

淡江築夢助力強 達人練功房

專題召集人／陳昭岑 採訪／楊意綾、洪子揚、黃宛真

●一雙雙隱形的翅膀

大學，是許多人的夢想萌芽的地方，帶著在學校所吸取的知識與技能，在社會上成就自我。而本校在協助學生蘊育能量或發揮專長的方式相當多元，從育成中心、文創中心、學習策略工作坊等單位的成立，都化成一雙雙隱形的翅膀，希望能協助學生提升自己的能力，勇敢地飛向夢想。

建邦中小企業創新育成中心

成立超過10年的育成中心主要以學校先進資訊、豐沛師資、實驗設備、空間與建教合作經驗，創造新創企業培育人才環境，成為本校許多優秀創業人才的搖籃。

具有豐富資源的育成中心是學校與業界接軌的重要橋樑之一，常成為外來訪的重點參訪單位，日前還舉辦了「第一屆淡江大學創新創業競賽」，提供學生培養創業能力。而最近，育成中心正在籌劃「育成絲路」的活動，期待發掘出更多國際行銷人才。育成中心主任蕭瑞祥說：「只要你有信心、有想法、有興趣，育成就能夠提供顧問諮詢，幫助你釐清自己是否適合創業，並且盡力幫你找出適合的資源，運用我們擁有的網絡，將資源連結起來，給予從頭到尾的完整協助。」

職涯輔導組

以「時時刻刻關懷同學，全心全力服務同學。」為工作信念的學生事務處職涯輔導組，主要業務為提供學生及應屆畢業生在生涯規劃和就業所需的資訊及服務。運用校內外資源，與廠商合作，定期於每年3月下旬舉辦校園徵才博覽會，提供畢業生更多就業或升學的機會。

更有更豐富的了解。此外，職輔組定期編印職輔專刊，以提供學生更多市場趨勢及就業資訊。同學們亦可上職輔組網頁了解最新消息。

職輔組組長朱茵茵表示，除了上述服務外，也會舉辦「企業導師講座」的演講，讓同學可以對職場的趨勢更加了解。此外，職輔組還提供教育部的「UCAN大專校院就業職能平台」，此平台可從興趣面及能力面來做分析，透過免費的線上職能診斷，「希望可以提供同學們做為未來就業方向的參考，若是對診斷結果有不了解的部分，歡迎到職輔組詢問。」

資訊小卷軸：
UCAN大專校院就業職能平台網址：<https://ucan.moe.edu.tw/>

●達人現身說法

學生事務處生活輔導組與模稜青年團合作，在99學年度下學期舉辦「淡江達人-WOW九厲害」活動，在激烈的競爭之後，選出各領域16位猛將，每位皆有不同絕招，淡江可謂是臥虎藏龍，我們邀請其中5位達人，分享其在淡江中築夢歷程，希望透過這些達人的分享，讓大家更有勇氣，達成自己的夢想。

證照達人王繼斌

自大一進入，統計四王繼斌總會留意學校給的信箱是否有新政策或活動通知；他表示，這對新生是一個獲取資訊的好管道。

學校會不定期舉辦各種電腦相關技能證照的輔導考試課程，例如TQC、MOS等。王繼斌認為，人數雖多，老師卻很有耐心，不僅有考古題、實際演練，教授也會傳授許多作答技巧，而在校內應考，報名費又比自己去市面上考試少很多，「便宜又大碗，非常值得！」

專心的聆聽課老師的上課內容，反覆練習老師的解題步驟與技巧，但愈基本的東西，才愈需要突顯自己與別人的不同，增加自我的競爭能力。

「證照就是為自己的能力作背書，為未來打基礎。」他認為，求學階段應盡量多利用學校給的資源參與活動、比賽、演講或是課程經營自身的不足。



▲統計四王繼斌透過學校課程取得多張電腦證照。(攝影/林奕宏)

獎盃獎狀蒐集達人劉雅倫



企管三劉雅倫的媽媽，保留劉雅倫小時候各式各樣的比賽獎狀或證書，並認真妥善保存，加上劉雅倫長大後自己所累積的，多達100多張。從國小的各式獎狀、高中參加「飢餓三十」的活動證書，甚至是銀行或保險公司的獎學金證書、大學團隊服務證書等，一張張的獎狀，都充滿難忘的回憶，像是一本日記，代替文字寫下他的成長足跡。劉雅倫表示，獎狀其實是附加的，「我很喜歡參加比賽、活動，並從中學習、體驗活動的宗旨，進而有所成長，或是透過團隊看到不同的生活、世界。」像是在「飢餓三十」活動，感受到當下的幸福，而蒐集獎狀的同時，也是在保存其背後的回憶與對活動的學習精神。劉雅倫說：「淡江比起其他學校更重視課外活動，提供學生很多的課外資源。」學生擁有更多成長的機會。

造型氣球達人吳易儒

「氣球能夠折出的造型絕對能超過你的想像！」氣球達人數學四吳易儒總能把一顆平凡的氣球，變成造型可愛的玩物。打開包袋，各式各樣、色彩繽紛的氣球令人驚嘆，一開始，他是先接觸魔術，因表演需要而開始學習造型氣球，便自己花時間看書學習，漸漸地培養出興趣。吳易儒認為有些魔術小孩看不懂，或者年長者玩不起來，「氣球較沒有年齡限制」，他能夠用氣球折出小孩子喜愛的海綿寶寶、派大星和聖誕老人等，讓現場觀眾驚呼聲連連。吳易儒曾經一個晚上就接學校的兩場表演。

吳易儒認為，淡江是個很開放的校園，「活動很多，無疑的給我們更多的表演機會，希望在未來可以用自己的專長可以替學校在外提高知名度。」現在的他，希望有機會能夠多去參加一些國內外的研習會，精進技術，並開拓視野，以開一間和魔術、造型氣球相關的表演工作室為夢想，而他也正在為自己的夢想努力，期待為自己造型一個精采的人生。



▲數學四吳易儒精湛的折氣球功力，令人驚嘆。(攝影/陳芝嫻)

文化創意產業中心

文創中心扮演著產業與學術、人文與科學等跨領域專業整合的角色，推動各項文創領域的產學合作計畫，並規劃「文化創意產業學分課程」，開設跨系、院、校之課程，促進學門間的交流及整合，以文學院的傳統知性美成為根基，開出無邊界的創意的特色花朵。

秉持著「創意是才、知識是盾」的概念，文創中心從2006年春天開始，在校內舉辦「創意瘋潮大賽」，徵集與淡江或淡水有關的創意發想或改造的點子，引發全校學生對於「創意」與「創新」的關注。而今年，文創中心舉辦全國首創「臺灣文創『賣』向國際大賽」活動，讓學生從「做中學」，提供有創意的同學上網銷售台灣在地文創商品，幫助學生能夠實際發揮行銷創意，增加在地文化在國際的能見度，培養具專業與創意的行銷人才。

為培養學校更多有潛力的創意人才，文創中心也舉辦「創意前線(L.A. Front)」徵才、「Dual Cultures文化創意產業學座談會」等活動，提供有興趣的學生加入創意人的行列。



▲文學館3樓的「創意紅」創意櫃，其創造力視窗提供學生書籍、影像等各類文創資訊。(攝影/鄭雅文)

文創中心執行長劉慧娟表示，在正規的課程之外，文創中心也舉辦許多與文創有關的競賽活動，讓學生能一展長才，這也是因應大環境人文領域發展的趨勢。

課外活動輔導組

豐富多元的社團活動是本校特色之一，希望透過課外活動的參與，增進同學多元的能力。學生事務處課外組除承辦、協助社團活動相關事宜，亦提供社團培訓課程及研習。

為提升學生的競爭力，課外組更舉辦「青年活動企劃師認證學分班」，讓同學學習活動企劃、活動籌組及運作，從活動中學習到表達溝通、企劃執行、問題解決、團隊合作等能力。如46年前便開始舉辦「淡海同舟」社團負責人研習會，以「竭盡所能，締造遠景」為傳承的永久精神，培養社團幹部經驗、服務熱忱和溝通協調能力。

課外組亦協助辦理志工服務課程、國際志工服務，鼓勵學生以「一生一定要做一件對別人有益的事」為目標行諸行動；每年寒暑假本校都有不少返鄉服務團和教育輔導團，散佈更多溫暖和愛心。曲冠勇組長表示，學校有多元的社團和豐富的課外活動供學生選擇參加，以培養熱忱、負責等良好的態度，這也是企業愛用淡江學生的原因之一。

學習策略工作坊

學習策略工作坊為學習與教學中心學生學習發展組所推動之課程，它的成立乃為了解學生在平時學習上可能遇到的問題，加強並輔導。另外，也為了因應社會的多元化，其中加強電腦應用能力的「PhotoImpact基礎入門」、「原文書輕鬆讀」、「輕鬆簡報技巧」和「記憶煉金術」和「上臺報告技巧」

等各項課程，皆希望學生透過學校給予的資源，依自己需求找到適合的課程，加強其動機，排除困擾與障礙，奠定自身的基礎能力。學習策略組黃備傑表示，學習策略工作坊幫助學生解決學習上的困難，提供學生的訣竅，期待大家能多運用這些資源，獲得額外的學習策略。

手工藝品達人黃淑真



▲會計三黃淑真樂於手工藝品的創作。(攝影/鄭雅文)

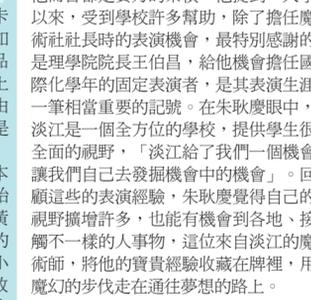
「拼布、串珠、縫紉、手工卡片……等。」當眼前這個女孩如數家珍的描述她所擅長的手工藝品時，臉上散發出自信光彩，加上一張張作品成照，讓人不得不由衷佩服她的心細以及手巧；她就是手工藝品達人會計三黃淑真。

從國小開始接觸縫紉，從最基本的編織圍巾，到國中家課課時開始學習縫抱枕、拼布等手工藝品。黃淑真表示，因為喜歡「動手做」的感覺，也喜歡自製不織布做成的小吊飾和手機套送給朋友，「每當收到禮物的人露出開心的神情，我也會很有成就感。」高中時，曾經花上一個月的時間製作精緻的手工卡片給好友當生日禮物，大學加入啦啦隊社團，社團有時會在海報街舉辦活動，販賣自製的手工藝品，從社團中的學長姐身上學習到很多素材及創意上的靈感，在她眼中，「淡江對於推廣服務性社團還蠻熱中的！」未來，她想要開店，並將自己的手工藝品作為來店禮，贈送給每一個來店裡的客人！

魔術達人朱耿慶

靠著自己上網搜尋、不斷練習，化學四朱耿慶成了名氣不小的魔術師，「花式切牌」是他最擅長的技法，而對於現在接不完的表演機會，他依舊堅定的說：「不扭扭捏捏。」

現在已和朋友合開表演工作室的朱耿慶表示，有想過往演藝圈發展看看，但最終的夢想，還是自己創業，創業內容還不一定，但現在表演機會的種種，對他而言都是實力的累積。他提到，大學以來，受到學校許多幫助，除了擔任魔術社社長時的表演機會，最特別感謝的是理學院院長王伯昌，給他機會擔任國際化學年的固定表演者，是其表演生涯一筆相當重要的記號。在朱耿慶眼中，淡江是一個全方位的學校，提供學生很全面的視野，「淡江給了我們一個機會讓我們自己去發掘機會中的機會。」回顧這些的表演經驗，朱耿慶覺得自己的視野擴增許多，也能有機會到各地、接觸不一樣的人物，這位來自淡江的魔術師，將他的寶貴經驗收藏在牌裡，用魔術的步伐走在通往夢想的路上。



▲花式切牌是化學四朱耿慶最擅長的技法。(攝影/梁琮閔)

生命如何轉彎

導讀 曾瑋瑛 數學系教授

天氣的異常現象告訴我們今日的地球病得很重，我們周圍的環境變得惡劣，因此我們的新生命在母體內就不平安，新生兒的問題增添許多。

我們無法決定自己的命運，不健康的孩子出現的機率很高，很有可能他們就出現在我們或是我們親朋的家中。處在這樣的環境，我們應當如何面對？我們又應當如何成為別人的祝福？身為地球上的成員都有責任對地球上不幸分子付出一些心力與關懷。尤其是大學生，出社會前他們若能早一點瞭解這樣的事情，將來面對這類的問題就不會慌亂。

「生命如何轉彎」這本書是描述自閉兒與家人的奮鬥故事，我們可以透過此書學習如何看待這類的孩子，如何教導他們學習。書中陳述自閉兒的成長過程、自閉兒的行為所表達的意思等。自閉兒與一般孩童不一樣，他們不明白我們的言語和行為，因此溝通上會出現問題。

我們必須協助他們建立彼此溝通的橋樑，如此可以避免衝突發生，為社會建立和諧的環境。能者多勞，這也讓我們的存在更有價值，並不是每一位自閉兒都如此，程度上和表現出來的情況也有不同，書中有詳細的描述主角的情形，有些情形是自閉兒的通性，很值得我們瞭解與學習。

書名：生命如何轉彎
作者：陳炎輝、張麗玲
出版社：正中書局



找到自己的心流

你是否感受到這個世代，充斥著競爭的壓力？學歷要好、證照要多、要有競爭力、最後連內在的樣貌、行為、頭銜等都成為成功的指標。難道一個人的價值，只能建立在「比別人好」而獲得肯定、過得比較幸福、快樂？「比別人好」這件事情，從生物演化的觀點來看，證明了自己不是落後的那一群，詮釋了個體得以繼續生存的保證，免除了物競天擇所產生的焦慮感。而「比別人好」在這多元化的世界裡是沒有絕對的標準，現在主流的明星產業、技能、美學概念等，數年後物換星移成為次要的選項。追求潮流，讓我們以為是為了培養十八般武藝是存活的要求，其實不然，應是在人際合作前提下每個人發揮獨有的特質與長處，而找不到自我的，則會過得比較辛苦。

幸福、快樂的人生無關於「比別人好」，在於瞭解自己追求的是什麼，心理學教授奇克森海伊提出找到個人從事某些活動所產生的心流經驗，就能獲得真正快樂而滿足的人生。什麼是心流經驗？奇克森海伊指出：「心流經驗是一個人投入一件事或一個活動，而過程就是一種快樂的享受，會不惜代價的全然投入。」在這種狀態下會產生的心理特徵(奇克森海伊, 1990)有：

- 1.活動的挑戰性與自身擁有的技術旗鼓相當。
- 2.思考與行動合而為一所做的動作行為。
- 3.對於活動的目標有深入的想法，也知道下一步如何進行。
- 4.能感受到活動的回饋及自己的表現。
- 5.專心於活動而忘卻其他事物。
- 6.全然自我控制的感覺。
- 7.渾然忘我地失去自我意識。
- 8.失去時間感。
- 9.活動後，內心的愉悅感及成就感讓人想繼續得投入。

奇克森海伊教授以一群藝術家為研究的對象，發現這些藝術家在從事創作時，充滿了一種持續性的內在動力，使他們一直全神貫注的浸淫在工作中，而這種內在動力並非外力所驅使，而是過程中的一種獎賞，這種內在的酬賞也是藝術家不斷投入創作的原動力，隨之而來的是幸福與快樂感。當我們從事某些自己有興趣的工作時，便會引發快樂、滿足感，讓我們為了自我的愉悅而重複付出那些心力，這就是內在酬賞的本質。

心流經驗通常發生在挑戰與技術相對平衡且結構清楚的活動中，如作曲、舞蹈、下棋、打球、社團宣傳企劃、數學的解答等運用智力(思考)或體力的活動，透過大腦的思考或肢體的伸展，提升個人的問題解決能力，雖然在活動的過程中經歷了一些煎熬痛苦，但卻為自己的付出感到成就感與滿足，但看電視、SPA、瘋狂地賭博等活動，因這些活動不需要高等複雜的腦力與體力，在某方面雖能減緩壓力、振奮精神，但無法提升到滿足快樂人生的境界。故我們留意日常生活的活動有那些能帶給我們心流的感受，如果找不到就必須拓展、多接觸我們所從事的活動種類，如此方能真正找到自己的專長與方向。

市面上許多書籍或企業行銷都在宣傳如何使人致富與豐身的秘訣，但鮮少人能真正貫徹，即使成功了，卻發現自己又有一連串新的需求與慾望，跟過去一樣不知足。真正能帶來滿足感不是財富或苗條，而是肯定自己的人生，是一種自己決定生命內涵與掌控心靈意識的主控感。當我們找到這樣的熱情原點，內在動機自然會帶著我們學習更多的能力及拓增競爭力，讓我們持續在喜愛的領域裡發揮自己的專長，找到自己的快樂與滿足。

阿蛋與阿董 職場ONLINE

老團

打工人 客戶 業績獎金

高調 低調 加薪 加薪

你說你找到工作了嗎？是當業務？

對啊！公司雖然不大，但老闆非常有信心可以賺大錢！

他說一兩年後一定可以讓我像某牛排店一樣一口氣拿90個月年终奖！有福同享有錢大家賺！

哇靠！你老闆跟我老闆一樣愛畫大餅加嘴砲耶~

別拿我老闆跟你老闆比~過幾年你就知道了哈哈

為各位介紹一下我們公司新業務，他叫阿董！

隔天...

輕鬆學英文 English is easy!

一.重要詞彙

- 1.凡事往好處想 Always look on the bright side.
- 2.甩人 dump
- 3.繼續往前 move on
- 4.轉換 switch
- 5.由不得人 beyond one's control
- 6.反應 react

二.請寫出正確英文，訂正之後，請大聲朗讀三遍。

- 1.凡事都要往好處想。 Always look ___ the ___ side.
- 2.你被甩了？是你的，沒人拿的走。 You are ___? What's ___ yours cannot be ___.
- 3.既然他(她)走了，你就可以往前走，找一個讓你比較快樂的人。 Now that he ___ she is gone, you can ___ and find someone else ___ will made you ___.
- 4.工作丟了嗎？轉換工作是正常的。 ___ your job? It's ___ to ___ jobs.
- 5.罹患疾病嗎？恐懼只有使病情加重！ Getting ___? Fear only makes things ___.
- 6.要面對疾病、處理它、接受它。 ___ your ___ with it and ___ it.
- 7.生活中的許多事情由不得我們，但是，我們卻能決定自己的態度。 Many things in life are ___ yours ___.

However, one ___ you can always control in ___ you ___.

三.答案

- 1.on, bright
- 2.dumped, taken away
- 3.or, move on, who, happier
- 4.Lost, moved, switch
- 5.Ill, worse
- 6.Face, illness, Deal, accept
- 7.beyond, control, thing, how, react

■ 郭岱宗 (英文系副教授)