

## ■ 逆境转型

刘毅是四川人,今年39岁,在上海生活了14年,一直在一家建筑设计公司工作。刚开始当助理建筑师跑腿打杂,后来开始独立接活,好不容易又熬成了小组长,自己带着团队跑客户、接项目、画图纸,在全国各地参与了大大小小上百个工程项目,算得上是位资深建筑师。

2022年开始,建筑行业的颓势已经非常明显,刘毅眼看着自己的收入一点点下降,从一个月二三万元,跌到了最低工资标准线。一直撑到2024年,他决定彻底转型。

中年转行,谈何容易。除了建筑,刘毅没有干过别的行业,也不知道自己还能干啥。情急之下,他将通讯录中所有的联系人几乎都联系了一遍,但收获寥寥,焦虑不降反升。在接下来的8个月时间,刘毅一直在投简历、找工作,家里有2岁的宝宝要养,还有房贷要还,正当刘毅焦头烂额之际,有几件事给了他启发。

首先是他的妻子,一位曾经的室内设计师,和建筑师属于“难兄难弟”,也被大势波及,在生娃后就没去公司上班。请了月嫂后,她发现这个行业不错,于是转型成为一名母婴师,收入轻松破万解了家里的燃眉之急。刘毅自然当不了母婴师,但也从中发现了家政的机遇。

其次是他曾经的领导,现在在海外生活,闲聊时说到当地很缺养老护理员,收入也很高。言者无意,听者有心,刘毅在之后的一场职业招聘会上就特别留心养老企业,发现他们的展位是招聘会中最大的。“去当养老护理员,好像也不是不可以啊。”当这个念头第一次在脑海中出现,他的人生轨迹从此改变。

## ■ 完成培训

工欲善其事,必先利其器。作为一名理工男,刘毅深知技能学习的重要性,考证就是转型的第一步。他报名参加有福寿康旗下的上海尊护职业技能培训学校的养老护理员培训班,上课第一天就给了他重重一击,甚至心生退意。

“同学基本上都是阿姨,我感觉自己误入了一个广场舞俱乐部。”刘毅说,班里的男性就没几个,年轻男性就他一根独苗。阿姨们也很奇怪,觉得他是不是走错地方了,得知没错后,又用一种同情的目光看着他。“她们觉得我肯定是在外面欠了债,走投无路才来这里,其实也没错,背着房贷呢,也差不多是走投无路了。”

强忍尴尬的刘毅最终还是坚持了下来,和阿姨们很快成了好朋友。一是她们都很温柔,把刘毅当成了小弟弟照顾。二是她们的学历普遍不高,学习能力偏弱,刘毅毫无疑问是班里的“学霸”,再复杂的技能基本一学就会,老师就让他当“助教”,帮忙指导其他同学。“跟着小刘学考试通过率就很高”的消息很快在阿姨圈传开了,让刘毅成了班上最受欢迎的同学。

“直到现在,她们和我还有联系,问问我的境况,需不需要帮助。”刘毅说,如果不是因为这段机缘,他很难与这些护理员阿姨以同学而非雇佣关系相识,由此也真正走进了这一群体,并融入其中。

如今,刘毅也正在运营一个自媒体账号,以养老护理员的身份拍视频记录工作生活,分享感悟。其中相当一部分“铁粉”,就是护理员阿姨们,她们认为小刘是她们的嘴替,表达她们心有所感但总结不出的话,也能为她们发声,展现护理员群体的人生苦乐。一个前建筑师,成了护理员阿姨们的意见领袖,这样的结果既出乎意料,也在情理之中。

## ■ 八大金刚

在用了几个月考出了初级、中级、高级养老护理员的职业证书后,刘毅去年9月入职长宁区的一家护理站,专门从事长护险上门服务,这是养老护理员岗位中要求较高、收入也较好的岗位。在护理站上百位护理员中,男性只有八位,于是他自称“八大金刚之一”,一些大体格的老人,对男护理员有较强的刚需。

“设问:建筑师与养老护理员工作有哪些异同?”这道看似脑筋急转弯的问题,是刘毅如今每天的日常思考。在他看来,相同之处在于都是服务行业,甲方客户要求很高,必须小心翼翼服侍到位,只不过如今的“服侍”变成了字面意义。不同之处是,他那双曾经画

# 从建筑师到男护理员

本报记者 李一能

“小刘,你今天什么时候来呀? 我们都在等你。”“奶奶你记错了,我们约的是明天呢。”“哎哟,我老糊涂了,那你路上小心,明天见啊。”

1月4日,星期日,刘毅在准备服务第八位老人的路上接到了这通电话。天气很冷,他的心头却突然一暖。“以前接到甲方电话像催命,现在接到老人电话像盼亲,他们并不着急需要护理,只是想我早点去陪他们。”

刘毅曾是一名建筑师,带着团队接项目画图纸。如今,他转型成为一名长护险养老护理员,每天骑着小电驴走街串巷为老人服务。回忆起这段蜕变之路,刘毅时常感觉不太真实,好像突然被命运抛入一段奇幻之旅,时而彷徨迷茫,时而艰难求索,时而也有温情感动。



■ 按摩、洗脚、陪聊,刘毅的为老服务还“附赠”情绪价值  
本版摄影 李一能



刘毅上门为老人服务

遗憾,以及对人生的理解与感悟。这一天刘毅意识到了两件事,许多老年人是真的孤独,独居老人尤为严重;养老护理员不仅仅是做好老人身体上的照护,更重要的是做到精神上的抚慰。

## ■ 临时子女

在服务过程中,刘毅遇到了形形色色、各种各样的老人。有年逾九旬,依然穿着讲究,每天咖啡不离手、精通炒股的上海老克勒。为这样的老人服务前,刘毅都要看看大盘,如此才能有共同语言。

还有学富五车的退休大学教授,上知天文下知地理,旅游美食无所不精,什么事情都能大聊特聊。每次服务,刘毅都要打起十二分精神,一个走神就会接不上话,老教授也成为刘毅不断学习、接受新知的最大动力。除了身体上的疗愈,他更要为老人提供情绪价值。

还有一位严重社恐的老爷爷,年轻时也是奋发有为,不知为何年老性格大变,对见人这件事极为恐惧,甚至对自己的儿子也是如此。他第一次见到刘毅吓得瑟瑟发抖,经过一段时间的悉心照护才有所好转。如今这位老爷爷已经能够接受刘毅,还会对刘毅笑,这是前所未有的改变。

刘毅说,并非所有的老人都很健谈好相处,也有患病的、卧床的。走进这些老人家中,一股压抑的气息扑面而来,患病老人和长期照护的家属都亟需心理疏导。在这样的家庭,刘毅每次都尽量让自己阳光开朗起来,用最好的状态和温暖的话语去鼓舞他们。有一次服务完,在边上的家属哭了,说已经好久没有听到这么多令人开心积极的话了。

更让刘毅感动的是,他和老人的关系从来不是单向的,其实是互相照顾和疗愈。与其说是雇佣关系,他的角色更贴切的描述应该是“临时子女”。

有时,老人会悄悄地在他兜里塞上一块巧克力,或是给他的宝宝准备一些小玩具,期待着下次见面能快点到来。有一位独居老人很希望自己的孩子能多来看看他,为此准备了很多好吃的,但一直放到过期也没用上,于是每次都要送给刘毅很多。刘毅没法吃也不忍拒绝,只能假装吃得很开心,然后下楼再处理掉。

一次,刘毅为一位卧床老人拍背排痰,半天都没有成功,不知是因为难受还是内疚,老人突然抓住他的手说了一句:“谢谢你啊! 孩子,让你受累了。”刘毅听了鼻子一酸,其实在内心里,他也早已把老人们当成了自己的长辈亲人。

## ■ 潜力行业

从曾经匆匆忙忙、连滚带爬,到如今从容、游刃有余,刘毅成为养老护理员已经足足115天。前不久他收到了上海市总工会发放的高级技师奖励补贴,奖金多少是次要的,重要的是为自己证明了一件事:他曾经是优秀的建筑师,现在也同样能成为顶尖的养老护理员。

一天最多服务八位老人,一周最多休息一天,每天下班还要抽空剪视频,这样的生活很累,但也很踏实。如今,刘毅的视频号“养老小六哥”全网有了数千粉丝,其中有些他服务过的老人,在留言中为他加油鼓气;也有曾经一起学习的阿姨同学们,她们默默点赞、全力转发,希望让更多的人了解护理员群体;还有同样面临转型压力的建筑业同行们,急切希望从“过来人”这里了解潜在的机遇。在刘毅的介绍下,已经有人成功转行进入养老行业,连妻子也成为上海第一社会福利院的养老护理员,正在大学进修养老专业课程。

“其实建筑师转行做养老也是有优势的。”刘毅说,例如他会因为老本行关注家庭适老化改造,为什么老年人不愿意改? 什么样的产品真正适合他们? 答案很可能就是机遇所在。

经过百日从业,刘毅得到几点感悟:老人们真正的需求还没有被完全看见和满足;银发市场的潜力还未被充分开发;养老护理急需大量高素质的年轻人加入。

只有亲手为老人们洗过脚、揉过肩、换过尿布,才能接近解决大城养老之困最真实的答案。

出无数建筑图纸的手,如今得用来为别人换尿布、洗脚、助浴、按摩。

刘毅还记得自己第一次上门服务,服务对象是一名6级护理,也是最高级别的瘫痪老人。刘毅心里是真没底,下手轻也不好重也不好,还不能让雇主看出他是个新手。一番操作下来后背全是冷汗,幸亏在学校还算用功,在长期训练的肌肉记忆下勉强完成了服务。

除此之外,要成为护理员还要克服心理障碍。刘毅从小到大除了给儿子换过几次尿布,没有服侍过任何人,包括自己的爸妈。在服务过程中,有那么几个瞬间,他觉得有些悲哀,觉得自己好歹也是个带团队的建筑师,怎么就混成这副模样了?

但在生活压力面前,这些都是小问题,为了养家,面子问题可以暂时放到一边。现在的这份工作辛苦、琐碎、起早贪黑,但不用担心接不到活,收获和努力成正比,收入也不错。在坚持了一段时间后,刘毅觉得这事靠谱,自己已经从心理上完成了转型,接纳了这份职业。

## ■ 定制服务

如果说入行是有些“病急乱投医”,那么

如今刘毅已经有些喜欢这份工作了。一个重要的原因,是现在服务的这些老人。他之前从来不知道,上海老人竟然会如此有趣、可爱,期盼着被关爱,就像孩子一样。

近日,记者跟着刘毅来到长宁区天山支路一户老人家中,服务的老人是一对老夫妻。爷爷曾经是一位空军飞行员,原本身体很好,但在一次脑梗后思维和行动都受到影响,于是申请了长护险上门服务。

“每个老人在乎的点都不一样,比如这位爷爷,非常注重时间观念。”刘毅说,军人对于守时的要求,已经成为本能。有一次他迟到了5分钟,老爷子非常生气,一直不理他,哄了半小时才好。此外,飞行员对于体能训练的记忆,依然刻在爷爷的脑海里,做操就是老人最喜欢的内容。刘毅会根据每个老人的特点,用最适合他们的方式,进行最到位的服务,可以是清洁身体,也可以是按摩保健,或者是引导运动,有时甚至只是聊聊天。

刘毅记得有一次上门为一位独居老人服务,老人说今天其他服务就不用了,就陪他看看电视聊聊天吧。于是在一小时内,老人向他讲述了自己一生的故事,那些光荣和