



國際知名領導大師告訴護理師：好的領導關鍵是成為自己想要的領導者

加拿大蒙特婁2023年7月4日—ICN大會邀請到國際知名領導大師Simon Sinek與加拿大首席護理官(CNO) Leigh Chapman演講。

此大師級講座由ICN 副首席護理官 David Stewart主持，Sinek 說應用最新的領導理論，健康照護體系較企業界晚10到15年。

Sinek透過視訊告訴與會者：很多的健康照護並不是由真正有照護實務經驗的人來管理，而領導者的首要任務應該是要照顧好提供健康照護的人。

他說護理師應該將領導能力視為需不斷提升的實務。

「你可以成為你心中想要的領導者。領導是一項實務，必須持續不斷學習與精進。除了對病人，也要對部屬展現同理心。多閱讀和討論領導相關的書籍，成立讀書會以獲得新的領導技能。資深領導者並不壞，只是需要改變他們的領導方式。」

Chapman認為，肯定護理師的工作很重要：「我們必須把我們的工作視為改變的力量，只要我們專注於病人的需求，我們就會做出正確的決定。」

Sinek說：領導者要務實，而不是假裝一切順利，沒有任何問題。

「樂觀並不等於天真，但我們也不能假裝一切完美。我們需要務實、面對問題。如果領導者假裝一切都很美好，部屬就不覺得在錯誤的事情發生時可以說出來。」

他說，領導者要有同理心，並對其所負責的人表達關心。

「當我們照顧好彼此，病人也會受到好的照顧。多關心彼此，問對方『你還好嗎？』—知道別人在關心自己是充滿力量的。」

Stewart說，護理師需要停下來，花一些時間反思所發生過的事，特別是經歷創傷後，例如病人經急救後死亡，護理師接著要執行下一個任務時。

Sinek說，新冠疫情對護理師來說是非常艱難的挑戰，但也讓每個人面對突如其來的恐懼有了更多的反思。

「突然間，我們很擔心彼此。我希望即使疫情已經過去，但這樣的人性的光明面能一直持續下去。對一個人說『你還有我，你並不孤單』是最有力量的一句話。在極大的壓力之下，即使只有一個人支持，也都能讓我們有勇氣去做對的事。」

去年剛上任的加拿大首席護理官Chapman花了許多時間與加拿大各地護理師對話，她說護理師

是非常脆弱的：「每當談論到護理師，我們都直接跳到護理師韌性的一面。我們應該要承認護理師是非常脆弱的。唯有同心協力，我們才能讓改變發生。」

Sinek他不喜歡使用「mental health¹」一詞，更喜歡談論的是「mental fitness²」。「我們應該像健身一樣來提升我們的心理狀態。英國軍隊中的「心理健康部」有心理醫師和精神科醫師負責照顧在戰鬥中服務的醫護人員。而護理師也一直處在戰鬥狀態下工作。這樣的做法不妨也應用在一般健康照護之中。」

Stewart問，如何才能免受群體派系對健康照護所造成的破壞性影響。

Sinek說，每個人都想要有歸屬感，但當我們認為自己的群體才是最好的，這是不健康的。我們在一個團隊中工作，我們要感謝彼此的付出。

Chapman又說：感謝和尊重同事有助開啟對話，讓我們找到什麼才是對護理師最好，而關鍵就是團結一致。

Sinek說，每位健康照護工作者皆須接受領導課程的訓練：「在培訓初期即應學習領導相關知能，透過領導培訓的機會加強這方面的能力。護理師與領導者所需的技能不同。領導並不是掌握權力，而是要關心照顧身邊您所帶領的人，幫助他們成長，為彼此的成功鋪路，而管理者需要四處走動，關注做對事情的人，而不是一昧挑剔、指責。」

Chapman說，剛進入職場的新進護理師需要資深護理師的輔導與支持。「我們要肯定護生和新進護理師帶來新的價值和觀點。護理需要不斷的更新，我們不該用新人還不會的事來阻斷他們的發展。」

ICN 副首席護理官 David Stewart問Sinek怎麼做到互相支持，他回答：「我和我的朋友互相約定不能獨自哭泣，因為當我們試圖孤軍奮戰時，孤獨感就會增加。多和人相處，彼此相互支持，等大家都準備好了，我就會啟動問題解決的模式。」

¹ 「mental health」意指心理健康狀態，包含情緒、行為和社交互動。

² 「mental fitness」意指面對挫折時的應對能力和復原力。