

轉系 人生的抉擇

心理師，您好！

不好意思，我想請問關於轉系的問題。

我現在是工學院大一學生，當初會決定念這個科系是因為家裡長輩極力推薦，他們認為從這個系畢業就能保證未來會有前途，當然也包括這個「錢」途啦！當時，我自己也沒有想太多，既然他們都這樣講了，而且我本來就是個聽話的小孩，於是就來念了。可是現在都念了快一年，卻發現自己越來越不快樂，有些科目更是要我的命！怎麼說咧，像有些教授在台上講他自己的，也不管我們聽不聽得懂，考試成績出來當然是慘不忍睹；不然就是課程內容

很無聊，也不知道念這個對未來有什麼幫助，怎麼也提不起勁來唸書。對了，我還有參加社團是屬於服務性質的，我發現自己在社團中還比較快樂，而且幫助別人會有蠻多成就感的。所以我最近常常在思考，希望在升上大二之前就趕快做個決定，看是不是要轉系還是重考之類的，但我也不是很確定要轉到哪個科系，只是待在原科系又會很痛苦……希望心理師可以幫我解答，謝謝！

考慮轉系的同學

「考慮轉系的同學」，您好！

您好！從信中來看您目前所就讀的科系應該算是長輩幫您決定的，但進來就讀以後，您對這科系的課程內容產生疑慮，也開始感覺到自己在系上越來越不快樂，反而發現在社團服務人群才有成就感。首先，我很高興您開始重視自己內在的聲音，知道要為自己的將來好好打算，並且還懂得運用學校資源尋求學生輔導組的協助，由於每個人的生涯規劃都很重要且獨特，而且是自我終其一生都需要檢視的課題，因此我不能僅藉由這封信就幫您決定您該走的路線為何，但是我將列出以下幾點原則，希望您要好好看過，並審慎思考後，再來作出是否轉系的決定囉！

一、想要轉系的理由

您說系上有些科目讓您很頭大，有些是聽不懂，有些是搞不懂和這科系內容有何關連，因而影響您的唸書意願和成績表現，因此我想請您好好想一下，您對這科系的願景與展望已經夠清楚了嗎？明白這些課程安排的用意了嗎？是因為得不到讀書的要領而失去信心呢，或者是被退學的可能性大到不得不考慮轉系，還是真的對這科系沒有興趣呢？

二、只有轉系一途嗎？

想想看，在您面前有哪些路可走，是否已經搜集足夠充分的資訊呢？您的狀況是比較適合休學？重考？轉學？轉系？雙學位？輔系？將這些不同的出路做一下優劣比較，再來決定是否轉系。

三、量身打造個人的生涯抉擇

1. 知己：您對自己的性格特質、價值觀、興

趣、能力等四大方面具備足夠的瞭解嗎？如果您對自己狀況都還不夠清楚時，信要做下決定是萬分困難的一件事，因此，多找您信任的長輩、導師、同學、朋友等人，聊聊他們對您在這四個層面的觀察和認識，或到學生輔導中心做生涯、自我探索、學習策略等相關的心理測驗，再與心理師進行討論，如此一來您才能更加確定自己的志趣和發展方向。

2. 知彼：如果您已經確定要走的路線是轉系，那麼，知道這條路線的必備條件也是相當重要的一環，您可以去請教之前有轉系經驗的學長姐，問問他們當初是如何調適自己的心情，是如何準備充分才成功轉系的，也可以直接詢問欲轉科系的主任或師長，請教他們對該系的願景以及對學生的期待與要求，而目前學校相關的轉系規定，當然也是不可或缺的資訊囉！

3. 行動：就算在有萬全的準備，若是缺乏行動，則一切枉然！學習訂定目標，並思考完成目標的具體策略，一旦下定決心，就從現在開始動手吧！

最後，要提醒您的是，生涯規劃是一個不斷改變的動態過程，需要持續檢視自己的能力、價值系統與實際環境的需求，才能做出當下最適合自己的決定。然而，如果一時之間無法做出確切的生涯選擇，倒不妨保持開放的心情與態度，讓自己在生活當中盡情探索各種可能性，畢竟，人生這條路上，誰能料準接下來會有什麼驚奇美好的新發現呢？祝福您囉！

學生輔導組 心理師筆