

護福

NEF

ISSN 1727-7213

No. **240**

2023年9月 出刊

藉著護理專業與信仰・結合基督徒護理人員・推動護理的福音事工・鼓勵並支持醫療宣教

● 護理專欄——護理人員多元角色的挑戰

多重角色的衝突與調和 文／方圓媛

多重角色下的掙扎與恩典 文／林靜蘭

談家庭與職場角色的平衡 文／劉成英

沒有平衡只有取捨 文／蘇淑芳

宜室宜家怎相宜 文／楊麗齡

● 靈 糧

家庭、職場、教會角色平衡之我見 文／張林香

● 生命倫理

代理孕母合法化可行乎？ 文／張茂全 牧師

● 活動報導

生理鹽水指導員訓練課程分享 文／王桂英等

屏東基督教醫院靈性護理研習報導及
學員回饋 文／蘇貴婷等



台灣護理人員福音協會
Nurses Evangelical Fellowship of Taiwan (NEF)



編者的話

2 跟隨耶穌—多元宇宙裡的唯一平安 文／陳凱莉

護理專欄—護理人員多元角色的挑戰

3 多重角色的衝突與調和 文／方圓媛

6 多重角色下的掙扎與恩典 文／林靜蘭

10 談家庭與職場角色的平衡 文／劉成英

12 沒有平衡只有取捨 文／蘇淑芳

13 宜室宜家怎相宜 文／楊麗齡

靈糧

14 家庭、職場、教會角色平衡之我見 文／張林香

生命倫理

16 代理孕母合法化可行乎？ 文／張茂全 牧師

活動報導

19 生理鹽水指導員訓練課程 引言／陳清惠

20 【學員回饋 I】生理鹽水指導員訓練課程重點 摘錄 文／王桂英

22 【學員回饋 II】屬靈生命建造—回應上帝的 呼召 文／巫曉玲

23 【學員回饋 III】颱風天的恩典 文／廖悅如

24 屏東基督教醫院靈性護理研習報導及 學員回應 文／許惠珠、蘇貴婷、江慈馨、林妙枝、林靜宜、 陳柏怡、賴雅雯、羅婕妤、蘇孜帆

雲彩篇

30 神將拉痢馬變身為黑神駒 文／廖苑如

32 感謝上帝的奇妙作為 文／潘麗慧

33 呼求幫助！初入教職的心路點滴 文／莊家豪

出版機構：台灣護理人員福音協會

發行人：熊德筠



編輯委員會

主任委員：陳清惠

委員：王桂英、方圓媛、巫曉玲、林宮羽
林靜蘭、許惠珠、陳凱莉、鄭金鳳
(依姓氏筆劃排序)

本期主編：陳凱莉

編輯顧問：李敏榕

總編輯：陳清惠

副總編輯：許惠珠

助理編輯：李彩鳳

編輯同工：蕭麗君

英文編譯：謝承恩

本刊每逢三、六、九、十二月出版

發行所：100 台北市中正區汀州路三段 101 號

電話：(02)2367-0136

E-mail：nef@neftw.org

網址：http://www.neftw.org

美編印刷：惠文設計印刷有限公司

地址：台北市青島西路 11 號 7 樓

國內奉獻

• 郵政劃撥／帳號：19953188

戶名：台灣護理人員福音協會

• 銀行匯款／代號 008 帳號：118-10-012288-3

戶名：台灣護理人員福音協會

〈請註明華南銀行公館分行〉

• 郵局匯款／代號 700 局號：0001300

帳號：0781499

戶名：台灣護理人員福音協會

★一切奉獻將會開立報稅收據★

Editor's Remarks

- 2 Follow Jesus: The Only Peace in the Multiverse

Kelly Chen

Column

- 3 Facing Conflict in Multiple Roles

Yuan-Yuan Fang

- 6 Struggle and Grace Under Multiple Roles

Esther Ching-Lan Lin

- 10 Balance Between Family and Work

Chen-Ying Liou

- 12 Only Compromise, Not Balance

Shu-Fang Su

- 13 How to Make a Harmonious and Orderly Life

Li-Ling Yang

Bread of Life

- 14 Maintaining Balance Among the Role in Workplace, Family, and Church

Lin-Hsiang Chang

Bioethics

- 16 Is it Possible to Legalize Surrogate Motherhood?

Pastor Mao-Chuan Chang

Reports of Special Events

- 19 Saline Process Training the Trainer Course (SPTTT)

Ching-Huey Chen

- 20 [Participant's Feedback I] SPTTT Key Point Summary

Kuei-Ying Wang

- 22 [Participant's Feedback II] Spiritual Life Building – Responding to God's Calling

Hsiao-Ling Wu

- 23 [Participant's Feedback III] The Grace in a Typhoon Day

Tuen-Ju Liao

- 24 A Report of Pingtung Christian Hospital spiritual Nursing Training and Feedback From Participants

*Hui-Chu Hsu, Gui-Ting Su, Cih-Sin Jiang, Miao-Chih Lin, Ching-Yi Lin,
Po-Yi Chen, Ya-Wen Lai, Jie-Yu Luo, Mei-Fan Su*

Chapter of Clouds

- 30 God Transform the Inferior Horse into Black Beauty

Yuan-Ju Liao

- 32 Thank God for His Amazing Works

Li-Huey Pan

- 33 Called for Help! The Experience of a Novice Nursing faculty

Chia-Hao Chuang

EDITORIAL BOARD

Chief Editor: Ching-Huey Chen

Executive Editor: Kelly Chen

Members: Kuei-Ying Wang, Yuan-Yuan Fang, Hsiao-Ling Wu, Gong-Yu Lin, Esther Ching-Lan Lin,
Hui-Chu Hsu, Kelly Chen, Jin-Feng Jeng

Consultant Editor: Min-Rung Lee

Managing Editor: Ching-Huey Chen

Deputy Managing Editor: Hui-Chu Hsu

Assistant Editor: Tsai-Feng Lee

Edit Coworker: Li-Chun Hsiao

English Editor: Chen-En Hsieh

Editorial Office: Nurses Evangelical Fellowship of Taiwan (NEF)

President: Der-Yun Hsiung

Address: No. 101, Sec. 3, Tingzhou Rd., Zhongzheng Dist., Taipei City 100, Taiwan, ROC.

Telephone: +886-2-2367-0136

E-mail: nef@neftw.org

Web site: <http://www.neftw.org>

跟隨耶穌—多元宇宙裡的唯一平安

Follow Jesus: The Only Peace in the Multiverse

■文／陳凱莉 RN, 長榮大學護理學系助理教授

約翰福音 16：33「我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安。在世上你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。」

女星楊紫瓊以飾演電影《媽的多重宇宙 Everything Everywhere All at Once》，一位大半生勤勤懇懇，盡自己最大的努力奉獻家庭和事業的中年婦女，勇奪最佳女主角，成為史上首位亞裔奧斯卡影后。劇情探討面向廣泛，包括許多讓觀眾產生共鳴的「多重角色身分」、「不同生活及工作環境」、「多重價值觀」、「女性中年危機」及「母女關係困境」議題，在現實生活中皆十分常見，所處情境，更像是每位忙得暈頭轉向護理師的生活日常。「忙」就是「心」「亡」，忙碌的生活總易讓人迷失，失去方向與活著的意義，然而，當忙碌已經是生活不可避免的情況，從「基督信仰」角度可如何看待？

本期以「護理人員多元角色的挑戰」為專題，方圓媛老師由角色理論探究多重角色衝突的來源及調和之道；林靜蘭老師、劉成英姊妹、蘇淑芳姊妹及楊麗齡姊妹，各以其不同的人生經驗，闡述如何依靠上帝，在多元角色中靠主調和與成長。張林香傳道在「家庭、職場、教會角色平衡之我見」的靈糧專欄，以基督信仰為根基，撰述如何維持多重角色間之平衡。本期生命倫理專欄，張茂全牧師，明確的闡明基督信仰如何看待代理孕母之倫理爭議。本期基督與教學專欄暫停一次，因有兩項特別的內容，一是由參與7月28-29日在台南舉辦「生理鹽水指導員訓練課程」學員，分享課程重點及心得；還有8位參與屏東基督教醫院靈性護理研習會的學員，回應接受靈性護理種子教師訓練課程之心得，讓讀者更多認識護福持續透過各種課程，推動靈性護理實踐及在臨床見證基督的使命。此外，雲彩篇的見證，亦十分感人，有苑如姊妹分享自己如何因著認識主，由自覺羞愧的存在轉為感受到生命的榮耀光彩；麗慧姊妹分享如何靠主得以應對工作的繁忙，及兒女前途的憂心；最後，由台北返鄉服務的家豪，分享在呼求天父的幫助下，即使初為護理臨床教師，仍能持續在教學中見證基督的經歷。

約翰福音 14：27「我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們。我所賜的，不像世人所賜的。你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。」跟隨耶穌，祂是多元宇宙裡唯一的平安，這不僅僅是信仰，更是一種生活方式，凡事依靠仰望耶穌基督。在多元宇宙的繁華與挑戰中，唯有根源於上帝的信、望、愛，才能帶來真正的平靜與安寧。

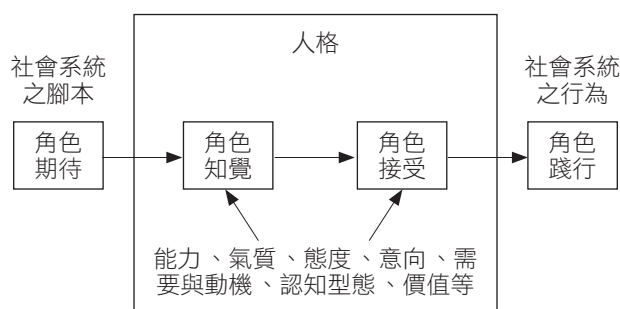
多重角色的衝突與因應

Facing Conflict in Multiple Roles

■文／方圓媛 義守大學學士後護理學系助理教授

角色(role)，於MERRIAM-WEBSTER'S辭典寫道，此字詞源自於法語的rôle，意思為演員扮演的角色，字面意義為scroll(卷軸)，是由於在書籍發明前，演員的角色都寫在卷軸上。除了演員在戲劇的角色外，於MERRIAM-WEBSTER'S辭典的翻譯，是「指派或承擔的角色；可以指在某一特定操作過程中所發揮的作用；或者基於個人在特定社會地位，社會所期望的行為模式」(Merriam Webster Online, 2023)。劍橋辭典的翻譯亦相似，指「某人具有或預期具有的職責、亦可以是某人在某種情況、組織、社會或關係中的地位」(Cambridge Dictionary Online, 2023)。教育部辭典的翻譯，除了演員於戲劇角色外，亦可譯為「團體中，個人依其地位所擔負的責任或所表現的行為」(國家教育研究院, 2021)。上述皆顯示，「角色」本身不僅佔據某特定位置或地位，還有其相對應的職責與責任、他人期待及要求。

學者Allport (Gordon W. Allport) 所提出的人格特質論(Trait Theory)中，認為角色由四個層次所構成，分別為角色期待(role expectation)、角色知覺(role conception)、角色接受(role acceptance)與角色踐行(role performance)(見圖一)(郭, 1971b; Allport, 1961)，定義分別如下：(1)「角色期待」：文化社會對個人角色的規定，在社會或生活中被期待應有的樣子，如：父親、母親、醫師等社會位置，有一定的腳本與遊戲規則；(2)「角色知覺」：個人對自我角色的主觀期望與看法，可能與社會期待相符或不盡符合；(3)「角色接受」：個人對所被託付角色的接受型態與程度，可能與社會期待及自我知覺的不



圖一 角色的四個意義與人格的關聯

盡然一致；(4)「角色踐行」：個人行使角色的實際表現，受角色期待、角色知覺、及角色接受所影響，因此同一角色可能每個人會有不同的行為表現結果(郭, 1971a; Allport, 1961)。從人格特質理論中可以得知，你與我，我與他，即使同一個角色，沒有人行出來會一模一樣，也同樣說明了，每個人具獨一無二的特質。

十六世紀英國著名玄學派詩人約翰·多恩(John Donne)，曾寫過一段禱告文，前兩段這樣寫道：「沒有誰可以是一座孤島，遺世而獨立；每個人皆是世上的一角，融於世界裡」(“No man is an island entire of itself; every man is a piece of the continent, a part of the main” -John Donne, 1624)(Donne, 1959)，顯示人與社會不可分之關係，其實學者Allport也認為，「角色」不僅練就個人的社會人格，亦是「參與社會生活的結構化模式，也就是社會對群體中佔據特定位置人的期望」(郭, 1971a; Allport, 1961)，意思是，人的生活即角色的連續，藉此將個人與社會串聯在一起，且社會對其賦予相對應的地位與期待(Allport,

1961)。現今我們常需要同時在家庭、職場、社交（如教會）等多個角色穿梭，不同人生階段亦會加入全新的角色，帶來不同的挑戰，但亦可能產生角色衝突（role conflict）。

角色衝突被學者定義為與角色相關期待不一致或不相容程度（House & Rizzo, 1972），可再細分為：(1)角色間衝突（inter-role conflict）指一個人同時擁有兩個以上無法協調且衝突的角色（郭，1971a），像是已婚有小孩需輪值的臨床護理師，身兼專業的職業角色與家庭母親角色，努力工作又需加班時會自責未能盡到做母親的責任；與(2)角色內衝突（intra-role conflict）指對同一個角色，兩個以上團體或同一個團體內的人們會有不同的期待，讓角色行使者無所適從（郭，1971a），像是住院的病人會希望護理師能提供專業照顧，並能願意多花時間陪伴他們，而醫院長官則希望護理師除了照護，要能做研究且可發表至國際期刊。多重角色常產生混合性的角色衝突，可能造成心理的壓力、衝擊個人身體健康狀況，並降低工作滿意度與婚姻滿意度等（Coverman, 1989）。

學者Hall（1972）提出三種應對角色衝突的方式，類型I，「結構性角色重新定義」（structural role redefinition）指重新定義對角色的看法，減少自己角色相互衝突的要求，可能使他人／自我扭轉對角色的期待；類型II，「個人角色重新定義」（personal role redefinition）指改變個人對角色要求的看法，從不同的角度看待自己的行為或外部期待（不改變環境，他人的角色期待亦可能保持不變）；類型III，「反應性角色行為」（reactive role behavior）目的是滿足所有的角色要求，指依照角色要求完成應有的行為，不試圖減少衝突或要求，可能涉及嘗試做每一件所要求做的事，會對個人造成相當大的壓力（詳見表一）。學者Hall在文中說明，類型III的因應模式顯著與個人滿意度下降有關，顯示當角色衝突產生，應有應對的策略，而應對前需考量衝突起源，是來自個人、人際、組織或文化，若源於後三者，適用類

型I的因應模式，若面對的是自己內心的衝突，類型II的因應模式較合適。然而，好的因應方式並非特定或固定的策略，學者Hall建議，第一階段在短時間先做出積極應對的決定，使自己不受制於角色的要

表一 Hall角色衝突因應策略

類型	因應策略
類型I	• 取消（或增加）角色中的特定活動。不放棄角色或添加另一個角色，只需添加某些組成的部分即可。 • 外部角色的角色支持，聘請外援擔當某些角色。 • 角色支持來自其他的角色成員，得到角色發送者（通常是家人）的幫助。 • 與角色發送者一起解決問題（或獲得精神支持），合作重新定義角色。 • 整合角色，增加角色間的重疊，使每個角色能為其他角色做出貢獻。 • 改變社會對角色定義。改變社會的普遍期待，而不是特定角色賦予者的期望。
類型II	• 確定角色或角色內的優先事項，對活動優先順序進行排序。 • 劃分和分離角色，在擔任某角色時，全神貫注於該角色，儘量減少角色的同時重疊。 • 忽視角色要求或降低標準，選擇不滿足某些角色要求。 • 改變對角色的態度，或樹立有助於減少衝突的新態度。 • 取消角色，退出整個角色。 • 將注意力從一個角色轉移到另一角色，在每個角色出現時依次處理。 • 發展自我和自身興趣，將個人興趣視為角色需求（如：放鬆）的有效處理來源。
類型III	• 更好地計劃、安排和組織，提高履行角色的效率。 • 無意識的策略。不嘗試控制角色要求或自己的反應，被動面對角色衝突。 • 更加努力地工作，滿足各角色要求。盡心盡力。更加努力地工作，投入更多時間和精力履行角色。

求，第二階段審視自己的角色，並對角色做出自己喜歡的定義，接下來第三階段是與角色設定者（通常是家人）共商並調整角色期待。在處理應對角色衝突的過程中，各人會開始影響自己所扮演的角色，隨時間推移，會重塑角色所展現的樣子（Hall, 1972）。

聖經裡有一段話說得很好，「耶和華啊…我們是泥，你是窯匠，我們都是你手的工作。」（以賽亞書 64：8）。我們都是上帝手所造，每一位的一生，都有特別目的與意義，如同大衛王所寫的一般，「我的肺腑是你所造的；我在母腹中，你已覆庇我…我在暗中受造，在地的深處被聯絡；那時，我的形體並不向你隱藏。我未成形的體質，你的眼早已看見了；你所定的日子，我尚未度一日，你都寫在你的冊上了。」（詩篇 139：13-14）。可能你與我，出身在不能選擇的家庭環境或文化背景下，可能你與我，擁有不同想法、思考、判斷與行事方式，因而面對的角色與角色衝擊，全然不同，然而，就連理論也告訴我們，危機就是轉機，是重新調整的大好時機。坊間其實有許多教導如何面對多重角色與角色衝突書籍，然而，我自己很喜歡聖經的一句話：「求你指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心。」（詩篇 90：12）。當我們處在蠟燭多頭燒的景況；或是我們對自我角色產生疑惑；更或者，面對多重角色與角色衝擊，對自己是誰感到不知所措，身為基督徒的我們，都可以回到天父面前，學習大衛王的禱告：「神啊，求你鑒察我，知道我的心思；試煉我，知道我的意念。看在我裡面有什麼惡行沒有，引導我走永生的道路。」（詩篇 139：23-24）。

本期靈糧與專欄，特別邀請過去在職場、家庭、甚至教會擁有多重角色的牧者及姊妹們分享，一路走來如何因應與調適自我角色及面對角色衝突，而所有文章皆勉勵大家，回到神面前，重新從神的眼光出發，知曉神看我們為寶為尊，以賽亞書 43：4「因我看你為寶為尊…」。

求神引導我們，使我們一生的角色，能如鹽如光，一生為主而閃耀。

參考文獻

- 國家教育研究院 (2021) · 角色 · 臺灣學術網路 · <https://dict.revised.moe.edu.tw/dictView.jsp?ID=97271&la=0&powerMode=0>
- 郭為藩 (1971a) · 角色理論在教育學上之意義 (上) · *師友月刊* (49), 6-12. <https://doi.org/10.6437/EM.197107.0006>
- 郭為藩 (1971b) · 角色理論在教育學上之意義 (中) · *師友月刊* (50), 16-20. <https://doi.org/10.6437/EM.197108.0016>
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and Growth in Personality*. Holt, Rinehart and Winston.
- Cambridge Dictionary Online. (2023). *Role*. Cambridge University Press & Assessment. <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/role>
- Coverman, S. (1989). Role Overload, Role Conflict, and Stress: Addressing Consequences of Multiple Role Demands. *Social Forces*, 67(4), 965-982. <https://doi.org/10.2307/2579710>
- Donne, J. (1959). *Devotions Upon Emergent Occasions: Together with Death's Duel*. University of Michigan Press. <https://www.gutenberg.org/files/23772/23772-h/23772-h.htm>
- Hall, D. T. (1972). A Model of Coping with Role Conflict: The Role Behavior of College Educated Women. *Administrative Science Quarterly*, 17(4), 471-486. <https://doi.org/10.2307/2393827>
- House, R. J., & Rizzo, J. R. (1972). Role conflict and ambiguity as critical variables in a model of organizational behavior. *Organizational Behavior and Human Performance*, 7(3), 467-505. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(72\)90030-X](https://doi.org/10.1016/0030-5073(72)90030-X)
- Merriam Webster Online. (2023). *Role*. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/rol>

多重角色下的掙扎與恩典

Struggle and Grace Under Multiple Roles

■文／林靜蘭 RN, 國立成功大學護理系教授

將題目訂為「多重角色的掙扎與恩典」，可知我並未「成功扮演多重角色」，只是真誠分享--我這一路的掙扎，以及主不斷憐憫扶持我的恩典。希望能提供各位一點借鏡及鼓勵。容我先以幾個「畫面」當楔子，一面讓我回溫，一面或可引發讀者稍有共鳴。

【畫面一】

剛自碩士班畢業的我，從臨床護理工作轉職到弘光科大擔任臨床實習老師，開始展開每天在台中榮總帶實習的生活。當時老三剛出生未滿周歲，所幸台中娘家媽媽願意就近幫我照顧，老大三歲半已可上榮總附設幼稚園，但當時該園未設有幼幼班，只好將兩歲半的老二送到較遠的托兒所。剛送去的第一天，午休時間就接到老師來電說，孩子哭不停，希望我過去，因他是所裡最年幼的孩子，老師拿他沒辦法，當下我心裡很心疼孩子，但也很為難，因為帶實習是無法中途離開的，兩難之間，我硬著頭皮跟單位幾位關係蠻好的護理師開口，她們都很了解，也願意幫忙，叫我快去看孩子。我立刻前往，看到滿臉淚痕的孩子，真是讓我心疼不已，自責讓他那麼幼小要吃這苦，一邊在小床旁陪他哄他入睡，一邊心酸掉眼淚…待他入睡，跟老師稍微溝通孩子的入睡習慣後，立即返回醫院…

【畫面二】

工作兩年後，深感所學不足，而在職念博班，前兩年每周總有兩天要北上上課，有時甚至三天，當時沒有高鐵，只能搭客運往返，交通時間甚長，

無法當天往返，只好留宿台北過夜。先生剛開始承諾願意支持我，但一打三，一人照顧三個學步期幼兒，實在艱辛，一學期下來，我們都身心俱疲，壓力下兩人關係也備受考驗，常有許多爭吵，我慎重地考慮暫時休學…

【畫面三】

轉任成大後，因助理教授有六年條款（六年內未升等將遭解聘），且剛到職，教學、臨床服務、研究均需花費許多心力適應，全力投入工作還是常覺時間不夠用，還多遇挫敗—研究計畫接連四年未獲補助，第一次提出升等也失敗，夫妻關係還逐漸疏遠…

這些畫面或許對您並不陌生，都圍繞著同一個困境——面臨「多重角色」的拉鋸、掙扎。讓我們先探討「多重角色」可能產生的「角色緊張」及「角色壓力」，再來談身為神兒女的我們該如何解套，甚至經歷神化災難為祝福。

依據 Goode (1960) 的「角色緊張理論」，當我們無法滿足所需扮演之多重角色的種種要求，或履行不同角色責任時，常會產生角色緊張 (role strain) 及壓力 (stress) 反應，而為了降低不同角色帶來的衝突或緊張，常需協商以做出抉擇。「角色緊張」通常來自：不同角色的要求及活動相互對立；或執行不同角色間的時間與地點或資源的安排相互衝突。就像我當年面臨母職、妻職及進修的多重角色要求相互衝突，使我不得不思考暫時休學的決定，以舒緩角色關係帶來的緊張。



角色緊張包含三層面：1.角色衝突(role conflict)、2.角色過度負荷(role overload)、3.角色互染(role contagion)。以下分別介紹之。

1. **角色衝突**—常見的角色衝突為「工作與家庭之角色衝突」，因兩個角色的要求互不相容。例如，我在家庭的母職與工作角色在時間上衝突，或是當我工作時間過長而影響我育兒及夫妻相處時間，不同角色都需要我花時間投注及經營；或者，我在研究及教學工作上常須扮演積極、獨立、領導甚至批判的角色，在家庭內若不小心繼續採取這樣的角色行為，未能適當調整切換為先生所期待妻子的角色行為—同理、溫暖及體貼，將使我們難以符合彼此的角色期望。
2. **角色過度負荷**—是指扮演多重角色所需的時間及精力負荷太大，或者扮演其中一個角色而干擾到另一個角色的執行，進而產生身心俱疲的症狀，例如：緊張、焦慮、疲憊、憂鬱、淡漠、不安。我剛轉任成大前幾年，常常花費許多精力在備課、研究及學生輔導工作上，以致影響我其他家庭角色的扮演，疏忽了婚姻關係的經營，還好有上帝憐憫及提醒，讓我們夫妻及時調整及溝通生命的優先順序，靠主度過婚姻危機。
3. **角色互染**—是指執行某個角色時，仍掛念憂慮另一角色。

以上三層面的角色壓力是互相關聯的，角色過度負荷會造成角色衝突，而角色衝突容易產生角色互染，而當個體在執行某個角色卻又惦記著另一角色時，也容易加重其角色過度負荷。舉例來說，我在三個孩子年幼時進修碩博班，那時我常在夜裡一邊唱歌哄他們入睡，一邊盤想著我等等要怎麼撰寫的論文內容，這樣的角色互染容易造成過度負荷而產生巨大壓力，若非上帝的恩典扶持，真的很難撐過來。然而，也因著從碩班即開始這樣的訓練，爾

後念博班時，才稍微挺得住更多角色衝突的艱難，當時除了母職及進修雙重擠壓，還加上在職進修的工作壓力，在極難之間，靠著那加給我力量的上帝，凡事都能做(腓立比4：13)，真的關關難過，關關靠主過，後來博班進修期間，還獨力帶三個孩子去美進修半年，上帝一步步訓練我，也鍛鍊我能承擔更多壓力，靠主得勝。

從上述多重角色的相關理論可知，角色緊張是一種正常的經驗，角色衝突直接或間接的影響多重角色下個體的身心健康，而角色責任的多寡與角色壓力的程度有關。然而，多重角色雖會帶來壓力，卻未必然導致疲潰，以我的經驗是，在這樣的危機下，反而讓我更自知不足，深感軟弱，而更尋求主及人的幫助，透過與神緊緊相連結，經歷神施恩手的幫助扶持，也尋求親友及教會肢體的社會支持，加上健康促進生活型態的調適，不但度過多重角色的適應危機，維持身心健康，這些經歷也成為神憐憫扶持我的恩典記號。

下面我想從我個人經歷，試著提出一些當時幫助我走過來的重要原則。隨著不同年紀及生命發展階段任務，我們的多重角色生活也可能會對應不同的階段性挑戰，以我為例，大概可分為以下三個階段——(一)初出茅廬：大約大學畢業20幾歲到三十歲左右，此階段需適應職場新手，新手妻子／媳婦、新手媽媽等新的家庭生活型態，小孩為學步期到學齡前期幼兒，臨床工作從新人到護理長角色，再轉為全職進修碩士班；(二)步伐漸穩、責任也漸重：此階段因多重責任，仍舊青黃不接，大約三十歲到四十歲左右，小孩為學齡前期至學齡期，轉職為學校臨床實習教師及講師，同時進修博士班；(三)出埃及：大約四十歲到五十歲左右，看清自己的價值「你們是重價買來的，不要作人的奴僕」(哥林多前書7：23)，不願留在埃及為奴、僅為世界而



工作，更願讓主為首，釐清優先順序，為主旨意而活，期盼進入主所命定及預備的迦南美地；此階段三個孩子進入青春期及青年期，剛好蒙主帶領轉職至研究型大學，身負教學、研究、服務工作，步入空巢期，更多關注夫妻關係。回頭看看這每一階段，我問自己，在這些階段裡，哪些忙碌或者哪些角色，是我現在看來很值得的？哪些是無必要的呢？回首發現「母職及工作角色（教師）」，是占據我最多時間的角色，但我覺得擔任母親跟教師的角色都是很值得的，雖苦猶榮，但坦白說，妻子的角色可能是我自覺成績最差的，之後我需更多倚靠主幫助而突破。

回頭想起養育三個幼兒、全職工作那段日子，真是婚姻一家庭一工作三頭馬車，常常覺得自己心力交瘁，常常也經歷——又疲憊、又狼狽、甚至心碎的邊緣時刻。感謝主，果真「敬畏主就大有倚靠」，這些艱難時刻，總有主陪伴扶持，身邊也總有親友相助，也不偏離主道路，真的是出於主諸般不斷絕的憐憫。從這些掙扎經歷，以下幾點體會，想提供大家參考：

一、常常求問神

如果你讀撒母耳記，會發現大衛不論在逃亡時期或坐王時期，都把主當生命的主，常常求問主指引。

在不同階段多重角色的挑戰裡，我常常會感覺迷惘、迷失，因為太多事物競爭我的時間、心力，有時會選擇投注於容易有成就感的事物，卻將育兒或夫妻關係應該投入的時間挪後，所以「天天求問神」的習慣對我來說，猶如指南針或 google map，我是一個很不會認路、很容易迷路的人，當我天天或常常來到主面前，主常常會用各種方式提醒、感動或甚至管教我需要調整的地方。儘管多重角色下，經常需與時間賽跑，常需學習把重要的放在第一優

先（put first thing first），例如：關係比家務重要，我會在維持家裡一塵不染跟全家一起出遊休閒，毫不考慮地選擇後者，享受家庭關係，當然不是完全不理家務，而是優先順序需放對。

當我看重神所託付我的每一個角色任務——育兒、婚姻及教育工作，我發覺上帝很樂意與我同工。護理及教育工作，是神所託付我的使命，當我邀請神與指導我教學、研究，總經歷上帝奇妙預備恩典。而婚姻，是我屬靈生命淬鍊的實驗場，也是屬靈戰場，常常在多重角色重壓下，容易被忽略及攻擊，感謝主，從孩子年幼時，我們家就建立家庭祭壇，天天全家一同禱告，不論國界，這祭壇禱告也引導孩子們跟我們夫妻跟隨上帝同心同行。

育兒，是神所託付我跟先生的屬靈責任，孩子是屬靈產業，神常提醒我——不單是養育照顧孩子肉身的健康，更要在乎及照顧他們的心理健康及靈性豐富。回想第一次擔任國小一年級新生的新手媽媽，有一次我們家老大作業寫得不好，被我用橡皮擦重複擦掉要求他重寫，最後還擦破作業簿，還罰孩子必須重寫兩頁完才能睡覺，看著孩子邊掉眼淚寫作業，我仍然生氣他怎麼還是把字寫得這麼肥大，當天弄到半夜孩子寫完上床後，我看著他的作業簿也掉下淚。當晚讀經讀到創世紀33章雅各離開舅舅拉班，回到家鄉跟以掃相見所說的一段話「…我主知道孩子們年幼嬌嫩…」（創世紀33：13），向主哭訴自己承擔不了這母職，求主憐憫幫助我，感謝神這樣的光照提醒，我隔天向孩子道歉，也跟他說我們一起努力學習把字寫好，不用著急，看著孩子重新展開笑顏，我心裡大大感謝上帝，沒有任意錯待主所託付我的產業。很感謝神，現在我的三個孩子均已進入青年期，都是求告主、走正道、身心靈健康的青年人，有他們勝過擁有世界所追求的功成名就。



二、要有適當支持系統，天天有人來幫助大衛

在多重角色下，我常常要承認自己軟弱、沒辦法總是完成每一個角色的要求，常常會需要幫助，所以平時即須建立適當的支持網絡，例如：有段時間先生因工作跟我分隔兩地，我又有夜間部的課，還好娘家媽媽可以來陪伴孩子，或者偶而無法準時接孩子放學，請託熟識的同學家長接回。此外，支持系統的扶持，不僅提供救援，也因為「與智慧人同行，必得著智慧…」(箴言 13：20)，許多過來人或智慧的屬靈長輩，也在我許多困境中提供我建議及禱告，使我不至於剛愎自用，陷入自以為義的錯路之中。

三、不要停止聚會，最好也不要停止服事

這一點是我覺得在多重角色的奔跑路程中很受益而得祝福的秘訣，往往心身俱疲會讓人想要省下時間睡覺或作家事，我的經驗是一離神愈遠，困難便愈近，讓我愈難脫身。守住跟主的約會，用心靈、誠實尋求主的同在及顯現，每次的聚會往往都

會有主的恩惠，讓自己在艱困的日子裡可以重新得力，如鷹展翅再飛。而服事對我個人而言，是堅固我

心的發電廠，因著服事非得對齊於主、連於主，常常在我很忙碌還需預備服事時，親自得主服事，得主恩惠，主給我的，總超過我所給出的，主真的無比信實「你們要給人，就必有給你們的…」(路加福音 6：38)。

除了上述三點為我個人心得，楊(2007)也提醒我們——運動不足，將影響多重角色適應，「運動」可削弱角色壓力對身心健康的負面影響，可減低焦慮症狀。因此即使時間很有限，我仍看重安排定期運動，我的作法是透過每周兩次游泳，讓自己一邊安靜放鬆，一邊藉運動轉移注意力而減壓，同時也可提升腦內啡生成，讓自己有被更新(refresh)及快樂的感受。

願我們都天天經歷主，忠心於神所託付我們的每一角色，得主賜福，也使人得福，直至見主面。

參考資料

楊秋月(2007)·多重角色婦女之健康促進生活、社會支持對其角色壓力與身心健康關係的影響。台灣大學護理學研究所博士論文。

Goode, W. J. (1960). A theory of role strain. *American Sociological Review*, 25(4), 483-496.

Kahn, R. L., Wolfe, D. M., Quinn, R. P., Snoek, J. D., & Rosenthal, R. A. (1964). *Organizational stress: Studies in role conflict and ambiguity*. New York: Wiley.



家庭與職場角色的平衡

Balance Between Family and Work Roles

■文／劉成英 鄉福過溝教會師母

每當5/12慶祝護師節，往往也正逢或臨近母親節；母親和護理師都是重要、辛苦的角色，同時身負此二角，辛苦加倍，也常陷入家庭與職場難以兼顧的兩難，尤其是家有國中以下的孩子。

神的帶領，讓我在臨床服務十年後，回家擔任全職媽媽三年，之後又到護理之家服務一年半、全職媽媽五年，才到護福任同工，最後隨著先生牧會。以下分享，主要是我頭十年在醫院工作階段的經歷和心得。

取得平衡可從二方面來考慮

一、工作性質與距離

1. 是否需要輪三班？輪班造成生活日夜顛倒，要讓自己有足夠的休息和睡眠已經不容易。2. 是否常常需要加班？是否為責任制？擔任單位主管或某些職務，常有下班時間已到仍需要加班，或需把工作帶回家處理，或是隨時有機會接獲上級指令、單位同仁遇突發狀況就會來電詢問等。3. 上班地點的遠近？上班地點遠，交通往返就會花費許多時間，若再加上需要等車、轉車、常遇上塞車等擾人因素，回到家裡已經沒有電力。因此，既然需要兼顧家庭，如果在工作的決定上，可以選擇固定的班別，下班後就有完全屬於自己的時間，即使薪水較少、升遷慢，但較可照顧得到家庭。

二、支持系統

1. 先生的支持-是否可以和先生分工，一起來照顧家庭。自己要輪班，先生的班別若固定，就可有

更多的分擔，也可就近支援。2. 家人的支持-是否長輩也認同支持我的工作？他們若認同，必能有更多的同理和鼓勵。公婆或父母是否可以協助照顧孩子？雖說長輩和我們對於育兒的觀念和方法差距頗大，權衡之下，仍有助益。3. 經濟能力——若預算夠，請到有經驗又愛孩子的褓姆也是恩典。

過去就讀的醫學院，因隸屬軍職體系，畢業後就直接分派，無法有所選擇，只能到內外科病房去輪值三班。不久之後就進入婚姻，一年多後就做了母親，雙方的長輩因在南部和健康因素，無法就近支援。還好先生是朝九晚五的上班族，我上夜班和假日輪班的時間，孩子和家事就丟給他了。當時我們住二樓，找到了住在同棟六樓的褓姆，她是慈祥和藹的婦人，過去幫人帶過很多孩子，夫妻都很喜愛小孩，每天只要坐電梯就可接送小孩了。當初計畫結婚準備租屋時，就考量到上班的交通問題，堅持一定要選在醫院附近的，即使租金較貴，還好後來神預備了價格合理的住處，所以我們上班只要騎腳踏車10分鐘內就可到達。

五年之後，先後升任了副護理長、護理長，不需要輪替三班，但責任加重；常常過了下班時間，事情還沒有處理好，只得加班。那時已有三個孩子（二個上醫院附設幼兒園、老三放褓姆家）、失明的公公來與我們同住，不久先生調職南部，我中午必需趕回家為公公預備午餐…。還好後來請好友的母親每週三次來家裡幫忙打掃，她來的日子就會幫我買便當給公公。每逢加班時，我就打電話請醫院團契

的姐姐幫我去幼兒園先接走孩子，暫時安頓他們，等我忙完再趕去接…。這樣的日子如今想起來仍然刻苦銘心，一年之後，考慮不能與先生長期分隔二地，於是辭了工作，帶著公公跟孩子南遷，才算又繼續了完整的家庭生活。

適當的規劃

身為職業婦女，有時會有罪疚感，覺得沒有留在家中照顧孩子？但其實如果沒有規劃，留在家裡也會覺得又煩又累、沒有成就感，不見得更好。所以想清楚了，知道自己在做甚麼，又有規劃，就可以對家庭經營有更多的掌握。

一、家庭時光的規劃

1.善用有限的時間經營親子關係，先了解孩子的特質，他們可以感受到愛的方式是甚麼？是談心的時刻？服務的行動？身體的接觸？喜歡的禮物？還是肯定的言語？我每天晚上在三個孩子臨睡前，必會分別為他們祝禱；為他們按手，禱告：「☆☆，願耶和華賜福給你，保護你。願耶和華使他的臉光照你，賜恩給你。願耶和華向你仰臉，賜你平安。」這樣做至少有個好處，就是不管剛才親子之間發生了甚麼不愉快的事，藉著祝禱，可以轉換心情，也讓自己轉眼向神。從孩子幼年開始，一直到現在他們都已就業或成家，不論是在國內外，我們在Line群組中通話結束，也會用祝禱結束。2.與先生是最親近的屬靈同伴，不論是工作上的分享或是孩子成長問題，縱使有不同意見，每晚會一起禱告。3.每年寒暑假全家也會安排出遊，其實就是在外面住一晚旅館，這樣大家心情都很好。先生和兒子

都喜歡參觀火車站，火車站之旅就是我家的旅遊重點。

二、聚會服事的規劃

持守主日是我們夫妻的基本共識。遇到主日白天我必須上班時，先生總鼓勵我去有晚崇拜的教會，他就帶著孩子在附近的麥當勞或校園逛逛（他們早上已去聚會），等我結束再一起散步回家。平日我們參加的是醫院團契，每週六傍晚都有家庭聚會，輪流在契友家舉行。我們家不到20坪，也開放家庭，只是排的次數較少，讓孩子們有機會學習接待。每次聚會從長輩到孩童二三十位共聚一堂，彼此分享代禱和愛宴，真是美好的時光。

三、照顧好自己

這點不容易，因為當媽媽的通常最後才考慮自己。不論上甚麼班，通常我會有20-30分鐘的靈修時間，讓自己先接上電源。有一陣子因為工作的需要，加上肩頸緊繃，每週會上一次美髮店，按摩頭皮和肩頸，把頭髮吹得香香美美的，想到自己大部分都是在服事別人，撥一點時間讓別人來服事，心理稍微平衡一些。工作加上孩子小，每天奔波不完，多有勞動、沒有運動。但人際關係的經營倒還做得不錯，向先生請個假，參加同學會或約個好友買衣聊天，也算小小慰勞自己。

如果可以，每位婦女在家專心照顧孩子應該是最理想的；但若有一些因素使我們需要選擇上班，而家人支持、支援夠，這樣不僅可以使用專業的照護能力去助人，還是可以照顧到家庭，不算最完美，但沒有遺憾，也無需自責。願神給我們智慧，珍惜每個時光。

沒有平衡只有取捨

Only Compromise, Not Balance

■文／蘇淑芳 RN, 退休護理師

人從出生後隨著成長，一生中需扮演許多的角色，尤其是女性，有些角色只是稱謂，不費力不花功夫，但大部分角色是背負著許多使命、責任與期待。身兼家庭主婦和職業婦女兩種角色，像是同時操作著不同道具的魔術師，家庭與職場角色的平衡是功課、是修練，更是許多婦女的挑戰與難題！

我個人是在19歲時進入職場、在33歲時步入婚姻，婚後十年期間我陸續生育二個孩子，這期間我仍在醫療職場服務，為增進個人學識、能力，我同時選擇在職進修，可以想像當時在家庭、職場、學校間奔波，讓我也喘不過氣、失衡的時候。但很幸運的是這期間先生、婆家公婆、大伯、娘家爸媽、家人及外籍移工阿姨給予我莫大的支持與協助，他（她）們分擔了我許多的家務與孩子照顧、接送等事務，辛勞不在話下。家人們讓我無後顧之憂早出晚歸，所以我也儘可能在逢年過節的紅包、禮物及時間許可時的陪伴來回饋家人。在我有基督信仰後，我更感謝神賜我這麼棒的家人、這麼棒的恩典與福份，我心中充滿無限的感恩。然我身邊的職業婦女、親友同事們，並不是人人如此幸運，她們在身兼家庭主婦和職業婦女兩種角色同時，因資源與支持系的缺乏，都有不同的壓力、失望與挫敗，甚至自己的身心健康出現問題，真讓人心疼。

我不知道婦女在家庭與職場角色的支點在哪？如何平衡？每個人都在家庭、職場面臨許多選項，父母、配偶、子女、親友、家庭、工作等等都很重要。個人淺見，與其說要在家庭與職場取得平衡，反而是要懂得「取捨」。不管我們是什麼角色？我們要先學會「認識自己」、「照顧自己」、「站穩自己」惟有自己身心靈健康、愉快，才有好心情、好體力、

好狀態去照顧他人，維持良好的家庭關係，並能正向面對處理家庭與工作中各種的繁雜事務。

學會「寵愛自己」，與其說寵愛自己，應該說是可以讓自己壓力紓解、讓自己舒服、讓自己好過的方法，喝杯咖啡、吃個小點、閱讀、逛街、放空、與好友小聚等等，且不要有罪惡感。

學會「量力而為」，認知我們每個人的精力都是有限的，允許自己可以不做到100分，事情分輕重緩急、優先順序，選擇眼前非妳（我）不可的去做。要明白過分自我要求是不快樂的來源。學會「享受當下」，無論身處在家庭或職場，用心體會享受當下所處的環境、人事物及其過程。

學會「禱告、交託、感恩」，如同經文，腓立比書4：6-7「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心懷意念」，及彼得前書5：7「你們要將一切的憂慮卸給神，因為祂顧念你們」。禱告，是對神的信心，交託，是相信我不能，但神一定能。感恩，是我們的禱告與聖靈相接點，就在此相接點神賜下心靈平安、恩上加恩、力上加力。

所以無關妳身處何處？妳扮演什麼角色？妳平衡與否？上帝在給女人的一封信中提到：

“女人你是我完美的天使，
是我美麗的小女孩。
你已成為光輝璀璨的優秀女子，
當我看見你內心的諸般美德時，
我的眼，便滿足了；
千萬不要改變你的美好。”

宜室宜家怎相宜

How to Make A Harmonious and Orderly Family Life

■文／楊麗齡 RN, 護理教師退休

職業婦女的家庭責任與事業發展所產生的衝突，就如蠟燭兩頭燒，似是不可避免的宿命。不論從壓力或角色衝突的觀點都是難解的議題。但是我卻從「巨流河」一書中看到一位優雅的女性，從容不迫地走過35個工作及家庭雙頭馬車的年頭。在她90歲生日宴也是「洄瀾」新書發表會上，來了三十多位撰寫者。當天她小兒子遠從美國回來，也突然現身；就可知她受人愛戴的程度。她說那天她無法與每一個人敘舊，就「抱一個算一個」。她身上滿滿都是愛，沒有任何雙頭馬車拉扯的痕跡。

若單看齊邦媛先生的職涯發展，真是柔腸寸斷，毫無自主性。隨著夫婿的工作，從台北遷往台中，再遷回台北。每個遷移都是「必須」，而且「立刻」。所以她的工作經驗說很豐富，其實也很雜，就是那裡有工作就去作。她曾在台中一中任英文老師、任故宮博物院英文秘書、任國立編譯館編纂、創中興大學外文系及最後任職於台大外文系等。當她在印第安那大學再修完6個學分的法文課即可拿到碩士學位時，她接獲父親來信：你家中極需你回來。二話不說，她回台了，與幾乎是唾手可得的碩士學位擦身而過。

看來每當家庭一需要她，她就立刻放下手邊的“專業”回應家庭的需要。她的柔腸寸斷的專業發展，卻造就她的生命更堅韌、勇敢、謙卑及更充滿憐憫。有人說她的書中沒有惡人，我想是因為見多識廣，生出豁達及恩慈。憑著對文學及教育的熱愛，不管在那個職位，她都全力以赴，讓她的才幹

發揮得淋漓盡致。「作對的事、說對的話」，似一路指引著她的工作及寫作。

衝突不只是在家庭與工作，也會發生在職場。當她與國立編譯館新館長理念不同時，她憤而提出辭呈。臨行前，她看著窗外那棵美麗的欒樹，想起詩人Joyce Kilmer的詩：

A tree that looks at God all day,

And lifts her leafy arms to pray.

這樹整日仰望上帝

高舉樹葉茂密的手臂禱告（齊邦媛，2009，頁442）。

相信這也是她堅持，「作對的事、說對的話」的力量根源。

我最喜歡巨流河中一張照片，是她及她小兒子坐在啞口海的礁石上，看著湛藍的海灣，「…據說風浪到此音滅聲消。一切歸於永恆的平靜。」（齊邦媛，2009，頁588）。走過戰亂，走過政治風暴及長輩凋零，她的心卻愈趨平靜。

世界的需要何其大，可做的事何其多，弱水三千，只取一瓢飲。

宜室宜家，主啊，願我只做上帝要我做的事。

參考資料

齊邦媛（2009）．*巨流河*．台北：遠見。

家庭、職場、教會角色平衡之我見

Maintaining Balance Among the Role in Workplace, Family, and Church

■文／張林香 基督教協同會聯合會師母

前言

羅馬書12章1-3節云：「所以弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的。不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。我憑著所賜我的恩對你們各人說：不要看自己過於所當看的，要照著神所分給各人信心的大小，看得合乎中道。」保羅根據自己蒙恩及事奉主生命體驗與領受，勸勉信主之人應獻身為主而活，且告訴我們蒙恩得救之人的行事為人應當「…不要看自己過於所當看的，要照著神所分給各人信心的大小，看得合乎中道。」（羅馬書12：3）。此處『信心』不是指著得救時的信心，乃是得救之後生活和工作上的信心。信心，是基督徒生活的標誌記號，也是衡量事奉能力的標準，而「看得合乎中道」原文意思除了對自己應冷靜衡量評估之外，還指生活也應不偏不倚，敬虔且合乎中庸之道。基督徒對自己各種身分與角色的拿捏與付出，有從靠主而來的助力，即在各方各面「看得合乎中道」，並能夠達到各方面的平衡。以下從聖經的原則，包含以基督為各種角色的中心、建立取與捨的平衡觀念、尋求互相幫補的做法、懂得協調與溝通、以及環境變動要適時調整五個部分，來和讀者分享。

一、以基督為各種角色的中心

腓利比書2：5「你們當以基督耶穌的心為心」。基督徒各種角色的表現，最基本的原則是：建立以

耶穌基督為中心的倫理價值觀，所有行為倫理因有基督的指引為導引，在方方面面就不至於偏離了。

二、建立取與捨的平衡觀念

馬可福音1：16-20「耶穌順著加利利的海邊走，看見西門和西門的兄弟安得烈在海裡撒網；他們本是打魚的。耶穌對他們說：來跟從我，我要叫你們得人如得魚一樣。他們就立刻捨了網，跟從了祂。耶穌稍往前走，又見西庇太的兒子雅各和雅各的兄弟約翰在船上補網。耶穌隨即招呼他們，他們就把父親西庇太和雇工人留在船上，跟從耶穌去了。」彼得等漁夫們在打魚的職場上都已是熟悉老練的老手了，在工作與家庭現況原是相安無事，但遇見耶穌後，在取與捨的思考之後，他們所選的是：立即「…把父親西庇太和雇工人留在船上，跟從耶穌去了。」（馬可福音1：20）。於旁人而言，似乎這是一個衝動的選擇與做法，但對他們來說，在取捨之間得到了價值上的昇華，得到更有意義且是從永恆生命來的價值，他們持續跟隨主、熱心遵守主命令、去傳福音、熱愛人並事奉主，甚至其中多數後來為主殉道。

然而，神並沒有要我們放棄家庭與職場，馬太福音22：37-39「耶穌對他說：你要盡心、盡性、盡意愛主—你的神。這是誡命中的第一，且是最大的。其次也相儗，就是要愛人如己。」告訴我們愛神事奉神之外，還要愛人如己，意味也必須考慮家庭親人、職場同事的感受與相處的圓融，才算在愛神的事上平衡了。

三、尋求互相幫補的做法

彼得前書4：8-10「最要緊的是彼此切實相愛，因為愛能遮掩許多的罪。你們要互相款待，不發怨言。各人要照所得的恩賜彼此服事，作神百般恩賜的好管家。」沒信主之前除了家庭還有職場，信主之後加上教會的敬拜與服事會更添上複雜性，如何平衡？要懂得尋求互相幫補的做法，將可以解決平衡不衝突的狀態。

1. **家庭的角色**：經常性的日常生活與工作行程還好安排，怕的是突發情形的發生，最方便替補處理者當然就是：家人、鄰舍、朋友、同事，甚至教會中的牧者及弟兄姊妹，可按照每位の特長尋求幫補，使得既定的事情能正常運作不致有閃失與疏漏。
2. **職場的角色**：職場上聽命恪遵上級或主管的吩咐而行是正常的，但是難免會發生偶發狀況，在職場與家庭或教會角色時間衝突時，需要尋求同仁的協助與替補在所難免，這也是適時解決困境的選擇。
3. **教會的角色**：一般人看待教會屬靈的事奉，或許認為無關緊要，但忠心良善的門徒卻看為頭等大事，為免耽誤「神國大事」，彼此相愛與互助就是「神國大事」了。

此外，據馬太福音7：12所言，「所以，無論何事，你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人，因為這就是律法和先知的道理」。在尋求互相幫補、請人提供協助時，本身要先學習操練付出，使自己成為能夠熱情犧牲幫助人的，如若不能，在尋求互相幫補勢必不太容易，可以想像執行起來會相當困難。

四、懂得協調與溝通

箴言15：22「不先商議，所謀無效；謀士眾多，所謀乃成。」此處商議即有開會之意，在協調溝通後所謀定之事，往往都有完善的執行順序。容或有變動之可能，在協調溝通時也會考慮到變動時之應變與備案，故此，大大降低衝突的可能性。家人需要協調與溝通，職場同仁、教會的同工肢體，一樣都需要如此，在進行協調與溝通時，能有全盤的考量而達到三方面都能平衡的執行。

五、環境變動要適時調整

家庭生活會遇到成員的因時成長、居住地點的遷移、甚至因子女受教而有變動，職場會因職位變更或性質而異動，教會事奉也會因增減或職分而有所改變，腓利比書1：27說道：「只要你們行事為人與基督的福音相稱…」，在事情輕重緩急、時間與計劃上、及面臨環境變動時，要懂得適時調整到與基督福音相稱的狀態，考量相稱，便不至雜亂無章，將使各方面容易達到安穩。

結語

以賽亞書30：21「你或向左或向右，你必聽見後邊有聲音說：這是正路，要行在其間。」也許個人會懂得犧牲、知道取捨；也許在各方面的人際關係還算圓融，且與人互動上一切無礙；也許在思慮策畫的恩賜上，又周全又詳密，但若沒有神的幫助這些都無法達到完美平衡，所以個人要有美好的靈修生活，讓神的話常常感動、提醒、調整、引導我們，並且禱告尋求聽主的聲音，並按祂的旨意而行，才是吾輩在家庭、職場、教會角色上的訣竅。

代理孕母合法化可行乎？

Is it Possible to Legalize Surrogate Motherhood?

■文／張茂全牧師 高雄市藍田教會牧師

民眾黨總統參選人柯文哲先生曾在舉行記者會時，宣布其醫療政見，在該次記者會中，他還邀請到前總統陳水扁、民間醫療小組的發言人陳昭姿女士到場，討論敏感的「代理孕母」議題。記者會中柯文哲堅決表示支持代理孕母合法化，他並直言「看不出有什麼理由禁止代理孕母合法化」。

此次記者會中陳昭姿女士表示：英國是一個保守的國家，但卻成為全球最早立法通過代理孕母法案的國家，而台灣推動代理孕母的法案，如今卻躺在立法院內20多年動彈不得，並直指阻擋該法案合法通過的就是民進黨的婦女部（現今已改制為性平部）。媒體詢問總統參選人柯文哲會把「代理孕母」法案納為政策，並在當選之後積極去推動嗎？柯文哲坦言代理孕母這個議題確實有高爭議，但身為一個醫療工作者，他想不到有什麼理由要反對，是對的事就應全力去推動，過程中雖會遇到反對意見，我們就應嘗試去說服，且還要去爭取社會多數人的贊同。

何謂「代理孕母」？

所謂「代理孕母」（surrogate mother）乃藉由醫學科技將不孕夫婦的精、卵取至體外受精，再將胚胎植入代理孕母的子宮內，等到嬰兒出生後再交還給提供精、卵的不孕夫婦撫育，孕母只是接受委託懷孕生產而已。

代理孕母在英國為合法，全世界第一個合法的國家，雇主必須支付一筆「合理開支」給孕母，不過

費用的數目乃由雙方自行議定。據英國泰晤士的報導，英國有一名「超級代理孕母」，曾八度為不孕夫婦生孩子，打破了英國代理孕母產子次數的紀錄，這位代理孕母名叫赫蘿克，分娩三個月，可是她最近又開始準備第九度借腹替人生子。她表示自己當代理孕母已經上癮了，會繼續幫不孕夫婦生孩子，直到為別人產下第十個孩子後再「光榮退休」。

然而！站在基督教倫理的立場，我們卻反對代理孕母合法化，因為懷孕與生孩子的事不應淪為商業交易的行為。我們更反對女性身體（子宮）被「工具化」，且把女性的身體擺在婚姻與生育的位置上看待與使用，我們堅持「商品化」、「交易行為」等情事不應介入在「代理孕母」這新興的行業中。

卵子媽媽、肚子媽媽：誰才是親娘？

論及「代理孕母」這個議題，無論是戲劇裡的包拯，或是聖經中的所羅門王（列王記上第三章16～28節）也好，我們都曾面對過兩個母親爭著要一個孩子的案件，而這兩位審判官最後都把孩子判給其中自願放棄撫養權的母親，因為只有孩子真正的母親才會在這種情況下以孩子的安全為最重要的考量，而寧願讓對方不戰而勝。

這兩個中外故事的背後似乎都假設：一個孩子只能有一個母親。然而由於現代醫學科技的發達卻把這個定律打破了：一個孩子可以有兩個真正的母親——一個是給了他生命因子和遺傳的母親；另一個是付出十個月懷胎劬勞的母親。包拯或所羅門王若

活在今天，面對如此之情況時，也許他們再也無法以一個圈圍（圓圈）或一把劍便能驗出誰是那孩子「真正」的母親了！

依聖經的觀點，我們是反對代理孕母合法化的，就連今日醫學界不也正延燒著某些純醫學上的辯論——到底別人的肚子生下的小孩是誰的臍帶相連呢？小孩在他人的肚子裡的歲月，營養豈不是借「肚子媽媽」所給的嗎？所以包括骨頭、肌肉都是「肚子媽媽」所給的？這些連婦產科醫師都辯論不休的問題，到底答案為何？許多醫生都說：我們還在尋找……。

也許「代理孕母」的法案，在不久未來的台灣可望合法化！但是在合法化之前上有這麼多技術上的問題有待解決，因此我們期盼政府當局一定要審慎地思考再規範，以免合法化之後將衍生出更多負面的影響，此乃不得不慎失的事啊！

代理孕母合法化可行嗎？

還記得嗎？早在2013年7月23日改組升格為「衛生福利部」之前的「衛生署」就曾因多位立委聯名建議政府開放代理孕母，並予以法制化。為此之故，當年的「衛生署」——改過去反對代理孕母合法化的態度，並開始逐條討論代理孕母合法化之相關條文，而且正式以「禁止」或「開放」兩案並陳的方式來討論這個議題，首次為「代理孕母」建構出代理孕母合法化之可能藍圖。

然而！值得慶幸的是當年的行政院會，在通過人工生殖法案時，卻封殺了代理孕母合法化的可行性，這項政策對患有不孕症、求子心切的夫婦來說可能是一種打擊。但我們卻認為行政院禁止代理孕母合法化之舉動，反而是保障了受傳統家庭觀念壓迫，以及弱勢族群的婦女權益是一項福音，有助於國人走出「血緣」的迷思。倘若他們願意以「領養」

的方式擁有自己的兒女，這不但可以減輕自己身心的壓力與困擾，更可以改變當今社會那種以傳統侷限的觀念。

我們主張「代理孕母」不應貿然地開放與立法，因它可能產生的問題與衍生的後遺症乃多而又多——諸如醫學技術上的成功率與孕期中可能產生的變數：例如胎兒在代理孕母肚子裡發現異常如何處理？孕母本身可否要求中斷其妊娠？或代理人若有性生活，其自己的受精卵可能「擠掉」原本存在於子宮中胚胎，屆時生出來的胎兒是屬於誰呢？萬一代理孕母腹中的胎兒若有缺陷，請託人又因而不認帳，這又要如何是好？倘若代理孕母自身有某些生活惡習，請託人可否以對胎兒可能造成傷害或產生不良影響而要求她戒除呢？基於上述種種問題之故，我們建議政府與民間在極力推動代理孕母合法化之際，此乃不得不深思的課題。

當然，「不孕」是婚姻家庭中一個不完美的情境，但依聖經觀點來看：生兒育女應是一個自然、正常的責任，但不是一個絕對的責任，況且，聖經清楚昭示我們——使人不能「生育」的是神（參創世紀三十章2節、撒母耳記上一章5節）。是故，我們應承認神的主權——祂要賜給誰就賜給誰（參出埃及記卅三章19節），而非以人的力量去掌控生兒育女的事。

代理孕母引發科學與神學之爭

現代科技的發達與進步雖造福了人群，但卻也引發了一連串亟待解決的倫理道德方面之問題，這種科學與神學的進一步失去均衡的現象，確實引發了現代人類社會的隱憂。

一般基督徒評論「代理孕母」之生殖科技應否合法化，並被廣泛地施行於當今社會之中，其論證大多是從基督教信仰與倫理的立場而加以反對。我們以

為代理孕母乃是醫學科技的濫用和誤用，亦有悖於正常倫理道德之商業行為。因它破壞了「兒女是耶和華所賜的產業」之聖經原則（詩篇一二七篇3節）；也干犯了上帝所命定之兒女是藉「夫妻二人成為一體」之正常、正當、自然的性關係而來之愛的結晶（參創世紀一章28節、二章18~24節）。顯然地，上帝創造男人（亞當）、女人（夏娃）之時就清楚表明了祂的心意與命定——兩性關係與懷孕生子都應被限制於夫妻之婚姻關係之內。

然而，代理孕母卻是世人對上帝的戒律的背叛，而選擇在夫婦的婚姻關係之外另謀「生」計，企圖以控制上帝的作為之借腹生子方式來達到生兒育女的目的。但我們始終認定：兒女是上帝所賜的，不是人可以左右、控制神的作為之方法而得著的！

依基督教倫理學的觀點，一個基督教的妻子不孕，也可能是出於上帝的旨意，而基督徒的平生大志乃明白與奉行上帝的旨意，不是違犯上帝的誡命，試圖以代理孕母的方式在上帝的旨意之外另有貪圖（參詩篇卅九篇9節、羅馬書八章28節）。

豈可「生」機變「商」機呢？

當「代理孕母」合法化的議題在國內、外引發許多的爭議與討論之際，我們卻驚聞美國南達科他州一名48歲婦女為其患不孕症的女兒擔任孕母，產下雙胞胎，形成了「外婆生外孫」與「阿嬤的母愛」的現代奇蹟。醫生在這名婦女體中植入兩個受精卵，是由她女兒的卵子與女婿的精子結合成的。雖這對雙胞胎順利出生，且使她們的家庭變得完整，但從基

督教倫理學的角度來看，此乃逆倫的事，而且可能引起社會、倫理、道德、醫學、法律等多方面的討論與影響。

但值得欣慰的是我國人之生殖法案明令禁止代理孕母，並禁止代理孕母淪為商業交易行為。依聖經立場，我們也堅決反對把女性的身體工具化，使女性身體成了懷孕、生產的工具。我們也不容許「商業化」、「交易行為」介入代理孕母這新興的行業中。

確實科學技術的發達，為人類自然生殖開拓了更廣闊的領域，像是人工受孕、性別選擇、試管嬰兒等。但是我們要問的是這些醫學科技能作得到的，是否就是人們所願意接受的呢？此乃科技與倫理道德方面的問題與危機。好早以前台灣有多位立委提出「立委版」的人工生殖法案，建議開放「代理孕母」法制化、精卵互贈及同居男女進行體外授精技術，並在明定精子、卵子與代理孕母之營養費的價碼，以杜絕精卵子買賣之黑市交易行為。然而，我們卻堅決反對人工生殖手術患者可不限於夫妻，以其明定捐精、捐卵的營養價碼，果真如此的話，豈不是把「生」機變「商」機了嗎？

我們深深以為這事不合乎倫常，因失去了夫妻之婚姻關係，且不是經由夫妻結合而生育的，其中已含有倫理與道德方面之問題了。畢竟生育應是夫妻倆人在正常、正當性關係下之產物或結果。

最後我要說：生育絕對不是婚姻的唯一目的，如果國人能走出「血緣」關係的迷思，就不至於將上帝設立婚姻關係中的「夫妻生育」變為無限的「商機」了！

生理鹽水指導員訓練課程

Saline Process Training the Trainer Course (SPTTT)

■引言／陳清惠 RN, 長榮大學護理系專案教授

生理鹽水過程課程 (Saline Process)，由全球國際健康服務組織 (IHS Global) 的國際團隊所發展，課程的目的為裝備醫務工作者在所處之臨床環境中成為基督的見證人，指導學員了解福音在醫療上的功效與重要性，使用實用工具，並採取個人化的方式，在照護病人的過程，分享基督耶穌的愛。課程分為兩類型，基礎班，乃針對個人的教育，稱之為生理鹽水訓練課程 (Saline Process Witness Training, SPWT)，為時約4小時；進階課程為培訓基礎課程指導員的訓練，稱之為生理鹽水指導員訓練課程 (Saline Process Training the Trainer Course, SPTTT)，為時約9小時。國際護福也加入了推廣此醫療人員福音裝備課程的行列。此課程於2018年，護福主辦護福亞太地區國際會議時，正式進入台灣，由目前護福的常務監事吳麗芬牧師擔任主要聯絡人，並每年有規劃的，在台灣北、中、南、東各區，透過與路加傳道會及基督教醫院合作，廣推課程，裝備臨床基督徒醫療人員，成為福音的尖兵。有關鹽水課程在我們護福推展的相關訊息，可參閱護福期刊234期，護福40週年專刊的內容 (2022，吳麗芬)。

本次課程是護福與路加傳道會合辦，於7月28-29日，在路加傳道會台南辦公

室舉行，先是基礎課程，接著為一整天的指導員訓練課程。師資除了來自護福的吳麗芬牧師、陳清惠姊妹、張麗芳姊妹及孫守涓姊妹外，還有路加傳道會的張汎庭傳道，更難得的是，有三位在多國推動鹽水課程的資深講師，陳思迪醫師、賈力耕醫師、牟燕菁心理諮詢師參與教學。學員收穫豐盛，以下分享三位參與課程學員們，不同角度的心得回饋。期許能激勵更多在臨床的基督徒醫療人員，願意接受裝備，成為病人或家屬，在醫療病痛過程的鹽與光，引導更多人歸向基督！

參考資料

吳麗芬 (2022)．鹽水課程的開啟與展望．護福，234，41-42。



▲7月28-29日於路加傳道會台南辦公室舉辦鹽水訓練課程講師與學員合影

生理鹽水指導員訓練課程重點摘錄

SPTTT Key Point Summary

■文／王桂英 RN, 長榮大學護理系專案助理教授

感謝主，讓我有機會參加7月28日下午及7月29日一整天的生理鹽水訓練課程，總共時間為1.5天，第一天課程只是第二天的引言，將五個課程簡要式介紹，到了第二天，開始深入的講解每一課，每課上完後就進行小組討論，各小組輪替上台模擬講員，練習介紹課程的綱要及內容。

課程中透過【張毅】這位主角角色扮演與講師的互動中更感受到真實的情境，讓我們看見個案是多麼需要信仰的關懷，除了肉體得到醫治，最重要是心靈層面，而當心靈層面過不去的時候就會出現情緒障礙，甚至自殺等一些致命的行為。以下是我對每一課（每一問題）印象深刻的摘錄。

問題一、關鍵理念

「但聖靈降臨在你們身上，你們就必得著能力，並要在耶路撒冷、猶太全地，和撒瑪利亞，直到地極，作我的見證。」（使徒行傳1：8）；我們是按著神的形象創造的，是神愛的見證人，當神呼召我們成為他的見證人，成為鹽和光，臨床中患者的靈性健康是我們可以實踐上帝呼召的最佳場域，在張毅的故事中讓我們深深感受到主的醫治，他除了肉體的醫治之外，我們錯過了什麼機會？從問題一讓我們更從聖經的觀點來看人和健康，而角色扮演促進了我們的學習。

問題二、實踐上帝呼召的機會和障礙是什麼？

在這個問題當中讓我們更看見機會是什麼？上帝選擇使用我們，在他認識主的過程中我們一起參與，這是多麼寶貴的一個過程，而當我們在工作崗位上做鹽做光的時候我們已經和上帝做的工作接上線了。平常人不會平白無故進到教會，但因為病人緊急的需要必須進入醫院場所，我們的職責和機會就來了，因為我們能夠觸摸到病人的生命，但其他任何管道或許沒有這樣的一個機會讓他們能夠接觸到福音。而我們也看見了在臨床工作繁忙的環境下，一來是沒有時間，二來是沒有勇氣或是怕被拒絕，甚至有的是怕被長官罵而阻止了我們跟病人談靈性的機會。但當我們能夠面對自己的障礙並且明白他的本質時，我們就能夠預備自己有機會用基督的愛去接觸病人。「你們的言語要常常帶著和氣，好像用鹽調和，就可知道該怎樣回答各人。」（哥羅西書4：6）。另外，也介紹了病人接受基督信仰的三項障礙：

1. **情感的障礙**：情感的障礙一般來自不好的經歷，你必須在關顧的關係中建立橋樑，這個階段稱為鬆土，個案過去可能有一些不好的經驗或者不了解信仰，對信仰錯誤的解讀。
2. **理性的障礙**：這是來自思想的問題，當人們對基督是誰具有偏差的見解又加上他們獲得的錯誤資訊就產生理性的障礙，而這一個階段的工作稱為播種，我們可以邀請病人打開聖經，我們可以為他禱告，在這個過程我們需要給予更多包容。
3. **意志的障礙**：意志的障礙是意志上的問題，可能因為家族或工作上的關係而不敢接受，這時候我



們更需要為他禱告，將他的問題明白跟他說明，當他能接受的時候，就是新生命浮現收割階段。

問題三、我的部分是什麼？

「這福音傳到你們那裡，也傳到普天之下，並且結果，增長，如同在你們中間，自從你們聽見福音，真知道神恩惠的日子一樣。」（哥羅西書1：6）。

這裡特別介紹到靈性的重要跡象，談五個評估方法。

1. Circulation（循環）：透過靈修親近神，透過讀經感受到上帝同在；2. Ventilation 呼吸：（吸）固定禱告（呼）認罪；3. Muscle Tone（肌肉強度）：參與活動和事工，與他人有守望關係的參與；4. Nutrition（營養）：接受聖經的教導，閱讀和研究；5. Reproduction（倍增）：產生門徒，傳福音得果子。

問題四、哪些工具可以幫助我？

1. 禱告：為你的職場、病人、同事、自己與家人禱告。
2. 提問：好的提問打開建立信任的管道，在聆聽中了解他們正在信仰旅程的哪個階段。
3. 心靈史：採集心靈史幫助我們關顧病人的全人，明白病人在信仰旅程的哪個階段，而引進屬靈的話題。

4. 信仰旗幟：例如：帶十字架項鍊、禱告，不要用一些神學術語。
5. 信仰故事：可以見證如何體現做上帝兒女的生命與生活。
6. 真理處方：預備好迎接上帝的帶領，可以送聖經、禱告卡，或邀請他參加查經班…等。
7. 講解福音：我們都需要準備好分享清晰準確的福音介紹。
8. 靈性轉介團隊：包括基督徒醫院工作人員、輔導員和牧師，他們都擁有靈性營響力的五個特質（基督般的品格、能力、同情心、明智的溝通和勇氣）。

問題五、接下來我要怎麼做？

幫助學員們回家後成為實行者，讓他們有一個繼續為他們禱告的行動計劃，繼續每天為學員們禱告，邀請學員們加入生理鹽水網上社群。

感謝主的帶領，上完課後對未來在職場中成為上帝的見證人更充滿信心與盼望，仰望主的帶領成為上帝美好的見證人，回應上帝的呼召並成為祂手中的器皿。「耶穌又對他們說：願你們平安！父怎樣差遣了我，我也照樣差遣你們。」（約翰福音20：21）。

屬靈生命建造—回應上帝的呼召

Building A Spiritual Life: Responding to God's Calling

■文／巫曉玲 RN, 樹人醫護管理專科學校助理教授

馬太福音5：13「你們是世上的鹽。鹽若失了味，怎能叫他再鹹呢？以後無用，不過丟在外面，被人踐踏了。」生理食鹽水是我們體內首要常見替代人體血液的代換液體，它所含的鹽份與人體體液相近，故又稱為「等張液體」。如此可見，人體中不可缺少的要素之一就是鹽份。而鹽份可以帶出食物的味道，耶穌要門徒成為世上的鹽，以見證上帝的榮美，傳遞從上帝而來的福音；不僅讓自己的生命豐富精彩，也能祝福他人同蒙此恩惠。但屬靈的生命是需要接受建造的，如此才能發出更大果效，真正成為世上的鹽與光。

何以醫療人員需要將福音傳給臨床病人？因為這神給予我們的使命，馬太福音28：19「所以，你們要去，使萬民作我的門徒，奉父、子、聖靈的名給他們施洗。」神是世界上的光，若我們得以領受從主而來的光照，不但能在繁雜臨床醫療事務情境中，有依靠、有指望，也能向病人見證此生命永恆之光，引導病人因認識主，而從病痛的絕望低谷中得救，並有永生的盼望（約翰福音8：12）。認識主是極其美好之事，但在臨床繁忙工作之際，該如何向有需要的病人傳遞福音？在臨床傳福音時，將會遇到那些阻礙？我的角色是甚麼？該要具備那些裝備？沒錯，這些問題相信都曾在你、我傳福音時，浮現於腦中，此次有幸得以參與由路加傳道會所舉辦之「生理鹽水訓練課程」，辦理此裝備課程的目的即是為使醫療人員能藉著此套策略，成為職場福音的見證人。

路加福音5：5-8「有一個撒種的出去撒種。撒的時候，有落在路旁的，被人踐踏，天上的飛鳥又來吃盡了。有落在磐石上的，一出來就枯乾了，因為得不著滋潤。有落在荊棘裡的，荊棘一同生長，把他擠住了。又有落在好土裡的，生長起來，結實

百倍。耶穌說了這些話，就大聲說：有耳可聽的，就應當聽！」。這節經文比喻告訴我們屬靈生命上的建造，如同播種一樣，須將種子栽種在好土中。土質是關乎著我們所栽種之物可否成長茁壯的要因，因此在靈命建造過程中「鬆土」步驟格外重要。透過此次生理鹽水課程，使我體悟到身為基督徒醫療人員，我們可以藉由病人生病的契機，使他得著福音救贖的機會。因為在正常健康狀況下，一般人多數難感受到需要神。而當人因著疾病困苦躺在病榻時，此刻正是我們可以將福音傳入病人心中的好時機。

我們蒙上帝的揀選有機會成為臨床病人的光與鹽，為祂的奇妙恩典作見證。在傳遞福音過程中，可能會受到來自醫療人員自身的、病人的、情感的、理性的或是意志上的障礙，然而，我們是與神同工，以弗所書2：10「我們原是他的工作，在基督耶穌裡造成的，為要叫我們行善，就是神所預備叫我們行的。」主啊～謝謝祢從起初就揀選我成為祢的兒女並賜予我擔任醫療人員位份。求主幫助我在職場工作服事中，有機會將福音的種子栽在有需要的人身上。當我開口向人述說福音時，祢會賜予我智慧、祢會給予我有一顆敏捷的心思、祢會賦予我具備關愛的能力，更會給予我有剛強壯膽的勇氣與專業能力，使我得以承接神祢的呼召。當我開口禱告時，我相信祢必與我們同在，因祢是以馬內利的主。我願意承接這呼召，求主祢來親自裝備我，使我在行事為人中更發顯出祢的樣式。我願意翻轉自己過往的惡習、破碎老我或是固執己見的堅持，學習順服、相信神的帶領，透過屬靈生命的建造，使人回轉向神。感謝主，帶領我接受此次屬靈建造機會，求主帶領我前面的路，讓我在職場中成為病人的光與鹽！

颱風天的恩典

The Grace in a Typhoon Day

■文／廖悅如 RN, 成功大學醫學院附設醫院護理師

參加生理鹽水訓練課程，起初對這課程名稱有很大的好奇及期待，工作30多年，生理食鹽水輸液在醫院是護理工作的日常，任何給藥後也都會用，但為何是一門課程？且是傳授基督徒如何傳福音的方法。

7月28日前一天颱風來了，心想課程無法舉行了，沒想到神的愛帶著一群天使老師，風雨無阻照常進行，也讓我見到了大家的信心。第一天是半天課程，重點是破題及示範，讓我們認識基督徒的角色是神的見證者，神要我們成為世上的鹽及光，引用馬太福音(5:13-16)「你們是世上的鹽。鹽若失了味，怎能叫它再鹹呢？以後無用，不過丟在外面，被人踐踏了。你們是世上的光。城造在山上是不能隱藏的。人點燈，不放在門底下，是放在燈臺上，就照亮一家的人。你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。」

此課程除了每位講者生動的演說，更以生動的角色扮演及實驗操作手法串場詮釋。鹽看得到，鹽水看不到鹽的成分，而濃度須依個別的需要提供，一般0.9%的生理鹽水濃度符合身體所需，因此大家熟知急救除了壓胸、吹氣外，另一項就是輸液，想當然耳就是掛上0.9%生理食鹽水快速輸液，用

錯濃度有可能要人命，唯特別狀況也有不同濃度的需求。而基督徒傳遞給別人的福音，就如鹽水般透明、無色但恰恰好助人於無形中，讓對方感受自在安適，也如光般在黑暗中有了指引及方向。讓初學的我深深體認聖經是有實證根基，我們可以學習如何在歡笑中破冰並達宣揚基督教義的真諦及技巧。

第二天的課程是有點緊湊，講師重複示範昨天課程，並安排每一階段分組抽籤上台回覆試教。一開始很緊張更是害怕會被抽中，雖有參加清惠老師讀經小組，但領悟力欠缺的我對聖經仍未能清楚詮釋，要…上台真的太可怕了，不過神知道我的不足及需要，神讓某一組連中聖籤，是神的旨意，該組有位傳道人，他們的成功示範給了我們大大的信心，也在本組老師的鼓勵之下本組也進行接力式的上台演練，感謝主讓我上台時順利表達，當時我很緊張但感受到神開我的耳及口，在神的帶領下順利完成這次培訓課程。

回家途中我也反思自己如何遇見神，是被周圍無數神的兒女慢慢鬆土才走進神的殿堂，此時讓我更體認醫療人員是被神揀選的器皿，因為我們有更多機會貼近「人」，在每個病人的需要看見我們的角色，很感動能在颱風天的風雨中參加如何傳福音的初體驗，見證神的愛在風雨中的堅定。

屏東基督教醫院 靈性護理研習會之報導與學員回應

*A Report of Pingtung Christian Hospital Spiritual
Nursing Training and Feedback from Participants*

■引言／許惠珠 RN, 成大醫院護理部督導長退休

推動靈性護理是護福重要使命之一，感謝讚美主的恩典，護福有機會與高雄榮總護理部長期合作，為每梯次新進護理人員，提供8小時(分4次授課)靈性護理課程，此課程由我與清惠老師一起配搭。高榮護理部陳琪主任及周學智副主任，她們在主裡有一共同的看見—靈性健康的護理師，才是快樂的護理師；有快樂的護理師，才有快樂的病人。期望透過課程讓新進護理師從了解自己開始、進而欣賞獨特的自己、肯定自己的價值、進而肯定護理工作的價值。

屏東基督教醫院護理部，聽聞我們在高榮靈性護理課程的推展，也邀請我們能與院內護理主管及臨床教師分享此課程，讓教師學習尊重、接納每位新進護理師的獨特性及價值，進而幫助新進護理師適應新的工作環境。課程由2022年2月11日開始，持續四週，每周五上午3小時，進行靈性護理師資培訓教育，課程主題包括：靈性本質的探索與闡述、靈性健康的維護與促進、靈性護理的臨床應用與實踐、及帶領支持團體的要領等。以下彙整8位參與學員的心得回應。



分享一

■文／蘇貴婷 RN, 屏東基督教醫院急診室護理長

成長路上，總會遇到很多的挫折與轉捩點，過程中要經過很多的方法讓自己學習調適，然而在經過4次靈性課程後感觸非常深。在每次課後都有很多的感觸及感動，其中不只老師的授課內容，還有組員的回饋和課程後組員模擬帶支持團體的情境，以及每次課程都有督導、主任的陪同，讓我深深感受到大家對於此課程的重視。其中我最有印象的是講師對護理及生命的重視，讓我深深佩服，且常於課後冷靜下來省思護理的價值及意義？自己對護理的人生定位，也很喜歡老師說的一句話：真正的護理非高深的經驗，而是對護理的態度，如同南丁格爾所說：護理不是一種技術，而是生命。沒錯，課後在不斷的反省後，在我認為護理價值最重要的是我在對每位病人得到治療後的改善及成就感，視病猶親遠比任何事都來的重要。身在急診腳步快的地方體悟更深，以前常因忙碌而忘了情緒的管理，忙碌時常因想急著完成治療而未顧及病人真正的感受及照顧，很感謝講師讓我對護理的態度改觀，給了我方向，讓我知道以後要用甚麼方式作護理治療能更有收穫及幫助，例如在病人或家屬情緒上來時如何處理或自己在忙碌時如何練習維護病人的尊嚴，我也開始學習愛人的能力，也希望未來能秉持這信念繼續投入護理工作，保持工作的熱忱。也很謝謝院內舉辦這麼有意義的課程，期待以後還有更多機會參與此課程。

分享二

■文／江慈馨 RN, 屏東基督教醫院護理師

曾經讀過希勒爾猶太教領袖著名一句話「If I am not for myself, who will be for me? And being only for myself, what am 'I'? And if not now, when?」這與老師

首次課堂詢問學員的「what I have lived for...」相呼應著。第一堂培訓，老師以尼克胡哲影片帶入，透過他人生命的歷程與影響力，來說明每個人有獨一的靈性特質與命定，其中課程說到，靈性層面分為垂直與平行的互動關係，以自我個體為主軸，向上到至高者，向下為環境；平行範圍則延伸至社區與環境的和諧關係，而「如何在有限的身心個體，讓無限的思維發揮最大效益」，就是第一堂課程引發的省思。

無限思維包涵你觀看人事物的角度、經驗的程度、處事的深度、心胸的寬度，如何訓練正向的無限思維，老師分享哈佛75年的研究實證影片，總括來講便是「愛商高」的人，其靈性厚度也提高，然，創造自己獨一的靈性特質，進而可活絡親情、友情或是護病關係，在關係的建立中找到自己的責任，再由盡責的過程確認自己的價值，就是第二堂培訓著墨的靈性需求及維護。課程後半段以模擬情境的方式進行團體互動，訓練學員對新成立的組織團體時，流程上的運作與面臨問題時該如何解決，讓學員們有遠見的思考意象。

第三堂培訓課程一開始，老師請每位學員分享「什麼是靈性健康的展現特質」，學員們盡情表達自己個人展現的靈性特質，此問題是要我們在臨床上評估病人或是家屬的靈性特質並給予護理措施，老師也提供評估靈性的工具資料，能量化病人的靈性強度，能聚焦靈性出現的主要問題，課程其中，老師說了一句打動我心且產生漣漪的話：「護理是上帝對你的呼召」，這樣委身的護理，是以人性化關愛為核心，以能具體實踐為導向，如同南丁格爾言：「護理不是一種技術，而是生命」，護理職場上，我們要如何成為一個具有影響力的人、要如何提供靈性照護提升護病關係及解決護理問題，這是第三堂課程的總結。



第四堂培訓課程老師以案例分享，透過不同的臨床案例來說明其靈性評估方式及靈性照護措施，讓學員加強概念，老師強調，靈性護理措施必須親臨，非單純的陪伴，而須傾聽、同感、關懷甚至到奉獻的狀態，如同彰基影片的兒科專師，用自己的生命奉獻在護理上。這讓我想起門診路加大樓6樓的歷史牆故事，就在1953年時，挪威畢嘉士傳教士來台宣教，當年只是因為「有一個百廢待興的地方需要醫師」，挪威的醫師也因這個念頭來到屏東服務，他說「沒有人，我們就來，沒有醫院，我們就設」，於是有了現今的屏東基督教醫院，他的精神傳承在屏東並持續扎根。期許自己也能以生命服事生命，在護理領域中盡上一份力量。

分享三

■文／林妙枝 RN, 屏東基督教醫院護理長

在開始上清惠老師的靈性課程後，都會期待下一次的課程，因為在每一次的課程中總是會有很多的感觸與啟發，從認識靈性的本質、什麼是靈性護理、靈性護理如何在臨床應用到靈性護理的實踐及團體動力…等，課程內容非常豐富吸引人。第一堂課老師在課中介紹何謂靈性護理的本質與重要性；老師總是說其實做靈性護理並不難，一直啟發我們要看見護理的本質，也透過所分享關於尼克·胡哲的專訪影片，看見尼克·胡哲雖然是一個出生就身有殘疾的人士，但卻不放棄生命，努力面對人生，讓我看見一個靈性健康的人是多麼具有吸引力與影響力，他有一個愛他的美麗太太及可愛的小孩，也將他自己生命的故事分享給其他的人，鼓舞他人積極、正向的面對人生。

更透過一些圖片讓我們知道，會因每一個人看的角度不同，看見的結果也會不一樣，每個人都有盲點，也許我看見的別人看不見，別人所看見的，

我卻可能看不到他所看見的，但你能說看不到的或是有漏缺的就是錯的嗎？不是，只是因為我們看的角度及我們的經驗與背景不一樣罷了！透過這些有趣的圖片，老師也一再點醒我們不要再罵新人、不要再打小孩了，而是要教她帶著她，做一遍給她看，她才能學會。

靈性護理起源於一個人對於一個人的在乎，要在乎他所在乎的，才能真正看見他所需要的是什麼。每一個人都有靈性的需求，之前我會覺得慢性病房比較容易做靈性關懷，急性病房比較困難；但老師卻告訴我們，不要輕看我們跟病人的閒聊，也許只是一個簡短的問候、一個微笑；都可以成為支持病人繼續向前的動力，不要輕看自己所做的；唯有先轉變心態，心態調整了，眼光會變得不再一樣。

上完靈性課程除了對帶領支持團體更有方向與感動外，也思考單位該如何做靈性護理，我想就從每天更換班別時的自我介紹及量測生命徵象時對病人的告知量測結果開始吧！

分享四

■文／林靜宜 RN, 屏東基督教醫院護理師

一位八個月大寶寶，因早產之故有肺高壓情形，需長期仰賴呼吸器治療，從出生到八個月，從來未回家，入住病房之後他總是病房護理人員需要花最多時間照護的，肢體乏力導致他幾乎長期在床上臥床。異位性皮膚炎導致他全身容易因燥熱而全身皮膚發紅、不舒服、哭鬧，每每照顧這位寶寶，看著他總是想讓他在住院期間可以得到舒適的照護，減少他的煩躁感，所以每次一上班，我總是先把早上十幾種的口服藥物、蒸汽吸入劑等等給完後，便開始幫他整理床單、準備洗澡用物，與上班的同仁把他整理的乾乾淨淨，讓他可以舒服地睡上一小段時間。



從這樣護理的過程中，體會到了老師在課程上所說的，從最基礎的晨間護理開始，把病人照顧的舒舒服服，讓病人感受那做為「人」也就是生命最初的尊嚴與尊重，讓他們可以找回面對生命的正向態度。

在課堂中了解靈性可以藉由信仰讓病人、家屬得到心理層次上的寄託、盼望，不論是何種的信仰，強調要以人為中心，在認識自己、幫助他人的過程中可以藉由音樂治療、芳香治療、藝術治療體會（與大自然共融）、願意與他人分享（與他人共融）、讓自己可以認同自我（與自我共融），最後可以藉著信仰達到與神、至高者共融；而唯有心靈健康的我們才可以帶給周圍的家人、照顧的病人、共事的同仁，整體和諧的關係；在這過程中不論是思考自己的價值或是協助他人確認自己的價值，這樣的關係與過程都是在幫助找到屬於自己的人生目標。

分享五

■文／陳柏怡 RN, 屏東基督教醫院護理師

清惠老師很豐富的課程內容，幫助我更進一步了解一個人的靈性，從第一堂課中每一個人的角度、思維的不同來發現每一個人的獨特性；也學習到很重要的思想影響你如何解讀每一件事，老師的課程中有許多名言：「讓人生痛苦的不是環境，是心境，心境、看法決定你如何生活。」、「靈性護理不在於做什麼？改變什麼？而是態度、思維的改變。」、「靈性護理啟源於一個人對於一個人的在乎、關心、真心。」、「看見人的特質、特長就可以把一個人的善引出來，會幫助一個人更好。」…等。也都讓我非常的受用，因為這些豐富的內容也幫助我思維改變，重新看待身旁的人、事、物。

從天、人、物、我中發現一個人的全人平衡會穩定一個人，但因為生活面對許多事物而使靈性失

衡，尤其是一個生病的人，因著疾病會不斷打擊人的存在感，衝擊每一面向。所以，每一個所照護的病人都在面對著靈性的困擾，需要靈性的照護，但往往我們容易只注意因疾病所產生的反應，而忘了內在的需求，老師很重要的提醒，「護理沒有靈性照護，是可以隨時被取代。」、「把人當人看」；在工作中很容易因為忙錄或用疾病、診斷沒有把病人當人看待，提醒著我在照護上必須要把靈性的照護加入在日常中，可用照片營造靈性照護的氛圍，使病人在住院中仍感受到希望。透過靈性護理課程，很大的幫助我，除自己有很多的收穫之外，也很幫助我如何看待工作夥伴，與人合作，更是期待可以將病人照護的更好。

分享六

■文／賴雅雯 RN, 屏東基督教醫院內科加護病房護理師

這課程，加深了我自己對人性向善的意義，我一直覺得護理這樣的工作不是只有照顧而已。照顧，每個人都會，可是怎麼照顧或是你照顧的品質如何？就會分別出不同了。個性使然，我在照顧病人，不僅只想照顧他的身體，讓他恢復健康，我也想照顧他的心理，讓病人知道雖然自己身體上有病痛，但是心靈堅強之後，身體上的病痛也會因為強壯的心理也能再次恢復健康。我對待其他的同事或者朋友、家人，也都出自於真誠，人性也被這堂課程討論了很多的觀點，神奇的是，上課中彷彿老師在對著我說話一樣，要我不要失去心中的那份真誠、那份愛，要我繼續保持下去，我即使工作忙碌，也要停一下腳步跟病人說話，讓病人知道有人在、有人在旁邊看顧你，你不要害怕，可以好好休息。也許正是這樣心態的照顧方式，上這樣的課程讓我加強了自己對人性向善的意義，也讓我更有繼續下去的動力。



「團體」到底是什麼？上課中有一部份模擬團體讓我對團體能有更進一步的概念，透過分享討論，讓我較能理解團體的功能與組成。我覺得團體以廣義來說，就是有一群人為了達成某個目的，而在一起討論、分享、體驗的一個過程，然後藉由這樣的過程達到一個結果。想藉由這次上課的機會去了解團體，甚至了解團體中領導者扮演的角色與工作，讓帶領氣氛能維持在一個舒服的狀態。這是我第一次接觸到以團體的型式來上課的一種學習方式，感覺很有趣，從不同的觀點去看到不同領域的人看待的角度，讓自己會有不同的激發與觀點，適時提出疑問及回應他人問題，進而增加自身的人際能力，反過來也能思考自己的能力，不足的可以向其他人學習的，期望能將所學應用在帶領新進人員團體當中，也很期待自己學會之後，對於帶領新進人員的團體會有所幫助。

分享七

■文／羅婕妤 RN, 屏東基督教醫院2C病房護理師

當得知部內將針對新進人員支持團體的輔導員辦理靈性課程，同時單位護理長也剛好指派我前去受訓時，內心其實是五味雜陳，因為不知道自己是能否勝任這個身份，而當我上完這四週的課程之後，內心的不確定感跟著慢慢消失，在課程中領受的不僅限於如何輔導新進人員、帶活動、玩遊戲等…，自己的靈命生活也成長了不少。

一開始我以為靈性關懷只是提供宗教協助，而當我透過課程越來越了解靈性，發現宗教只是提供靈性的一種方式，因為系統性的宗教提供人們生命的起源、價值，當人們遭遇不安或是危難，信仰可以使人脫離不穩定的情緒，給人信心、安全、保護

的慰藉，而由信念產生出了心理支持，甚至影響到生理上自我療癒的功效。

提摩太前書第四章十二節，保羅說「不可叫人小看你年輕，總要在言語、行為、愛心、信心、清潔上，都作信徒的榜樣。」課程結束後我思考著上帝為什麼把我擺到護理系，為什麼我會成為一名護理師，祂對我的生命有什麼計畫？在過去我很容易陷入「我可以做些什麼？應該怎麼辦才好？」急於想要給予對方回應，讓我可以有為他「做」些事情的感覺。卻慢慢的發現，靈性常常使用身體在說話，很多時候他們只需要我的一個點頭、眼神的接觸就能有種被理解的鼓舞。在這樣以身體互動、應答，提供靈性照護的過程中，一些非言語的照護行為，卻不能在交班的過程中以文字記錄下來；有時候連身為照顧者我們都沒發現呢！

期許自己接下來在帶領新進人員支持團體時，不單只是分享自己在臨床的經驗，同時靠著上帝的愛與能力，透過服事這群新進人員，把愛更多的散播出去，轉而做在那處在病痛中的病人身上，用生命影響生命。

分享八

■文／蘇孜帆 RN, 屏東基督教醫院2B病房護理師

在上課前，「靈性護理」總是讓我覺得這是一件不容易執行的護理工作，記憶中總是把這個名詞與安寧的個案照護相連結，而忽略了靈性護理真是我該做的嗎？透過此次課堂上老師的引導及提醒，讓我重新思考靈性護理是什麼？原來這需要先照護好自己，才可能進一步去協助周圍的人，這包含我們照護的病人、家屬及新進的同仁等。面對每天病人快速的入出院，我們常常過度專注於床位流通率，而忘了護理的初衷，靈性照護也因此常被放在較後的順位；在競爭激烈講求成效的醫療環境中，大家

似乎太專注在疾病的照顧而忽略了病人基本的尊嚴維持，而將我們照顧的「病人」分割為「病」與「人」。只專注要如何用專業的學理解決疾病的變化，而缺少了關心人的那份溫度。

在忙碌的工作與有限的時間中，似乎變得較少機會與病人建立信任關係，而病人也常常無機會表露其靈性需求。在Maslow人類基本需求中談到需要的滿足，其中最高層次的滿足是「自我實現」，必須先協助滿足其基本的生理、心理需求後，才能進一

步真正達到靈性滿足。透過課程的學習，了解所謂的靈性健康可以讓護理人員生活得更有意義，我才再次思考自己需要保有靈性健康，才能正向的給病人、家屬或者是新進的同仁適當的關懷，學習如何在短暫的陪伴中，設身處地感受病人或是新進同仁心裡的需要。

護理人員是醫療團隊成員中最靠近病人，與病人相處最久的人，若能充份發揮關懷的天職，就是跨進靈性照護的第一步。

神將拉痢馬變身為黑神駒

God Transform the Inferior Horse into Black Beauty

■文／廖苑如 RN, 亞洲大學護理學系暨碩士班博士班博士後研究員

駱老師：「你有信仰嗎？」

我：「有啊，我家有拜拜」

駱老師：「那不是信仰」

我：「....」

上帝派駱老師帶我進教會

2008年碩班口試委員駱老師約我到教會，先參加主日再討論論文，那是段每週日七點多要到教會參加第一堂主日的日子，當時我不是位「慕」道友，對基督信仰沒有興趣，主日時常常打瞌睡，只是位想跟老師討論論文期望能早日畢業的碩士生，駱老師是我指導教授的老師，蒙獲護理界兒科大老邀請再加上每周的討論，我很快就從臺大碩班畢業。畢業後工作了一年想繼續攻讀臺大博士班，但我落榜了，差0.39分，直至今日我仍記得這備取一與正取分數的差距。我要念羅斯福路頂大呀！這才是人生勝利組，這樣我才能揚眉吐氣！

回首青少年求學之路

這一口氣耗盡我近25年的光陰，青少年時書念得很糟，是被教育放棄的孩子，跟讀書沒有緣分，很多科不及格，制服裙下總穿著短褲。國中三年短褲越穿越厚，因為每天到學校就是等著考差了又要被老師打手心或屁股，心中忿忿不平，想著我父母未曾因為這樣處罰我，老師到底憑甚麼，但棍子還是紮紮實實地落在我身上。考不上高中就去唸五專吧！我念了一個父母與親戚眼中相當差勁的五專外語科，父母用開玩笑的口吻說：「你念了一個拉痢馬的學校」，我不服氣地回應說：「我會成為黑神駒」。快樂的五專生活在父親腦幹中風後風雲變色，我告訴自己我要念書，我要學習如何照顧人，開始補習轉換跑道。

隨著時間流逝，表哥們都臺大畢業，或許是家庭中的誤解吧，我還被某位親戚嘲笑「看你念那甚麼爛學校，你爸中風就是報應」，當時我告訴自己我一



定要念到臺大，我要幹掉你們所有的人！從那時開始就充滿怨恨往上爬，與親戚關係冷漠。從外文科畢業後就讀二技保健營養系再經由私醫聯招考進高醫護理系，臨床工作後再繼續攻讀研究所，我心中只有一間學校，那就是臺大。是的！我終於考上臺大，但上帝沒有讓我幹掉他們，大家都是臺大碩士。

我在山上的學校與神相遇

2011年至陽明大學念博班，博班時偶而還是會到教會，到教會不是想聽道，只是想與駱老師見面，心裡一直被苦毒，我跌倒了！我要念的是臺大博班不是這裡！標竿消失，人生已無望，不知道自己要追尋甚麼，我沒辦法幹掉他們，不如人與自卑感重創我的心，但我沒有選擇重考，認真研讀非我志向，是憤怒與怨懟的力量讓我完成碩士學位。為什麼書念得不好就要被嘲笑，有沒有一個人可以不看我的學歷，不看那些外在條件還覺得我很棒，很愛我？很神奇的是無論隔了多久，每一次到教會，當天的道總是扎心，主日訊息都像回應我的難題且給我信心，「…耶和華不像人看人；人是看外貌；耶和華是看內心。」（撒下16：7）「凡勞苦重擔的人可以到我這裡來，我必使你們得安息」（馬太福音11：28），那時我開始動搖了，動搖雖動搖還是最期待三一頌，因為那代表主日要結束可以回家了！

2013年報名基要真理班為洗禮預備，上完課才能受洗，但乖乖地上課對我來說真的很痛苦，我常翹課，還好有三日衝刺班。2013年9月29日我在信友堂受洗，當日證道主題是標竿人生，從今爾後我期望人生的標竿不再是尋求他人的認同，「若有人在基督裡，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了」（哥林多後書5：17），受洗最後轉過頭面對觀禮者，我就哭了，我還記得駱老師也哭了。我就這麼被駱老師帶著信主，從那時開始我信上帝，我是神的孩子，謝謝耶和華阿爸父神愛我。同年年底，我

優秀的臺大表哥得了癌症，在榮總就診，我主動關心探訪與親戚的關係開始轉變，因著神，我願意改變。感謝主，他化療康復，我心中的小傷口像是跟著被治癒一般。

神的作為妙不可言

受洗後並非一帆風順，博班之路有很多苦，收不到案的日子，我坐在路邊哭想著休學回家吧，但神開了我的路，從1人都沒有到收完300多位個案。好不容易收完案，身為一位質性研究者，統計好難我都不會，神派了我的同學圓媛幫助我，她常說：「廖博不要擔心，上帝行你就行，祂會為你開路」，我又靠著神跑完統計，好不容易有了信心，發表國際期刊過程卻一直被退稿，或許這都是神的美意讓不認識上帝的雙親願意接受我的提議，每天手按著聖經為我禱告。

2023年1月歷經四千多個日子，我終於取得博士學位，回首上帝安排的學校，我何德何能從一個文組專科生取得護理博士學位，那些抱怨、埋怨上帝但又跪著禱告的日子，感謝神沒有放棄我，感謝神拉著、拖著又背著我前行，為我「…在曠野開道路，在沙漠開江河」（賽43：19）。多麼渺小的我，我原本甚麼都不能，若非有神，我豈能站在這裡分享這恩典之路，感謝主，願這一切榮耀都歸給三一真神。

後記：受洗後第10年，我仍舊沒有脫去老我，2023年6月畢業典禮這天我沒有報名參加，縱使取得博士學位仍無成就感，只想拍張照片草草了結。他人恭喜我，覺得能穿上博士服非常了不起，我脫下衣服讓不認識的碩士畢業學妹拍照，她與母親開心地大叫，一連拍了好多照片。或許是上帝知道我這小子仍瞧不起自己，透過她人告訴我「孩子，我為你感到驕傲」。

感謝上帝的奇妙作為

Thank God for His Amazing Works

■文／潘麗慧 RN, 林口長庚醫院護理長

在護理職場工作每日忙得不可開交，也不知是自己工作沒效率還是工作量真的很多，日子就在這匆忙中度過，轉眼孩子也都成人在工作了，感謝主的看顧，雖自己與先生經常埋首在各自工作領域上，但孩子們的教育沒有偏離。

女兒從小就很有自己的想法，想走職業學校，跟我一樣，但她讀的是餐飲非護理，畢業後適逢COVID-19疫情肆虐，各旅遊業、餐飲業因疫情來攪擾，店面一間間關閉，連大餐廳也不例外。女兒就學階段因曾在新加坡飯店實習一年，畢業後深感此行業競爭不易，升遷管道更是狹窄，所以畢業前已計畫學習保險行業，並決定以此做為畢業後的工作。先生覺得依女兒的個性，並不適合從事保險業，也擔心她年輕與客戶接洽的人身安全，但女兒很堅持，身為父母的我們，只好安排一位熟悉此行業資深的壽險學姊，與她聊聊執業的安全與注意事項。在保險經紀公司學姐的帶領下，看女兒每日早出晚歸的學習，歷經三個月後，沒有自己賣出一張保單。

某日，在家人的聊天中，先生提到有關職訓局受訓的事，大兒子也在旁鼓催妹妹可以去試試看，這建議女兒真的聽進心裡了，自己上網Google找尋勞動部職訓局相關資料，還電話聯繫受訓單位，並報名參加為期8個月的精密機械課程訓練。女兒在職業訓練所所做的成品被老師讚許有加，表現十分亮眼，同梯次29名的學員中，她這外行人，竟以第

二名的優異成績畢業，也順利考上證照，感謝主耶穌，派天使來訓練栽培她！她的經歷猶如箴言16：9「人心籌算自己的道路；惟耶和華指引他的腳步」。先生的工作是傳統產業鋼模製造，原本寄望讀工科的兩位兒子，畢業後能跟隨他的腳步，誰知，上帝竟派了一位非工科系畢業的女兒，到他的公司去上班學習。上帝的奇妙做為，真的超乎我們所求所想！哈利路亞，感讚美謝主！

歌羅西書3：21「你們做父親的，不要惹兒女的氣，恐怕他們失了志氣」，孩子幼小時，尚且會聽父母的話，長大了有自己的思想了，知道自己想要什麼，不想要什麼，他們甚至會覺得，最好讀書地點或工作地點能離家遠一點，免得父母嘮叨，相信哪天他們身為父母了，就能明白當父母的心。聖經的話對身為父母的我們真的很貼切、很管用，的確，父母過多的關心，孩子可能只覺得煩，感受不到父母的愛，反倒造成親子間情感的緊張，感謝主，在我不知該如何輔導管教孩子時，主也派了天使來教導我，告訴我當卸下重擔仰望交託給主。相信主耶穌比身為父母的我們，還珍愛著孩子們，無論是她或他，皆是上帝一直眷顧、不離不棄的孩子！

最後是身為母親的期望，女兒幾年前受洗後就很少到教會，期盼上帝能為她安排一位主內弟兄成為她的良人，引領她能再度回到上帝身邊，更多享受上帝的豐富與美好！

呼求幫助！初入教職的心路點滴

Called for Help! The experience of a Novice Nursing faculty

■文／莊家豪 RN, 慈濟科技大學護理系實習指導教師

回首數算，我深切感受到在慈濟科技大學任教近兩年的恩典，難以用語言準確表達。然而，神的真善美能令石頭歡呼讚美，我深信這些經歷對我至為寶貴，讓我確信祂的存在。我也必須把這份感動分享給肢體，相互激勵。無論身在何處，神的保守伴隨你的進出，放心仰望祂，靜待祂的引導，而全能的神引領我們衝破障礙，面對新的禾場。「O Lord my God, I called to you for help and you healed me. (耶和華——我的神啊，我曾呼求你，你醫治了我)」(NIV Bible, 詩篇 30：2) 這段經文常在我心中浮現，提醒著我。

在110年的夜晚，我在急診室裡看著躺在病床上的母親，從她眼中感受到神的憐憫，這讓我意識到神的呼召源自於愛護家人的心。在111年我參加護理系面試時，看到校園裡學生和疲憊的護理老師，我意識到這條路並不輕鬆，然而，信心如風吹拂，我可以一路歡欣前行，無論是對未來的期待還是擔憂，我都相信神仍主宰著一切。面對指導不同特質學生、多變實習場所、應對同儕間的關係，或愁雲曾籠罩我的心；但是，桌前的一句經文「…主是幫助我的…」(希伯來書 13：6) 不斷提醒。感謝神，即使我閉上眼睛，仍懷著感恩之心。我會堅守神兒女的使命，持續追隨神的引導，繼續為榮神益人的目標努力。

身為一名護理教師，我期待學生在困難時尋求幫助，並將病人安全放在首位。我記得初次參加慈

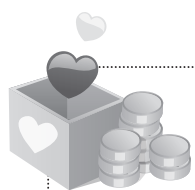
科大的磐石團契時，有一位護理學生問我：「老師，您是否覺得我們參加團契會感到尷尬？因為將來我們可能是您的實習生。」我曾擔心，我的存在是否會讓學生們不願參加團契活動。經過思考，我回答他們：「我仍在學習如何突破舊思維，讓你們能接受我；『為父的心』是我帶實習和參加團契的禱告。我希望成為一位屬於神所喜悅的老師。」權威可能會造成隔閡，但愛和奉獻，並與神同行，才是師生相處的解決之道。

「Called for help」是「放手讓神引導學生」，也是老師的求救方式。過去，常有一句話在臨床學長姊和實習教師之間流傳：「一代不如一代。」醫療領域不斷更新，照護標準不斷提升，但我們面對的是一群受傷的世代，他們學習和臨床反應與以往不同，我們必須反思教育思維，跳脫過去的教學策略。然而，護理教師的第一步，我更需隨時向神尋求幫助，仰望神的過程能帶來更大的改變，也能改變學生。記得在一次內外科實習中，遇到一位令我印象深刻的學生。無論是實習前的預備知識、技能，還是以往師長帶領她實習的情況，都是令人搖頭的，且她的家屬也是需要長時間的溝通。如果照我以前的思維，可能會嚴格地要求她，迫使學生認識到自己能力不足，停止實習。然而，神鼓勵我跨出邊界，為這些有學習困難的學生禱告，讓神承擔學生的問題，我成為媒介。做的事情並無不同，但心態的轉變成盼望，取代了所有既定印象，因為神確實在學

生身上做新的工作。當然，這位學生的實習並非一帆風順，但她比以往更加努力，並在過程中感受到喜悅。

「Called for help」是過去，亦是現在，而將來也將延續。對於未來的展望，最重要的是謙卑，仰望上帝。門諾院長吳鏘亮曾經說過：「珍惜每個【與我無關】的生命。」對每一位護理學生的關懷伴隨禱告，

知道他們其實是需要被醫治的一群，透過成長中的過程，帶來往後他們對生命的呵護和愛護。效法基督的謙卑，學習基督捨己的愛，如同護福的眾多教師，如何對學生進行福音工作。期待著在未來的道路上，繼續為著護理人才培育努力，更要持守在主的真道上，成為能傳播福音的護理教師。願神成就祂所喜悅的事！



財務報告 (112.01.01~112.09.30)

收入
奉獻總額 \$ 1,039,370 元

年度餘絀 \$ 501,148 元

支出
支出 \$ 537,932 元

您可以個人、邀集數人、教會團契，依感動為護福事工需用經費奉獻，所有奉獻均會開立社團法人減免所得稅收據。

◀ 前安醫院吳佩甄姊妹受洗



北區



▲ 拜訪桃園長庚護理部主任及督導

◀ 8月18日林口長庚醫護團契聚會



▲ 退休護理人員運動養生小組聚會

▼ 門諾但以理小組探訪同工家屬



中區

▲ 中區陳美治傳道授職典禮



▲ 7月1日中區陳美治傳道授職典禮

▼ 門諾醫院每月第三週護理禮拜



東區

▼ 台南新樓門診週三中午禱告會成員



▼ 台南成大護福小組週三聚會

南區



▲ 門諾醫院佳音廣場佈道

