



學大明陽立國

電子報專欄

- ▶ 本期摘要
- ▶ 校園焦點
- ▶ 陽明訊息
- ▶ 行政會報
- ▶ 課輔部落格
- ▶ 捐款芳名錄

副刊專欄

- ▶ 山腰部落格
- ▶ 山腰電影院
- ▶ 閱讀生活

相簿集錦



快訊 【校園焦點】本校推動「璞玉計畫」 增加弱勢學生就讀機會

山腰部落格

生涯的追尋



夢想與理想間有時需要取得平衡

某天，三位從小到大的好朋友相約在一間咖啡館，彼此分享著各自的生活與近況。這三位好朋友分別是「夢想家」、「理想家」與「堅持家」。「夢想家」是個默默無名的自由畫家，他到處旅行，看盡各國美景，欣賞世界上不同的藝術作品，同時他也能盡情地揮灑自己對繪畫的熱情與執著。而「理想家」已經建立了一個家庭，是金融公司的主管，每天朝九晚五，過著十年如一日的的生活。「堅持家」是個保險業務員，每天拼命與客戶談生意，如此的努力與堅持，冠軍銷售王的寶座非他莫屬，而他的成果也深受眾人肯定。

聊到一半，三個人都用羨慕的眼神望向彼此。「夢想家」說：「我真羨慕你們兩個，一個生活安定，一個成就滿滿，我多希望有著固定的收入和他人的肯定，女朋友才不會一直囉嗦。」「理想家」搖搖頭接著說：「我才羨慕你們兩個，我對生活失去熱情和自由，只剩下重複不斷的生活與數字，還要背負起養兒育女的責任。」

「堅持家」聽完兩人的話嘆了一口氣，什麼話都沒說。「夢想家」和「理想家」疑惑地看著他說：「你不但有這麼好的成就，還有好老婆，為什麼還要唉聲嘆氣？」「堅持家」說：「我害怕窮苦所以堅持努力工作，也害怕孤單所以結了婚，現在我什麼都有了，但也發現生活好像失去了方向與目標，有時甚至會感到空虛。」「理想家」深深地點點頭：「你.....就是缺少了夢想。」

此時，三個人都為自己人生的選擇感到懊惱。突然，「理想家」興奮地說：「既然如此，為什麼我們不一起合作、一起創業，這樣就能互補我們失去的那一部分了。」「夢想家」和「堅持家」聽完立刻拍手叫好。幾年後，他們創下自己的品牌，成立了設計公司，並成功闖出一番事業，而這三個人也補足了內心的缺憾，並一起享受成功後的甜美果實。

大家不妨從上述故事中的「夢想家」、「理想家」與「堅持家」的角度出發，來逐一思考。首先，「夢想」是指「我想要做什麼工作」。先不論能力，自己是否曾經對某些職業有所憧憬呢？若還不清楚自己的夢想在哪裡，或許可以透過修課、打工、社團或志工服務的活動，了解自己感興趣的領域。

接著，「理想」是指「我對未來生活所重視的部分」。因為你選擇的行業類別，會直接或間接影響到生活的各層面，包含經濟水平、成就、家人認同、工作時間長短、個人發展、專業成長等等，所以大家不妨思考自己夢想中的工作，能否符合自己對未來生活理想的樣子。例如：你夢想中的工作是當一名空姐，除了薪資待遇不錯，還能嚐遍世界美食、看盡世界美景；但這份工作的工時長、上下班時間不固定，且父母期待你能時常陪伴他們。此時，該如何在夢想與理想間做取捨，或取得平衡呢？你或許可以調整自己的夢想，從空姐轉為地勤；也或許你想跟家人溝通協調，取得一致的共識。當你能取得平衡時，即能避免故事中「理想家」與「夢想家」互相羨慕又懊悔的情形發生。

最後，「堅持」則是一把鑰匙，能帶你通往夢想與理想。為自己堅持，並享受過程中每一刻的啟發與成長，將它轉化為動力與能量。相信有「堅持」帶領著夢想與理想，必能朝向美好的未來前進。相信十年後再回頭看，你會感激自己在過程中的嘗試與努力，並對自己會心一笑。

參考文獻：葉至誠（2013），生涯規劃與職業生活，台北：秀威出版。

<文 / 心理諮商中心 陳華全職實習心理師；圖 / 溫蒂 >



在過程中所作的嘗試與努力，都值得自己感激

[\[←\] 回上一頁](#) [\[🏠\] 回到首頁](#) [\[↑\] 回到最上](#)

COPYRIGHT © 2010 NATIONAL YANG-MING UNIVERSITY ALL RIGHTS RESERVED 國立陽明大學版權所有，未經同意，請勿轉載

[關於電子報](#) | [訂閱電子報](#) | [聯絡編輯小組](#) | [友站連結](#) | [上期電子報](#)

發行人：梁庚義 總編輯：王瑞瑤 執行編輯：彭琬玲 網頁維護：凱笛資訊

