



學姊，請聽我說

Please Listen to Me, Dear Senior

做中學的 菜鳥專師

**NP Rookie
Accumulating
Profession in
Clinical Practice**

攝影 | 于劍興

猶記國中的時候，看到護校來招生，對不知道未來如何選擇的我來說，彷彿找到了一盞明燈。一開始很多人問我：「為什麼要念護理？」我答：「我喜歡護理，因為可以幫助別人。」這是我的初心。

臨床工作至今，我很喜歡照顧病人，站在病人的角度為病人解決問題，不管是遇到什麼樣的大小事，只要病人一個微笑，工作上的疲憊就能拋諸於腦後。

一轉眼，在大林慈濟醫院工作的資歷已進入第十年，希望自己在照護病人的能力上可以更進步，也期望走向國際化，剛好關節中心發出公告徵選專科護理師職缺，於是報名參加，也很幸運的被選上，接受不同領域的挑戰。

從護理師轉任為專師，最大的不同是不用發藥、打針、輪值三班，但是肩上的壓力卻更沉重；以前病人有問題只要跟專師學姊、醫師報告，依醫囑給予相關處置即可；但是現在角色互換，變成自己是護理師們的學姊，即使像病人便秘這樣的小問題，就必須考量病人病情變化、評估好多項目，不像以前一般單純，現在要看和思考的層面更深更廣。

由於醫院具備訓練專科護理師資格，也投資很多成本在教育訓練上，讓我們不用趕火車到別的醫院上課和實習，歷經半年訓練期，也順利考上專科護理師證照。

剛開始學習專師業務，一切都不熟悉，還好遇到了脾氣很好的淑銀學姊，一位集愛心、耐心、細心和聰明才智於一身的學姊。專師要用的醫囑系統與護理系統有很大的不同，光是操作電腦使用醫囑系統就讓我摸索很久。例如，要開立住院登記卡，即使先把步驟一一抄下來筆記了，開始操作還是花了好久才成功，中間印錯、浪費好多紙張，學姊也沒有念我，只是笑笑地說多操作幾次就會了。還有，一份病歷打完以後，反覆檢查好多次也沒發現啥問題，結果學姊一看就抓出錯誤，當下覺得學姊真是厲害！我不知道要學多久才會有這番功夫。

以前當護理師照顧病人，自己很有自信，處理醫囑也沒有什麼難。現在角色換了，反而要深思熟慮，把問題先複雜化，一切都不是那麼簡單，光是肚子痛就要想到很多層面；與病人的應對也沒有信心，病人問問題的時候，我都會回頭，用眼神求救學姊，然後學姊就會幫我出聲回覆病人問題。當時覺得學姊超好的，不管是電腦的操作還是評估病人與病人的應對等等，總是不厭其煩的提醒我、指導我。

剛當上專師，最害怕遇到「值班」時間。值班，不是只有照顧自己科內病人，還包含其他骨科的病人，有時候遇到的問題是很突然的，有可能是脊椎手術後的合併症，例如腳抬不起來、四肢肌肉力量變差、生命徵象變化等等。我問學姊怎麼辦？我要一個人值班，覺得可能處理不來！幸好學姊給了我一張萬用牌，學姊說：「有事情不懂的，隨時打電話給我。」讓我覺得有靠山，比較不害怕了。初期值班的時



候總是戰戰兢兢，連跟各科室的聯繫也覺得好難，光是跟開刀房聯絡安排病人手術事宜，只要簡單幾句話，我卻會突然間像啞巴一樣說不出話來。

很感謝我的輔導員淑銀學姊，我也因為不想讓她失望，非常努力，我想一次就考上專科護理師執照，幸好後來也如願。回顧自己的專師養成路，不管是書本上的不懂，臨床上的不了解，淑銀學姊都不曾給我臉色看，或是口氣不好，我覺得讓我得到很好的支持。真的很謝謝學姊讓我在菜鳥專師的路上沒有像地獄一般度過，半途逃跑。

現在的我也是做中學，學中做。當了專科護理師之後，我發現與病人的溝通相處的時間更多了，看到更多不同層面。期望自己可以日漸茁壯，每天都能元氣滿滿的對照護病人說：「您好！我是專科護理師。」



學姊這樣說：

鼓勵代替責備

Don't Scold, Encourage While Supervise

■ 文 | 李淑銀 大林慈濟醫院關節中心專科護理師

來到關節中心擔任專科護理師職位轉眼也十多年了，一直以來都只有二位專科護理師。隨著關節中心病人數與日俱增，呂紹睿主任希望能提供病人更全面性的整體性照護，從病人入院、手術當下、手術後返病房照護以及出院後的追蹤，期望病人獲得一條龍的照護。

2016年那時開刀房人力不足，關節中心需多派一位專科護理師進入開刀房協助，我們本來兩個人，就剩我一人獨撐病房的臨床業務，一直期待新的生力軍到來。期盼了許久，在醫院大力協助之下，終於在隔年過年後，有新人來報到了，是我們病房的資深護理人員語晞。

身為資深的專師，一定有輔導經驗，但以前輔導的新進專師都是其他科的，時間也不長。這次是關節中心科內的學妹，要教導的內容很多很細；而自己也是過來人，從護理師的職位轉換成專科護理師的角色，內心所承受的壓力是很大的不同。身為專師，要判斷、身體評估、問診，然後聯絡主治醫師再協助下指令。上人說過，沒有教不會的學生，只有不用心、不會教的老師，或者說還沒有找到方法的老師。帶著這樣的信念，我的規畫是，一開始不要讓學妹壓力太大，每天都能快樂的學習。但如果只是聽，無法知道學妹吸收多少，所以先讓學妹照顧一位至兩位病人，選擇病情比較簡單，再逐漸增加複雜度，讓學妹不覺得挫折感太大而沒信心。

一直思索著如何帶領學妹適應角色的轉換，學妹對於科內常規已熟悉，但是在病歷書寫及與病人家屬應對，都需要再一一琢磨提點，表現好的時候給予鼓勵，偶爾出小錯的時候，不給予責備，給予支持建立學妹的自信心，重新再教導一次。我也知道值班對於新手專師是極大的壓力，所以也不吝嗇地提供自己的聯繫方式，讓學妹知道值班時如果遇到問題，我願意提供及時的協助。

新手總是比較辛苦，面臨雙重壓力，除了學習臨床工作技能，還要參加專科護理師訓練課程，看到語晞的辛苦，也不由自主想到自己也當過菜鳥，對於學妹忘記了



怎麼做，沒把事情做好，也不忍責罰，只能自己再次深呼吸沉澱一下，想想怎麼教才好，不斷的修正自己。

經過一個月訓練之後，學妹在各方面都有進步，也適應得差不多，表現可圈可點，尤其在語言能力方面，隨著關節中心走向國際化，國外病人來臺求醫數量愈來愈多，語晞能以專業技能及良好的溝通技巧，與國際病人進行完整性術前評估，全心傾聽來自國外病人的需求，注意各國不同之細節，是位具備耐心、用心及細心的專科護理師。

在帶語晞的這段期間，看得出她學習的用心，也看過她悄悄的落淚，了解是因求好心切對自己要求完美，用鼓勵代替責備得到很好的教學成效，改變了我們常用責罵方式教學的慣性，也給我自己將來教學上很好的經驗模式。

與其是說我教導語晞順利通過專科護理師的學習，其實是語晞讓我在教學上獲得更大的收穫。她現在的專師工作已能駕輕就熟，提供病人完整的照護，也能隨時協助團隊的業務，是關節中心團隊不可或缺的夥伴。☺

