


# 52赫茲的鯨魚

職涯就像「52赫茲的鯨魚」，  
如果說52赫茲的鯨魚投射出人們內心的寂寞，  
那麼職涯將投射出一個人的成長與悲歡；  
就像心理學家常說：過往經歷將影響一個人的未來。

## 「夢想成真」， 並不只有「夢想」



小時候的我認為「夢想」  
就是自己最喜歡的樣子；  
在幼稚園畢業前，我寫下了：  
想成為音樂家。小學三年級，向  
媽媽請願想學鋼琴；印象很深刻，  
當時的自己坐在後座，看著媽媽打電話  
給爸爸，說著：要找鋼琴老師至少五六千吧，報名  
鋼琴檢定聽說不便宜，鋼琴好貴……小小的我，第一次發現家  
裡不一定能支持自己喜歡的事物；於是我學會在提出需求前，  
先跳脫自己的角色思考得到前的付出。這份學習，讓自己漸漸  
習慣如何為身邊的人考慮，開始學會關注別人的心情，也為未  
來選擇科系埋下了伏筆。

## 抵抗失重感，

### 「孤島」的開始與結束

我們家是個大家庭，和阿伯一家住在一起；在童年的記憶中，家中老是出現爭執。年紀還小的我，其實並不懂大人們的世界，但這些吵鬧還是成為一抹陰影壟罩著我；覺得自己的存在彷彿是道枷鎖，將互相不適合的人們鎖在一起。厭惡是種情感，而這份情感盤旋在我心頭，無法傾訴也無法排除；直到升上高中。

高中時期，由於課程的關係，開始接觸到幫助人的事物；像是帶幼兒園的孩子到街道募款，彩繪學校的白牆。這些經歷也影響高中的我，被現在的科系：「家庭研究與兒童發展學系」所吸引，藉著繁星一腳踏入這個領域。

### 52赫茲的自我救贖之旅

很感謝高中時的的經歷，令自己**探尋到另一種「生活的模樣」**；如果沒有那段時間的學習，自己也許會走向截然不同的道路。大學一年級，如繁星時所期望的，學習到更多關於人的事物。在心理學，學習到一個人會如何因刺激而變化；在社會學，學習環境如何影響一個人的生命脈絡；在幼兒發展，學習「引導」的方式，了解孩子每一階段的成長，以及孩子成長的需求；在人際關係，首次接觸薩提爾溝通姿態以及冰山理論，重新審視了自己的過去，自己過往的生存方式，為什麼當自己感受到壓力便會習慣逃避？故事之下有情緒，情緒之下有冰山(引起情緒的原因，真正需要被滿足的需求)……這些學習讓我一步步理解自己的內心，真正地開始治癒過去的傷痕，真正地與內心衝突和解，並**開始嘗試將這些學習運用在家人身上**。

## 原鄉裡，孩子們

大二下學期；還記的當時在面談的時候，老師曾問過：為什麼想參與原鄉？其中一個原因便是，因為國小的時候也有大學生從都市到鄉村帶活動，受人恩惠，所以想要幫助需要幫助的人。在原鄉的時間，學習到無論是想實踐所學還是幫助陪伴，方法真的很重要；原鄉的孩子每個人背後都有著故事，每個孩子都像是孤島，內心或多或少都有著傷疤；就像當初的自己，但不是所有人都能找到與內心衝突和解的機會。因為理解，所以期望孩子在覺得悲傷、憤怒時，心靈能有個棲身之所。



職涯像場旅行，

就像人們對「52赫茲的鯨魚」的釋懷之路。