



老師，請聽我說

Please Listen to Me, Dear Teacher

社工老將 Senior Social Worker,
Junior RN

護理新人



走上護理路，外婆的影響很大。我是外婆帶大的小孩。小時候不管大小病，只要去診所看醫生，一定都是針筒伺候，即使只是一個小感冒，如果發燒就更慘了，一定會「吊大筒」。每次這種時刻，我總是會用著尖銳淒厲的哭聲搭配翻來覆去的掙扎與護士阿姨對峙許久，直到她失去耐心，這時，曾經在診所從事護理工作的外婆就會接過針來幫我施打。印象中，外婆的手很軟很溫暖，在她的安撫聲中，往往針就悄悄的打好。那時就常想，以後長大我也要當護士，覺得可以跟外婆做一樣的工作是一件很酷的事。只是後來念了普通高中然後升大學，也就「暫時」與護理分道揚鑣。

擔任社工鼓勵追夢 喚醒幼年的護理願

大學時期就讀社工系，雖然對於護理工作仍舊有憧憬，但覺得兩科系一樣都是服務人的工作，大學畢業後投入社工領域，因為服務對象是青少年，常需要陪同少年就醫，每次進到醫院，空氣中那混雜酒精、藥品以及消毒水等的味道，總是從第一口呼吸開始即滲透進入我的每個細胞，悄悄喚醒那深藏的記憶。外婆過世後，有次在工作時與少年討論夢想這件事，覺得自己一直在鼓勵少年努力追夢，那自己呢？這樣一個契機，我拾起書本，考取慈濟科技大學的護理學系，這時候的我 36 歲了。

學習護理 陷入不知所以然的困難

社工系與護理系雖然都是以人為出發點的一門學科，但在養成教育的訓練方式卻截然不同，特別是護理有許多的技術要學習，每個技術都有一套標準作業流程，需要熟記。但是社工處遇個案的過程中，雖然也有一套所謂的標準流程，但是隨時會針對個案的情況進行調整，沒有固定的標準化流程，例如遇到中輟的個案，可能會從家庭方面著手，也可能從學校方面著手或是從個案本身著手。所以一開始學習護理技術，總是一個步驟一個步驟的背，不管是練習或考試時，操作起來總像是在分解動作般沒有整體性，直到真正理解為什麼要有這樣的流程後，才能拼湊出整個技術的輪廓。我學習護理的過程常碰到「不知所以然」的困難。這個問題在孟娟老師帶我實習時，獲得解答。以高血壓護理為例，老師說我們都只知道造成高血壓的很多原因，但是機轉卻不了解，兩位病人同為高血壓，有可能是不同原因造成。就像個案要監測心電圖，但我們常不知道監測的目的。所以老師透過生理學，說明造成高血壓的各種機轉以及處置過程，然後搭配個案的病症以及相關治療，進行整合性的分析，原來照護個案要看整個面，而不只是一個點。



愈來愈深入護理的內涵，大四選習時，突然頓悟，無論是護理或是社工，其實只是施用招數的不同，但本質卻是一樣的。

實習抓不到訣竅的挫折感 回頭釐清初心

九梯次的實習，在求學過程是很大的挑戰。除了白天的醫院實習，下班後接踵而來的就是永遠查不完的藥以及疾病，外加怎麼寫都覺得內容少了什麼的報告。我不是屬於聰明的學生，知識的記憶需要更多次的堆疊，加上找文獻、資料與撰寫報告，等到回神時天空都已經露出魚肚白的顏色，然後拖著整夜未闔上的眼繼續實習去。特別是在內外科實習時，這樣的生活不斷上演。也曾在一晚未睡的實習前，倚著窗臺想著自己究竟適不適合這樣的工作。實習場域的氛圍、與學姊之間的相處方式以及工作的節奏，在那段時間總是有一種抓不到訣竅的挫折感。腦海中常會問自己是不是應該回去從事原本熟悉的社工工作。很感謝李崇仁老師在那段我猶豫的時刻，協助我釐清護理工作的意義與價值。老師提醒我，過度在意別人的眼光，做事情就會綁手綁腳；為了別人而做就會失去自己為什麼要做的意義。



老師協助我去釐清，實習的主要目的不是要當學姊的小幫手，也不是討好任何人，實習生要做的是學習如何去照顧、去發現、建立關係以及與學理做對照等；節奏感這件事，要靠自己真正進入臨床後才會開始……。

老師的當頭棒喝如同醍醐灌頂般，瞬間把即將被流沙淹沒的我拉起，我也開始從心去調整心態，刪去非理性期待，聚焦在自己實習階段中應該要做的，並且不讓負面情緒將自己給綑綁，這樣的調整，對於面對之後的實習就有明顯不同的動力。讓我能夠從那原本不舒服的泥沼中，跳過外顯的狀況，重新回到並且檢視自己當初想為護理工作的初衷，突然間覺得，很多以為的大事其實都只是微不足道的小事，本來無一物，又何處惹塵埃。



老師的支持與鼓勵 長養與眾不同的護理功力

很幸運，實習中所遇到的老師，除了學理、技術很專業外，也會給予我滿滿的支持與鼓勵，倍感溫暖。其中讓我記憶最深的兩位實習老師是兒科的淑敏與產科的彭之吟老師。兒科病房每天總是充斥著小孩們的淒厲哭聲，特別是發藥或是進行治療時。淑敏老師運用不同的方式，無論是對年紀小的病童使用手指遊戲、稍大的孩子運用自製的媒材，總能讓他們從不願意配合變成乖乖就範。老師常說實習很大的目的，是要讓我們喜歡這一科，而不是實習完這科，就下定決心以後不走這科。有興趣後的學習，護理這條路也就能夠走得遠。而產科是我實習前最抗拒的一科，我是男護生，對於需要碰觸或是觀察產婦私密部分，內心感到很糾結。實習一開始總是希望產婦能夠拒絕我，這樣我就可以逃避令我覺得尷尬的情境。但之吟老師總是很有誠意地在事前先與產婦溝通，希望能夠讓「男」實習生一起進行照護，老師總能在旁帶領與陪伴。幾次後似乎也不再先前的排斥與尷尬，反而能夠很自然地進行相關照護。

走入護理，發現護理工作遠比原本夢想中的護理複雜且困難。曾經徘徊在社工或護理的雙叉路上，猶豫不定。然經過四年的陶冶，原來社工與護理的養成訓練讓我能與眾不同，就像金庸小說中的人物同時有著兩派不同的武功加乘，我的護理更有社工專業的服務特色。相信在護理的路上還有許多的難關在前面等著我去越過，但無論如何都會提醒自己要謹記初心，因為這是決定自己能走多遠的重要配備，我是護理新鮮人，未來，還請多多指教。



老師這樣說：

成為想要的自己

Be the One You Want

■ 文 | 彭之吟 慈濟科技大學護理系老師

夏末的花蓮，海風吹拂著，陽光照射在海邊的椰子樹林間，和建元相識於花蓮的門諾醫院產科實習課程。記得第一次見到建元時，第一印象是有禮貌且認真的學生。聽著護理系上老師分享，知道建元是在完成大學學業並工作多年後才決定再來念護理系，也因此在学习上更加主動認真，心底油然而生的是許多的敬佩。

建元，記得第一次見面時，印入眼簾的是你的服儀整齊，謙恭有禮。實習第一天環境熟悉時，總是拿著小小的筆記本，詳細地記錄著每件事情；在你的筆記中每一項產房的常規與步驟，條例清晰，記錄詳實。儘管在實習後還需要打工維持生活需求，但都未影響到你的實習表現，在每次的測驗中，總能達到優異的成績。

記得有幾次為了徵詢個案同意讓男護生照護，與待產婦自我介紹時，都看見你眼底的掙扎，特別是當產婦同意你的照護後，隱約能感受到你的猶豫。於是我對你說：「再遲疑就更難與個案建立關係，也更難給予衛教了。」你鼓起勇氣與同學一起陪伴著產婦，從第一產程到第四產程陪伴產婦給予支持，也與臨床護理師一起執行產程評估與照護。在照護過程中，產婦對你的信任是深刻的，因為待產的疼痛不同於其他因素所產生的疼痛，因而較難在短時間內建立信任關係。但在你的照護過程中不僅與產婦建立良好的關係，從產婦的先生與家人的言談中，感受到他們對你的信任。當我們從產房到產後病房實習時，他們訴說對你的感謝；我想你提供不僅是專業的知識，也有溫柔體貼的心，他們不只感受到細心的照護，更是家庭迎來新生命重要時刻的美好經驗。在產科實習的照護中，包含著新生兒即刻護理，在同學進行新生兒即刻評估時，你也會在一旁模擬進行，包含評估的方式、順序以及評估的意義和正常值等，積極把握每一次的機會主動練習，爭取獨立操作的機會，同時也能與同學相互提醒與討論，無論是在技術操作上的小細節或是經驗的分享。



產後病房的照護，需要經由身體評估，以觀察產後的復舊是否順利，很幸運的能順利得到產婦的同意給予照護。在產後病房的實習過程中，你觀察到產婦必須在短暫的時間內學習許多自我照護與育兒相關知識，同時心理也需要進行多種角色的調適，於是你依據產婦的需求給予階段性的指導。在衛教的過程中，觀察到產婦對於口語表述的衛教內容較容易混淆，還特地製作了手繪的衛教圖卡，以加深印象。

實習的三週期間，透過個案分享與議題討論，分享在臨床情境中所學習到及所遭遇到的困難。包含男護生的角色框架、男護生與男醫師的角色差異，在個案的討論中你都能觀察到產婦細微的需求與心理狀態，也能以家庭為中心的角度去思考各個成員彼此的角色與需求，針對議題討論中完整的表述自己的看法。你覺得自己是提供專業的照護，就如同在其他科別中，也會遇見不同性別的患者，不應受到性別自我限制。也因此後續的照護過程中，逐漸地看到你自我調適的歷程，因為你的專業養成，讓你更能夠覺察自我、發掘與分析問題。而在團體的討論中，因為你的分享，讓同學之間也更能延伸許多觀點的思考面向，在這段實習的過程中，討論也變得更有意思。

常聽學生分享對實習的感覺，都覺得實習就像是要突破層層關卡，產科的實習對許多人而言亦是。特別是對男護生而言，性別就像一道隱形的藩籬，看不到也摸不著卻能讓人感到濃濃的距離感，但因為你的用心及社工的訓練背景與經歷，每當面對臨床中的困難情境時，更能同理與理解他人感受，看見堅強表面下的脆弱，也能自我審視，在這些過程中所產生的困難也能逐一克服。

最後，很開心你已經邁向課程的最後階段，因為這也表示，你已經跨越層層的考驗就要邁向下一個里程。能夠實踐夢想的人是幸福的，因為擁有滿滿的勇氣與眾人祝福，期待未來的你在臨床上發揮專業與愛，祝福你。



老師這樣說：

護理社工長才

A Male Nurse with Social Worker Background

■ 文 | 紀麗梅 慈濟科技大學護理系老師

建元是慈濟科技大學護理系第二屆四技學生，綽號「鱷魚」；之所以取此名，係因家人在臺南市麻豆區從事養殖業有關。已經擁有玄奘大學社工系學位的他，在臺北善牧社會福利基金會工作 12 年後，一直都有圓夢的想法：進入護理領域；因此，毅然離職，轉換跑道，透過推選甄試來到了慈濟大家庭。他從臺南遠道而來就讀本校；經濟獨立，靠著老本積蓄，且以半工半讀方式從事社工服務。因需輪班工作，故未選擇住宿，而租賃於慈濟大學附近，以腳踏車代步，每日上學時是上坡路，很是辛苦，但建元不以為苦，當作是鍛鍊身體。有時因社工師工作需求，要陪伴安置的青少年到外縣市就醫，或夜間輪值，就會錯過學校升旗或上課時間，三不五時就缺課了。

36 歲才進來求學，又未住宿，生活起居、飲食皆獨立。原本擔心他與同學之間會有隔閡，又或有「老人味」；但他時而靦腆、時而開朗；舉凡班際盃籃球賽、排球賽、棒球賽、路跑等活動，都有建元的身影；帶領班上同學，男男女女，盡情揮舞、淋漓盡致；寶刀未老、充滿活力，體能維護良好。在課室活動進行方面，他皆能融入，舉凡社區衛生護理評估，他們這一組選擇到靜浦社區收集資料；大家一起騎著機車共乘，用一天的時間完成；問他為何找這麼遠的地方而不選就近的社區呢？建元回說：「當作是組員間的小旅行，聯絡感情，也不錯！」他能轉換心境，學習新知。人類發展學的課程設計，要 24 小時輪值照顧模型娃娃；要時時背著或抱著，半夜要餵奶，同學們皆反應很是累人！而他呢，背著娃娃騎車到半路，娃娃哭了，就立馬停車，路邊換起尿布，頗能苦中作樂。

實習前要完成專業科目，舉凡基本護理學、內外科護理、產科護理、兒科護理、精神科護理、社區衛生護理，課業是愈來愈重，有筆試、技術考、分組討論、



身為邱建元的導師，紀麗梅老師（中）看見他成熟且能帶動同學的特質，相信他能結合社工與護理專業一展長才。

團體報告等；學理與技術，理論與實務（實作），皆要一一去克服，壓力承擔負擔沉重。對於已不是年輕小伙子，又是在職生的建元，確實不容易。然而，建元能規畫讀書時間，抓緊時間利用空檔溫習功課；假日還會拉著同學至圖書館共讀，彼此討論課業，大家的學習力都上升；學業表現優異，數度進入班排前五名。實習又是另一領域的挑戰，儘管在校已是努力學習，力爭上游；到了臨床實習後又發現，實境變化多端，時刻皆要戰戰兢兢。同時，也要接受導師的委託，關照同組學習進度落後同學，壓力大到爆表。所幸，各科實習指導老師適時的提點及輔導，建元能虛心接受，與老師討論、及時修訂；還能幫助同學，屢獲老師們的讚揚；於畢業典禮榮獲實習成績優良獎第二名、議長獎。

從社工師到護理師，對建元而言或許是不同領域的發展。然而若兩者的專業能結合，對病人提供細微的照護，對弱勢者提供資源的服務，協助度過難關，不論對服務單位、病人或是家屬皆有助益。期許建元踏出校門，能發揮專業、一展長才，擁有屬於自己的一片藍天。☺