

國際交流迎卓越

2011/07/08-15

2011/05/20

2011/05/25

馬來西亞

Public Performance Auditions for Cultural Performance and Exchange in Malaysia

甄選活動

交流演出

# 國際交流中心甄選 2 至 3 名特殊才藝學生前往馬來西亞表演

【文 / 李文瑜】推動中華文化國際化，展現文化大學特色，配合參加馬來西亞大學博覽會，鼓勵師生組團赴海外公演，今年國際交流中心將甄選 2 至 3 名特殊才藝表演人員，前往馬來西亞與藝術學院學生一同演出華岡之美，歡迎本校大學部 1 至 3 年級在學學生、研究所在學學生遴選。

推廣文化之美，今年本校將參與馬來西亞大學博覽會，為展現華岡的特色，並與馬來西亞各學校進行深度文化交流活動，強化學生國際視野，國際交流中心與藝術學院合作，將於 2011 年 7 月 15 日至 18 日與藝術學院表演團隊共同赴馬來西亞進行國際交流表演，演出地點為馬來西亞吉隆坡及新山。

國際交流中心表示，為讓國際社會了解台灣所有傳統中華文化內涵與創新，更進一步傳承國粹與發揚，首次與藝術學院合作，將遴選二到三位大學部一到三年級在學學生及研究所在學學生，邀請一同前往馬來西亞

表演，讓馬來西亞的學校了解文化大學的特色與優點，歡迎喜歡舞台表演的學生報名參與。

參與馬來西亞演出表演的藝術學院總計已有 18 位學生，同時，還將遴選 2 到 3 位，歡迎對中國文化傳統藝術表演類學生報名參加，如魔術表演、傳統口技、人體藝術類等，機票食宿全免，同時能在馬來西亞登台演出，有助提升個人表演資歷。

今年甄選時間為 2011 年 05 月 25 日早上 13 時 00 在興中堂，甄選方式採自選項目或才藝表演約 3 分鐘，內容以發揚本校特色及校園生活為主。



雨中熱情舞蹈引發注目，後方的喪禮團隊卻處變不驚！這是大傳系的同學突發奇想，用舞蹈來呈現多元文化，用喪禮來宣告書店已死

# 園生系參觀農業試驗所及酒莊 瞭解作物種原整體農業競爭力及品酒經驗

【文 / 劉玉婷】園生系已於 4 月 29 日舉辦校外企業參訪，特別選定台中市霧峰農業試驗所及霧峰農會酒莊，進行國家作物種原中心及園產品加工產業經營之學習及參觀活動。園生系參觀農會酒莊，酒莊特別安排製酒過程，從米、到水質的挑選，並派人專程到日本學習製作整個日本清酒的過程，現場還有品酒過程，提供參訪學生不一樣的實習經驗。

園生系成立之緣由為基於全球農業發展趨勢以及政府發展園藝產業政策，民國 55 年即設立園藝系，系設立宗旨為「培育果樹、蔬菜與花卉等園藝作物之研究改良、生產利用及示範推廣之教學研究及創業人才。」因近代園藝科學教研領域，多已融入生物技術相關內容，於 95 學年度獲教育部核准調整系名為「園藝暨生物技術系」，因此，參訪相關農學單位是園生系必要之實習經驗。

參訪台中市霧峰農業試驗所中，了解種原的多型性與遺傳變異更是作物育種得以持續進行的原動力。農試所人員並為我們介紹各種作物的各個品種，例如大家最常常見吃的百香果、芒果、鳳梨、各式蘭花的介紹，蘭花運外銷處理的技術等等，還有土壤與植物營養診斷分析、農業長期生態研究、高產質優之果菜栽培管理技術、花卉營養障礙之排除、精緻農業之肥培管理等等豐富的知識。從影片和海報的介紹，可以知道所內有台灣土壤陳列館，館藏量非常的驚人，從土壤的誕生、土壤種類與分佈、土壤之組成份與特性、孕育生命之土壤、土壤保育、植物與土壤-溫室區等，這些收藏幫助農民解決他們的問題，研發更好的技術，讓作物生長的更好，土壤與植物是息息相關的，這也是項歷史的回顧。

最令人期待的參觀農會酒莊時，酒莊特別安排製酒過程，從米、到水質的挑選，選派人專程到日本學習製作整個日本清酒的過程，一點也不馬虎，現場還有品酒的經驗，由於該酒是採取益全香米製成，由於益全香米是夢幻米，是國內相當良好的米種，透過該種類製作的酒香、醇、濃厚，對學生來說是一場特殊的學習經驗。



【文 / 李文瑜】不定時仆街活動引發注意，今年大傳系同學創意發想，在校內舉辦行動裝置藝術，藉由仆街的方式來告訴大家，多元文化的書籍逐漸沒落，書店的多元性也正在被埋葬，也邀請小小書店虹風女士來校內演講。

大傳系傳書線小組說，透過集體仆街的意義，告訴大家，多元書籍正在倒下，代表的是多元文化正開始消失。駭人聽聞的棺材裡埋葬的正是《書本》，藉此告訴大家因為泡沫折扣的影響，市面上的書籍種類已經越來越少了，許多別具特色的獨立書店也日漸關門，大型通路的書店們也開始用折扣戰術。

大傳系傳書線小組表示，繽紛的衣服與歡樂的舞蹈代表的是 70 年代多元文化剛起步走向蓬勃的象徵，後方的肅然起敬的喪禮團隊棺材裡埋葬的正是因現今泡沫折扣的影響而被扼殺思想的大眾化書籍們。「書店已死」代表的是因為現在大型通路的折扣戰打壓，許多別具特色獨立書房因小本經營無法折扣而逐漸流失消費者進而倒閉，因此多元文化正在消失。

大傳系說，書的泡沫折扣意義是什麼，就是當你看見一上市的書就標上了 79 折的標籤，很高興的採購時，其實這本原來的定價已經被書商悄悄調高了，為讓書一上市就有折扣的優惠，定價調高，這就是泡沫折扣的主因，這樣行為已形惡性循環，代表台灣的出版業已面臨危機，大傳系透過這樣的活動，要大家開始重視文化的意義及書本為人類帶來的影響。

大傳系邀請小小書房虹風女士來演講，分享書的意義，也告訴大家現在的書市，已經在泡沫折扣的循環下做了些許的改變，包括減少了書的種類、開始以作者知名度為取向等，已嚴重影響讀者的權益，透過書的說明，分享書的意義。

# 仆街埋葬書籍 了解獨立書店的意義 宣告書店已死

# 2011 中國文化大學暑假英語遊學探索開始報名了！

## 名校遊學 · 第一品牌 · 大學主辦 · 家長安心

## 口碑第一 · 活動豐富多樣化 · 全程照料

具有 20 多年遊學經驗並享譽遊學第一品牌的中國文化，今年暑假再度推出美西、美東加雙國、加拿大、英國劍橋等海外語文研習行程，能提供團員最有品質保障的服務，並且是全台唯一正規大學外語教育之海外語文研習團，深受老師、家長推崇。歸國學人帶你認識當地的學制，為日後留學暖身。文化大學帶您前進海外深度遊學，讓您體驗到優良的教學品質，上課教材全由專家製作，以不同的主題讓您認識其文化、風俗、制度、禮儀、俚語，專業的師資採用活潑的

方式，使您在完全英文的環境中，自然而然聽力大幅進步，日常慣用語及發音也會越來越接近正統英文。

文大學生於 5 月 31 日前報名，享有優惠折扣價，還有豐富的贈品，數量有限送完為止。請電洽：(02) 2700-5858 遊學組分機 8581-8585。

校本部說明會不定期於大典禮 2F 教授休息室，中午 12:00-1:00 舉行，歡迎來電預約。網址: <http://studyabroad.sce.pccu.edu.tw/> 電子郵件: [cylee@sce.pccu.edu.tw](mailto:cylee@sce.pccu.edu.tw)

中國文化大學

# 文大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS 第 548 期 中華民國 100 年 5 月 23 日

發行人/張鏡湖 社長/吳萬益 顧問/陳虎生、施登山、郭瓊俐 華夏專報網址/<http://epaper.pccu.edu.tw> 電郵/[editor@staff.pccu.edu.tw](mailto: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

# 張董事長與表現卓越的動科系師生面對面 肯定師生努力與創意表現 允諾投入更多研究經費留住好師生

【文 / 李文瑜】動科系林詠凱副教授親自帶領研發的三項生物科技展覽品前往俄羅斯莫斯科參加阿米德國際發明暨發明國際競賽，三項生物科技發明創意與對人類改善福祉極具意義，獲得國際肯定，分別獲得特別獎、一銀及一銅三項獎牌。

日前特別率獲獎之學生作品拜訪張鏡湖董事長，向張董事長感恩謝學校的栽培與教誨，希望可以提供更多的研究經費，讓文化的學術邁向卓越頂尖之林。

文化大學動物科學系林詠凱副教授領銜以三件生物科技相關展覽品代表出賽，共獲得一大會特別獎、一銀及一銅三項獎牌，這三項作品均為創意兼顧生活實用性，獲得大會一致肯定。林詠凱老師說，這三項作品自己擔任指導老師，但優秀的表現背後是在於學生的用心與努力，今年表現優異的學生包含生科所畢業的管哲雍、動科系二年級李嘉倩及今年即將前往國防醫學院就讀研究所的柯嘉華。



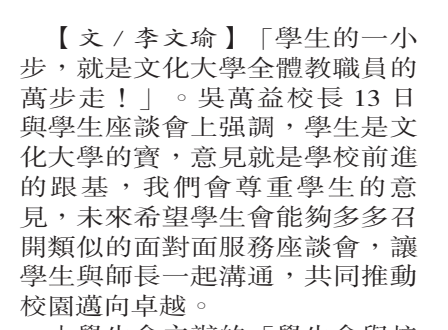
柯嘉華向張董事長報告關於她的研究。她說，關於「原位聚合人工玻璃體之開發及在眼科手術之應用」是利用化學合成方式，將常用的玻尿酸接合感溫性高分子，使其在常溫下具有可注射性，並在注入眼球後形成聚合凝膠，可用於角膜或白內障治療等眼科手術時搭配之使用人工玻璃體填補視網膜之商品，該聚合凝膠具有高度透光性及生物相容性，目前該聚合凝膠已完成動物

實驗，目前正積極進行臨床試驗，由於發明極具創意，且對改善人類福祉有重要意義，大會特別頒發特別獎揚。

獲得大會生物科技銀牌獎的「自豬血液開發胎牛血清替代物及在無血清幹細胞培養之應用」。林詠凱老師強調，這一項研究有助提升畜牧業收益，由於是自一般屠宰場收集的豬血液，經過濃縮及生化方法活化及滅菌後製成胎牛血清替代物，並以實際應用於人類幹細胞的體外培養，細胞增生倍率為胎牛血清的兩倍，但成本僅有其售價的 10%。可降低全球屠宰業者排放血液造成的環境污染，並大幅提昇畜牧業者的收益。

林詠凱老師說，希望學校重視學生之研究表現，給予更多的肯定與鼓勵，讓學生願意留在文化大學專心研究。張董事長也給予正面肯定允諾，由於今年獲得教學卓越計劃，代表是學校將持續推動卓越教學，希望師生共同努力，推動學校邁向卓越未來。

# 學生會與校長、三長有個約會..... 吳萬益校長強調：同學多走一步 學校邁向卓越跨大步



【文 / 李文瑜】「學生的一小步，就是文化大學全體教職員的萬步走！」。吳萬益校長 13 日與學生座談會上強調，學生是文化大學的寶，意見就是學校前進的根基，我們會尊重學生的意見，未來希望學生會能夠多多召開類似的面對面服務座談會，讓學生與師長一起溝通，共同推動校園邁向卓越。

由學生會主辦的「學生會與校長、三長有個約會」在大恩館遠距教室舉行，學生會全體學生齊報到，向學校行政長官表達學生們心裡的意見。吳校長一開始就向學生允諾，未來希望每個月都能與學生座談，校長信箱也都保持暢通，只要學生願意表達意見，我們每位行政與學術長官也都都會打開耳朵，聆聽學生的意見，找到最適切的方式，解決學生的問題。

吳校長說，今年文化大學首度拿下教育部的教學卓越計劃，這是華岡極為重要的里程碑，全體學術與行政人員均保持最佳的戰力，投入 86 項指標計劃執行，務使教學方法更精進，提升學生學習的機會。華岡是一所很有特色的學校，每一位從文化大學畢業的校友提到華岡的風雲時，都會懷念這四年的學習時光，這證明了文大的學生是很珍惜在文化大學的學習機會。

吳校長說，透過教學卓越的計劃推動，激發學生心裡的戰力，讓這種不一樣的熱情持續在同儕間發酵，建立一股華岡專屬的向心力，有自信心面對未來的每一步挑戰，這學校不能只有校長一個人往前衝，要帶著學生、老師和全體行政人員往前衝，透過各種技術、師資、設備，彰顯文



化人的特色。目前學務處推動的曉峰學苑就是一個很好的特色教學，希望大家一起來找到文化人的定位與方向，快速提升文大人的未來，共同邁向教學卓越的嶄新未來。

林棟雍教務長也針對學生會提出之意見，作出允諾。林教務長說，會與資訊中心合作，解決資訊公開之問題，盡早推動期末成績的公布，避免學生無預警遭到退學的命運，此外，針對填寫教學問卷引發的各項問題，林教務長強調，會對填寫問卷的學生保持身份的隱秘，也鼓勵學生填寫教學問卷，讓學生與老師共同努



力，建立良好的教學與求學之環境。

關於推動成立外宿學生委員會，吳萬益校長肯定此一意見。他強調，文化大學宿舍少，學生多，有些學生勢必會外宿，如何提供優良的外宿環境，是學校的責任，我們會要求學務處盡速協助學生成立相關委員會，保障學生外宿生權益。



教學卓越  
精彩五十

# 青春向前行 社福系學生海外實習收穫良多 社福系獲教育部補助 學海築夢新體驗



【文 / 郭瓊俐】本校社會福利系去年首創，將學生的機構實務實習延伸到柬埔寨，由邱貴玲與游美貴兩位老師，帶領學生到柬埔寨首都金邊西北方五十公里 Oudong 省 Khsem Khsan 鄉村、由 Assistance to Poor Children Agency (APCA) 設立的育幼院實習，讓學生將在校所學運用到實務實習上，也拓展學生的國際觀與生命經驗。今年暑假，社福系又得到教育部「學海築夢計劃」補助，將與至善基金會合作，派學生前往越南實習。

是為讓學生有國際合作的經驗，同時體驗不同的文化與社工實習的機會，考量經費與第一次執行海外實習方案，他們與台灣的基督教芥菜種會合作，該機構自 2008 年起，每年皆在柬埔寨進行海外貧童救助服務，其中包括 Assistance to Poor Children Agency (APCA) 設立的育幼院，該院收容了約七十名年齡三歲到十八歲的失依兒童。

社福系由教育部「學海築夢計劃」經費支助，和台灣基督教芥菜種會合作，五位師生去年七月前往柬埔寨首都金邊西北方五十公里 Oudong 省 Khsem Khsan 鄉村、由 Assistance to Poor Children Agency (APCA) 設立的育幼院實習。邱貴玲老師說，推動海外機構實務實習，

三位通過甄試的學生，在學校要修習完相關的專業課程與研習活動，並接受志工服務訓練，才能踏上海外實習之路。特別是，學生們利用在校園舉辦社福週的機會，發動義賣與募捐，共募得一萬多元，全帶到柬埔寨，購買白米與相關食物，送給育幼院與當地社區居民。

邱貴玲老師指出，柬埔寨年平均所得只有

800 美元，院童生活三餐皆是一菜一飯，文大師生和院童一起吃一飯一菜的餐，回台灣至今，腿上還留有被蚊蟲叮咬的疤。

邱貴玲老師表示，台灣公民社會近年來茁壯成長，也積極前往世界各地從事社會服務，未來台灣社會如何連結更多台灣社會和國際資源，加強培養更多非營利組織專業人士，累積豐富的國際經驗，訓練台灣志工從事國際社會服務，將可更加擴展台灣參與國際事務的領域，提升台灣在國際社會的行動力和能見度。

游美貴老師指出，從這次海外學習參與的實踐過程，讓她體會跨越傳統課堂式教學，增加多元文化生活經驗，使學生學習多元文化社會工作實務操作，是多元文化社會工作教育不可或缺的一環；這次的實習，增加了學生在多元文化生活經驗與國外交流的機會，學生們親身經歷的實地學習，確實讓他們對柬埔寨有更深入的瞭解，也讓他們對不同的文化有所學習與尊重。

對於在柬埔寨一個月的生活與學習感想，實習學生鄭士儀用「震撼」兩個字來形容。她說，他們在育幼院睡大通鋪，用收集下來的雨水洗澡，因雨水中含有泥沙，一開始覺得再怎麼沖都沖不乾淨，身體有粗粗的感覺，而且洗滌用的毛巾愈來愈黃，每餐只有一飯一菜，和在台灣的生活天差地遠，但包括美國、韓國去的青年，大家都甘之如飴。

鄭士儀說，她從院童身上學到「知足」，自己好像回到小時候，沒什麼物質需求，而這些小朋友得到很多社工機構和育幼院老師的關懷和幫助，自己也知道以後要成為什麼樣的人，對週遭的人有什麼幫助。此外，學生最大的收穫是拓展國際觀，因為與來自世界不同國家的志工與實習青年在一起，可以互相交換心得，也可以觀察他們如何與小朋友互動。即使回到台灣，她的心還在柬埔寨，如果有機會，她一定會爭取再回到柬埔寨，為那些小朋友上課、陪他們做功課、遊戲。



圖 / 邱貴玲老師提供



圖 / 邱貴玲老師提供

# 身體力行 學海築夢行 社福系海外實作暑假實習課程

文 / 邱貴玲 文大社會福利學系助理教授  
游美貴 文大社會福利學系副教授

社會福利學系去年七月至八月由教育部「學海築夢計劃」經費支助，和台灣基督教芥菜種會合作，由我們兩人帶領三名文化大學社福系學生前往海外實作暑假實習課程，地點位於柬埔寨首都金邊西北方五十公里 Oudong 省 Khsem Khsan 鄉村，和當地的貧苦兒童共同生活一個月，實地目睹了柬埔寨農村的貧窮和兒童的生活困境。

CA) 設立的育幼院即其中方案之一。該院收容了約七十名年齡三歲到十八歲的失依兒童，院童生活三餐一菜一飯，成長所需的營養嚴重缺乏，沒有自來水，沒有手機，沒有便利店，沒有報紙。公路只有最大幹道有柏油設施，其餘都是泥土砂石，沒有路燈，入夜一片死寂。

實習期間，基督教芥菜種會的志工團，帶來許多文具物質，教學院童勞作，修理木工，帶領團康活動等等。我們並由 APCA 負責人 Dara Sim 先生帶領，深入柬埔寨鄉村，瞭解社區需求，目睹兒童幼稚園及婦女識字班食物和物質嚴重缺乏。

我們 APCA 育幼院還認識來自美國「柬埔寨的希望」(Cambodia's Hope) 三位美國青年，利用大學剛畢業的空檔或暑假期間，來柬埔寨志願服務累積成長經驗，三人並已在育幼院居住三個月到半年不等。Cambodia's Hope 的志願服務作法是，募款和人力招募分開進行，志願

前往柬埔寨服務的青年可以向機構申請，錄取後由機構負責服務訓練，提供年輕志工機票食宿安排，前往服務地點，由當地機構負責指導聯絡美國總部。

青年沒有財務經費但有充沛活力和青春時間，而美國社會的捐款者沒有時間貢獻但可以出資訓練並支持美國年輕人前往海外從事志願服務，在有錢出錢，有力出力的合作下，彼此相得益彰。



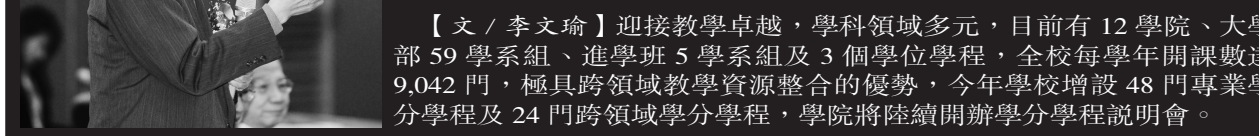
圖 / 邱貴玲老師提供

《文大校訊》為您掌握校園動態。歡迎前往曉峰紀念館資訊中心八樓、圖書館櫃檯或大雅館、大慈館櫃檯索取。

教學卓越  
精彩五十

# 學科領域多元

## 跨院系所學程說明會 邀您一同邁向卓越未來



【文 / 李文瑜】迎接教學卓越，學科領域多元，目前有 12 學院、大學部 59 學系組、進學班 5 學系組及 3 個學位學程，全校每學年開課數達 9,042 門，極具跨領域教學資源整合的優勢，今年學校增設 48 門專業學分學程及 24 門跨領域學分學程，學院將陸續開辦學分學程說明會。

- 工學院 5月18日(三)16時30分 華風堂
- 外語學院 5月25日(三)15時00分 柏英廳
- 文學院 5月25日(三)15時15分 大典 317 教室
- 環設學院 5月25日(三)15時00分 大典 316 教室
- 商學院 5月25日(三)13時00分 曉峰國際會議廳
- 理學院 5月25日(三)15時00分 大典 611 教室

跨院系整合，預期強化課程結構與課程學習檢核機制，提升學生學習成效；深化全校課程地圖，並與生涯歷程檔案及導師平台相結合，提供學生多元整合進路；強化通識、美學、品德與倫理教育品質，培育學生全人學術涵養；整合教學資源，創造積極活潑的學習環境，全面提升教學品質；強化跨領域學習，培養學生第二專長，以提升學生在。世代跨領域之競爭力，因應多元化之社會發展；強化就業導向之實務課程，並與社會脈動接軌，促進學生對職場之適應力。

課程之規劃以「通識為體，專業為用」為本，通識課程之規劃取法美國哥倫比亞大學、芝加哥大學、哈佛大學及普林斯頓大學之作法，分為「語文」(雅)、「人文、文明思想和藝術」(美)、「自然科學與數學」(真)、與「社會科學」(善)等四大領域課程進行規劃，學生必須選修上述每一領域課程，以充實文化涵養、擴大視野及培養獨立思考與判斷能力；98 學年度每學期開設有 25 門通識課程，班級數為 259 班，99 學年度將新增 2 門通識課程為「天然災害」與「永續環境與防災」。

- 商學管理類 國際行銷學程、國際金融風險管理學程、金融實務與證照學程
- 自然科學類 生物技術學程、生物多樣性學程、數位地球學程
- 觀光餐旅類 觀光餐飲服務管理學程、國際觀光旅館管理學程
- 數位傳播類 數位內容創製學程、運動傳播學程、智慧型數位生活學程
- 電腦資訊類 資訊安全工程與應用學程
- 社會科學類 一般行政學程

跨領域學習不限於學分學程，可藉由單一課程不同領域之專家學者授課或演講達成，如商學院開設「國際企業危機管理研討」課程，邀請政治、經濟、社會學等領域之專家學者，分享其專業領域的相關知識，學生可於課堂上獲得跨領域知識。除課程外，本校工學院每學期舉辦「工程講座」，學生可獲得各系以外更全面的工學領域知識。為提升師生研究能力，商學院每週六下午亦開設「SSCI 論文分析與研撰」供師長與同學研習。

為強化品德與倫理教育，本校商學院有開設「企業倫理」之課程，讓同學未來負有領導與匡正企業經營及道德價值的責任，對於倫理決策的流程與架構有全面、完整的認知。本校將規劃於 99 學年度增加開授「品德與倫理」之課程，供全校學生選修，並規劃在 100-101 學年列入全校必修之通識科目。

除實體課堂教學方式外，配合資訊中心於 98 學年度開發運作之創新多媒體開發整合網路教學平台，計有「課業輔導管理系統」、「E-Learning 數位學習系統」，及「線上測驗與題庫管理系統」如附件 18 所示，以跨領域通識課程為對象，開發及整合各項數位學習資源，提供跨領域通識課程之多元化學習，同時保存已建置之數位課程教材內容，使學生可擷取數位教材等學習資源，達到 U 化學之目的。

為落實學生之實作能力，本校非常重視學生前往業界實習，98 學年度第 1 學期本校開設 246 門實習課程，第 2 學期開設 233 門，其中寒、暑期實習課程有 18 門，最後一哩課程有 13 門。未來期望透過各種形式之實務實習活動與課程，協助學生增進對職場的瞭解，以利畢業後與職場順利接軌。



朱漢權總教官模擬報告災害狀況

# 全校性複合災害演練 全校師生緊急應變處理 模擬整合災害 地震體驗車讓學生感受地震威力



【文 / 李文瑜】本校於 5 月 12 日舉辦全校性複合災害演練，今年特別與台北市消防局合作，請來地震體驗車，讓學生親身感受地震的威力。吳萬益校長、林棟雍教務長、歐陽新宜學務長及施登山總務長等一級主管親自坐鎮設置位於百花池旁的校安中心的緊急應變中心，透過位於各館樓待命的教官以無線電隨時複合型災損狀況，以便緊急提出各種應變方式。吳校長強調，透過緊急型應變的演練，讓全校教職員可以保持應變狀態，因應各種天然災害。

全校性複合災害演練於中午 13 時 30 分正式舉行，由生輔組史玉華教官以全校性廣播方式，演練地震引發的災害，要求全校教職員立即疏散至安全區域，吳萬益校長立刻籌組緊急應變小組，整合教官室、教務處、學務處、總務處一級長官全部前往校安中心召開會議。

朱漢權總教官立刻匯報全校因地震引發災損狀況，例如因地震致使學校實驗室化學物傾倒、宿舍人員因地震影響天花板掉落砸傷學生狀況、各辦公室網路及通訊不通狀況等緊急處理狀況。吳校長則指示各單位以安全為前提，隨時全校廣播疏散人員，並與地震中心建立聯繫管道，隨時掌握後續消息，並要求學務處建立緊急應變護理中心，並通知 119 及相關救護單位，確保全校師生安全。

林棟雍教務長建議若發生複合性災害，應立即宣布停課，並全校師生前往安全的地點避難，歐陽新宜學務長則報告說，安全即成立救護中心安置師生，而公關室郭瓊俐主任則強調，會立即掌握訊息，對外發布新聞稿，確保資訊事實，避免引起家長恐慌等。

由教官室規劃的複合型演練特別與校外單位合作，邀請地震體驗車，讓學生感受地震威力，也特別規劃火災救火的演練，讓學生親自操作滅火器，教官室強調，遇到複合型災難時，應全校動員合作，才有辦法應對各種危機，透過這樣演練，讓學生體驗天災後可能發生的危險。

## 學生諮商中心【心理診所】

專欄作者：譚智筠 輔導老師

### 車禍後的夢魘



輔導老師您好：  
我目前是大三的學生，從大一就開始騎機車通勤，但我上個月在回家的路上，騎車騎到仰德大道的轉彎處，有一台機車突然竄出來嚇到我，害我當場雷殘，當時真的超可怕的!!我又差點被後面的車子輾到，好險他有緊急剎車，但也造成我身上多處擦傷跟骨折，過了很久才好。在那之後我發現我開始做惡夢，不停的夢到我倒在路邊的那一副那、汽車的煞車聲隨時出現在我腦海，到現在我都不太敢騎車，一騎上去不知道為何就覺得很害怕，連同學要載我，我也都不敢答應，坐公車經過出事的路口都會有莫名的焦慮感出現，連走在路上聽到汽機車喇叭聲我都會被嚇到，覺得非常神經質。老師，我到底怎麼了？可以幫我嗎？

困擾的阿龍敬上

親愛的阿龍你好：  
聽到你形容的車禍場景彷彿一切歷歷在目，當時的你一定很恐懼害怕，事後又有身體的傷需要治療，想必身心皆飽受煎熬，尤其一直夢到車禍的現場，一定讓你很難受。你目前的狀況，其實是遇到驚嚇或是創傷事件時，很多人都會出現的自然反應，你先不要害怕。但若這樣的情況還是一直持續完全沒有改善，以下的資訊供你參考。當人遇到嚴重事故、天災人禍等情況時，若事後伴隨著焦慮、恐懼等的情緒，且創傷事件的影像、思想、夢、錯覺、瞬間經驗再現，並影響心情、生活、與日常生活功能超過一個月以上，我們會將這種情況稱為「創傷後壓力症候群」(PTSD)，主要的表徵有三種：(1)痛苦經驗的重複出現、(2)過度敏感於周遭環境、(3)逃避類似場景的反應。當面臨此種情況時，提供你幾種處理的方法來做參考：

1.我自己能先做點什麼?瞭解自己的擔心、恐懼與焦慮，「日記」是一個很好的方式，記錄下自己什麼時候特別有這種感覺，標明日期/時間/發生什麼具體事件?出現心理變化是什麼?當時自己是如何因應的?並把嚴重等級程度標明 1-10 分是幾分，你會更能掌握自己的狀態，並瞭解做什麼事情會提升焦慮度、做些什麼事情能降低焦慮反應、掌握自身狀態，並將能有效因應的方法多做一些。

2.尋求心理諮商的幫助：不知道阿龍是否曾和身邊的人說過自己的情況呢?其實學校有學生諮商中心，位於大孝館二樓，透過與心理師晤談，在諮商歷程當中能和你一同討論此創傷的經驗並給予溫暖同理、討論可以如何調適，而逐漸幫助自己能回覆到平穩的情緒裡。

3.專業醫療藥物協助：若你發現如果自己的焦慮與神經質反應沒有減緩的跡象，且已經超過一個月，也可到醫院尋求專業的醫療來幫助自己。因為藥物治療能針對 PTSD 附屬的症狀如：減緩焦慮、憂鬱、衝動等症狀做處理，但這一定要透過專業醫師的診斷才能對症下藥喔!

其實在發生重大事件後每個人的反應會因人而異，有些人可能過一段時間就沒事了，但有些人可能並沒有辦法自己平復，甚或這些困擾的症狀會影響到日常生活、工作學業等方面。雖然阿龍你目前出現的症狀令人難受、不舒服，但只要積極的面對創傷後所出現的反應、並尋求心理上或醫療方面的協助，找出問題源頭、並建立起自我調適的機制，以較客觀與正確的角度來審視整個事件，都可以有效的幫助自己喔!祝你早日走出車禍的陰影。

~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：outak.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)

《文大校訊》是一份報導教育政策、記載華岡大事，與全校師生加強溝通的刊物，歡迎全校師生提供訊息，進行交流。