



老師，請聽我說

Please Listen to Me, Dear Teacher

# 做一個 在別人快掉下懸崖時， 拉他一把的人

Be a Psychiatric RN  
to Assist Cure & Care



我原本是個鬱鬱寡歡的女孩，嚴格來說，過去的我被醫生診斷出許多身心靈疾病，每天的日子看似走著，卻困在原地，直到我進了慈濟科技大學護理系，才發現這一切的兜兜轉轉，都是為了讓我找到自己是誰和該達成的使命。

### 自由的誘惑與自律的平衡

國中畢業，誤打誤撞就讀護理，而且是公費生的資格，我欣喜若狂的告訴家人：「爸！媽！我考上北部某某的護專了！」但其實我也不懂為何選擇護理，只不過是能跟朋友炫耀，同樣 15 歲都在讀書的年紀，我卻可以獨自前往北部求學。說起來可悲，這只不過是面子上的事情，讓父母跟親戚誇耀女兒在臺北讀書而已。

家住花蓮，卻開始北漂去北部念護理。沒選擇花蓮的原因是因為刻板印象，感覺北部的一切什麼都好，教育完善、師資優良、還有繁華的都市，但當時我不知道慈濟的教育非常完善，我抱著滿心期待的拖著行囊，搭了五六個小時的車程來到宿舍，將行囊打開在一個初次入住的地方，布置著屬於我的地盤，期望在新的學校能交到很多朋友，學到很多有用的知識。

起初一切都好新奇，上課不用沒收手機，上學也不用穿制服，學分怎麼混都會過，後來有些人逐漸被這樣「自由」的制度矇了雙眼，迷失自我，包括我自己。我開始白天待在宿舍睡覺，夜裡從宿舍跑出去校外浪蕩，每天的生活渾渾噩噩，直到遍體鱗傷我才知道這一切都非常不自律。但在受夠國中嚴格控管行蹤，以及上課狀況的日子裡，突然來到一個新學校是如此自由，誰能抵擋這種誘惑？

我這才想起來當初不去慈濟的理由之一是要穿制服，後來想想真後悔當初有這種想法。其實還是青少年時期的我們是要有一定的限制和師長的領導，才不會讓我們在求學階段走偏了。

### 生病而退學

我讀了一個學期就自己辦退學了，這一切還得從國一開始說起，我不知為何的對任何事物提不起勁，一進房間待在獨自一人的空間就開始落淚，也沒有因哭泣而發出的呻吟，淚珠就靜靜的沒有緣由的奪眶而出。



之後我開始變得暴躁，且做事極端還有嚴重潔癖，在家中我不允許有任何地方有黴菌，我總是刷得乾乾淨淨，不允許地上有頭髮，我也總是蹲在地板黏頭髮，我會大聲斥責弟弟上廁所沒蓋馬桶蓋，對媽媽大吼不應該在家裡煮飯，廚房遲早布滿油垢，連我爸在廁所抽菸我也會急忙的敲門，要他不准吸菸，總之就是一切因為叛逆及壓力下的行為，爸媽也拿我沒轍。

覺得自己的心情如坐雲霄飛車的奔騰，無限的交替，我覺得自己快要徹底崩潰了。我常常覺得大家都討厭我，我開始害怕去學校，每天裝病，我生活不規律開始自己封閉起來，重複了上述的所有症狀，壓得我喘不過氣，我因為有嚴重潔癖，在四人住的宿舍一天要掃、拖四次地板，惹毛了室友們，造成友誼上的破裂。另外加上我想家了，平常最討厭父母的噓寒問暖，但離開父母後才知道，那些曾經最討厭的關心，在電話那頭再次關心時，我卻紅了雙眼，最後決定辦理退學回花蓮跟父母生活，並重新開始新生活。

### 立志也要幫助病痛之人

退學後我幾乎待在家裡，我接受父母的安排和心理醫師談談，醫師與心理師常常輔導及鼓勵我，還講一些小故事給我聽，要我去理解故事的含義，



■ 導師趙淑美老師（右）祝福王佳芯在護理的道路上愈來愈順遂。

這樣心情會穩定，才能夠快好起來，雖然我當時是個生病的人（我自己覺得我生病了），但醫生與心理師並沒有把我當作「病人」，而是像朋友一樣的開導我。

我的心情逐漸好轉，情緒也比較穩定，決定回學校上學，但我不想再離鄉背井讀那麼遠的學校，最終決定來到慈科大。當我經歷過生病的感受後，我能理解身為病人的感覺，也能體會到醫護人員對我的照顧，所以我就立志要當一個精神科的護理人員，我想照護他們，就如我自己被照護一般。

### 以慈科大護理為第一志願

我是考上花蓮女中的，但我沒有選擇高中而是選擇慈科大護理科這條路，一方面是為了一技之長，更重要的是我想成為幫助我的護理人員，我對他們有道不盡的感激，最直接能感謝他們的方法就是變得跟他們一樣，去幫助更多情緒及精神上不穩定的病人，為精神科護理付出和貢獻自己無私的愛。

我父母是不支持我走護理這條路的，因為家中有腿傷的阿公，家人輪流去醫院照顧，看到護理師上班時忙著奔波如陀螺般，盡



人物（左起）：  
王佳芯同學  
廖素絨老師  
趙淑美老師



■ 廖素絨老師（右）讓王佳芯同學（左）了解，對護理工作有熱忱的話，很多問題會迎刃而解。

心盡力解決病人及家屬的疑難雜症，這些都是非常辛苦的。父母提議要我讀完高中考大學，之後考公務員輕鬆的待在冷氣房裡處理文件，但我堅決不要，因為那不是我想成為的，我想成為的是「在別人快掉下懸崖拉他一把的人」。

### 更加堅定走精神科這條路

我曾經下課時去和素絨老師聊天，因為老師待過精神科，我膽怯的問老師精神科的病人是真的會玩排泄物嗎？因為我也潔癖我真的很怕排泄物，就連進學校廁所也要憋氣，從進去到出來大概可以憋三分鐘的氣，髒一點的廁所我還能眯眯眼盡量不要看到骯髒的部分。講出來雖然好笑，但這也是我所有病症中最難治療的，就我有那麼一點點「潔癖」，真的是難以根治。直到老師對我說：「妳要把護理想成是很神聖的工作，像

我先生是醫生，我可以不用工作的，但是我選擇從事護理工作，因為我對護理有熱誠，我能從病人疾病的穩定與康復出院中得到無限的成就感及使命感。另外排泄物只不過是吃進去的東西，然後經過消化排出來而已，妳要過的是那個檻，而不是因為護理會接觸到大小便就不敢從事護理工作。」

老師的話有如醍醐灌頂，我才真正領悟到，對護理有熱誠的人，是不會在意這些東西，手跟衣服髒了再洗就好，但病人一時的被嫌棄是對他們莫大的傷害。把精神科為志向的我好好想過了，如果真的要幫助他們，就要付出無私的心，並且視病如親，把每位病人都當作自己最深愛的家人在照顧，願他們能早日康復早日出院。

### 慈科大教會我的事

學校不僅僅只有教課本的知識、護理的技術，還教了大愛這個理念，證嚴上人在創校時挑在觀音菩薩成道日（農曆六月十九日）的前一天動土，就是希望我們這些護理人才，能夠像觀音菩薩救濟天下的苦難，將幸福散布於全世界。我也深深學習到了，我原本是個只顧自己的人，來到學校發現，我迷路了會有人熱心帶路；我錢包掉了，過幾個小時，錢包還是在原來的地方；學校老師們的教育理念也很清楚，就是要盡責教導每位學生，慈濟把善良、細心、用心等等的觀念灌輸到每位慈濟人的身上，包括我也是。我開始走出自己的小世界，會去當醫院志工，慰問正在病危的人們，給他們更多的愛與關懷；學校舉辦照顧偏鄉小學的活動我也會參加，就是希望能帶給更多的關愛和新奇的知識和事物給偏鄉小學的兒童，讓他們在成長的過程中更加的順利。

在對家人的方面也改善很多，我從來不會向長輩問好，因為我真的活在自己的世界，直到懿德爸爸媽媽的到來，我才知道有親情的問候是多麼溫暖的事，我開始會問候阿公的腳傷，幫爸爸測血壓照顧他的健康。慈濟還教了「奉茶」這代表孝順的行動，在對外籍生或是偏鄉小學都會教導奉茶，我去當志工時也學到這件事，我開始也會泡茶給家裡的長輩。

在護理這條路上也更加明確，我得到很好的開導，了解到幫助別人是無比快樂的事，聽到別人受到幫助時的感謝話語，打從心底感動，覺得自己小小的付出又為這個世界做出了一點點貢獻。