

轉念之間

衛教師/劉采儀



前幾天遇見一位大娘滿臉糾結，小睢口沫橫飛激勵衛教後說劉老師就交給妳了，原本我要去病房訪視個案，只好擱著接聊聊大娘有什麼狀況。

大娘因為血糖控制不良再度入院滿臉愁容，總覺老伴不在乎她不關心她，講起話總像刀劍利刃刺傷她的心，小孩又在外地，沒人聽她訴苦，她還說家裡老鼠藥都被備好隨時都可以一死。兒子在旁陪伴，無奈地看著我，希望能幫大娘打開心結！我心疼看著大娘聽她訴說滿腹的委屈及不滿，原來只是老伴不會表達自己關懷的情感，讓身體不適的她更加感到委屈…，我安慰大娘因為是愛人最親密的人，所以常常說話會口不擇言，總是最壞的口語來宣洩自己的情感，有時候我們最大的錯誤就是把差的脾氣及最糟糕的一面給最熟悉及最親密的人，卻把耐心跟寬容給了別人。您想想老伴的好，老伴不是就說話大聲點，講話不拐彎直來直往，講話直白是關心妳，只是不會表達，妳們生活幾年不就這個性嗎？因為妳是他的老伴呀…您住院他還不是大老遠跑來陪妳，而且三不五時打電話來關心呀…您看兒子多孝順請假陪您來住院，只是在外地工作不能長時間陪伴您，兒女都有自己的工作，您得好好照顧自己才好，將來兒子娶媳婦您還要抱孫呢！凡事思想拐個彎，不要鑽牛角尖，妳已經是特別幸福的！大娘終於敞開心房破涕為笑，由談話中了解她的生活習慣，建議如何去監測血糖並稍微留意生活小細節，大娘終於了解原來血糖控制需要飲食、運動及藥物的配合，最重要還要有穩定的情緒，在歡愉的氣氛下結束會談！

過兩天小睢笑笑告訴我：「劉老師，大娘說你是台灣來的心理醫師」，大娘看見我一直握住我的手說感謝我的開導，我好開心，只是小小的傾聽關懷，確能讓大娘轉念！今天看見大爺準備來接大娘出院，她開懷樂不可支，我說大娘真是幸福呀…陽光終於燦爛的灑在她的臉上，太原民衆純樸樸實單純的個性會在我心迴盪久久呢…再見了可愛的太原！

