

預約一個美麗人生

社論專載

時序跨進二十一世紀，「變化」彷彿成了這個世紀的代名詞；社會的快速變遷、未來職業發展的迅速轉變、生活型態的不斷調整、人我互動模式的衝突與改變等，在在都顯示我們正處在一個瞬息萬變的變動世代！以往的社會運作規範，乃至教條都已不再能夠提供人們心靈的屏障；面對紛擾的世界及伴隨而來生活困擾，生涯規劃、壓力調適、人際關係、兩性情感等，成了人們在這個新世紀最需要處理的熱門課題。

正處於青春發展後期的大學生，面對即將邁入成年期，並開始學習承擔社會所賦予的角色與責任；此刻，發展上的最重要議題是「角色認同 (role identity)」：我是誰？我的能力如何？我會發展成什麼樣子？「自我探索與認同」成了這個階段的我們所關注的重點！我們不停地思索這類的問題，不斷地追尋著問題的答案，也急欲獲得肯定、認同，以證明「我的價值、我的存在」。

同樣的，隨著人生可能的最後一個求學階段的結束，角色逐漸轉換的我們，開始思考：「我將來要成為什麼樣的人？」、「我適合從事哪方面的工作？往哪方向去發展比較好？」，這類有關「生涯規劃」的問題不時地在腦海中盤旋，彷彿催促著要趕快做出選擇。「我究竟該升學？還是就業？」、「我究竟該選擇這類的工作？還是另一種型態的職業？」以往單純的生涯發展—升學—過程中，似乎不曾告訴過大家：究竟該如何為自己規劃一個自己真正想要、也真正能發揮的未來發展計劃。面對這個好像攸關一生的問題，不禁讓人緊張與焦慮。

另外，在大學的這個階段裡，除了前述「自我」方面的轉變之外，青年學子們也將經歷「人際」互動模式的轉變。大家都知道，人們往往會透過人際相處的互動過程，一方面逐漸地探索自我、了解自我，一方面也藉此學習如何與人親密相處、與人維持親密關係。而隨著年齡層的提昇，隨之擴增的人際圈，以及更加深入的人際交往，往往讓大家面臨較先前成長階段更為複雜的人際互動情境，也因此，會比以往更常引發許多的人際衝突、糾紛與困擾。

在人際互動的課題中，對即將進入成年期的學子們而言，最重要的是兩性關係。自青春期起，我們便開始對異性產生興趣，並逐漸探索兩性相處的互動模式；直到大學階段，兩性互動的層面更廣、更深。如此廣泛而深入的互動、交往，帶來的除了親密關係的安定與喜悅之外，也伴隨著更加激烈的摩擦與衝擊。該如何面對這些激盪而刻骨銘心親密關係？該如何因應這些關係的衝突？考驗著逐漸成熟的青年學子們珥珥

一踏進20歲關卡，就開始站在未來充滿無限可能的起點上，遠方有著許多的精采值得欣賞、許多的夢想值得追尋。不論是剛剛踏進大學殿堂，或是即將帶著滿滿的收穫踏出校園，都將逐漸發現在人生旅程的前方，不論是與人的互動相處、對自己的期許規劃，都有著或多或少的雲霧縹緲，讓自己對於所將踏出的下一步，似乎有些許的不清楚。或許，如果有個這樣的機會，讓學校既有的資源，學子們一個撥散雲霧的機會，讓大家可以更清楚地了解自己，也可以看清楚哪些阻礙困擾著大家，讓人在接下去的人生旅途，走得更加順遂。

從二月二十三日開始，諮商輔導組將為全校師生舉辦為期一週的主題輔導週，提供大家有關「兩性情感」、「壓力調適」、「人際互動」、「生涯規劃」等議題的資訊及服務，讓面對這些課題的學子們，不再孤單而不知所措地因應，而更能獲得許多的專業協助！

記得曾經有位作家這麼說道：「人生，就是機會。給自己機會，就是給自己一個新的人生。」不妨到主題輔導週或諮輔組看看吧！給自己一次機會，也為自己預約一個屬於自己的美麗人生！

2010/09/27