

成長為他人的撫慰者

Grown Matured to Be a Conciliator

■ 文 | 林麗屏 花蓮慈濟醫院二十西病房護理師

萌芽之初始

對於精神科護理萌芽之初，是就讀五專四年級精神科標準化病人的實際演練開始。記得當時炎炎夏日，我和同學們面對這突如其來的考驗，顯得焦慮不安，帶著五味雜陳的心情準備文案，但反覆練習的成果也經不起實際演練所帶來的挑戰與衝突，頓時覺得人生好難！為什麼這麼難溝通；全組對此報告毫不抱希望，卻意外獲得老師極高的評價，如同看見曙光般重新燃起信心，其中有這麼一段評語「臨危不亂，溫和的態度，她很適合到精神科」，記憶猶新的圍繞在腦海中，也許對他人來說簡單的一句話，卻是成為我精神科護理生涯埋下種子的根基。

接下來，種子的成長並未一帆風順，因為自己在面對畢業後就業科別的抉擇猶豫了。最後我則透過五加二的升學管道，一方面可取得二技學位，第二年我在眾多單位中選擇最冷門的精神科當作我固定實習的單位，經由臨床教師的帶領下順利的通過試用，逐漸把自己定位成能獨立完成常規作業，承擔責任的精神科護理師角色。但在後來一次暑假實習的某一天，出現了很大的考驗，讓事事要求完美的我，經歷了超出我控制範圍的挫折感，也反轉出現了心靈支持的力量。



風雨中陪伴

那天早上，一如往日常七點二十五分進入精神科病房，聽到嗶嗶聲後拉起大門，心想應該如同往日又是個充實的一天，迅速將護師帽戴好，盤點醫材過程中，耳邊不時傳來大夜班學姊說：「妳昨天有遺漏趕快補好！」、「妳昨天是怎麼處理的？等一下找妳學姊。」、「今天妳第一個接新病人。」下意識地一一回應：「好，我知道了！」不知道為什麼，今天聽到這些話，除了倍感壓力，還覺得格外刺耳。幸好接下來的治療和會談順利完成，平安順利的度過一個早上。

但好景不常，下午兩點正準備坐下打紀錄時，遠處傳來學姊呼叫的聲音：「某某病人吐了而且正在發燒，大哥你先把他推到治療室，(麗屏)妳先打電話給醫生回報病人的狀況。」學姊們便開始手忙腳亂的完成一系列處置，但病人生理情況不穩定，確定要轉科治療。接著聽到如連珠炮般的話語：「妳在忙什麼，怎麼還沒抽血，病人都要轉床了！」、「妳要去學習，不是丟給小夜班，妳跟妳學姊帶病人下去！」……終於在慌亂中完成當天最後一件任務之後，身體頓時放鬆下來，但卻伴隨滿溢而出的挫折感。

走到樓梯口時，臨床教學學姊問了一句：「妳還好嗎？」情緒再已無法以堅強掩蓋，就這樣，學姊陪著我坐在電梯前的椅子上，默默待了一小時。

臨床教學學姊陪我哭，聽我慢慢說著自己對臨床變化球處理能力的不足，而她還聽出來，原來我內心擔憂著家人的身體狀況不佳，才會一整天心神不寧。感謝學姊的鼓勵與陪伴，讓我重新認識自己並更確定成為精神科護理師的選擇。當天的陪伴與鼓勵，成為我銘記於心、願意在護理繼續走下去的動力。

陽光的存在

其實面對臨床的挑戰與考驗，對於新人來說，都是未知的緊張與壓力，因此內心的小劇場會出現一種聲音：「我這次準備好了，不用害怕，加油！」但也有另一種聲音：「還是就算了？不差這一次啦！」讓我堅持下去的聲音到底是哪一種呢？雖然有時候做的好與不好之間，都會遭受別人言語上的指教，我有時感到受挫、無奈且百思不得其解，又或是生氣但卻敢怒不敢言，甚至有些時候處於迷航的狀態。但如果有一位願意開導與分享的人出現，有如為我們點亮前方漆黑的路，讓自己找到堅持下去的理由，就如同臨床教師對我的付出至今仍深深影響我，讓我的精神科護理生涯，可以順利開花與結果。

最後也希望自己在新人時期遇上的挫折小插曲，能給新進護理同伴們心靈支持；不要害怕，我們結伴行於護理的道路上，相信你／妳也會走過新人的壓力，進而成為他人的撫慰者。☺