

家長與成年子女的家庭問題：放手與信任講座

請轉向旁邊的人，分享 **1** 分鐘

當提到孩子的未來職業時，您腦海中浮現的第 **1** 個「擔憂」是什麼

家長的擔憂

- 找不到穩定工作
- 薪水太低，生活困難
- 選錯行業，後悔莫及
- 社會地位不夠體面

子女的擔憂

- 不知道自己適合什麼
- 害怕讓父母失望
- 同儕比較的壓力
- 找不到方向，很迷茫

過去的職場

一份工作做到退休
鐵飯碗最安全
單一職業路徑
學歷決定一切
穩定=成功

現在的職場

平均每3-5年換一次工作
斜植青年、多元收入
跨界、轉型是常態
技能與作品集更重要
成長=成功

三個關鍵詞，讀懂新職場



零工經濟
(Gig Economy)

- 自由接案
- 平台工作
- 彈性時間



斜橫青年
(Slash Youth)

- 一人多職
- 跨領域能力
- 複合技能



頻繁轉職
(Job Hopping)

- 探索自我
- 持續學習
- 不斷進化



「我們無法預測10年後哪些工作會消失，
但我們可以培養孩子應對變化的能力。」



1



持續學習的習慣



2



適應變化的韌性

3



清晰的自我認識

情感支持--心理安全網的力量
父母的理解，是孩子最強的后盾



傾聽, 不評判
讓孩子願意說出心裏話



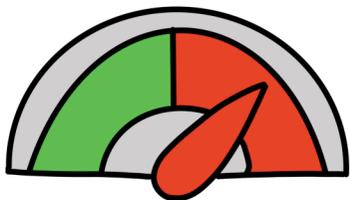
鼓勵, 不施壓
「你可以的」比「你應該」更有力量



陪伴, 不代替
在旁邊, 但讓他自己走



有界線的幫助



包辦代替

家長的期望

- 高薪、穩定、有保障
- 社會認可
- 不要走彎路

VS

子女的渴望

- 有熱情、有意義
- 做自己喜歡的事
- 被理解、被支持

理解與共情 職業選擇的家庭影響與壓力

孩子面對的壓力

同儕競爭

高生活成本

找不到方向

學會這四句話, 改變親子對話



不帶評判地傾聽
先聽完, 再說話



好奇, 而非審問



表達關心, 而非控制



共同探討, 而非對立