

他們，讓我安然走到現在。從護理實習生一路走到成為真正的護理人員，在這條路上，許多棘刺在考驗我，或許我對自己還是缺少那份自信心，同樣的會害怕、難過、哭泣，但是哭完擦乾眼淚，明天還是嶄新的一天。我學著用開心的笑容去面對、去學習。

驀然回首過去這一段時間，心弦震盪，竟是有那麼一點點脫胎換骨的喜悅，就好像蒸了很久的包子，終於熟了可以吃了的感覺，咬在嘴裡滋味很香甜！當自己拿到生平第一份薪水時，儘管五味雜陳，但是有一份踏實的感覺，很喜悅的與家人分享。

我很珍惜能有這個福份來到大林慈濟醫院工作，或許現在的我只是個小小的護理人員，但是上人的靜思語曾提過，「以親切的愛心，去關懷別人，這份愛心便是造福的種子。」現在的我活在當下、把握現在；關懷、感謝別人的這份心，永不磨滅。

學妹，等你跟上來

Help Young Nurses Progress

■ 文 / 蕭佳韻 大林慈濟醫院外科加護病房護理師

回首護理路，對一個踏入工作職場才8年的人而言，也太早對工作生涯做回顧了吧！但是若是由一個原不預期會從事護理工作，卻一頭栽進去，直到度過了最精華的8年青春，這樣一個膽小怕事只會發抖哭泣的女孩，在踏進工作職場中如何經歷種種磨難，過程中有淚水、有歡樂、有心酸、有痛楚，漸漸變成現今仍在加護病房和醫療團隊共同為生命拔河、更懂得感謝護理生涯的人，我想我所得到的啟發，是值得我為自己的心情做一番整理與回顧的。





這樣的故事在護理界很多很多，不勝枚舉，就讓渺小的我，與敬愛的前輩學姊、辛苦打拚的同事們、還未找到定位的新進學弟妹們，分享在這個大家庭裡學到的敬業樂業的體驗和心得。

「在哪裡跌倒，就在哪裡站起來。」是蕭佳韻進入護理職場的寫照。

跌倒了

在1999年脫離學生身分準備要迎接人生新的里程碑時，內心實在是誠惶誠恐，想想自己「長得也不美，嘴巴又不甜」，在實習近一年的期間，每位老師對於我的評語不外乎，「佳韻啊，你明明就很愛講話、吱吱喳喳，怎麼一到了病房就成了啞巴？」

「每個人都執行過的技術，為什麼你就是不敢做呢？」

「你都鼓起勇氣到了病房門口就是不敢敲門，反而要尿遁去了。」

「這樣下去怎麼得了！」

是呀，老師的評語，多到老天爺都聽到了。愈害怕就遇到愈嚴苛的挑戰，揭開我護理生涯序幕的第一份工作，居然是在ICU——加護病房。

陌生的環境，多到記不得臉孔的學姊跟同事，在還不熟悉單位常規、工作流程之下，我因為單位人力不足而提早上線，開始了每天忙著做不完的治療、被護理紀錄追著跑的日子。當學姊相約去打飯，我和同事就相互勉勵，



成為教導新人的學姊，放慢腳步的耐心是傳承的一大要訣。

繼續餓肚子，不敢離開病人半步，甚至是8個小時滴水未進，下不了班。處在孤立無援的環境裡，與我同時進來的同事一個個的離開了，而我撐了2個月，最終也失去信心，帶著唯一的紀念品——胃痛，落寞地告別護理界。

再站起來！

很多人的第一次，似乎都不是美好的過程，但要緊的是如何捲土重來。沒錯！就是再試一下！再給自己挑戰的機會，擦乾眼淚再出發。

調適好心態後，我找到第二份工作是一家區域醫院的ICU。咦！又是加護病房，真是「在哪裡跌倒，就在哪裡爬起來」的信念奉行者，我認真的適應環境、和同事相處、學習照護病人、加強不足的技术，也漸漸有了自信心；當工作狀態好轉，能遊刃有餘的處理相關問題，甚至突發狀況時，心裡漸漸踏實起來。

進階大林 學妹變學姊

但學姊的一席話點醒了我，「現在的你已經可以在這裡獨當一面了，可是你就滿足了嗎？要不要為自己下個目標，到大醫院再學習更多，你的視野會更不同喔！」有了學姊的支持與鼓勵，我在2001年加入慈濟這個大家庭，我如願進了首選單位——SICU（外科加護病房）。

因為SICU的屬性和先前工作單位不同，加上又要適應新環境、新同事，要記住的檢查流程跟工作項目、要上的在職教育，要學著和病人家屬應對進退等等，多如繁星，讓我心力交瘁。當自己開車獨處時，就忍不住情緒潰堤哭了起來，上班時，點班點不到物品也哭，連利用動脈側壓器進行歸零或抽血的動作都操作得零零落落，更別說是接新病人或轉病房，常懷疑自己行不行？想放棄，又覺得對不起帶領我的學姊們。

他們笑一笑說：「沒關係，放輕鬆一點，再試一次吧！」從此以後，當我這「菜鳥」上班時，就會有學姊輪流來cover（罩）我，提醒我照顧病人該注意的事項，有新的儀器或不熟悉的技術一定要求我加強練習，隨時評值我的進度，讓我自己了解還有什麼不足或者是要加強的地方。

如果我做得很好，學姊會不吝惜誇獎我，跟我同時間進來的同事們也會約好參加在職教育、重症單位訓練的課程。漸漸的我們變成了「學姊的同事」而非「拖油瓶學妹」了，大家的感情也因為共同經歷這一段並肩奮鬥而變得更堅固，上班時更有默契了。

輔導新任務 學妹跟上來

時間過的很快，我在這裡也戰戰兢兢工作四、五年，有的學姊因各自的人生規劃而離開了單位，輔導新進人員這個重責大任開始落到了我的肩上。

在輔導的過程中，我常因學妹的反應慢半拍，發現自己的耐心一點一滴流失，甚至有時候會不耐煩起來，忽略了學妹脆弱的心靈容易受創。我實在厭煩這樣的自己，開始透過和護理長、同事們之間的討論來檢視自己的作法，更想起了學姊在帶領我的時候，不曾口出惡言，不厭其煩一次又一次的指導我這顆駑鈍的頭腦，而我又怎麼忘了學姊諄諄教誨：「沒關係，放輕鬆，再試一次吧！」

於是，我重新調整了步伐放慢了腳步，等學妹跟上來吧！只有自己帶頭衝鋒陷陣真的很無趣，何不讓學妹有機會成長蛻變成我的好同事，一起營造更好的工作氣氛，讓大家更愛單位呢？

今年6月份，護理部舉辦了輔導人員訓練課程，承蒙護理長給予機會，讓我得以接受更豐富知識、技巧，更透過分組討論與小組報告的腦力激盪，得到了來自各方的集思廣益，提供了可能的問題與解決方法，使我獲益良多。現在的我回顧過往，我相信「教學相長」是不爭的事實，無論是當學姊或學妹的角色，都隨時需要轉換彼此的立場和心境，才能用「同理心」去體諒對方，珍惜難能可貴的緣分，為了護理界更美好的將來繼續努力。✿