

# 學生自治團體研討會 深耕公民素養發揮關懷 結合國內五所大專院校學生自治團體 鼓勵學生參與公共事務

【文／蔡怡琳】為有效提升大專院校學生自治團體健全發展、促進學生自治，文大學務處課外活動組與學生會5月1日於曉峰國際會議廳，舉辦「97年度北區大專院校學生自治團體發展研討會」，規劃「專題演講」和不同主題之「分站研習」討論，充分激勵學生參與公共事務！

弘光科技大學陳昭雄副校長主講「提升21世紀大學生之公民素養及社會關懷」，特別強調「教養」的重要。陳副校長說，當被別人誇獎「有個性」時，則應慎防掉入「想做」而不是「應該做」的陷阱，同學應知道「學習認錯」的觀念，也唯有體認自己還需再加強時，才能讓自己吸收成長。

「你值得信賴嗎？」，「97年度北區大專院校學生自治團體發展研討會」裡的分站研習時探討「如何落實學生權益」的過程中，這一句話則一直被提醒。現任教育部學生自治及公民教育實踐政策諮詢委員林少軒講師，要聽眾評估自己是否值得「信賴」，因為這是管理統一中重要元素。林少軒強調，自治團體幹部應避免優柔寡斷，而Timing相當重要，因為，許多機會一旦猶豫不決就消失了！



學生參與自治團體表達意見

## 華岡電視台校園主播生死鬥 首次與業界NOWnews合作



報名時間：4月20~5月1日  
 報名地點：大慈館與大典館之間  
 報名費用：80元  
 錄影時間：5月6(三)  
 錄影地點：大成館一新聞系系館  
 錄影辦法：請至活動網頁題庫區中「任一則新聞」改成主播稿型式，並於5月6日連網錄影參賽

詳細報名資訊，請與<TOP ANCHOR>  
 活動網站：wnews.cc/topanchor  
 主辦單位：文化大學新聞系 JNN華岡電視台  
 協辦單位：(圖) 華岡電視台

【文／李文瑜】當家主播就是你！為使有志成為主播的人才一展身手，並藉此發掘優秀傳播人才，提升台灣整體傳播環境。NOWnews 今日新聞與文化大學新聞系華岡電視台（Journalism Network News）首次合作，籌辦「TOP ANCHOR 第七屆校園主播生死鬥」，前三名優勝者除了獲得獎金及證書外，並有機會獲得業界主播培訓班的機會，以及擔任NOWnews「哇哇TV」節目中的特別來賓。另外在初賽4月20日到5月20日期間，大家可到NOWnews中的WNews網站，投給自己喜歡的參賽者，票選出最佳人氣王，投票的觀眾還可以抽獎得大禮。

此活動的範圍第一次擴大規模涵蓋全台灣各大專院校，並在初賽時採用網路報名作業方式。詳細報名資訊請洽：http://wnews.nownews.com/topanchor/

## 廠商參加校園徵才博覽會 專題職區攤位獲好評

【文／蕭景震】為迎接即將來臨的六月畢業潮，學務處職發組於4月29、30四連兩日在百花池廣場舉辦校園徵才博覽會，幫助應屆畢業生提早在職場中卡位。現任台北人力銀行黃謙慶先生強調，人力銀行可提供同學更多直接找工作的機會，未來人力銀行將會在每季舉辦一場大型就業博覽會，同時推出「即時通」服務，讓台北人力銀行成為求職者MSN名單中的好朋友。

今年參加校園徵才博覽會的不只有應屆畢業生，還有待業中或欲轉行的校友們。96年畢業的企管系校友林承穎學長是在104人力銀行上看到這項訊息，他認為這裡的廠商多元化，且資源豐富，雖已在職場工作多年，他也曾參觀過別所學校舉辦的校園徵才博覽會，他說雖然別的學校參展廠商多，但人潮更多，無法細看；而文化大學的參展廠商多是由本校學長姐回來設攤，對學弟妹會更加注重。

職涯組強調，面對金融海嘯衝擊，今年徵才廠商還能比去年多1.5倍，包括不少軍方單位來徵才，讓百花池熱鬧滾滾，多家參展廠商還推出填問卷即贈送精美小禮物的活動，或是藉由性向測驗及算命來吸引人氣，不少參展單位都派出人事主管單位親自坐鎮，讓同學們能和社會人士直接對話，進一步了解職場動脈。

台北人力銀行黃謙慶先生強調，人力銀行可提供同學更多直接找工作的機會，未來他們也會在每季舉辦一場大型就業博覽會，更推出即時通服務，讓台北人力銀行成為求職者MSN名單中的好朋友。



軍方徵才，吸引學生關注



參展單位派出人事主管單位親自坐鎮

## 記者，了不起!?

## 前年代主播何戎勉勵學弟妹勇闖新聞圈

【文／葉子豪】新聞系學會舉辦「職場經驗分享-從記者到主播之路」講座，4月24日特別於大恩館一樓國際會議廳，特邀請前年代主播何戎學長返校和學弟妹分享記者工作經驗。他以「記者，了不起！」為題，強調在媒體興盛時代裡，唯有秉持正確的心態，才能成爲一位了不起且令人尊敬的好記者。

記者不願受害者家屬心情而提出令人嘔吐的問題，引來網友撻伐，讓社會大眾誤以爲記者是沒血沒淚的工作，但閱聽眾都不知道，何戎主播因本身是新聞系畢業，具有相當資深的新聞經驗，希望透過經驗的分享和傳承，帶動學弟妹勇闖新聞圈。

「勇敢提問，並訓練自己提出好問題」。何戎強調，新聞記者對於社會而言是一項非常重要的工作，因爲電視台播報新聞，都是由記者代替閱聽人決定她們必須知道什麼，進而影響閱聽人對社會的觀感。何戎表示，災難現場會有許多



何戎勉勵學弟妹，希望新聞系的新尖兵們勇敢投身新聞圈

向發展來說，女嬰事件才是必須加強報導引起閱聽人注意的，因爲藉加強報導才能引起閱聽眾反應，避免悲劇再次發生。何戎勉勵學弟妹，記者是個讓人快速成長的工作，不管是來自哪間學校的學生，在踏入職場後都必須從頭學起，所以不要懷疑自己能力，只需擁有正確心態和熱忱，那就成爲一位受人尊敬的記者。



# 文大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS 第481期 中華民國98年5月11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**

# 中研院何志明院士 leading The changes 李天任校長：培育五全菁英華岡人



何志明院士邀大家領導變化



李校長向何院士介紹華岡科技領先的進步

【文／李文瑜】通才教育化，「變」是科技人的生存法則，未來要靠年輕人！中央研究院院士，前任 UCLA 的副校長何志明博士5月1日蒞臨華岡體育館以工學院教育未來爲題，分享科技人教育的新觀念。他提到，教學生要教出一個 leader，就要 lead 學生透過科學創意發展對社會做出貢獻。

面對這些改變，身爲科技人的導師，該如何因應這些變化，並培育下一代科技人。何志明院士說，Prepare The Changes，面對時代的變化，我們每一個人也應該準備後，並 leading The changes，隨時靈活因應變化，並領導這些變化成爲趨勢，就能爲這社會產生正面影響與作用。

工學院舉辦研討會，陳義揚院長特別邀請中央研究院院士何志明蒞臨華岡演講，邀請工學院各系所的老師們一同聆聽，而曾在加州大學洛杉磯分校 (UCLA) 取得藝術碩士，與何志明教授有多面之緣的李天任校長，則特別擔任研討會主持與引言人。李校長說，教學相長，就是要教授們不要閉門造車，透過研討會與來自世界各地的菁英互動教學共長，才會提升文化教學素質。

不斷強調「適應變化」的何志明院士提到，適應變化才能生存，這也是身爲科技人的生活原則。他提到，當年自己讀書時熟讀物理學，以爲自己會在此一專門科學裡終此一生，但後來在老師的教誨與自己的調適變

## 韓國明知大學代表蒞臨華岡 展望台韓學術創新 同爲世界大學運動總會會員 盼以文教運動建立合作關係

【文／蔡怡琳】韓國學術地位卓越的明知大學(Myongji University)，研究院 Lim Yunsoo 院長及中文系 Kim Myunggoo 教授5月1日蒞臨華岡，於曉峰紀念館10樓貴賓室拜會李天任校長、林棟雍教務長，針對兩校學術合作、學院發展交換意見。

擁有良好情誼，共同致力敦促大學發揮運動價值。李校長期望繼續保持兩校友好關係，未來能建立台灣、韓國、大陸學生一同上課的多元榮景，促進台韓文化交流。



明知大學研究院 Lim Yunsoo 院長與李校長相見歡



## 中國文化大學徵求推薦第六任校長候選人啓事

- 茲依據「中國文化大學校長遴選辦法」及董事會第十六屆第三次會議決議，公開徵求推薦本校第六任校長候選人。
  - 本校校長候選人除應符合「教育人員任用條例」所規定校長之任用資格外，並應具備下列條件：
    - 尊重學術自由與學術爭議之正常程序，體認私立學校辦學之艱辛，秉持「質樸堅毅」之校訓，培育人才，提昇教學與研究水準，加強國內外學術交流，並可凝聚校友愛校愛國之向心力。
    - 著有學術成就與學術、高尚之品德情操、卓越之行政領導能力及前瞻性之教育理念。
    - 本校校長候選人由下列方式之一推薦：
      - 本校董事推薦。
      - 本校專任教授、副教授十人以上連署推薦。
      - 自我推薦。
      - 凡有意推薦者，請來函(電)索取表格，或上網下載表格填寫。
  - 推薦之相關資料及表格(請附磁片)，請於民國九十八年五月二十四日前，以掛號寄達「中國文化大學校長遴選委員會」收。
- 中國文化大學校長遴選委員會 敬啓

化下，發現對微小物感興趣，一頭栽入奈米科技生活裡，從而研究出更多對社會具影響性的商品，這就是適應變化與挑戰時機的驗證。

他認爲，沒有一個人要永遠留在自己的領域裡終老，在現今社會的趨勢裡，唯有變變變與通才教育，因爲懂得越多知識越好，去挑戰變化則更棒，而老師給學生的教育理念更該如此，要學生去領導變化，去挑戰不可能的任務，才有機會在全球化的世界裡脫穎而出。

院長表示，明知大學技術類科系有一半以上皆採「全英語」授課，歡迎不懂韓語的同學前來深造。

Kim Myunggoo 教授則說，「對台灣環境很熟悉」因碩博士學位皆在台灣完成，雖目前於韓國任教，但時常回台參加國際研討會，這次參訪也帶 Lim Yunsoo 到台北著名素菜餐廳品嚐佳餚。Kim Myunggoo 教授過去曾與明知大學中文系主任一同來文大參訪，對陽明山美麗景致印象深刻。本次安排參訪校內特色建築，包括歐家年美術中心、圖書館、校史室、華岡博物館、柏英廳和各樓層運動設施等，了解華岡充沛的人文與藝術涵養。



明知大學 Lim Yunsoo 院長(左三)、李天任校長(右三)與林棟雍教務長(右二)等會後合影



# 教務會議 - 創新特色校園

## 林棟雍教務長 掌握卓越 教學多元創新



教務會議林棟雍教務長主持、各學院院長蒞臨參與

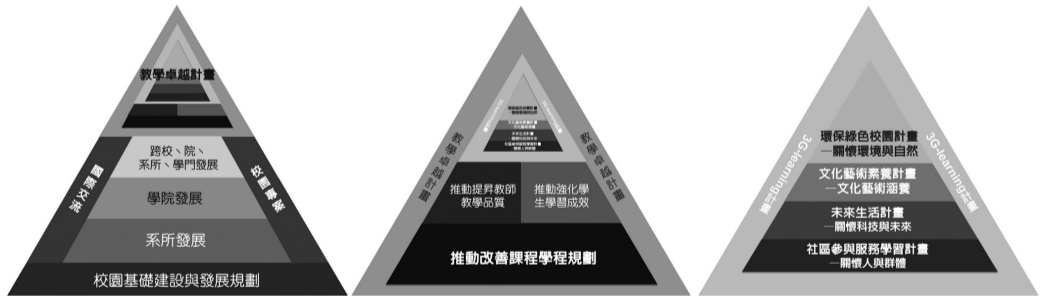


【文 / 李文瑜】97 學年第二學期教務會議 29 日於大恩館舉行，李天任校長以四大主題卓越校園為骨幹，包括建立環保綠色校園、社區參與服務學習計劃、未來生活 3G-learning 計劃與中華文化素養，由各個學院院長主持推動，串聯行政學術資源，期盼華岡成為「創新」具「特色」的大學校園。

今年教務會議由林棟雍教務長主持，張鏡湖董事長與李天任校長列席指導，而各學院院長亦均蒞臨參與教務會議，林棟雍教務長感謝教授們積極配合教務處上網填寫卓越教學大綱計劃，讓教學卓越的內容充實具意義，希望未來學院教授們能夠掌握時間，在選課前完成教學卓越大綱計畫內容。

李校長則以關懷「天、地、人」為教學卓越內容骨幹主軸，創造教學特色與創新目標，透過「滾動式」的中長程教學方式，注入創新具特色的華岡教學品牌形象。

他解釋，「滾動式」的中長程教學方式，即是配合時代趨勢與教學方法，靈活轉變教學品質，並依層級別分為課程改善計畫、強化學生學習計畫及提升教師教學品質計畫之綜合體，以學生為主，在四年的大學教育裡，透過積極學生關懷、教學協助、就業職場教育課程安排，建立完整一條鞭教育機制，將各種學習服務的精神融入學習地圖裡，積



# 遴聘師資國內外學歷比例一致

## 端視系所師資結構 決定遴聘學年度方向

根據人事室最新公布，本校 97 學年度新聘教師 68 位中，具國內最高學歷的老師為 38 位，其餘 30 位則具國外學歷，相較之下，本學年度具國內學歷的新進教師比例較高，達 56%，近三年具國內外學歷師資比一致。為平衡每年具國內外師資的比例，加上部分系所特別並無博士班之開設，致使部分系所內並加註限國外學歷的博士，但僅限部分特殊系所或有需求之系所而已。

整體而言，本校仍依照一定比例遴聘師資。根據近三年之統計資料，新聘教師最高學歷統計，95 學年度新聘教師 77 位中，有 39 位具國內學歷佔 51%；96

學年度新聘 73 位中，有 28 位具國內學歷，佔 38%；97 學年度則有 38 位具國內學歷的教師，比例為 56%。

本校每年均會依各系所教師出缺狀況及專長需求而有不同條件之徵才限制，目的為遴聘具國內外高學歷且有研究能力或有豐富教學經驗之優秀教師前來任教，最高學歷為國內外教師的統計，近三年比例已趨一致。因此，部分徵才的系所則須先視教師流動情形再決定新聘師資的相關資格，包括是否需具國內或國外的學歷，而各系所之師資結構各有考量，端視各系所進行調整。

# 總務會議 - 親民親善服務至上

## 施登山總務長 落實 24 小時服務不中斷



總務會議李校長推出天地人關懷照顧的校園觀，施登山總務長希望大家服務動起來



【文 / 李文瑜】97 學年度第 2 學期總務會議 4 月 16 日舉行，李天任校長致詞指導時強調，總務工作相當繁瑣，但要以服務至上，以學校師生為服務對象，創造親民和善的環境就是總務的最高指導原則。施登山總務長則肯定總務處員工的表現，未來希望只要有需求的老師或學生，都可以透過各種管道提出幫忙，總務處一定立刻處理。

文書組近來推動簡化郵件工作獲好評，尤以信件處理相當迅速，目前到校處理信件約 426557 件，皆可於當日完成通知與處理，在收發公文部份，全學年總計收文 4580 件，發文 29677 件，同樣文書組會在當日完成。文書組楊宜芳組長說，透過網路通知掛號信件，由師生自行領取後上網銷除，相當便利，此外，文書組已將全年華岡大事紀製作電子檔本的校園大事紀，每月更新，使各系所能迅速掌握校園動態，提供學術單位資料彙編。

事務組配合各單位預算審核採購案共 786 件，依政府採購法規定以招標方式

辦理或採共同供應契約方式辦理共 9 件，議價後總計節省金額為新台幣 2248 萬 3257 元整，事務組並舉辦系列環境安全與衛生等講座工作，透過講習，讓更多人參與環安工作，維持校園整體環境與安全。

事務組李慧美組長也提到，本校首創校園行動辦公室，行政學術服務 24 小時，不受地域時間限制，目前已完成合計 800 門手機門號申請，敬請學術與行政教職員工多多使用 3G 手機服務，其中推動辦公室分機整合手機功能，讓「手機」與「室內辦公電話」合作無間。

李慧美組長說，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」，則可直通威寶手機，老師或教職員工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，威寶手機可隨時接通任何找您的電話，完全不漏接。

李校長建議總務處執行環境安全的單位，應著一致性的制服，創造整體和諧的精神，才會提升校園的服務水準。

# 工學院專題競賽 點亮創新研發之光



評審團聆聽專題組報告

【文 / 蔡怡琳】激發創意思維與科學潛能，工學院舉辦「工學院專題競賽」進入複賽，於 4 月 29 日在大義館 319 教室舉行，同時是工程週重點活動之一。今年專題競賽分為「論文」與「實作」二類，由學系辦理預賽，推薦優勝者進入複賽，期間參賽隊伍需將作品陳列展示及測試，並現場解說示範。

「實作組」共有 9 組進入複賽，紡織系「創意文化應用於織品設計」專題，當天特別邀請系上同學擔任模特兒，透過伸展台走秀方式展現自己設計的服飾，融合澎湖的海洋、岩石等色彩與環境元素，讓服飾擁有不同的風格，其中，一秒鐘可將外套轉換為包包的創意作品，也獲不少好評。



實作組特別邀請系上同學擔任模特兒，透過伸展台走秀方式展現自己設計的服飾

「論文組」則有 11 組同學進入決賽，分別來自紡織、電機、資料等科系。今年獲獎的同學各組均選遞前三名與佳作若干名，包括第一名獎金六千元、第二名四千元、第三名三千元與佳作若干名，以上皆提供獎狀證明。另視情況設置「傑出創意獎」，積極拓展基礎與應用並重的工程領域。

評審委員由院長聘請校外內外學者專家組成「專題競賽評審小組」，包括工業局王詔民科長，與清大、長庚、北科大、文大等教授。「論文類」評分重點包括創意、理論分析方法、成果貢獻與價值；「實作類」包括創意、雛形設計方法、成果貢獻與價值，期望提升同學的創新研發與實作能力。

# 97 年度教育部校務獎補助經費撥款及支用明細公告

為提供師生充分了解教育部校務獎補助經費運用情形，本校積極推動資訊公開透明化，透過校內各項資訊公佈訊息傳達，讓全校師生清楚掌握獎補助經費使用情況。「獎補助經費」除依教育部規定，公告於本校公告系統外，並以 e-mail 的方式，讓師生了解，茲將撥款明細表及使用項目、金額詳列如下表。也可上網 <http://www.pccu.edu.tw/post/content.asp?NUM=20090503121300145>，歡迎全校師生查詢。

一、97 年度(97/1/1~12/31)蒙教育部撥款校務獎補助經費計 85,712,747 元，其獎補助經費占本校近 3 學年度總收入之百分比分別為 2.98%(94 學年度)、3.22%(95 學年度)及 2.37%(96 學年度)。而該獎補助經費占本校近 3 學年度總支出之百分比分別為 1.88%(94 學年度)、3.39%(95 學年度)及 2.36%(96 學年度)。

二、教育部分學期撥款及本校支用情形如下表所示：

項目	第一期	第二期	合計
教育部獎補助經費	29,283,271	56,429,476	85,712,747
經常門執行數	14,677,784	28,284,327	42,962,111
資本門執行數	14,605,487	28,145,149	42,750,636
合計	29,283,271	56,429,476	85,712,747
第一期撥款 29,283,271 元；教育部 97.8.18 台高(四)字第 0970160246E 號函。			
第二期撥款 56,429,476 元；教育部 97.11.3 台高(四)字第 0970217964E 號函。			

三、其支用明細表如下：

計畫項目	細目	合計
改善師資	支付兩年內新聘教師薪資	26,542,216
	研究	2,697,845
	研習	163,810
	進修	1,044,975
	著作	300,000
學生事務及輔導工作之推動		428,564
改善教學軟硬體之相關物品	充實教學儀器設備及維護展演經費	1,969,645
其他	期刊、資料庫	9,651,978
	環境安全衛生相關經費	75,000
經常門合計		42,874,033
充實、改善教學相關軟體資源	圖書、期刊	13,335,325
	教學軟體	3,472,500
充實、改善教學相關硬體設備		20,144,352
學生事務及輔導工作之推動		857,127
其他(環境安全衛生設備、教育訓練、防護設備)	環境安全衛生設備	529,410
資本門合計		38,338,714
總計		81,212,747
經教育部 97.12.29 台高(四)字第 0970256326 號函核定保留 4,500,000 元。		

# 劍橋 vs 巴黎遊學記

## 讓你知性 vs 感性一整夏

研習內容  
 \* 學校：國立劍橋安格麗羅金斯大學 \* 課程：每周 18 小時英語課程  
 \* 住宿：大學宿舍，兩人一房 \* 結業：獲頒「安格麗羅金斯大學」EFL 結業證書

課後 & 週末活動 □  
 \* 英式初體驗：英式 PUB、英式下午茶、英式 B.B.Q.、劍橋大學 傳統英式晚宴、英式足球、鮮紅雙層巴士...等。  
 \* 大學城巡禮：劍橋 - 國王學院、三一學院、康河撐篙...等  
 牛津 - 牛津大學 - 哈利波特霍格華茲魔法學院場景  
 愛麗斯的店 - 愛麗斯夢遊仙境...等  
 \* 名景大搜尋：溫莎古堡、白金漢宮、大笨鐘、倫敦塔橋、西敏寺、肯辛頓宮、千禧橋、倫敦眼、遊泰晤士河...等。  
 \* 人文知性遊：大英博物館、國家藝廊、杜莎夫人蠟像館、歌劇欣賞...等。  
 \* 時尚血拼團：牛津街、攝政街、哈洛士百貨公司、柯芬園廣場...等。

巴黎 3 日遊  
 \* 花都巴黎走透透：香榭麗舍大道、凱旋門、協和廣場、遊塞納河、左岸露天咖啡座  
 艾菲爾鐵塔、西堤島、聖路議島、聖母院、名牌購物街、拉法葉百貨公司、PRADA、LV、GUCCI...買就賺的免稅名牌。  
 \* 達文西密碼場景，藝術品收集的殿堂 - 羅浮宮、畫家村  
 \* 電影艾蜜利異想世界的聖心教堂、金碧輝煌凡爾賽宮、皇家御花園。

哇！這麼豐富的暑期遊學怎能錯過？  
 更多的遊學資訊請洽  
 中國文化大學推廣教育部  
 電話：02-27005858  
 分機 8581-8586 / 0800212862  
 EMAIL: hschsu@sce.pccu.edu.tw  
 每週三 12 點 - 5 點，  
 校本部說明會於大忠館舉辦，  
 線上預約：  
<http://studyabroad.sce.pccu.edu.tw>



# 學生諮商中心 (心理診所)

廖惠竹 輔導老師

## 難解的衝突方程式

輔導老師您好：  
 最近，有些事情讓我的心情一直好不起來。我和男朋友在一起兩年多了，常常為了小事情爭吵不斷，他總是說我不安全感太重了，對我緊迫盯人的方式很受不了，但有時候我只是想表達問候與關心而已；前幾天，我們又在電話裡吵了一架，冷戰到今天都還沒有說話，雖然人家都說情侶吵越感情會越好，但每次吵架冷戰到和好的過程都讓我覺得好疲憊，也讓我質疑我們是不是不適合在一起？老師，我該怎麼辦呢？

心煩的俐俐

親愛的俐俐：  
 收到妳的來信，看到你似乎因為無法處理愛情關係裡的衝突而感到困擾，可以感受到妳的疲憊、焦慮和低落情緒，老師很樂意有這個機會可以和妳一起討論目前的狀況與困擾，希望對妳有所幫助。

老師相信，爭吵經常是讓人不舒服的，但是卻又好像常常容易掉入爭吵、冷戰、道歉到和好的循環中。學習面對衝突其實是愛情裡很重要的一環，不過在這樣的過程也可以讓我們檢視關係是否有需要改善和努力的地方，或者更清楚自己在愛情中的樣貌與需求。

其實當衝突發生前，在我們已經開始感覺到不舒服的時候，我們就可以先試著婉轉得表達自己的情緒以及清楚的說出自己已有負面感受的原因，這樣不但可以讓對方更清楚的了解妳，也可以避免誤會和錯誤解讀的情況產生。比如像俐俐舉的這個例子，當妳想對男友表達關心和問候的時候卻被認為是緊迫盯人，這樣的感受一定很委屈與不舒服，但如果可以利用這個機會讓雙方都能去表達與澄清彼此的想法與感受，甚至是對關係的期待，反而可以讓彼此的互動更加輕鬆自在，關係也能更勝一層樓喔！

此外，如果無法避免衝突的發生，在衝突中，我們除了要學習表達自己外，也要試著站在對方的角度去了解他的狀況。因為衝突其實常常來自不同的想法和觀點，但也就是因為如此常會讓我們迫切的希望對方聽懂自己的想法，而忽略了傾聽對方的聲音與遺忘自己立場。當然，在情緒滿溢的情況下要讓自己平靜下來傾聽是很不容易的，但如果可以，讓自己張開耳朵，釐清衝突的原因並累積經驗，下次發生類似的事情時，也許就可以避免無謂的爭吵囉！要這樣做一開始會有些困難，但若能夠隨時提醒自己，我相信有一天妳們一定都可以站在對方的角度去了解彼此對於愛情的需求與期待。

而在每次的衝突之後，我們也可以靜下來仔細的思考一下，在妳們的關係或相處中，是甚麼樣的情境或溝通方式容易引發衝突和負面的情緒？雙方爭執的真正原因是什麼？爭執的目的是什麼？希望達成什麼樣的結果？而當這樣的循環一再發生的時候，可以運用那些和過去不同的方式避免衝突的產生？老師相信花一些時間去觀察和尋找，俐俐一定可以找到適合妳們的因應方式。

最後，老師也想和俐俐分享，有時候衝突的發生也不一定對關係全是負面的影響，因為每個人有不同的成長背景、不同的生活和體驗，在愛情關係裡，有許多不同的觀點和生活方式需要去磨合，透過不同意見的交流、適切的處理，也許可以更增添對彼此的了解和接納，學著在衝突中表達自己、體諒對方，學習適當的溝通方式。關係需要雙方的共同經營與付出，尊重、包容與體諒的愛情關係，才可以帶來信任與安全；希望俐俐可以有更好的處理衝突的方式，更了解自己也了解對方在愛情關係裡的需求，學習更負責和成熟的面對衝突，相信妳會有更多的成長，祝福妳。

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：直接前往大忠館 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)