



攝影 / 盧義泓

溫柔的領航者
30 年的蛻變與承擔

陳淑娟 台北慈院 15B 病房護理長

Gentle Navigator

30 Years of Transformation and Commitment

**Shu-Chuan Chen,
Head Nurse of Ward 15B, Taipei Tzu Chi Hospital**

■ 文 | 陳美慧

陳淑娟於台北慈濟醫院啟業的第二年加入團隊，至今服務近二十年。前十年深耕於內科加護病房，累積豐富的臨床經驗與急重症照護能力；之後調任神經內科病房，持續以穩健細心的態度照護病人。後來，她因過去在加護病房期間與胸腔科醫師建立良好的合作默契，加上護理主管對其專業能力的肯定轉任至 15B 病房，擔任護理長一職。

追求獨立到花蓮 護理工作的好開端

回想起選擇護理的契機，陳淑娟說：「因為國中時期身體不好，加上面對學業壓力總感到困擾，與老師的討論後，決定不繼續升高中，報考護理學校。」老師鼓勵她選擇好的護理科，以確保未來就業無虞，最終，陳淑娟考上臺南護校，並於 1990 年畢業，隨即在花蓮慈濟醫院展開護理職業生涯。

會選擇花蓮慈濟醫院工作，最初是想追求獨立，希望能離家遠一點，陳淑娟和四位同學結伴同行，讓初入職場的她倍感安心。工作的兩年間，有不少同學在職場上遭遇挑戰，但她很幸運地沒有碰到學姊的刁難，反而感受到學姊對新人的關心與照顧，留下了難忘的第一份工作經驗。

回憶第一次參與急救的情景，當時她和新人都不敢上前按壓病人，但護理長會在下班後特地留下，溫柔地詢問大家遲疑的原因，並耐心指導操作要領，讓大家在未來能更有信心應對挑戰。

面對挑戰 確立方向

工作兩年後，陳淑娟認識到護校學歷的限制，決定繼續深造，與同學約定前往中臺醫專進修。她一邊工作一邊上學，過程中不僅收穫了學習的樂趣，也與同事們建立了良好關係。課餘時，她還學習化妝等生活技能，讓生活多了些色彩。即使要兼顧工作與課業，陳淑娟始終以穩定的步伐前行，留下的多是愉快與成長的回憶，展現出她在護理職涯中的堅定與韌性。

回憶起臨床歷程，陳淑娟最初任職內科加護病房，後來轉到胸腔科和神經內科，雖同屬內科體系，但不同病房的工作節奏與壓力各不相同。剛到神經內科時，她因不熟悉腦中風病人的病理與用藥而感到壓力，但她不願辜負主管的期望，努力投入學習，醫生和專師們也願意耐心指導，讓她逐漸適應新環境。

矢志成為護理領航人

而會選擇走向行政管理，陳淑娟憶及在某醫院上班遇到的職場不公正對待，同事不承認自己的過錯，反而將責任推給她。這段經驗讓她深思，護理關係應建立在支援和合作的基礎上，並希望能改變不好的工作環境，於是，她決心投身更好的護理環境，尋求一條更具意義的職業道路。

對於護理工作環境，陳淑娟心中一直有一個理想的烏托邦，當職場環境再度出現同樣的問題時，她選擇換一個環境重新出發。2006年，她回到慈濟醫療志業，加入啟業第二年的台北慈濟醫院，多年歷練後，接任行政管理工作，致力改善護理工作氛圍。

陳淑娟深知基本功的重要性，認為熟悉常規能讓她對問題回答得更準確，因此她用半年的時間來熟悉新的工作環境，並與團隊建立信任，一步步扎實累積經驗。

回到台北慈濟醫院，選擇走行政管理，是陳淑娟在護理工作中最大的轉折點。當時身邊許多朋友都勸她三思，認為成為護理長勢必面臨更多挑戰與壓力，但她始終堅定信念——若想讓護理環境更好，就必須從制度與管理層面著手改變。於是，她毅然決然地投入行政管理。

2016年，她正式承擔護理長，起初，一切並不順利，繁雜的行政工作與人員管理讓她倍感壓力，甚至曾在辦公室默默落淚。但她並未因此退縮，反而積極尋求同事的幫助與建議，聆聽建議、學習方法，隨著經驗累積，陳淑娟逐漸學會以不同的角度看待問題。面對病人投訴，她不再急於下指令，而是引導資深護理師共同討論，讓團隊主動思考、分擔責任、參與決策。透過這樣的歷程，她不僅提升了自身的領導與管理能力，也讓團隊更具凝聚力與自主性。

營造懂關懷有愛心的團隊

回顧自己當初選擇擔任行政職位的初衷，陳淑娟期許在目前的職場上培養和支持新的護理人員，讓年輕一代學會獨立思考、勇於面對挑戰，從工作中找到快樂與價值。同時也積極將工作環境營造成家的溫馨，例如，舉辦慶生、郊遊等，讓團隊變得有活力有朝氣，使護理工作不再被視為沉悶的行業。她深信唯有大家共同努力，才能真正形成良好的影響。



談起護理生涯中最感動的時刻，陳淑娟說，透過專業與用心的付出，最大的成就感莫過於與團隊並肩照顧病人的那份默契與信任，以身為醫療團隊中的一份子為榮，護理工作的意義與價值在此體現。

在護理工作多年，遇到溫馨的故事不勝枚舉，她回憶，有一位長期受病痛折磨的病人，為了讓家人放心，堅持勇敢治療。家屬鼓勵他要參加孫子的婚禮，要堅持下去，最終病情穩定後，孫子特地在病房內舉辦了一場溫馨的小婚禮，令病人非常感動。

另一段難忘的回憶，是一位相處四年多的中年肺癌病人。當病情惡化、出現轉移時，病人情緒低落，於是陳淑娟和同事們決定準備一個飽含祝福的星星燈，並準備卡片，讓每位同事寫下祝福，最終製成一本小冊子，此外護理團隊還舉辦驚喜派對，讓病人感動不已。陳淑娟指出，這種行動不是出於義務，而是希望為病人帶來溫暖和支援，展現了護理團隊的關懷與愛心，並強調了每位病人的獨特價值。

創意教學 點燃學習火花

2020年，陳淑娟在護理部滕安娜副主任的建議與推薦下，報考國立臺北護理健康大學碩士班，就讀醫護教育暨數位學習系。當時她需同時兼顧學業與工作，確實面臨不少壓力，所幸同事們互相支持、分擔問題，同學也體諒她的忙碌，彼此在課業上相互幫助，讓她最終順利完成學業。陳淑娟認為碩士班所學，能將理論與科技結合，特別是在臨床實踐中，不僅提升學理的應用，也讓年輕一代更能產生學習興趣。她善用現代科技輔助教學，讓護理學習更加貼近時代需求，進而提升整體醫療品質。

談及「創新教學」，陳淑娟言簡意賅地指出，創新不僅在形式，更在於激發年輕人的學習動力。她舉例說明：「幫病人打針前可先播放短影片，讓新人了解操作流程與注意事項，接著利用心智繪圖，把冗長記憶變成簡單的條文，幫助快速記憶，讓護理人員能在臨床上即時回應病人疑問，提升醫病互動與信任感。」

碰到艱深的課程，陳淑娟強調「反覆複習與小組討論」的重要性。例如學習解





剖學時，會採取組內分工和製作圖表、創作口訣或繪圖記憶，讓學習更有趣也更有效率。針對新人在轉加護病房時容易緊張的情境，她甚至拍攝影片模擬過程，製作成虛擬實境教材，幫助同仁熟悉流程、預先演練突發狀況。」

至於推廣創新教學的挑戰，陳淑娟笑言，自己與年輕世代在電腦應用上確實有落差。例如虛擬實境 VR 這種比較複雜的部份，她就會負責拍片、寫劇本，後製則由教學部協助完成。她感恩教學部的團隊與單位同仁的支持，也特別感謝張凱雁督導亦師亦友的陪伴與指導，讓她得以在教學的路上持續精進、勇於創新。

持續前行的動力與使命

說話溫柔似水，一臉和氣的陳淑娟，打從護校畢業就開始工作，至今已經三十幾年，依然堅持走在護理行業的隊伍中，她有所感地說：「我的動力主要來自於團隊成員的成長和獨立。」她強調，當她看到這些原本需要手把手教導的護理師，逐漸成為可以主動思考、解決問題的專業人員時，內心充滿了強烈的成就感。

此外，整個團隊協力照顧棘手病人，看到病人康復出院的過程，同樣激發了她繼續在護理領域努力的熱情。透過這些成果，陳淑娟找到了持續前進的動力與使命感，就如靜思語：「成就別人即是成就自己。」