

# 身心康健 小甜甜

Candy Girl of  
Psychiatry Ward



花蓮慈院  
精神科病房護理長  
張幸齡

Hsin-Lin Chang,  
Head Nurse of Psychiatry Ward,  
Hualien Tzu Chi General Hospital

■ 文 / 蘇雅慧

不知道大家對一頭捲髮加上一對可愛的酒窩的卡通人物小甜甜是否有印象？從小生長在孤兒院的小甜甜，最後成爲一位樂觀進取的護士，而這個故事成了開啓張幸齡護理之路的鑰匙。

小時候也是一頭捲髮，臉上有著酒窩，讓張幸齡被同學暱稱爲小甜甜，心中自此萌生當護士的夢。現在擔任花蓮慈濟醫院精神醫學部病房的護理長，幸齡的夢想不但實現了，更認定護理是她一生的志業。

## 憂心父命消逝 護理學習退卻

想成爲和小甜甜一樣的小護士，不想被制式的升學主義所拘束，加上姊姊也念護理，讓幸齡毅然決然地放棄升學高中，選擇離家較近的中臺醫專（現改制爲中臺科技大學）護理科就讀。因爲這是自己選擇的路，所以她也非常用心學習，但是求學過程中卻發生了一件事讓她差一點放棄護理……。

在完成專科第一年的通識教育課程，將升專二那年無意中她和姊姊發現父親罹患舌癌，雖然姊妹倆都是學護理，但是得知自己最親的父親得了癌症，兩姊妹還是傷心難過地痛哭了一個晚上。那一年寒假爲了照顧父親，幸齡整個寒假北上台大醫院全心陪伴父親作化療及手術，以讓高中聯考的弟弟及在醫院中實習的姊姊可以放心；因爲本



身學護理，所以舉凡點滴更換、氣切照顧、抽痰、鼻胃管灌食等等照顧皆由她一手包辦，在她細心照顧下，父親快速復原且平安出院。在這一段以醫院為家的日子裡，與父親同病房的大部分是頭頸部癌症病患，經常有病患往生，使得幸齡的心裡也對父親的生命感到不安，不知道父親還能活多久？這股不安讓她對護理產生了退卻，返回學校後，面對內外科護理學讓她勾起對父親病況變化的擔心，也因此內外科成績一路下滑。

### 學習面對死亡 尋找心理寄託

這樣的變化引起當時帶實習的老師——胡月娟老師的注意，經過胡老師的循循善誘與指導，以及在實

習時照顧一位痲瘋病患，歷經這位病患往生，及陪伴其家屬面對的這一段經驗，讓幸齡學習如何面對死亡，也才懂得如何去調適及面對自己父親得癌症的事實。自此，幸齡重新找回對護理的熱忱，這一段從驚惶到篤定的心理轉折，也埋下她往後從事精神科護理的種子。

幸齡開始對心理學產生濃厚興趣，四處尋找自己的心靈寄託，適巧與同學一起加入校內學佛社成立的服務社團，跟著老師和同學到育幼院關懷；參與社團服務讓她感受到施比受更有福，除了自己的心靈獲得成長，更希望能貢獻所學，幫助身心障礙者走出侷限的框框，並且有尊嚴的生活。時間就這麼在學業與參與社團中匆匆過去，她也順利畢業。



就讀護專時就笑口常開的張幸齡（後排左一），走過對護理與生死的疑惑不解，對心理學的興趣就在當時悄悄萌芽。

## 學習精神科護理 六年黃金淬鍊期

畢業之際，同學們都在升學與就業的十字路口徬徨，幸齡原本想選擇到精神科病房服務，卻因緣際會到了台大公共衛生研究所擔任研究助理。研究助理的工作輕鬆穩定，但是幸齡發現自己對心理輔導和精神科護理仍無法忘懷，所以工作之餘也一邊準備考試插班大學，希望往心理學領域發展，誰知考試放榜後成績不理想，無法進入理想科系就讀。但這也促使她往精神科的臨床護理發展。

求學時熱愛《張老師月刊》，實

習過程中精神科護理與手術室護理成績最好，加上在草屯療養院的精神科護理的美好實習經驗；想了一想，幸齡寄出履歷到草屯療養院應徵，很快地接獲錄取通知。只是，當年的社會對精神科存有「瘋子醫院」的刻板印象，父母親也覺得這樣的工作讓他們很沒面子，所以親子之間還經過一番冷戰，不過幸齡已經越來越清楚，精神科護理在她心中的份量，所以她仍堅持去報到上班。這期間，父母親仍想盡辦法希望他離職，幸齡爲了與父母賭氣，便私下前去台大醫院應徵且第一志願仍填寫「精神科病房」。

在錄取率約百分之五的激烈競



克服總總困難不斷自我進修提升的張幸齡護理長，在今年的護士節接受副總執行長林碧玉表揚。



在護理工作之外，幸齡護理長（左二）也投入志工的行列，南亞海嘯發生時，更不辭辛勞帶著稚兒上街頭募款。

爭下，幸齡雀屏中選，且依志願被指派到台大醫院精神科的精神官能症病房，當時共事的護理人員幾乎都是大學護理系畢業，而只有專科學歷的幸齡，雖有草屯療養院的照護基礎，仍產生了莫名的自卑感，然而這股自卑感卻激勵她更奮發進取，在初到台大醫院的前兩年，每天都是抱著無敵CD電子辭典及教科書、原文參考文獻苦讀到半夜，也因為她的努力與用心，獲得當時單位護理長也是現在台大社工系教授熊秉荃老師的認同與鼓勵。

當年熊老師寫給她一份92分的考核表及一張「單位有你真好」的卡片，至今仍是幸齡的珍藏之寶，而熊老師帶領與管理單位的方式以及

對同仁工作與生活上的關心等等行為，都是幸齡日後成為護理長的學習典範。

這一段從最初接觸精神科照護領域到台大醫院精神科病房的六年淬練經驗，幸齡結識了一群對精神科護理有興趣的同事與朋友，更為未來打下了堅實的基礎。

### 籌病房從無到有 入災區啓慈濟路

後來在偶然的機緣下受邀回到家鄉附近的秀傳醫院籌設精神科病房，從病房硬體建設監工到護理人員招募等，幸齡皆親力親為，而且從過程中體驗一切從無到有的成就感，更培養了一群志同道合的同事。



九二一地震之後來到花蓮的張幸齡，現在依然可看到她在花蓮慈濟醫院的工作崗位上兢兢業業的服務病患。

在秀傳醫院籌備設置穩定後，幸齡開始參與義務張老師中心的培訓，順利成為正式義務「張老師」，學習更專業的諮商輔導能力與經驗。這段期間，九二一地震發生，幸齡隨著張老師中心及院方指派到災區協助；幸齡並不知道九二一經驗會為自己開拓了另一扇門，認識了人生的另一半，也結下

了到慈濟的因緣。

九二一災後幸齡重返母校繼續升學，每週利用週末二天在職進修護理系二技，但為了結婚後的生活規劃以及在秀傳醫院工作也遇到瓶頸，在上網路找尋工作時，無意中看到慈濟醫院誠徵精神科護理長，懷著忐忑的心情來到花蓮面試，經過護理部主任與副主任面談後，當下即歡迎她加入慈濟的工作團隊。在踏出醫院的那一刻，看著花蓮湛藍的天空，腦海浮現一個問號——「這是我未來生活的地方嗎？」而這一個問號最後有了肯定的答案。

## 七年有成 發揚傳承

幸齡還記得，來花蓮報到後，第一次參與精神醫學部團隊會議時，當時精神科主任不經意的一句「精神科病房的護理長都待不到一年」激發出幸齡不屈服的力量，從整頓精神科急性病房到設置精神官能症病房、接手輕安居，一路走來，不知不覺已經近七個年頭，幸齡不僅在慈濟歷經結婚與生子的人生重大階段，更培養了一群有革命情感的同事，大家一起學習一同成長。譬如2003年因準備輕安居護理之家評鑑，而認識了曾任花蓮慈濟醫院護理部副主任，現任慈濟大學護理系講師的廖惠娥老師以及精舍的德寰師父，廖老師帶領單位同仁以讀書會方式學習護理行政與管理，使得同仁對單位更認同、更團結；而德寰師父



不但是幸齡生活上與心靈上的導師，同時更鼓勵先生參與慈誠培訓，是他們一家人的良師；此外，單位精神科護理專業的推手，是曾任慈濟大學護理系講師及單位兼任教學督導的陸秀芳老師。這幾位在慈濟護理路上給予幸齡鼓勵與幫忙的良師益友，幸齡將永遠銘記在心。而將慈濟精神科護理的人文精神發揚傳承，是幸齡護理志業的使命。

### 〔後記〕

訪問過程中，幸齡4歲的兒子非常安靜在旁凝聽，雖然發燒不舒服，但是卻沒有哭鬧，幸齡說起自己也深感奇妙的因緣；原本她曾動過婦科手術，醫師表示她受孕機會不

高，但是來到慈濟結婚後卻很快就懷了第一胎，而且生完第一胎後也很快的有了第二胎，而且當年在懷第二胎時，中臺技術學院二技進修班復學的完成期限將到，雖然抱著一歲的老大又挺著腹中的老二，她卻以十二萬分的毅力，在半年內每個星期六、日搭機往返花蓮台中，順利完成二技學業。回想在那一段求學日子，連她自己也十分訝異是如何辦到的！但是幸齡分享當時德寰師父常勉勵她的一句話，「妳很有福慧喔！母子三個人一起讀書，妳是最幸福的人。」幸齡在那一年順利完成學業，而先生也順利接受慈誠隊培訓，讓她更感恩現在自己所擁有的一切。✿



以不屈服力量打破精神科待不到一年的魔咒，幸齡護理長成功帶領出慈濟醫院傑出的精神科護理團隊。