



自我認同與 成就感

Self-Approval

■ 文 | 陳冠婷 花蓮慈濟醫院 20西病房護理師

回想自己從畢業後進入臨床工作至今，免不了碰到挫折，但是，學習到自己的存在價值，也從中獲得成就感！

末代護士也可以是好護理師

我一開始並不是位出色的護理人員，光是考護理證照，就如同國父革命十一次一般，考了多次才如願當上「末代護士」，趕搭上最後一屆的護士考試才考取。

在考取之前，一畢業就先來到了花蓮慈濟醫院的身心醫學科 20 西病房。在學時期，天塌下來也會有老師頂著，但是進入職場，一切靠自己，有碰了許多釘子的感覺，可是精神科就是越接觸越有趣，而且縱使只是病人的一句謝謝、家屬的一個微笑，都實實在在的像是給自己打了一記成就感的強心針。

就精神科病房而言，所謂的治療工具之一，也就是護理師自己本身，尤其是與病人互動過程中，必然是需要靠嘴巴才能溝通，在臨床工作近五年，很明顯感受到自己這方面的進步；剛開始跟病人講話會談時容易口吃、思考中斷、詞不達意，到現在，面對病人都能侃侃而談的討論及溝通。

在精神科領域，我對自己的工作和自己這個人有很深的認同感，我覺得是因為我們在照護時特別強調身、心、靈為一體的目標。像是曾經照顧一位失智症初期的阿嬤，阿嬤因為住院對於陌生環境的害怕，變得吃不下飯，大部分時間都躺在床上，我除了理解阿嬤的症狀初期變化，也更加仔細地與家屬說明阿嬤的變化；進行阿嬤的身體功能及肌力評估後，陪伴阿嬤一步一步下床走到客廳，

做慢慢踩腳踏車的復健，也伴著阿嬤認識病房的日曆建立時間觀念……看著阿嬤原來恐懼的眼神慢慢有光彩，甚至會對我展露笑容。類似這樣一點一滴的美妙經驗，灌入我的護理生涯。

實實在在的就是護理真理

在精神科工作，除了臨床帶給自己的溫暖，也發現在處理事情上懂得站在不同位置思考。現在常常會去想，如果我是家屬或是其他醫療團隊的同事，我會如何看待目前討論的病患照顧事宜，不會只單就表面。就如同病房護理長教導我們，看待病人的問題不能只看到冰山上的一角，而是要能看到埋在冰山角底下的冰層。所以更能傾聽別人所表達，反應自己內心的想法，最終將對的事情給做對！

一路戰戰兢兢地摸索如何成為好的護理人員，謝謝幸齡護理長常提點我們的幾句話，那就是「你的想法會變成你的語言，你的語言會變成你的行為，你的行為會變成你的習慣，你的習慣會變成你的態度，而你的態度，會決定你的一生。」反覆思索這幾句話，也將這些提醒列為自己的護理箴言，我理解了——實實在在的，就是護理真理。

最後想與即將走入臨床，或是轉業後又想回歸的各位白衣天使們分享，在不同科別的護理領域，都可以體悟到最珍貴的護理價值意義，也就是在每一次實在地照護病人的過程中，獲得護理成就感！☺

