

# 認清現狀 眺望未來

## Recognize the Present Situation and Foresee the Future

■ 文 / 林美玲 慈濟技術學院護理系講師

護理與「人」、「環境」及「照顧」這三要素緊密結合在一起，所以當這三要素有變化時，護理專業的發展、內涵與規劃亦會隨之不停轉變。尤其在二十一世紀，人口結構改變、健康訴求的多元化與新興傳染疾病等健康議題，早已是個跨越國界、時差或種族的地球村概念。因此二十一世紀的護理跟二十世紀之前的護理面貌與內涵已全然不同。可想而知，當代的護理專業面臨更多疾病照護與政策環境的考驗，更需滿足人們對於生命品質與健康促進的渴望與需求；因此護理人員對於個人之護理生涯的認知與規劃，就不能不謹慎思考與面對。

### 重新出發與承諾的智慧

所謂「職涯規劃」，可廣義可狹隘，可長久亦可短暫，端看個人之藍圖與路線圖。但簡單定義之，「規劃」就是「讓自己在可管理的時間內，能夠掌握及做好讓自己開



心與有成就感的事情」。意即暫且不論護理專業的願景與發展為何，至少能管理好自己的時間並規劃專業的任務，順利完成工作內容，讓自己能做個快樂有成就感的小螺絲，為繼續運轉健康照護這個大齒輪而努力。

目前臨床應用廣泛的職涯規劃概念，以Benner「新手—專家」之理論為主，亦有人引用Rita-Synder-Helpen「適應—維持發展臨床基本

不管是從新手到專家，或是從適應到維持發展的階段，護理人員都可規劃階段性的目標與願景，當達成時也適時給自己鼓勵。



在實作中學習，也有助於找到方向。

技能，到維持發展專家能力」架構來執行護理人員之臨床專業能力培育及進階。因此，不同資歷與經驗的護理人，需要規劃的職涯內容與範圍就有許多不同，例如前三到五年的護理人著重於專業技能與素養的奠定，但五年之後可能就會朝行政或管理階層作進階訓練與發展。然而，這種較傳統的職涯規劃概念較為忽略護理政策、執業環境與專業競爭等相關因素探討。故現代的職涯規劃，除前述之專業能力養成之外，更需要包含對於這些外在環

境變項的因應策略，才能讓自己真正有計畫地依據個人的專長、能力、時間與興趣，找到可以發揮所長的位置。

當代許多跨領域的職涯規劃架構，強調「自我評估與優劣勢自我檢測」，如組織經營學與人資管理等領域所重視的概念：「三大基礎資源的自我評估」即為一種可供護理人參考及運用的規劃架構。依此架構，護理人可從「人脈與人際資源」、「專門知識與技術資源」、「資產與環境資源（時間、經費與

制度)」等面向去思考。如：自己想從事護理多久？想要怎樣的護理生涯與目標？多久之後可達到？我應該怎麼作或多學習什麼才能有效達到？我的條件（優點、缺點、機會與威脅）與資源？這些學校沒有仔細教的事，我們必須在自己的工作場域中自修與努力嘗試，才能在做中學習，進而確認規劃的方向，最終去執行與完成。

### 護理的價值因你而存在

「護理」無處不在。傳統的想法，護理科系畢業只能當個照顧病人的護士。但現代的多元概念是，除了直接提供病患關懷照顧外，護理還能作更多不同的事。像是參與促進衛生政策制訂、改善工作執業環境或操作流程、引用工業技術於護理創意的研發、獨立執業或跨領域異業結合也全是護理。而護理人的執業領域更跨越了醫院、機構與社區等傳統領域，廣泛地涉及教學研究、健康企業經營甚或醫護數位科技等產業研發，護理有更豐富的功能得以發揮。有句話說得好：「世界上如果有100分的工作，那是因為所謂的工作熱情彌補了大部分不足的缺憾」。意即，雖無100分的工作，但我們可以自己創造100

分的成就感與價值。護理是份值得全心投入的專業，端看我們如何去詮釋、轉念與經營。許多護理人歷經痛苦、走過挫折，終於學會自我肯定。無論是先輩或新兵，只要是在護理的路上，能夠確定自己的方向，然後勇敢前進就能擁有源源不絕的能量與希望。

### 規劃就從現在開始

對很多護理人而言，會走入護理都有不同的理由或機緣。護理或許不是當初選擇的最愛，但既然已經投入，就應盡量愛自己所選擇的。好好思考與重新規劃，護理就會呈現出不一樣面貌。希望在臨床服務的護理人，能在專業工作與護病溫暖的擺盪間找到一個平衡點，讓自己快樂付出，享受助人的價值與喜悅，這就是護理生涯規劃的最終目的。

趨勢專家大前研一說過：「專業是唯一生存之道」。但護理專業的發展，需依賴每個人的職涯發展而定。而個人的職涯發展則需先自我確認方向，並採取相關策略與行動才能完成。所以就從現在開始、當下做起，無論是在那個位置，都是好時機，新的突破與實現將是期待的未來。✂