



國術系 200 位同學以「龍騰歡慶 祥獅獻瑞慶 50」為題，為大會運動會掀起熱潮。



親善團迎校旗



舞蹈系與體育系同學表演



系所接力賽起跑 加油聲不斷



五十週年運動大會教職員趣味賽

【文／李文瑜】五十週年運動大會，今年推出教職員工趣味競賽均以五十為題，設計趣味競賽，包含滾輪時代巨輪、棒球九宮格及薪火相傳三種競賽，資訊中心全組分別拿下滾動時代巨輪冠軍與薪火相傳兩座大獎，而教育學院則拿下薪火相傳第一名與滾動時代巨輪的第三名。

滾動時代巨輪獲獎的單位，第一名為資訊中心、第二名學務處、第三名為教育學院；薪火相傳第一名為教育學院、第二名為資訊中心、第三名為圖書館。

在首長趣味競賽上，則推出棒球九宮格，以用力擲出棒球，打出精彩五十為題，敲響華岡精彩未來，今年獲得五十週年棒球九宮格前三名的分別是魏裕昌學務長、吳萬益校長與第三名總務處文書組蓋本安組長。



掌舵聖火傳遞五大標竿人物



【文／李文瑜】華岡五十，運動飛揚，薪火相傳五十年之體育精神。運動會今年特別邀請新聞界大老鄭貞銘教授以「掌舵者」角色，將體育聖火傳棒予不同世代，同為華岡人的五大標竿人物（由左至右），包含觀光系畢業活躍於演藝圈的黑人陳建州、法律系畢業，現職瑞士銀行台灣區財富管理執行長陳允懋、體育系畢業，現為美孚建設董事長彭誠浩、新聞系畢業，現任民視總經理陳剛信與現職體委會副主委錢薇娟。



滾動環保地球

頒獎



今年各項比賽獲獎的名單

精神總錦標

第一名 藝術學院
第二名 理學院
第三名 外語學院
優等獎
社會科學院、農學院、商學院

跳高 一般組男

第一名 舞蹈系 張睿帆
第二名 化學系 吳嘉豪
第三名 物理系 陳冠宇
第三名 景觀系 游敦理
第三名 舞蹈系 陳健偉
第六名 化學系 張宇玄

跳高 一般組女

第一名 舞蹈系 許斯閔
第二名 舞蹈系 謝曼玲
第三名 景觀系 邱瑞清
第四名 社福系 蘇欣雲
第五名 生應系 廖子慧
第六名 國劇 2 吳尚樺

2000 公尺大隊接力 一般組女

第一名 舞蹈系 第二名 景觀系
第三名 英文系 第四名 國樂系
第五名 森保系 第六名 大傳系

跳遠 一般組男

第一名 國貿系 鄭博文
第二名 應數 1A 劉智高
第三名 大氣系 李軍翰
第四名 資工系 林昀傑
第五名 園生系 邱聖文
第六名 舞蹈系 謝凱賢

跳遠 一般組女

第一名 景觀系 許靖瑜
第二名 景觀系 吳宜儒
第三名 舞蹈系 方怡惠
第四名 戲劇系 黃楚涵
第五名 中文系 張夢雲
第六名 大眾傳播系 楊昀慈

鉛球 一般組女

第一名 國劇系 2 張逸雯
第二名 舞蹈系 張政惠
第三名 戲劇系 黃楚涵
第四名 國劇 2 賴郁君
第五名 社福 1B 杜依凡
第六名 社福 1B 蘇欣雲

400 公尺接力 一般組男乙

第一名 舞蹈系
第二名 戲劇系
第三名 社福系
第四名 資管系 B 隊
第五名 資管系
第六名 景觀系 A 隊

400 公尺接力 一般組女乙

第一名 舞蹈系
第二名 戲劇系
第三名 國樂系
第四名 化學系 A 隊
第五名 化學系 B 隊
第六名 資管系

鉛球田賽擲部 一般組男

第一名 園生系 柯智翔
第二名 中國音樂學系 李傑毅
第三名 舞蹈系 林情
第四名 社福系 1A 王政皓
第五名 資工系 陳冠宇
第六名 資管系 潘成修

100M 計時決賽 一般組男

第一名 心輔系 庄志峰
第二名 資工系 林昀傑
第三名 資工系 2B 楊松軒
第四名 舞蹈系 張睿帆
第五名 國企系 鄭博文
第六名 資管系 1C 陳鼎嵐

100M 計時決賽 一般組女

第一名 戲劇系 黃楚涵
第二名 景觀系 吳宜儒
第三名 舞蹈系 李文心
第四名 中國音樂學系 陳佩蕓
第五名 中國戲劇系 2 張心慈
第六名 舞蹈系 林奕綺

200 公尺 一般組男乙

第一名 大氣系 李軍翰
第二名 日文系 張志峰
第三名 心輔系 庄志峰
第四名 資工系 魏裕峰
第五名 應數系 曾慶君
第六名 資工系 林孟儒

200M 計時決賽 一般組女

第一名 舞蹈系 許斯閔
第二名 舞蹈系 林嘉微
第三名 中文系 張夢雲
第四名 國貿 1B 游芷琳



文大校訊

CHINESE CULTURE UNIVERSITY INFORMATION ON CAMPUS 第 572 期 中華民國 101 年 3 月 26 日

發行人/張鏡湖 社長/吳萬益 顧問/陳虎生、施登山、郭瓊俐
主編/李文瑜 攝影/戴見安 美編/華岡印刷廠

華夏導報網址/http://epaper.pccu.edu.tw 電郵/editor@staff.pccu.edu.tw
地址/台北市陽明山華岡路 55 號 電話/(02) 28610511 轉 13602

中國文化大學 50 週年校慶

精彩五十 文化飛揚

重視五育並重 體育為創系之根本 50 年來致力體育教育提升 每年提撥千萬元優秀運動員獎學金



錢薇娟副主委與張鏡湖董事長相見歡

【文／李文瑜】華岡五十，運動飛揚，今年五十週年校慶運動會於 3 月 17 日移師至台北市立田徑場擴大舉辦，超過千名師生齊聚，樂活運動恭賀華岡五十年生日快樂。吳萬益校長說，五十週年運動會值此風和日麗好天氣，全校師生、同仁、校友、家長聚集在台北田徑場，共同見證文大 50 年的成長與茁壯，藉由參與創校五十週年運動大會，共同慶祝文大五十週生日快樂。吳校長強調，文大是一所重視學生體育教育的綜合大學，如張創辦人曉峯博士創校時即重視五育並重的教育理念，將體育、藝術、音樂列為創校的十一個系所之一，至今凡是體育系、所參與高教體育系所評鑑順利通過；體育室參與教育部 95 學年校務評鑑及 98 學年大學校院體育專案評鑑，分別榮獲特優與第一級的佳績。

吳校長說，張創辦人相當重視紮根的體育教育工作，回顧民國六十年代，台灣棒球勇奪世界少棒、青少棒及青棒三冠王得佳績，振奮民心，但球員却面臨失業、失學的困境，張創辦人在學校財務極度困難的情況



運動員宣誓五十週年運動會典禮開始

下，為國培養棒球運動人才的理念，於民國 65 年籌組文大棒球隊，提供選手全額獎助學金，數十年來培養國家棒球學術、教練及選手等人才無數，棒球隊歷年比賽成績極為輝煌，曾勇奪 1992 年巴塞隆納奧運銀牌、亞運及國際棒球比賽獎牌。

張董事長鏡湖博士延續張創辦人的教育理念，投注新台幣 23.6 億元建造具國際水準的多功能體育館，吳校長說，大孝體育館設計採大跨度、無障礙空間的綠建築觀念，啟用以來，已成為國內外各大學設計興建體育館參訪的重要標的，對推動大學運動競賽國際化，提升大學運動競賽品質，普及大學校園運動風氣，具有指標性的意義。

此外，文大更在張董事長的支持下，每年提供新台幣一千萬元優秀運動員獎助學金，培養田徑、體操、游泳、跆拳道、桌球、柔道、射箭、籃球、網球、武術等優秀選手，半個世紀以來代表國家勇奪奧運獎牌四面，包括立法委員黃志雄校友榮獲 2000 雪梨奧運跆拳道銀牌一面、2004 雅典奧運銅牌一面；體育系陳麗如校友榮獲 2004 雅典奧運射



吳校長說：藉由參與 50 周年校慶運動大會以實際行動營造健康樂活的校園

箭銅牌一面；體育系宋玉麒老師 2008 北京奧運跆拳道銅牌一面，以及各項世界錦標賽金牌十多面，亞運金牌數十面，世界大學運動會獎牌十多面。特別要提出來的是，本校男子網球隊於 2011 年世界大學運動會榮獲二面金牌，女子籃球隊也榮獲銀牌，這面銀牌被公認為最具有價值的獎牌之一，而本校女籃隊總教練馬樹秀教授也榮獲行政院體委會年度特優教練獎。

吳校長說，文大創校之初披荊斬棘、筚路藍縷、慘澹經營，張創辦人其昶博士在面臨學校財務極端艱困的情況下，仍堅持辦學理念，培養國家優秀人才，期盼藉由參與五十週年校慶運動大會的各項活動，要以實際行動營造健康樂活的校園，促進全體教職員工及學生的健康。我們也要共同攜手，繼續深耕文化，提升學術地位，在創校 60 週年時達成進入世界知名大學的目標。



彭誠浩學長獲特殊貢獻獎

【文／李文瑜】文大校友總會名譽理事長彭誠浩學長榮獲張董事長親領的「特殊貢獻獎」殊榮，並傳承聖火給體育系學弟妹，以實際行動展現愛華岡的心。彭誠浩學長說，「只要對母校好的事，我就盡量幫忙，這是責任，也是熱愛母校的實際表現」。

吳萬益校長說，彭誠浩學長畢業於本校，曾任校友總會會長，現任該會榮譽理事長。多年來為獎掖後學、捐款鼓勵、奉獻母校、不遺餘力；且又長期與本校建教合作，培植美孚文化巨人棒球隊，於國內外獲獎無數，大力提升本校校譽。彭學長愛校為校，精神不輟，對母校發展，貢獻卓著。今值本校建校五十週年，特頒此狀，以資表揚，並致謝忱。

2400 名學生大會操 青春熱舞慶華岡五十



運動會表演熱情青春，一開始即由全校大學部一年級學生超過 2,400 位同學一起「舞動青春賀五十」，展現青春熱情



那些年，我在文化的日子

口述：許添財（1970年入學，經濟系，經濟研究所）

創辦人邀請返校服務 26歲掌管實習銀行

記錄：郭瓊俐

編者按

今年是中國文化大學創校五十週年，從五十年前陽明山的一片橘子園，草路藍縷，在全體師生努力下，有了今天文大耀眼的辦學成果。我們特地訪談華岡早期的校友與前校長，暢談早年創校的艱辛，校園念書的情形，與對學校的情感。透過這些敘述，讓我們感受到身為文化的一份子，大家一同攜手開創華岡下一個五十盛年。

我當年是以最後一個志願考進文化大學，因為思想有問題，我不念中國歷史、地理，在拒念這兩科的情形下考進文大，但進來後，念書對我一點都不困難，因為英文數學好，念經濟學就容易。我住學校宿舍，長年訂經濟日報，每天剪報、看社論，從看不懂到看得懂社論，到可以評論社論，每一篇社論的立場有沒有扭曲，有沒有色彩，我都可以用理論評析出來。

我在文大待了六年，經濟系畢業後升經濟研究所，因為大學和研究所時代都得到華岡青年，獲得創辦人注意，1977年我發表一篇有關景氣調查研究的論文，發表完不久就入伍當兵，那篇論文獲得國際學術界注意，邀請我去慕尼黑參加研討會，我是國家第一個預備軍官，能獲得多謀總長特准出國開會的人。

因為沒有錢出國開研討會，我回學校找創辦人（那時我一面當兵，一面還是趁休假常回學校指導學弟妹與進行自己的論文研究），創辦人就把批准了，當時他可能已經在暗算我，對我說：你要回學校服務喔。

所以我一退伍，就回學校要當講師，但創辦人又對我說：「阿貓阿狗都可以教書，現在很多教授沒有錢可以過日子，你來管財務。」我心想：怎麼可能？一、我沒有這個背景，二、我家裡沒有這樣的能力，三、我沒有經驗。那時文大已負債超過11億，每天週轉的票五、六百萬，是以償養債、舉債度日，誰敢去接那個位置，很多人對我說：「你不要中計，你不要去跳火坑。」於是她婉拒。

但我一拒絕，學校說好要給我的講師聘書，遲遲沒有下來，等了兩週，眼看都要開學了，創辦人明白告訴我：「你不管財務，不可能讓你教書。」我只好說，我先學習，先讓我當副總經理。過了一週，創辦人就来問我：「怎麼樣，都學好了吧，都熟悉了吧，可以當總經理了吧。」我說：「再等一等。」

過了兩、三週，我自己去告訴創辦人，我要接總經理。因為我發現學校財務太亂了，有人在掏空，一張條子就可以將錢領出去，說難聽一點，就是裡面有一群錢蟲，如果總經理不好

好主持的話，大家馬上就沒有薪水。那時創辦人介紹尤清給我，說他是我們的傑出校友，剛拿到德國海德堡大學法學博士，又是律師，可以幫我。

於是我接下總經理的第一份工作，就是打官司，要把錢蟲揪出來，阻止他們繼續內神通外鬼，掏空學校。那時我一直跑法院，跑到後來，檢查官來拜託我說，這些人很壞，他們都知道，但他實在沒辦法，因為會計的事那麼複雜，請我們改為自訴。沒辦法，我們改為自訴，直接自己上場。

我的目標分兩大部分，一是止漏，一是改革。經過一段時間後，那些人被判刑的判刑、判賠錢的判賠錢，把錢蟲剷掉。止漏的目標達成。另一方面，學校欠人家錢，那些人一天到晚來要錢，還有債主派刺龍刺鳳的黑道來討債，當時才26歲的我，內心害怕，表面卻故作鎮定狀。我問那些刺龍刺鳳的人：「學校有欠你們錢嗎？」他們說：「是欠我們老闆的錢，老闆在外面等。」我說：「學校欠你們老闆的錢，那就讓我跟你們老闆好好談，才能拿到錢；你如果怕你們老闆拿到錢跑掉，就到外面等，等我和你們老闆協商好何時還錢，我會告訴你，這樣才不會讓老闆拿到錢跑掉，你們反而拿不到錢。」那些刺龍刺鳳的人聽了，一下就站在我這邊，於是我們才能開始談判。

我也找銀行談判，要求他們降低利息，那時學校的信用不好，說收了學費要還錢也沒有如期還，所以銀行看不起學校，我就跟銀行講，學校有那麼多學生，不可能會跑掉，你們為什麼對學校這麼不尊重？銀行說，因為你們不守信用啊。我說，我會守信用啊，現在讓我們重新開始，以後該給的錢我一定會給，請銀行也要尊重學校。後來銀行看學校的確有守信用，就開始願意降利息，我再拿這家銀行降利息的事，去跟其他銀行談判，其他銀行也開始降利息，最後每個銀行都就相降低文大的利息。

接著我再拿銀行已降低文大利息的事，去跟民間談，要求也降低利息，有些人不滿我要把利息降低，也不相信實習銀行有錢，為了報



復，要將錢全部領走，我跟實習銀行的辦事員說，把錢全部給他，辦事員很緊張的說：「不行啊，錢給他，明天我們就沒有錢了，怎麼營業？」我安慰她，沒關係，明天再想辦法。第二天如履薄冰，還是要表面鎮定，如期上班，也有心理準備，如果一跳票，我就身敗名裂，就要坐牢了。辦事員說：「報告總經理，糟糕，銀行今天都沒有錢，怎麼辦？」我說：「放心，不然我可從南部調錢來，我們不要再高利貸去借。」我南部哪裡調到錢？其實都是謊話，我一生沒有說過謊，但為了救文化大學的財務，我天天在說謊，明明學校已沒有錢，硬說有錢；有問題，硬說沒問題，親戚朋友的錢早就被我借光了，還跟辦事員說我後盾很大，南部有很多金主，其實都是用騙的。

也有人要借錢給學校時，跟我說：「你真的相信學校不會倒嗎？那你幫我背書。」學校借款，我又沒有用到，我背書以後法律要找我清算，那時有票據法，在支票上背書，一旦跳票就要坐牢，但不背書就借不到錢，我只好背了，這樣一背書，利息果真就降了，錢就來了，那我想，反正背一張也是票據法，背兩張也是票據法，只要人家要我背書，我就背了，對我而言，就是只許成功不許失敗。

經過這樣的努力，學校本來要支付的利息高達百分之廿幾，後來降到百分之十幾，利息支出大幅度降低。經過3年的努力，學校的財務逐漸穩定下來了。以前學校的員工常拿不到薪水，我一上任就要求如期發薪，要建立信用，後來幾乎每學期都還調高薪水，學校的薪資都比其他私立學校要高了。

加拿大實習度假計劃

你已經拿到加拿大打工度假簽證了，卻不知道如何找工作？

專為台灣青年學子設計的體驗加拿大計畫！從接機到市區導覽，讓你快速認識加拿大！協助你快速找到工作、與雇主面試，讓你能充實運用一年的簽證時間！協助申請保險、住宿安排，讓你就算在異鄉也不必擔心生活需求！提供求職履歷之撰寫輔導與24小時當地緊急支援與協助！

如對於海外學習方案有興趣者，每周六都有免費講座，請洽詢：中國文化大學推廣教育部國際發展中心—海外組(TEL) 02-2700-5858 ext.8581-8586 (EMAIL) cylee@sce.pccu.edu.tw

網址: http://studyabroad.sce.pccu.edu.tw/

校友明星演唱會 運動會拼人氣

任賢齊 陳建州 秦偉 潘裕文 魏如昀 齊聚祝賀華岡五十

【文／李佳如】華岡五十年校慶，走過半個世紀的故事，永遠的家、永遠的華岡。文大50周年校慶運動會，今年特別選擇在台北田徑場盛大舉行，華岡師生、歷年校友、學長學姊學弟學妹們齊聚一條心，展現永遠的華岡人的凝聚力。今年運動會熱鬧強滾，尤以校友明星演唱會掀起同學們的尖叫歡呼聲，包含兩岸天王歌手任賢齊、演藝圈華岡藝人，如陳建州、秦偉、潘裕文、魏如昀等齊聚歡渡華岡五十歲生日快樂。

體委會副主委錢薇娟傳承聖火

開幕式時，文大體育系畢業校友陳建州〈黑人〉以及現任體委會副主委錢薇娟等校友們，帶領著華岡承先啓後的聖火，傳承給文化學弟妹們，透過校友們與華岡同學間傳遞聖火，傳遞感情、力量，剎那間都是有著相同的信念。

華岡的風、華岡的雨，長存心中。體育系畢業的學姐錢薇娟說，『當年還是學生時，總是一心想著離開學校、快點畢業。直到畢業後，才總是會不斷地回憶起當年還是學生的自己、沐浴在陽明風雨中的自己，想辦法與學校扯上關係，憶起當年的年少青春。』鼓勵在場學弟妹，把握學習的時光、在文化的學習生活，享受青春以及文化大學所提供的一切！

錢薇娟也提到，身為體育系畢業的學生，心裡最開心的事情，就是看到矗立在陽明山後山的雄偉大樓—大孝館。大孝館內設備新穎，陳設各式體育器材提供學弟妹使用，還有相關的體育訓練用品，都是專屬於運動的空間！錢薇娟說，『當年體育系根本沒有一個專門打造給體育系訓練、活動的場所。記得當年的同學們，都是在迎著風、迎著雨的山中奔跑著，鍛鍊身體。現在學弟妹們都可以使用最新的器材，在各種專門教室中作個別練習，這都是以前沒有的！也希望文化學弟妹們可以好好珍惜、善加利用。』

無雙女子樂團才貌兼具

此外，運動會特別安排一場小型的明星校友演唱會，由文大國樂系教授劉學軒帶領的無雙女子樂團，為華岡五十獻上精彩的國樂視聽享受，一身短裙、長靴勁辣的樂團，掀起明星校友演唱會的熱潮，現場表演揚琴、笛子、小阮等樂器，一曲曲熱情，讓現場師生感受華岡學生的才貌兼具的好實力。



魏如昀，也以ROCKER的熱情、嘶吼，讓音樂穿透天空的雲朵，讓熱力渲染給現場每一個學弟妹、每一個華岡人。

任賢齊從香港飛回台灣祝母校生日快樂

著著滿頭白髮、戴著黑色膠框眼鏡，身穿文化五十周年T-shirt的天王歌手任賢齊，也特別從香港飛回台灣，回到母校文化大學，以體育系傑出校友的身份一起共襄盛會，現場以一曲新歌〈對折〉的歌詞，『我把我對摺，輕輕把你也對摺，今生是你借我的，來生是我答應你的』隱喻，為走過50年、半個世紀的文化大學慶祝！希望透過歌詞，讓學弟妹們、在場華岡人一起把華岡50年的記憶，以及從學長姐到學弟妹的情誼、緣分，一起對折放入口袋、放進心中，永遠記得華岡的美好！

潘裕文搭起鯨魚哥 詮釋華岡的記憶

星光幫王子—景觀系學長潘裕文搭配活躍於綜藝節目的體育系鯨魚哥以一搭一唱的表演方式，詮釋華岡的記憶。潘裕文說，當年印象最深刻的是在大典館，位於環境設計學院建築設計，當時，晚上上課業，不小心按到一樓，出去都是黑漆漆的，按錯樓層，也找不到出口的窘境令自己印象深刻。

潘裕文強調，謝謝當年的景觀系系主任，也是現在環設院長楊重信的邀請，使自己有機會在這邊與學弟妹憶起共慶文大50周年校慶！潘裕文現場一連帶來三首歌曲，為文大慶生，先是以自己的作品〈捕夢人〉鼓勵文化學弟妹追尋夢想、以勇氣克服一切，捕夢自己的願望。最後又以〈憨人〉一曲送給在場觀眾，邀請觀眾一起大合唱，一起追夢、找到自己的路，一起揮灑青春，一起找到屬於自己的美麗人生！

秦偉 角色扮演祝華岡生日快樂

資深藝人，以華視歌唱訓練班第一名畢業、中廣新聞網《隔岸觀火》主持人，永不放棄，獲得金鐘獎肯定，遇火飛翔、越飛越廣的文化新聞系學長—秦偉也特別以超有個人特色的方式，恭賀文化大學50周年校慶。秦偉說，自己很想念文大，現場也應學弟妹的邀請，來場鬼故事笑話秀，讓文大的回憶更顯深刻與懷念。

秦偉緊接著以「多重角色扮演」為文大恭賀校慶，藉著模仿政治人物蘇貞昌，鼓勵學弟妹勇敢衝！衝！衝！接著帶來「花飛飛」表演為現場帶來一段特別的演出！秦偉還以喜砲送向現場各位觀眾，以奔放的紙花為校友明星演唱會畫下美麗的句點，祝賀「文化大學五十周年—生日快樂」！



境外樂團一曲半個世紀的故事 走紅華岡

今年剛剛成軍，馬上就為五十週年影片「半個世紀的故事」譜曲的境外樂團〈Overseas Jazz〉，中西融合的音樂譜曲，搭配華岡名人的故事，馬上在網路爆紅，目前youtube點閱率破十萬。境外樂團成員為文大音樂系、國樂系學生組成，為輕鬆爵士加上悠揚國樂的結合，現場即興演奏「半個世紀的故事」，掌聲不斷！

而今年擔任半個世紀故事的演唱人，為廣告系學姐



學生諮商中心【心理診所】

專欄作者：陳怡君 輔導老師

見面，好嗎？！

兩個月前在網路上認識了一個還蠻聊的來的男生，之前都滿期待能在線上與他聊天，反正在生活中也不會遇到他，所以可以很安心的跟他抱怨我的生活，但這兩個星期每次在線上相遇，他總會提及「希望從網路朋友變成現實朋友」，不斷的見面邀約讓我不知道該如何是好，我該不該答應他的邀請跟他見面呢？

By 猶豫的小咪

親愛的小咪：

面對生活中的壓力，妳試著找一些方法幫助自己好過些，網路成為妳宣洩的場所，原本以為在網路上找到一個可以安全傾訴的對象，但對方邀約的動作讓妳有些困擾，似乎不希望失去這個朋友，但又有些擔心見面是否恰當，這樣的處境讓妳卡在中間進退不得，內心掙扎著！

面對妳的疑問，我先要讚美妳的勇於來信，願意在解決自己的困惑時，可以從不同的管道來收集資料再下判斷，首先，也許可以先問問自己，自己希望擁有一段怎樣的關係？希望與他維持網路上的談心，或是希望能有更多的認識，小咪妳自己是怎麼看待這段關係的呢？其次，願意與他分享那麼多生活點滴，除了因為他不在妳的生活圈，是否還有想到什麼因素讓自己能信任他？也許小咪以前有著一些不愉快的經驗，對於週遭的人有些防備，無法傾訴自己的心事，網路提供妳一個很安全的場域，能抒發自己的心情，認識網友並非壞事，但也要小心自身的安全，避免讓自己陷入危險。

以下有幾個建議，也許妳可以作為參考：

一、溝通是良藥：人與人之間的相處是雙向的溝通，每個人都值得被好好對待，妳也值得被尊重的對待，也許妳可以將自己的想法提出來與對方討論，讓對方知道妳的擔心與擔憂是什麼，以及妳的立場是什麼，也了解對方是什麼原因那麼希望與妳見面。

二、循序漸進一步一步來：關係的建立是需要時間的，從網路的文字開始，到語音的通話，多花點時間了解對方，可以的話，也讓家人或朋友了解自己的交友狀況，試著傾聽他們的建議，讓自己擁有更多的選擇。

如果決定見面，請試試與對方保持安全距離，避免對方有機會藉機碰觸妳的身體。或是可以邀請妳信任的朋友陪同也許比單獨與網友見面更安全，另外，如果見面先跟朋友或家人告知要去見網友的地點和時間，並隨時保持聯絡，讓大家都知道妳在哪裡也是避免危險發生的選擇，最後，建議妳也許可以嘗試避免約在夜晚或隱密場所，例如：山上、KTV、賓館、雙方住家、MTV、鄉間小路或巷子、停車場、治安死角的地方等等。這些小提醒可以保護妳的安全，也是對自己的一份保障喔。

謝謝妳願意寫這封信來，讓老師有機會了解妳的煩惱，從妳的信中，似乎也感受到生活讓妳有許多的壓力，需要有一個出口，或許在這樣的狀況下，會想要有人陪著妳一起面對困難，釐清內心混亂的聲音，也歡迎妳來諮商中心找老師談談，讓我們有機會分享妳的心情。加油，祝福妳！

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：cufak.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)