

從求學與做研究習得的二三事

張玉玲*



在成長過程中，很幸運的，我的父母給我極大的信任讓我自由發展。我對心理學的興趣在高中萌芽，也因此選填心理系作為我的第一志願。大三時在同學呼朋引伴下，選修了徐嘉宏教授與梁庚辰教授開設的動物行為專題研究，雖然當時解剖老鼠的血肉模糊景象仍令我餘悸猶存，但在觀察老鼠腦部注射安非他命後的行為，完全印證教科書所寫的那一刻起，我便對探索未知的研究工作肅然起敬。記得在臨床神經心理學課堂上學習各種神經系統疾病時，有一個針對因切除胼胝體導致左右腦分離的裂腦（split-brain）患者的罕見研究令我印象深刻，豈料在爾後的醫院觀摩竟然接觸到真實的裂腦患者，當下不僅讓我讚嘆人類大腦與心智行為的奧妙，也看到臨床神經心理研究改善病患生活的可能性，於是更堅定了我繼續往臨床神經心理領域探索的決心。

* 國立臺灣大學心理學系暨研究所副教授

大學畢業後，考上臺大心理所碩士班臨床組，並如願師事花茂琴教授。老師追根究柢的治學態度，認真的研究精神及對於神經心理學的熱情與使命感，深深影響了我。那時適逢臺大醫院神經部神經心理檢查室的草創階段，身為花老師門生的我理所當然地被賦予重任，從週一至週六，每天都排滿了臨床行程。然而，也就是在這個階段，我獲得了在臨床上向各領域專家頻繁與密切學習的機會。像是在神經內科病房中被主治醫師問到啞口無言時，我就會立刻找時間弄清楚我所不瞭解的疑難雜症，好讓在下次巡房時能應對得上。對腦影像判讀不得要領時，我就厚著臉皮跟在影像醫學部的醫師旁，連續數月認真地學習如何判讀。我深深覺得，充實本職學能不僅是對做學問的自我要求，更是對病患的基本尊重。這個階段所接受到扎實的臨床與研究雙軌訓練，讓我在日後的學術生涯中受用不盡。當時每天早出晚歸，身體與心理承受巨大的壓力，於是我每天到臺大操場跑步，不但能紓解壓力，還讓我養成固定運動的習慣，可說是意外的收穫。

在美國攻讀臨床心理學博士期間，沉浸在豐富的神經心理知識殿堂中，如魚得水般地自在。然而對於一個要進到臨床領域，但母語不是英語的外國人來說，挑戰仍是相當大的。我還記得臨床上剛開始學習做心理治療實習時，一位有憂鬱症同時也有親子問題的中年婦人來門診接受心理治療，劈頭就質疑身為一個年輕亞洲人的我是否有能力協助她。對於一位新手來說，這無疑是場震撼教育，但遇到幾次後，我竟能對應自如。此外，我也曾有幾次進入山重水複疑無路的境地，例如我的博士論文研究對象為高齡者，且是具有輕度認知障礙的高齡者，然而我們實驗室先前並無以這類病人為受測者的先例，在經費與資源都欠缺的條件下，要完成此論文是難上加難。就在停滯不前即將放棄之際，意外取得資源，所遇困境便迎刃而解。類似的挑戰在博士班期間層出不窮，所幸在指導教授 Russell Bauer 與 Bruce Crosson 睿智、樂觀與幽默的引導下，以及同儕之間的友誼與支持下，竟都能一次又一次地出現柳暗花明的驚喜。這些經驗也深刻影響我日後對生活與學術的態度，讓我體悟到人生充滿各種可能性，機遇與挑戰往往共存，不論前路多麼崎嶇難行，只要堅定信念，勇於面對並持續認真地做好本分，人生就能絕處逢生。這個過程中也培養出我對挫折的忍耐力與問題的解決力，成為一生受用的資產。

在加州大學聖地牙哥分校擔任博士後研究員的階段，則是快速擴增研究夥伴連結的關鍵期。與一群志同道合的研究者，互相幫忙也互相成長，甚至在海邊一邊喝酒衝浪，一邊激盪出許多研究構想。這個過程讓我充分瞭解研究團隊的運作模式，也感受到團隊合作的樂趣與創造力。在體認到研究需要結合許多

人的努力與支持方能開花結果的同時，也讓我領會到牛頓所謂的「站在巨人的肩膀上」的意義而懂得感恩惜福。

回到臺灣大學任職後，因為師資不足，在每學年平均都須負擔超過三十學分的教學重擔下，如何能夠兼顧教學與研究，成為一大考驗。除了做好時間管理，以及運用學習階段所訓練出來的態度與能力之外，非常感謝這些年來臺大心理系與理學院的支持，以及科技部的經費補助，讓我的研究計畫能持續地進行。從事研究的過程包含從選定研究議題、進行實驗、分析數據、直到投稿論文，是一個漫長且辛苦的過程，而以高齡者為對象的臨床研究往往更加耗時費力，難以立即看到成效，因此研究前妥善規劃、做足準備、持續努力與堅持理念相當重要。這一切都要歸功由研究室歷年的學生與助理組成的研究團隊，一路陪著我教學相長，協助蒐集與分析資料，才能累積成現在的研究成果。

近年來我們的研究團隊從神經心理學的角度探討早期偵測失智症的心智功能改變及相關的神經機制有一些重要的發現，即便如此，仍有許多的未知的範疇必須透過與不同領域互相合作及應用新的技術，方能提升研究能量去一窺究竟。神經心理學在心理學領域中是一門相對新的領域，需要整合來自臨床心理學、認知心理學、神經科學與醫學，以及資訊工程等不同領域的知識與技術，才能瞭解人類心智功能與相關的神經機制，發展新的心智功能評估工具與介入方案，以及協助解決臺灣即將步入超高齡社會所伴隨而來的問題。我們的研究團隊很感謝許多志同道合的先進與同儕們，無怨無私地提攜與幫助我們早日接近目標。我們正將研究結果與人工智慧和機器人介面做結合，並發展行為介入方案來提升高齡者的心智功能，期待能做出對人類社會具有意義的貢獻。