

「養兒 100 無擔憂」家長講座系列高中以後.....

特殊學習需要學生的出路與選擇講座筆記

講者:靈躍計劃駐中心心理學家

日期:14/6/2014

1.家長希望幫子女尋找.....工作?職業?事業?召命?

以上詞彙有什麼分別?

1.1 工作(Job)

-以老師為例，改作業/簿、教書是一個工作，與職責相似。

1.2 職業(Occupation)

-老師是一個職業

1.3 事業(Career)

-不單是做一個老師，事業在心理學名詞中相等如生涯。

生涯=事業

生涯可引申為人生道路，人生道路不單包含工作，亦包含如何面對社會、自立及處理自己生活的能力、是否計劃結婚及生兒育女等。而是次生涯劃規的講座是希望教大家如何幫子女找他們的事業。

1.4 召命(Vocation)

在心理學中召命是指人生中為什麼而生存，人生的目的及最大的義意是什麼。而尋找召命是生涯規劃的終極目標。

2.生涯規劃

規劃:

每一日怎樣坐車返工返學，我們是某程度上規劃我們的生活(即時的)。

生涯規劃:

是經過一個深思熟慮(意識地)的過程，考慮各種不同的因素及情況，去建立出來的一個整體及完善的計劃，當中包括一些執行步驟。目的是將一個人在人生有限的時間內能夠將個人的智能、性格性向、價值觀，以及人生的阻力及助力均能妥善安排，讓他能成為完全發揮自我潛能的一個人。

3.如何做生涯規劃?

有不少有特殊學習需要子女的家長，希望改善子女行為上問題，在某程度上他們是規劃子女的人生，他們的想法是:如果子女行為上有改善，上堂如主流的學生般認真，得到基本的成績，將來可以行一條.....的路。

而有關的規劃只是看到一個的限制(特殊學習需)，就着一個考慮因素便去規劃子

女的人生。

在生涯規劃的角度，這是不夠全面及深思熟慮去規劃人生。

3.1 人生的主要角度

事業不是一份單維持基本生活的工作。是一份可用到自身的長處、找到興趣，在工作上讓自己感到我是重要的，令生活有滿足感。生涯規劃的終極目標是幫大家尋找意義，尋找自己對整個世界有什麼義務、責任、貢獻及影響等。

3.2 有效的生涯規劃

探索→規劃

有效的生涯規劃需要經過詳盡的探索過程(生涯輔導)，在生涯規劃可以實踐有關的規劃已經是行動的階段。在這之前是需要詳盡的探索(輔導)階段)。

家長的角色

3.2.1.探索家長自己的個人因素

-了解家長自己的期望，及有關期望對子女的影響。

例如:會否只焦點常放在特殊學習需要之上?如果焦點常放在特殊學習需要所做的規劃會有什麼影響?會否出現只顧避免問題的規劃(例如不做對人的工作)?

3.2.2.探索和接納子女的需要/限制

包括:興趣、能力、信仰、喜好、價值觀、生活方式及決定方式。而最重要是幫小朋友真正的認識自己。

如何了解子女的需要及能力?是否每一個能力均可在行為去睇到?

有一些行為及特質是否去表現可能受着社會的大氣候是否容許他表現的影響，所以在生涯規劃中，如果我們明簡社會、父母、家庭及學校均會影響到一個人的行為，我們在睇一個人的時候焦點便不會單單落在行為之上，而是透過了解去搵他的潛能(一些未能過一些具體及實在的工具及找出的強項)。

建議活動:與孩子一起做一個正向字詞表，之後由子女圈出自己有的特質。

目的:讓子女建立自我效能感。因為最阻礙特殊學習需要學生的是缺乏自我效能感，例如當他們踏出社會的其中一個憂慮會是:是否應該讓人知道自己有特殊學習需要?僱主會否因而不聘用我?

SEN 子女過渡至成人的心理變化

階段一: 9-13 歲是過渡發揮才能的階段

-開始意識到社會有一套價值觀

以往只是有屋企，而現在知到社會有一套價值觀，什麼是好/壞、優/劣，什麼事

會獲讚賞、什麼會獲尊重、學習/智能上的障礙在社會上是有負面的標籤

在這個時期孩子會:

1.在能力範圍以內擴大可以做到的效能

例如知道社會/老師鍾認人讀書好，如她的成績不好，好會盡可能在可用的資源中做到有關的要求。

2.建立聲望

-從身邊的人得到一個肯定，從而建立聲望。

家長的角色:

1.幫子女分辨社會的價值觀是否正確，與家長的價值觀是否一致,如有矛盾可如何處理。

2.讓子女在家中盡量承擔多上能力範圍可以做到的事，他們可以在家庭的圈子、子女的角色中有一些定位發能力。

3.讓子女去嘗試他們有興趣的活動。

階段二: 14-24 歲是建立的階段

1. 自己在社會及職涯獨特之處的定位

2. 清楚自己的興趣、價值觀及能力

-在社會上自己想做什麼，及分析社會是否接受

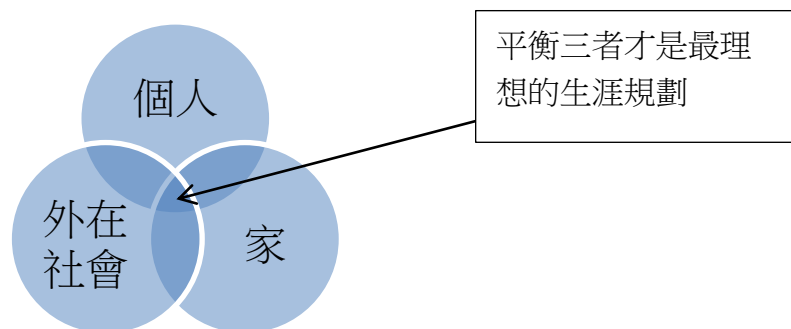
→懂得去排一個優先次序

→特別 20-24 歲開始學習妥協及現實的考慮

生涯規劃不是一個理想的過程，是透過辨別所有可以控制的因素及不可以控制的因素，在衡量所有因素之後定立一個優先次序，如果計劃 1 不成功，我們可改用計劃 2,3,4.....這也是我們搜集不同出路的原因之一。而幫子女學習一個判斷的能力去排一個優先的次序也是非常重要的。

3.2.3 協助子女探索客觀資訊

4. 決擇



結語

1. SEN 子女的心理發展階段。
2. 有效的生涯規劃是先探索、後規劃。
3. 父母的角色：探索者、引導和支持者。
4. 多引導，並非主導。
5. 注意個人因素對子女計劃將來的影響。
6. 生涯規劃四部曲：
7. 知己、協助子女知己、知彼、抉擇！