

# 給家長的一封信

## 協助您的孩子做生涯規劃

親愛的家長您好：

我們是嶺東科技大學的諮商與潛能發展中心(簡稱諮商中心)，我們坐落於校園內亞萍館一樓裡。大四是大學階段的最後一哩路，孩子們過關斬將，經過實習和專題的磨練與挑戰，即將收穫前三年豐厚的積累，並開始思索如何邁向新一段的旅程。身為家長，我們都同樣擔心孩子是不是能順利找到工作，是不是能開始在經濟上獨立自主，又是不是在他們覺得快樂得方向與產業上發展。我們了解，對於孩子的未來，我們總是有操不完的心，也總是有放不下的牽掛，那都是我們在意與愛的表現。這封信，希望能幫助各位家長在孩子即將起飛的過程中，從欣賞孩子的角度，安頓自己，也培養對孩子在生涯決定上的信心。

回想起自己的第一份工作，我們是如何預備自己，如何開始準備履歷，又懷著怎樣的心情準備上工呢？看著眼前的青少年，我們不禁會回想起自己這一路走來的辛苦，難免會希望多指導我們的孩子，希望他們少走些彎路。然而隨著時代的改變，年輕人的思維與職場脈動，逐漸脫離了我們熟悉的樣貌，有時候也會擔心我們給的建議是不是適合我們的下一代，指導式的建議孩子們不愛聽。其實，在我們心裡既無奈又焦急，難道我們只能放任孩子「做自己」嗎？我想這並不是全有全無的問題，關鍵在於，在華人父母的眼中，我們都急著為孩子做一個我們認為好的決定，而忽略他們本身已經成年的事實。因此，我們如何協助孩子更了解自己，更自主地做出更適切的決定，才是我們相對適合著力的地方。不妨從下列的方向開始吧！

### ※重視孩子已經培養的「軟能力」

在建構與生涯發展的路上，我們時常會從「硬能力」與「軟能力」來幫助孩子預備、選擇與面對未來的挑戰。「硬能力」指的是可定量的專業能力，包含：專業知識、理論基礎、實務技術、儀器軟體操作...等等。「軟能力」則是人格特質、社交禮儀、語言溝通能力、個人習慣、品德和樂觀態度的體現，是個人在日常生活與環境中，有意識或無意識的習得。從經驗中，我們發現過往談及生涯發展，我們習慣定調在「硬能力」的成長，根據「硬能力」來選擇未來就業的第一扇門，往往也就忽略了孩子在其大學經驗中已培養的「軟能力」。有趣的是，連孩子自己都不見得會發現，自己已經具備什麼樣的「軟能力」。

## ※避免「挑錯文化」－您的鼓勵能幫助孩子探索內在資源

這樣的現象與華人文化息息相關。在我們的文化裡，我們主張謙虛不居功，也不張揚自己的好。這讓我們容易忽略已經有的才華，也讓我們過度專注在自己的不足之處。在這樣的文化之下，我們日漸偏重在外在能力的包裝，忽略內在穩健踏實的重要，也忽略外在能力與內在能力交互影響的重要。

神奇地是，在父母真誠的一句肯定、一句欣賞之下，孩子就能在心裡紮下肯定自己的根。往往也正是這麼一段正向的鼓勵與談話，能逐漸幫助孩子踏實，從心理學上我們理解，孩子心中的自信，有許多成分是內化自父母對孩子的信任與支持。當孩子的內在穩健了，即有機會從一個全人的角度，不偏頗的去認識自己是怎麼樣的一個人。他們明白自己善於處理怎樣的課題，明白性格中的優勢能力，才有機會進一步去好好使用這些豐富的資源與才華，為自己做決定並負起責任。

## ※成年人間的親子關係－獨立自主與親密相依的平衡

最終，當孩子鼓起勇氣踏出未來的第一步，我們也需要鼓起勇氣去相信孩子已經蛻變成爲一個成年的男人和女人。看著孩子一步步離家，心情總是複雜的，一方面覺得自己似乎不再重要而感到失落，一方面也因著孩子的長大而欣慰滿足。我們似乎也要有所覺察與安頓心中的不安，不讓這股不安在與孩子討論生涯決定的過程中，使我們無法相信孩子有能力為自己的做決定與負責。孩子在成長的同時，我們其實也逐漸成爲成熟的父母，也漸漸體會到親子之間那股彼此信任與連結的可貴。相信當我們信任彼此的關係，不會因為孩子獨立飛翔而轉淡，我們就更能夠安在的與孩子討論他們的就業規劃，更能引導孩子去創造更多的可能性。

最後，謹祝您事事順心。

歡迎您隨時賜教。 肅此 順頌

鈞 安

嶺東科技大學諮商與潛能發展中心 敬啟

電話：(04)2389-2088 # 1742、1743

地址：台中市南屯區嶺東路一號 亞萍館一樓