



傳媒 MEDIA： 東方日報
標題 TITTLE： 生涯規劃先要了解自己
日期 DATE： 2018年7月10日(星期二)

在規劃前路時，不少人會感到迷惘，亦因為對將來的未知而產生恐懼，作為 DSE 考生就更緊張。浸信會愛羣社會服務處服務協調主任李潔露 (Carol) 指出，要規劃出一條合適的人生道路，最重要是了解自己，亦要懂得變通，即因應不同情況作出調節，切忌抱着一成不變的心態！

別讓自己停下來

知己知彼，百戰百勝！Carol 指出，要了解自己，可循不同方向，包括目前本身面對的處境（如家庭狀況、經濟能力等）、能力（如專長、技能、學歷等）及個人特性（如興趣、性格、人際關係等）。

「了解自己是一個過程及經歷，可能要花上一輩子時間。若現時不肯定自己的興趣、不知方向，毋須過於憂慮，可尋求老師或社工協助，並保持開放態度，耐心聆聽意見，有需要時可作簡單筆錄，然後好好整理當中的利與弊。另一做法是邊做邊學，在過程中摸索，但謹記別讓自己停下來，放棄升學或就業機會，因為浪費光陰就等於錯過認識自己的機會，令你更苦無方向。」

坦誠討論解分歧

Carol 又提醒考生不要只着眼於目前，即使目前不能繼續升學，也不等於永遠不能升學，有些人甚至主動停學一年，讓自己先投身社會才繼續升學呢！不要誤以為不能升學便沒有前途，有時往外兜一個圈，也許可發掘更多驚喜和機會。對於不喜歡讀書、希望投身社會工作的同學們，她建議要先弄清楚自己希望投入社會工作的原因，要是父母希望自己繼續升學，不妨了解他們的想法，再安排一次坦誠討論的機會。為免過程中出現溝通上的誤解，不妨邀請一、兩位大家都信任的親友同場，或邀請社工協助，在一個客觀及持平的氣氛下，調適彼此的分歧及訂出雙方同意的方案。



浸信會愛羣社會服務處服務協調主任李潔露

網頁連結：http://orientaldaily.on.cc/cnt/lifestyle/20180710/00298_004.html