

學務處移駐大恩館二樓區 服務不間斷 社團負責人授證典禮 見證社團輝煌史



吳萬益校長親臨頒發社團負責人證書，鼓勵學生在學習研究之餘，撥出時間參與社團，豐富大學生活。



【文 / 李文瑜】99 學年度第一學期社團負責人頒獎典禮及行政講習會 9 月 8 日在體育館柏英廳舉行，吳萬益校長親臨頒發社團負責人證書，鼓勵學生在學習研究之餘，仍能撥出時間參與社團，豐富大學生活，這才是一個大學生正確的態度，好的社團經驗足以影響未來職場態度，希望未來新進新生們能夠在社團老將帶領下，進入全新的社團領域。

99 學年度第一學期社團負責人頒獎典禮及行政講習會裡，首先透過社團圖片的播放，以照片與影片感受各社團之凝聚情誼，讓學生回憶社團裡珍貴的記憶。文化大學的社團多元豐富，令不少華岡人一輩子難忘。大學英文為 University 常被以諧音翻為「由你玩四年」，怎麼玩，怎麼豐富大學生活，社團學習是重要的一環，人生是個學習的旅程，多

一種經驗就多一點成長，只要認真體驗，大學社團一定可以學得豐富，玩得盡興！

吳校長說，社團活動為大學教育的精髓，知識與經驗的累積都應透過社團活動過程學習成長，期盼新一代年輕人能努力改變，加入社團生活，增添屬於自己大學生活的青春色彩。此外，學務處相關單位目前均已遷往大恩館二樓川堂區，提供各種學務社團、獎學金等與學生密切之相關服務，若有相關問題均可前往大恩館二樓了解。

課外組吳玥玲主任則介紹社團評鑑辦法及國際志工之培育作法，鼓勵更多學生加入國際志工作列，成為最精彩的一群大學生。此外，課外組也介紹社團服務學習、獎補助款及社團認養等各種課外組事宜，凡是有任何問題均可前往大恩館二樓學務處了解。

相約搭公車安全又愛地球 有機會抽中 i phone 與紀念悠遊卡套票



大都會客運與華岡二度聯手再推出相搭約搭公車

【文 / 李文瑜】送給新生及文化大學的學生一份開學大禮物，即日起本校與大都會客運公司及悠遊卡公司再次合作辦理「文大學生相約搭公車活動」，有助於用心鼓勵文化大學學生多搭乘大眾運輸工具，以降低騎乘機車，減少學生發生交通事故機會，同時鼓勵學生們響應節減碳愛地球，減少汽、機車燃油廢氣排放，享受自然好空氣。

本次活動期間為 99 年 9 月 13 日(開學日)起至 100 年 5 月 31 日止，為期一年時間。凡是中國文化大學在學學生、本人使用數位學生證刷卡搭乘大都會客運 260 與紅 5 兩線公車，累計搭車次數為全體搭車學生之前 100 名，均有機會獲得「i phone 與紀念悠遊卡套票等獎品之抽獎機會。

由於「文大學生相約搭公車」與「陽明山國家公園花季與海芋季」活動於 100 年 2 月至 4 月重疊，為運輸捷運劍潭站賞花遊客與通學學生，本公司預計會調整 260 與紅 5 路班次並增設花季專車，包含加密紅 5 路與 260 路班次。平日紅 5 增加約 36 班次、260 增加約 20 班次，例假日視人潮機動增加班次服務。

文化大學上課期間，安排 260 路於上午尖峰時段，分別在 07 時 30 分至 09 時 30 分，進入捷運劍潭站紅 5 站牌區，盡速載運學生到校並派服務人員，維持排隊秩序，視人潮機動增加班次服務。花季期間之例假日，配合臺北市公共運輸處花季專案，增闢 126 路與 127 路花季專車，行經捷運劍潭站，以服務賞花遊客，使通學學生搭車服務不受影響。

文大相約搭公車 公開抽獎活動

主辦單位：中國文化大學、悠遊卡公司、大都會客運

貼心小叮嚀 宿網即日起接受申請 10月15日截止

【文 / 張雅婷】99 學年度宿網確定委由台灣大寬頻負責提供宿網服務，欲申請的學生請於網址：<http://www.elinx.com.tw/pccu/apply>，一律採取線上申請方式，申請時間至 10 月 15 日止。完成線上申請後，列印申請書以及雙證件影本，外籍人士需有居留証、護照或健保卡證件，不可使用學生證作為第二證件。學生填寫完成後，於 9 月 24 日前，將申請資料請繳回大典郵局攤位前，9 月 24 日以後，大典郵局前攤位將撤離，申請資料請繳回大典館 4F 資中櫃台台灣大寬頻駐校工

作人員。
宿網服務連線速率以下載 2M，上傳 512K 為主，宿網計費方式方面，宿網費率以每人每學期 779 元計算，每月平均 173 元，收費模式以學期為單位，採預先繳費制度。提醒同學本學期皆為新申請之帳號密碼，必須繳交雙證件影本方可申請。如有問題求助或要報修障礙時，可於週一至週五 13:00~22:00 至大典館 4 樓，資中櫃台向台固駐校服務人員申報，或撥打台灣大寬頻 24 小時客服專線 (02)4066-0357。

開學各項獎學金開放申請 校內校外獎學金豐厚 歡迎同學踴躍申請 網路公告清楚 可洽相關單位詢問

【文 / 張雅婷】99 學年度開學了！各項開學獎學金開始接受申請，目前學務處接受各項獎學金申請已移至大恩館二樓，歡迎有需要相關獎學金申請的學生前往詢問。目前開放申請的 99 學年度校內獎學金包含有教育部清寒僑生助學金、學產助學金、華僑教育總會大學僑生獎助學金及華僑救國聯合總會僑生獎學金等。校外獎助學金部分，包含台中市低收入戶原住民學生獎學金、財團法人宗偉章先生獎助學金等，其中財團法人宗偉章先生獎助學金優渥，高達四萬元，有其需要的同學請踴躍申請。

根據公告顯示，欲申請教育部清寒僑生助學金者，依僑生回國就學及輔導辦法來台就學之僑生，這些並不包含研究生、延修生、緬甸地區自費僑生。僑生就讀二年以上者，其前一學年之全學年學業成績總平均及格，操行平均成績 80 分以上，可於每月領取 3000 元獎助學金。

學產基金會助學金的申請學生本人須為低收入戶子女，且 98 學年度第 2 學期學業、操

行平均在 60 分以上，轉學生應繳原就讀學校之成績單正本，延畢生則不可申請。
華僑協會總會大學僑生獎學金暨助學金方面，以二年級以上之大學部僑生，須申請助學金需家境清寒或經濟來源中斷者。獎學金須上學年度學業成績平均在 80 分以上，助學金須上學年度學業成績平均在 75 分以上、操行成績 75 分以上。分為獎學金 10000 元、助學金 5000 元兩部分，名額各 2 名。

華僑救國聯合總會僑生獎學金之申請資格，以二年級以上之大學部僑生，並不包含研究所），上學年度學業成績平均在 75 分以上、操行成績 80 分以上者，可申請金額 5000 元，共有名額 159 名。

由於各類獎助學金校內外規定不一，詳情請至本校網路最新公告系統查詢，校內獎助學金請洽學生事務處課外組林秀櫻小姐，校外獎助學金請洽學生事務處課外組許志彰先生，僑生獎學金請洽國際交流中心國學組陳德發先生。

文大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS 第 521 期 中華民國 99 年 9 月 20 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

Hypermedia

國內首所獲補助大學 韓國政府唯一肯定韓語教育的大學 直接獲韓國政府五年超過一千萬元新台幣韓國學推廣補助款



張鏡湖董事長(右圖中)、吳萬益校長(右二)與韓國學育成事業金貞培院長(左二)及韓文系林明德主任(右一)，完成簽約後合影。

【文 / 李文瑜】本校韓文系獲得韓國政府補助連續五年，合計五億元韓幣韓國學推廣基金，換算新台幣超過一千萬元重點大學補助款，成為台灣唯一一所獲得韓國政府直接補助的大學院校，本校將自即日起將開始獲得韓國政府的直接補助，分成五年撥款核發，基金推廣著重於韓文教育的推廣與學習，發揚台、韓學術研究，其中，最特別的是將落實在台灣高中生的韓文語言夏令營活動，由本校韓文系與鄰近高中學校合作，從根教育推廣韓語教學。

淵源及文化上，在韓國教育占有極高的地位，因此，獲得連續五年的補助款實至名歸。

金貞培院長說，文化大學創辦人張其昀先生領台灣教育視野之先，首創韓文系，即便第一年入學學生僅有三位，卻仍堅持辦韓文教育之推廣，對韓文教育深耕台灣實有重要之貢獻；目前文化大學韓文系有 10 位專任韓文老師，師資陣容亞洲第一名，先決優勢條件與歷史淵源，使得今年第一年申請韓國學重核大學即獲得極高認同肯定，韓國學振興事業團審核評審團隊幾乎一致通過申請案，是目前台灣第一所獲得韓國政府補助韓國學教育推廣的大學院校。金貞培院長也肯定韓文系林明德主任雄厚之韓國財經政界及教育界之人脈關係，使得中國文化大學脫穎而出，成為台灣第一所獲補助之大學。

本校張鏡湖董事長則強調，本校與韓國產、官、學界關係良好，至今已有 27 所與韓國大學建立姐妹校，凡韓文系大學三年級的學生即可依自身條件獲取自費或公費補助留學韓國學習當地文化及語言，培育學生語言優勢。當年曾在台灣掀起韓劇風潮的《大長今》翻譯即為本校畢業生董文君，留學韓國中央研究院攻讀博士班已順利畢業，未來本校將依此典範，積極培育更多的韓文學專長，以創意學習融合世界經濟潮流趨勢，讓畢業的學生成為最搶手的職場新秀。

本校吳萬益校長說，相當榮幸成為台灣第一所獲得韓國學重核大學補助的海外大學院校，將積極投入韓語教學及韓國學研究，更將在文化大學舉辦世界級的韓國學研討會，網羅超過二百篇的論文發表，希望在台灣掀起韓國



張鏡湖董事長(右圖中)、吳萬益校長(右二)與韓國學育成事業金貞培院長(左二)及韓文系林明德主任(右一)，完成簽約後合影。

學研究的新風潮。
韓國學振興事業團權熙英團長則強調，韓國自 2006 年開始每年補助二至四所大學，以培養海外韓國學發展之先鋒，海外韓國學重核大學扶植事業為目標，全力扶植具備研究韓國學基礎架構之海外優秀大學，使其發展為海外韓國學之研究重鎮，重核大學

是以韓國學領域為據點，將韓國學推向世界化。海外韓國學重核大學是要選定在全世界各地區中，具備可宣導及推動韓國學核心力量之大學，韓國學中央研究院所屬之韓國學振興事業團會支持各大學進行包含韓國傳統及現代韓國學等多樣化的研究、教育及國際交流。

本校校友吳光庭副教授接任北美館長 拜訪張鏡湖董事長 允諾與博物館共推好展覽



吳光庭副教授(右)在環設學院郭瓊瑩院長(左)安排下，拜訪張鏡湖董事長

【文 / 李文瑜】中國文化大學校友，現任淡江大學建築系副教授吳光庭，已於今年九月十五日接任歷任近半年的台北市立美術館館長新職，吳光庭副教授日前曾在環設學院郭瓊瑩院長引薦安排下，拜訪張鏡湖董事長，吳光庭副教授謝文化大學的栽培，也希望未來能夠多多與文化大學博物館合作，推出培養華岡學生美學之教育的好展覽。

吳光庭是淡大建築系副教授兼系主任，一九七九年自文化大學建築及都市設計學系畢業，一九八二年美國密西根大學建築碩士，專長是建築及都市設計、光復後台灣現代建築研究，著有《台北大街風情》、《都市風格與建築形式》等。他的經歷包括了台北市市政顧問、都市設計暨計畫委員及桃園縣都市設計委員會委員。

全世界首度提出新療法 有助改變漢丁頓舞蹈症治療



生物科技研究所江明璋助理教授

【文 / 李文瑜】神經退化疾病治療有重大進展，由中國文化大學生物科技研究所、中央研究院生物醫學科學研究所、長庚醫院、中興大學及成功大學發表研究成果，發現糖尿病藥物成分

Rosiglitazone (商品名「梵帝雅 Avandia」)，在神經退化疾病漢丁頓舞蹈症動物實驗發現，用於治療糖尿病的胰島素增敏劑 Rosiglitazone 可保護紋狀體細胞免受神經退化所引起的能量缺損和毒性，達到神經保護的效果。此一歷時三年的研究將對於神經退化疾病將有重要的影響，成果已於 2010 年 8 月刊登在「人類分子遺傳學」(Human Molecular Genetics)，這是全世界分子遺傳學最受注重的專業雜誌之一，顯見其重要性，預期未來將會改變神經退化疾病漢丁頓舞蹈症的治療策略。

擔任此一研究發表的第一作者，現為本校生物科技研究所江明璋助理教授指出，先前相關研究即注意到胰島素增敏劑能抑制腦中風、阿茲海默症及帕金森氏症的腦細胞凋亡，今年的研究已進一步確認藥效的生理機轉路徑在漢丁頓舞蹈症，其主要經由驅動細胞內的轉錄因子 (PPAR-γ)，調節基因表現，進而活化兩種神經保護蛋白 (brain-derived neurotrophic factor 和 Bel-2)，可以保護腦細胞。

泰國坤敬大學動科系來訪 本校動科系擬與簽署學術交流備忘錄

【文 / 李文瑜】泰國坤敬大學動物科學系動物育種研究中心主任 Monchai Duangjinda 教授、乳牛研究中心主任 Virote Pattarajinda 教授及 Suporn Katawatin 教授率領 9 位博士生，8 月 28 日來前來本校參訪，泰國坤敬大學動物科學系乳牛研究中心 Pattarajinda 教授與本校師生互動良好，並允諾兩校研究合作與學術交流之未來政策。



園與農學院實驗室，對校園環境與各項儀器設備，留下深刻的印象，兩系師生並舉行座談會，介紹目前的研究方向與主題，同時也討論兩系進行研究合作與學術交流的可能性。Monchai Duangjinda 教授向動科系同學介紹了坤敬大學動科系之發展，提到坤敬大學目前鼓勵亞洲國家間的學術交流，在簽署學術交流備忘錄後，兩系師生可進行交換學生與研究合作計畫，促進亞洲地區動物科學研究的發展。動科系同學和坤敬大學博士生也就彼此研究的主題進行交流。

泰國坤敬大學 (Khon Kaen University, KKU) 於 1964 年設立，是泰國東北部最主要的教育中心；目前有 3 萬多名學生，擁有農學、管理、法學、醫藥、護理、美術、教育等 17 個學院、1 所醫院及其他特色研究中心等。

【文 / 李文瑜】首度以「基於低碳理念的城市與建築營造」為主題的「2010 年海峽兩岸青年建築師研習營」於 8 月 23 日至 30 日在南京舉行，總計有來自台灣各大學院校 50 位未來青年建築師參與，遊訪南京、蘇州、上海等地，透過考察、論壇、作業，圍繞主題預先準備作業，並在建築營期間每校由一名學生組成六人小組，集體上臺報告，共同完成作業，激盪璀璨火花。本校由建研所陳明竺所長統籌規劃，並於 8 月 30 日完成學術總結交流研究報告，獲得兩岸師生肯定與迴響，希望透過兩岸不同學校、不同背景學生交流、思想碰撞、融合，培養團隊合作精神。

2010 年海峽兩岸青年建築師研習 24 日於南京開幕，由南京東南大學建築學系主辦，邀請中國文化大學建築與都市設計學系、哈爾濱工業大學建築系、成功大學建築系、中原大學建築系、台北科技大學建築系及台灣大學建築與城鄉研究所等六所學校參加，以低碳理念的城市與建築營造為主題，進行為期七日

的學術研討及世博參訪。今年以低碳環保觀念為主題，希望紮根青年建築師之根基，以愛護地球為前提，建立兩岸建築之未來清新觀念，來自台灣的教授則分別發表專題演說，以台灣各專案設計規劃為理念，向大陸的

海峽兩岸青年 探討兩岸建築之美 建築師研習營



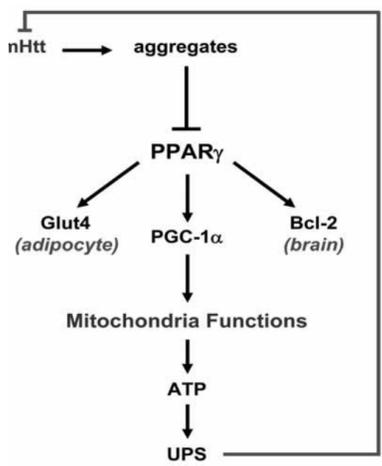
陳明竺所長佈置赴蘇州、上海考察作業，則於 8 月 30 日上午學術研討時間總結交流。他強調，兩岸間以學術交流為基礎，建立低碳理念的城市與建築營造基礎觀念，並透過參訪大陸古色古香的蘇州林園風景，在文化保存的根基上，建立起低碳理念的城市，已引起兩岸建築界的關注，這是一個很好的開始，希望能夠一直舉辦類似之青年研習營，不但掀起兩岸合作的新風潮，更能帶動愛地球的建築新炫風。

刊登專業人類分子遺傳學雜誌 糖尿病用藥具治療神經退化疾病潛力

江明璋老師表示，本研究另一個突破性結果在於漢丁頓舞蹈症的動物實驗及細胞模型中也發現胰島素增敏劑可以增強 PPAR γ 兩個下游基因的表現 (glucose transporter type 4 和 PPAR coactivator-1 alpha) 來改善漢丁頓舞蹈症動物高血糖的現象並且提升粒腺體的功能來調解能量的缺失。

研究團隊進一步指出，這個研究接下來還要繼續做各個致病時期，是否還有更有效的投藥時間及劑量？江明璋老師提出，胰島素增敏劑是個已上市的藥品，老藥有新的治療效果，未來將具有更快速進入臨床試驗的優勢。

這項歷時 3 年的研究將對於神經退化疾病將有重要的影響，成果已於 2010 年 8 月刊登在「人類分子遺傳學」(Human Molecular Genetics)，這是全世界分子遺傳學最受注重的專業雜誌之一，顯見其重要性，預期未來將會改變神經退化疾病漢丁頓舞蹈症的治療策略。



【文 / 李文瑜】研訂華語文及華語文檢定考試，中國文化大學中文系 10 月 22 日將舉辦「第二屆發皇華語·涵詠文學——中國文學暨華語文學學術研討會」，今年主題鎖定延續華語文能力傳承，特別以華語文能力測驗題庫製作為其中之一主題，希望開創華語文文學之底蘊，發揚中國文化之美。

去年第一屆由本校舉辦之「發皇華語·涵詠文學——中國文學暨華語文學學術研討會」引起極大迴響，今年續辦第二屆研討會，相關論文發表與專題報告均已完成搜集，預料今年發表之論文與專題報告之數量將較往年多，對華語文影響甚深。

「發皇華語·涵詠文學——中國文學暨華語文學學術研討會」成立之宗旨主要是研訂華語文、華語文能力之檢定考試暨中國古典文學與現代文學之理論、創作及傳承。其規劃主題鎖定在海內外華語文聽力、口語、正音等內容設計、華語文能力測驗題庫之製作、兩岸華語文檢定考試之比較研究、華語小說、韻文、美學之探討、現代文學在台灣之傳承。

「第二屆發皇華語·涵詠文學——中國文學暨華語文學學術研討會」，是由中國文化大學中文系、財團法人海華文教基金會聯合主辦，並獲行政院僑務委員會、教育部國語推行委員會贊助鼓勵，歡迎大家登入網站報名，在文裡看到最美的文化，在文化裡體驗最經典的文學教育。

線上報名 : <http://spreadsheets.google.com/viewform?formkey=dEd2WWs1SkxpSmZS-clBWOTlycEJZMmc6MA&ifq>

師生介紹台灣之美，如文大傅如璋講師，以「台灣士林官邸再開發計畫」或「花蓮綠色走廊計畫」等專案，臺北科技大學蘇瑛敏所長以「鐵道藝術村以台灣的建設觀念」，分別以主題式的專案建設推銷台灣對環保之盡心與努力。台灣大學樑暉昌副教授，則以「世博會中的文化展示」；成大傅朝卿教授，則以「台灣建築保存運動中再再利用的策略與實踐」等為題發表專題演說，均獲大陸師生迴響。

陳明竺所長佈置赴蘇州、上海考察作業，則於 8 月 30 日上午學術研討時間總結交流。他強調，兩岸間以學術交流為基礎，建立低碳理念的城市與建築營造基礎觀念，並透過參訪大陸古色古香的蘇州林園風景，在文化保存的根基上，建立起低碳理念的城市，已引起兩岸建築界的關注，這是一個很好的開始，希望能夠一直舉辦類似之青年研習營，不但掀起兩岸合作的新風潮，更能帶動愛地球的建築新炫風。

漫談美術

後立體派畫風、技法的推演步驟



▲翁美娥 三位女人

現今藝術之亂象，有越演越烈的趨向，藝術到底要表現什麼？可說是藝術家們目前所急於追尋及探索的課題。而筆者一向認為由復古再創新不失為一個締造明日新藝術的最佳管道，實因這世界已無新鮮事可言了，一切新現象無一不是從舊有萬物蛻變而成的。

當然，藝術家的創作，不應只追隨前輩大師作品美麗的形式為大滿足而已，必需以新時代精神去面對所欲描繪的大自然一切事物；不僅要勇於表現自我，更要培養出視覺的靈敏、觀感度；因為唯有如此，藝術家親眼所目睹的自然萬物才可與其自我感知「合而為一」，進而獲得繪畫創作上的真正解放與自由。一片空白是畫面空間的開始，隸屬於二次元空間的畫面上，添加了繪畫語彙之後，便可突顯出物象空間的存在性，而心理學家們卻只習慣以「形體」(forme)來詮釋物象；以「情境」(ambiance)來營造出畫面的氛圍。就藝術家而言，這些論點還未具完整性，藝術家試圖描繪物象實體或再現情境時，會自動地納入時間的考量，畫面常以光影的晃動來變化時間；或用動態來標示時間的流逝。

哲學家康德 (KANT Emmanuel, 1724 ~ 1804) 曾對時間和空間下過定義，並解說人對時空的存在感是與生俱來的，並非後天的培養，且與經驗無關。當藝術家面對大小物象時，可直接地判斷出各個物象所佔用的「實體空間」(Espace tangible)，若再加上點、線、面的架構，空間印象就可視在空間中被營造造成「空間感」(Sensibilitè spatiale)。而「虛」、「實」相生相長所營造出的空間，若再注入以時間的元素，就能讓平面畫布發揮其特有的長處，使畫作達到純粹繪畫性的最終創作目標。

藝術家面對當今二十一世紀的世界藝壇和各自的社會生活百態，急欲掙脫創作的困境及突破創作的瓶頸，試著以新的形式和內容呈現出符合時代科技與人文思想的藝術。換言之，即是藝術家創作時，必須運用一種混合、動態的表現技法和足以表達「情境」的色彩，來描繪出自我的主觀影像，不只是一物象實體的翻版而已。

二十世紀崛起的「立體派」(Cubisme)，在繪畫創作上有極大的變革，堅持透視法是片面的、僵硬的，為了達到賽尚 (CEZANNE Paul, 1839 ~ 1906) 所倡導的「永恒性」狀態，不單捨棄了自然萬物的外在表相，更創造出「概念的寫實」(réalisme du concept) 之新繪畫理論。也就是說，畫面除了架構空間之外，應不忘尋求物象和情境的互動關係，讓物象得以在強力的壓縮之下，呈現出猶如矗立在觀賞者面前的「平面化」狀態。此外，大學和高中很不一樣之處就是校園中常常舉辦各式各樣的活動。這些活動的資訊可以在仇人坡旁的大海報牆或者是校內各館的公佈欄與學校網站上找到，轉著選擇幾個自己好奇或有興趣的活動參加，讓自己的生活更加的充實，如此一來，除了可以結交到許多新朋友外，也可以暫時忘掉惱人的不安，讓心裡更踏實喔！

當然，固定找時間回家也是很必要的，家人的支持與鼓勵對你來說一定是很重要的事，你也可以和他們分享一下你在學校的生活點滴，交流彼此的想法與意見，讓你更有能量的回到學校生活。希望這些能對你有幫助，希望小雨能趕快開始享受你的多采多姿的新生活，加油！

◀翁美娥 母與女

學生諮商中心【心理診所】

許凱翔 輔導老師

大學怎麼跟我想的不一樣?

老師您好：
我是一年級的新生小雨。這是我第一次離開家一個人北上求學，原先還因為能夠離開家裡，開始自己的獨立生活而雀躍不已，但現在才發現原來是這麼的孤單。一個人面對完全陌生的環境，一個認識的人都沒有。搬進宿舍的第一天，我就失眠了。可能是想家吧，以前父母總是在我身邊，有時還會覺得煩，但現在我才覺得他們能夠在我身邊真好。也可能是要適應一個陌生的環境，而感受到的不安或害怕吧。我不知道該怎麼辦，好想回家喔。

親愛的小雨：
從你的來信中，能感受到那種頓時失去依靠而徬徨不安的感覺。以前父母總是在身邊，似乎不管再困難的事情都會有辦法解決，就算沒辦法解決，也能夠有個依靠，知道自己不是孤單一人。有人陪伴的安心感，即使他們不必做什麼，也能讓你有足夠的力量面對所有事情。然而因為隻身北上求學，一下子失去最熟悉的依靠，那種感覺一定會很孤單也沒安全感。所以開始會失眠、做事總提不起勁，在這個過渡時期是很正常的，相信有不少人也和你有相同的感受。

我倒是覺得小雨你很勇敢，就算知道自己必須離開家在台北一個人生活，你還是選擇了讓自己能夠獨立成長的機會。就算覺得孤單想家，你也還是在這個校園裡堅持、勇敢的生活著。你已經展現出無與倫比的勇氣，你有發現嗎？當然偶爾會有些孤單和不安，但我相信你會因為你選擇了讓自己獨立，而得到更多的成長！

其實上大學對很多人來說都是一個全新的體驗：處在不熟悉的陌生環境裡，還要面對著新的老師、同學、以及不同的學習方式，這些改變讓人興奮、卻也同時讓人感到不安。以下有一些方式可能可以協助你快樂的展開你的新生活，提供你嘗試看看：首先，不曉得從開學到現在小雨有沒有逛過校園了呢？別忘了這裡可是台灣最「高」學府，位在台北市最風光明媚的陽明山呢！心情煩悶時可以在校園裡走走，親身體驗一下仇人坡的大風、情人坡令人驚艷的美景、藏書豐富的圖書館以及文化獨特的建築風格，順便熟悉校園環境。鳥牌旁也有公車到國家風景區喔！可以約同學、朋友一起到山上走走。

另外，你是否和室友展開過「第一類接觸」了呢？他們來自哪一個城市？就讀什麼科系？目前是不是和你一樣也正在努力的適應著環境呢？這些每天朝夕相處的室友常常可以成為我們排解寂寞的好伙伴；而多多參與班級活動和同學們聊天、聚餐聚會，更可以让你較快的熟悉將與你共度四年的伙伴。還有，直屬或家族的學長姊們一定都會很樂意提供你許多協助，多和他們聯繫，不管是選課、修課或者是校園環境、以及哪裡有好吃、好玩的都可以請教他們，相信他們都會是你很好的資源及軍師。

此外，大學和高中很不一樣之處就是校園中常常舉辦各式各樣的活動。這些活動的資訊可以在仇人坡旁的大海報牆或者是校內各館的公佈欄與學校網站上找到，轉著選擇幾個自己好奇或有興趣的活動參加，讓自己的生活更加的充實，如此一來，除了可以結交到許多新朋友外，也可以暫時忘掉惱人的不安，讓心裡更踏實喔！

當然，固定找時間回家也是很必要的，家人的支持與鼓勵對你來說一定是很重要的事，你也可以和他們分享一下你在學校的生活點滴，交流彼此的想法與意見，讓你更有能量的回到學校生活。希望這些能對你有幫助，希望小雨能趕快開始享受你的多采多姿的新生活，加油！

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：oufak.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)