

牽引羈絆續緣 第24期海青班跨校畢業聯展 創意甜美溫馨盛會 僑生父母分享畢業歡欣 童話麵包蛋糕誘人潮 環保亮片服飾美豔登場

【文 / 黃璋琪】12月28日陽明山寒冷冬天，飄著綿綿細雨，大成館與中堂卻絲毫不受影響！流行音樂熱力播放，舞台上服裝設計科模特兒的時裝走秀，加上烘焙科的熱騰騰蛋糕免費試吃，讓今年第二十四期海青班畢業成果展溫馨感人，不少海青班同學的父母更遠從馬來西亞等僑居地飛來台灣與同學分享畢業成果，現場淚眼汪汪令人感動。

幼保科楊同學表示，每年海青班活動的主要成員都是以僑生為主，把主題定義為「牽引」是想要把彼此的心一個個牽起來，沒

有隔閡，大家都合樂融融。所以這次投影的展出帶有懷舊的氣息，展示的桌上放滿了兩年來共同的生活回憶，而且架上展示的作品，如：彩繪玻璃瓶、精緻麵粉團、故事書……等等，都是大家親手製作、挑選。

楊同學說，隻身在外求學，有時候也特別想念家鄉，好在班上同學大家也很團結、窩心，此次畢業學成歸國，不僅在專業領域上有所得，更學會獨立自主。

以長短不同的麵包拼成「童話」的牌子，透過微黃的燈光，掛在烘焙科的攤位上，桌上擺放



僑生父母遠從印尼參與海青班的畢業展



服裝秀吸引不少同學駐足觀賞



海青班向同學展現異國熱情風



食物創意離展，秀出學生無窮創意



海青班同學合影

著一盤盤精緻小巧的西點。以迪士尼童話故事為主，用慕斯做成各種華麗不同造型，有灰姑娘、三隻小豬、姆指姑娘、小猴子…等，各種童話故事中的虛幻主角都化身成為桌上可口的小點心，吸引人潮不斷。

烘焙科紀瑞萍同學說道，此次的主軸就是想喚醒童年時，那種溫馨甜蜜的記憶。

桌子旁邊的各種形狀造型不一的巧克力，象徵著屬於童年回憶甜滋滋的感覺，以迪士尼故事為主要造型是希望，藉由小時候所讀童話故事，喚起大家對童年美

好的記憶。

今年銘傳大學以「緣續」為展出主線，首度加入此活動，以「緣續」命名，是因為跨校參加，各種童話故事中也存在著一股若有若無的緣份，故取之為「緣」；而且也希望未來的學子也能夠「延續」這個夢想，並精益求精。

然而，僑生認為唯一美中不足的是，現場的場地過於狹小，讓遠從馬來西亞、緬甸、泰國的雙親父母沒有足夠的地方可以歇息，希望學校未來可以開放表演場地，盡情發揮學生無窮創意。



銘傳大學緣續文大。

德語會話快樂學習 德國義工老師帶領你圓夢

【文 / 呂祥竹】想沈浸於風趣的語言環境、嚮往幽默的會話園地嗎？德文系與山仔后基督教會合作開設的「德文班」將帶領你圓夢！藉著德、英雙語式的教學，讓同學們的外語會話能力在短期內大幅提昇。

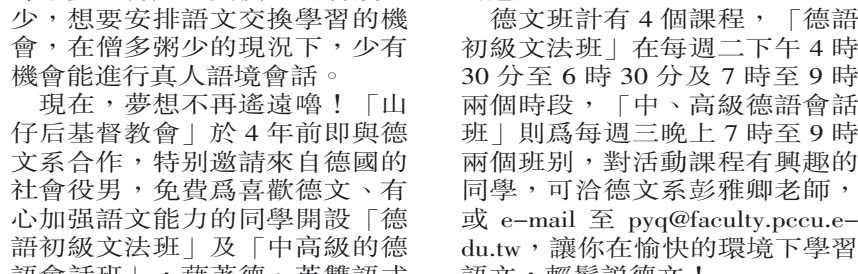
對學習外語的人而言，「真人會話練習」往往是一個令人望之興嘆的夢想，因為學校的外籍老師不多，再加上交換生的名額也少，想要安排語文交換學習的機會，在僧多粥少的現況下，少有機會能進行真人語境會話。

現在，夢想不再遙遠囉！「山仔后基督教會」於4年前即與德文系合作，特別邀請來自德國的社會役男，免費為喜歡德文、有心加強語文能力的同學開設「德語初級文法班」及「中高級的德語會話班」，藉著德、英雙語式

的教學，讓同學們的外語會話能力在短期內大幅提昇。

今年兩位來自東德的義工老師，Tobias FLEMMING 和 Lothar CULBING，他們遠道而來，在台灣服務有需要的人，包括語文教學、監獄探訪、兒童課外活動等，德文系與山仔后基督教會合作，讓文大同學們也能感受來自德國2位義工老師幽默風趣的語言魅力。

德文班計有4個課程，「德語初級文法班」在每週二下午4時30分至6時30分及7時至9時兩個時段，「中、高級德語會話班」則為每週三晚上7時至9時兩個班別，對活動課程有興趣的同學，可洽德文系彭雅卿老師，或 e-mail 至 pyq@faculty.pccu.edu.tw，讓你在愉快的環境下學習語文，輕鬆說德文！



想要學德語麼！德文系與山仔后基督教會合作，讓同學們感受來自德國2位義工老師幽默風趣的語言魅力。



想要學德語麼！德文系與山仔后基督教會合作，讓同學們感受來自德國2位義工老師幽默風趣的語言魅力。

文大校訊

402 週報 中華民國九十六年一月八日 星期一

發行人/張鏡湖 社長/李天任 顧問/劉賢德、唐彥博、郭瓊俐 華夏導報網址/http://epaper.pccu.edu.tw 電郵/ editor@staff.pccu.edu.tw
主編/李文瑜 副主編/呂祥竹 美編/華岡印刷廠 地址/台北市陽明山華岡路55號 電話/(02)28610511 轉 13602

內頁新聞提要

- 張董事長析探中國 環保嚴峻未來 2
- 中國大陸環境與資源管理 嘉賓雲集 2
- 人事室邀教職員 暢遊東北哈爾濱 3
- 海青班跨校畢業聯展 溫馨落幕 3
- 德語會話快樂學習 德國義工老師圓夢 4
- 消防是 Do 不是 Say 消防安全停看聽 4

快樂教育行腳者 實踐大學謝孟雄董事長 期推動大區域校際合作 鄂圖曼帝國的餘暉攝影學 藝術眼光 引領華岡師生飽覽土耳其異國風光

【文 / 林雅琪】實踐大學董事長謝孟雄博士二度蒞臨本校，以「鄂圖曼帝國的餘暉」為主題，透過攝影鏡頭的角度帶領觀光系的師長從君士坦丁堡出發，飽覽土耳其的建築、生活習慣、街道、食物、傳統手工藝品，暢遊土耳其風光民俗。

謝孟雄董事長與張鏡湖董事長相交甚深，並曾與李天任校長同時出席土耳其大學運動會，謝董事長說，緣份讓彼此情誼更深，希望未來同是位於北台灣之實踐大學與文大都能在區域校際交流上更盡一步。

謝博士畢業於美國賓夕法尼亞大學醫學系，曾任台北醫學大學校長、實踐大學校長、第二屆監察委員、中華民國社區發展協會理事長等職，對婦女衛生保健、婦女疾病以及攝影皆有專書，致力於相關領域的深入研究。

謝董事長說，憶當年實踐、銘傳與世新大學都還在專科時代，本校張創辦人對教育無私無礙的奉獻，引薦當時教育部長，懇談升格希望，讓這三所學校同時升格為大學，造福不少大學生，讓大學教育日趨普及化，對高等教育產生莫大影響，這是張創辦人的恩澤，他永感銘內。

謝董事長提到，教育部與外界對私立大學都有錯誤的觀念，認為私校就是學店，這是對私校不



謝董事長(左三)與本校張董事長(右三)相交情誼深，在晚峰紀念館留下難得合影。李天任校長(右二)林柏杉學務長(左二)唐彥博總務長(右一)觀光系蕭心慧主任(左一)。



謝董事長說，土耳其在歷史有一定地位，面對現代的科技，展現兼融並蓄之風。

公平的見解，近幾年實踐與文大等有名的私立大學，積極充實師資及擴充各項教育設備，都代表學校對教育的用心。

李天任校長提到，實踐大學謝孟雄董事長是位風趣幽默的教育者，不只是醫學博士，更是「攝影」學專家，著有多本攝影專書，慧眼品味藝術與生活，是一個實踐生活快樂的教育行腳者。

謝董事長對土耳其戀戀不忘，猶記當年1969年與老婆至土耳其自助蜜月行，一個月的風光悠閒，歷史巡禮，從那之後愛上土耳其。回台後，進而研究土耳其的歷史、風土民情，更到圖書館翻找舊照片和資料，從那塊迷人的土地上發現新事物。

土耳其在歷史有一定地位，面對現代的科技，展現兼融並蓄之風。謝董事長說，從大街道到舊市區都可以看到土耳其的淳樸和民族多元，在街道上能看見駱駝代步，現代化的地鐵和跨海

大橋，突顯土耳其對科技的兼容並進。

道地美食，一輩子難忘。謝孟雄董事長說，在土耳其可以看到當地的小販推著推車販賣「土耳其 pizza」，外型就像台灣的燒餅，而包著厚厚雞肉片和醬汁的沙威瑪以及三角形的餃子美味可口，尤其在當地一定要買最著名的「蘋果茶」，濃郁而富有水果的香氣，在喝蘋果茶的同時彷彿重遊土耳其！

大橋，突顯土耳其對科技的兼容並進。

道地美食，一輩子難忘。謝孟雄董事長說，在土耳其可以看到當地的小販推著推車販賣「土耳其 pizza」，外型就像台灣的燒餅，而包著厚厚雞肉片和醬汁的沙威瑪以及三角形的餃子美味可口，尤其在當地一定要買最著名的「蘋果茶」，濃郁而富有水果的香氣，在喝蘋果茶的同時彷彿重遊土耳其！

為世界環保盡心 文大率先全國各大專院校 申請通過綠建築標章

【文 / 李文瑜】迎接綠建築世界新趨勢，中國文化大學率先引領全國各大專院校，以綠建築設計理念為目標，使全新多功用的體育館在95年7月14日獲得內政部審查通過頒贈綠建築「正式合格證書」及「綠建築標章」，於95年12月30日舉辦的第18屆台北國際建築建材暨產品展中，由內政部長李逸洋親頒「綠建築獎章」予唐彥博總務長，向來自世界各地的建築及建材企業大廠宣示台灣綠建築的環保新觀念。

本屆台北國際建築建材暨產品展吸引來自世界各地的業展參展，今年多以環保設計為主題的建築及建材設計展，也齊聚國內知名的建築設計師，宛若一場建築的嘉年華會，行政院蘇貞昌院長與內政部長李逸洋部長並親臨現場頒獎給2005年獲綠建築環保獎章之單位及其設計的建築師。

為鼓勵興建省能源、省資源、低污染之綠建築，建立舒適、健

康、環保之居住環境，發展以「舒適性」、「自然調和健康」、「環保」等三大設計理念，內政部委請財團法人中華建築中心自88年9月1日起正式公告受理「綠建築標章」之申請。

綠建築標章之核給，需通過九大指標評估系統之評估，包括基地綠化量指標、基地保水指標、水資源指標、日常節能指標、二氧化碳減量指標、廢棄物減量指標、污水垃圾改善指標、室內環境指標、生物多樣化指標，經由綠建築標章審查委員會審查通過始可發給標章，評定為「綠建築」。

目前台灣的綠建築標章之推動共分成「候選綠建築證書」與「綠建築標章」，綠建築標章為取得使用執照或既有合法建築物，合於綠建築評估指標標準頒授之獎章。候選綠建築證書則為鼓勵取得建造執照但尚未完工領取使用執照之新建建築物，凡規劃設計合於綠建築評估指標標準之建築物，即頒授候選綠建築證書。

本校於體育館興建之刻，以「綠建築」為興建之目標理念，興建之始即以建築物藍圖推薦徵選交付內政部建築研究所審查綠建築標章，於民國94年7月28日榮獲「候選綠建築證書」；體育館於今年落成啟用後，經過內政部委託中華建築中心相關評審委員多次實地勘察綠建築標準，於95年7月14日正式通過頒贈「綠建築」合格證書，代表文大體育館正式迎接綠建築新世界，為環保建築盡最大心力。

康、環保之居住環境，發展以「舒適性」、「自然調和健康」、「環保」等三大設計理念，內政部委請財團法人中華建築中心自88年9月1日起正式公告受理「綠建築標章」之申請。

綠建築標章之核給，需通過九大指標評估系統之評估，包括基地綠化量指標、基地保水指標、水資源指標、日常節能指標、二氧化碳減量指標、廢棄物減量指標、污水垃圾改善指標、室內環境指標、生物多樣化指標，經由綠建築標章審查委員會審查通過始可發給標章，評定為「綠建築」。

目前台灣的綠建築標章之推動共分成「候選綠建築證書」與「綠建築標章」，綠建築標章為取得使用執照或既有合法建築物，合於綠建築評估指標標準頒授之獎章。候選綠建築證書則為鼓勵取得建造執照但尚未完工領取使用執照之新建建築物，凡規劃設計合於綠建築評估指標標準之建築物，即頒授候選綠建築證書。

本校於體育館興建之刻，以「綠建築」為興建之目標理念，興建之始即以建築物藍圖推薦徵選交付內政部建築研究所審查綠建築標章，於民國94年7月28日榮獲「候選綠建築證書」；體育館於今年落成啟用後，經過內政部委託中華建築中心相關評審委員多次實地勘察綠建築標準，於95年7月14日正式通過頒贈「綠建築」合格證書，代表文大體育館正式迎接綠建築新世界，為環保建築盡最大心力。



唐彥博總務長於第18屆台北國際建築建材暨產品展中接受表揚。

消防是 Do 不是 Say 消防安全停看聽

【文 / 呂祥竹】工業革命以後，人性化產物為人類帶來了物質生活的便利，相對的，電器的使用安全就相形重要，為推廣消防安全，正確使用電器產品，總務處特別舉行95學年度消防防災演習，並邀請山仔后分隊隊員協助校園消防實況演練，藉由「知」與「行」的學習，維護居家，尤其是外宿同學的安全。

總務處邀請消防署林金宏專門委員蒞校演講，透過實例的講解，讓同學了解電器產品對周邊生活安全的影響性。林金宏專委說，同學最常用的就是延長線，將多個電器用品通過一個集線器進行運作，提醒同學使用延長線時，應在容許負載容量下使用，並確保有保險絲等負荷過載保護裝置，避免電線內部銅線斷裂造成「半斷線」。

林專委提醒同學，平常就應熟悉住宅逃生路線、滅火器以及大樓緩降機的使用方法，而當火災

發生時，勿驚慌，並採取「滅火」、「報警」、「逃生」三步驟。在火源初萌時，立即予以撲滅，即能迅速遏止火災蔓延，如火災有擴大蔓延之傾向，則應立即報警，詳細說明火災發生地點、處所、建築物狀況等，並迅速逃離現場。

其他如隨手關燈、拔除不使用的電器插頭、用电量大的電器用品避免共用一組插座、移除電器用品旁的易燃物等，平時並備妥逃生繩索、軟梯、緩降機、救助袋等器具，以便發生突發狀況時能夠從容不迫加以應變。林專委強調，「消防是 DO 不是 SAY」，留心小地方就能發揮大功效。

總務處事務組也特別邀請山仔后隊員協助校園實況演練，包括去年落成啟用的體育館也在這次演練大樓範圍內，演練逼真，讓不少同學見識到消防設備的神奇功效與消防隊員的努力。

十二項環保課題 張鏡湖董事長析探飛躍中國之環保嚴峻未來

中國躍居世界經濟強國 環保資源仍處弱勢 憂心影響衝擊世界環境



第一屆「中國大陸環境與資源治理」於晚峰紀念館國際會議廳盛大登場

【文 / 李文瑜】中國大陸研究所與環境設計學院聯合主辦「中國大陸環境與資源治理」學術論壇研討會，特別邀請張鏡湖董事長以「中國大陸經濟」為題，析探經濟飛躍中的中國環保資源。張鏡湖董事長以國際形勢、二氧化碳排放量、酸雨、水污染、森林、優養化、地下水、黃河、沙塵暴及冰川退縮等十二大項問題，全盤析論大陸環保政策問題，期盼飛躍經濟的大陸能夠重視環保新課題。

中國成為世界經濟強國

張鏡湖董事長說，大陸的各行各業飛躍的成長，為大陸建立的經濟奇蹟，已讓世界各國刮目相看，包括第一產業的農畜牧發展、工業現代的科技發明及貿易投資吸聚海外資金的能量，讓世界無法輕忽這樣的大國。

張董事長以詳細的數據佐證大陸的飛躍成長。張董事長說，大陸人平均糧食

生產由 1978 年的 218.7 公斤至 2005 年 371.3 公斤，但糧作物播種面積卻從 1978 年的面積 1.5 億公頃減至 1.24 億公頃，稻米的增產肇因於大陸積極在品種改良及肥料用量暴增。

在科技現代的發展上，大陸的發明研究已有長足的進步。張董事長舉經濟合作和開發組織 (OECD) 大陸 2005 年 12 月報告中國的產品 2004 年 1,800 億美金超過美國的 1,490 億美元，中國已有每秒計算 trillion 的計算機，為世界最快之一。

不過，飛躍的中國經濟卻無法避免經濟對環保社會造成的無形衝擊。張董事長強調，現在中國二氧化碳排放量僅次於美國，預計 2009 年將超過美國，由於中國已不是開發國家，因此，京都議定書對中國並無約束力，但站上道德與身為世界一份子的成員而論，中國如何向世界交待將是中國大陸非常嚴峻的課題。

中國西南地區酸雨嚴重

酸雨問題上，張董事長憂心指出，重慶、成都、貴陽及長沙等地二氧化硫排放量極高，對西南地區形成世界三大酸雨區之一，PH 值常達 4.0 以上，造成多種病蟲的繁殖，危害松樹、魚類及建築物均產生不良影響。

大陸有不少「小老頭樹」，代表大陸乾旱地區，植被無法存活，這樣的問題也開始引起大陸政府的重視。張董事長說，大陸推動造林運動，增加至 18%，希望可以挽救森林面積減少的窘境。大陸湖泊因圍湖造田及湖泊優養化，不但造成湖泊變小，原有千湖之省的湖北省，如今卻都因為泥沙淤積而造成面積縮小，更使大陸湖泊魚量驟減，影響大陸漁產正常值。

中國沙塵暴影響台灣與美國西部

大陸的沙塵暴也是大陸政府相當頭痛



張董事長憂心大陸環保問題，12 大項課題剖析大陸未來。

的問題，由於沙塵暴會使大陸的沙漠面積擴張，其沙塵狀況將可達台灣與美國西部，對世界環保問題造成衝擊，這是未來值得重視的重要課題。

黃河為中國第二長河，但受到流量減少與含沙量之高，影響下游地下河產生斷河的現象，張董事長說，每年春天黃河下游無水，尤以七月及八月最嚴重，顯示大陸北方水資源日趨減少，直接造成農業灌溉問題。

歷史文獻記載，中國大陸地大物博，張董事長卻有另一番獨特看法。他說，大陸地大人亦多，能源部份將成為大陸最大的致命傷，短期未能開發持續新的能源，大陸將提前面臨儲量不足的危機，這也是為何中國大陸會與日本爭搶東海島嶼，就是為爭取多一點能源儲量。

地球暖化 衝擊大陸西部農業灌溉

地球暖化對大陸西部冰川區也造成極大影響。張董事長認為，地球暖化後降雪量減少，改變為雨水，根本無法貯存為冰，待春天溶化，用為灌溉，間接衝擊大陸西部的水資源。

搭建一座彩虹橋.....

文大將與福建林業產學接軌

【文 / 林雅琪】福建省林業科學研究院萬泉院長等 9 位貴賓於 12 月 20 日由森保系王義仲主任與森保系楊正川教授接待，蒞校拜會張鏡湖董事長。貴賓們參訪校園山城美景之際，適逢天空劃出一道彩虹，讓貴賓們驚嘆，萬泉院長提到，希望張董事長能到福建省林業界進行指導，搭建友誼交流彩虹橋！

福建省林業科學研究院為實現「綠水青山」，遏止因經濟利益所造成的生態災害，維護生態體系的安全，致力於林業建設與經濟發展，將整個林業建設作為經濟社會發展的重要指標，萬泉院長表示，這次拜訪文大，也希望與學術界

森林保護相關學系師生交流，向台灣林業保護取經。

萬泉院長則提到，近年水土保持議題逐漸受到大陸重視，如大陸的東北和西北森林已禁止砍伐。但由於現在福建省是大陸林木的主要產區，為避免影響林業的生態，而採取「飛搬造林」政策，不但顧及生態環境，還將產量提高 10% 至 20%。

森保系楊正川教授說，台灣在農、林方面很多人才都是來自文大的畢業生，其中多現任相關農林主管機關的一級主管，表現傑出，也代表文大森保系的紮根教育相當深厚。



張董事長 (右六) 與福建省林業科學研究院萬泉院長 (左六) 於貴賓室前合影。

期末考期 圖書館開放至晚間十點

【文 / 黃璋琳】1 月 15 日期末考將屆，想好好的用功念書，卻又不知道哪裡有提供一個良好的讀書環境嗎？華岡圖書館將於 1 月 13 日至 1 月 23 日週末，延長開放時間到晚上 10 點鐘，讓學生們在這段時間裡可以無後顧之憂的努力地為期末考衝刺！

圖書館強調，從下午 5 時至晚間 10 時的延長時間裡，將不提供借還書的服務，呼籲同學們務必要遵守圖書館的使用規則，否則將凍結下學期的借書權一個月，並公佈其姓名系級。

另外，這學期的借還書期限，最晚只延至 96 年 2 月 16 日，如果手上借有圖

書館圖書的教師、學生們要特別留意一下。此外，想利用寒假期間好好充實自己的教師、學生們有福囉！圖書館在寒假期間也特別為這群努力不懈的師生們，提供借還書的服務。

圖書館公布，從 1 月 24 日至 2 月 7 日的週一至週五，上午 8 時 30 分到下午 15 時 30 分，老師學生都可借還書，但是週六、週日不開放。特別注意的是 2 月 8 日至 2 月 22 日為全校的休假日，圖書館也將不開放，如有要還書的師生們請善用借書箱。2 月 23 日起圖書館才恢復正常的開放時間。

人事室邀全校教職員一同暢遊東北哈爾濱

【文 / 謝佳君】促進教職員情感交流，本校特於 96 年 4 月 1 日至 4 月 8 日舉辦教職員工聯誼活動——「東北精選八日遊」，歡迎學校教職員工攜家帶眷一同來參與，本次精選行程為東北哈爾濱，邀您一探大陸北國風土人情！

95 學年度教職員工聯誼活動將訂於 96 年 4 月 1 日至 4 月 8 日舉辦「東北精選八日遊」，一探東北的明媚風光，體驗北國人士之風土人情。

包括參觀團們江大橋、江濱公園，觀看交界處的國門、深入長白山裡感受令人驚艷的絕色風光、遊覽北陵、參觀張學良故居後至中國歷史最悠久之一的瀋陽故宮。

東北八日遊期間，除了要讓你感受到

最舒適的體會，還可享有人文氣息的薰陶、自然景觀的精巧奪目，白天遍遊各地著名景點，晚上則住在知名飯店，享用當地名產、特別料理，行程的最後一晚還有同樂晚會，一定讓大家留下最難忘的一夜。

請教職員們請好好把握，機會難得，錯過可惜，全額團費為 3 萬 9,900 元 (含台胞證一次加簽費用及領隊、司機、導遊小費)，但凡本校編制內之專任教職員工每人均可補貼 5,000 元，不過，台胞證新辦者須補差額 1,100 元，新辦護照者須自費 1,200 元。報名日期為即日起至 96 年 1 月 10 日前於本校人事室報名。報名時請填報名表、繳交訂金 2,000 元。

中國大陸環境與資源治理 論壇盛會 嘉賓雲集

陳澤民教授暨夫人紀念獎學金 學術研究薪火相傳

【文 / 李嘉琪】兩岸教育交流橋樑，文大於 95 年 12 月 29 日由中國大陸研究所與環境設計學院聯合主辦「中國大陸環境與資源治理」學術論壇，與會嘉賓雲集；同時舉辦大陸所首屆「陳澤民教授暨夫人紀念獎學金」捐贈及頒獎典禮，首度獲獎的兩位同學分別為碩二生索德偉、王望吉。

大陸所第一屆「中國大陸環境與資源治理」學術論壇盛會，由本校張鏡湖董事長揭幕主持，李天任校長、理學院劉廣英院長、環設學院陳錦賜院長列席聆聽。此外，行政院環保署楊之遠處長、全國工業總會蔡宏明副秘書長及財團法人黃建斌文教基金會執行董事吳漢博士均同時參與這場兩岸學術論壇盛會。

大陸所同時舉辦「陳澤民教授暨夫人紀念獎學金」捐贈及頒獎典禮。陳澤民教授，民國前三年生，早年就讀北京華北學院，專攻政治學，民國 48 年獲頒陸軍少將軍階。著有「毛澤東思想剖析」一書，民國 62 年應聘為大陸所專任教授，至 74 學年度上學期結束，75 年 2 月間陳教授即因病逝世。95 年 10 月間師母陳夫人亦不幸逝世，大陸所校友遂決議將該會基金轉贈大陸所，以孳息做

為「陳澤民教授暨夫人紀念獎學金」，延續陳教授及夫人之德意。

李天任校長致詞時表示，本校為國內最早深入研究中國大陸問題，至今兩岸學界的學者與文大淵源甚深，在歷屆師長的努力下，文大與中國大陸建立優異學術交流，如張董事長邀請中國科學院趙松喬院士來訪，創兩岸學人交流之首例，為兩岸教育交流建立劃時代的進展。

此外，去年更特別頒發名譽博士給具「中國遙感之父」之稱的中國科學院院士陳述彭先生，亦創台灣大專院校贈授大陸學者名譽學位之首。

同時李校長相當推崇張鏡湖董事長對大陸問題的研究，他指出，張董事長推動兩岸教育交流不遺餘力，張董事長更與現任台積電董事長張忠謀名列成為台灣唯一兩名歐亞科學院院士。

大陸所唐彥博所長致詞表示，感謝張董事長及李天任校長藉這場學術論壇討論大陸問題。他指出，中國大陸目前正進行第十五年度五年規劃，重點致力於經濟崛起之後環境衝擊的問題改善方針及資源與環境，今年這場盛會意義非凡，希望透過學術研討讓兩岸環保課題有再次交流的機會。



李校長 (左) 致贈校友代表紀念牌子大陸所，由謝鎮藩學長 (右) 代為接受。



索昌世學長 (中) 頒發「陳澤民教授暨夫人紀念獎學金」給 95 學年度獲獎的陸研碩二生索德偉 (左)、王望吉 (右)。

學生輔導中心【心理診所】

莫麗文 輔導老師

學校學業 VS 考研究所 掌握時間管理降低壓力

老師你好：

我是一個大四的學生，最近覺得快要被課業壓的喘不過氣來了。因為我準備要考研究所，晚上都要去補習班補習，但學校的報告又很多，實在沒有很多時間可以準備。現在期末考又要到了，每天常在忙著學校功課與補習班功課之間，覺得自己快要崩潰了，我不知道到底是要以學校課業為主，還是以考研究所的功課為主比較好呢？我很希望自己可以考到研究所，但又擔心自己沒有時間唸書。眼看時間一天一天過去了，我覺得很煩，很焦慮。到底我該怎麼做比較好呢？

快要煩透的花花

親愛的同學

你好！首先謝謝你利用這樣的管道，來表達你遇到的困擾。感覺到目前遇到功課上的壓力，讓你有些沈重。想要盡全力去完成報告，又擔心時間無法充裕，讓你感到緊張。

在信中可以感覺到對自己未來的期待，在準備考試與學校課程中，該如何兼顧讓你有些擔心、焦慮。學校課業的繁重，也讓你的心情受到影響。因為我不太清楚你欲考的研究所與目前課程之間的關連，是否會讓你必須同時花費許多精力在不同的科目上呢？如果所念的科目與考試是相關的，自己就可以規劃進度，在準備學校課業上，也同時參考研究所的考古題，則可以事半功倍。不過，關於「時間管理」的部分，不知道你是如何規劃你的生活？在時間分配上是否有你的安排與計劃呢？

在準備考試的過程中，對未來的不確定，讓自己焦慮、不安，越擔心越覺得時間不夠用，壓力越大。這時可以暫時讓自己放下書本，深呼吸，與自己內在的擔心說說話，問問現在的我，發生了什麼事，是否因期待與現實有落差，而讓自己無法適應呢？或者，也可以讓自己閉上眼睛，透過呼吸幫助自己放鬆，想像自己過往成功的經驗，讓此畫面停留在腦海中，幫助自己安定心情。或許可在心中默默的告訴自己「任何事情的發展，必有其原因，且有助於我」。

在面對考試的過程中，如果你想要找人談談，非常歡迎你來學輔中心預約個別諮詢，我們會幫你安排輔導老師與你晤談，提供你更多的協助與支持。如果有任何需要我們協助的地方，也歡迎你主動與我們聯繫。

學輔中心關心你！也祝福你！

有任何心理困擾或需求，歡迎前來學輔中心。電話預約：(02) 2862-1909；

校內分機 12612 或 12611
親自預約：直接前往大恩館十樓學生輔導中心
安排會談時間

E-mail 預約：cufah@staff.pccu.edu.tw
(請註明姓名、系級、聯絡方式，及想先讓老師知道的部分)

