



阿長這樣說：

# 永不放棄 妳可以的

I Won't Let Go of Anyone, You Can Do It

■ 口述 | 陳怡靜 臺北慈濟醫院 9A 病房護理長

我曾經是一個被放棄的人，小學被分發到啟智班，因為某位老師的不放棄，讓我的人生就此蛻變，也走上護理這條路。從那個人生轉捩點之後，不論是自己的學習與成長，或是帶領學妹、後輩，我堅持的就是「永不放棄」這個信念。

## 換位思考 真誠對待

因為爸爸對慈濟的印象很好，來到花蓮就讀慈濟護專（現為慈濟科技大學），我想這應該是老天爺命運的安排，一路走來我覺得這個決定是對的，從沒有後悔過。五專畢業時，最後一梯實習來到臺北慈院的 9A 病房，是整形外科病房，



當時大家感情都很好，工作忙的時候會彼此給溫暖，適時地互相協助，讓我很感動，於是想留下來服務，就問當時的護理長：「妳可以用我嗎？」面試通過後，開始在這裡工作，那是 2012 年，到現在十個年頭了。

從新人、護理師、副護理長、到現在的護理長，一路走來需要很多調適、學習和訓練。記得有一次打針失敗了，家屬很不開心的跑來護理站，用手指著我破口大罵，當下我很難過地哭了。正在忙碌的學姊，馬上放下手邊工作，過來安撫病人家屬，並隨著他回病房幫忙，回頭又來安慰我，並說：「今天我們先換病人，緩緩病人的情緒。」

之後，學姊借來教具讓我學習，甚至伸出手讓我練習，這是我一直很感謝的事情。到這個單位滿三年的時候，我當了單位的指導老師和帶新人的學姊，也如法炮製這些的方法，可是當時挫折感很大、壓力也大，只要當別人告訴我學妹這裡沒做好，那裡有問題時，我會覺得是我沒把學妹帶好，心裡很難過。所幸，我的學姊和護理長會教我一些技巧，告訴我可以針對學妹不懂的地方去帶領，並注意一些小細節，慢慢地，她們不但都能上手，離職率也非常低，這就是我所得到的最好的回饋。

### 不可以放棄 有我在就能安心

帶領學妹，我的信念是「不可放棄」。我覺得每個人都是家裡的一塊寶，好不容易讀到畢業，經過國家考試獲得護理師資格，所以每個人都是「不可放棄的」。相對於有些護理師在同個單位做了幾年就會離職換跑道，我帶的多位學妹到現在都還在職，從叫我學姊，到叫我副護、阿長，一直跟著我、陪在我身邊，我也把她們當自己的小孩或妹妹疼愛，常常跟她們說：「有我在，妳們不要怕，即使天塌下來，我還是會在，有任何困難來找我就好啦！」有事情她們真的就會來找我，那是一分安心感！

最可貴的是學妹都跟我很像，大家對病人都不只是病人，而是當家人、朋友來照顧。整形外科很多是常進出醫院的慢性病人，很多是定期來清創、手術的，彼此見面常會很親切的直呼我們的名字，我們也會「嘿！某某某，你又來了。」，像是單位裡的蔡亞珊護理師，就在我們慢慢陪伴、教導下，現在連阿嬤級的病人也會要她抱抱呢！

每個人都有不同的特質與個性，記得亞珊學妹剛到單位時，動作比一般人慢很多，別人十五分鐘能完成的工作，她也許需花費半小時，甚至一小時，我常為她捏把冷汗，很替她擔心，隨時注意著她，不敢催促她，只在旁邊不經意地



協助及觀察她的問題出在那裡。有一次，我發現她居然可以不需要拿筆記本，就可以很清楚地告訴我曾經教她應該怎麼做的事情，這代表平常我們說的、教的她都記起來了，所以不是個忘東忘西的人，也都會想去做，只是動作慢，只要我們給她機會和時間，她是可以的。那時我便告訴她，我會陪著她到她每天工作結束。

我的想法是不能放棄她，要給她機會。所以我陪在她身邊告訴她做事的方法與技巧，每天即使到深夜十二點都沒關係。每當看到她的問題，就會告訴她下一次要怎麼做。其實她事情都做得很好，只是時間拉太長了，尤其亞珊對病人特別有愛心，如果遇到喜歡的病人，時間就拖得更長，我告訴她：「我知道你很愛這個阿嬤，但有時候要適時跟他們說：『我要去幫下一床的人換藥了喔！』」這樣才不會把時間全給耗掉了。」

看著她慢慢進步是一種成就感，可是三個月試用期到了時，亞珊居然提出離職，理由是擔心自己表現不好，讓我難做人。我感到非常驚訝，因為我付出了這麼多，而且她也真的進步了。所以我找她長談，與她分享：「我們沒有放棄妳，難道妳不努力就要放棄自己嗎？我也曾經讀過啟智班，什麼都不會，而我現在會跟我的老師一樣，一直陪著你，在你身邊等妳，希望妳能思考完再來跟我討論。如果留下來努力，成功後，至少對家裡經濟也能有貢獻。」我也告訴當時的護理長：「亞珊是個可塑之才，是可以的，只要願意給時間。」

亞珊願意留下來了，從此，我更積極的陪在她身邊，只要她有問題，隨時都有我在身邊，即使她的動作再慢，我都很有耐心地等待與指引，只要有機會就會對她說：「亞珊加油！」這句話，最後變成在工作環境中的口頭禪，每個人看到她就會用眼神或輕輕地喊「今天要加油喔！」「亞珊妳可以的！」不放棄她、肯定她，她的信心因此增加了。

這是一種正向的鼓勵，加上天時地利人和，亞珊現在已經是一位優秀的學姊了，實習生都會說：「珊珊學姊很棒，教了我們很多！」尤其她與病人互動的那種溫暖，很令人學習、感動，更獲得「微笑之星」的殊榮。我認為亞珊是一個非常好的典範，就是護理的價值，而這分溫暖是課本不會教的。

### 陪伴 延續愛的引導

2021年10月，我升任9A護理長，雖然覺得自己當護理長過於年輕，但當時的昱伶阿長說：「要隨時準備好自己，因為機會是留給準備好的人，而這幾年妳的努力已聚集了當護理長的資格。」接了行政工作後，我才知道許多報告與



分析都是為了讓我們在臨床上的工作更順遂、更便利，在照顧病人上要如何做到更好。我依然會協助去幫病人打針，適時的去幫忙，隨時讓她們覺得我在身邊，我依然是她們依靠的學姊，只是多了行政的工作，較容易發現問題，默默的為她們解決問題。

護理這條路，遇到的貴人非常多，我從賴昱伶護理長的身上學到「溫暖」與「溫度」；也因為有學妹，我才能有機會教導她們成為獨當一面的護理師，這是一門課本沒有教的學問。看著亞珊在我的帶領下走出自己的護理之路，我還是那句「不要放棄！」除了不放棄自己已在腦海中勾勒的夢想外，對護理的那分光與愛將繼續散發出去，護理人員的短缺及流動率高的時代，更不能放棄陪伴與引導的力量。(採訪整理／朱秀蓮) ☺