

心流感 好溫暖 擁抱千人拉近萬人心 廣告系用心交流擁抱祝福 散播愛與溫暖

【文/李文瑜】文化廣告系第二十一屆舉辦組在2009年12月24日平安夜，從文大「心流」出發，前往西門町、忠孝復興與信義商圍沿路為寒冷的冬天帶來「心流感，好溫暖」的聖誕節活動。

一群奇裝異服的「心流」熱血青年，一路上為寒冷的台北街頭送上溫暖與祝福，透過一個個溫暖的擁抱和充滿祝福的ACE-溫純綿綿軟糖，為許久不見的純真感動發聲，熱情擁抱了上千人，拉近了上萬人心的距離。

文化大學廣告系宣傳小組強調，透過這種互動式的擁抱，讓台北人染上「心流感」，用

「心」和自己、和人、和世界做正面態度積極的「交流」，一個擁抱勝過千言萬語，歡迎大學從現在開始持續的從「心」出發，交「流」互動，共「感」幸福，一起心的溝通，心的交流，心的互動吧！

文化大學廣告系第二十一屆畢業展「心流感」將於2010年4月2、3、4日 in 信義誠品6F Call out 全世界一起「心的溝通，心的交流，心的互動」！歡迎大家積極登入心流感無名官網，查看廣告系陸續的心流系列活動，保證愛不釋手，溫暖滿滿心窩。心流感無名官網：http://www.wretch.cc/blog/pccuad21flow。



用心擁抱未來！廣告系學生陸續在西門町、忠孝復興與信義商圍沿路擁抱路人，用溫暖悍衛青春心。

文化史上最震撼之BABY28 璀璨之夜 體育系璀璨之夜邀請知名歌手 勁歌熱舞迎新年

【文/葉子豪】揮別2009，為大學青春畫下美好句點，展望2010年全新未來，今年由體育系、國術系、心理輔導系、教育系學會主辦和化學系協辦，將於12月28日下午6時在在大孝館2樓舉辦「文化史上最震撼之BABY28 璀璨之夜」聯合舞唱會，現場有專業DJ提供熱鬧的音樂，還邀請溫嵐、柯有倫、景行廳男孩和袁詠林等知名歌手，與同學樂鬧華岡一整夜，歡迎同學參加！

文化大學
BABY28 璀璨之夜
Beautiful Mess
DJ+MC
溫嵐
柯有倫
景行廳男孩
袁詠林
活動資訊
2009.12.28
18:00-20:30
大孝館體育館2樓
購票資訊
0989688447
各同學
主辦單位/文化大學教育學院 協辦單位/化學系 攝影贊助/文化大學攝影社

璀璨之夜為體育系舉辦年度最盛大的活動，邀請多位知名偶像歌手以勁歌熱舞方式讓現場同學感受到華岡夜晚奔放熱情的一面外，同時邀請專業的DJ團隊演奏抒情歌曲，讓同學在絢麗燈光下漫舞華岡。

體育系副會長翁哲暉同學表示，璀璨之夜活動舉辦的目的是希望能讓大家在2009年的年底，透過美好的音樂和飲料，與自己的朋友一同擁有歡樂美好的記憶，忘掉一整年的不愉快，以歡樂態度迎接2010年，期待自己在嶄新的一年中有更美好的生活。

翁哲暉說，本次活動採取的是購票入場，凡是體育系、國術系、心理輔導系、教育系等系所

日本天理大學學生 詮釋扮演中文話劇 感慨八八水災無情人生 以話劇帶領學生珍視完美人生

【文/謝羽青】姐妹校日本天理大學學生12月7日在體育館柏英廳舉辦年度中文表演話劇，精湛中文詞句表達與肢體演出，獲得觀眾好評掌聲不斷。日文系副教授方獻洲指出，天理大學與本校有長達四十多年的深厚交情，今年獲校友故鄉會會長獎的話劇團體以八八水災為題，演譯出樂觀可貴生命的人生，相當感人，更為兩校情感高下精彩豐厚的友誼情。

天理大學 第九屆台灣公演
——「傾心於台灣八八水災救援」
完美人生
「傾心於台灣八八水災救援」
天理大學 第九屆台灣公演
——「傾心於台灣八八水災救援」
完美人生
「傾心於台灣八八水災救援」

一年的時間學習中文並且排演這次的話劇，雖然中文並未很流暢，但對於詮釋話劇內涵的勇氣與態度卻是令人相當敬佩。

下村教授說，日本天理大學學生抵台後便開始在簡短幾天的時間內完成場佈和排演，時間雖然緊湊，但卻完美呈現整齣話劇的表演，大方的肢體表現，宏亮的中文口語表達，精彩幽默的演出讓現場觀眾不禁鼓掌叫好。

下村教授說，今年夏天感受到台灣八八水災的嚴重災情後，決定將這次話劇做為對災情的關心，希望透過話劇，讓悲傷的人生重新燃起希望。導演為天理大學三年級中東香，深切希望大家在觀賞這齣戲後，能更重視人生，並好好享受人生！

整齣劇的演出中，有歡笑，也有淚水，透過主角尋找完美人生的過程中，讓我們更重視生命的可貴並珍惜現在所擁有的一切，而自己的人生，只有自己能創造。

方獻洲老師說，每年天理大學都會帶領該校學生蒞臨文化大學進行各種學術合作交流，並透過話劇演出，以一對一的語文交流學習方式，拉近師生間情誼與合作關係，藉此加深兩校感情。今年已是日本天理大學中國語學生第九屆公演，該團體已在日本獲得一年一度話劇比賽的「校友故鄉會會長獎」，演譯令人動容。

天理大學中文系下村教授表示，參與話劇演出的學生為一到三年級，這群演員只花了半年至



天理大學演出師生合影

大雅館好禮週抽活動 首周抽獎名單出爐

【文/周佑雯】大雅美食館抽獎名單公布，大雅美食館於開學時舉辦「開學摸彩大放送-好禮週週抽」，首次則邀請真善美社妮老師與陳同學，共同擔任抽獎大使，總共抽出80個名額與獎品，敬請獲獎同學儘快到大雅館4樓管理中心領取，活動到99年1月8日止，請同學踴躍將抽獎券投入大雅館4樓摸彩箱中。

由全家提供的100元禮卷分別由陳茂元、林淑詮、吳靜媚、黃建晟等同學獲得，而周映珊、黃穎如，則獲得吉野家牛丼2份，小阿媽麻辣鴨血臭豆腐則由林宜璇、林運辰、簡文郁等同學獲獎，八方雲集鍋貼2份則由董中富一人獨得。

請獲獎同學於99年1月8日

前領取獎品，中獎師生除在1月8日前領取獎項，還需攜帶摸彩券票根聯以及身分證明文件，如學生證、身分證、駕照、健保卡等，至管理中心辦理兌獎手續，才可順利領取獎品，而若預期未領，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。

開學摸彩大放送活動已進入尾聲，尚未獲獎文大師生，千萬別灰心，請拿起你的抽獎券，前往大雅摸大獎。活動辦法，在大雅館消費超過30元索取摸彩券後，填下姓名與連絡電話，提醒同學勿將存根聯也投入摸彩箱，以免喪失得獎機會。詳細規程請洽活動小組(02)2861-8710。

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS 第503期 中華民國99年1月4日

發行人/張鏡湖 社長/楊泰順 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

兩岸藝術高校交流 北京中央音樂學院王次炤院長拜訪張董事長 以兩岸藝術教育文化交流為合作前提 汲取推廣教育的校務經驗



張董事長與王次炤院長相談甚歡

【文/李文瑜】藝術學院於2009年12月3日至2009年12月9日邀請北京中央音樂學院王次炤院長等一行人參觀文化大學，並拜訪張鏡湖董事長與楊泰順校長，希望透過校際藝術教育文化交流，推動兩岸音樂新視野。王次炤院長說，文化大學在大陸相當具知名度，包括在推廣兩岸教育交流、校園景緻風光，加上行政業務純熟，都讓人印象深刻。

於1950年，其前身是二十年代至四十年代的各具特色的幾所高等音樂院、系，是目前全中國大陸藝術院校中唯一的一所國家重點高校和「211工程」建設學校。王次炤院長與本校淵源深，多次來台灣為本校學生演講，今年希望合作更密切，以教育交流開啓兩岸藝術的新序曲。

參與今年交流參訪的貴賓還有中央音樂學院院長助理何粹教授、中央音樂學院 繼續教育學院副院長趙海教授等，擔任此次



張董事長與中央北京音樂學院師生合影

交流的幕後推手則是王次炤院長夫人，現任台辦辦公室副主任秦芝烟老師，兩校以兩岸藝術教育文化交流為合作前提，希望透過緊密合作帶動兩校的藝文交流。

王院長今年特別參觀本校推廣部，拜會本校張冠群執行長、李天任博士等，希望汲取文化大學在推廣教育上的經驗，將其經驗引進大陸市場，帶動終身教育的另一學習風潮。

王次炤院長出生浙江杭州，1983年畢業於中央音樂學院。歷年來曾任音樂學系音樂美學教研室副主任、音樂學系副主任、副

教授等職務，直至1998年榮任中央音樂學院院長、黨委書記，2000年任中央音樂學院院長、博士生導師等。

自1983年以來，王院長先後在中央音樂學院開設《音樂美學基礎》、《中國傳統音樂與傳統音樂思想》等課程。主要論文有《音樂的結構和功能》、《價值論的音樂美學探討》、《古琴藝術的審美特徵及其文化根源》、《論音樂傳統的多層結構》、《中國傳統音樂文化中的人文精神》等四十餘篇，可說是在中國古典樂曲方面成就非凡。

本校男子籃球校隊小贏中華名人隊 鍾小平學長精湛個人秀 黃志偉名模星光閃閃

【文/李文瑜】中華男子名人籃球隊12月25日迎戰本校甲一級男子籃球校隊，本校拿下149分好成绩，打贏中華名人隊130分。不過，曾效力於本校二級籃球隊的校友鍾小平先生，則成為這場籃球賽最出風頭的選手，個人獨獲63分，短小精湛的投籃與搶球動作，讓在場觀眾賞球賽的學生驚訝連連！

中華男子名人籃球隊與本校甲一級男子籃球校隊聯誼友誼示範賽於本校體育館二樓舉行，由總教練是閻家驊帶隊，球員包括何守正、吳岱家、毛加恩、黃志偉、鍾小平、洪至善、陳世念、楊敬敏、簡嘉宏、吳建龍及林金榜等名人球員。



鍾小平學長代表、代表中華名人隊的名模黃志偉與本校籃球隊競技

新傳學院 汕頭大學 簽訂交流協議 兩院際交流 共創合作舞台 葉明德院長積極推動兩岸新聞人才培育計畫

【文/葉子豪】新聞暨傳播學院葉明德院長12月18日與汕頭大學長江新聞與傳播學院正式簽定「兩校學術合作與交流協議」，提供兩校師生在互訪、短期研究、共同舉辦學術、教學研討會等多項教學活動互助合作，並將進一步推動實施合作計畫，如交換學術資料、教材和出版品，為兩岸新聞傳播教育打造璀璨新聞合作舞台。



葉明德院長向大陸高校推銷文化之美

汕頭大學是1981年國務院批准成立的廣東省屬「211工程」重點建設大學，座落海濱城市汕頭的西北區，現有教職員工3500多人，在新聞傳播教育方面，擁有長江新聞與傳播學院，目前更設有新聞學碩士班、大學部有廣播電視新聞學系，包含廣播電視新聞、影視廣告方向、播音主持等方向，新聞學系以新聞學研究、全英文國際新聞、融合媒體為主，以及編輯出版學系，教育重點為出版策劃與經營方面。

汕頭大學近年來積極推動國際化目標，轉型成為一流國際學府，受到中國政府及企業關注，香港知名企業家李嘉誠贊助教育費，國務院副總理李嵐清更給予

「中國高校改革的試驗田」高度評價，更在2007年《中國大學科技創新競爭力排行榜》中，列全國第53名、綜合性大學第14名，顯示高等教育雄厚的實力。

葉明德院長並於11日至23日間，同時與北京中國傳媒大學洽談簽定學術合作與交流協議事宜，並陸續造訪上海、北京及廣州等地，於上海華東師範大學、北京聯合大學、北京中國青年政治學院、汕頭大學台灣研究所，及廣州暨南大學進行專題演講，期待提升對岸青年對台灣瞭解，更希望兩岸新聞傳播的學術能邁向通往國際化的新里程。

華岡人物

歐陽新宜 副教授



【文/李文瑜】中山與中國大陸研究所歐陽新宜副教授，響應華岡教師追求卓越及暑期國際進修計畫，2009年7月11日至9月10日獲選新加坡國立大學東亞研究所(Eat Asian Institute of National University of Singapore, EAI)擔任為期兩個月的客座高級研究員(Visiting Senior Research Fellow)，是首位獲選國立新加坡大學客座高級研究員的本校專任老師(邵宗海及蔡璋兩位教授曾於政大專任時前往)，期間發表的學術論述、政策性報告並接受新加坡電視台訪談，獲來自世界各地的教授與研究員肯定。

世界中國問題頂尖學者齊聚

短期國立客座研究員經歷精彩

歐陽新宜副教授說，國立新加坡大學治學嚴謹，相當適合學術研究，擔任兩個月研究員期間，曾發表提供新加坡政府高層參考研究運用的政策分析報告一篇，內容為「MA YING-JEOU'S POLITICAL STORM IN THE AFTERMATH OF TYPHOON MORAKOT」。同時，曾連續三星期擔任每周二早上非正式英文時事討論(weekly informal discussion)的主持人，帶領引言EAI研究學者，包含美國、英國、丹麥、日本、澳洲及中國大陸學者，其課題有「馬胡會之可能



與學生互動融洽，歐陽新宜老師(前右三)與文大畢業生合影



歐陽新宜老師在擔任為期兩個月的客座高級研究員與其它研究員及其眷屬合影。

掌舵社團職涯新推手 推動大學新藍海 接任新職學務長 精準規劃學涯 追求卓越多元

中山與中國大陸研究所歐陽新宜副教授今年七月份暑假甫獲選新加坡國立大學東亞研究所擔任為期兩個月的客座高級研究員，成為本校首位獲選之專任副教授，未來將掌舵2010年華岡學務長新職，曾開設「社會問題適應」課程，熟知大學生心態，多次敞開大門和大學生暢談未來，接任學務長新職的第一項功課，就是重回當「學生」。歐陽新宜副教授強調，唯有站在學生的立場，聆聽學生的想法，才能精準規劃每位學生學涯人生，共同追求卓越多元的創意未來。

性」、「莫拉克風災」及「達賴訪台問題」，全程英語小型研討會，針對台灣政治局勢與國際接軌的新未來。

歐陽新宜說，據英國《泰晤士高等教育增刊》所發表的世界大學100強排名中，新加坡國立大學名列第22，亞洲頂尖的3所大學之一，旗下設立之東亞研究所(EAI)中國問題學者包括前任所長楊大立為芝加哥大學政治系主任及中國研究中心主任、現任所長鄭永年為知名中國問題專家，曾任英國諾丁漢大學政治系主任；新加坡國立大學東亞所現任榮譽主任王庚武則曾任香港大學校長多年，享有中央研究院院士頭銜，專家雲集網羅來自世界各地的亞洲問題專家，出版之中國問題的學術觀點及其著作出版重國際，已成為全球最負盛名的中國研究重鎮之一。

此外，歐陽新宜擔任客座研究員期間發表的EAI 2009年九月號Bulletin文章一篇，題目是Cross-Straits Relations: Typhoon Morakot and the Dalai Lama，並舉辦EAI研討會(Seminar)主講人一次，題目為「China's Social Protests and Their Political Opportunities」；研討會內容廣受好評，同時，應知名中國問題專家鄭永年主任邀稿於其刊物China - an international journal 英文期刊正式發表，掌握議題明確清晰，歐陽老師擔任研究員期間，多次接受新加坡電視台以高級研究員身份訪談台灣政治社會問題。

精準刻寫大學青春日記

營造大學新藍海卓越未來

以「學習歷程」精準刻畫大學青春日，歐陽新宜老師以建立「大學新藍海」為目標接下學務長新職。他說，大學四年除學涯與生涯的重點規劃外，精

準計算出四年的大學經費配置更是大學生必備的青春日記錦囊。他解釋說，大學經費配置就是精準計算大學一年級學生踏進華岡的那一刻，到四年走出校門時，總計花費新台幣多少錢？粗估學費、住宿費、食物與交際費用，林林總總加計一定會超過117萬元。若以高領的大學經費換算吸收知識的時間與能力，去除工讀、睡覺與交際時間後，學生獲取新知的時間已少之又少，加上許多學生選擇勞力性工讀，加重生理負擔，犧牲學習的時間，這樣的工讀選擇根本就是本末倒置。

歐陽新宜說，當一個真正的大學生，就是要學到「新東西」，眼光應該把目標鎖定在社團、服務學習、研討會、國際交流等正面的社團交流，唯有目標放遠，才有成為一個五全人的菁英者。為培育真正大學生，學務處希望站在輔導角色的制高點，積極爭取更多就學貸款的機會與額度、充份有效運用社團的資源增加學習工讀的機會，聯手打造華岡新時代青年。

大學真精彩 追夢相信未來

大學一定可以很精彩。歐陽新宜老師強調，踏入華岡那一刻，學生就要有這個精神，態度決定一切，可以不用期待自己是學業最頂尖那一群，但一定得追夢相信自己一定是最精彩的那一個青春少年少女。歐陽老師認為，華岡的學生創意十足，注入多元學習的管道與正常思考，加上華岡學生符合台灣文化的新特色，看起來可能是最混亂的一群學子，卻總在適當時刻怒放多元創意思維，營造每一個青春畫面都精彩驕傲。

歐陽新宜簡歷

- 學歷：
政治大學東亞研究所法學碩士
美國俄亥俄州立大學社會學碩士
美國俄亥俄州立大學社會學博士
經歷：
◆美國中西部各州台灣留學生「大漢風雜誌」總編輯
◆美國俄亥俄州立大學圖書館亞洲部館員
◆政治作戰學校政治研究所兼任副教授
◆青年日報社論主筆
◆中華歐亞文教基金會資訊部主任、兼任研究員、顧問
◆政治大學國際關係研究中心副研究員、圖書館館長兼電腦中心召集人
◆政治大學東亞研究所、政治大學社會系兼任副教授
◆中國文化大學中國大陸研究所所長
◆新加坡國立大學東亞研究所客座高級研究員
現職：
中國文化大學中山與中國大陸研究所副教授兼美國研究所所長
榮譽：
美國中國時報基金會年度博士論文獎
中國文化大學社會科學院績優教師
中國文化大學推廣部績優教師
主要著作：
中共無產階級專政下的菁英結構與變遷
中國大陸省籍菁英異動及其政治穩定
海峽兩岸省級事務交流之研究
孫中山與馬克思國家理論在國家發展「涉外」議題上的對話
中國大陸三農問題及其對策
外力干預下的中國發展模式
中國大陸社會抗議及其政治機會。

2010 美國暑期打工徵選活動

◆◆ 雇主型態 & 打工場所 ◆◆
**主題樂園 ◆ 水上樂園 ◆ 國家公園 ◆ 海灘區 ◆
 飯店 ◆ 渡假村 ◆ 餐廳 ◆ 零售商店 ...**

◆◆ 徵選對象條件 ◆◆
 ◆ 18-29 歲 ◆ 全國各大專院校在學學生 (包括 2010 應屆畢業生) ◆ 具基礎英文溝通能力
 ◆ 工作期間：2010/6/1-9/30 (至少 8 週) ◆ 個性：獨立自主、適應力強、喜愛交友和旅遊、願意接受挑戰、有責任感。

◆◆ 徵選方式 & 申辦流程 ◆◆
 ◆ 參加文化大學主辦徵選說明會 → 報名 → 參加初選英文面試 → 合格者填寫 WEP 申請書 → 收到錄取通知 & 雇主合約 → 收到 DS-2019 → 申請 I-1 簽證 → 參加行前訓練 → 美國打工去！

◆◆ 徵選講座日期 & 地點 ◆◆
 ◆ 校本部大忠館：1/7 (四) □ 12:15-14:00 □ 15:40-17:00
 ◆ 推廣教育部建國校區：1/6、1/13 (三) □ 17:00-19:00
 ◆ 推廣教育部建國校區：1/9、1/16 (六) □ 14:30-16:00

中國文化大學推廣教育部 | 國際發展中心海外組
 預約講座網址：<http://studyabroad.sce.pccu.edu.tw> | 洽詢電話：02-27005858 轉 8581-8586
經驗豐富 ◆ 充滿熱忱 ◆ 大學主辦 ◆ 學生安心

廣泛閱讀拓展精彩人生 一本書改變一個人機緣

經典講座
駐校藝術家杜十三



杜十三老師鼓勵學生大量閱讀

【文/蔡怡琳】以詩人的眼光觀察世界，12月22日下午3時於大孝館3樓堅毅廳，由本校駐校藝術家黃人和，筆名杜十三擔任主講人，以「十三的詩與藝術」為題分享。現場播映杜十三受邀至大愛電視台「股暖小站」節目專訪的影片，讓同學更了解他對藝術創作的不朽理念。

華岡博物館陳明湘館長表示，曾在誠品書店欣賞杜十三的作品，校方有幸邀請他為本學年駐校藝術家，也歡迎同學於每周一、二至大孝館10樓，與杜十三老師共同賞析藝術創作。

形容人生前進最大的因素和推力皆來自「廣泛閱讀」，杜十三認為與一本書或一位朋友相遇，都有可能成為改變一個人的機緣，同樣的空間在不同人的眼中就是相異的世界，與其接觸不僅能拓展視野的深度，也可以「發現自己存在的意義」。

「書離不開手！」杜十三強調閱讀持續影響他的人生，包括透過許多名人傳記，產生足以抵禦挫折打擊的精神，藉由閱讀過程，可反芻人生種種難題。他



杜十三老師接受專訪

回憶過去向圖書館借的許多典籍，在借閱登記單中幾乎都有李敖的紀錄，可知其從年少時累積的養分，也成就其後來博學的智識。

融合化學系的背景與藝術家的底蘊，杜十三以發明「化學元素表」的蘇聯科學家門德烈夫為例，某次演奏大提琴樂曲時，忽然領悟數字「8」代表的奇異數，於是一個晚上就建立起影響世人深遠的元素表，說明各領域間看似涇渭分明，但「化學的難題也可用音樂的方法來解決」，鼓勵同學多藉由通識課程吸收不同專業知識。

杜十三求學時皆維持優異成績，但也不忘創作熱情，自高中開始創作詞曲、新詩、散文，大一嘗試繪畫也獲得史博館展覽等肯定，更運用嫺熟的藝術技巧和創新思維，顛覆一般人對詩的印象，跳脫平面的框架，和聲音及裝置藝術結合，也突破出版禁忌，引領國內藝術邁向不同高峰。

杜十三老師部落格
<http://doing13.blogspot.com/>

奇幻旅館服務學習課程 從基層學習自我成長 抱持感恩心

社會服務
李南賢推動產學共治

【文/蔡怡琳】創造奇幻旅館的服務學習新體驗！企管系李南賢教授開設「社會責任與服務學習」課程，透過課堂講解社會責任及志願服務的觀念外，今年更與沙多堡奇幻旅館合作，讓修課學生親自參與業界實習，由實務中驗證理論基礎與累積職場經歷。

沙多堡奇幻旅館林明煌董事長為李南賢教授的博士班指導學生，今年特別安排學弟妹到沙多堡奇幻旅館實習，從旅館基層開始學習，舉凡記帳、打掃、招待等全方位服務，都有員工一對一指導，讓同學體驗第一線職場環境。

李南賢教授感謝林明煌董事長願意提供實習機會，並將學生當成自己的員工訓練，若表現優異的同學，畢業後更有

優先獲得正職的機會。學生對服務學習課程的反應良好，除了讓平常不做家事的孩子，體會長輩的辛苦外，也推動華岡服務學習往更優越的方向發展。

沙多堡奇幻旅館強調每一個房間本身就是「一齣完整的戲劇」，51個夢幻主題式房間就有51個世界，學生在充滿設計美學的環境裡工作，可激發出創新的想像力，思考給消費者的精緻服務，並理解所有豐碩的收穫都需由踏實累積而成。

李南賢教授表示，服務學習課程除了學習社會責任知識，也應該親身參與職場環境，才能掌握未來服務發展趨勢，透過實作過程，更能抱持感恩心、協助需要幫助的人。



學生前往沙多堡實習，李南賢教授(右三)特別選在沙多堡旅館授課學習服務觀念

學生諮商中心【心理診所】

吳欣怡 輔導老師



輔導老師您好：

我是第一次住宿，沒有想到我跟我的室友在相處上出了一些狀況，讓我感到很煩躁。我們經常是兩天一小吵，三天一大吵，不吵的時候就是冷戰，相互不搭理。常常為了一些小事吵架，像是有人一大早就起來，把東西弄得劈哩啪啦作響，擾人清夢，或是借東西沒有問一聲，就直接拿走，諸如此類的問題。宿舍裡整日氣氛緊張，後來我變得很不喜歡回寢室，所以只好在街上遊蕩，有時遊蕩到11、12點，然後趕門禁回寢室，然後倒頭就睡。我真的不喜歡這樣，請問老師我應該怎麼辦？

By 喬喬

親愛的喬喬你好：

考上大學之後，離開原本共同生活的家人，與生活背景相異的同學，合住在同一寢室。在與室友朝夕相處的過程中，可讓多彩多姿的大學生活，增添幾許酸酸甜甜的滋味。有些人在與室友交往的過程中，找到可遇而不可求的知己；但是也有人與原本的好友共住，結果彼此以「今後老死不相往來」收場。

從妳的來信我看見與室友的相處讓妳產生了一些的壓力，每天讓自己晚歸真是難為妳了。另外我也看見，妳似乎也有覺察到，妳們的爭吵源自於一些小事或是不一致的習慣，只是似乎是溝通之間出了問題，在這裡提供幾個原則讓妳們之間的溝通可以更順暢：

1. 表達自己的意見：對於室友不良的生活習慣，不妨開誠佈公的說出自己的感受，或許可能是她沒有意識到自己妨礙到別人。因此，妳可以先單純的「講出自己的感覺」，然後聽聽對方怎麼回應。當妳表達出妳的想法及感受，她也能更進一步了解妳想法。
2. 使用溫和的口吻溝通：雖然妳的室友冒犯妳，但在與她溝通時，仍可使用溫和的口吻，因為若是相互指責想必雙方都會很不好受，甚至會造成溝通的阻礙。
3. 學會大度、寬容：若是在溝通的過程中，室友向妳表示歉意，妳也可以嚐試再給彼此一個相處的機會。
4. 尊重彼此的生活習慣，找出平衡點：因為每個人有不同的背景及價值觀，很多時候的摩擦或許只是誤會而已，所以當每個人都說出自己的感覺，並且願意聽聽對方的說法時，就有更多空間去尊重對方。像是訂定生活公約，大家可以相互提出需要討論的事項，像是東西的使用權、早上起床整理東西的動作音量等，大家彼此互相討論出一個適合每個人的解決方法。

人跟人的相處間，處處充滿了藝術，沒有辦法單純只靠自己的方式再與他人互動，其實要促進彼此之間的關係，不外乎就是主動關心問候、多傾聽，以同理心對待他人、學會包容與接納，接受不一樣的看法，每個人都有不一樣的習慣、不一樣的背景。不過，室友之間想要相處愉快，一個最重要的秘訣就是「尊重」，每個人都來自不同的家庭、擁有各自的生活習慣，可能很多事情的作法跟想法都與自己不盡相同，所以如果多做一些溝通及了解，而不要只憑自己的價值判斷去評價他人，會比較清楚彼此的差異在哪裡唷！

~有任何心理困擾或需求，歡迎前來學生諮商中心~
 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