培育部落的榮耀

Devote in the Education of the Young Generation from the Tribes

■ 文 ｜ 高夏子　慈濟技術學院護理系講師

（高夏子提供）

原住民在臺灣被視為少數民族，但卻不是弱勢，原住民同學在入校的考試，已受到政府立法的保護，而進入慈濟就讀，也可享有原住民公費的補助。在校園內，我是少數幾位原住民老師，從個人的成長歷程與從事教職以來看著更多的原住民學生投入護理工作，心中當然感觸很多。

改善缺點，不看輕自己

猶記當初自己也是受惠於原住民政策就讀國立護專，入學後便不再享有學校任何考試的加分了，一切都得靠自己的努力，因此我能體會，原住民的學生求學過程總是會遇到課業落後與壓力。雖現今的生活環境多有改善，但仍是有部分的原住民學生是處在經濟較困乏的家境中，在擔任老師的過程中看到認真向學的孩子，總教人欣慰，他們能體認要在課業上努力以減輕家庭負擔並以此榮耀家人。但也是會遇到需要老師們費心督促的學生，在校園內老

師們是一視同仁的態度對待每位學生，但不可否認的，原住民學生課業落後或上課缺席的情形也不少，而我並不是語重心長地勉勵，最常說的是用同等是原住民的身分，激勵學生不可輕視原住民的身分。以下分享個人的心得與對原住民同學的期許。

原住民護生在學業上的表現，理解力並不遜於任何人，但專注力卻稍有不足，這或許是目前大多數學生共通的問題，但近年來在學校看到越來越多的原住民學生積極、努力，原住民學生亦常出現在績優學生的行列中，這是值得讚許的。

而在心理因素方面，或許是原住民的本性樂觀，在學習過程中要注意，過分的樂觀會變成一種無所謂的心態，也因此在面對學習瓶頸的時候會出現毅力與志向動搖的現象，而會有跟不上進度的不利局面。

自身的原住民背景，讓高夏子老師非常了解原住民學生的優劣勢，也對學生充滿期許。

善用個性優勢，熱力療癒病人

我對原住民學生的期許，第一是希望他們善用自己的個性優勢；在一個團隊中如果有原住民朋友，很容易讓團隊具有和樂融融、笑聲

不斷的特點，因為原住民純真與樂觀豁達的個性，會即時反映內心情感，散播快樂的種子，因此能夠很快的拉近人與人的距離。

所以在照顧身體孱弱、心理低潮的病人時，如果有樂觀開朗的護理人員協助，病人的身心理都能獲得最好的照護與療癒。在護理工作上，這個特質是絕對的優勢。所以在從事護理工作時可以善用此開朗本質，建立醫病良好互動與信任，讓病人樂觀積極的面對疾病，更能使治療行為得到加乘的效果。

高夏子老師建議學生在照顧病人時可以善用開朗本質，助病人的身心靈早日療癒，但在教學上也嚴格要求學生的專業能力。

認同部落文化
學習團隊合作

還有，希望學生要有族群認同感；近年來族群與部落文化的保留已受到原住民本身的重視，因此需要有對族群的認同感。記得小時候長輩總是會提醒「不要忘本」，除了認同自己是原住民的身分，也要用心去認識和瞭解自己的部落健康照護之需求。在學校很強調人文特色教學，除了修習相關護理專業課程，也規劃了結合部落服務學習及實際關懷提供之課程，為的都是協助學生尊重不同文化與族群，認識不同原住民部落健康照護之需求，以培育學生具人文之涵養。

身為原住民，我們可以很

快速的穿越河床的礫石沙灘，因為這是我們身體的本能，所以覺得自然而然。但其實那是需要精密的手腳協調，在護理工作上也是一樣的道理，然而這卻是我們較弱的一環，管理與團隊合作都必須有更高更廣泛的本質學識做為基礎，而不能只是講求基本的臨床照護能力與反應而已，所以原住民要能了解團隊合作的重要，提升自己的管理能力。同學們必須體認學無止境、終身學習的必要性，除了在學校期間基礎技能的學習，畢業投入護理職場後，也必須抱持同樣的態度來面對與學習。

原住民學生必須更努力學習，營造部落的學習風氣，將來為原住民族提供具個別性且符合文化需求的健康照護。

多一點關注努力，守護原民健康

目前慈濟技術學院護理系學生約有四分之一是原住民，學校設立「原住民專班」的獎助辦法，保障了原住民學生求學五年期間的學雜費、伙食費、住宿費、書籍費全免，甚至每個月還能領有零用金，使學生在經濟上得到支援，減輕負擔，能專心於課業上。

因此原住民學生在學校護理相關知識、技能與態度的表現上必須更努力學習，不能只是期待「優惠」與「被優待」，未來在職場上發揮所學貢獻社會鄉里，進而更積極的表現在部落學習風氣的營造，藉由對原住民族健康上之照護需求，透過學校的學習，提供具個別性且符合文化需求之照護。

護理的價值在關懷與守護生命，只要我們能多一點的關注與努力，在護理專業的表現上必能夠更為多元與突出，屆時便會深深體會當初的選擇是正確的，且能以身為護理人員為榮。

珍惜身邊的長輩

To Cherish the Elderly by Your Side

■ 口述 ｜ 孫美琪 關山慈濟醫院居家護理師

在關山慈濟醫院服務已經十三年的護理人員孫美琪，從小就喜歡照顧別人，當看到同年齡的小朋友調皮搗蛋地玩起打架遊戲時，她就提議玩扮家家酒，然後扮演護士的角色，在路邊隨便採野草當作草藥，找塊布就幫其他小朋友包紮；長大以後，美琪因家裡經濟狀況不好，加上還有年幼的弟弟妹妹要讀書，於是她決定分擔家計，進而就讀護理系，當時的想法單純只想著「賺錢」。

「曾經後悔做護理，不是因為辛苦，而是看到人性的現實面。」她說：「進慈濟，一開始待在院內病房服務，八年前轉至公衛室走入社區居家照護，期間看過各式各樣的家屬。有的病患還在急救，家屬就已經在病房外吵著爭家產，有的棄老人家不顧，甚至讓病患睡在庫房的都有。」但心念一轉，覺得自己更應該要留在護理，照護更多這樣的孤單老人。當遇到家境不好的個案，她會將善心大德捐贈的醫療用品轉送，例如抽痰機、氣墊床等等；當遇到行動不便的個案，她會幫忙代買日常生活用品。她說，現在的想法就是「有力出力」。

一位中風近二十年的阿嬤，六年前骨折後就臥床至今，由於沒有子女，只能靠年邁的先生照顧，夫妻倆除了靠低收入戶補助過日子，阿公每天還會騎單車四處撿回收，用回收物換來的錢幫阿嬤買導尿管等。阿公不曾有抱怨，還將阿嬤照顧得很好。每當美琪幫阿嬤換尿管時，阿公總是帶著感恩的心謝謝美琪，阿公甚至會特地到醫院，手上捧著幾顆自己種的龍眼請美琪和同事吃。雖然是小小的心意，但美琪了解阿公想要表達的那分感謝。

在關山慈濟醫院服務十三年，孫美琪（中）的工作屬性讓她常看到病人家庭的問題，現在的她想著，能為病人多做一點，或許無法出錢，但能有力出力。攝影／陳慧芳

美琪說，居家護理師不只是照護病人，同時也是照顧者的訴苦對象；面對長期照顧臥床多年的親人，照顧者難免會倦怠，美琪會耐心的聽家屬發洩情緒，並且為了鼓勵家屬還會說出自己的故事……

原本娘家是臺東市阿美族的美琪，二十歲那年嫁到池上鄉的夫家，青春正茂的美琪一結婚，就是面對著除了先生以外，還有先生的父母、祖父母和弟弟等等共八口的一大家子，三代同堂，朝夕相處，有小孩之後就四代同堂，更忙了。除了養兒育女、操持家務，有護理專業的美琪更得負起照顧全家人的健康責任。

先生的祖父在三十幾歲就因中風而行動不便，美琪一嫁進來，就開始扛起照顧長輩的重擔，尤其是祖父。祖父後來尿失禁，情緒變得不好，兩年多前又不慎摔傷骨折，只能躺在床上，除了對負責照顧的美琪惡言相向，還不願意讓別人幫忙清理排洩物，甚至把髒的尿布丟滿地，到處塗抹糞便留給美琪處理。那一陣子，美琪每天從醫院一下班就是趕到市場買菜，趕回家煮飯給一家人吃，接著幫祖父擦身體、清理糞便，然後再整理家務。一天天下來，她也曾經因為疲憊而埋怨，但一想到自己是護理人員，如果她不做，就沒人會做了。

就這樣，美琪盡心盡力地照顧到祖父過世。對外人而言，美琪的擔子總算減輕了，但美琪卻很難過，畢竟是一個相處了十幾年的長輩；但想到祖父年輕時就惡疾纏身，後來又長年臥病，離開世間對他也是一種解脫。轉念之後，又想到家裡還有八十多歲的祖母以及公公婆婆，才慢慢放下對祖父的不捨。現在祖母雖然有慢性病，行動有些不便，但生活都可以自行打理，孩子也很懂事不必讓她操心。

美琪有豐富的照顧長輩的經驗，在社區居家照護時總是特別能體會老人家不願麻煩子女卻又害怕寂寞的心情。雖然從年輕時就因照顧老人家背負著沈重的壓力，但那一段有苦有樂的日子讓美琪深刻體會「家有一老如有一寶」，自己更從中獲得生活的耐力，知足而感恩，所以她覺得人人都應盡孝道，珍惜地陪伴身邊的長者。(整理／陳慧芳、吳宛霖)

護生體驗
深耕部落惜

The Voluntary Services of Student Nurses in the Tribes in Taitung

■ 文 | 陳慧芳

為了讓家在花東地區的學生，能實地了解家鄉的醫療環境，慈濟技術學院護理系與關山慈濟醫院聯合規畫「護理系學生部落深耕服務」活動，最終的希望，是學生能在學有所成之後返鄉發揮護理專業。

巡迴南橫學護理

今年一月，慈濟技術學院護理系羅淑芬副教授及張紀萍老師 隨著關山慈院IDS（偏遠地區醫療效益提升計畫）巡迴醫療車，前往海端鄉瞭解部落特性，也勘查地形，為護理系的部落偏鄉護理志工服務學習活動作準備。羅老師規畫課程的目的，是讓學生透過實際體驗，日後有意願回到故鄉服務。

今年暑假，羅老師與曾瓊禎老師帶領了十五位五專部護理系二、三年級的學生，在尚未進入醫院正式臨床實習之前，先來關山慈院做護理照護的志工服務。護生們跟著醫院同仁、護理前輩忙進忙出，不但為社區民眾進行衛教，還前往國中、小學進行CPR教學及拒絕菸酒檳榔的健康宣導；甚至跟隨居家護理師去病人家中訪視；也在醫院內協助照護，例如為病人灌食、翻身移位等。

「一開始我很害怕，但踏出那一步後就不緊張了。」九月七日上午，這一群護生將近兩個月來的心得分享出來，這一場命名為「從生命走入生命」的成果發表會，關山慈院的潘永謙院長、古花妹督導也都受邀出席。

有的學生提起自己幫部落阿嬤驗血糖，雖然是小小動作，但她太緊張了連針都扎不順，阿嬤不但沒喊痛，反而笑著鼓勵她，讓她漸漸克服，不再緊張害怕。

也有同學分享，在學校所學的只是技術，這次來了才知道要學習的還有很多，不但要克服溝通上的困難，還要面對因病痛而情緒起伏的患者。要如何調整心態安撫病患、並建立良好的互動，都是她們要向學姊學習的地方，同時也感謝潘院長和醫護人員給予良好的學習環境及機會。

種下返鄉心念

就讀三年級的旻芳是關山在地人，也是這次在醫院服務時數最長、總計三百小時的學生。她說這兩個月不論在急診或病房看見很多突發狀況，感受到生命的無常，學姊們對病人細心的觀察和敏感度也讓她受益良多。護理過程雖然辛苦，但看到學姊熱愛自己的工作，也激發出她對護理服務的熱忱，希望未來也能留在家鄉服務。

學生們的分享個個展現出對未來護理工作的期待，讓古花妹督導感動地說，自己看了都忍不住想「摻一腳」，朝向營造社區護理努力，期望學妹們都能回鄉服務，帶動偏鄉醫療的進步。急診室余黃素怡副護理長表示，學妹雖然只是來醫院擔任護理照護的志工，但卻幫了臨床同仁很多，也為學姊們注入不少青春活力，透過教學相長，彼此都得到良性的回饋。

聽完同學們精彩豐富的簡報，潘院長也藉機分享自己在八八水災的義診經驗，與醫護團隊如何徒步、甚至坐流籠上山的過程，鼓勵學生「醫療不難，最難的是如何在過程中即使受到打擊，還能保有赤子之心及為病人服務的心」。最後他也期許大家最後都能回到家鄉，一起帶給鄉親更佳醫療品質的服務。

慈濟技術學院護理系學生利用暑假當志工，跟著關山慈濟醫院前往南橫部落巡迴醫療。攝影／羅淑芬

「創造生命價值的時機，就是讓學生在服務中學習成長。」羅老師分享，這樣的課程就是希望學生從體驗、學習、了解、尊重、服務的過程中，去領悟守護健康、守護生命、守護愛的真諦與護理工作的使命。學生的分享也給予這次的服務學習正向的回饋，每個人多多少少體會到護理工作的快樂，及偏鄉護理學姊的厲害之處。暑假至今，已有三十位同學參與了這個活動，相信原鄉部落的呼喚，已刻印在這些年輕護理學子的心中。