



阿長，請聽我說
Please Listen to Me, Head Nurse

繞出 捆綁自己的圈圈

Unleash
Myself in
Bondage of
Confidence
Breakdown

攝影 / 于劍興



應屆畢業，來到大林慈濟醫院，帶著期待又緊張的心情，順利地被分配到當初面試時最嚮往的單位——婦產兒科病房 5A，5A 的瑞伶護理長以及學姊們都很有耐心的指導我，但臨床上所有的一切都生疏、在校學的學理無法融入工作，感到非常挫敗、困惑。因為對臨床上的自己非常沒有自信，學姊即使不經意說了什麼，我都聽成很負面的話，一直鑽牛角尖；一方面心急的想著，為什麼我無法快點進入狀況？快點能獨立面對臨床工作啊！每天回想的重點就停在：自己動作怎麼那麼慢！事情怎麼都做不完！下班複習了學理怎麼還是沒有用！……自己一直給自己更大的挫折感，我繞不出被自己所綑綁的圈圈……

當時的室友是加護病房的學姊，她也給我鼓勵與建議，分享臨床工作的

訣竅，同儕的關心和臨床分享也不少，但我卻總覺得心有餘而力不足，一段時間累積下來，負面的心理也影響了生理，每天睡眠不足、精神緊繃，我已經到了崩潰邊緣，甚至時不時心裡冒出「很想死」的念頭，真的撐不住了……我去找了護理長，直接說「我要離職、做不下去了」。護理長慰留我，也找莊慧瑛督導及林興隆督導跟我會談，每位主管都溫柔而耐心的傾聽，也給我建議及鼓勵，希望我能繼續待下去。

在阿長和督導的開導與建議下，我轉調來到慢性呼吸照護病房 (RCW)。換了病房，還是一樣莫名的緊張、無法放鬆，但蕙屏護理長、學姊們、同事們都對我非常寬容，雖然我一樣動作慢，但輔導學姊淑鈴總是耐心的陪我、教我。淑鈴學姊在臨床照護上雖慢條



吳蕙屏護理長（右）依著徐立緣（左）的步調與特性調整單位學姊輔導的方式。



斯理，但仍盡自己所能做到最好，且會撥出時間複習、吸收學理知識，是很值得我學習的。

另外，單位的屬性和上個單位非常不同，RCW 是慢性病房，雖然有常規的臨床工作，但是由自己依個案情況作調整與安排，只要在當班把該做的事情做好就行了。當然也遇過緊急情況。記得蕙屏阿長說過：「我們 RCW 病人屬性都是長期使用呼吸器，每個人躺在病床上好像都一樣，但實際上每個病人的疾病大不同，只要妳有心，可以學到各種疾病的照護，及如何協助病人脫離呼吸器，陪伴焦慮的家屬及病人接受現況，更重要的是介入人性化的安寧照護，讓病人能善終、家屬能安心。」我觀察單位許多優秀學姊們如何在臨床上不斷的學習進步，

漸漸的能體會到這句話。其實，我轉到 RCW 的前一段時期，也曾主動找阿長談我遇到的困難，感覺又快要撐不下去了。

蕙屏阿長是我的貴人之一，除了輔導臨床工作以外，常常關心我，在我們會談時建議我要改進、不足的地方，總是很有組織、條理的分析，也引導我學習的方向，讓我感到很暖心。

工作上難免還是會遇到挫折、沮喪，但自己下定決心要好好留下，別讓大家的辛苦白費，也是對自己負責。也很感謝家人及親朋好友，當我強大的後盾、心靈的支柱，在最脆弱的時候伸出援手拉我一把，像站在斷崖邊被拉了回來。有這段磨練才有現在的我，心懷感恩，目前我已在 RCW 第六年，會繼續努力。

