

談生涯的意義與特性

撰文/劉彥欣

「一個人若是看不到未來，就掌握不到現在；
一個人若是掌握不住現在，就看不到未來。」

談論生涯

人生在世，許多事情有選擇的機會，然，生涯這條路，似乎沒有選擇，是必須得走、必須得經歷的，差別在於，要選擇「如何過」而已。身處於生命中的不同階段、經歷不同的角色，從小到大，即便不去談論，生涯規劃這件事卻總是如影隨形的跟著我們，父母忙著幫我們的生涯作規劃，輔導老師在課堂上帶領生涯探索、規劃的課程，朋友們也時常互相詢問彼此有什麼規劃，坊間關於生涯的指南、書籍以及課程琳瑯滿目，總是聽人強調生涯規劃的重要性，可在談規劃之前，你是否曾經思考過「生涯」為何物？若無給予時間細細思索生涯的意義為何，又該如何真正意識到規劃的重要性。

生涯的意義與特性

談到生涯，什麼想法會在腦海浮現？生、老、病、死？工作？生活？生命？未來？許多想法一一浮出，可或許真的沒有標準答案，可以確定的是，生涯並未大到與生命畫上等號，但也不僅止於工作、職業的內涵而已，生涯有趣之處在於，我們看不見、摸不著，但確實不斷經歷著，你可以寫下「生涯」兩字，但只會覺得模糊難尋，難以體會，很難用一個明確詞彙或語句去囊括生涯二字，西方的 career，意旨冒險、犯難的精神，或是職業上的流動以及穩定性，對於東方人而言，與生計、志業、命運等詞彙有相通性，不同文化脈絡下，對於生涯有其看法，但是從學術上給生涯下的定義——「言人人殊，困難重重」可以發現，即便身處的文化再不相同，每個人的生涯一定都不同，皆具有獨特性，而每個人就是自己生命中的主人，如何去開創，如何去選擇都得先從認識自己、認識生涯的意義與特性開始：

簡單介紹生涯包含的意義與特性：

一、方向性：生活裡各種事態的連續演進方向。方向沒有一定，每個人有自己往前的路徑，而文化脈絡是影響方向的重要因素，如追求自我概念、生命意義、特質能力、跟隨社會趨勢皆可能是生涯其中一種途徑。

二、時間性：一生當中連續不斷的過程。縱貫一生是生涯最基本的元素，過去、現在、到未來，每一個現在接受到過去影響，皆是為了未來準備。

三、空間性:以事業的角色為主軸，包含其他與工作有關的角色。同一個發展階段，呈現不同的角色，譬如以大學生涯為例，大學生的角色是主軸，在同一個空間中，可能包含打工者、孩子、研究助理的角色經驗，這些經驗都不可分割於生涯經驗之外。

四、獨特性:即使每個人以類似的順序經歷類似的職位或角色，但每個人的表現方式皆不同，因此發展都是獨一無二，生涯經驗當然也截然不同。

五、現象性:唯有個人尋求它，才會存在。對於生涯的認知是主觀的，當一個人意識並開始思考自己的未來後，影像才會浮出。人生的意義並非他人如何看待自己的工作，而是人如何從工作中看自己，是否完成了主觀的自我實現。

六、主動性:人是生涯的主動塑造者。從「唯有個人尋求它，才會存在」可發現，面對生涯抉擇、生涯規劃、生涯中任一時刻的思考，人都是能夠去計劃、去思考的，從中能改變環境以及創造環境。

做自己生涯中的編織家

若是透過數學來解讀生涯的特性，可以發現每個人出生時就如同座標軸上的一個點，從出生的那一刻起，點開始移動，只是大家起始點不同，跑動的方向不盡相同，速度不同、曲線也不同，每個人不同發展階段中經驗的不同角色，幫助自己形成面與空間，豐富了自己的人生樣態，替自己開創獨樹一幟的生涯圖像，在過程中，與其他的點、線、面不停交會、平行、交集的過程，就是如同人際上的相處，而線的高峰低谷就是人生中的正負向經驗，我們是自己生涯的主人，也是編織家，可以決定要幫自己的生涯編織成怎樣的圖像，因此得先認識自己是什麼性質的線，自己適合什麼樣的編織工具、自己喜歡怎麼樣的編織速度、最重要的是自己想要怎樣的圖案。

生涯，「生也有涯，而知也無涯」。因此，替自己的生涯規劃前，得要先理解我們每個人正在走的路，是怎麼樣的一條路，這是一個開始，即使終究有結束的一天，可學習是無止盡的，如何對自己有明確的自我概念，知道該如何下決策，如何學會選擇並承擔責任、如何去因應變動的環境等，都是需要花費一輩子的時間去經歷與學習的。即使沒有全部學完的一天，也不用緊張，在迷惘的時候，要記住的事情就是，「每個人都是自己生命的主動者」，惟有你自己想，才會真正走在生涯規劃的路上，也才可以創造自己想要的生活。