



OT毕业生-作为作业治疗师的第一份工作

OT毕业生- 我作为作业治疗师的第一份工作

时值九月，金华秋实，我们如同时珍园里的杏子成熟落地，将大学所学带到祖国各地。秉持“大医精诚，止于至善”的校训，也时刻谨记师长“终身学习”的叮嘱，将康复作业治疗进行到底。以下是福建中医药大学2019届三位应届毕业生在作业治疗领域不同的就业情况反映：

高丽萍，目前就业于**郑州市某综合性医院**，从事康复治疗师工作。

似乎还没来得及回想大学生活，似乎准备了很久，似乎永远都没有准备好，怀着一种莫名的心情踏进社会，不舍，怀念！

四年前，我还是懵懵懂懂的认为“康复”就是所谓的“推拿、按摩”，从来没有想过自己毕业后会成为一名治疗师。我对康复的兴趣是在这四年当中慢慢建立起来的，起初了解康复的定义，发展，理念，服务对象...存在功能障碍的客户一步一步康复，回归家庭，重返社会...

说起这个工作，其中有一个很重要的原因是，家长希望能在省内工作，所以个人比较关注省内医院的招聘信息。处于实习期间的我，在实习生微信群里看到带教老师转发的消息而获得郑州某医院的招聘信息，后来根据官网上面的要求进行投递简历报名，两个星期之后便收到医院通知信息，需要携带材料参加现场确认，笔试，面试，以及复试。在确认报名材料的同时，现场考试临床操作（康复科主任作为患者），第二天上午安排了两场考试，专业笔试以及心理测试；下午安排面试，首先是中英文自我介绍，其次是评委提问环节，我的问题是“网球肘”相关的肌肉分析以及扳机点，压力衣的使用对象以及支具的制作；第三天安排了复试，在此之前是综合了笔试以及面试的成绩，部分同学收到复试通知。之后便继续回到实习地点，一边实习一边等消息。

今天吃了什么？今天的衣服很好看啊！你住在哪里呢？小区？楼房？你的职业是做什么的？……这些事情每天都会在我们的生活中上演，它们就是日常生活，包括了我们的衣、食、住、行。作业治疗是指协助残疾者和患者选择、参与、应用有目的性和有意义的活动，预防、恢复或减少与生活相关的功能障碍及促进最大程度的功能，达到最大限度地恢复躯体、心理和社会方面的适应和功能。患者每次来做治疗都会诉说，“你看我这个手连勺子都拿不住”、“我什么时候能自己穿衣服啊，不想让家人帮我”，这些日常生活活动对他们来说尤其重要，甚至影响自尊心，在这种状态下作业治疗师的介入可以为他们解决很多问题。在临床上，特别期待患者向我说“我之前做



“做不了……，现在我能……”，只有在这个时候，我才会对自己的能力有一丝认可。

工作将近三个月，对于作为新人的我来说，需要学习的东西还有很多很多，初次接触一所医院的临床体系，我还需要尽快调整自己的状态去适应新的模式。但是很幸运也很感谢，在大学期间，学校以及老师的栽培，灌输比较专业、领先的作业治疗理念以及模式，使自己作业治疗层面的理论与实践的知识框架是一种比较“崭新”的状态，但是现在临床的工作在逐渐充实我的知识容积，使其更加紧实、丰富。入职三个月再加上实习一年，我始终遇到一个问题：“如何通过作业活动使偏瘫患者的肌张力快速降低？”这个是我比较疑问的地方。我相信通过后面临床上面的学习以及专业老师的研究我能找到一部分答案，我给自己的目标就是：每天进步一点点，日后进步一大点。

未来的我，第一年打算先在做好本职工作的基础上，努力学习康复专业知识拿到康复治疗师资格证，其次争取早些获得某院校研究生录取通知书，并攻读研究生课程获得硕士学位，而且希望自己可以在某一个康复专业领域有较好的成就，如果可能的话，想要有更高层次的深造，考取博士学位！现在的我就要努力朝着自己设定的目标路线向前走，哪怕只走一点点，那也是前进的方向！

宋亚丹，目前就业于**上海养志康复医院**，从事作业治疗师工作。

2015年9月入学，开始学习康复相关知识。2018年7月，我大四，开始在上海市养志康复医院（上海市阳光康复中心）实习；同年12月份，我开始准备找工作。因为在上海实习，所以我一直在关注上海医院招聘的信息，也包括我实习的医院，都在招聘时间投递了简历。后来，关注的范围逐渐扩大，因为我家在河南，所以开始关注郑州市医院的招聘信息，逐渐在相关医院官网上给的方式填写信息，投递简历。经过不断的笔试、面试、操作考，差不多在2019年5月左右，拿到了上海几家私立医院的offer。也由于实习所在医院本来是以招研究生为主的，所以一开始并没有被聘用，等到七月中旬被通知补录，又回到了上海市阳光康复中心上班，成为了一名上海市阳光康复中心的一名作业治疗师。

2019年7月11号，我正式开始上班。刚开始时候，跟实习是完全不一样的状态，开始独立接病人、评估并制定康复计划，需要很快速地跟病人建立良好的治疗关系。因为本身就在这家医院已经实习过一年，所以对医院的整体



架构与接诊患者有一定的了解，进入工作状态也比较快。因为阳光是一家专科康复医院，所以分工比较明确，康复医生、OT、PT、ST、护士都是各司其职，整体工作环境和工作内容都比较符合我一开始的期待。我现在主要做的是神经系统疾病作业治疗，以卒中病人居多。

现在距离我开始上班已经两个月了，会越来越发现仅仅靠在学校学习的知识去做病人是不够用的。我需要去思考和寻找很多问题的答案，比如，怎么在最短的时间里跟病人建立关系、怎么让病人理解作业治疗，并相信它的价值等等。当看到一些病人做了一段时间治疗以后，躯体功能更好了，并且可以在现有的疾病状态独立完成一些ADL活动（洗脸、刷牙、穿衣、转移等等）的时候，会觉得自己的所作所为是有价值的；可是同时，当看到一些老病人，反复入院，却无特别的进展时，会觉得难过。所以即使有人告诉我，维持也是一种进步的呈现形式，我依然想要寻求改变。

对于未来，我会有许多期待。首先希望自己可以扎扎实实的积累临床经验，好好工作，更好地服务于更多的病人；其次希望自己可以不断提升自己，三年后可以去做攻读研究生；最后就是希望康复展的越来越好，在越来越多的地方，包括不发达的城市、山村偏远地区都可以有康复的出现，也希望自己以后有机会去这些地方贡献自己的一份力量，为康复的发展做出个人份的努力！

朱雪玲，目前就职于**上海长和大蕴儿科门诊部**，从事儿童作业治疗师工作。

每一个不曾起舞的日子都是对生命的辜负，对于初入临床的我而言，每一个不曾学习的日子都是生命的辜负。问自己现在的工作是否符合预期，我的回答是：超出自己预期。本着学习的心态选择在这家医疗机构工作，成为全职的儿童作业治疗师，现在回过头看去年万分纠结的自己，会忍不住告诉那时找工作的我：不要担心未来，去经历去感受就好。相较于公立院所拥有的稳定环境，在这样的国际化医疗机构我感受到的是更多快节奏，不断变化的压力。表面上看，临床业务不是每个小时的连轴转，实际上，在间歇时间需要写个案进展记录、治疗计划、家庭指导建议等，参加IDT会议，参加集团内培训，自我学习汇报，不时需要到国际学校提供服务等等。在这样的环境中，于我而言，是符合自己刚要将理论和临床进行接轨的状态，有充分的自我思考和督导给予回馈，能够及时发现现在提供作业治疗服务时自己没有留意的区块，作出适切的调整。

在生活中，脱离集体宿舍生活的我马上意识到作业治疗对于了解自己的



生活，打理好生活太重要了。作业治疗是源于生活又运用于生活，和生活融为一体的，而在我的生活中完全能表现出自己的专业：建立合适的日常规律、家居的安排、工具的调适性使用、以及各种资源再利用等等，成为开放而自由的人，多姿多彩的生活是作业治疗所带给我的，所以我也热切希望运用作业治疗帮助更多人，解决更多的事。

入职两个月，对于临床新人来说，我有太多需要学习，我依然很感谢学校的教育，很感谢实习医院的培养，这些基础让我的作业治疗大楼格外稳固，而现在的工作则让大楼不断的得到充实和丰富。作业治疗是什么？过去我也不断问自己这样的问题，现在我开始能够慢慢明晰了：Occupational Therapy即所有占用我们时间的事都是我们的作业，作业治疗师从孩子的日常活动，也就是孩子每天的生活内容，包括生活自理、学习、游戏及休息等活动中了解孩子的能力与限制。经由分析孩子日常所从事的作业活动，以及家中或学校环境的限制或支持，配合孩子的能力，运用活动改变，环境调整，以及辅具设计等专业技巧，提供不同的支持，以弥补孩子能力的不足，让孩子可以从事其感兴趣的作业活动。在这些治疗性有意义的活动参与中可以促进孩子身心功能全面的发展。我们运用活动设计的技巧，配合孩子的发展与学习潜能，在活动设计中提供适当的挑战，逐步提高孩子各方面能力的发展。因此作业治疗的主要目标是促进孩子参与作业活动的机会，及早帮助孩子参与日常作业活动，以发挥孩子的潜能，并让孩子有一个快乐的童年生活。

尽管目前临床上儿童作业治疗服务的年龄层，包含刚出生的新生儿一直到青少年，常见的诊断有脑性瘫痪、发育迟缓、染色体异常、肌肉萎缩、脑伤、脊髓损伤或体弱、感觉统合障碍、学习障碍、自闭症、智力缺陷、注意力缺陷多动症、行为及情绪障碍等个案，但我依然不会忘记前辈的谆谆教诲：牢记医学生誓言，Do not note only the details but not the overall picture. 不要觉得服务对象是儿童就可以把成人部分的知识丢失，要以全人的观点看待每一个小朋友，既要专注于当下，更要考虑到未来发展，更长远的一生的考虑，要善于治疗性地使用自己，治疗性运用环境，成为一名更好的作业治疗师。作业治疗师会遇见无数种可能的问题，OT是万能的，运用好自己的专业去应对万变的未来。

当然除了适应和掌握目前的工作外，我对于未来的规划还包括能够继续进修本专业的研究生课程，当然这部分期待还需要很长的时间才能实现，但我相信未来可期！

以上仅为个人对于专业的部分理解，希望能够得到更多老师的指导。