

## 給新進護理人的三份禮

國立成功大學附設醫院護理部邱智鈴督導長、莊孟蓉督導長、郭雪敏副主任撰寫  
臺北醫學大學附設醫院蕭淑代行政副院長校閱

致 將(初)步入臨床的學妹學弟們!

正忙於國考或剛國考完步入臨床的您們，辛苦了!回顧這幾年的疫情、科技創新治療模式的推陳出新，尤其無遠弗屆的網路、元宇宙世代下，「速度」已是每個人心中的期待，甚是一種品質指標。因此，護理師要持續專業知識技能提升，還要學著有效溝通，尤其適當的情緒紓壓更是重要。鑑此，各院護理部無不絞盡腦力，研擬各種新進人員的訓練方案，時值端午資深學姊們特此獻上--給新進護理人的三份禮。

### 第一份禮物~分階整合心智技能的職前訓練

傳統新人到職前的連續五天訓練課程，雖滿滿而紮實，但第一天的熱情活力，到第五天結束前的倦容憂慮，尤其思及將分派正式到單位，腦海質疑開始盤旋自己到底行不行?因此，以學習者的角度改變教學方式勢在必行，分享兩階段教學：第一階段臨床實境秀：訓練第一堂，以情境影片引領新進護理師模擬參與臨床照護，體驗工作日常，再帶領分享感受與討論因應，從看到、體認到省思的過程，協助您了解角色轉變可能發生的情境，降低職場現實休克，增加正能量及現實感，共同找到走下去的動力及復原力。第二階段則是傳授獨門臨床工作祕笈：分派到單位二星期後，資深學長姊個別傳授單位常見與必須知道最簡要易記的獨家絕活，讓您在最短的時間內快速熟悉；最後再安排3個小時舒適照護基本功的演練。從心態、知識技能與團體支持三管齊下，引領您自信地通過職場初體驗。

### 第二份禮物~溫馨有情的舒壓成長團體

新人到職3個月內，安排每2週一次的舒壓成長團體，以「我的新角色」、「我的新工作」、「我與工作伙伴」及「我的角色定位」為題，由受過訓練的護理長擔任催化員，透過小團體的諮詢輔導，傾聽與同理引導您表達內心的想法，必要時協助提供解決方案，降低情緒壓抑造成職場工作的阻力。您們也可在團體中互相認識，進而互相關心、彼此支持達到共融。

### 第三份禮物~為階段性努力有成而喝采

新人通過試用雖是每位護理人必經之路，但每個人的經驗卻又是那麼不同；所以一定要帶著愉悅與感恩的心情參與護理部舉辦各種慶祝的活動。成大護理部利用有趣

好玩有別傳統制式輪流發言的 Kahoot 軟體，取個暱稱(匿名) 不感壓力地鼓勵您們暢所欲言，回顧彼此臨床適應的撇步，同時對一路協助您第一步成功的人事物心懷感謝；此時再來個互贈小禮物及學長姊手寫的勵志小卡，這不叫完美，什麼叫完美!

以上以本院經驗為主體，加以綜整台灣各院努力的現況；身為各院護理部的我們準備了見面三份禮迎接您，您們準備好了嗎?! 敬祝 健康、平安、喜樂!



圖一、給新人的禮物

### 參考資料

Jowsey T, Petersen L, Mysko C, CooperIoelu P, Herbst P, Webster CS, et al. (2020) Performativity, identity formation and professionalism: Ethnographic research to explore student experiences of clinical simulation training. *PLoS ONE* 15(7): e0236085. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236085>

McCrory, K., Jowsey, T., & Chen, Y. (2023). Essential Elements of Preregistration Nursing Interprofessional Simulation Training. *Journal of Nursing Education*, 62(1), 28-35. <https://doi.org/10.3928/01484834-20221109-02>