

2017 台灣小姐最佳人緣獎 廣告系校友陳詩雅

回母校擔任親善團徵選評委 感謝文大經歷與師長指導



【文／李文瑜】2017 台灣小姐最佳人緣獎、已畢業廣告系校友陳詩雅，日前回到母校擔任親善團徵選評委。她說，「選美不只重視外表，更考驗著選手各方面能力，在台上展現的口條與台風以及台下的堅毅表現，這要歸功我的母校文化大學對我的教導。」

陳詩雅說，在廣告系幾乎每堂課都要上台報告，因此累積了許多提案經驗，讓她在比賽時，即便台下滿滿觀眾仍可以鎮定面對。還有，擔任親善大使期間時刻被提醒的禮儀、儀態，遇到難題不可輕易示弱、處變不驚的態度等，「是這些經歷成就了現在的我！」

陳詩雅來自花蓮，在學校報名參加華岡親善團，多次擔任大型頒獎典禮和國家級儀式的禮賓團隊負責人，還是廣告學系第一位成功申請到北京海外實習的學生。2017 年畢業後返鄉，從事服裝平面模特兒，拍攝過葛瑪蘭客運廣告及其他網路廣告。



陳詩雅性格樂觀正向、和善、樂於助人，自認甜美氣質的外表下有顆堅毅的心，勇於挑戰自我，與同輩相比較獨立沉穩。在團體中通常擔任照顧人的角色，常被同儕戲稱像個媽媽。

陳詩雅說，她的興趣非常廣泛，體育、烹飪、藝術類都有涉略，還有跆拳道黑帶初段資格。學過國樂梆笛、吉他和鋼琴。最喜歡的畫家為梵谷，也喜歡嶺南派的水墨畫作。因喜歡的事物眾多，能夠輕易地和他人開啟各方面的話題，常被評價為「令人感到驚喜的人」，也以「反差感魅力」為個人特色。

她也提到，參加 2017 台灣小姐比賽時遇到另一位華岡人高曼容，是她這趟選美旅程中最美好的經驗。她說，高曼容當時還是戲劇系的學生，是個善良又堅強的甜美女孩，比賽時發



因為參賽結緣成為好友的兩位華岡人，詩雅與戲劇系高曼容（中）。

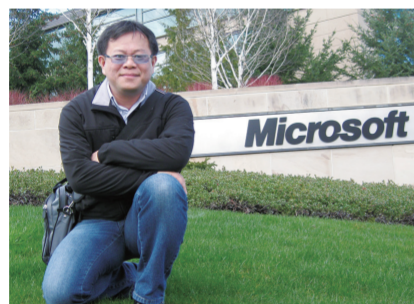
現是同校生，特別有親切感，一下子就成了朋友。比賽過程中高曼容不吝給她建議與幫助，也因為她的鼓勵而獲得滿滿力量，「她有著超齡的心智與表現，是實至名歸的台灣小姐冠軍！」

2017 台灣小姐結束台灣賽事後，陳詩雅回顧提到，那時我們一起被派去代表台灣參加世界華裔小姐比賽，在廣州的兩星期我們倆選剛好是室友，比賽的過程並不容易，每天都有不同的挑戰要突破，所幸有她這個好姊妹一起，再艱苦的訓練都能變成快樂的經歷，那段日子絕對是我最美好的時光之一！

職發組帶領學生參訪台灣微軟

張逸昕學長：始終忘不了學校告訴我的第一件事是處處有機會

【文／李文瑜】學務處職發組日前帶領學生參訪台灣微軟公司，由台灣微軟資深產品經理張逸昕學長帶領解說微軟現況。張逸昕學長說，「文化大學給我非常多的磨練，尤其在我們的生活還有功課，有多餘的時間，我就會去想辦法做一些有創意的東西，這就是華岡人的特質，因為你知道要怎麼樣去掌握除了讀書之外的那個時間，那個就是你創意的泉源。」



設計、團體動力。當領導力越來越成熟，就越覺得想學的東西越來越多，這真是一段美好而豐富的歲月。

張逸昕學長說，「社團是社會的縮影。但社團接納犯錯，犯錯是有價值的經驗，但在社會上犯錯，代價通常不便宜。他在社團雖不斷地犯錯，卻也不斷地成長，這段經歷在社會上工作真是受用無窮，工作上的挫折不再輕易打倒自我的信心，更能比別人更快速找到解決問題的方法。這，就是學校社團的魅力。」

張逸昕學長進入微軟是想要改變世界。他說，「在微軟的第一份工作是改革翻譯作業，第一個作品是 Windows XP。XP 不是我翻譯的，而是主要制定重要詞彙的標準譯法、審定翻譯品質。XP 有五十多萬筆詞條，要一個一個精準的審閱並不容易。所以把學生時代生物科技比對 DNA 定



序的概念帶進來，結合資料庫管理寫了一個搜尋演算法，幫助全球翻譯工業提升效率，結果證明帶來二十倍的效能，更免除人工除錯的死角。」

他表示，中文版 Windows XP 也是全球第一個 100% 完整審閱完畢的作業系統。這套翻譯解決方案可以自由的在 124 個語言之間互相翻譯，開發的自動化方案後來也成為開發全球語言自動翻譯的重要參考項目之一。

「我始終忘不了學校告訴我的第一件事是處處有機會」。張逸昕學長說，不習慣只把分內的事情做好，更想在工作崗位上找機會學習，找人一起嘗試工作之外的工作，有興趣就試試看，記取發散之後要收斂的經驗，在工作上遇到瓶頸的時候，就常常有超

乎邏輯的點子可以旁徵博引。因為，知道如果走一條開好的路，走得再完美，看到的風景不過跟別人一樣；但如果能多開幾條小路，就會擁有跟別人不同的視角，看到更多精彩的機會，就像在華岡康輔不安分地嘗試各種活動及表演的道理，最後收穫很豐富是一樣的。

張逸昕學長說，加入微軟以來參與不少視窗功能的產品規劃，不斷對各種世代的視窗軟體進行設計與推廣。現在則專注於微軟 Windows 10 生物辨識的功能，例如臉部辨識、指紋辨識、裝置辨識的標準制定與硬體推展。秉持在社團服務的精神，他對這些功能使用經驗必須友善的理念非常堅持，至今仍然跟團隊不斷的研究與爭辯，要讓產品更友善。



發行人／張鏡湖 社長／王淑音 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



姊妹校青島科技大學呂萬翔副校長來訪

王淑音代理校長：未來將積極交流合作 推動師生互訪

【文／李文瑜】青島科技大學繼去年 12 月與本校簽訂姊妹校之後，往來密切，除邀請本校工學院師生與科藝所老師前往該校參訪，該校呂萬翔副校長一行三位貴賓日前亦蒞本校參訪，希望建立更密切的合作關係。

王淑音代理校長指出，目前本校與大陸地區簽訂姊妹校共 168 所，在山東省即與 16 所高校簽訂校際合作協議，目前有 30 位交流生，往來相當密切頻繁，學生學習的反應也相當好，未來將積極交流合作，推動師生互訪。

呂萬翔副校長此行率人事處處長王雷、港澳僑務辦公室主任陳洪宗一同參訪文大。他指出，希望與文化大學建立常態化校際交



流機制，並能互派教師、學生訪學，更希望透過加強教學、科學研究及學術交流加強兩校交流。去年工學院陳景祥院長及科藝

所許雅民所長雙雙拜訪青島科大。科藝所許雅民所長指出，青島科大投入的設備優質，在音樂廳的設計上，非常五星級，挑高

寬廣的設計空間，讓音樂與表演能夠展現最好的一面，這是我們未來會學習的。

工學院陳景祥院長則提到，青島科大原來是化學工業部直屬重點高校，現為山東省屬重點大學、國家「卓越工程師教育培養計劃」高校、「山東特色名校工程」應用基礎型特色名校重點建設大學，國家「111 計劃」入選高校，被社會稱為「中國橡膠工業的黃埔」。

陳景祥院長說，青島科大在工業設計與規劃的科系部分完整，相當希望可以加強師生互訪，加強兩校教學、科學研究及學術交流。

加強交流 三批師生分階段拜訪本校

淡江高中師生團蒞臨訪問文大 體驗觀光、外語學習環境

【文／李文瑜】淡江高中日文科、美語觀光及商經科三科師生，分階段拜訪本校。本校招生組特別安排相關科系接待訪談，師生互動熱烈。

觀光系盧惠莉主任致詞指出，很開心淡中師生參訪文化大學，本校觀光系成立最早，系所發展最為成熟，尤其培育許多觀光界名人幾乎都是來自本校觀光系，歡迎大家有興趣報考觀光系所。盧惠莉主任說，本校觀光事業

系擁有最豐富觀光領域人脈資源，教育目標是秉持「質樸堅毅」的校訓，為餐旅和旅遊產業，培育具倫理及專業的全方位服務人才，為提升國家觀光產業發展作出貢獻。

盧惠莉主任說，面臨未來高度國際競爭環境，期盼專業領航，打造優質的學習型組織，將夢想飛揚，築夢踏實邁向「卓越」。將積極推動專業證照考試，課程實施緊密結合專業證照考試，使學生能於畢業前取得證照，增加

就業競爭力。並透過產學雙軌制度，提供學生實作機會，蓄積畢業生就業競爭資本，透過學系安排至產學合作單位實習或就業接軌，期望健全人才培育機制，並落實與產業的連結，強化實務導向的教學課程。

招生組李家儀組長則指出，淡江高中學生相當活潑，非常適合來文化念書，在專業教學與優秀教學環境下，一定能夠找到理想的未來。

他表示，今年大學將推出精彩

的生活體驗營規劃，依系所規劃不同主題營隊，邀請有興趣的高中生到台灣最美學校，體驗大學一日課程與生活。大學一日生活的活動內容主要規劃「專業課程」及「校園活動」兩大主軸穿插進行，各營隊都有安排體驗學系專業課程，展現院系特色，校園活動則由行政單位安排參訪，使參與學生認識文大，歡迎淡江高中學生來參加。





營造健康綠校園 日行萬步樂活健走

士林區江慶輝區長：未來擬與文大共同舉辦 社區好朋友相約健走

【文／李文瑜】營造健康綠校園，創造樂活學習環境，培養教職員工生運動習慣，學務處與體育室於5月23日舉辦107年度健康促進系列活動之「日行萬步樂活健走」，約有五百名師生、校友與社區好朋友參加，活動圓滿落幕。

先於體育館內熱身暖場，並由方元沂學務長、施登山總務長及士林區區長江慶輝及陽明里黃裕倉里長，一起為參加白雲山步道及天母古道兩健走路線的師生「鳴槍起砲」。



能一同參加今年的健走活動，藉由這個機會讓文大能與社區建立良好互動，一同舉辦活動，創造雙贏新局。

方元沂學務長說，健走，是讓身體更好，淨山，是讓環境更美，兩者結合是很棒的活動，今天天氣很好，透過健走強健體魄，還可以多多認識陽明山之美，希望每一個人都可以藉由這個活動培養健走的好習慣。

士林區區長江慶輝區長指出，非常高興參加這個活動，文化大學有運動學系，又位於士林區最漂亮的陽明山，透過健走與淨山結合是非常好的運動走路的方式，士林區每年都會舉辦健走活動，希望有機會與未來文化大學合作舉辦活動，讓活動更棒，更有意義。

衛保組唐慧媛組長表示，這兩條路線已規畫相當完整，建議大家有空可以三五好友相約一起走，建立每日運動好習慣，強健體魄。

第一路線（白雲山步道）：大孝館側門出發 - 後門 - 仁民路牌坊 - 舊南非大使館 - 白雲山步道 - 白雲山三角點 - 原路折返 - 南非大使館 - 花卉試驗中心 - 大孝館，其路程約40分鐘，無階梯，適合缺乏運動習慣者。

第二條路線則為天母古道：大孝館出發 - 大孝館前木棧道 - 東山路 - 八卦夜未眠餐廳 - 水管路入口 - 水管路涼亭 - 自來水廠第三水源 - 天主堂 - 大孝館，其路程約60分鐘，回程有階梯，適合有運動習慣者。



環保顏色袋區分各類 辨識度高

垃圾分類改為四大項 敬請全校師生配合

【文／李文瑜】總務處指出，垃圾分類已改為四大項，塑膠、金屬、紙類與一般類各有不同顏色垃圾袋區分，全校一律適用新規定，請師生一定要遵守。

今年健走活動特色之一是融入環保志工觀念，結合健走及淨山，為地球環保盡最大心力。總務處事務組鄧志明組長說，今年簡化垃圾分類，從五類簡化成四類，分四個垃圾顏色，包括一般垃圾用白色塑膠袋、塑膠類垃圾則分藍色塑膠袋、金屬玻璃則是綠色塑膠袋，紙類則是紅色塑膠袋。健走路線沿路均有身穿亮顏色制服的環保志工帶著垃圾袋收取沿路撿拾的垃圾，未來希望能多舉辦相關活動，宣導樂活環



保的健康新觀念。
廢紙類：
包括利樂包、紙飲料杯、紙盒、雜誌書籍、影印傳真紙、包裝紙、紙茶葉罐、便條紙、日曆、紙袋、報紙、電腦報表紙、信封宣傳單、

金屬製品：鐵鋁盆、鋁門窗外框、鐵桌椅、鐵板、鐵籠、運動器材、鐵門窗、鐵桶、流理台、水塔、湯鍋、馬達、蒸籠、鋼圈、鐵棍、鐵箱、鐵製鉛筆盒、鐵架、鐵櫃、鐵製餅乾盒、調味料罐等。玻璃酒瓶、化妝瓶罐、牛奶瓶、飲料瓶、玻璃杯、醬料瓶等。

廢塑膠類：
塑膠容器類：保特瓶、養樂多、飲料瓶、食用油品瓶、清潔劑瓶、洗髮精、沐浴乳等瓶罐。一般塑膠類：塑膠盒、塑膠桌椅、軟片盒、塑膠臉盆、壓克力、PVC 塑膠管、塑膠籃、塑膠衣架、塑膠桶、整理箱、玩具塑膠包裝盒、塑膠袋（不含異物殘渣）、光碟片。

香港校友會會長劉木蘭拜訪

允諾協助邀請更多香港學生來文大念書



【文／李文瑜】香港校友會會長劉木蘭日前特別回到母校拜訪張鏡湖董事長，並與本校教務處招生組李家儀組長會面，允諾今年將大力協助招生組，鼓勵香港學生來文大念書。劉木蘭會長也邀請母校師長出席香港相關的招生說明活動，讓更多人有機會認識中國文化大學。

每一年學校只要有大型活動，劉木蘭學姊都會想辦法出席，並贊助母校各項活動。她說，「我在文大的求學生活是我這一生最珍惜、最難忘的回憶，其中最令我感動的就是，學校為僑生成立輔導室，歷任好幾任主任，都把僑生當作自己的孩子疼惜與照顧，我就是一直被照顧的學生，在台灣人生地不熟的陌生環境裡，僑生的家人就是僑生輔導

室，因為這些老師們無私的奉獻，才讓自己幾十年都無法忘懷，更以華岡為榮，為傲。」

劉木蘭學姊說，每一年11月香港都會舉辦教育展，每次文大都會配合展出，見到母校朋友們都會非常開心，也希望更多的教育展都有機會見到母校的攤位。

文大每年來自香港的學生幾乎都會超過僑生總數一半以上，今年新學期就316位香港僑生就學，香港學生們都會熱情參加各種種聯活動，是僑聯的重要幹部與成員。為服務來自香港的學生，本校國際處每年八月都會出席在香港的文大新生說明會，提供各種獎助學金、生活住宿等等資訊，希望學生們來台灣安心就學。

資中已提供虛擬私人網路下載

手機、校外電腦方便連進學校網域

【文／李文瑜】資訊中心已提供虛擬私人網路（Virtual Private Network, VPN）下載，師生可利用此一平台，在校外也能便利使用校園相關服務，包括圖書館資源、Outlook 收發信件（POP3, SMTP）、校園授權軟體驗證及下載、學術行政網 FTP 上傳下載、遠端管理需求及系所內部的限制性資源，大大解決校外網路問題。

（Virtual Private Network, VPN），即可解決相關問題。

資訊中心解釋，該機制可提供使用者從校外任何地點（家中或是飯店）連上網路，透過客戶端 VPN 程式與校園 VPN 伺服器建立連線，使用者就會取得校園網路內的某個 IP 位址，此時使用者雖然是在校外用私人網路上網，卻可以模擬成在學校網路上網，因此取名為虛擬私人網路，等於是一台虛擬校園網路，便利師生校外連進來。

資訊中心說，近年來隨著校園 E 化的蓬勃發展，越來越多的校務運作及校內資源已透過網路提供服務，也給使用者帶來許多的便利。但因為安全性及智財權的因素，許多重要服務，僅開放給校園內的區域網路，校外網際網路則無法使用，這些必要限制給使用者帶來許多不便，但透過虛擬私人網路

但根據中國文化大學校園網路流量管理辦法，為維護網路安全及避免網路濫用，若有危害網路之行為，包括電腦中毒並發送病毒封包、攻擊校內外主機

（含掃描 port）、流量異常，影響設備之正常運作，資訊中心得於發現後即封鎖其使用，也敬請全體師生注意配合。

操作方式則是請先連線到 <https://www.forticlient.com/downloads>（以下以 Windows 為範例）

。（若使用的是行動裝置，請至 app store 或 Play 商店，搜尋關鍵字 "FortiClient VPN"，安裝後輸入步驟 5 之連線資訊及專區帳號即可），點選 Download 即可完成下載。



學生諮商中心【心靈診所】

專欄作者：梁嘉鎰

為什麼要丟下我？

我是小傑，沒想到我交往兩年多，最親近的女朋友離我而去了，突然覺得日子少了什麼，沒有人可以說早安與晚安、沒有人可以聽我說心事了……。身邊的人都叫我想開點，要我放下，但我真的做不到。而且發現自己最近常常花大量時間睡覺，越來越沒動力上課與寫作業，就連食慾也下降許多。分手後，我都快不知道我是誰了，覺得活得很沒意義，甚至想從這個世界消失……

By 痛苦的小傑

親愛的小傑，你好：

謝謝你的來信，老師可以感受到你的無力感，生活重心突然不見，是一個好大的失落，痛苦到想從這個世界消失。在這段關係結束後，連對自己的認識可能都開始產生動搖與不確定，也可能會懷疑自己到底還可以相信什麼？期待什麼？彷彿一部份的自己，也隨著這段關係一起逝去。多數的人面臨分手都會感覺心情鬱悶、無助、憤怒、自責、無法諒解...等感受，這樣複雜的情緒要自己立刻放下是一件不合理的事情，而且如果不理它，傷口仍在那裡隱隱作痛。

老師很關心小傑想要從世界上消失的想法，這是一個想要結束生命的念頭，但老師同時也覺得小傑更想要結束的是這種失落的痛苦。老師現在想邀請小傑依自己真實的狀況檢視在最近這一星期中（也包括今天），以下題目出現的頻率：

題目	沒有	輕微	偶爾	常常	總是
難以入睡、易醒、早醒或是睡太多	0	1	2	3	4
容易感受到苦惱或是生氣	0	1	2	3	4
容易感到緊張不安	0	1	2	3	4
容易感到憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
覺得比不上別人	0	1	2	3	4
有自我傷害/自殺的念頭	0	1	2	3	4

備註：輕微：1天；偶爾：2-3天；常常：3-4天；總是：5天以上

若小傑前五題的分數落在0-5分，代表身心適應狀況良好；6-9分，代表輕度情緒困擾，建議小傑可以找到自己的支持系統抒發心情；10-14分為中度情緒困擾，若大於15分則表示小傑的情緒困擾有一定的嚴重程度了。建議小傑若在10分以上，可以前來學生諮商中心，老師很願意陪伴你一起度過這段低潮期，協助你舒緩情緒，整理感情經驗，抒發你的感受及想法。若前五題總分小於6分，但第六題為2分以上（中等程度）時，希望小傑前來諮商中心或是身心科、精神科尋求協助。

老師相信悲傷同時也有它的正面意義，相信若有一天當小傑能夠和舊關係告別時，會是一個更能夠勇敢面對挫折、重新找回生活重心的自己。在那之前，我們可以試著允許自己脆弱、允許自己需要時間復原。老師知道你也希望不再痛，想要放下，但讓我們先給自己一些時間和耐心，尋覓適合的聆聽者來陪伴自己，讓自己有一個可以抒發情緒的地方，或是藉由適度運動，可以讓大腦產生多巴胺，會讓自己心情上舒服一些喔！

~ 有心困擾或需求，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