

两年前,她站上法国里昂的领奖台,胸前挂着第47届世界技能大赛健康与社会照护项目的铜牌;如今,她回到上海健康医学院的实训中心,以教师的身份,陪伴师弟闵思达冲刺即将在家门口举办的第48届世赛。

从追随师姐脚步的逐梦人,到护航后辈前行的引路人,曾小校用两年时间完成了一场身份蜕变,也串起了一条三代护理学子接力传承的链条。技能的温度,在模拟病房与家庭照护场景之间流转,更在一棒又一棒的传递中,悄然发芽、生长。

青年报记者 顾金华



从选手到教师,曾小校始终相信,照护最核心的是“以人为本”。

受访者供图

从里昂捧回奖 在讲台种下梦

走下世赛领奖台,曾小校接过照护传承这一棒

接棒

随师姐逐光,她闯进世赛

传棒

伴师弟磨技,她讲台护航

故事的起点,要回溯到2020年的冬天,彼时,曾小校刚刚踏入上海健康医学院护理学专业。一个寻常的日子,她在学校微信公众号上刷到一条推送,同校师姐吴怡欣在中华人民共和国第一届职业技能大赛中夺得金牌。鲜活的赛场照片、坚定的职业信念,隔着屏幕扑面而来,那一刻她第一次清晰地意识到:护理技能不只在病床前发光,也能站上国际舞台。

2003年出生的曾小校,性格温柔细腻,从小便对医学抱有向往。当学校发布世赛集训队招募通知时,她几乎没有犹豫就报了名。层层筛选后,她进入校内集训梯队。

初入集训队的时候,作为下一届储备选手,曾小校目睹了吴怡欣备战2022年世界技能大赛特别赛的那段日子。师姐备赛的身影,成了她日后无数次回望的坐标。

当吴怡欣在国际赛场为国斩获铜牌的消息传来,曾小校内心备受震撼。她愈发明白,一块奖牌的背后,承载的是无数日夜的付出,更是青年技能选手的使命与担当。从那时起,她暗下决心,要沿着师姐的路,向更高处攀登。

2022年8月,带着从师姐身上汲取的力量,曾小校正式进入系统性的全职备赛状态。她先是在上海市技能选拔赛中突围,随后站上中华人民共和国第二届职业技能大赛赛场,凭借稳定发挥摘得金牌,顺利拿到国家集训队入场券,最终以优异成绩成功入选国家队,获得第47届世界技能大赛参赛资格。

但真正走进世赛训练体系后,她才发现,自己此前的认知过于单薄。参与世赛,绝非仅凭一腔热血就能站

稳脚跟。

“健康与社会照护是世赛极具代表性的综合赛项,这个项目没有标准答案。”曾小校说道。与大众认知中单纯的护理操作不同,世赛的健康照护比拼的不只是动手操作能力,沟通表达、人文关怀、临场应变等同样占据着重要的位置。

备赛初期,她曾走入误区,把所有精力都耗在标准化操作流程上,一心追求完成任务、拿到基础分值,复刻每一套操作步骤,却忽略了照护最核心的“以人为本”。

觉察到短板后,她主动走出封闭的实训教室,去三甲医院、社区卫生服务中心、养老机构临床见习。面对真实的病患与老年照护对象,她才真正明白,“护理不是机械的流程复制,不能头痛医头、脚痛医脚”,真正的健康照护,需要着眼于人的整体身心状态,既要缓解躯体病痛,也要重视情绪安抚与心理疏导。为了打磨操作精度,一个简单的伤口换药动作,她成百上千次地重复练习,直到动作流畅轻柔,既能严格恪守无菌操作规范,又能最大限度减轻照护对象的疼痛感。

两年备赛时光,她经历过无数瓶颈期,也在不断反思与调整中完成了专业理念的蜕变。

2024年,第47届世界技能大赛在法国里昂举行。7小时的时差、海外陌生的环境、无法预判的赛题,压力层层叠加。但站上赛场时,21岁的曾小校反而镇定下来。她把每一个照护对象都当作现实中需要帮助的人,从容地完成所有任务。最终,她为中国队拿下健康与社会照护项目铜牌,站上了世界技能最高舞台。

技能想要长久发展,核心在于传承。2024年毕业后,曾小校选择留校任教,扎根上海健康医学院护理与健康管理学院。恰逢第48届世界技能大赛落地上海,在家门口举办国际顶级赛事,为青年技能人才创造了全新机遇,也为技能传承的接力棒顺利交接提供了新的契机。上海健康医学院学子闵思达成为健康与社会照护赛项新一届备赛选手,他也是该赛项中为数不多的男选手。在徐淑芹教练团队的整体统筹指导下,曾小校和师姐吴怡欣全程陪伴闵思达训练,帮助他克服短板。

男女选手天然特质的差异,成了备赛中的攻坚重点。“女性选手往往更容易依靠细腻的举止、柔和的神态传递共情;男性选手在肢体沟通、情绪安抚细节上则容易显得生硬。”曾小校说。她们帮师弟一遍遍拆解照护场景中的沟通细节,希望用自己的亲身经历,帮助师弟在比赛中交出满意答卷。早上八点开始,傍晚六点结束,中午仅预留一个半小时用以午休,周末还会根据阶段性训练评估结果,针对性开展补强训练。从当年追随师姐脚步的参赛选手,到如今带

领后辈备战的青年教练,曾小校完成了身份的转变,一条世赛技能传承链条在三代选手的故事里传递。

教学之外,曾小校也始终活跃在技能科普一线。她经常走进校园,参加技能宣讲和青年分享活动,讲述自己的世赛故事,将其中的迷茫、调整、坚持与成功娓娓道来。她所在的上海健康医学院,也在持续推进“以赛促学、以赛促教”的人才培养模式。依托国家级世界技能大赛实训基地,学校将世赛考核标准融入日常课堂,通过标准化病人模拟实训、真实案例复盘研讨、双语情景模拟演练等多元化教学手段,把世赛积累的成果惠及更多护理专业学生,让在校学子尽早接触到前沿的康养理念。

眼下,第48届世界技能大赛备战进入最后冲刺阶段,一批扎根健康照护领域的青年技能人才整装待发。作为本届世赛技能梦想大使,曾小校希望师弟和所有参赛选手都能放平心态,尽情享受这场比赛。2020年冬天,师姐的身影曾照亮过她;而此刻的实训中心里,她也成为引领师弟的那盏灯。一棒接一棒,光就是这样传下来的。

—— 对话 ——

青年报:当时为什么会选择留校当老师?

曾小校:奖牌是对我之前努力的肯定。但奖牌不是奋斗的终点,我始终坚信,技能的价值在于延续和传播。

青年报:距离比赛只剩半个月了,你对闵思达等所有参赛选手有什么共勉的话?

曾小校:世赛不只是争夺奖牌的竞技场,更是各国青年技能交流互鉴、展示自我风采的广阔舞台。放平心态尽情享受比赛,

在中外技能思想碰撞的过程中,展现新时代中国青年的风貌,传递中国康养服务独有的温度。

青年报:你如何看待“技能成才、技能报国”这句话对普通青年的意义?

曾小校:“技能成才、技能报国”从来不是一句空洞的口号,也不该是少数顶尖参赛选手的专属追求。各行各业的普通从业者,只要沉下心深耕专业领域,精益求精打磨一技之长,持续钻研、不断进步,就是对工匠精神最好的践行。