難得的機會，盡量排除困難出席。如邱老師曾安排學長姊以過來人身份舉辦經驗分享座談會，有些導生臨時有事而錯失與學長姐們難得的互動機會，非常可惜。

對於輔導導生印象深刻的事，邱老師表示，導生於每次參加導生活動後，都非常用心撰寫心得報告，讓老師十分感動。此外，曾有一位同學在校車站牌處偶遇老師，立刻興奮、驕傲地跑向前並向同伴介紹「他就是我的導師！」，讓老師十分引以為榮。

老師也需要同學適時給予鼓勵

邱老師相信，良好師生關係建立在相互體諒的基礎上。老師若盡責又對學生好，雖要求嚴格，學生仍會欣然接受，反之學生自然會有所反彈。同時，他常提醒學生，老師與他人無異，也有來自各方面壓力，偶而也會感到挫折。在教學方面，除了學生們的成績表現，老師也很需要同學適時給予鼓勵與正面回饋，獲得更多動力與能量。

將學生看成自己小孩般寵愛

提到帶班小撇步，邱老師表示，將學生看成自己小孩般寵愛，他有信心會愈寵愈好，不會寵壞。他對導師工作坊所安排的盧蘇偉老師演講的內容中，有一點

相當認同：當學生有不佳的狀況出現時，其實是在傳遞一項訊息：「請您多關照我一些！」也因此，邱老師常將導生們視如己出地為他們設身處地著想，並以此理念為本與學生相處、分享。例如邱老師經常在出國時發現有趣的事或經歷，即會 email 與同學分享；喜歡看書的邱老師也趁著暑假閒暇之餘閱讀了不少書籍，包括理工類、生活類、勵志類、經營管理、人際關係或歷史文學等方面；翻開筆記本，滿滿的心得與重點註記，隨時準備與學生分享；真不愧是時時充實自己，好讓學生也能收穫滿滿的優良導師啊！

邱爾德老師 帶班心法小撇步

1. 理念：將學生看成自己小孩般寵愛
2. 行動：
以身教教導學生愛，活得愉快又有幹勁
時時練習愛的 5 種語言