

帶

新

Lead the Juniors  
by Heart

帶

心



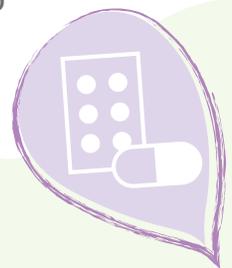


## 談臨床護理的帶教傳承

About the Recognition and Action of  
Nursing Seniors' Clinical Tutoring

護理的五月天，  
是國際護師節所慶賀的五月，  
是師長為護生加冠的五月，  
更是護理心手相傳的五月。

青澀的護生們踏入陌生職場開始臨床實習；  
初識的學長姊，在忙碌中仍耐心抽空指導與經驗分享。  
因為，那時的他們也是這樣被引領呵護成長的。  
就是這代代傳承的護理真情，  
讓護理能延續榮光，  
穩穩走上收穫豐碩的實習之路。





在病房裡，只見一位護生抖著手在幫病人上針，準備抽血，在旁督導的學姊不時要盯著護生的動作，也忙著跟病人說學妹「很準」，讓病人放心。一個針打下來比平常自己做多了兩倍時間，碰到受挫的學弟妹還得安撫鼓勵一番，這種「帶學妹」的教學活動一折騰，照護自己病人的時間被壓縮了，只能趕快推著車，火速地接續完成手上的照護工作。

近年來，為了縮短新進護理人員適應上的困難，填補學校護理教育與臨床實務能力的縫隙，臨床實務實習的時數增加，幾乎每家教學醫院一年四季皆有一群護生在實習。病房中隨處可見學姊帶著一兩個怯生生的菜鳥，以生澀的技術，警扭的談話技巧，努力學習著照護病人。

時序進入五月天，系裡忙著為二年級的護生們舉辦加冠典禮，也同步迎接國際護師節的到來；當老師為學生戴上護士帽之時，護理精神的傳承接力展開，護生們邁出專業生涯的第一步。成就一位護理人員是眾志成城的過程，學校老師的傳道、授業、解惑之後，要靠臨床實習學長姊的指導與經驗分享，進入職場後，更需要資深學長姊的支持與提攜。當自己逐漸茁壯之時，自然而然會伸出雙手，帶著學弟妹學習成長。

### 輔導教學 認定如天職

此期封面故事主題即想要了解臨床護理人員對傳承護理的經驗與感受。調查的樣本包含六大慈濟院區臨床護理人

員，共計 1,314 人；一半以上 (52.5%) 年齡在 30 歲以下，職級在 N1 以下者占半數 (52.3%)，N2 則占 33.9%，N3 及以上只占 13.8%；工作職務別以臨床護理人員最多共 1,025 人 (78.0%)，教學角色擔任臨床教師者有 524 人，占 39.9%。

首先想了解在同仁的工作時間裡，協助指導新進人員或護生所占的比例。結果顯示每天皆需指導學弟妹的同仁占 20.9%，占了五分之一；一年中有 6-12 個月需指導學弟妹者 10.2%，一年中有 1-6 個月需指導學弟妹者 23.9%，而指導時間每年不到一個月的 45.0%。有三成的護理同仁，一年中至少一半的時間需協助指導新人或護生，等於一天有一半的時間在教別人。

顯然慈濟的臨床護理人員的教學任務是工作上重要的一環，而同仁們對於「提攜學弟妹，傳承護理經驗」是否覺得是臨床護理人員的責任呢？

結果顯示 35.4% 很認同，62.9% 認同；只有 1.7% 不認同或非常不認同。顯示 98.3% 的護理人員皆認為「提攜學弟妹，傳承護理經驗」是職責所在。

以個人擔任教學督導的花蓮慈院小兒科病房中，慧群是樂於傳承的其中一個例子。一路看著慧群從新進人員成為資深學姊，印象深刻的是這個新進人員的好學不倦，她其實被學姊電得最兇，但總能微笑以對，少見的樂天派新人。漸漸地新人變成資深學姊了，「電起學妹來也不遺餘力」。

## 問卷基本資料統計

年齡	人數	%
≤20歲	23	1.8
21-25歲	348	26.5
26-30歲	318	24.2
31-35歲	281	21.4
36-40歲	183	13.9
41歲以上	161	12.3
總計	1,314	100.0
職級	人數	%
N	370	28.2
N1	317	24.1
N2	446	33.9
N3	114	8.7
N4	67	5.1
總計	1,314	100.0
職務別	人數	%
護理師、護士	1,025	78.0
副護理長	44	3.3
護理長以上	93	7.1
個管師 (含功能小組)	53	4.0
專科護理師 (含資深護理師)	99	7.5
總計	1,314	100.0

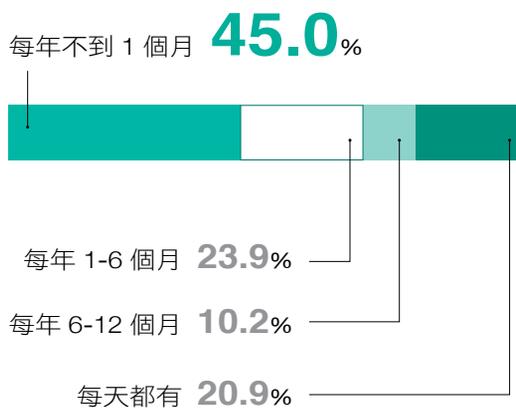
性別	人數	%
男	42	3.2
女	1,272	96.8
總計	1,314	100.0
工作科別屬性	人數	%
內科	217	16.5
外科	183	13.9
小兒科	38	2.9
婦產	53	4.0
急重症	314	23.9
功能小組	19	1.4
洗腎室	42	3.2
開刀房	97	7.4
門診	177	13.5
心蓮	26	2.0
行政	53	4.0
其他	95	7.3
總計	1,314	100.0
教學角色	人數	%
PGY2學員	408	31.1
臨床教師	524	39.9
其他	382	29.1
總計	1,314	100.0



蘇慧群（左）從一位樂天派新人到成為資深學姊後，樂於傳授經驗給學妹，因為知識技能足夠才能照顧好病人。  
攝影／范姜文寶

## Q1

我的護理工作中，協助指導學弟妹（新進人員或護生）的時間？  
( N = 1,314 )



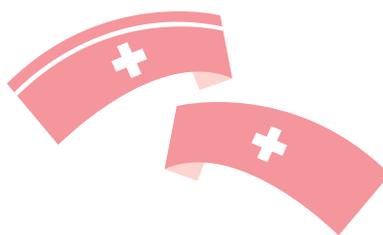
看她常常在下班之際，脫下護士帽，仍在與學妹討論，傾囊相授。為什麼要這麼認真帶學妹？慧群說：「護理是人，不是物品，面對的是生命。瑕疵的物品可退貨，瑕疵的護理會鬧出人命。護理工作是層層累積的能力，如果第一步沒踏實，後面的跌跌撞撞代價很高。」學妹如果表現不好，還是忍不住會生氣，「擔心一個疏忽、不用心，知識技能不足會傷害病人。」對慧群來說，「護理工作不只是一個上班賺錢的工作，而是要用真心對待，同理我們的病人，是良知的表現。」而這樣的認知，也是她的學姊教會她的。

### 樂於分享好指導 教學自成長

然而並非每個人天生就是「指導者」，但卻被賦予指導的角色。臨床護理人員是否擁有某些良好特質，能合宜地扮演「指導者」的角色，並且勝任愉快呢？本調查針對臨床指導者良好的特質，包括：護理工作熱忱、願意付出、有耐心、不先入為主、樂於分享、具備豐富的專業知識、能認同自己的教學角色、能包容他人的缺點等，進行分析。結果呈現 64.5% 的人自己覺得有樂於分享的特質，51.7% 自認對護理工作有熱忱，50.4% 願意付出，50.2% 覺得自己有耐心；能認同自己的教學角色的有 38.7%，覺得自己具備不先入為主的特質 32.0%，自覺能包容他人的缺點 33.2%；僅有 28.4% 認為自己具備豐富的專業知識。

## Q2

我覺得「提攜學弟妹，傳承護理經驗」是臨床護理人員的責任？（N = 1,314）



很認同 35.4%



認同 62.9%

不認同 1.2%

非常不認同 0.5%

而對於自己在臨床工作擔任指導與提攜學弟妹的經驗感受中，屬於較正向的感受者：有 56.3% 感受到可教學相長，32.6% 感受到備受尊重與肯定，可滿足自己的教學興趣者僅 16.8%。

### 傳承是愉快的經驗

然而 48.2% 在指導學弟妹的過程中覺得自己所學不夠，41.5% 擔心學弟妹不適應，也有 33.3% 認為學弟妹不夠積



極，23.5% 覺得增加了工作量，還有其他感受如很疲倦、影響情緒等。

臨床護理工作同時擔任指導者的角色，雖然讓護理同仁覺得可教學相長，但仍是吃力的工作，一方面付出辛勞，增加工作量，一方面要擔心學弟妹的適應狀況，影響情緒。

雖然五味雜陳，但對於「護理工作經驗中，傳承自己所學，對我而言是一件愉快的經驗」的回答，高達 94.5% 的護理同仁表示贊同或非常贊同，只有 5.5% 是不贊同或非常不贊同。護理同仁們已把指導學弟妹傳承護理經驗當成責任，雖然此份工作造成工作上額外的壓力，但也甘之如飴，九成以上贊同「傳承」

是一件令人愉快的經驗。

### 臨床祕笈 前輩無私示現

班會時間，請實習的學生談談實習經驗，果然有甘有苦。「我們單位是天堂，護理長與學姊都超好的，學姊們都超有教學精神……」也有學生沮喪的說：「學姊很忙，不幫我看記錄……」「我跟著學姊，學姊覺得我很煩，叫我不需要跟來跟過去」。學長姊是學生們重要的支持系統，當然也是壓力來源。不同學習階段的學長姊，在每一位護理師的生涯中，常常不經意的留下了足跡，影響我們的護理觀。

## Q3

護理人員提攜與指導學弟妹需具備的良好特質，我已具備的有  
( N = 1,314 , 複選 )



樂於分享 **64.5%**

對護理工作熱忱 **51.7%**

願意付出 **50.4%**

有耐心 **50.2%**

能包容他人的缺點 **33.2%**

不先入為主 **32.0%**

具備豐富的專業知識 **28.4%**

能認同自己的教學角色 **4.4%**

# Q4

## 我在臨床工作擔任指導與提攜學弟妹的經驗感受？ ( N = 1,314 ， 複選 )



教學相長 **56.3%**

覺得自己所學不夠 **48.2%**

擔心學弟妹不適應 **41.5%**

學弟妹不夠積極 **33.3%**

備受尊重與肯定 **32.6%**

增加工作量 **23.5%**

滿足我的教學興趣 **16.8%**

很疲倦 **16.7%**

影響情緒 **13.5%**

記得剛當護士時，照顧一位輪狀病毒感染的腦性麻痺兒，因為嚴重的腹瀉造成紅臀破皮，大小便的刺激讓這個氣切的小病童以無聲的哭鬧表達他的不適。照顧了幾天大家都束手無策，有天小夜班上班，發現小病童睡得很安穩，屁屁的傷口乾燥許多，傷口癒合了。「咦！怎麼做到的？」原來寶貝姊上班了。

寶貝姊是單位的資深學姊，只要跟她一起上班大家都很安心。每個小病人在她巧手的照顧下，都很安穩。書本上教我們紅臀可用烤燈烤，沒告訴我們腦性

麻痺的病人腳張不開要怎麼烤？寶貝姊將小朋友的雙腳巧妙地用約束帶吊起來並支撐，剛好烤得到紅臀的傷口，就這樣傷口很快的收斂，癒合了。

以前對「護理是藝術」一直覺得很抽象，無法體會，那時忽然茅塞頓開，這就是護理的藝術啊！對我們這些新人而言，最珍貴的學習是寶貝姊的身教，沒有太多的口頭指導，她不會「電」我們，每天看著她把病房的小朋友當自己的孩子照顧，潛移默化影響了我們這一群新手。一直到現在，仍懷著感恩的心，感謝學姊們的指導。



## 被電還要道感恩

6月到9月的病房交班是嚴肅而緊張的時刻，因為，病房出現了許多新面孔，剛畢業的新進同仁來報到了。

交班時間就是教學時間，學習上如果有不足，在此刻就會暴露無遺。每個學長姊像高壓電塔，散著駭人的「電

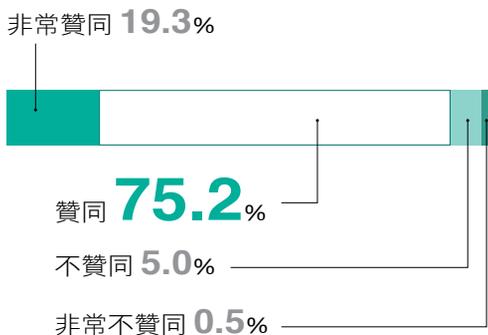
氣」，準備電向這些初出茅廬的社會新鮮人。「昨天講過了，為什麼沒查？」「你的病人為什麼要做這個檢查？不懂怎麼不問？」

「啊！壓力好大。」新人的心裡一定先這樣想的。但每次的提醒與指導，無非是希望學弟妹趕快能正式上線，具備獨當一面的能力。所以，學弟妹對於嚴厲的指導也抱著恭敬的心，「謝謝學姊，我會回去查。」

其實，原本很嚴肅的學長姊，下班之後會化身為諮商師，陪著學弟妹到河堤疏壓，去七星潭看海，去逛街……。在這一批新人逐漸成熟穩健，看來可靠又專業之際，新的一批人又來「被電」，電塔與諮商師換人做；護理職場的傳承提攜，一棒接一棒，生生不息。

## Q5

在我的護理工作經驗中，傳承自己所學，對我而言是一件愉快的經驗？(N = 1,314)



## 期待自我充實 薪傳護理魂

在提攜與指導學弟妹的過程，學長姊也需要許多的資源，在此次的調查中，護理同仁們指出，最希望護理部能提供的資源或協助，最高比例為「新知識的增進課程」，占61.0%。

此結果也呼應前面的調查，護理同仁在教學特質中只有28.4%認為自己具備豐富的專業知識，48.2%覺得自己所學不足。新知識的增進課程成為多數人的需求，護理同仁自我充實的期待顯露無遺。

另外有一半以上的護理同仁，希望能提供教學能力的訓練課程的有

## Q6

在提攜與指導學弟妹的過程，我希望護理部能提供何種資源或協助？（N = 1,314，可複選）



52.4%，教學津貼的補助 53.6%。46.8% 同仁希望能有協助溝通的管道，32.6% 希望能提供情緒輔導的資源，24.0% 希望能有教學的聘書或職稱。

臨床護理同仁承擔了沉重的教學責任，多數人任勞任怨，甘之如飴，對自己擔任教學者的角色也自我期許，期待能具備更豐富的專業知識，更多的教學技巧，完成傳承之責。

此次的調查結果也提供各院區護理

部做為教學角色責任義務以及福利措施規劃之參考，期待在臨床護理服務的每位同仁，真誠付出亦能獲得豐富的回饋，不只是物質的回饋，更包含來自學弟妹對學長姊提攜之感恩心。護理專業人員的養成像跑接力賽，學校教育只是起步，畢業後即傳棒給臨床的學長姊們，身為學校教師，很感謝臨床所有護理同仁穩穩地接住傳承之棒，帶著學弟妹堅實地踩在護理路，培養堅實的護理人才。



# 小聰明與大成就

## 基護實習臨床初體驗

■ 文／黃思婷 慈濟技術學院護理科五專四年級



Little Sparkles and  
Great Achievements

從入學開始，每學期的家族聚會，總是聽著高年級學姊說著實習的事，像是「哪個單位學姊人超好、哪個老師超電超殺、實習的時候該準備什麼、在實習的時候遇到什麼好氣又好笑的事」等，一直到自己真正實習時，才知道是怎麼回事。

梳著包頭，穿上整身的白色行頭，背著後背包，戴著一顆無比緊張又不知所措的心，和同學假裝若無其事的上校車，然後進醫院，接著繃起全身神經、豎起汗毛，進入備戰狀態，我開始變成「護生的一天」的主角。

### 對照自己的心態 學姊身教潛移默化

在老師與病房學姊的帶領下開始了各種初體驗，對藥單、對醫囑、給藥、換藥、管路護理等；學姊像陀螺般在病房轉呀轉的，忙完這個病人趕緊換下個病人，迅速的動作中帶著許多的溫柔。我看到學姊們好多很自然的動作，是我不會注意到的細節。

例如，交完班後的巡房，不是只把大夜主護的名牌換成自己的，而是會去跟病人打招呼，「早安，今天換我照顧喔！」「昨天睡的好嗎？」「吃飽了嗎？」如果病人不在，會順手將床舖好，整理一下床旁桌；跟著學姊換藥，學姊在撕膠帶的時候，會以指腹壓住讓膠帶慢慢與皮膚分開，減少疼痛感；病人若因疼痛而生氣，也不會被激怒，而是溫柔有耐心的安撫病人，請他忍耐一下。

看到學姊們照護病人的專業之心，其實常常對自己的心態感到不恥，因為過去的我會覺得整理病人單位應該家屬做吧！撕膠帶的時候就直接撕就好啦，換藥能迅速就好啦，如果病人很不客氣的對我說話我可能會跟他吵架吧。學姊給我很棒的身教，這是學校課本學不到的，潛移默化中，改變我的態度。

## 準備接受挑戰 強大專業與心靈

結束了為期一個月的基護實習，了解到護理原來是這樣。你必須運用腦筋讓學理與技術融會貫通，要記憶藥物和藥品之間的拮抗與副作用，還得有極大耐心和同理心關懷病人和撫慰家屬，而這些都只是個人所需具備的部分。在環境中，還必須學習團隊合作，與人相處等各種處世的「眉角」。雖然我還是小小護生，無法像學姊那樣專業而值得信賴，在幼小的心靈裡，也深知自己各方面的不足。

而最大的收穫就是「成就感」，還有從學姊身上學到的「小聰明」；從覺得自己一事無成，到熟練地幫病人量血壓、做管路護理等；從看不懂的檢驗數值和背不起來的藥物，到能逐一無誤的翻譯給老師聽，背熟副作用；從支支吾吾的和個案自我介紹到自在的談話。還有就是當病人跟我說聲「謝謝」時，你不會知道我心裡有多少朵花正綻放著。原本對病人不知道如何關心，也不會收斂自己粗魯的動作，還會覺得病人很煩，而從學姊身上也學到，如何運用一些小小的動作和言語去同理病人，讓他們相信你。

希望在未來自己也能成為像學姊一樣能時常運用同理心及耐心去面對病人。雖然這四個星期有很多挫折與疲累，但是心靈卻很充實，各種複雜的



護生黃思婷（左）發現臨床學姊們有許多聰明小技巧，是靠經驗累積出來的。

情緒、對未來的思考、說不盡感謝和每個人的回饋等，如此層層的堆疊自我，然後洗禮深處的靈魂。之後的實習，希望能以正面的心態去面對，並做好準備，而不是被迫準備，期許自己在往後的日子，能夠在專業與心靈上日漸強大，不一定要最好，但是要更好。



# 愈電愈勇

■ 文／鍾佳玲 慈濟技術學院護理科五專五年級

在還沒有展開實習生涯時，看著學姊穿著實習服疲憊的回到宿舍，心裡想著以後我也會和學姊一樣疲憊、連講話的力氣都沒有嗎？四年級下學期即將進入尾聲，我們離五五的全年實習越來越近了！當下心理又期待，但又怕受傷害。還沒實習就開始謠言四起，聽說在那裡實習很慘、聽說實習什麼很好玩、聽說給誰帶就不用睡了、聽說……，聽學姊說、聽學妹說、聽老師說、聽同學說，就這樣大家加油添醋的訴說實習的種種，讓我不禁也開始摩拳擦掌，準備要迎接未知的實習了！

## 跟著學姊耐心做 聽到久等的早安

第一梯次實習，我來到了花蓮慈濟醫院合心八樓神經內外科實習，這也是我實習一整年下來最喜歡待的地方，因為我認識了一位翠華學姊，在她身上我看到了在書上所說「視病如親、無私付出」的意思。那時候我跟學姊共同照顧了一位被兒子遺棄的爺爺，我跟學姊都是第一次跟爺爺接觸，爺爺不愛說話也不愛理人。還是個小護生的我看到那麼冷漠的爺爺，心裡很惶恐，不禁像小孩子一樣躲在學姊後面，學姊見狀馬上打破僵局，甚至幫我向爺爺介紹「這是我們的護生，他要跟我一起照顧你喔！」學姊介紹完我才回過神跟爺爺打招呼，爺爺沒有任何反應。出來病房後學姊鼓勵我，叫我不難過，要用熱情跟耐心打動爺爺，就這樣我跟學姊一起照顧這位爺爺，我們一起幫他洗澡、刮鬍子、剪頭髮。學姊告訴我「盡可能協助他，讓他感到舒適」、「把那位爺爺當做自己的爺爺一樣照顧」。我永遠記得在照顧爺爺的第三天，我和學姊像平常一樣向爺爺說早安，沒想到爺爺也回應我們了！當我聽到爺爺的回答時，我真不敢相信我的耳朵，爺爺竟然開口說話了！我跟學姊都好開心，帶著愉快的心情幫爺爺



Getting Stronger After  
Being Challenged  
by Seniors



鍾佳玲（左）從何翠華學姊（右）身上了解書上說的「視病如親、無私付出」，也跟著學會怎麼打開病人心房。攝影／楊舜斌

做治療，等到出來病房後，學姊告訴我，這就是在臨床中所獲得的成就感。沒想到只是再平凡不過的「早安」，竟然也能讓人充滿成就感！

### 不辜負教學熱情 各科實習收穫豐

我深深感受到學姊對護理的熱情，以及學姊不吝嗇的教導我所有他所知道的东西，連鼻胃管的宜拉膠都貼不好的我，學姊就是有這樣的耐心去教我，「慢慢來不要怕、越怕手會越抖、越會做不好」。在學姊那麼細心的教導下，我很努力學習，因為我不想讓她對我失望、不想辜負學姊的好意，學姊應該有感受到我的回饋，所

以慢慢地我們的關係從學姊學妹變成了很像朋友一樣，學姊甚至跟我說很多她的經驗、小祕訣，不藏私的通通都傳授給我，對我這個實習剛起步的學妹，學姊對我的好、對我的教導，讓我印象深刻，幫我打了一支強心針，對我一生都受用！

眾多的科目中，公衛不隻可以騎著車東奔西跑、上山下海，還可以舉辦活動跟社區民眾互動，非常適合個性活潑的我。有機會走入民眾家中時，親身體會到家徒四壁、蓬門荜戶的意思，這也是在公衛最辛苦的地方，但也是我喜歡的原因，可以運用創意帶活動，要很會跑、躲開醉漢或狗、要有很強的心臟去接受不同民眾家中的



護生們透過實習印證課室所學，也更了解護理專業，感恩所有臨床學長姊的無私帶教。

生活，甚至走進去服務。公衛學姊很厲害，上山下海勇敢無懼。

### 終能獨立作業 感謝所有教導者

在實習過程中當然也會遇到很嚴格的老師或學姊，如果真的遇到了那麼也只好燒香拜佛祈求不要被盯上。我曾遇到一位「很電」的學姊，她覺得我做事不夠快、覺得我技術不夠純熟、覺得我做任何事都不夠好，所以每當跟她做事時，我就要自動把EQ拉到最高點「洗耳恭聽」的去接受這一次又要被罵甚麼了呢？雖然那五天每天都像活在地獄一樣，但是牙一咬還是撐過去了！

現在很難以相信我已經將實習困境一一擊破了，想著過去連抽藥手都抖到藥都掉光光的我，現在可以自己獨力完成許多技術，真的差別很大也成長很多，對護理的熱忱，看到臨床的現實面後，老實說被消耗了不少，但是我會努力加一些汽油再把熱忱燃燒起來的！這麼多梯實習，真的要感謝所有讓我照顧的病人，他們用生命來讓我們學習，還有所有分享經驗及教導我方法的學姊們，甚至嚴苛電我讓我水深火熱的學姊，在我的學習生涯中留下印記，成就了現在的我。我即將踏入臨床，請大家拭目以待。

# 引領展翅飛翔

■ 文／金聖晴 花蓮慈濟醫院二七西病房護理師

從就讀五專開始實習後，才是真正了解護理工作的時候，對於第一次以護理人員實習生的身分接觸病人時，對於我來說壓力真的好大。深刻記得第一次為病人執行護理技術時我就被病人拒絕了，當時的我軟弱的哭了，但讓我更深刻記得的是帶我的學姊及老師是如何引導我及鼓勵我，讓我發現自己的不足及學習如何與病人互動。

## 感恩每一位學姊 最棒的老師

從一路實習到畢業後進入職場每一天都在學習，而我最棒的老師就是每一位帶領過我的學姊。曾經我碰過學姊不惜自己延遲下班，只為了多教我更多東西，還記得當時將護理記錄打完並且給學姊看完修改完已經是晚上六點半，學姊拉了身邊的椅子叫我坐下來，要我回想一整天下來有沒有任何問題或困難，其實當下我很感動。討論完後，學姊還教導我一些病房常用儀器的使用，學姊不只是教我使用，還讓我每個都實際操作一次，雖然當天到了八



Be Grateful to  
the Experienced  
Seniors



護生時期學姊的教導與要求，奠定金聖晴（左）進入臨床服務的基本實力。  
攝影／楊舜斌



點多才回家，但我收穫滿滿，也帶著一顆感恩的心，總覺得若是回去不好好複習會辜負了學姊的期望。

學姊也告訴我，當我照顧病人時就真的把自己當作是主護，唯有自己真正執行過才會發現不足處。所以從一早開始交班完後，學姊就會開始要求我說出我所照護病人的疾病、學理、疾病的照護目標、措施及衛教，當我一邊說、學姊一邊問問題及補充。剛開始的確感到壓力很大，但這樣的準備方式也奠定我之後在護理工作上遇到不同疾病病人時，能夠立即訂出照護重點的能力。

### 態度顯現護理專業 自我提醒的榜樣

護理人員除了專業的護理能力之外，我想態度更是第一次與病人接觸時，給病人的直接印象。曾經有位學姊在一早時跟我分享最近生活裡不順心的事讓她心情不好，說實話，當時我心中警惕自己，今天皮更要繃緊一點，怕自己不免受到波及，但交班後開始巡病房，學姊完全變了一個人，從打招呼、自我介紹、嘘寒問暖，接觸每一位病人是那麼的親切、笑容更是沒停過。能夠將私事及工作的情緒分開真的是不容易的事，所以這位學姊的態度，成為現在我不時自我提醒的榜樣。

當然在實習時也曾經有過被學姊

誤會的經驗，但是當時我沒有勇氣跟學姊澄清，心裡一直不好受。現在的我也開始帶領學妹，每一次與學妹的溝通都是我學習溝通的機會，因此我也常常告訴學妹：我們都在互相學習！我發現，從不好的經驗中，也有值得學習的地方。

其實我剛開始與學姊接觸時非常緊張，不太敢跟學姊說話，但是我知道最基本的禮貌一定要有，與學姊漸漸熟悉之後也會了解學姊的個性，因此有時犯了小錯誤時，我也會用幽默的口語請求原諒，化解尷尬的氣氛。我也很喜歡帶我的學姊們在工作以外的時間與我相處時就像朋友一般，使我減輕了不少壓力。試用期時護理長也安排我與多位學姊們一起學習，從不同學姊身上能夠學習到很多不同的工作方式及態度，也同時學習與同仁相處的方式，對我日後的在護理工作上很有幫助。

### 扛起生命職責 幸得帶領提攜

從學生到進入職場身分的轉變很大，責任及壓力更是自己要學習調適的，一路走來我覺得學姊給我的影響很大，剛開始對環境及人、事、物的不熟悉，臨床教師成為我們最大的幫助，回想我試用期的兩個月以來，每天不斷學習新事物，但帶我的學姊們也會視我學習的情況作



在護理新人的時期，金聖晴感謝單位臨床教師給予最大的幫助。攝影／楊舜斌

調整，每天會給我不同的目標，我也將每天複習的東西寫在筆記本上，直到現在，那本筆記本成為了我的「寶典」。

學姊的角色模範與新進人員的關係就像母鳥教導幼鳥學飛，母鳥在幼鳥學飛的過程中會一反平常直接由巢進出的方式，而從巢跳上巢樹的樹枝、逐枝走跳到最高點再飛出，幼鳥就會循著母鳥的路徑往上攀爬

學飛；學姊就像我模仿的對象，等到我學習如何飛翔後，就任我翱翔、也讓我探索、學習覓食，使我成為有生存技能的成鳥。

若進入職場時沒有學姊的提攜，在面對生命的這份工作上，光是壓力可能就讓我們無法負荷，在學姊的帶領下我們有寄託、有鼓勵、更有動力，一路走來更是深刻體會學姊提攜的重要。☺