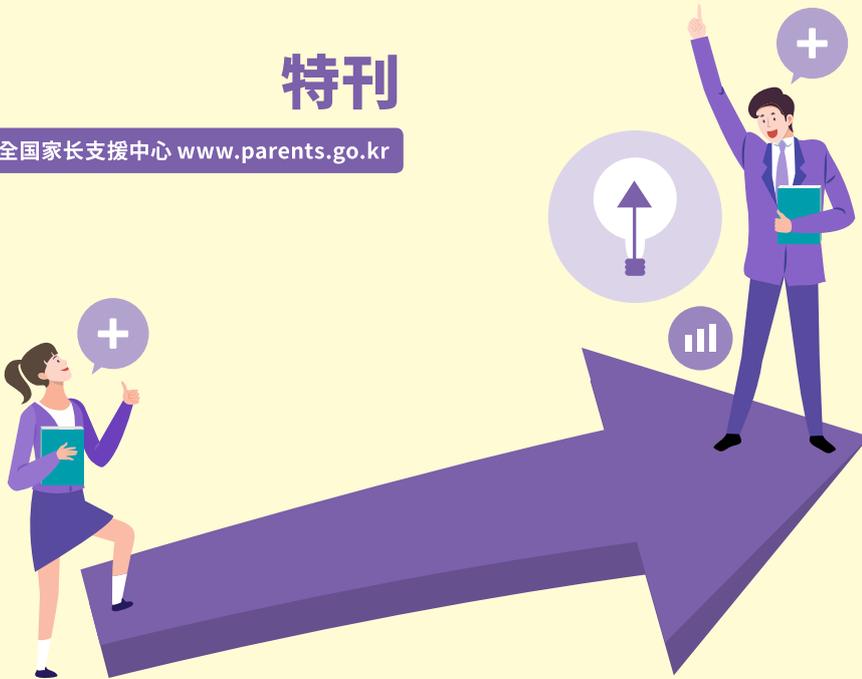




支援子女梦想的家长前途规划简讯

特刊

全国家长支援中心 www.parents.go.kr



## 通过对话发现孩子无穷无尽可能性

怎样才能做好喜欢的事？大部分学生在探索及决定前途规划的过程中不知如何从喜欢的事 vs 能做好的事之间选择。有的学生对短句中充满幽默感的SNS内容感兴趣但创意能力却不足，又有一些学生虽对美发或美容极感兴趣手艺却不怎么出色。如此这般，兴趣和职业能力倾向并非一致。

那么，孩子在喜欢的和能做好的事中作为前途规划应如何选择？青少年由于具有无限潜力需选择喜欢的事，但也要着力提高该领域自身能力。这时最好基于现实对待孩子的苦恼，但也需要安慰失望伤心的孩子。围绕子女发展可能性和成长可能性同孩子一起思考及交谈就可想象充满希望的未来。

## 找出孩子优点来提升其自信心

若与子女更多更久进行有关前途规划的交谈则子女越可以获得“自己完全可以做到”的自信心。一旦自信心得到提升，孩子相比不足之处更会关注自己能做好的事情。有关孩子感兴趣的领域与其对话，孩子就会相信自己的梦想一定能够实现。

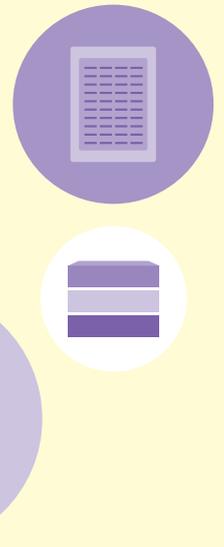
掌握自身优点及能力并获得自信的话“自我效能”也会得到提升。所谓自我效能是指对执行课题及实现目标能力的自我评价。例如，为将前途规划选为A兴趣领域觉得需要B能力及职业能力倾向时若是自我效能感低的学生还未挑战就会放弃。相反，自我效能感高的学生则为发掘自身能力和职业能力倾向制定计划且愿意挑战。这是因孩子了解自身优点并充满自信去利用。

# 积极期待，将兴趣转化为能力的前途规划秘诀

## 提高自我效能感，答案在于积极期待及对话！

自我效能感可通过周边积极期待得到提升。瑞典著名中距离田径选手 Lennart Strand(1921~2004)的故事就是代表性案例。Lennart Strand 从小就喜欢在树林中跑步。有一天，他的父亲叫他在树林中跑1,500m，然后夸他的记录是4分50秒。Lennart Strand 深信自己在跑步方面有天赋，经无数练习后终于成为欧洲最佳中距离田径选手。过后父亲告诉儿子说其实那天实际记录是5分50秒。为了使儿子不失去对跑步的热情，故意将记录成绩说得更好。

如同Lennart Strand案例，对子女兴趣领域多进行对话并鼓励十分重要。以积极的态度围绕自己喜欢的领域应如何提高实力这一话题交谈，也许您的孩子就是第二个Lennart Strand。





# 将喜欢的事转化为能做好的事 探索前途规划4阶段

喜欢的事完全可以转化为能做好的事。若提高自我效能感并培养兴趣领域所需能力就可无限扩大可能性。请认真思考为将喜欢的事转化为能做好的事都需要作出哪些努力。为让子女往兴趣领域设计前途规划请与子女多进行对话并填好空栏。一栏一栏填好后，孩子的自我效能感将得到大幅提升。



**喜欢的事 = 能做好的事**

为了让子女将喜欢的事做的更好, 请围绕孩子优点及不足之处多交谈。  
通过弥补不足之处过程, 孩子的优点将更加突出, 力量也将进一步得到提升。

## 前途规划 Q&A

### Q.即使没有才能也可实现梦想吗?

**努力和意志相比才能更为重要**

青少年期如同身体变化, 职业能力倾向或能力也持续发展、发达。因此, 很难明确把握自己的才能。相比轻易断定自己的特性来限制目标, 开启所有可能性不断努力打造更坚实的能力更为重要。

宾夕法尼亚大学DWORKS教授发现可预测成功的人具有一个共同点, 那就是并非高智商或富饶财富抑或好的外貌以及身体条件, 而是朝着目标长时间迈进的热情和忍耐。经几年时间认真学习并努力时才可实现梦想, 而不是短期内实现。

来源: 职业网 前途规划解决方案