

從資訊跳槽到 護理的感動日常

The Heartwarming Everyday of Switching from IT to Nursing

■ 文 | 蕭智謙 台中慈濟醫院 7B 病房護理師

「護理師」從未出現在我人生的選擇題中。大學就讀資訊管理系，單純是基於認定資訊產業未來發展趨勢，便一頭栽進資訊的世界，然而隨著時間推移與學習經驗的累積，原本的熱情逐漸冷卻，心中隱約覺得少了些什麼，眼前的道路彷彿被迷霧籠罩。畢業後我先進入門檻相對較低的服務業累積職場經驗，過著看似平穩卻缺乏方向感的生活。每當想到更長遠的未來，內心總有種走在鋼索上的不踏實與不安。

一次機緣下，職場前輩鼓勵我嘗試護理這條路；我開始檢視自己，個性較為內向，喜歡有規律、無太多變化的工作環境，突發事件會讓我感到很大的壓力，自己因應壓力的方式也較為壓抑，不會主動尋求幫助或表達需求……我反覆問自己：「如果能重新選擇一次，我期望過的是什麼樣的生活？」若選擇護理，勢必要調整自己面對壓力的方式。最終，我毅然決然回到校園就讀護理系。這個決定並不浪漫，也不是命中注定，而是在特定契機下，重新檢視人生階段後所做出的理性選擇。

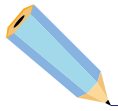
再次回到學生身分時，我已不再是十八、九歲的年紀，心態更加成熟而穩定。我清楚知道，這次回到校園不是為了「嘗試看看」，而是為了重新定位人生方向。讀書、考試與實習的每一個階段，對我而言都不只是完成學業，更是在確認自己是否願意、也是否有能力長期承擔這份專業。開始接觸護理後，我很快意識到，護理既不浪漫，也不戲劇化，更多時候是重複、疲憊與責任。也正因年齡與過往工作經驗，我更清楚這條路不適合「且戰且走」，一旦選擇，就必須準備好長期



投入，並朝向更具意義的生活目標前進。

在護理求學及實習的過程中，我學到最重要的一件事是「保持冷靜」。臨床情境往往同時出現多種突發的改變，例如病人突然感到不適、家屬因擔心而焦慮，甚至醫囑的異動，如果自己先慌張，事情只會變得更加混亂，因此學會穩定情緒、冷靜的判斷是非常重要的能力。

對我而最難突破的部分是溝通。面對病人與家屬時，常常會因為緊張而擔心自己說錯話，或無法清楚表達專業資訊。但隨著實習與臨床經驗的累積，也逐漸學會以更同理又清楚的方式與他人互動。



三十二歲正式踏入臨床職場，先到外科病房，頻繁將病人送往手術室的日常工作讓我確認自己喜歡與病人互動，也享受長時間陪伴病人的過程。確定內心真正的嚮往後，我轉至內科病房服務。臨床工作最有趣的地方是將課堂所學與臨床實務相互連結，過去在課堂上熟記各種病理機轉，多半是為了應付考試，但在臨床照護病人的過程中，逐漸發現這些理論其實真實地呈現在每一位病人的身上，當書本中的知識轉化為臨床觀察與照護經驗時，也讓人更加深刻體會到護理的價值。在面對病人規律卻節奏快速的治療流程以及病況隨時可能改變的情況，備感壓力的同時也感受到一分踏實。踏實，是因為終於站在自己確認的道路上；壓力，則來自時間感與責任感。相較於他人，我起步較晚，沒有太多可以浪費的時間，因此更珍惜每一次學習與成長的機會。

許多人問我，為何在工作中總是帶著笑容。對我而言，抱怨或生氣並不能為工作帶來實質助益，只會消耗自己的情緒能量。我只是醫院裡一名平凡的護理師，無法改變整個體制或環境，與其將心力投注在無法掌控的事物上，不如專注把眼前能做好的事情做好。如此一來，更能感受到用心照顧病人所帶來的意義與滿足。除此之外，護理工作也帶來扎實的成就感，能在實際行動中陪伴、照顧他人，讓我獲得不同以往的穩定與安定，這正是支撐我持續走下去的重要動力。

我的故事沒有高潮迭起的轉折，也沒有耀眼奪目的片段，只是選擇了一條能讓自己踏實前行並願意長久投入的道路。

很多時候讓我感受到護理價值的不是什麼很特別或是突出的事件，反而是很日常的瞬間，舉例來說，我們幫病人做完處置後，他們常會說一聲謝謝，我們也都會很自然地回一句不客氣，這樣的對話其實每天都在發生。在病人身體不舒服、情緒不安的時候，他還願意說聲謝謝，代表他感受到被照顧，而我們回一句「不客氣」，也是在告訴他這是我們應該做的。護理的價值不一定是做了多困難的技術，而是這些細微卻真實的互動。

我期許自己能持續在護理領域深耕，精進專業能力，保持學習的熱度與謙遜的態度，以穩定而誠懇的方式，為需要被照護的人帶來溫暖與希望。我的護理之路，仍在前行。

