



靈性健康覺察反思

——江迎星◆國際醫療暨VIP病房 護理長／邱鈺淇◆國際醫療暨VIP病房 護理師——

生命的意義（發現或尋求生命的意義或價值）

第一次遇到急救個案，一切發生的太快，完全措手不及，原本是興高采烈地迎接新生命，但隔天新生兒即將面對失去媽媽，看到個案先生也是非常難以接受自己的妻子突然間就倒下，我真的感到非常害怕，怕自己做得不夠好才會發生這樣的狀況，送個案到加護病房，我好茫然，感覺時間靜止了！如果重來這個個案是否會好一點呢？如果以後自己生產是否會遇到一樣的情形？那我的先生怎麼辦？我的小孩怎麼辦？這次羊水栓塞的個案給我很大的省思，讓我了解到生命的脆弱，就好像生命在我手中流逝，竭盡所能仍是無法挽回，除了覺得遺憾，但也對生命、人生有了不同的體認，對於護理專業必須要更努力學習，更小心謹慎將每件事情都做好。

個人內在統合力量

第一次遇到如此緊急的急救，連醫師都難以評估，啟動了所有資源，我卻不知所措，不知道下一步該如何做，感謝學姊及醫療團隊的幫忙，對於這樣的自己內心感到非常挫折甚至自責，無法克制地流下眼淚，在學姊的開導下才不至於對自己失望，我希望自己可以成為獨當一面的護理人員，這次的事件讓我有很深的體悟，雖然本身是責任護士但並不是只有自己獨自面對這樣的困境，而是有一群團隊在背後幫忙及支持，哭泣之後讓我更加堅強，除了專業以外，我還要學習如何應對家屬安撫家屬，才能在最危急的時候可以立即提供心靈的慰藉，我雖然害怕有時想逃避，但想到是整個團隊都在協助，讓我有力量及勇氣。



與他人的締結（寬恕與被寬恕）

以前的工作環境因為排班的制度讓我覺得好像自己被欺負了，因為資淺所以都必須聽命於學姊，內心感到不公平但卻又不敢講。我是屬於內向的個性又想很多，我可以寬恕原諒別人但卻不容易原諒自己，總覺得自己做得不夠好，深怕遺漏病人該注意的事項忘記交班，下班後還是會掛念著工作的事情，像這次急救事件我知道自己表現不好，又害怕會有醫糾所以內心承受著很大的壓力，回家以後睡不著，我想除了自己要成長更堅強，也很需要團體的支持及關懷。

與他人的締結（愛與被愛）

愛，這個字太深奧，在家庭裡父母親給予許多的關愛，跟家人或朋友的相處都非常自然，但卻不刻意說出“愛”，在我內心深處家庭跟朋友都十分重要，我相信他們是真的關心我、真的愛我，所以面對工作我也會以關懷為出發點，盡量的為他人著想，我需要別人的關心相對的我也會去關心同事，而這次的事件也讓我深刻體會到同事間的關心。

宗教信仰（與至高者關係）

以前就讀天主教學校，雖非教徒，但也時常禱告，禱告可以讓我的心靈得到平靜，好像有人在聽我內心的聲音也可讓我放心地說出自己的想法，有時也喜歡聽詩歌，總覺得歌詞呼應內心，而旋律就像在訴說心情，讓我有另一種平安、讓我重新得力。

靈性照護能力的反思

臨床面對病人常不知如何應對，尤其是重症或憂鬱的個案，因為疾病而鬱鬱寡歡者，我會害怕觸碰，因為怕自己不知如何回答，我希望自己可以提升關懷病人及家屬的能力，多增加自己的敏感度，隨時發現病人或家屬的需要讓他們夠有安全感。☺

