

甩油軍團-減重班 向菸說不-戒菸班 誓師大會 師生共同向肥油與尼古丁說NO

【文/李文瑜】學務處衛保組與生輔組聯手推出「甩油軍團」減重班與戒菸班，邀請體重過重及老菸槍的教職員與學生一同參與，3月30日在體育館舉辦誓師大會，總計有44人參加減重班，6人參加戒菸班，目前擔任宿舍輔導員的洪述恩將以126公斤，透過健康減重班，希望降至100公斤以下，朝向健康大道。

生輔組史玉華主任說，好的政策就要靠毅力推動，今年首度成立的「甩油軍團」減重班與戒菸班是有老師認證推動的好班，只要學員認真執行，減個五公斤一定有，比起外面的減重班而言，一公斤來個萬元，等同賺了超過五萬元以上，相信同學一定有決心與毅力，一同完成減重之路。史玉華主任說，第一名減重成

功的勝利者將可獲5,000元獎金補助，第二名也有3,500元，總計有五名可入選優秀的「甩油族」，全勤參加的學生或教職員還可獲圖書禮券，減重健康又賺錢。

根據最新大一學生健康統計數字顯示，目前體重過重的約12%、體重中度過重約3%，體重輕度過重的約11%、重度過胖的約1%，合計總計27%不符合標準體重，顯見許多人對減重觀念仍不明顯。根據世衛組織，1995年起，各國積極推動健康促進學校計畫，包括學生衛生政策，學校物質範圍及學校社會環境等，學校結合政府機構，透過與健康相關的課程及訓練，指導學校內所有成員對健康促進的認知，採取正向的健康行為。



梁麗娟老師與大家一起跳有氧減重



目前擔任宿舍輔導員的洪述恩期待自己減重20公斤

因此，衛保組特別與體育室推出甩油班，透過健康運動中的有氧健康操與熱量計算及分類學習課程，讓參與減重的人自然而然減重，透過有氧運動，讓自己的身體更健康，心靈更自由。

揭開大傳畢展 不能說的秘密 大傳系湯允一主任落款說出不能說的秘密



開幕-主任題字



攤位湧入人潮

【文/李文瑜】在畢業前夕，本校大傳系賽末點畢展同學策劃一場「大傳說」，這項「不能說的秘密」將揭開畢展神秘的面紗，3月23至27日十二時到下午四點，在大恩館二樓，讓你提前「窺見」這群搞怪大學生的創意鬼點子。

大學生也能輕鬆作公益？馬桶圈畢籌組幫世界和平會募集發票，凡收集3張發票，即可兌換神秘小禮物，另外鼓勵同學參與寫小卡活動，幫大四生加油打氣。其他攤位活動也精彩可期，TOPO小組的KUSO「整人」階卡塗鴉活動，讓你畫出創意抽獎

品。有想要忘記的回憶嗎？未命名小組的「回憶」活動一定不能錯過。ACE小組的「自創禮物」，讓你來帶走珍藏。七投浪小組與勵馨基金會合作舉行義賣活動，讓你滿載而歸。母親節不知道要送什麼？Ten Plus小組用最新潮方式替你表達。

活動為5月8至10日在華山藝文中心的畢展熱身，此次畢展形式為整合行銷，所以畢展組除了拍攝電影外，還要做公關活動一起搭配，比創意、努力、執行力。希望大家能一起來參與這次盛會，看看這群大學生的創意哲學。

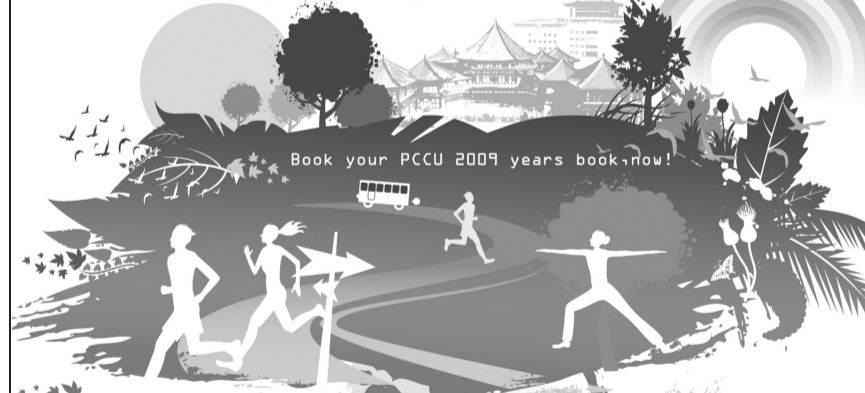
98學年度日間學士班學生申請轉系組規定

- *一年級學生可轉入各系組二年級；二年級者可轉入性質相近系組三年級，或性質不同系組二年級。
- *三年級學生因特殊原因可轉入性質相近系組或輔系三年級肄業，不得降轉入二年級。
- *更高年級者其已修科目與學分，得申請轉入性質相近系組或輔系適當年級肄業。
- *凡欲轉入各系組三年級者，以轉入後在規定修業年限內依學期限修學分規定可修畢應修畢業學分者為原則(需抵免轉入系組應修科目之學分數，由各系組依畢業學分數之高低及課程安排情形酌予調整)。
- *轉學生申請轉系組其轉入或轉出仍應依本注意事項辦理。
- *學生轉系係日間部學士班學生申請轉入不同系組(同系轉組比照辦理)。
- *申請轉系組學生，可填寫二個志願。
- *下列學生不得申請轉系(組)：
 - *已核准轉系(組)一次者。
 - *教育部所分發之甄試、甄審保送生及甄選入學-學校推薦學生或本校之獨立招生，其招生簡章規定不得轉系(組)者。但推薦甄選入學生，若情形特殊提經教務會議通過者，不在此限。
 - *大學考試分發入學加考術科之系(組)，有規定不得轉系(組)者。
- *在休學期間者。
- *申請若不符合該系組所定之轉系資格，一律退回申請資料，並不得更改。
- *學生申請轉系組作業流程說明如下，請密切配合：
 - (一)請至本校網站行政單位教務處註冊組網頁下載申請表，或逕向註冊組領取轉系申請表。
 - 申請日期：98年4月10日至4月16日止。
 - (二)填妥申請表，經家長(監護人)簽章同意後，連同歷年成績單送請原系組主任核可後，由各系組彙送教務處審核。
 - (三)教務處依各系組所定轉系資格審核通過後，參加考試(含筆試或口試)。
 - 考試日期：98年4月28日至5月5日止。(請詳閱98學年度轉系組申請資格、考試科目暨考試日期時間、地點一覽表)
 - *放榜會議決定錄取名單，公布於本處布告欄。日期：98年5月14日。
 - *申請轉系組之學生未經錄取者，仍應回原系組就讀；經核准轉系組者，不得再轉入其他系組或回原系組就讀。
 - *凡經核定轉系組錄取之學生，本(97)學年度第2學期如辦休學或因操行、學業成績遭退學者即喪失轉系資格。

畢業年刊零售 4月10日截止 典藏青春歡迎預購

【文/李文瑜】收藏大學回憶，畢業紀念冊零售即將在4月10日截止，一年只有出版一次，歡迎所有畢業生把握最後購買的機會，因為，典藏美好回憶就在這一刻，有興趣的同學請每週(一)至週(五)，11時至16時於畢業生服務委員會辦公室(大恩B104)購買，會員價格1,200元，而非會員價格則是1,530元。每一年的畢業年刊都是獨一無二，因為，人是最美的風景，亦是最值得收藏的故事啓端，畢服會秉持服務的態度，以「Nice to meet you and I will miss you」為題，收藏專屬你我的畢業紀念本。

凡是準畢業生加入畢服會，成為會員一份子，會費只要330元，包含畢業紀念冊預購費1,000元，畢服會即提供個人照優惠券二組350元、免費提供8*12的共同團照一張、每加選一張55元等團包優惠及價值超過百元的畢業證書夾一份，通常每年都會退還約50元的會員費，已比起學生自行外找攝影公司拍攝個人照約750元相較，畢服會為學生省下近千元的費用。



2009文大畢業紀念冊零售開跑囉!

畢服會會員最後訂購專屬優惠價

零售價	會員
1200元	

*會員每人限購一套畢冊
*套件內容：畢業紀念冊+書套盒+主題商品+提袋+兩張光碟

購買時間：2/16-4/10 週一至週五 11:00-16:00
購買地點：大恩館B104 (畢服會辦公室)

畢冊零售

畢服會聯絡方式 (02)2861-0511#19815 19816
pccusgsc@hotmail.com
中國文化大學47th畢業生服務委員會

文大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS 第476期 中華民國98年4月6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
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

新聞超媒體 Hypermedia

多國籍企業學術研討會 產官學界合作共圖台灣經濟再創奇蹟 蕭萬長副總統致詞強調：危機即轉機 企業以創新改變是成功唯一契機



蕭萬長副總統強調，經濟危機籠罩，正是考驗我們企業族核心競爭的關鍵

【文/葉子豪】由商學院主辦「2009多國籍企業學術研討會-社會責任、公司治理與企業全球化發展」3月26日在大恩館八樓柏英廳開幕，特別邀請現任蕭萬長副總統擔任來賓致詞，以實踐社會責任，打造創新產業的理念，勉勵學生面對世界政經體系處於變革的時代潮流時，需勇於改變創新，企業才能成功契機。

「在當下經濟危機籠罩，正是考驗我們企業族核心競爭的關鍵」。蕭萬長副總統表示，這場經濟危機最大起因就是美國次及房貸，但透過層層牽連，使得世界經濟面臨崩盤，導致全球金融海嘯和世界經濟體衰退的窘境，企業更應該要在這個政經體系大洗牌



張董事長(右五)與蕭副總統(左五)與多國籍企業理事長唐彥博校長(右四)等參與會議貴賓合影

的時代洪流中，準備好迎接新時代的來臨。張鏡湖董事長提到，金磚四國之一的俄羅斯是世界第二大石油生產國，約有百分之52收入是靠石油外銷，在油價高漲到70美金時，才能勉強平衡俄國預算，但現今石油價格已跌至34美元，並伴隨鋼鐵工業蕭條引起群眾抗爭。

中國近年來積極打造國內鐵路系統，張鏡湖董事長提到，中國鐵路的旅客和載貨量佔世界1/4，但長度僅佔世界6%，而近來中國不斷新建鐵路，並借錢給巴西和俄羅斯等國家，讓許多經濟學家認為這場金融風暴中國可能會率先脫離的強盛國家。「企業形象已成為國際所重視的目標」。

蕭萬長副總統強調，經濟不景氣的時代，企業更需要注意社會責任的落實和改變創新的產業變革，企業要有創新變革，增加附加價值，才會在金融危機裡，成為贏家。蕭萬長副總統提到，企業形象更是企業脫胎換骨的重要影響力，呼籲企業應該落實社會責任。

以多國籍企業理事長身份，現任育達商業技術學院唐彥博校長強調，經濟危機下，多國籍會議更顯重要，尤其是蕭副總統甚為重視此一課題，每逢重要會議時，都一定會參加致詞，並發表意見，因此，期盼透過多國籍會議，讓台灣的經濟走出陰霾，迎接新的經濟春天。

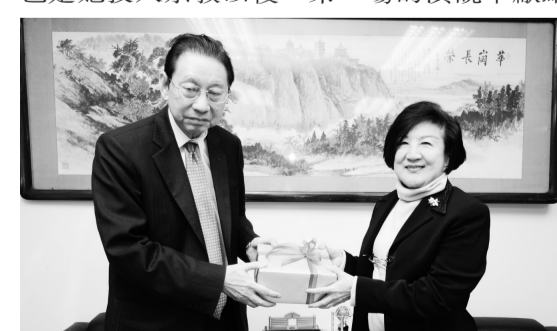
台灣第一代京劇名伶徐露 唱一齣精彩的人生 徐露拜訪張鏡湖董事長 感恩華岡培育中國文化的教育精神

【文/李文瑜】台灣京劇本土培育首位名家徐露3月25日再回到華岡，分享京劇裡的學習故事。徐露拜訪張鏡湖董事長時，感恩華岡對國劇教育的培育，與國劇系主任王士儀亦師亦友的情誼也讓不少學生感動。

國劇系主任王士儀主任說，徐露曾於民國五十五年，受教於俞大綱教授門下，並於同年進入中國文化學院戲劇科深造，成為本校中國戲劇學系早期的傑出校友，她是文化的表率，更值得學生仿效。徐露在大恩國際會議廳說，自己是第一屆國劇系校友，華岡對自己的恩情大過天，這也是她投入宗教以後，第一場的演說奉獻給

華岡人，猶記當年還是個青春年華的小女生，張創辦人聽到自己的聲音與表演後就力邀自己到華岡念書栽培，這段恩情她永遠記得，而陽明山的每一場故事，她寫得精彩，也記得清清楚楚。

每一個人每一個階段都有開始也有結束，徐露說，或許大家會覺得自己在最燦爛風華的年代提前離開舞台是可惜的，但她從不後悔。徐露說，舞台是她的最愛，每一分鐘都享受在舞台裡表演的光芒，如今奉獻宗教，她則享受宗教給她最大的穩定力量。徐露是台灣培養的第一代京劇名伶，五〇年代最紅的青衣，有京劇天后之稱。



徐露拜訪張鏡湖董事長，感恩華岡對國劇教育的培育



徐露學長與華岡學生合影

退隱多年後，第一次的公開行程即獻給文化大學，曾獲本校傑出校友，為「小大鵬」劇校第一期唯一的學生，當年「大鵬國劇隊」全團傾全力教育徐露的成果與經驗，促成了「小大鵬」(台灣第一個京劇幼幼年班)的成立。徐露吸收京劇名師的藝術菁華，達到「文武崑亂不擋-全才巨角」的高度成就。徐露進入「明駝國劇隊」與台灣著名老生演員李金棠的巔峰搭配，造就了民國六十五至七十一年京劇劇運的鼎盛，更於民國八〇年代，突破軍中劇團體制的束縛，成立「徐露劇場」，赴美演出，引起僑界熱烈的轟動與歡迎。

返國後不久，徐女士即因病退出舞台，從此潛心於基督教義之信仰與福音傳遞，不復見於京劇舞台。唯徐露女士嗓音純正清脆，情感豐沛，做表細膩婉轉，靈活嫵媚，人物塑造層次清晰、生動鮮明，武功身手，紮實矯健，舉挺俐落，為「台灣青衣祭酒」，當之無愧。

親善學習 外籍生學習具競爭力 營造國際大家庭學習環境

教育部獎勵大專院校招收境外學生訪視委員蒞校指導 鼓勵推動國際村



李校長向訪視委員介紹華岡校園的環境與制度



訪視委員肯定本校推動雙聯制度的用心



親善校園雙語環境

97年擴大招收外國學生成果網站：
http://www2.pccu.edu.tw/event/InternationalStudent/2008_InternationalStudent/
 本校招生英文網頁與相關表單下載：
<http://www.pccu.edu.tw/intl/page/english/english07.htm>

多管齊下積極招收境外生

- 參加境外招生國家教育展，面對面接觸宣傳
- 印製良好的宣傳品，郵寄至外國學校
- 加強充實本校7國外語網頁
- 提供良好、積極的境外生輔導、服務與活動，將本校之友善學習環境經由現在在校學生口語傳播至境外同學
- 積極赴外國學校建立雙聯學制
- 鼓勵本校學華語生轉成學位生
- 加強本國生的英語能力，進而開設英語授課課程

【文 / 蔡怡琳】教育部獎勵大專院校招收境外學生訪視委員蒞校指導，由八位台灣長期致力國際學術的專業委員組成，3月23日於菲華樓聆聽簡報，推動華岡國際化大學邁進。

李天任校長表示，本校一向以「國際化」為教育主軸，外籍生來文大可學習華語及其他外語專業課程，未來也將繼續朝國際趨勢發展，希望為外籍生打造最優質的生活學習環境。

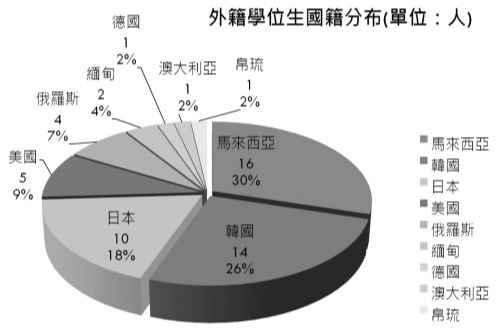
統計顯示，目前交換生增加最多的是韓國與日本，學位生則以韓國、日本及馬來西亞為主，97學年第2學期外籍學位生共有54人，此外，本校與韓國總計

27所學校締結姐妹校，往來互動頻繁，是台灣最著名的台韓高等教育交流中心。推廣國際特色，以親善學習為名，鼓勵小老師教育制。林棟雍教務長提到，友善及優惠的環境，加上推動中華文化的特色精神，為國際交換生開設華語及文化課程，今年總計約達24學分是這類課程。

中國文化大學97學年度第二學期在學外國學生國籍分佈情形：韓國14人、日本10人、德國1人、美國5人、俄羅斯4人、澳大利亞1人、馬來西亞16人、緬甸2人、帛琉1人，合計54人次。



外籍生把文化當作大家庭般的學習



安徽省最大民辦高校 新華學院高校參訪團蒞臨華岡

分享民辦高校理念 師法中國文化大學私教的制度

【文 / 李文瑜】安徽省新華學院高校參訪團吳俊保董事長一行11位貴賓蒞臨本校參觀，故鄉在安徽省的本校李天任校長與吳俊保董事長相見歡。吳俊保董事長說，陸研所邵宗海教授曾親自到安徽省新華學院擔任指導教授，對文化大學介紹著墨深，今日親訪文大，深刻體驗到民辦大學的用心，新華學院目前是安徽省最大的民辦教育體系，由企業支撐學校各項業務推動，未來期盼兩校可以多多交流，彼此在民辦大學的理念上溝通。

大陸北方至南方，都有合作的學校。包括了哈爾濱工業大學、吉林大學、南開大學、天津大學、北京大學、北京師範大學、政法大學、南京大學、浙江大學、廈門大學、武漢大學及寧波大學等，與全世界接軌的姐妹校則有90所姐妹校。

中國文化大學是保留中國文化最具典範的高校學校。李天任校長說，本校基礎學科具有第一所成立的國術系，藝術學院至今仍保留國劇系、國樂系等具有中國傳統教育的重要深層學科。此外，本校至今仍是全台灣學院最多、系所最多元的綜合大學，學生每年有2萬6千多人，而在推廣教育上，擁有全台灣人數課程最多的封號，展現教育無遠弗屆的影響力。

張鏡湖董事長也特別出席參訪團的拜訪。他提到，民辦高校的教育推動需要很長的規劃，期盼兩校可以多多交流。李校長則提到，文化大學是台灣第一所與大陸簽訂姐妹校的大專院校，目前從



安徽省新華學院高校參訪團與本校張董事長、李校長及邵宗海教授等合影

完備語文網站資源

建置網站
 繁體中文：<http://www.pccu.edu.tw/>
 簡體中文：<http://www.pccu.edu.tw/intl/index-ch.htm>
 英文：<http://www.pccu.edu.tw/intl/index-e.htm>
 法文：<http://www.pccu.edu.tw/intl/index-f.htm>
 俄文：<http://www.pccu.edu.tw/intl/index-r.htm>
 德文：<http://www.pccu.edu.tw/intl/index-g.htm>
 韓文：<http://www.pccu.edu.tw/intl/index-k.htm>
 日文：<http://www.pccu.edu.tw/intl/index-j.htm>

音樂家旅行 光影琴音相佐 華岡博物館化身音樂廳

大提琴家法蘭克·伯納德與莊雅雯鋼琴家聯手譜寫移動樂影風

【文 / 李文瑜】音樂家的旅行，緩緩流進華岡博物館，在午後的陽明山裡，光影琴音相約，吸引不少師生前往聆聽。由大提琴家法蘭克·伯納德與莊雅雯鋼琴家聯合舉辦的「移動樂影」小型演奏會，27日在華岡博物館舉辦第二場台灣巡迴演奏會，藉由旅行，傳達音樂意念，藉由行走，解開大提琴裡神秘憂鬱的吟唱特質。



法蘭克·伯納德大提琴演奏，如癡如醉的大提琴曲吸引華岡師生

莊雅雯鋼琴家曾獲比利時萊蒙斯音樂學院鋼琴最高演奏文憑，畢業荷蘭烏得列支音樂學院鋼琴演奏碩士暨教師資格、比利時魯汶大學哲學研究所碩士畢業；法蘭克·伯納德大提琴則是芬蘭赫爾辛基西貝流士學院獲演奏家文憑，並曾獲巴黎國立高等音樂學院巴洛克大提琴第一獎等。

一位大提琴演奏家、一位鋼琴家，合組移動樂影團體，在台灣巡迴演奏，讓大提琴的音樂遊走在台灣各個角落。為讓華岡音樂深耕，第二站特別於華岡博物館演出，要讓大家珍惜音樂學習的機會，把握耳朵聆聽音樂的快樂。「移動樂影」代表的是未解的謎語。莊雅雯鋼琴家提到，移動樂影挑選的曲目有部分是為大提琴所作，然而藉由大提琴神秘憂鬱的吟唱特質，重新詮釋並發揮原曲精神，音樂家將在真實與影子之間自由穿梭，期望帶給觀眾們無限的想像空間，透過解謎大提琴音樂的饗宴，讓更多人愛上盒子裡流動的低沉神秘的音樂風。

莊雅雯也解釋，移動樂影 MOVING SHADOWS 巡迴音樂會所選樂曲都是經過改編，包括舒伯特 / D 大調小奏鳴曲、蕭邦 / 升 C 小調夜曲、馬斯奈 / 泰伊斯冥想曲，選自歌劇「泰伊斯」、葛拉納多斯 / 間奏曲，選自鋼琴組曲「哥雅畫集」、佛瑞 / 悲歌、拉赫曼尼諾夫 / 母音練習曲及理查史特勞斯 / F 大調大提琴奏鳴曲等，均以大提琴演奏流動表現音樂的另一風格，也讓大家聽到另一種大提琴裡的熱情西班牙風、憂鬱歐風等多元風格。

2009 美國暑期打工計劃 (Work & Travel USA)

2009 美國暑期打工，讓你體驗在地的美國文化、擴展國際視野、增添工作經歷、提升競爭力!!

招募對象：18 - 28 歲，大學、研究所、專四 - 五在校生 (PS. 包括應屆畢業生)
工作期間：6 月 - 9 月 (最少工作 8 週)
工作地點：美國 (遍佈全美各州)
名額有限、儘早報名、工作選擇多!
 體驗全英語工作環境，最加分實習機會!
 英文聽、說、讀、寫，全方位進步滿點!
 與來自世界各地的人一起工作，快速成為國際



歡迎來電預約免費講座

主辦單位：中國文大學推廣教育部
 洽詢電話：(02)2700-5858 轉 8581-8585
<http://studyabroad.sce.pccu.edu.tw>
 EMAIL: cylee@sce.pccu.edu.tw

國內首創校園行動辦公室

撥 5 撥 6 + 分機 通訊帶著走

國內首創校園行動辦公室，行政學術服務 24 小時，沒有地域時間限制！本校與威實通訊整合平台再創新，推動辦公室分機整合手機的功能，讓「手機」與「室內辦公室」合作無間。資訊中心陳恆生主任宣誓即日起進入行動辦公室時代，未來只要用手機直撥「5」+「分機」，馬上 call 通辦公室桌上電話；若用室內電話直撥「6」+「分機」，則可直通威實手機。最值得一提的是，未來老師或教職員若要離開辦公室可於桌上室內分機設定「*16」+「分機」，即等同室內辦公室電話帶著走，威實手機可隨時接通任何找您的電話，完全不漏接。

校園 M 化世代正式來臨，威實電話化身室內手機，電話不漏接，不管在室內或室外，透過設定，馬上可撥通。陳恆生主任強調，「5」的代碼是辦公室內分機的代稱，而「6」則是威實手機代稱。意指若要用手機撥室內分機，只要記得對方同辦公室內分機號碼，即可在手機上直撥「5」+「分機」，直接打進對方辦公室分機；「6」則是手機的代碼，

不管是用室內機或用手機直撥「6」+「分機」，則可直通欲尋找的教授或同仁的威實電話中，完全不用強記對方威實手機門號，讓行動辦公更現代科技，行動校園更便捷。陳恆生主任提到，自從與威實公司合作後，即朝「文大行動網、文化行動網」為目標規劃，透過虛擬電話的新概念，實現行動辦公室的夢想，隨時隨地掌握華岡校園重要資訊，提供教職員生更優質的學習環境。

資訊中心打造行動通訊專屬網頁，<http://3g.pccu.edu.tw/help/>。陳恆生主任說，在學校首頁裡即可找到該網站，內容有各項威實的服務，包括常見問題 QA、教職員專區的分機與手機互動操作方式介紹，簡單圖說法，讓教職員操作更方便，行政學術溝通無界限。

此外，資訊中心已建置完成全校威實通訊群組，歡迎全校教職員直接在大恩館二樓川堂威實櫃檯前申請建置在手機內，簡單操作，打電話更方便。

客家電視台後生提攜計劃 培養多元傳播專業人才



范姜泰基經理說明甄選方式及實習課程內容

視台培植後進的用心。范姜泰基經理提到，客家電視節目特性強，語言的不同，內容更需放入「文化」脈絡，呈現客家原著精神，傳遞客家文化的核心價值，曾多次獲多座金鐘獎肯定。

歡迎同學一同進入客家電視台，他期望實習同學最後都能有相關專題「作品」，深刻了解族群頻道特性和公共價值可貴。范姜泰基承諾若「華岡電視台」製播客語新聞節目時，客台將免費提供語言協助。

范姜泰基表示，即使不諳客語，但擁有了解客家文化的熱忱、對族群電視有理想的同學也歡迎參加實習甄選，屆時除新聞攝影、採訪、節目製作等單位，客家電視台「行銷企畫部」也提供實習機會，讓同學有機會在第一線擬寫企畫案、觀察收視率。課程將安排傳播界知名工作者，如製作人王偉忠、詹仁雄、作加小野、藝人張善為、華視總經理陳正然、網路趨勢觀察家劉威麟等優秀人士演講。

對新鮮人最關注的就業問題，范姜泰基透露，未來半年客家電視台將不會有徵才訊息，就是期望藉由本次「後生提攜推動計畫」培養新進人才，實習期間提供每天一百元之餐費補助，表現優異同學將擇優錄取或推薦給相關傳播公司聘用，並納入「人才庫名單」。實習計畫採公開甄選，分為書面審查、筆試與面試，報名截止時間為4月20日下午6時，需繳交報名表、個人履歷與自傳、學生正影本及相關作品集，E-mail 至 mar50868@hakkatv.org.tw，掛號郵寄或親送至客家電視台。

「公司需要你」！范姜泰基建議同學，面對當前經濟不景氣的影響，有效進入職場的方法之一，即把握讓公司先認識你契機，如透過這次「後生提攜推動計畫」，就是一個很好的機會。過去客家電視台雖有開放實習名額，但今年首度系統性的規劃課程，范姜泰基以當紅「星光一班」為例，指出「後生一班」將締造最深刻的印象，擊刺客家電

學生諮商中心【心理診所】

簡昱琪 輔導老師



老師您好：
 從小爸媽只關心我的成績，其他完全不在乎，每次回家，只問我書念得怎樣？這次考試有沒第一名？就連考高中和大學，都要求我一定要考第一志願，沒有考上的話，就大聲斥責，說我是沒用的小孩，沒前途、沒希望，爸爸還說「成績那麼差，以後怎麼辦」。好像我在他們眼中達不到他們的期望就是個失敗的人，不值得被愛。老師，我真的那麼差嗎？

By 不被了解的小星

親愛的小星：
 可以感覺到你渴望被父母了解、被愛、被在乎，但是並不希望他們對你的關心只有學業表現。妳絕對不差，也不是沒有前途和希望的孩子。父母親的期待是他們對你的期許，但是沒有達到父母的期待，並不代表你就是個失敗的人。有時候，父母的確會以他們的態度、且用不是我們期待的方式來表達對我們的關心與愛，雖然過程中會讓我們覺得不太舒服，但並不代表他們不愛我們。因此，若在彼此溝通部分做些改變或許能讓雙方都有不同的感受。以下提供給你一些能夠促進你與父母溝通的方式，希望利用這些技巧可以協助你們了解彼此的感受與需求，也能增進你們之間的互動關係。

「溝通的反應」，包括五個部分：眼、耳、口、心、肢體語言。溝通首重「眼」，因為眉目會傳情。說話時，注視著對方，是基本的禮貌，但需要適度移開，否則對方會感到壓力，反而不願意溝通。此外，還需察言觀色，我們常看到自己的行為，而忽略了別人。

「耳」的部分，看對方的反應，不要一味唱獨角戲，當對方陳述時，別打岔，耐心等對方說完，若有問題，再發問。例如：和父母講話時，要學習傾聽，耐心聽完父母想和你說什麼，不要中途打斷，等父母說完，聽清楚父母傳達的內容，再提出自己的想法和父母溝通。

「口」的部分，用來發問、回應和表達，值得一題的是「發問」是一門學問，問句有「開放句」和「關閉句」之別，開放句讓對方擁有多元回答的機會，藉以透析對方的感知，如「你覺得這件衣服如何？」；關閉句則較短潔，可以瞬間獲得對方的想法，如「是不是？」、「對不對？」。多用開放句發問，可以開啓和父母對話的空間，也能增進和父母的關係。

「心」的部分，不用贅言，藉著敞開心扉，透過心靈的交流，會有意想不到的收穫。試著將自己心裡的情緒感受和想法多和父母溝通，讓父母有機會可以了解你的狀態，也能將彼此的距離拉近。

「肢體語言」的部分，要注意表情、姿勢、距離、服裝四個部分。和父母溝通時，肢體動作、表情也是影響溝通很重要的因素之一。如果能在溝通時多些生動的表情和肢體語言，可以讓父母清楚知道你想要傳遞的情感和想法。

希望你在了解這些溝通的方式之後，能夠靈活運用在生活中，期待你和父母的關係越來越好。若還有任何疑問或困擾，可以親自來學生諮商中心，老師都很願意幫忙你。

~ 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：直接前往大恩館 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)