



# 慈濟人文 寬廣護理心靈 遼闊護理照護

Tzu Chi Humanistic Culture Broadens the  
Spirits and the Health Care Quality of  
Nursing Professionals

◆ 文 | 張梅芳 臺中慈濟醫院護理部主任

加入慈濟這個溫暖的醫護大家庭已逾 8 個年頭，執業護理超過 50 年資歷的我，仍然熱愛護理，而護理也是我願意奉獻畢生的志業。

傳統的護理教育講究護病關係，教導護理師視病如親的病人照顧，不僅僅減緩其生理病痛需求的不適，更要適時傾聽，給予安慰與關懷，減少焦慮和恐懼。護病關係為醫療照護體系的大環節，且對病人病情發展及預後有重大的影響。但對每天工作時間分秒必爭、扛著龐大工作壓力的護理人員來說，要做到分分秒秒微笑面對病人，發揮同理心的照顧，往往到後來因達不到標準，反而引發護理人員的內疚與無助。有些護理人員清楚自己的情緒，打從心底不希望情緒影響臨床表現，但護理人員也是有個人情感的普通人，也只能做到能力所及之處，所以某種程度上護病關係還是會受影響。我自己也曾在漫長職業生涯中，多次遇到這種情緒瓶頸而束手無策。

加入慈濟工作後，因緣際會參加了許多人文活動，像母親節、慈濟日、浴佛節三節合一的活動、慈濟手語演繹、慈濟社區推廣素食、人文營隊等，經由各式各樣的人文活動，短暫跳脫臨床工作，沈浸在純真人性美善的氛圍，時而感動落淚、時而撫慰內心受傷的自我，我真正感受心靈得到適當的滋養！另一方面浸淫不同人文活動，看見眾人合和互協，為著實現利他而付出的心寬念純，我也獲得更豐富的精神動力——「感恩、尊重、愛」！

參與人文活動也能跟來自不同領域、各有專精所長的慈濟人互相交流，學習分享到不同特色的待人處事方式，理解慈濟人如何將證嚴上人的教導，落實在生活與工作。更重要的是有機會常常聆聽證嚴上人的藉境開示，高深佛法義理透過上人深入淺出的譬喻與指引，常常可以從別人的真實案例看見微光中透亮的人生智慧，映照到自己個人的遭遇，如同站在山巔遙望，他人的智慧化為無垠的視野，更寬廣了自己的心靈，遼闊了心胸。參與慈濟人文活動，我慢慢體解了上人的引導，我學習到——不論順逆，凡事感恩、尊重，最終初心的願與愛，自然而生，也感覺到心理素質與能力更為增強。

護理工作長時間與病人或其家屬相處，護理人員心理素質的強壯健康是維持護理工作品質很重要的一環。加入慈濟又有幸參與這許多動人的人文活動，讓身為護理人員的我更懂得常懷「感恩的心」，更能同理和更有耐心與病人、家屬溝通，也更了解如何以愛心去化解可能的衝突。進而在管理護理部這個大家庭時，也更能以團隊心和護理人的使命去組織分工。

我更鼓勵辛苦的護理同仁，在工作與生活平衡的前提下，有機會就參加人文活動，短暫跳脫忙亂又有壓力的工作現場，全心投入以利他為目的的活動，就像電力不足的手機，有了行動電源滿滿挹注，隨時就能轉化低潮，轉身又帶著智慧能量，進入護病第一線！

我與護理幹部常常參與經藏演繹，從手語練習到經文唱誦，都是一段靜寂清澄的好時光，律動中輕閉雙眼，隨著樂音經文，舉手投足彷彿籠罩在佛法淨土。上人常讚許演繹好美，我體會這美發自於人文陶冶，內心有了能量，就能在護理忙碌的工作上沉靜下來，從內心聆聽病人、聆聽疾病，面對不同病人與家屬的各樣需求時，心裡也能有一些空間，收容這些需求，再依序處理解決。

依據 ICN 定義，「護理」是改善個人與群體健康的專業，是對處於所有情境、無論是疾病或健康各年齡層的个人、家庭、團體及社區，給予自主性與協同性的照護。廣義的護理定義涵蓋健康促進、疾病預防、及生理／心智疾病、失能與臨終者的照護，參與健康政策擬訂、病人與健康體系管理、以及衛生教育；要有這些面面俱到的能力，非常不容易！可見擁有健康身心靈的護理人員對健全的護理體系實不可缺。從個人力行的經驗，我肯定慈濟人文活動的身心靈培養，能讓慈濟護理人員在工作之餘保持隨時充電的狀態，也是完善護理倫理的重要推手！☺