

愛在精神科

My Favorite Psychiatry Ward

■ 文 | 羅已佳 花蓮慈濟醫院 21 西病房護理師

在五專實習的過程中，最讓我印象深刻的就是精神科，因為我從這些病人身上學到了許多；雖然他們是社會大眾口中慣稱的「瘋子」，但仔細聆聽他們的故事或是了解他們在疾病中努力復健的心聲，會發現其實他們是很辛苦也很無助，無法被社會接納的他們，促使著我想走精神科的決心。

工讀無試用期 一年奠定基礎

初到精神科單位時，其實心裡有很多不安，因為在慈濟科技大學就學時，想累積工作經驗，所以趁著二技二年級寒假時打工，剛好慈濟醫院有工讀缺，自己又是公費生，就報名面試。面試時，將精神科填選為第一志願，後來也順利地應徵上了。

雖然是自己喜歡的科別，但很擔心無法勝任，尤其自己又是工讀的身分，不像新人有試用期，且準備上線的時間也比較短，剛開始覺得壓力滿大的，很擔心自己無法快速上手，也焦慮著自己沒有其他內外科臨床經驗，是否會影響到照護品質？但在經過單位護理長及學姊的耐心指導下，我順利在兩週後上線。

其實一開始我只想利用寒假時間在醫院工讀，但愈接近寒假尾聲，我的心卻開始動搖，因為我真的很喜歡這個單位的工作氣氛及病人照護方式，我在21西病房學習到很多在學校學不到的專業照顧技巧，但又考量自己即將開學，能在病房工作的時間大大減少，後來跟護理長討論後，剛好二技下學期的課程沒有這麼多，所以決定利用課餘時間繼續在單位工讀。就這樣，我在精神科病房工讀了一年，而這一年的經驗也奠定了我之後轉正職的基礎。

突破專業困境 儲備成長動能

在二技畢業之後，因為之前的工讀經驗，所以當公費分發單位時，我就順利留任原病房工作，也因為有工讀的經驗，我跳過了其他新人需經歷的試用期，當同

儕還在熟悉環境、適應單位及了解患者型態時，我比別人有更充裕的時間去精進自己的臨床照護經驗，以及學習如何為自己的個案做更多個別性照護。

但也因為這樣，我比同儕更快遇到瓶頸，在與同學交流彼此照護經驗的同時，我發覺我對於內外科學理及照護經驗不足，這讓我感到焦慮，擔心無法給個案更好的照護，當時在臨床照護上，我覺得我一直無法突破困境，想給個案更多更特別性的照護，但好像能力又不足，所以經歷了一段徬徨及混亂的時期，求助單位護理長，護理長告訴我：「精神科就像醬油一樣，放愈久愈香，且個別性措施會



隨著經驗的累積愈豐富也愈專業，至於處理內外科疾病之純熟度，雖然比起其他科別相對學習經驗少，但也能透過支援及針對個案有的問題去做學習及討論來增加知識。」這一番話讓我覺得安心不少，也在精神科這個科別走得更堅定，更學習到面對不同個案該提供哪些不同的照護措施。

而之前擔心的內外科經驗不足，也在我正職工作第一年的支援急診經驗及三年來處理個案的內外科問題中學到不少。

過了工作中徬徨無助這關，我還有家人的關卡需度過。一開始走精神科時，家人是非常不贊同的，除了對精神科病人的刻板印象外，還擔心我的安危，尤其當我懷孕之後，家人的反對聲浪更大，所幸病房單位非常友善，對於懷孕的護理師，面對病房可能的暴力事件或者是勞動較大的工作，主管及同事們都很願意幫忙。經過一段時間之後，家人也了解我的工作環境是安全的，能放心的讓我繼續留在單位工作。

在單位主管的鼓勵及同事的體諒幫忙下，我能兼顧事業及照顧小孩，並在精神科這個領域持續學習、精進自己。今年個案報告，經主管輔導下順利通過，目前努力進階N3的目標。

自己一路從求學時的工讀訓練找到所愛的專業，儘管臨床工作時發現了不足，但透過單位護理長及同仁互相幫助而能逐漸克服。現在自己也開始協助帶新人及護理系學生，更能同理新手的害怕與擔心，因為自己走過這條適應臨床的路，有機會與新進護理師分享自己的經驗，達到教學相長及更堅定一起為精神科病人服務的信念。☺

