

“搬磚” 修煉計畫 ——職業康復助力打工人返崗

張夢傑、許曉萌、郭新迪、沈鈺甯、徐怡笛
同濟大學附屬養志康復醫院

28 歲的小李是一名汽修廠的熱血青年，不幸在騎電動車上班的途中摔了個四腳朝天，胳膊和膝蓋都掛了彩。經過一段時間的修養，小李看著自己“飽經風霜”的身體，心裡直犯嘀咕：我這胳膊腿兒，什麼時候才能回汽修廠繼續“搬磚”呢？

小李正在發愁的時候，刷手機時看到小紅書上彈出來的推薦：一名芭蕾舞演員經過系統康復後重回舞臺表演。順藤摸瓜，小李四下打聽，來到了附近知名的康復醫院，想要一探究竟。



在門診導醫台的引導下，小李掛了個職業康復的門診，推開門碰到了位笑咪咪的康復醫生。

小李向醫生敘述了自己的病情之後好奇地問：“醫生，你們這兒有職業康復，可是這職業康復究竟是怎麼一回事呢？”

康復醫生哈哈一笑，解釋道：“職業康復，簡單來說，就是幫你找回失去的工作能力，讓你能再次自信滿滿地回到工作崗位上。我們不僅要關注你的身體恢復，還關注你的心理調整和工作技能的提升！”

小李眼睛一亮：“真的嗎？那我現在這種情況，適合來做職業康復嗎？”

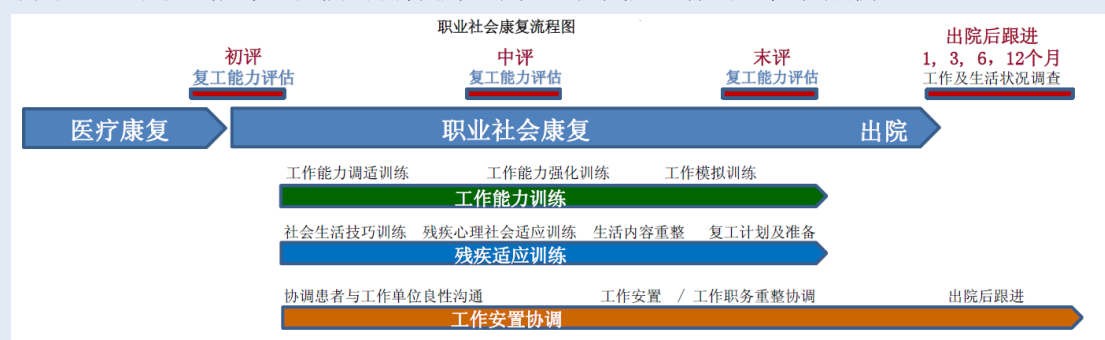
康復醫生點點頭：“只要你已經完成了基本的醫療康復，但還感覺工作上有些力不從心，或者有些心理障礙，那就可以來試試職業康復。我們專業的康復團隊經過詳細評估之後會給你提供確切的康復建議”



職業康復團隊

小李摩拳擦掌：“那醫生，如果可以的話，我該怎麼開始進行職業康復呢？”

康復醫生拍了拍小李的肩膀：“放心，我們有專業的團隊來為你量身打造階段性的康復計畫。我們會先評估你的工作能力和身體狀況，然後給你進行一系列的體能訓練、工作技能訓練，還有心理輔導。我們的目標就是讓你重新找回工作的自信和熱情！”



職業康復干預流程圖

小李撓了撓頭：“醫生，你說得這麼好，我還是有點迷糊。能不能讓我親眼看看職業康復是怎麼做的？”

康復醫生笑著點頭：“沒問題，這就讓作業治療師帶你實地參觀一下！”

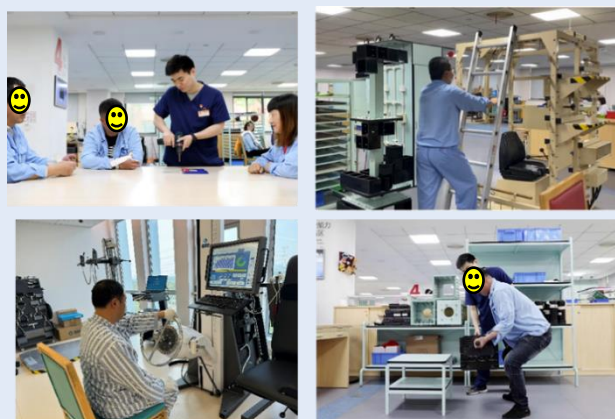
作業治療師熱情地領著小李來到了訓練區。這裡擺滿了各種模擬工作站，簡直就像個小型工廠。小李看得眼花繚亂，驚歎不已。

治療師介紹道：“這些工作站能夠模擬大部分工作的多種任務和場景，通過模擬訓練，能夠幫助你更好地適應實際工作環境，提高工作效率和品質，增加返崗的信心。



模擬工作站

除了模擬工作站外，我們還會提供一系列實用的工作強化訓練專案，包含工具使用、攀爬、各種體位的修理、搬抬等。這些專案能夠幫助你提升工作相關體能，訓練正確、安全的工作姿勢，並讓你瞭解自己的能力和不足。通過這些訓練項目的逐漸加強和難度增加，你將逐漸恢復到最佳的工作狀態。”



小李聽得津津有味：“在這裡逛了一圈，真是大開眼界，沒想到康復醫院裡面竟然還藏了這麼多意向不到的東西。接下來，我就準備來這裡康復了，希望能早點回到廠裡“搬磚”養家糊口。”

治療師鼓勵道：“你放心，我們一定全力支持你。我們相信每一個職工都有重新實現自我價值的能力，我們願意為你提供最專業的服務，說明你實現能夠早日“搬磚”的夢想！

小李信心滿滿地點了點頭，臉上露出了久違的笑容。