

“他们都是老小孩，需要极大的耐心一遍遍地哄” 在舟“00后”河南小伙用青春守护“夕阳”

□记者 高阳 通讯员 曹倩倩

在传统观念中，养老护理从业者多为中年女性，然而，在舟山，一位来自河南的“00后”小伙马意斌，正以其独特的青春视角和踏实行动，为这个行业注入全新的活力与温度。

22岁的马意斌，在踏入养老行业的第一年，便在最近的舟山市养老护理员职业技能竞赛中斩获三等奖，用实力诠释了“干一行爱一行”的真谛，也展现了新一代青年在社会需要领域实现自我价值的坚定与热情。



从豫地少年 到海岛“青春养老人”

马意斌的选择，始于一份年轻人对世界的好奇与探索。2003年出生的他，从河南一所高校的护理专业毕业后，并未局限于家乡的舒适圈，而是怀揣着“趁年轻想到外面多体验一下”的朴素想法，于今年2月来到了舟山，正式开启了他的养老护理职业生涯。

这份选择并非偶然。在他看来，护理工作本身就充满了挑战，而养老行业更是一片值得深耕的领域。“觉得护理工作有挑战性，想学习一下，后来觉得养老行业也不错。”他对行业有着清醒的认知，并得到了家人“只要我喜欢就可以”的全力支持。

马意斌敏锐地察觉到，作为男性护理工作者，在体力、应急处理等方面可能具备独特优势，同时也面临着打破性别刻板印象的挑战。他渴望在这个既能锤炼专业技能，又能传递人文关怀的平台上锻炼自我，实现价值。这份对未知领域的探索欲望和对专业价值的认可，指引着他迈出了关键的一步。

从行业新手到市赛获奖者

初入职场的马意斌，并未因年轻而懈怠。他深知专业技能的重要性，并积极寻求成长。此次舟山市养老护理员职业技能竞赛，是他第二次参加技能大赛，此前曾获浙江省省部属企事业养老护理员职业技能竞赛职工组优胜奖，但市级竞赛对他而言仍是全新的考验。他参加的技能晋升组比赛，涵盖了笔试与实操，内容紧密结合实际工作场景，如与失能老年人沟通、心肺复苏指导、预防跌倒评估及应对等，全面考验选手的综合能力。

谈及备赛与获奖，马意斌将功劳归于机构的培养与自身的努力。“我所在的物产中大金石集团品质管理部在参赛前给

予了极大的支持。”从一开始的“小白”到如今的市赛三等奖获得者，这背后是无数次的练习与打磨。

比赛中，与失明老人的沟通场景令他印象深刻：“需要提高音量，告知位置，简单交流，确保老人知道护理员的位置和动作。”这种细致入微的沟通技巧，正是他在日常工作中不断积累、在专业指导下反复锤炼的结果。

目前，马意斌正投身于市民政局举办的专业技能提升课程，积极备战即将到来的省级职业技能竞赛。他提到：“授课的老师均为业界的佼佼者，我们不仅吸收了众多前沿知识，培训过程中更是涌现出许多创新的思维火花。”正是得益于市民政局对养老护理行业的深厚支持，使得马意斌对未来的职业道路充满信心。

爱心、耐心与共情的修行

养老护理的日常，琐碎而平凡，却也最能体现人性的温度。马意斌的工作内容主要包括长者生命体征监测、日常护理照料等，这需要极大的耐心和无私的爱心。作为一名“00后”“青春养老人”，他坦言在工作中也遇到过挑战：“遇到性格特殊的长者在照料过程中会出现不配合的情况，我们需要极大的耐心一遍遍地哄，真的就是老小孩。”此时，耐心、细心、爱心便成为他最有力的“法宝”。

短短一年的工作时光，马意斌已收获了诸多与老人相处的温暖瞬间。他曾陪伴一位老人进行康复训练，老人从最初的不理不睬，到身体逐渐好转后，每天主动给他塞小零食。“其实我心里很感动。”这些微小的举动，是老人对他工作最大的认可，也成为他砥砺前行动力。

面对老人有时“脾气阴晴不定，可能不理睬或动手”的情况，马意斌总能以共情之心待之：“这时候我会想到自己的奶奶、姥姥等亲人，尤其是看到老人行动不便时，会联想到他们的身体状况。”这种将

心比心的共情能力，让他的护理工作更加体贴入微。

他坦言，从事这份工作后，回家对奶奶一辈的亲人有了更深的理解和亲近感，“感觉更亲近，更了解他们的语言和行为，拉近了彼此的距离，老人也更开心。”这份职业，不仅守护了他人的长辈，也滋养了他自己的亲情。

岛城养老护理队伍 渐趋年轻化、专业化

马意斌的身影，是舟山乃至全国养老护理行业悄然变化的一个缩影。如他所言，年轻养老人员的加入，为养老院注入了年轻人的活力与朝气，正悄然改变着传统养老机构略显沉闷的气氛，带来了前所未有的活力。

舟山市养老护理行业的年轻化、高学历化趋势在本次大赛中体现得淋漓尽致：“90后”选手占比从去年的28%提升至53%，更有多名“00后”崭露头角；选手学历水平显著提高，本科及以上学历者占三分之一。同时，全市已新增大量同时持有养老护理和急救证书的“双持证”护理员，并建立起村社养老管家队伍，这些都标志着养老护理队伍的专业化、规范化建设正在加速。

对于有志于加入养老护理行业的学弟学妹，马意斌的建议朴实而真挚：“干一行爱一行，在需要我的地方发光发热。”他认为，“每个人都会老，提前接触和感受这个行业是有意义的。”这种对行业的认同感和职业自豪感，正是吸引更多年轻人投身其中的关键。年轻男性护理员的出现，正逐渐打破“护理工作是女性专属”的传统观念。

谈及未来规划，马意斌表示：“注重当下，抓住学习机会提升自己。”对于是否会在舟山长期工作，他虽未给出定论，但对目前的工作状态“挺满意的、很开心”。这份开放与务实的心态，让他能够更好地专注于当下的成长。

“虽然是一种挑战，但投入其中后获得了不一样的体验。”马意斌的这句话，道出了许多年轻养老人员的心声。随着中国人口老龄化加剧，养老护理行业面临着巨大的人才缺口，正迫切需要更多像马意斌这样有爱心、有技能、有担当的年轻力量加入。他们用专业的护理守护着“夕阳”的安宁，用青春的活力点亮了养老机构的每一个角落，也在这份“被需要”的职业中，找到了属于自己的人生价值和发光发热的舞台。

照片由受访者提供

