

畢業生了沒？

心靈花園

文／諮商輔導組提供

老師您好：

我是即將畢業的大四生。其實我很焦慮要畢業這件事情，常常聽到別人說：「畢業即失業」，或是公司不會想要用社會新鮮人，覺得我們這個世代是不堪一擊的草莓族，一碰就軟掉、爛掉等。也聽到學長姊說過他們在工作上碰到的衝擊，舉凡是人際互動的狀況、職場中的潛規則等。我不是沒有打工的經驗，可是好像聽了大家的經驗分享，就會覺得打工跟正式工作存在很大的差異。想到這些就讓我覺得好焦慮、好擔心！我不想要自己傻傻的、什麼都不知道，到底要怎樣我才能夠成為一個不是草莓族的社會新鮮人呢？

有仁 敬上

有仁同學你好：

從來信中我可以感受到你對於畢業要進入職場這件充滿許多未知的事情，有很多的擔心、焦慮與不安。我也看見你很用心且認真地詢問校友的經驗作為參考，去思考及比對自己的經驗。

剛畢業的社會新鮮人有時會被稱為「草莓族」，是因為現在的大學畢業生給企業主的感覺在應對進退方面的言行舉止較隨性，加上不論任何場合，站在自我立場毫無掩飾表達的方式，容易在無形中得罪不少職場上的前輩。

其實不得不承認，學校與職場是兩個很不一樣的環境，需要用不一樣的思維與態度去面對：學校是提供你學習機會的地方，老師們會把要教給你的東西準備好，而職場是需要你展現能力、發揮所長的地方，若碰到不熟悉、不理解之處，你需要主動、積極一些去向主管和前輩請教，將自己所需做的工作事項細節做充分的了解和安排。

而由於角色上的不同，也須更注意自己在職場中的職位在團體當中的重要性，因此要將各項工作的行程納入行事曆中，對於工作的進度做一定的安排，有疑惑時便要適時的與同事主管討論和反應，否則當期限到來，工作卻沒完成，事情可能不只像學校繳交報告成績評分那樣的簡單，而是關係到整個工作團隊的進度和工作效能呢！

另外，也要學習培養自己的人際禮儀：在學校時可能會因為跟授課老師不熟而不太需要打招呼，但是當你進入職場，打招呼、寒暄是基本的禮貌，也是讓身為社會新鮮人的你可以跟人建立良好關係的第一步。

最後，讓自己融入職場生活，充分發揮自己能力，了解自己不足的地方，加以改進，讓職場中的前輩、同事看見你的改變與進步，這才是最重要的！

老師 筆