



## 翱翔青壯世代



進入醫療機構，已無師長的羽翼呵護，單飛後人際互動的適應、病人疾病過程的掌握、工作流程的安排，如何從忙亂中理出思緒，還得花費體力心思。遇到阻礙時，如何把問題轉化成學習的動力，是成長的重要關鍵。

### 打造未來

張苑茹 第五屆 90 級 花蓮慈濟醫院專科護理師

對於目前在專科護理師工作看似游刃有餘的我，回想新人試用期間也是有一把眼淚一把鼻涕的時候。在試用期幾乎每天哭著回去，連睡覺耳邊響起的都是學姐不斷提醒的聲音，跟媽媽說：「我可不可以不要上班了？」之後跟學校老師「倒垃圾」後，重新整理自己的心情，心裡想著：「別人可以留下來，我一定也辦得到！」從此之後，我養成上班遇到問題，回到家一定會查相關文獻來解除自己的疑惑；若對於醫囑有不懂處，也會與醫生討論其適合性。慢慢地我開始不害怕去上班，並且獲得其他人的肯定。

親愛的學弟妹，沒有人一開始就會成為一個優秀的護理人員，縱使你目前成績不是很理想。但要成為什麼樣的自己，只有自己能夠決定。記得當初我的基本護理學技術考只有 58 分，經過實務試鍊後，現在已成為站在講臺上為護理人員授課的講師。現在表現不理想並不代表永無翻身之地，要成就什麼樣的將來，端看自己的努力及自我負責的態度。

## 勇於發問

王筱霏 第一屆 86 級

中華民國防癆協會研究助理、聖母醫護管理專校兼任講師  
曾任花蓮慈濟醫院個案管理師

對新手而言，環境不熟是正常的，所以不要怕發問。不斷的提問，然後找答案。會提問的人自然就會思考，自然就會去找到答案，學習最怕就是不提問、不思考。對自己照顧的病人的所有問題必須瞭解，要掌握自己病人的狀況，下班讀書查資料也是自己分內該做的事。臨床學長姐在指導新人時，最常遇到的問題是「新人到單位幾乎都要重教，把大家累翻了；還有教了不一定會，還不能生氣怕人留不住」。此外，發現「實習越貼近臨床，學生之後出來會越適應臨床」，鼓勵學弟妹在指導老師及臨床學長姊的帶領下，能多做多學。

## 武功秘笈

王文聰 第四屆 89 級

臺中慈濟醫院資深護理師

轉眼間已經畢業近十年。回想試用期的每一天，我會把學姊所教的事物分門別類，或是將相關表單剪貼及疾病護理注意事項修剪後黏貼，變成一本武功秘笈，大小剛好可以隨身攜帶，當我突然想起某些注意事項或是藥物換算時，可以馬上翻閱。

當年資與臨床經驗逐漸增長，自己也開始輔導新進學弟妹，能體會到當臨床教師的壓力。然而學弟妹就像陶土一樣，如何依照個性塑型，真的得費點心思，擔心學弟妹不適應，也得兼顧照護品質。很感激當年輔導自己的學姊們的嚴格指導，畢竟我們面對的是生命，不容許半點閃失。期望學弟妹在臨床技能上要不斷挑戰自我，時時懷抱著好奇心學習新事物並勇於承擔，適當的壓力就像跳躍前的蹲步動作般，克服的壓力越高，成就將越高。

