

NEW

認識自己：探索生涯

(職涯輔導組特約稿)

文/ 白建倫職涯師

說說我自己

那年我27歲，那是我進入社會的第三年。看著新進伙伴介紹自己時，發現他們的年齡開始和自己有些落差。心中就冒出這樣的念頭：「會不會十年後仍舊在這個位置上聽著新進同仁的自我介紹，然後說著自己已經37歲，卻仍舊坐在這樣的位置上？」。

這樣看似穩定的行政工作與生活並沒有辦法滿足我，於是在一年後我離開了第一份工作，並且給自己半年的時間整理自己。

而第二份工作裡，起初本以為我可以嘗試著在這份工作中，找到另一種助人的喜悅和快樂。我也嘗試著努力去面對工作帶給我的挑戰。但那些經常性的工作中，即使可以在當中找尋助人的意義及樂趣，但我卻沒法好好享受在其中。因為仍舊有著許多在體制內無法伸展的無奈，也有許多「想要卻使不上力」的無力感。直到後來，唯一可以享受的就只剩下每個月領到薪水時，那個「有錢可以維持這個家的開銷」的喜悅。而那就成了我可以繼續撐下去的理由。我也這樣繼續的說服自己走了九年。

迷失在生涯選項裡

回頭看看自己。十年了，37歲的我，結了婚、買了房子、有了小孩，似乎應該有所滿足了。但心裡的躁動並沒有消失，仍舊持續的問著「這是我要的生活與工作嗎？」的問題。以為自己轉換一份工作後，可以有些不同。以為有了美滿的家庭、幸福的婚姻、安穩的住所後，有了這些改變，就可以滿足自己那個「想要有所不同」的聲音。我開始對於未來有更多的疑惑。那個疑惑來自於對自己的懷疑。懷疑自己是不是仍要繼續待在這個看似穩定、但一點發展性都沒有的單位。懷疑自己在助人專業上還能否有所發揮；懷疑自己是否到了這個年紀，還能否有所不同？或者，真的就這樣在一個單位裡繼續蹉跎？

所有負面的情緒，一個一個蹦出來，又一個一個的接收了下來，變成了一股股的壓力壓在自己身上。於是我開始生病。感冒、頭痛、全身各處莫名的疼痛、腸胃炎，一個接著一個。就這樣，將我的能量慢慢消耗殆盡。那年冬天，每當承受了長官無可理喻的對待後，「我還能待多久？」、「我還得繼續這樣沒有目標的日子多久？」、「沒有了這個，我還有什麼？」……心裡這樣的疑問，就在那幾天一個一個冒出來。也一句一句的問著自己。但終究還是沒有答案。

生涯轉折點

那一天，業務承辦主管到單位開會。在開會前，叫住了站在影印機前忙著的我。心想，「怎麼了？我是不是犯了什麼大錯？」但還是在主管的示意後，坐下，等著被訓示。

「小白，中心最近要成立另一個新單位，想借重你的經驗及專才，不知道你是否有意願？」長官這麼說。而機會就這樣悄悄的來了。永遠記得那一天，2013年1月7日上午九點。改變我生涯方向的那一天。

一年半後的我，寫著這篇文章，心裡有許多的感觸。若非當時把握住那樣的機會，或許現在的我仍舊在那個可以發揮專業但卻不開心的工作裡繼續忍耐著。

這些年來一直在心裡迴盪的聲音到底是什麼？對我來說，工作是否就等於生涯？如果工作不等於生涯，那生涯到底是什麼？讓我們先回到專業上的定義來看看。