

中國、土耳其暑期志工專案 培養跨文化工作能力 打破草莓族軟弱迷思 八周實習工作機會 培養獨立自主影響力

【文／陳雨柔】中國文化大學職發組今年和 AIESEC 國際經濟商管學生會文化分會簽訂合作「中國暑期志工專案」與「土耳其暑期志工專案」，透過 AIESEC 可以到中國與土耳其實習八周的工作機會。欲報名的同學可上 Google 搜尋「AIESEC 文化分會」http://clic.aiesec.org.tw 或至文化大學大館 2 樓「職涯發展與校友服務組」填寫報名表。

「中國暑期志工專案」參賽資格為能配合暑假八周的研習工作，「土耳其暑期志工專案」參賽資格則需通過全民英檢中高級初試和複試或相關同等考試，並且能配合暑假 2 個月或半年以上的研習工作。



由文化大學率先在國內發起的「畢業生宣言」已邁入第四年，「畢業生宣言」勉勵畢業生檢視自我的人生目標規劃，對社會和環境有終生的責任及正面影響力。

這項計畫除了可以培養獨立自主、應變能力與培養對社會正面的影響力，除此之外可以深入體驗當地文化。並且，參與此計畫的學生，更可以透過 AIESEC 的國際網絡，得到獨特的國際團隊經驗，學習多文化溝通技巧與建立全球人脈，以培養企業所重視的即戰力。

中國專案為台灣從 2009 開始進行的全國性專案，目的是提供學生到國外關心世界議題的機會，而教育、貧童、婦權、HIV、環保，都是我們 AIESEC 推廣的重點，研習期間將會與來自世界各地的研習生一起工作和生活，在這過程中，學生除可培養跨文化工作與溝通能力外，也可訓練英文表達與講課技巧，並可深入體驗中國這個世界大國的精彩。

土耳其專案的內容是在 2009 年的暑假利用八周的時間深入於中東歐地區的實習機會，前往土耳其參加各類社會議題的活動。此專案除可培養跨文化工作與溝通能力，也加強參與者英文表達技巧。除了提供當地實質協助之外，參與者將深入該國生活，見識屬於中東歐地區優雅且活潑的精神及文化，並有機會與來自世界各國的青年一同工作，實際體驗多元的異國文化。

健康趣味放鬆，玩愛肝告解遠離負擔



「愛肝告解室」藉由讓學生用大聲公說出對「小心肝」的抱歉外，更提醒大家將生活步伐規律化並改善不良習慣，才是健康生活的不二法門



【文／蔡怡琳】「小心肝阿，我對不起妳！我不讓妳睡覺、我喝酒蹂躪妳、我還用菸煉妳！」文大大眾傳播學系與中油生技 3 月 4、5 日在百花池合作舉辦「放鬆·玩」活動中，透過「愛肝告解室」讓大學生有機會對飽受辛勞的「小心肝」大聲表達歉意，引起現場同學熱烈迴響！

大傳系柳依君同學參與活動後表示，自己習慣熬夜打報告又不愛運動的作息，使得年紀輕輕，體力卻常呈現疲態。藉此提醒大學生體能雖正值高峰期，但也要小心維護健康，才能保持內外兼備的最佳狀態。

對「放鬆·玩」寓教於樂的活動內容，出席開幕式的中油溶劑化學品事業部吉廷邦副執行長表示，佩服 A.C.E. Total Worker 專案小組成員發揮創意，成功結合簡單的互動遊戲和健康觀念。如透過魔術社社長參與演出，運用魔術手法呈現女同學喜愛的面膜與膠原蛋白，以及搗酒和熬夜的法寶「玫瑰」、「利樂肝」，吸引「睛」效果十足！

「酒問哉」活動則考驗同學對梅酒、香檳、咖啡甜酒、啤酒、高粱酒、威士忌等酒品熱量的認識，當發現咖啡甜酒的卡路里遠比威士忌的熱量高出 2 倍時，即引起現場一陣驚呼。設計活動的楊允瑜同學表示，民眾普遍知道喝酒過量會損害肝臟功能及神經系統，但對追求健康和苗條身材的女性而言，酒品更潛藏對身體造成負擔的危機。

同樣大受歡迎的「Q 彈美人新肌」攤位與中醫社合作，規劃美容穴道教學及中藥調理面膜，即使面膜已被索取一空，許多女同學對配方與使用方法仍充滿學習興致。如德文系林宜潔同學提到，小組設計的試用產品都十分精美，互動遊戲也很有趣，讓她想要嘗試各攤位的活動。

中油生技提供的小分子膠原蛋白試用包，也引起愛美的男生搶著索取。

中大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS 第 473 期 中華民國 98 年 3 月 16 日

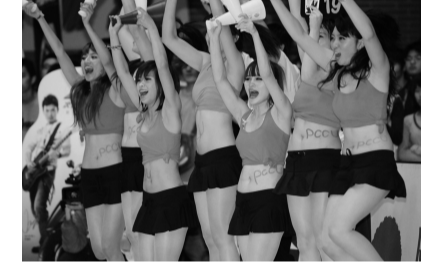
發行人/張鏡湖 社長/李天任 顧問/陳虎生、施登山、郭瓊俐 華夏導報網址/http://epaper.pccu.edu.tw 電郵/ editor@staff.pccu.edu.tw 新聞超媒體 Hypermedia

主編/李文瑜 攝影/戴見安 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

狂賀 隊史第 13 冠 UBA 女籃奪后冠 男子搶下亞軍好成績 李校長親赴現場加油打氣 特別親頒紅包給 UBA 女籃選手



李校長與女籃隊勝利獎牌合影



寫上 PCCU 加油打氣



李校長與女籃冠軍合影



文化加油啦啦隊氣勢盛

當封后滋味的國手鄭慧芸接受媒體訪問時說：「為了冠軍賽，我們備戰很久，七名國手母雞帶小雞，當靶子陪練，動輒整整摸 40 分鐘，模擬台師大的隊形，俾增加強度、對抗性，偶而並偷球，



本校男籃獲 UBA 亞軍



加油啦啦隊

平添她們的信心！」

今年特別出席 UBA 賽的李天任校長特別登高一呼，在動員學生並配合校車專車接送至台師大前往加油打氣，務必為比賽的選手們注入強心針。包含體育室師生與華岡的師生，總計近 200 名的盛大啦啦隊加油團，與台師大加油隊互別苗頭，展現氣勢決心，不少學生選在身上寫「PC-CU」加油字樣，團隊氣氛絕佳。

97 學年 UBA 大專籃球男子賽，本校創近幾年最優成績，打進冠軍賽，雖飲恨台師大，但成績表現不俗，林金榜技冠全場拿下 25 分，光在第二節就包辦 10 分，宋宇軒拿下 21 分均成爲全場焦點。

美食大相送 3C 用品作壓軸 第二波大雅美食週抽獎活動名單公布

【文／葉子豪】第二波大雅美食館抽獎名單公布！由美食天堂大雅美食館於開學時舉辦「開學摸彩大放送-好禮週週抽」活動已邁向第二星期，且在 3 月 4 日管理中心特邀請戲劇社全體同學擔任抽獎人在大雅四樓自助餐廳抽出 31 位的獎幸運兒，獎品除 HelloKitty 飾袋、現金抵用券、更有超值經典美食等同學領取，請中獎同學儘速於兩週內至大雅館管理中心領獎。

由安寶王所提供 HelloKitty 飾袋以及造型毯分別由，吳品儀、林俊宏、黃汶均獲獎，而張捷、陳詩亞、曹崇皓、簡麗玉果汁熊現金抵用券共計四名，而摩斯漢堡提供蒟蒻禮盒一盒則由黃依萍一人獨得。

謝嘉元、曾雅芊、龐克、廖婉婷、葉峻宇、劉怡亭以及李佩娟、謝元龍，計六位分別獲得由小浜拉所贈送的小浜拉麵和揚出豆腐一份；A-bao 的套餐組合 2 份，由涂于庭、陳正育總計 2 名；歇腳亭提供三分仙草甘茶乙杯，由黃尉尊、黃雅妮和張凱淳獲獎。

洋洋艦鍋獎品，肉絲炒泡麵乙份和咖哩雞肉飯乙份則由宋珮珊、洪辰豪、陳王玉枝、史玉華以及張凱淳、婁嘉雲獲得；八方雲集鍋貼乙份，分別爲莊子富、王潛哲、吳柏萱、許雅筑等，計四名獲得。

「請在 3/20 日前至大雅館管理中心領取獎品」，中獎師生除在 3/20 日前領取獎項，還需攜帶摸彩卷票根聯以及身分證明文件，如學生證、身分證、駕照、健保卡等，至管理中心辦理兌換手續，才可順利領取獎品，而若預期末領，將視同放棄權利，不再另補齊得獎名單，且本活動贈品以實物為準，得獎者不得要求折換現金或其他商品。

好酒沉甕底，3C 好禮等著你！未獲獎的同學也無須太灰心，全家便利商店，將會在四月一日搬出系列 3C 大禮，除 i-Pod、液晶顯示器，更將有數位相機等精美好禮，請華岡師生把握機會，消費美食，勇奪大禮。



語文中心 English Singing Contest 競賽辦法

活動宗旨：藉由英文歌唱，在優美旋律及節奏中，讓英語學習更輕鬆、更有趣

主辦單位：中國文化大學 語文教學中心

比賽時間：98 年 03 月 25 日（星期三）下午六時整

比賽地點：大成館一樓興中堂

參加對象：本校大學部學生

報名方式：

1. 請攜學生證至大典館二樓 203 室語文中心辦公室登記報名
2. 將報名表 e-mail 至 nicole@staff.pccu.edu.tw

報名日期：98 年 03 月 10 ~ 18 日（每日上午 9 時至下午 4 時）

公佈比賽順序：98 年 03 月 20 日下午在本中心辦公室外公布

比賽規則：

1. 演唱者須清唱或現場伴奏【現場有鋼琴其它樂器請自備】，不得播放音樂錄音帶。
2. 團體組演唱者須 2 人【含】以上。每位學生僅限報一組
3. 二大項目限各接受：四組個人組，四組團體組參加比賽報名
4. 演唱曲目不得含有任何粗鄙不適切的歌詞

評審老師：由本中心聘請校內、外團體及教師擔任

獎勵方式：擇優取二名，將頒發獎金、獎品及獎狀乙紙等以茲鼓勵

聯絡人：大典館二樓 203 室 語文中心辦公室 宋助教 2861-0511 ext. 24405

慕名文大棒球隊實力 八月將率棒球隊來台與國內大專院校打友誼賽

【文／郭瓊俐】棒球是台灣的國球，本校棒球隊更是台灣大專院校中的超級強棒，連續三年贏得梅花旗大學棒球錦標賽冠軍，創下國內第一個得到永久保留梅花旗的殊榮。對岸目前也積極發展棒球運動，慕名本校的棒球實力，大陸棒球發展重點學校北方工業大學副校長羅學科，3 月 3 日率領校內院長、所長等重要幹部，前來本校訪問，除了和體育系座談外，同時敲定今年 8 月北方工業大學的棒球隊，將來台灣和國內各大專院校棒球隊進行友誼賽。

張鏡湖董事長、李天任校長對北方工業大學的貴賓來訪，表達熱誠歡迎。李天任校長對棒球比賽的規則和棒球發展的熟稔度，讓羅學科副校長等人甚感驚訝。

李校長解釋，他從小學開始玩棒球，擔任投手，那時台灣也剛開始發展棒球運動，所以他個人可說是和台灣的棒球一起成長的。

李校長如數家珍的說明，當年日本派了一支國小世界冠軍棒球隊來台灣，由紅葉國小的原住民小朋友和他們打友誼賽，那時原住民小朋友沒有球鞋，沒有打過真正的球，也沒有戴過標準規格手套，卻兩場全勝，在台灣造成轟動，從此逐步開創台灣少棒在威廉波特球場揚威的歷史；在台灣經濟困難的時代，棒球讓人民有抒發的空間，因此在國家發展過程中，運動可扮演重要角色。

北方工業大學石杰教授做簡報時表示，大陸現在已有 64 所大學有棒球隊，隊伍很多，但水平不是很高，北方工業大學從 2006 年獲得國家教委批准，特召棒球保送生，已連續 3 年特召棒球好手進校就讀，讓棒球成爲該校的體育發展重點，從此在大陸各種棒球錦標賽征戰，已贏得無數冠軍。



李校長致送禮物給北方工業大學

第三屆池田大作和平思想論壇—人本主義與和平共生 三月陽明春曉舉行

7所國內大學參與舉辦 以世界觀點闡述池田先生兩岸教育物質 人本思想



張董事長與日本創價大學山本英夫校長合影

【文 / 李文瑜】第三屆池田大作和平思想研究論壇「人本主義與和平共生」研討會在三月陽明春曉的初春在晚峰紀念館國際會議廳舉行，邀請春天的使者—日本創價大學山本英夫校長一行，代表創辦人池田大作先生的深情厚意，蒞訪文化，祝賀華岡創校47周年校慶，商學院林彩梅院長，亦為國內第一所在台灣設立池田大作研究中心主任強調，值此全球陷入金融危機，人心不安，期盼透過全球論壇講座，為世界和平與人類幸福，貢獻最大的心力。

第三屆池田大作和平思想研究論壇「人本主義與和平共生」研討會齊聚國內外學者，台灣共有6所大學共同推舉池田大作先生思想，積極參與各項池田大作先生思想的研究與發揚，日本創價大學校長山本英夫先生也特別出席第三屆盛會，與本校張鏡湖董事長共同分享池田先生精闢深入人心的世界地球觀。

山本英夫校長說，這一趟台灣行，遇到曾在日本相識的好友，如張鏡湖董事



張鏡湖董事長頒發感謝函予日本創價大學山本英夫校長，並與文大教授合影

長、李天任校長、林彩梅院長等台灣學術界翹楚，深感榮幸，而今應邀參與第三屆池田先生的座談會，分享池田先生



第三屆池田大作先生座談會吸引許多師生聆聽

理念，更是感謝中國文化大學給自己的機會，這15年來，日本創價大學與文化大學堅實的友誼，已不斷在中日杏



日本創價大學貴賓與本校師生合影

打造科文共裕品牌 2009 明日校園論壇引領走向明日科技校園

產官學界參與 智慧型研發 具時代趨勢 開啟師生科技新眼界

計有八位教授發表論文與研究趨勢，包括第一場由來自芬蘭大學Lasse Kannas院長主講科技校園、上海同濟大學信息化副部長程大章教授主講「智能化校園建設」、台灣大學電機系傅立成教授主講「智慧型機器人如何成為21世紀人類的好幫手？」及本校環設學院溫瑋玲教授的「台灣智慧化居住空間政策與校園智慧化」、工學院資料系蔡敦仁主任的「智慧型校園推動」、資訊中心陳恆生主任的「中國文化大學未來校園的實現」等議題。

還有包括微軟公司王禎輝經理與楊毓峰經理就「如何打造未來校園進行專題演講」，教育部電子計算機中心趙涵涵主任的「行動計算、無線通信以及無所不在的學習環境」，每一場課題都攸關

校園未來科技化的關鍵，期待找尋未來校園或迎接未來時代趨勢的師生，都可前往聆聽專家們擘劃的未來。

李校長說，曾與芬蘭大學Lasse Kannas院長在大陸上海研討會裡相談甚歡，今日特別邀請他來為華岡人主講明日校園的主題，相當具有意義，目前本校已正式與芬蘭的約恩蘇大學（JOENSUUN YLIOPOSTO）簽訂姐妹校，曾透過親身訪問芬蘭的教育，深知芬蘭教育的活潑動力與紮根的用心。

根據世界經濟論壇公布的《2006-2007年全球競爭力報告》，芬蘭在全球125個國家和地區中名列第二。而此前芬蘭連續三年在該報告中排名第一。尤其值得注意的是，芬蘭雖地處北歐，卻能在眾多經濟實力強大的發達國家中表現出

色，歸功於充滿活力的高等教育體系，因此，希望未來能更多與芬蘭各大學裡的師生交流互動，提升華岡學術品質。

工學院陳義揚院長說，很高興許多老師積極對此一課題發表論文，這種課題是政府與學界積極追尋探討的重要目標，期待透過大型的研討會，為台灣與教育校園規劃更便捷先進的未來生活，這場研討會雖是針對工學院的師生主辦，但也是延續3月1日第47年校慶的學術研討會後續主題，符合華岡資訊校園目標，讓文化接軌世界，創造全新的資訊校園環境。

陳院長說，2008年曾舉辦「優質生活：居家與校園」，2009年再擴大主題為「明日校園」，期盼透過這兩大研究主軸，打造華岡「科文共裕」的教學品牌。



明日校園論壇貴賓合影



聆聽科技明日校園論壇聚精會神的師生



李校長與芬蘭大學Lasse Kannas院長相見歡

【文 / 李文瑜】2009明日校園論壇6日在晚峰國際會議廳舉行，特別邀請來自芬蘭的大學教授蒞校演講，李天任校長致詞強調，科技是引領現代化的工具，而知識則是讓世界不貧乏的重要基礎，希望工學院可以將這類國際研討會常態化，成為文化大學最基本的學術基石，共同帶領師生走向明日科技新校園。

2009明日校園論壇由工學院主辦，總



陳義揚院長長期許創造明日校園新世界

Murray State University 交換學生留學記

用日記寫下最感謝的千言萬語 最心動的學習旅程



在我們這個年紀，當有人問起你未來想做些什麼，有沒有想過要出國留學什麼的，我通常都是回答：當然想阿！可是跟很多人一樣，越是想的事情就越能實現的成功率越低。

動力引擎圓夢 有勇氣創造第一次

到一個自己完全沒有接觸過的世界很多事情都要重新學起，真的非常困難。對我而言，語言就是一個相當大的問題，現在想想有沒有人可以像我這麼「有種」，還不會幾個單字就跑到美國去了，當時的勇氣只是因為我知道放棄了這次機會，人生中就不會有第二次了。

經過一年的學習，我發現最困難的事情不是語言學習的過程，而是隨時都要在心裡放一個「動力引擎」，那就是當遇到任何事情都願意去嘗試，努力的給自己找機會去學習，有時候我們會替自己找藉口，說我們不行，有時候我們會懶惰，畢竟現在的社會給了我們太多資源，一直站在「被供給者」的我們難道就應當這樣白白的浪費社會的資源嗎？當然不可以這樣。

剛到美國的前一個月，日子真的很糟糕，分離的悲傷，鄉愁，孤獨感全都從心裡掏出來然後哭過一遍，加上新的語言環境，自己根本就無法適應，別人在



講什麼都聽不懂，上課時連狀況都搞不清楚，那種明明不是啞巴，但卻講不出話來的感覺真的讓我很挫折。

人在他鄉不管如何都要靠自己

但也是因為有了「人在他鄉不管如何都要靠自己」的體認，一開始我試圖多和學校老師溝通，讓他知道我有許多很多的不懂，學校老師嘗試用更簡單的方式讓我理解，然後多跟同學聊天，儘管英文很爛，明明知道會被笑，被糾正，但那種脫離了舊的生活到了一個新的環境，那種美無反顧的感覺讓我不怕了。

到後來會發現，同學之間的程度也都差不多，他不會的我教他，我不會的他教我，互相學習，放下身段，就是臉皮厚一點，學會主動是很重要的，這就是美國的學習方式，希望你主動學習。

改變學習的方式和心態

改變學習的方式和心態，要了解我到底是在學些什麼？為什麼要學？就會發現這一年我真的學到了好多。直到回國後我還是常常會想，這段不可思議的經歷是我的嗎？當一段這麼美好的回憶被我擁有，我真的必須感謝誰，感謝那些幫助過我的人，給我機會的人，教導我的人，謝謝你們。

—— 資傳四萬湘筠



2009 校園徵才就業專題講座 - 出頭天大補帖

條條大路通羅馬 對抗不景氣 就要自己更爭氣

【文 / 陳雨柔】經濟越不景氣，越要找出方式打敗不景氣！學生事務處職涯發展與校友服務組連續兩周舉辦職涯講座，要大家找到方式對抗不景氣，讓華岡人條條大路通羅馬，歡迎全校應屆畢業生準時前往聆聽。

今年參與職涯講座的學會包括俄文系學會、社福系學會、美術系學會、景觀系學會、地理系學會、資傳系學會、土資系學會、森保系學會、生應系學會，透過學會訪談與需求，讓這些系所學生更了解職場未來，把握機會，對抗不景氣的年代。

時間	演講者	講題	地點
6 98/3/20 15:00-17:00	毛欣怡小姐 興國地政士事務所代書部經理	不動產就業大補帖	體育館 質樸廳
7 98/3/23 13:00-15:00	林蒞萱小姐 台北市晚晴婦女協會副總幹事	條條大路通社工 - 社會工作經驗談	體育館 質樸廳
8 98/3/25 13:00-15:00	黃鏡諺先生 林務局羅東處技士	林務局羅東處與航測所之介紹	體育館 質樸廳
★9 98/3/25 15:00-17:00	王秀芬小姐 法律暨公事務部資深副總	從微軟文化、創新及核心價值 - 看大學生具備之能力 (含實習機會介紹)	晚峰 國際會議廳
10 98/3/26 10:00-12:00	陳文怡小姐 統一星巴克咖啡股份有限公司 資深經理	生涯學習與餐飲業趨勢分析	體育館 質樸廳

學生諮商中心【心理診所】

朱益蝶 輔導老師



老師：
就在情人節當天，我的伴跟我提出分手。我的心很痛，覺得自己的世界天旋地轉。我真的很想他/她，但他/她很堅決的說再聯絡對我們都沒有好處，不接電話也不回簡訊。我每天晚上都哭，時間變的好漫長，我的腦中不停湧現過去的回憶，我沒有辦法忘記他/她說過的話。

From 阿本

親愛的阿本：
分手的确是讓人很痛很痛，本來因愛漲滿的心房，好像碎裂了的玻璃，過去讓人無路可循。你才剛分手不久，的确是需一段時間（一般是3到6個月）讓自己好好整理一路走來的記憶與情緒，不必急著要自己堅強。誠如伊麗莎白泰勒蘇格拉底所說：「如果失戀了。沒有悲傷，戀愛大概就沒有什麼味道。」或許在心口隱隱作痛的同時，你有天也能慢慢欣賞這段戀情原來曾帶給你的諸多美好。

阿本你在分手復原歷程會經歷六種體驗：驚嚇、悲傷、責怪、寬恕、決心和再造。前三個階段會感受到很大的痛苦，但每走過一個階段，傷痛就會遞減。每個階段都是復原的重要歷程，無法跳過或者逃避經歷。

第一階段：驚嚇。即使兩人關係的裂痕可能早已預知，但是事情發生時仍會讓人感到錯愕，有些人可能會無法正常的生活、吃飯、睡覺。這個階段你需要的是安全感以及旁人的陪伴，讓別人陪伴你、傾聽你說話以及你的所有感覺。
第二階段：悲傷。這個階段你開始接受失去對方的事實，而有一些情緒的衝擊，悲傷、沮喪、害怕、生氣、自責，並且常受到對方舉動影響，懷抱復活的希望。這時候情緒常會反覆循環、時好時壞。試著去瞭解是什麼讓你感到悲傷，會很有幫助。例如避免去會讓你感到悲傷的地方，或者故意去兩人去過的地方，以表示告別。

第三階段：責怪。你可能會氣自己或者氣對方，而有報復自己或對方的想法或舉動，失去平常應有的判斷能力，而有一些衝動的行為企圖傷害自己或對方。這些舉動有時候反而會讓你更難復原。

第四階段：寬恕。原諒與寬恕是復原的開始，但不需要催促自己趕快寬恕。試著找出那個傷害你的人，到底哪一點讓你無法釋懷，反而能讓你開始面對寬恕。當寬恕開始發揮作用，通常也意味著你原諒了自己。

最後的階段：決心與再造。當你下定決心過著沒有對方的日子，展開新的生活，對自己的未來充滿希望，也就象徵著你的復原完成。

最後，提出幾項失戀復原的其他建議。分手後不要期待自己很快的和對方當朋友。在你心情調適好之前，也避免太快的進入下一段情感。誠實而不自負的面對自己在情感關係中的樣子。當你準備好以更成熟的姿態面對自己時，回顧這段失落歷程，你會感受到自己成長許多！

~有任何心理困擾或需求，歡迎前來諮商中心~
電話預約：
(02)2861-0511 轉 12611 或 12612
親自預約：直接前往大孝館 2樓
學生諮商中心 安排會談時間
E-mail 預約：cufak.pccu@gmail.com
(請註明姓名、系級、聯絡方式及想先讓老師知道的部分)