

護理這條路

The Track in Nursing

■ 編輯 / 章淑娟、葉秀真 攝影 / 曾慶方、陳其暉

『護理』這條路應該怎麼走呢？護理生涯可以規劃嗎？又該如何規劃？

花蓮慈院陳品貝護理師在精神科護理專業上能多所涉獵，因為歷經——摸索、探試、離開、重回、沈澱，最後【看見自己】對護理的熱愛，冀盼自己能從病人的經驗學習更上一層樓，為提升專業而努力，以造福更多的病患。

正在台大護理研究所進修博士學位的慈濟技術學院羅淑芬老師，從國四班到專科、二技、碩士班以至於博士班的努力，每一個進修階段對護理都有新的詮釋，不斷「運用一些策略，改變生命的軸向，盡情開發生命到極致的時刻」，並藉由自己研究領域的成果，【許一個護理的未來】。

花蓮慈院章淑娟主任也曾在護理路口徘徊，但因不忍與不捨病人受苦，克服了自己的無力感，進而【隨順因緣】的留在臨床，從基層逐步到擔任高階主管，為了尋求創造更高的護理品質，繼續進修碩士和博士學位，除了貢獻在臨床工作外，同時也在教學領域從助教到講師、副教授，期望培育護理專業人才。

他們三人的特質都是秉持著對護理鍥而不捨的愛與專業使命，持續充實自己，並在專業領域發揮所長，屬於您自己的『護理這條路』準備好如何走了嗎？



精神科病房護理同仁陪伴病患進行戶外運動。

之一 看見自己 志為護理

See Through Myself, Vowed to be a Good Nursing Professional

■ 陳品貝 花蓮慈濟醫院精神科病房護理師

憶往

秋意涼了，近來每每下班時都可以感受到那麼一絲微的秋意，在鼻息間輕輕劃過。一整天忙碌充實的病房照顧後，我坐上火車，準備到台北上課。車廂上的人不是趁著路途遙遠，稍做休息，就是看報打發時間，好度過無聊的車程。聽著火車轟隆轟隆，對著窗外漆暗窗景，寂靜也沈靜。這趟路已不知道往返多少次了！以往回西部家裡我就很開心，覺得好像暫時脫離工作的辛苦；直到最近，這趟路對我的意義越來越不一樣……

做中學 學中覺

我很幸運地於去年考上台大護理研究所精神科組，想到在職進修的日子，有時真覺得頭皮發麻，而我竟然也熬過了一年。許多人很好奇我的護理生涯這條路，我想就如同靜思語「做中學、學中覺」吧！

回想起民國87年剛自台北畢業，同學間紛紛討論要留在那一間醫院服務，絕大部分的同學幾乎是選擇留在台北，或是離家近的醫療院所。而我因為高中就離家唸書，練就一副喜歡四處找新鮮事來嘗試的本事，選擇到花蓮，打定了如果不習慣花蓮，兩年一到行李打包就回台北的如意算盤。六月校園驪歌聲響起，七月一日我就到了慈濟醫院報到。

剛開始我先在兒科病房，等到九月份精神科病房開始運作才轉過去。初期醫師只有陳嘉祥主任一人，主任身兼門診、住院及值班，除了他，沒有一個人有精神科工作經驗，有的只是一份照顧精神病患的熱忱及好奇。當時護理部特別派我們所有護理人員到其他醫院精神科病房受訓兩週，學習專科的照顧模式。就這樣在邊做邊學中，慢慢知道什麼是精神分裂症、什麼是自言自語、什麼是幻聽症狀；曾經在個案症狀發作情緒激動時，不懂如何有效口頭



安撫、召集人手約束，被病患突然吐口水，抓傷；到後來可以帶著病情穩定的病患去參觀花蓮石雕展，培養病友的社交及人際活動……。隨著個案數越來越多，精神科組織齊全，經驗的累積也越來越豐富，不知不覺中一年過去了。當工作逐漸上軌道後，想再多學些其他東西，回想自己過去在求學期間對做研究十分渴望，於是利用就近資源，我主動與慈濟大學教育研究所范德鑫老師聯絡，老師見我對統計學有學習動機，開放讓我旁聽課程，我感謝老師給的方便，堅持與研究生共同上完一年的統計學，並通過課程考試。

迴轉

這兩年的時間，心中常常問自己是否要做一輩子的護士工作？我最喜歡的到底是臨床或研究工作？心理不踏實的步調反覆作祟，正巧念研究所的同學鼓勵我回台北，我內心盤算許久，猶豫不決，詢問爸媽，爸媽還是回覆當初來花蓮的那句老話：『尊重妳的決定』，讓我心中不捨又愧疚；我了解家人再怎樣捨不得我，也不會干涉我做決定，而務農的父母，對子女外地求學工作的事，所知有限，也幾乎採無條件的接受與配合，因而我內心對爸媽更是覺得放心不下。

在經過思考煎熬後，決定回到台北到政治大學社會系擔任研究助理。在政治大學期間，我參與老師三個研究計畫案，學習如何進行個案訪談、資料分析、閱讀文獻資料等，並且將統計方法對照使用在研究中，種種經驗是學生生活與病房照顧工作所沒有經歷過的，一切顯得新穎且新鮮，老師也覺得因為我以前有照顧病患經驗，很容易與受訪者建立關係、進入研究主題。在那三年的助理生涯，訓練我用邏輯的思維來看待事情，對問題解決能力幫助非常大，至今為止，我仍十分懷念當時工作那股傻勁與投入。

重返

研究助理的工作告一個段落後，我徘徊到底要念研究所或是回到臨床。



病情穩定的病人由護理同仁與職能治療師陪同至戶外運動。

老師了解我的個性，知道我喜歡從事精神科護理工作，勸我唸書是一輩子的事，研究所可以延緩一點念，鼓勵我回到臨床。再三衡量之下，我又投了慈濟醫院的履歷表，經過院方的安排回到精神科病房，直到今年，在精神科工作已經滿五年。

一路走來，心情五味雜陳，曾經擔心自己的定位及未來；也很高興有機會出去看看除了病房工作以外的視野，最重要的是在精神科工作，對自己的成長幫助非常大，照顧病患其實是在觀看、內省自己，觸發內在的脆弱，這是助人工作者藏在內心裡一個很自私的秘密。

回想這些年來，除了很清楚我喜歡的照顧工作外，在我很徬徨時，總是受旁人鼓勵與幫助，包括我現在到台北上課，病房同事班別調度上的協助、護理長的支持等，真的有道不盡的感恩。

冀盼

護理生涯裡，摸索、探試、離開、重回、沈澱、擁抱，現在的我，比較以前和現在心情，除了熱情不變，心境一直在持續迴轉。懵懂階段，多停留在常規工作的執行，遇到不知如何照顧的壓力，只想努力逃開；現在的我，除了護理技術外，較能用社會整體層面、問題解決方法來照顧病患。隨著社會發展，未來患者的需求及社會將更加多元及複雜，精神科護理人員不能只照顧醫院中的精神疾病患者，領域的拓展更要延伸到社區的心理衛生；在心理、社會層面的照顧之外，病患高齡老年化後也凸顯身體層面照顧的需要。

不斷的充實及反省，嘗試讓自己跟上病患需要的腳步，我也期許自己能在病人照顧的病苦經驗上學習，看見自己，持續地豐富自己的生命。