



03

---

# 新手感悟

中華OT電子期刊 2019.09  
The Chinese OT e-Newsletter



## OT畢業生-作為作業治療師的第一份工

### OT畢業生- 我作為作業治療師的第一份工作

時值九月，金華秋實，我們如同時珍園裡的杏子成熟落地，將大學所學帶到祖國各地。秉持“大醫精誠，止於至善”的校訓，也時刻謹記師長“終身學習”的叮囑，將康復作業治療進行到底。以下是福建中醫藥大學2019屆三位應屆畢業生在作業治療領域不同的就業情況反映：

**高麗萍**，目前就業於**鄭州市某綜合性醫院**，從事康復治療師工作。

似乎還沒來得及回想大學生活，似乎準備了很久，似乎永遠都沒有準備好，懷著一種莫名的心情踏進社會，不舍，懷念！

四年前，我還是懵懵懂懂的認為“康復”就是所謂的“推拿、按摩”，從來沒有想過自己畢業後會成為一名治療師。我對康復的興趣是在這四年當中慢慢建立起來的，起初瞭解康復的定義，發展，理念，服務物件... 存在功能障礙的客戶一步一步康復，回歸家庭，重返社會...

說起這個工作，其中有一個很重要的原因是，家長希望能在省內工作，所以個人比較關注省內醫院的招聘資訊。處於實習期間的我，在實習生微信群裡看到帶教老師轉發的消息而獲得鄭州某醫院的招聘資訊，後來根據官網上面的要求進行投簡歷報名，兩個星期之後便收到醫院通知資訊，需要攜帶材料參加現場確認，筆試，面試，以及複試。在確認報名材料的同時，現場考試臨床操作（康復科主任作為患者），第二天上午安排了兩場考試，專業筆試以及心理測試；下午安排面試，首先是中英文自我介紹，其次是評委提問環節，我的問題是“網球肘”相關的肌肉分析以及扳機點，壓力衣的使用物件以及支具的製作；第三天安排了複試，在此之前是綜合了筆試以及面試的成績，部分同學收到複試通知。之後便繼續回到實習地點，一邊實習一邊等消息。

今天吃了什麼？今天的衣服很好看啊！你住在哪裡呢？社區？樓房？你的職業是做什麼的？……這些事情每天都會在我們的生活中上演，它們就是日常生活，包括了我們的衣、食、住、行。作業治療是指協助殘疾者和患者選擇、參與、應用有目的性和有意義的活動，預防、恢復或減少與生活相關的功能障礙及促進最大程度的功能，達到最大限度地恢復軀體、心理和社會方面的適應和功能。患者每次來做治療都會訴說，“你看我這個手連勺子都拿不住”、“我什麼時候能自己穿衣服啊，不想讓家人幫我”，這些日常生活活動對他們來說尤其重要，甚至影響自尊心，在這種狀態下作業治療師的介入可以為他們解決很多問題。在臨床上，特別期待患者向我說“我之前做



“做不了……，現在我能……”，只有在這個時候，我才會對自己的能力有一絲認可。

工作將近三個月，對於作為新人的我來說，需要學習的東西還有很多很多，初次接觸一所醫院的臨床體系，我還需要儘快調整自己的狀態去適應新的模式。但是很幸運也很感謝，在大學期間，學校以及老師的栽培，灌輸比較專業、領先的作業治療理念以及模式，使自己作業治療層面的理論與實踐的知識框架是一種比較“嶄新”的狀態，但是現在臨床的工作在逐漸充實我的知識容積，使其更加緊實、豐富。入職三個月再加上實習一年，我始終遇到一個問題：“如何通過作業活動使偏癱患者的肌張力快速降低？”這個是我比較疑問的地方。我相信通過後面臨床上面的學習以及專業老師的研究我能找到一部分答案，我給自己的目標就是：每天進步一點點，日後進步一大點。

未來的我，第一年打算先在做好本職工作的基礎上，努力學習康復專業知識拿到康復治療師資格證，其次爭取早些獲得某院校研究生錄取通知書，並攻讀研究生課程獲得碩士學位，而且希望自己可以在某一個康復專業領域有較好的成就，如果可能的話，想要有更高層次的深造，考取博士學位！現在的我就要努力朝著自己設定的目標路線向前走，哪怕只走一點點，那也是前進的方向！

**宋亞丹**，目前就業於**上海養志康復醫院**，從事作業治療師工作。

2015年9月入學，開始學習康復相關知識。2018年7月，我大四，開始在上海市養志康復醫院（上海市陽光康復中心）實習；同年12月份，我開始準備找工作。因為在上海實習，所以我一直在關注上海醫院招聘的資訊，也包括我實習的醫院，都在招聘時間投遞了簡歷。後來，關注的範圍逐漸擴大，因為我家在河南，所以開始關注鄭州市醫院的招聘資訊，逐漸在相關醫院官網上給的方式填寫資訊，投遞簡歷。經過不斷的筆試、面試、操作考，差不多在2019年5月左右，拿到了上海幾家私立醫院的offer。也由於實習所在醫院本來是以招研究生為主的，所以一開始並沒有被聘用，等到七月中旬被通知補錄，又回到了上海市陽光康復中心上班，成為了一名上海市陽光康復中心的一名作業治療師。

2019年7月11號，我正式開始上班。剛開始時候，跟實習是完全不一樣的狀態，開始獨立接病人、評估並制定康復計畫，需要很快速地跟病人建立良好的治療關係。因為本身就在這家醫院已經實習過一年，所以對醫院的整體





架構與接診患者有一定的瞭解，進入工作狀態也比較快。因為陽光是一家專科康復醫院，所以分工比較明確，康復醫生、OT、PT、ST、護士都是各司其職，整體工作環境和工作內容都比較符合我一開始的期待。我現在主要做的是神經系統疾病作業治療，以卒中病人居多。

現在距離我開始上班已經兩個月了，會越來越發現僅僅靠在學校學習的知識去做病人是不夠用的。我需要去思考和尋找很多問題的答案，比如，怎麼在最短的時間裡跟病人建立關係、怎麼讓病人理解作業治療，並相信它的價值等等問題。當看到一些病人做了一段時間治療以後，軀體功能更好了，並且可以在現有的疾病狀態獨立完成一些ADL活動（洗臉、刷牙、穿衣、轉移等等）的時候，會覺得自己的所作所為是有價值的；可是同時，當看到一些老病人，反復入院，卻無特別的進展時，會覺得難過。所以即使有人告訴我，維持也是一種進步的呈現形式，我依然想要尋求改變。

對於未來，我會有許多期待。首先希望自己可以紮紮實實的積累臨床經驗，好好工作，更好地服務于更多的病人；其次希望自己可以不斷提升自己，三年後可以去攻讀研究生；最後就是希望康復展的越來越好，在越來越多的地方，包括不發達的城市、山村偏遠地區都可以有康復的出現，也希望自己以後有機會去這些地方貢獻自己的一份力量，為康復的發展做出個人份的努力！

**朱雪玲**，目前就職於**上海長和大蘊兒科門診部**，從事兒童作業治療師工作。

每一個不曾起舞的日子都是對生命的辜負，對於初入臨床的我而言，每一個不曾學習的日子都是生命的辜負。問自己現在的工作是否符合預期，我的回答是：超出自己預期。本著學習的心態選擇在這家醫療機構工作，成為全職的兒童作業治療師，現在回過頭看去年萬分糾結的自己，會忍不住告訴那時找工作的我：不要擔心未來，去經歷去感受就好。相較於公立醫院所擁有的穩定環境，在這樣的國際化醫療機構我感受到的是更多快節奏，不斷變化的壓力。表面上看，臨床業務不是每個小時的連軸轉，實際上，在間歇時間需要寫個案進展記錄、治療計畫、家庭指導建議等，參加IDT會議，參加集團內培訓，自我學習彙報，不時需要到國際學校提供服務等等。在這樣的環境中，於我而言，是符合自己剛要將理論和臨床進行接軌的狀態，有充分的自我思考和督導給予回饋，能夠及時發現在提供作業治療服務時自己沒有留意的區塊，作出適切的調整。

在生活中，脫離集體宿舍生活的我馬上意識到作業治療對於瞭解自己的



生活，打理好生活太重要了。作業治療是源於生活又運用於生活，和生活融為一體的，而在我的生活中完全能表現出自己的專業：建立合適的日常規律、家居的安排、工具的調適性使用、以及各種資源再利用等等，成為開放而自由的人，多姿多彩的生活是作業治療所帶給我的，所以我也熱切希望運用作業治療幫助更多人，解決更多的事。

入職兩個月，對於臨床新人來說，我有太多需要學習，我依然很感謝學校的教育，很感謝實習醫院的培養，這些基礎讓我的作業治療大樓格外穩固，而現在的工作則讓大樓不斷的得到充實和豐富。作業治療是什麼？過去我也不斷問自己這樣的問題，現在我開始能夠慢慢明晰了：Occupational Therapy即所有佔用我們時間的事都是我們的作業，作業治療師從孩子的日常活動，也就是孩子每天的生活內容，包括生活自理、學習、遊戲及休息等活動中瞭解孩子的能力與限制。經由分析孩子日常所從事的作業活動，以及家中或學校環境的限制或支持，配合孩子的能力，運用活動改變，環境調整，以及輔具設計等專業技巧，提供不同的支援，以彌補孩子能力的不足，讓孩子可以從事其感興趣的作業活動。在這些治療性有意義的活動參與中可以促進孩子身心功能全面的發展。我們運用活動設計的技巧，配合孩子的發展與學習潛能，在活動設計中提供適當的挑戰，逐步提高孩子各方面能力的發展。因此作業治療的主要目標是促進孩子參與作業活動的機會，及早幫助孩子與參與日常作業活動，以發揮孩子的潛能，並讓孩子有一個快樂的童年生活。

儘管目前臨床上兒童作業治療服務的年齡層，包含剛出生的新生兒一直到青少年，常見的診斷有腦性癱瘓、發育遲緩、染色體異常、肌肉萎縮、腦傷、脊髓損傷或體弱、感覺統合障礙、學習障礙、自閉症、智力缺陷、注意力缺陷多動症、行為及情緒障礙等個案，但我依然不會忘記前輩的諄諄教誨：牢記醫學生誓言，Do not note only the details but not the overall picture. 不要覺得服務物件是兒童就可以把成人部分的知識丟失，要以全人的觀點看待每一個小朋友，既要專注於當下，更要考慮到未來發展，更長遠的一生的考慮，要善於治療性地使用自己，治療性運用環境，成為一名更好的作業治療師。作業治療師會遇見無數種可能的問題，OT是萬能的，運用好自己的專業去應對萬變的未來。

當然除了適應和掌握目前的工作外，我對於未來的規劃還包括能夠繼續進修本專業的研究生課程，當然這部分期待還需要很長的時間才能實現，但我相信未來可期！

以上僅為個人對於專業的部分理解，希望能夠得到更多老師的指導。