



熱忱與樂活

Passion and LOHAS



攝影 / 余翠翠

困難是機會 肯定自己的獨特

我現在也是護理臨床教師，在帶領一些新進人員時，仿佛看到最初剛踏進護理路途的我，從菜鳥逐漸成為「老油條」，一路走來雖然也曾有挫折，但自己很幸福與幸運，遇到了很多樂於教導及提攜我的學姊及主管，她們給我很多鼓勵與支持，所以我對護理這條路，會更加有勇氣及自信的一直走下去。

我也常常鼓勵剛踏入職場的學弟妹們，要對自己有自信，如果做事退退縮縮，怎麼深得病人的信任呢？前陣子有學妹問我一句：「學姊，你覺得我可以勝任護理工作嗎？我還能繼續在這嗎？」我回答：「有何不可？不要輕易對自我放棄，唯有喜歡及接納護理工作，對護理懷抱希望，穿對自己的鞋，才能踏出自信的步伐，走對自己的護理路。」

在加護單位工作，生、老、病、死不斷重複，疾病帶給病人痛苦，甚至在死亡邊緣，這對護理人員來說是一件極具挑戰性的工作。但我發現樂在護理工作的人，都是從照顧病人及解決病人問題的過程裡，獲得滿足及成就感。

在臨床護理，遇到問題或許是常態，但怕的是還沒嘗試解決就自我設限，覺得自己無法勝任，如果處處自我設限，遇到任何事都是困難的，迎向挑戰才有辦成的可能；遇到困難，是機會不是難題，護理的學習是一條漫長的路，保有對護理工作的熱忱，才能在護理生涯中延續傳承，也給單位的學弟妹一個鼓勵，你們都是最好的，只要用心，都能找到自己的獨特能力。



身心科

護理之美

回歸報到心情 帶新人領會團隊

還記得護理長跟我說，我即將要帶新人的那天，心情有些複雜；很開心自己受到肯定，但也迷惘了，我該怎麼整理自己的思緒，井然有序的將所學的教給學妹呢？

最後，我將自己回歸到剛進單位的那天，回想自己當學妹的過往，我想，能引領我進單位的，即是我想傳達給學妹的：一個親切友善的環境。嘗試在學妹身上找出與自己的共同點，增加熟悉度以及帶領融入團隊，發掘她的優點、將勤補拙，觀察學妹的學習模式，適度調整，不斷溝通想法，用她能理解的方式教導，教學相長，過程中也激發了自己的表達能力。

在身心科病房這特殊的環境，更想傳達給學妹的是要離開自己的小世界，將眼睛、耳朵打開，唯有身旁的人都安全，自己才會安全，整個病房的運作都是互補互助的，在臨床上可以看見每個同仁的長處及拿手面對處理的狀況，除了相互學習，也必須做到補位的動作。還記得學妹每個「第一次」獨立完成的事情，如接病人、獨自與團隊交班，以及安撫情緒高昂甚至有暴力攻擊的病人，照顧病況不穩的個案；需送至加護病房時，卻出乎意料冷靜的態度，每每成功救援緊急狀況後的靦腆笑容……我想，她也會愛上這種感覺，有能力幫助別人及被肯定的感覺，真的很棒！

陪伴引導保護 體解身心科護理魅力

在臨床上，如何引領學妹照護這群在軀殼內的傷痛、無法言喻的感受、害怕他人的異樣眼光，以及你我所無法體會和探究的浩瀚思想的病人們，幫助被完好軀殼外隱藏著受傷的患者，對社會的弱勢病人、無法向他人說出的疾病，擔心他人對自己或家人投予異樣眼光及標籤化，在理智及失控間，學習著如何陪伴、引導、保護，以及增強病識感，讓患者及家屬學會如何自控情緒及接納自己、與疾病共存，我想，這即是身心科護理的魅力所在。☺



從新人到開始帶學妹，簡莉真（右）覺得助人及被肯定的感覺真棒。攝影 / 余翠翠