

敖采渝同學推動國旗簽名活動 獲總統府同意當紀念品

【文 / 李文瑜】迎接中華民國一百年國慶，文化大學政治系一年級學生敖采渝舉辦為期一年的「全球國旗簽署活動」，將訂於民國99年10月10日至民國100年10月10日期間舉行，邀請全球各地愛中華民國、支持台灣民主的朋友一同參與以自己之名用紅色簽字筆書寫在白色內裡布料，未來拼成整面國旗，迎接百年國慶。該活動已獲總統府公共關係室審查同意，拼布國旗完成品將送入總統府當作百年國慶之紀念品。

活動主辦人敖采渝說，有興趣參與完成「百年國慶國旗拼布」的團體均會收到主辦單位提供的白色原布料，而相關團體也可請每位參與者，包含透過自行上街號召群眾參加等方式邀請民眾以紅色的麥克筆在白色布料上簽上自己的姓名，在整片白色的布變為由紅色名字覆蓋完成之時，即可將完成品寄回主辦單位。

目前簽署活動現已招募到將近1500人海外僑胞以及台灣人民一同參與簽名，預估於活動完成時，參與人數可高達近2000人，現參與活動的名人有台中市長胡志強等人。

敖采渝說，不為政治，只是想宣揚「愛國，不是政治議題」的理念，希望可以藉著這項國旗簽署的活動來凝聚國人以及海外朋友的團結力與愛國心，不分黨派身分，只要擁有愛國的精神，願意為台灣未來努力者皆可參加。

她也提到，全部活動的舉辦經費，除了熱情的學生捐款之外，未曾接受過任何政黨的資金贊助，所有支出皆由主辦人自行出資，為的就是希望能確切的表達



出本活動的真正意涵，愛國是國人的權力，不是政黨炒作的工具。

「全球國旗簽署活動」的發起是以現在最流行的社群網站FACEBOOK來招募各地的愛國志士，另外還邀請到法國、英國、蘇格蘭等地的僑委會的華僑參加活動，希望使世界各地的華僑皆可一同參與百年國慶，感受中華民國光榮地時刻。敖采渝說，希望華僑人不要錯過百年國旗拼布的活動，因為見證百年台灣的歷史一刻，華僑人應該也不要缺席，相關訊息都可以透過臉書活動網站了解參加的方式，鼓勵大家一起擺脫政黨色彩，學生一樣可以相約來「愛國」。

FACEBOOK 活動網址：
http://www.facebook.com/event.php?id=157942027566800&index=1



2011 年生涯年曆創意競賽 生涯為題專屬自我年曆

【文 / 張雅婷】職涯發展與校友服務組舉辦「2011年生涯年曆創意競賽」，活動主題以「生涯」為題，邀請同學們胡亂作夢、發揮創意，製作一本屬於自己的創意年曆，將擇優錄取12件作品，活動至12月15日截止。

活動參賽辦法，以「生涯」為題，題目可自訂，以相片、手繪圖或電腦繪圖等方式呈現，加註50字以內之文字，表達其創作理念，作品內容以相片或電腦繪圖電子檔，手繪圖請在A4大小

的圖畫紙作畫，或自行掃描成電子檔繳交，報名於即日起至12月15日截止。

職發組表示，請同學親自至大孝館2樓職發組繳交作品與報名表，作品每人最多三件，報名表可現場填寫，將擇優錄取12件作品，每件作品之作者頒發精美獎品與獎狀一只，並贈送2011年生涯年曆以資感謝與鼓勵。活動詳情可洽「職涯發展與校友服務組」大孝館204室，電話28610511分機12506彭老師。



99 學年度主持人才訓練營 對典禮主持及司儀工作有興趣者踴躍報名

【文 / 楊銘錫】為了發掘學生潛能，培養學生多元化才藝，並為本校頒獎典禮及相關重要活動培訓主持及司儀之人才，於99年11月20日，上午10時至下午5時，舉辦「99學年度主持人才訓練營企劃」，只要你是社團負責人及幹部就可以優先報名，若有剩餘名額即開放其他有興趣的同學報名。

此次邀請到國家級與總統級的主持司儀加國際禮儀的李宗霖老師，畢業於台灣大學社會學系學士、中正大學心理學研究所碩士，現任中華國際經貿事務研習協會秘書長，是美國總統教室基金會國際諮詢委員。擔任過前總統府第三局典禮科、交際科，專司國際禮儀、外交儀節事務、中英文司儀等等。希望能藉由豐富

的資歷，帶給華岡同學更多的經驗學習。

中國文化大學課外活動組表示，本次課程涉及司儀應具備的條件、司儀的工作及角色介紹、司儀的形式及種類分析、司儀主持專業形象與角色扮演，包括司儀文稿撰述與口語表達技巧、常用詞彙及用語、演說台風等等，課程豐富，有興趣的同學請至學生專區之報名系統報名，並於11月17日至19日，至大恩館2樓課外活動組繳交保證金100元，完成報名。

課外活動組黃伊萱小姐表示，全程參與之學生可獲得研習證書一只，請當日攜帶2吋大頭照一張(未繳交照片者視同放棄證書)，機會難得請同學踴躍參加。



《換換愛》從華岡起愛 以物易物凝聚愛的力量

你聽說過用一根迴紋針換到一棟房子的故事嗎?加拿大「迴紋針男」麥唐納證明了這一點。於是乎，來自文化大學廣告設計社四個熱血的大學生組成「廣告言料」小組，吳鑫、莊子旻、邱大誠、黃國豪，想要挑戰這個故事、這個夢想，我們參與了YAHOO奇摩校園換換愛的活動，與全國大學共43支隊伍共同一起競賽，挑戰這不可能的任務。

11月1日至11月30日期間，將進行30天的換換愛活動，與全校的社團、系學會和學校師長團體進行以物易物的交換活動，只要您覺得這物品可以象徵你們的團體，我們很願意跟您做交換，把每一個團體的精神藉由我

們一一的傳承下去。

廣告設計社吳鑫說，我們為此成立了部落格，把每日我們交換過程的點點滴滴記錄下來，並透過影片節目的方式呈現這歷史性的一刻，部落格內有詳細文章報導，期盼想以更多元、更豐富、更新鮮的方式，透過這次換換愛活動的交流，拉近人與人彼此的距離，藉由我們的平台，讓更多人認識文大多元且活潑的社團、系學會們，讓全國的朋友們看到我們正在創造一個歷史，一個屬於文大校園的故事。

活動部落格 <http://www.wretch.cc/blog/adc43th>
換換愛聯絡電話:0983065225 吳同學



文大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS 第529期 中華民國99年11月22日

發行人/張鏡湖 社長/吳萬益 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

華岡超媒體
Hypermedia

具有偉大的世界級教授之美譽 陳景星教授獲教育部頒發體育類終身成就獎

【文 / 李文瑜】教育部表揚99年度推展學校體育績優團體及個人，將於99年10月18日下午1時在福華國際文教會館2樓卓越堂舉行「99年度教育部獎勵學校體育績優團體及個人」頒獎典禮，由部長吳清基親臨主持，彰顯對推廣學校體育的重視，本校陳景星教授獲教育部頒發「終身成就獎」最高榮譽，顯見在體育活動推廣之特殊貢獻。

教育部自民國92年起，教育部每年舉辦獎勵學校體育績優團體及個人評選與頒獎活動，獎勵其推展學校體育，提升學生體適能、增進運動技能及促進學生身心發展，並落實學校體育活動推展、培養基層優秀運動人才與培育活力青少年的卓越貢獻。

「99年度教育部獎勵學校體育績優團體及個人」獎項分為團體及個人獎項，其中團體獎項包括績優機關獎、績優學校獎、績優團體獎等3項；個人獎項包含教學傑出獎、活動奉獻獎、運動教練獎及終身成就獎等4項，歷經縣市初選推薦，總計推薦80件，並由教育部遴聘專家學者進行決選作業。

陳景星教授以優異的專業能力，曾任奧運會中華體操隊教練，並在多所大學講學，除了在臺灣發光發熱，還打破國界與文化藩籬，有「偉大的世界級教授」之稱，是位學貫古今、享譽國際的體育學者，曾任紐西蘭體操隊國家教練、紐西蘭體操協會(NZGA)會長、國際體健休總會(ICHPERSD)大洋洲區副會長。



長期投入體育教育，陳景星教授在培育海內外學子上已長達五十多年的時間，曾於1970年應邀赴紐西蘭任教，擔任紐西蘭Dunedin教育學院體育學系系主任及紐西蘭全國體操學校校長多年。在紐西蘭任教二十多年的陳景星教授，1993年應中國文化大學之邀回國任教，原本在文大只

想停留兩年的陳教授表示，文大整個學術環境的優良和學生的熱情，讓他願意為文大投入更多的精神和精力。

2004年起陳景星教授應邀擔任美國北愛荷華大學傑出訪問學者講座及短期客座教授，並榮獲國際體健休總會傑出學者獎，在1964年及1968年擔任臺灣奧運體操教練，紐西蘭全國體操協會會長，國際體健休總會大洋洲秘書長及副會長，亞洲運動科學學會國際顧問及世界休閒協會理事，同時於1989年獲得紐西蘭Dunedin教育學院傑出教學最高職位獎、紐西蘭全國體健休總會傑出教學貢獻獎、紐西蘭全國心臟協會傑出服務獎，1998年榮獲中國文化大學86學年度教學特優教師獎，2007年榮獲為臺師大傑出校友。

一直以來都用「無限的挑戰」來形容人生的陳景星教授，用「知己知彼，獨創一格」來期勉自己、同儕及學生，對於「飲水思源」的原則更是謹記在心。陳教授提到「每個人心中都有座小諾貝爾」，透過不斷的努力，積極追求進步，才能達到人生的目的及此生任務。

2010 國際志工團 讓你看見真愛無國界 服務學習擴展國際觀 培育品學兼備華岡好青年

【文 / 李婉慈】從服務學習中培養多元的人生觀、社會正義及公民責任觀念，本校國際志工團於11月15日在大恩館川堂，舉

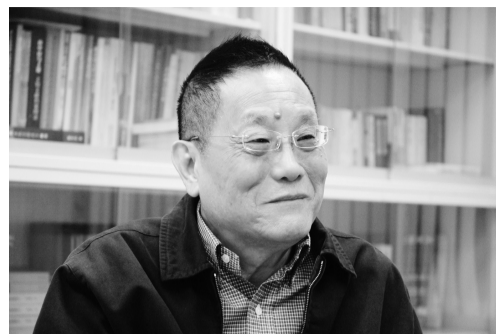
行2010國際志工團馬來西亞績愛計畫成果發表會，這是本校國際志工團在99年7月8日至7月20日，至馬來西亞舉辦連續三次國際志工服務的成果結晶，讓大家看見所謂的「真愛無國界」！吳萬益校長特別出席現場強調，國際服務學習帶領同學走出校園體驗國際觀，並在服務學習裡學習感動與珍愛自己。

課外組吳玥玲組長說，近年來，教育部及行政院青年輔導委員會大力推廣國際志工，鼓勵大學生前往各國服務，本校國際志工團，便是一個希望能夠發揮更多的愛心，適時的提供協助給需要的對象的社團，近年來更積極陸續走出校園，邁向國際，透過各種服務性活動，達到增廣見聞、擴展國際觀，並在服務中學習，從幫助別人，看到自己存在的價值。



由課外組推動的國際志工團延續去年及前年國際志工服務計畫連續三年前往馬來西亞服務，今年仍以本校雙聯學制作學校馬來西亞新紀元學院為服務基地，並以雙障礙自強發展中心、凱智學障中心等為主要合作及服務對象；另外也在柔佛州的培群獨立中學舉辦第二次服務學習營，使服務學習概念能在當地深耕並推展。

成果發表會現場擺放了從第一屆至第三屆對這個服務計畫的詳細介紹以及團員們為當地服務的文化表演活動、課程等等的照片，透過成果發表體驗團員們的熱誠與努力，吳校長說，透過海



【文 / 李文瑜】兩岸文教熱，掀起各種兩岸議題學術風潮，本校中山與大陸研究所是國內唯一鎖定兩岸焦點學術研究的大學研究所，為爭取更多優秀的學生投入學術研究，邵宗海所長創國內學術之先例，成功向社區企業募款爭取設立優秀學生獎學金，目前已募得二年116萬元獎學金，依照錄取名額之學生分配，幾乎每位攻讀中山與大陸研究所的碩博生都能獲得獎學金補助，優勢一宣布，今年在台大舉辦的「2010 研博生博覽會」，文大中山與大陸研究所攤位即獲許多學生查詢，留下追蹤意願就讀人數破百人，創下文大展覽攤位好成績。

為了招收優秀的學生，中山與大陸研究所邵宗海教授首度開啓大學院校募款之先例，向自己居住之社區「板橋國家世紀館」爭取募款，設立優秀成績之獎學金，由於曾經帶領社區向建商爭取權益公平，以學術之力量贏得住戶的認同，住戶認同培養優秀學生，成為社會之菁英的教育力量足以改變社會環境之論點，同意捐款。

邵宗海教授說，獎學金規劃兩年一期，每人每單位5萬元，需一次認捐二年，等同只要認捐5萬元一單位，就需分兩年捐款合計10萬元。板橋國家世紀館的住戶蘇大村與太太鐘玉葉一人各認

中山與大陸研究所獎學金滿滿 邵宗海教授首度成功爭取社區獎學金百萬元

養二個單位，一口氣認捐20萬元，還有朱錦如、徐瑛堂夫妻、李江山、陳泖合、蘇大武等住戶分別認捐，合計2年116萬元。此外，加上機場免稅商店昇恆昌所屬基金會-江許筍筭基金會認捐兩年40萬元。

邵宗海教授說，累計至今已破百萬的募款金額，超出自己的預期數字，尤其首度向住戶居民募款，捐款人更非文化大學之校友，卻願意認捐投注在教育

上，希望以此拋磚引玉，爭取更多校友之認同，凝聚校友的雄厚實力與情感，讓大家為文化盡最大的心力。

此外，昇恆昌企業董事長則是感念自己母親早年無法念書的苦境，感同身受教育的重要性，設立以母親之名的江許筍筭基金會，希望補助貧困學生勇敢往上的努力與用心，因此，同意兩年捐款40萬元補助文化大學獎學金。邵宗海教授說，擔任中山與大陸所長一日，他就



圖為中山與大陸研究所頒發獎學金給獲獎學生，邵宗海教授親自主持現場博覽會，宣示獎學金、師資陣容，更有補貼前往大陸知名大學跨點研究的優勢，文大中山與大陸研究所攤位即獲許多學生查詢，留下追蹤意願就讀人數破百人，創下文大展覽攤位好成績。

開發優質數位教材 邁向 e 化教學新世代

【文 / 李文瑜】由教學發展中心與資訊中心聯合主辦「開發優質數位教材區域合作計劃-提升全校教師教材內容上網」講座於11月15日在曉峰第一會議室舉行，特別邀請現任楊敏玲律師及國立台灣師範大學電子科技應用何宏發教授主講數位教學之智慧財產權及精進課程數位設計與教材製作。教學發展中心周談輝主任說，本校吳萬益校長鼓勵教師爭取國科會研究計劃案，透過學術提升華岡研究能量，其中，由於許多教案或研究計劃通常會有智慧財產權問題，透過這樣數位講座，提供教師智慧財產權之引用相當有助益。

賴各位老師們勇於學習，才能提供學生更有效使用好的智慧。

國立台灣師範大學電子科技應用何宏發教授舉例說，曾經到大陸買一套金庸大師的著作，書名寫著「金庸新著」，但仔細詳看卻非金庸大師之著作手法，於是再去前往書店了解，書店老闆說，「金庸新」是作者沒錯，但卻是大家熟知的「金庸」，書名的誤解影響有多大，這個例子即相當清楚，很多作者以為搭上一個大師之名，就能引起關注，但若無太大的實力，恐將淪為笑談。這些也顯示著作權之重要性，更是对原創作者的重視與肯定，讓更多好書或好創意可以一直刺激社會的進步。

資訊中心承辦開發優質數位教材區域合作計劃案，由陳恆生主任主持及廣告系楊錫彬老師協辦各種開發優質數位教材講座，並提供各種數位教材開發等計劃，透過系列演講及研討會，讓文化大學。化領先全國，這場講座主要是以提升全校教師教材內容上網為講座目的，邀請相關學者蒞校演講。

楊敏玲律師說，著作權意指著作部份包含屬於文學、科學、藝術或其它學術範圍之創作，著作權必須是具有原創性，必需是人類精神上的創作，透過一定的表現形式，足以表現出作者之個別性，而這些作品之引用，通常需要和原創者聯繫溝通，也只限於教育之類，而不能全部重製，若不能了解這些意義，雖有正當原因使用這些創作作品，也會陷著作權之紛爭裡，希望教師能夠多了解這些著作權意義。

楊敏玲律師說，智慧是打開世界的鑰匙，而如何掌握更多的智慧運用則是端



開發數位優質教材獲老師關注參與，何宏發教授談數位課程之優點



資訊中心陳恆生主任(中)與教發中心周談輝教授(右)合作主辦開發優質數位教材合作案



行管系友約定下一次再相聚 老中青三代歡樂齊聚

【文 / 賴慧勤】系上三代同堂，行管系約定每一年的相聚日。首度三代同堂的行管系校友於11月6日文大校友返校節當日回娘家，學長姐橫跨四十多年，除了近兩年、十年、二十年的系友分享經驗談外，也邀請到第一屆與第三屆的學長姐返校，以資深前輩與長輩之姿傳承智慧。老、中、青三代同堂一塊兒憶當年、話今日，展現行管人血脈相承的綿延不息。

在文大體育館舉辦的饗宴同學會後，行管系也於曉峰紀念館第一會議室舉行系友經驗傳承聯誼活動。行管系學友會蔡良文理事長在開場時表示，文大行管系創系以來，一路從夜間部變日間部、一班變兩班、現在更往成立研究所的方向邁進，在在都呈現行管系不斷努力追求卓越、進步的精神。第一屆的鄧錦堂學長也說，畢業後已經幾十年沒回到母校，看見現在年輕的學弟妹們覺得很欣慰，彷彿看見當年的自己，也期望行管系能一年比一年更茁壯。

此外，學友會並在系友返校的這一天頒發「勵學獎學金」，由行管四A張瑜瑛、四B蔡燕凌與三A劉惠佳獲得，每位獎學金五千元與獎狀乙紙，鼓勵品學兼優、認真向學的在校學弟妹，更是深具意義！

「要記得，無論你在哪裡，都要記住身上的血液是流著文化行管人的血！」行管系張瓊玲教授認為對系上來說，校友節其中一個重要意義，就在「擦亮文化行管的招牌」。換言之，即使畢業後在各行各業發光發熱，也冠上不同響亮的職位稱呼，但絕不能拋棄自己身為行管人的記憶。她也認為，學長姐的豐富人生歷練與社會經驗，是年輕學子在現階段該好好學習的。

91年畢業、現任國防部戰略規劃司編纂的雷其龍學長，以過來人經驗提供公職考試的秘訣分享。雷學長認為「只要有心考高普考，有事者皆可事竟成」；他也感謝行管系的老師，認為系上老師的持續關心與知識傳授，是帶領自己走向公職人生的成功關鍵。

「敢想、敢要、敢得到！」91年畢業、現任南山人壽業務襄理的高華聰學長以一句簡精激勵的標語鼓



補助跨點大陸研究 中山與大陸研究所 獎很大

【文 / 李文瑜】中山與大陸研究所每年均會補助優秀學生前往大陸跨點研究一學期，今年總計有四位學生前往大陸參與研究，邵宗海教授說，這些學生均會獲大陸的交換合作學校高度的支持，並提供各種研究管道及方式，協助學生儘速完成論文發表，讓鑽研兩岸的學生能獲實地探訪經驗，使研究論文更具可看性及學術性。今年獲選參與跨點大陸研究包含楊皓倫、沈育宏、沈郁甯、呂治璋。中山與大陸研究所為鼓勵績優同學與減低同學生活負擔，除校方本有之獎學金外，還有設立多項本所學生專屬獎助學金可供同學申請：

對象	博士班		碩士班		碩士班	
	金額	名額	金額	名額	金額	名額
全職生獎學金	5萬	1名	3萬	1名	3萬	1名
清寒學生獎助	3萬	1名	3萬	1名	3萬	1名
國立大學生就讀本所特別鼓勵獎學金	研議中	研議中	3萬	1名	3萬	1名
研究成果傑出獎學金	5萬	1名	3萬	1名	3萬	1名
新生榜首獎學金	3萬	1名	3萬	1名	3萬	1名
新生入學成績優良獎學金	1萬	3名	1萬	1名	1萬	1名
碩士班學業成績優良獎學金			1萬	1名	1萬	1名
陳澤民念獎學金	碩士班大陸組2名：5千元					
漢青大陸研究獎學金	博士班1名：3萬元 碩士班1名：1萬2千元					
大陸來台學生撰寫論文補助	博士班1名：3萬元					

說明：
1. 本所另有多項獎助學金爭取設置中
2. 上述各獎項詳細申請辦法以本所或校方公告為準

勵同學，他認為在畢業前必須清楚知道什麼是自己想要的、不要的，才能心無旁騖往目標前進。97年畢業，現就讀東華大學公行所的張博詠，則以大學生活兩條重要生命線-圖書館與社團為題作分享，前者為陶冶智慧的根基殿堂；後者則為琢磨處事能力的修煉所在。

行管系吳瓊恩主任最後總結老師與學長姐的分享，最後以鼓勵同學多累積自己的「social capital(社會資本)」作為結尾。吳主任認為學生在大學四年應多珍惜與老師和同學間的信任關係，建立互信感。因為現代社會變化太大，因此要抓緊每一次機會，以後才能應用這些累積的人脈與建立的關係在職場上加分。

聽完眾多學長姐激勵人心的經驗傳承後，行管三A廖隆發表示收穫良多，看到許多表現傑出的學長姐，也開始對行管系往後的出路更為樂觀。2010行管系友返校節就在溫馨氣氛下完美畫下句點，學長姐與學弟妹在一聲聲感謝中互相道別，並約定往後五年、十年、二十年甚至更長遠，期許流著相同血脈的行管人還能再齊聚一堂、互相問候。



行管系頒發獎學金



學生諮商中心【心理診所】 擁有滿意的同儕關係

輔導老師您好：
開學已經兩個月了，在班上我卻沒有太多的朋友，雖然很希望可以與同學們打成一片，也真的很不喜歡自己這個樣子，但聚在一起時，我卻不知道該談些什麼，我該如何是好？
By 無助的阿 Bin

親愛的阿 Bin，你好：
在你心底深深地渴望與同學們建立緊密的關係，很希望能與他們打成一片，但總是只能遠望著，卻無法融入。心裡不免感受到失落與焦慮，又只能將這樣的情緒往肚裡吞的心情一定很煎熬。
每個人或多或少都會存在著對自己與外在世界的假設，而這些假設雖能幫助我們更快地去適應外在世界，但有時卻像框架一般侷限了我們的能力。去檢視自己內在缺乏彈性的假設，覺察他們對自己的影響，再重新評估以決定接下來的行動，這樣的選擇將是更有力量的。或許現在的你很急於改變，也希望採取一些行動，但在此之前，不妨先從更多元的角度來檢核自己的信念：

1. 「認為談論的話題一定要很有趣，才能吸引別人的注意」-那麼，想想那些受歡迎的人，是否也很用心傾聽，面帶微笑。其實很多時候「話是用聽的，不是用說的」，一個「好」的聽眾往往比擅長說話的人更讓人想靠近。

2. 「認定自己給人孤立於團體之外的印象，難以扭轉現狀」-那麼，想想在什麼時刻曾經成功地改變自己，相信改變操之在己，你將可以看到自己無限的潛能。

3. 「有一大群朋友，才稱得上擁有良好的人際關係」-那麼，想想與什麼樣的人相處時，你會感覺到彼此是真的很靠近的？專注在交友的「量」而忽略了「質」，似乎是有點可惜的事。

面對你現在的人際關係，或許還在著一些複雜未解的難題，但無論如何，真正的原因與解決之道是要依恃著自己的力量持續去探尋的。老師也嘗試著從以下這些面向與您一起共同思考：

1. 找到自己身上的正向資源：
(1) 思考自己的例外經驗：以前的你是否有比較融入班上同學的經驗，那是怎麼發生的？你怎麼做到的？試著整理過去這些經驗，並帶到目前的生活中做嘗試。

(2) 把你的感覺、情緒具體化：因為同學不理會你，使得「焦慮感」在你心中蔓延，「焦慮感」什麼時候最容易出現？拉出與情緒的適當距離，幫助自己跳脫當局者迷的狀態。

(3) 尋找正向的成功經驗：你以前曾經過哪些方法讓自己可以自在的和同學們互動？這些方法中哪些比較有幫助，是什麼原因讓他是有助的？找出他們，並維持下去。

2. 從他人身上尋找資源：觀察自己身上擁有哪些與受歡迎者相同的特質，例如，關心、樂於幫別人，並善用這些存在自己身上獨特且珍貴的特質，將其視為自己在人際關係上的利器；尋求身邊親人與知心好友的情緒支持，也從他們身上尋找到更具體的行為幫助。

如果你想破了頭卻仍然想不出曾發生過特別的事件，或許直接問問同學也是不錯的方。在人際相處中往往會有很多變化，有時候真的會發生一些讓我們感到驚訝與不解的狀況，但無論遇到什麼情形，溝通都是最好的解決之道！在你的問題中，我看見的是你的勇氣與毅力，即使問題現在還未能獲得令人滿意解決，但你仍舊不曾放棄想改變或解決的動機，這已是件不容易的事，祝福你！

~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：直接前往大孝館2樓 學生諮商中心 安排會談時間
E-mail 預約：cutak.pccu@gmail.com
(請註明姓名、系級、聯絡方式及想先聽老師知道的部分)