

14支暑假服務隊 1支國際志工團綻愛

因為有愛·服務無礙 展現社團的青春與熱情

【文／林宜瑋】因為有愛，服務無礙！106年暑假服務隊成果發表暨觀摩活動於10月5日上午9時30分於體育館柏英廳舉辦，分享本校暑假服務隊14支隊伍在全省的服務動態與傑出表現，透過影片與圖片的紀錄展現社團人的愛與情。

學務處課外組吳玲老師指出，今年暑假本校計有14支服務隊在全省舉辦服務隊，1支國際志工團前往斯里蘭卡服務，均獲得被服務機構極高的評價與回應。為彰顯學生社團參與假期服務意義及學習成效，激勵參與服務隊各社團爭取團隊榮譽，今年將透過大型展覽會展出各服務隊的過程與表現。

方元沂學務長指出，展示活動將以團隊競賽及互相觀摩方式呈現服務成果，並表揚服務成

果優異之社團。這次暑假營隊的成果發表包括檔本觀摩競賽、3分鐘成果影片競賽及心得競賽；期待服務隊再出隊之餘更能與各種方式彰顯成果，不僅在寒假參加服務之成員更有成長，讓即使沒有參與服務但參加成果發表的同學也能深深感動，而投入服務行業！

方元沂學務長強調，社團是創辦極為重視的一環。他曾說社團是大學三條生命線之一，每一年學務處都相當重視社團服務推動，藉此促進大學生及社團的發展與進步，面對時代的變化，更融入「學習」服務的目的，即在「學習中成長」、從「做中學」，藉由服務的訓練與執行的過程，充份學習活動企畫。現階段服務性社團組隊、出隊最大的意義在於，除了服務對象有所收穫外，參與服務的同學也能在

持續訓練、出隊服務及反思檢討中不斷學習，而成果發表的舉辦就是讓他們能將學習成效展現，互相分享。



123 華岡你我抗震一起來！

充分建立正確個人防護意識及災害應變能力

【文／陳宜湘】中國文化大學106年校園地震避難掩護演練於9月29日(五)早上舉行，採全校性有預警方式，警報發布模擬強震來襲，讓大家練習1分鐘就地掩護，以及震歇間人員立即緊急疏散，全體教職員工生個個認真參與，動作確實，已能充分建立正確個人防護意識及災害應變能力，達到預期演練成效。

1 趴下、2 掩護、3 穩住抗震保命3步驟。為了讓所有師生對地震防災有進一步認識，演練在上午9點10分開始全校先行收視「地震防災宣教」影片，接著9點21分播放地震警報大作，並透過廣播系統廣播發布校園遭強震襲擊模擬狀況，大家聽聞後立即馬演練趴(趴下)、掩(掩護)、穩(穩住)1分鐘就地掩護，以書包或課本保護頭部，並躲於桌椅下或柱子旁，以雙手抓住穩固，以熟練抗震保命3步驟。

爾後發布地震稍歇，校園上班上課人員立即進行緊急疏散，個個遵守不語、不跑、不推3原則，有次序快步魚貫到達指定疏散區集合，全員蹲下——完成人數清查，逐級安全回報。於此同時，校安中心立即編成因應災變召開緊急應變會議，演練全程依計畫時序進行，緊湊逼真。

軍訓室劉富宣主任教官表示，此次演練重點為練好個人就地掩護及人員緊急疏散要領，其次是練好校園災後人員安全狀況清查與回報，亦即災後人員清點安全回報，最後是練好校園災害緊急應變處置程序與要領，他同時感謝所有師生在演練過程中的配合與努力。

在演練中李天任校長全程參與並特別指出，國家選定每年9月實施地震防災演練，就是讓我們記得台灣過去921強震的教訓，大家必須深切體認到防災教育訓練的重要，尤其近期發生的墨西哥強震，更告訴我們能夠多一分災害防救整備，災難來時就能減少一分傷亡，平時各單位就要未來可能發生的災害詳訂各種處置作業程序，不斷模擬演練驗證與修訂，以能快速應對校園災變，將災害降到最低程度，確保校園安全。



第 711 期
中華民國 106 年 10 月 23 日 CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS
發行人／張鏡湖 社長／李天任 顧問／陳虎生 楊湘鈞 華夏導報網址／http://epaper.pccu.edu.tw 電郵／editor@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



張鏡湖董事長出席國企所博士班致詞勉勵

國內第一所國企所博班 盼持續發揮所長 貢獻所學



【文／李文瑜】中國文化大學國際企業管理學系博士班於106年9月28日教師節舉辦「新生迎新送舊活動」，張董事長鏡湖博士應邀出席，勉勵每一位畢業博士生發揮所長，貢獻所學，同時鼓勵即將成為文大博班的新生們宜多多關注大陸與國際企業管理相關知識，以培養

國際視野，現場博士同學共同舉杯向出席的師長祝賀「教師節快樂！」
本校國際企業管理研究所博士班於1992年成立，為國內第一所「國際企業管理研究所」，以培養具備國際觀、國際素養之卓越管理人才，及國際學者、大學師資為宗旨。

張董事長強調，國際企業管理研究所博士班教育目標為「管理教育界培養具國際視野、專業知識開發能力以及良好倫理道德素養的卓越教育學術研究人才」，使學生具備「國際企業理論」、「獨立邏輯思考能力」、「開創知識之能力」及「研究倫理素養」核心能力。

慶祝教師節 文大為孔子銅像揭牌

舉辦「大哉孔子—聖像·聖跡圖展」

【文／楊湘鈞】為慶祝教師節，中國文化大學今天同時在曉峰紀念館二樓舉辦孔子銅像揭牌及「大哉孔子—聖像·聖跡圖展」。校長李天任致詞指出，創辦人張其昀博士期許文大傳揚中華文化，並作為中華文化的文藝復興基地，這項活動除有助傳揚孔孟學說，對兩岸交流也有積極意義。

應邀出席剪綵的中華孔孟學會秘書長蔡信發說，雖說孔子不崇拜偶像，但這尊銅像並不是偶像意義，而是一個精神指標，因為孔子是大家公認的世界性偉人，主要是規範了良好的社會秩序；孔子又提倡教育，使得所有的人都能夠順心從事各行各業，所以是一



個很了不起的思想家、執行家。蔡信發也感慨，我們已提倡孔孟思想相當久，同時在中國大陸有一段時間是中斷的，可是沒有想到他們開始急起直追，甚至比我們更積極與深入提倡。

「大哉孔子—聖像·聖跡圖展」展出的43幅作品，主要是明代畫作，展品採用現代高模擬技術製作，將這些珍貴的歷代孔子畫像完整展現，透過圖像與文字介紹，讓觀賞者能更進一步認識孔子與儒家思想。



華岡之光！技擊國術系四年級林郁婷奪金

摘下 2017 波蘭女子拳擊公開賽 54 公斤級金牌

【文／李文瑜】本校技擊國術系四年級林郁婷拿下 2017 波蘭西里西亞女子拳擊公開賽 54 公斤級金牌，未來將繼續努力訓練，爭取明年雅加達亞運金牌。技擊國術系主任吳慧君指出，林郁婷認真努力，尤需克服前往波蘭長時間搭機的問題，加上適應當地飲食與控制體重，過程的辛苦只有運動員才能知道，感謝曾自強教練及林郁婷同學為校、為系爭光，聯手拿下優秀成績，為華岡爭光。



2017 波蘭西里西亞女子拳擊公開賽於 9 月 5 日至 9 月 9 日在波蘭的格利維采市舉辦，中華台北女子代表隊共派出四名選手參賽，本校技擊國術系四年級學生林郁婷歷經四場比賽考驗，包括瑞典、挪威、亞塞拜然、俄羅斯，順利摘下 54 公斤級金牌。



林郁婷說，在這一年的波蘭國際邀請賽中與群雄爭鋒之所以能夠脫穎而出奪得冠軍最要感謝曾自強教練的指導。她在短短六天當中千里迢迢飛到波蘭，先要克服長時間的搭機以及飲食控制，接下來就是與教練共同討論如何在歐洲各國強權的威脅下、擬定策略一一將對手擊敗，取得最後

勝利。雖然比賽時間非常緊湊，沒有太多的時間好好調整，但是這次的比賽經驗讓她受益無窮，希望在教練的領導下能夠將這股氣勢延續到十一月底的亞洲女子拳擊錦標賽再創佳績！

139 位社團負責人 獲頒優秀社團人證書

李校長親自出席勉勵社團負責人 成為勇者 挑戰自我



【文／李文瑜】學生事務處課外活動組於曉峰國際會議廳舉辦 106 學年度社團負責人頒證典禮暨行政講習會，共 139 位社團負責人出席參與授證，由李天任校長親自頒證證書，方元沂學務長亦勉勵大家在未來的一年，藉由

社團負責人這樣一個領導者的角色，學習領導能力，累積課本上學習不到的軟實力。

李天任校長致詞說：「社團領導人是大學裡的菁英，是社員的意見領袖，做一位社團負責人除了對自己的社團負責，也要對自



己的生命負責，對社團有延續傳承與創新的責任」。李天任校長舉以色列青年為例勉勵每一位社團負責人，要成為勇者必須自我挑戰、不要怕失敗，並勇於創新。勇敢是發自內心的無懼，要鍛鍊自己成為一個真正的勇者，敢於



榮膺私校最高榮譽

文大校友總會唐彥博理事長榮獲「弘道獎」

本校三民主義研究所博士，在學術界成果深獲肯定，並先後擔任崇右技術學院校長、育達科大 2 所大學校長，辦學績效卓著，近年更以前瞻性治校理念，帶領臺北海院邁向科大，在少子化趨勢，招生率與教學口碑，格外亮眼。

唐彥博學長具有崇高學術地位，國內外獲獎無數，國內獲得教育部教學特優教師、李國鼎管理獎章、中國文化大學傑出校友，國外則有 American Biographical Institute, Man of the Year in Education、American Biographical Institute 教育貢獻金牌獎、International Biographical Centre 教育終身成就獎，以及日本創價大學最高榮譽賞。

【文／李文瑜】文大校友總會唐彥博理事長獲頒國內私校最高榮譽「弘道獎」殊榮，表揚其奉獻教育的卓越績效，足為杏壇楷模。現任台北海洋科技大學唐彥博校長，畢業於

「we 愛 · 兩岸青年短片大賽」在文大舉辦開幕典禮

李校長分享自己青春電影夢 鼓勵學生自己寫故事



【文／李文瑜】為啟發兩岸年輕人用鏡頭記錄、思考和審視自己的生活，今年 2 月「we 愛 · 兩岸青年短片大賽」25 日在文化大學舉行開幕典禮，總計有 17 部入選決賽的作品。文化大學校長李天任分享自己在美國留學時的電影夢，並表示現在 3C 產品的影像功能很強，台灣年輕人有更便利的工具可以說故事，成為生活的一部分，希望透過影展讓更多人看見台灣年輕導演的作品。

李校長說，拍電影對當時的自己與一堆朋友而言，是一場夢，更是一個值得追尋的理想，因為，不管你是寫文章、畫畫，甚或者是攝影都是一些靜態的活動，唯有電影你要綜合很多藝術的能力，你要講出一個好的故事能震撼人心，在當年電影被視為一個藝術表現型態裡面，最為當代年輕人所能接受的，恭喜現在年輕人，有機會追夢，更有機會完成一個理想，要把握機會珍惜現在的環境。



大學入門新生入學定向輔導有獎徵答

心輔系與廣告系新生分獲 iPhone X 及 iPhone 7 Plus

【文／林宜瑋】為鼓勵新生熟悉校園，今年特別舉辦大學入門新生入學定向輔導活動抽獎，凡是參與各項大學入門活動，即可上網回答問題參與抽獎，總計有 20 位新生獲

得獎品，心輔系與廣告系新生可獲 iPhone X 及 iPhone 7 Plus，相當幸運。以下獲獎同學：

獎品	得獎者
i Phone X	A6214218 心輔系 1 趙○○
i Phone 7 Plus	A6212908 廣告系 1A 周○○
拍立得相機	A6207416 森保系 1 溫○○
拍立得相機	A6223314 國樂系 1 趙○○
專業鍵盤組	A6201094 日文系 1B 談○○
專業鍵盤	A5219739 廣告系 1A 彭○○
隨身碟 128G	A6204662 法學組 1C 林○○
隨身碟 128G	A6240057 生科系 1 楊○○
行動電源	A6249054 國貿系 1B 黃○○
行動電源	A6245415 行管系 1A 蘇○○

獎品	得獎者
行動電源	A6240553 法學組 1B 蘇○○
隨身碟 64GB	A6201400 韓文系 1 朱○○
隨身碟 64GB	A6244389 社福系 1B 謝○○
隨身碟 32GB	A6209605 資工系 1B 龔○○
隨身碟 32GB	A6241959 政治系 1 陳○○
隨身碟 32GB	A6220471 教育系 1 張○○
隨身碟 32GB	A6203020 化學系 1 張○○
隨身碟 32GB	A6252331 資管系 1C 羅○○
隨身碟 32GB	A6208650 電機系 1B 陳○○
隨身碟 32GB	A6210352 國貿系 1B 張○○

學生諮商中心【心靈診所】

專欄作者：錢冠宇

親愛的，為什麼你總是已讀不回？

輔導老師，您好：
我是郝丹心，我跟我的男友在一起剛滿一個月，但最近一直有一件事情很困擾我，就是他越來越常「已讀不回」，以前剛認識的時候每次只要我敲他，他總是馬上會給我回應，但最近這兩個禮拜，回覆我訊息的速度漸漸變慢了，從以前的馬上回，到兩三小時回一次，甚至這個禮拜已讀不回的次數增加，但有時他又會突然很快就回應我，老師我該怎麼辦？他變心了嗎？

真的好擔心的丹心

親愛的丹心，妳好：
從妳的來信中，感受到男女友交往前後的落差讓妳不知道該怎麼辦，內心產生了許多不安的感覺，甚至開始懷疑起男朋友是不是不愛妳了，在面對手機上已讀訊息卻沉默不回，只能不斷問自己：「他怎麼了？是不是我做錯了什麼？」，他的「時回、時不回」讓妳一直等待。不過，那些「等待」最後會變成「緊張」和「焦慮」，並不會讓妳更「愛」對方。

在使用通訊軟體中最害怕的就是被「忽視」的感覺，會讓人不斷問自己：「我打了那麼多內容，他竟然已讀不回，他應該懂我的意思吧？」，忽視會讓一個人感到傷害，進而激動、傷心，情緒越演越大，陷入「為何這樣對我？」的糾結。不過，我們畢竟無法改變對方。所以與其懷抱著一開始的問題「他在想什麼？」，不如轉個方向來問自己：「我想要的究竟是什麼？」或是「他真的適合我嗎？」。

對於關係感到擔心是很正常的，這代表妳重視對方。但我們很容易誇大了擔心，將它看得與事實相差太大。所以，如何將擔心維持在適當的程度以及當擔心突然爆發（接收到某些線索）時，可以如何先讓自己穩定，是件非常重要的事。已讀不回所造成個人的焦慮、不安感受，這或許反映在感情中是否缺乏安全感或信任…因此提供下列方向讓丹心去思考：
1. 釐清自己在擔心什麼？例如妳的另一半中午已讀了訊息，一直到晚餐前都沒有回覆，妳可能覺得很焦慮、擔心，這時候可以嘗試先深呼吸，照顧自己的心理狀態；然後在紙上寫下妳擔心的事情是什麼，接著寫上妳覺得「真實程度」的百分比。
2. 為猜測找證據：為妳這些擔心的事找出正反兩面的證據，想一想，有什麼可以支持這個猜測？又有什麼可以駁倒這個猜測？
3. 重新評估：想出證據後，妳可以重新評估，原本的擔心，是偏向事實還是妳的想像？

在知道為什麼面對對方已讀不回的情況是如此焦慮不安後，可以試著：
1. 找回安全感：如果關係穩定的話，對方沒有回應其實不是很大的問題。
2. 減少自己對手機的依賴：等待男友時，與其去想為什麼他不回，不如多培養一些其他的嗜好，不但能轉移注意力，也有機會讓自己增加專長、更有魅力唷！
3. 結束語替代貼圖：不確定感是焦慮的源頭，我們可以利用一些方式來減少不確定感。例如當我們想要結束話題的時候，不要只是丟一張貼圖，而是交代要暫時離開，才不會讓對方有一種「一直在等待，卻不知道你想要結束話題了沒」的感覺。
4. 建立多溝通的習慣：丹心不妨找機會向男友表達心中的不安，讓男友知道自己在擔心什麼、需要的是什麼，讓彼此多一些瞭解、增加情感的溫度。

最後祝福丹心能重新找到生活的步調，在關係中自在不焦慮、親密不負擔，如果還有疑問，也歡迎妳來學生諮商中心，尋找專業人員協助喔！

~ 有心理困擾或需求，歡迎前來學生諮商中心 ~
電話預約初談：(02)2861-0511 轉 12612 至 12615
親自預約初談：直接前往大孝館 2 樓 學生諮商中心 安排會談時間