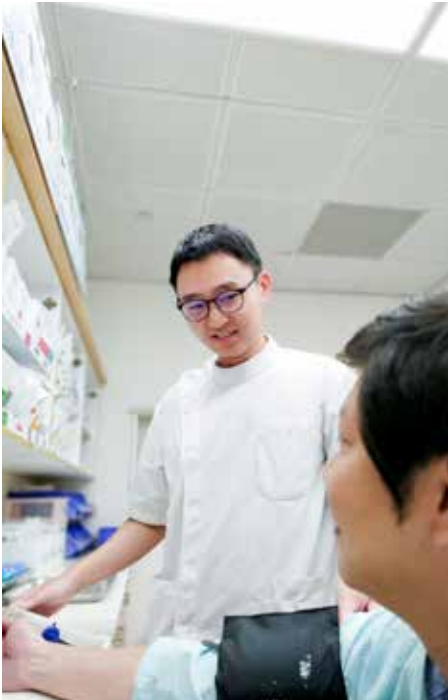


生在大林 志在大林

Born in Dalin & Devote in Dalin

■ 文、圖 | 簡啟峰 大林慈濟醫院身心醫學科病房護理師



我是出身大林的鄉下小孩，從國小、國中、專科，甚至是服兵役都是在大林。當時國中畢業剛好大林興建崇仁專校，便在父母的建議下，走上了護理這條路。在專科學習過程，參與許多服務社團、活動，漸漸發現自己喜愛服務、幫助他人，故專科畢業後在地就業，直接進入大林慈濟醫院工作。

一開始對於臨床工作充滿憧憬、抱負，希望能在專業領域上發揮專業所長、精進自我，所以選擇外科加護病房工作，但因為自己的專業知識、能力不足、專業儀器操作不熟悉等，使得壓力漸漸變大，雖然遇到非常有教學熱忱的輔導學姊，每天工作結束後仍會把我留下繼續輔導，但是菜鳥的我對於壓力調適、因應能力明顯不足，甚至懷疑自己是否適合護理工作，漸漸產生不適應感，經過許多人的引導後，選擇離開外科加護病房，踏上截然不同的專業領域，也是我現在最喜歡的工作。

因專科實習時，有兩次在精神科實習的經歷，對於精神科較為熟悉，且幫助他人從疾病、悲傷中走出來，看到病人漸漸康復，是我最大的成就感，所以從外科加護病房轉調至急性身心科病房，過程受到許多人的幫助、支持才得以成就現在的我。

因專科實習時，有兩次在精神科實習的經歷，對於精神科較為熟悉，且幫助他人從疾病、悲傷中走出來，看到病人漸漸康復，是我最大的成就感，所以從外科加護病房轉調至急性身心科病房，過程受到許多人的幫助、支持才得以成就現在的我。



在別人的需要上，看見自己的專業

一開始的我，抱持熱情，努力想協助病人擺脫困境、病痛，但是身心科問題不像是內外科疾病，努力了非常多，而病人只得到些許的改善而已，我自己給自己太多壓力，覺得在工作上沒有獲得相對等的回報。後來詢問過護理長、學姊，漸漸找出自己的臨床方向，覺得先提升自己的專業能力，才能更深入幫助病人，故每年都要求自己專業能力進階，從原本的 N，到現在工作三年多來，進階到 N2，同時今年也努力撰寫個案報告，朝向進階 N3 做努力，在撰寫個案報告時，發現以前的我在照顧病人上缺乏計畫性，沒有完整性來改善病人的問題。

今年(2019)年初時，看到一位患者反覆住院，且每次住院的天數愈來愈長，精神症狀愈來愈嚴重，引發我想解決病人問題的決心。剛開始要與這位病人建立護病關係時，他非常防備，評估資料時多以「還好」回應，漸漸的每天嘘寒問暖，與病人的關係拉近許多，在適當的時間介入我的護理措施，如：建立病識感、增加服藥遵從性，住院期間病人也主動與我共同討論藥物，或者有疾病相關問題也會主動尋求我，直到病人病情漸緩和而出院，讓我非常開心，覺得透過完整性、系統性照護，讓我自己更加專業。

最近感覺自己的專業慢慢進步，上臺分享護理經驗的機會漸漸增加，受主管邀請將護理經驗分享給正在就讀慈濟高中的同學們，演講過程分享自己臨床工作的酸、甜、苦、澀，讓高中生們更了解護理這個行業。同時也受崇仁專校的邀請，回學校與學弟妹們分享如何在護理實習上的壓力調適，將我自身經驗及臨床經驗分享給大家，在這兩場的護理經驗分享也找回自己踏上護理的初衷，也使自己更有自信。☺