



阿長這樣說：

帶人帶心 當堅強後盾

Supervise Members by Heart, Be Their Strong Backup

■ 文 | 莊怡玲 大林慈濟醫院 10A 病房護理長

回想剛踏入護理職場，惶惶無助恐懼的我，在病房間無措的跟著學姊們忙得團團轉，感恩當時的學姊們不厭其煩耐心的教導、細心的引導；雖然專業上嚴厲要求，生活上卻是溫柔關懷，背後的用心都是暖心呵護，讓我菜鳥慌亂的心漸漸安定下來。靠著學姊們的一句句護念，從中吸收經驗，有了學姊們的超強盾牌力挺，才能從這莫大的精神壓力下慢慢強化自我，心理也更堅強。期許自己能延續這樣的信念，當學妹不論是照護或生活上的超強後盾，攜手走在護理的道路上。

記得跟靜雯的互動過程中，當遇到護理專業的原則問題時，秉著照護生命不能出錯的想法，我會板起臉嚴肅的分析著各層面的利害關係，這時，靜雯會靜靜的聽，然後低頭回想她在照護過程中的細節，是否有沒做到的部分？後來我意識到，雖然我苦口婆心的勸說，但如果臉部表情不對，也會讓靜雯起恐懼害怕的心，於是不再板著臉，溫柔一點，和緩一點，不要讓我們之間的低氣壓持續。

我把靜雯當作妹妹看待，希望她像海綿一樣吸收，變得強大。而靜雯休假的時候，常利用時間請教學姊並自我學習，也樂於與我分享在學習過程中遇到的瓶頸、煩惱和疲累，這時的我除了傾聽，也會抱抱她。聽到靜雯說：「阿長，有妳真好！妳有讓我放鬆的魔力……」，那就表示我對她的用心，有被感受到了，那就好。

護理心 家人情

不得不說，護理工作真不是人人能做的，每個狀況、處置，不僅要快、狠、準的到位處理，中途更要安撫個案和家屬擔憂、急躁的心，甚至慌到不理智的情緒。每個個案都是一個寶貴的生命個體，每天要面對面觸碰這麼多的生命，不是每個人天生就能具備勇猛的心，得以承擔這麼大的壓力和消化這麼多負面情緒。



也因為單位同仁大多離鄉背景來到這裡，我有時會用我的「黑白（隨便）無菜名料理」把愛藏在手作料理之中，傳送到她們的心裡，溫暖她們每一天，讓她們感受有如在家一般幸福被呵護的時刻。

還記得那天成功急救一位危急病人轉入加護病房的情境，其實前一刻我正趁空在黑白手作料理，因為靜雯說：「我想吃芒果，但是我不會切。」我回答她：「對啦！妳只會吃，我負責切。」誰知我剛切好的剎那，辦公室門猛一下被推開，聽到：「阿長，有病人要插管了喔！」我放下一切立即跟出去，加入搶救行列。

把脫離險境的病人送到加護病房後，聽到靜雯說：「雖然忙翻了，但我們一起忙得很開心！」

真的，這是我們單位團結一心的正向能量。我感受到單位夥伴們的開心！因為當下我是如同媽媽的角色，帶著妹妹、女兒們，一家人執行搶救生命的任務！

也期望靜雯日後遇到萬萬種的磨練和負面問題時，不要退縮。

對於護理後進學弟妹，我會陪著他們一起走過艱難，穿過瓶頸；我們大家都是共同承擔守護生命守護健康的小螺絲釘。

我也要提醒每位護理新進同仁，面對處理病人身體健康的繁瑣問題，甚至病人生命將結束的時刻，病人或家屬可能出現人性最薄弱的那一面，身為護理師，不要忘記同理心，時時培養慈悲心念。

希望在這新冠疫情艱難的環境，妳／你、我不軟弱退縮，要堅強勇敢的升起勇猛心。我們是一家人，我在！我會做妳／你堅強的後盾。👁️

