

內化專業^的

印記

Ethics Imprints in
Nursing Career

■ 編輯 | 謝美玲 慈濟大學護理學系助理教授

回首來時路，不論當下的初衷為何，一旦決定踏出腳步，肩上的使命便已承擔。護理的學習過程如過關斬將般地戰戰兢兢，以大學護理學系學生為例，由艱澀難懂的基礎醫學課程及護理導論入門，接著建構護理專業知識，經過大三的實習不斷強化臨床實境體驗，進入大四則呈現成熟待發的展翅之姿。護生該如何面對各式學習情境？如何走過充滿挑戰的困境？畢業後，又如何迎接臨床新手的考驗？

慈濟大學護理學系已培育了十四屆的畢業生，在不同單位或崗位貢獻所學，於此邀請在校同學及畢業校友分享，在成為專業護理從業人員過程中，各階段的成長印記、反思，期許所有的護理新人能踏實地展現專業自信，不斷地自我成就。

歷練雖是苦澀，但成長的喜悅卻是甜美。遇到困難，別無他法，只能面對與解決。積極的學習態度與正向思維是成長的不變良方，越深入護理工作越能感受到幫助病患的愉悅，以及人與人真心互動之美。



守護下成長

臨床實習是由教室的模擬情境進入病房真實狀況的重要過程，面對多變及難以掌握的實境，護生在學習中所面臨的內外在壓力難以形容。

感同身受

鐘淨昇 第十五屆 100 級 護理學系三年級

會進入護理學系就讀是志願分發的結果，從網路上知曉的當下一陣錯愕、驚慌，不知道要如何開口跟家人講。帶著忐忑的心離家到校，不知自己要面對的是什麼，但也就這樣開始了。

到臨床實習時，光陪病人說話就得鼓起十足的勇氣。記得內外科護理實習結束前，有位阿公的病況突然急轉直下，看著昔日會跟我們聊天的開朗阿嬤，紅著眼睛坐在床旁椅上看著阿公，嘴裡一直說著不要丟下她一個人，當下一陣鼻酸，淚水在眼眶打轉。看到阿嬤在病房收拾東西，準備帶阿公回家，走過去問阿嬤是否須要幫忙，當阿嬤紅著雙眼看我時，我竟不知要說什麼。之後老師和我討論這事件時，還是止不住心中的情緒，淚水還是流了下來。老師告訴我：「護理人員不是不可以哭，因為不捨病人的受苦而流的淚是感動人的，正是因為有真心的投入，才會感同身受。」

悔改的眼淚

鄭世旻 第十四屆 99 級 應屆畢業生

記得在某梯次實習的最後一天，差點發生給藥異常，原本打算隱瞞這整個事件，老師事後知道了，才說出發生的經過，當時的心情有如天人交戰，我對自己的行為感到可恥。老師在聽完我的陳述後，說道：「往後的護理生涯還很長，如果這一次的跌跤，可以發自內心的悔改，並從此改變自己的學習態度，這個教訓對於你來說，就已足夠了。」聽完老師的這番話，我掉下了眼淚。



單飛 生力軍單飛

畢業後，努力地取得進入門票——護理師證書，護理職涯正式展開，護理新鮮人的適應過程又是一番試練。經過試用期、新進人員訓練後，跟著指導學長姊熟悉照護流程，接著便開始獨立作業。期能藉由畢業系友的經驗分享，做為新鮮人渡過適應期的參考。

不再膽怯

張怡蓁 第十二屆 97 級 花蓮慈濟醫院護理師

畢業後分發到呼吸照護中心工作，心境上需要很大的調適。因病人有著一定的危急性，管路和疾病複雜度也較高，大錯雖沒犯，但蠢事和小錯不斷，心裡偶會萌生退縮之意，但一切有如酸甜苦辣鹹般，樣樣都得走一遭！從一開始的猶豫、擔心、逃離，那時心頭真的很酸楚、失落，曾徹夜難眠地害怕著！膽怯的理由？懷疑自身的能力能否勝任？是否盡了應有的本分和責任？縱使有諸多擔憂，只要不放棄，一定能衝破難關，現在已能夠勝任病人的照護流程。



勉勵自己

李佳靜 第十三屆 98 級 臺北慈濟醫院護理師

畢業後的第一份工作沒有想像中順利，邊準備國考邊熟悉臨床事務，而臨床也因人力較緊無法放溫書假，只能自己找時間念書。國考後專心於臨床實務時，適應問題漸漸浮現，例如常發生動作慢、忘東忘西、交班聽不懂，或事情做不完的情形。最難的莫過於職場的人際關係，如何在學姊與學妹的關係間找到一個平衡點，如何與學姊相處以及用什麼樣的態度去面對？新進人員的適應過程中，不斷勉勵自己要把病人照顧好、把事情做好、不要遺漏、看到不會的要主動發問。





翱翔青壯世代

進入醫療機構，已無師長的羽翼呵護，單飛後人際互動的適應、病人疾病過程的掌握、工作流程的安排，如何從忙亂中理出思緒，還得花費體力心思。遇到阻礙時，如何把問題轉化成學習的動力，是成長的重要關鍵。

打造未來

張苑茹 第五屆 90 級 花蓮慈濟醫院專科護理師

對於目前在專科護理師工作看似游刃有餘的我，回想新人試用期間也是有一把眼淚一把鼻涕的時候。在試用期幾乎每天哭著回去，連睡覺耳邊響起的都是學姐不斷提醒的聲音，跟媽媽說：「我可不可以不要上班了？」之後跟學校老師「倒垃圾」後，重新整理自己的心情，心裡想著：「別人可以留下來，我一定也辦得到！」從此之後，我養成上班遇到問題，回到家一定會查相關文獻來解除自己的疑惑；若對於醫囑有不懂處，也會與醫生討論其適合性。慢慢地我開始不害怕去上班，並且獲得其他人的肯定。

親愛的學弟妹，沒有人一開始就會成為一個優秀的護理人員，縱使你目前成績不是很理想。但要成為什麼樣的自己，只有自己能夠決定。記得當初我的基本護理學技術考只有 58 分，經過實務試鍊後，現在已成為站在講臺上為護理人員授課的講師。現在表現不理想並不代表永無翻身之地，要成就什麼樣的將來，端看自己的努力及自我負責的態度。

勇於發問

王筱霏 第一屆 86 級

中華民國防癆協會研究助理、聖母醫護管理專校兼任講師
曾任花蓮慈濟醫院個案管理師

對新手而言，環境不熟是正常的，所以不要怕發問。不斷的提問，然後找答案。會提問的人自然就會思考，自然就會去找到答案，學習最怕就是不提問、不思考。對自己照顧的病人的所有問題必須瞭解，要掌握自己病人的狀況，下班讀書查資料也是自己分內該做的事。臨床學長姐在指導新人時，最常遇到的問題是「新人到單位幾乎都要重教，把大家累翻了；還有教了不一定會，還不能生氣怕人留不住」。此外，發現「實習越貼近臨床，學生之後出來會越適應臨床」，鼓勵學弟妹在指導老師及臨床學長姊的帶領下，能多做多學。

武功秘笈

王文聰 第四屆 89 級

臺中慈濟醫院資深護理師

轉眼間已經畢業近十年。回想試用期的每一天，我會把學姊所教的事物分門別類，或是將相關表單剪貼及疾病護理注意事項修剪後黏貼，變成一本武功秘笈，大小剛好可以隨身攜帶，當我突然想起某些注意事項或是藥物換算時，可以馬上翻閱。

當年資與臨床經驗逐漸增長，自己也開始輔導新進學弟妹，能體會到當臨床教師的壓力。然而學弟妹就像陶土一樣，如何依照個性塑型，真的得費點心思，擔心學弟妹不適應，也得兼顧照護品質。很感激當年輔導自己的學姊們的嚴格指導，畢竟我們面對的是生命，不容許半點閃失。期望學弟妹在臨床技能上要不斷挑戰自我，時時懷抱著好奇心學習新事物並勇於承擔，適當的壓力就像跳躍前的蹲步動作般，克服的壓力越高，成就將越高。





良言入心傳承

在護理的天空優游自在，也同時開始了專業與經驗的傳承，希望所知所言能讓後人少走幾步辛苦路。

角色轉換

周昀臻 第七屆 92 級

臺灣大學護理學系研究助理、曾任職臺北榮民總醫院急診室護理師

大學時曾擔任許多幹部，如：班代、系學會長與臺灣地區護理系學生學術聯合交流學會監事代表，畢業後到醫院急診任職。還記得到職的第十一天，便得獨立照護留觀區至少十五位不知診斷為何的病人，面對這樣未知和壓力，實在戒慎恐懼，但是我告訴自己不可以不負責任的逃避。藉此想以個人在急診工作二年的經驗，分享當「學生身分」轉換為「工作角色」時自己調適的小訣竅。

首先是需適時反應困難。獨立的第一天結束後，心中對於被我照顧的病患深感抱歉，自責沒有提供夠好的照護，當晚思索許久後，我決定寫信讓護理長知道我的狀況。隔天護理長就安排學姊協助，自此我可以更安心也更有信心地將工作完成。我發現，當遇到任何困難，一定要反應讓其他人知道，悶著頭默默承受絕非妥善的解決方式。

再者則是降低對自我的要求。學生時代的我自我要求很高，因此面對剛獨立的混亂著實挫折。我無法理解原本由我掌控的時間，如今竟追趕著我。對於難以將工作做到完美，我怎樣也說服不了自己接受。我試著與學長姐、同學、同事，及老師們聊，漸漸發現「混亂」是剛踏入職場的我們必然面對的過程，唯有將自己心中的標準降低，才能找到平衡。但「降低不代表擺爛」，我要求自己半年內達成：藥物要三讀五對、護理紀錄每本都完整且清楚、點滴的量要調控在班內該掛上的量。每天、每週、每月檢討時，我發現逐步朝目標邁進，也在半年內達到。

最後是要自我省思以及運動紓壓。新手階段，每天都很晚下班，縱然下班後身心俱疲，但上半年往往是成長最快的時間。工作後的生活總是被忙碌和睡眠佔據，但別忘了在空閒時，必須養成運動紓壓的好習慣，如此才能保有良好體力面對工作。☺