



面對挑戰 以創新扭轉逆境

文／陳依萱整理

通識與核心課程中心日前在V101舉辦「面對逆境與挑戰應有的正面思考模式」講座，由2009高雄市運轉播專業管理顧問邱鴻祥主講，藉由講者自身的經歷闡述逆境時應有的態度與解決方法，詳實精闢。特摘錄其內容，以饗讀者。

人生無常，然而人逢逆境如何創新、改變？最要緊的是要掌握下列幾個步驟。首先，想辦法看見事情的光明面，認清任何逆境都有可能改變。第二，在逆境中找到自己擅長的部分，別放過任何展現的機會。第三，儲備專業能力。第四，站在別的立場想想，逆境為什麼發生？最後，別讓自己再次陷入逆境。

進入職場之後，你會發現「人情」很重要。中國人說「話到嘴邊留三分」，就是一種人情的營造。但人情畢竟是被動的，重點還是「能力」的培養。「能力」指的並非專業，專業只是進入職場的敲門磚，進入職場後做重大決定的因素多半非因「專業」，有時政治與人情等因素更容易凌駕「專業」。

真正需下功夫培育的「能力」，是以下三點，一、溝通與表達的能力。無論上司或客戶，都不希望聽到冗長而無條理的報告，良好的語言能力能讓你輕鬆應對大眾，也讓別人與你的相處變得容易。二、文字敘述的能力。職場上必定會碰到寫簡報或企劃，簡明扼要的陳述是必備的才能。最後一點是應對進退的能力。這是最難也最重要的能力，是「人情」營造不可或缺的推手。當你與上司或同事想法相異時，適當的應對進退不但避免衝突，又能堅持立場。

「能力」是進入職場的基石，但再有能力的人都會遇到逆境。當逆境襲來時，千萬別急著自暴自棄，而要自立自強。準備一張紙，將所遭遇的困難寫在正中央，並分析形成困境的人、事、時、地、物等因素，這個方法稱之為「心智圖法」。透過這個方法整理出重點，從

水平的延伸思考，擴散到垂直的深度思考，找出因果，記住「重要的不是做對的決策，而是把決策後的事做對。」秉持這樣的精神做事，逆境便不那麼可怕。

遭遇逆境最重要的是想辦法解決，這方法通常是「創新」，也就是「找出逆境產生的根源，並發明新方法解決問題」。「創新」的定義是「發揮專長並延伸擴充，把知識活用到應用的領域。」但對於新點子，必須有紀律和堅持，很多人常犯以下錯誤，一、不清楚創新的目標。二、時機不成熟，和社會現實需求不一致。三、誤把「創新」和「新奇」混為一談。總而言之，創新是一種必須突破、超越現實約束的感性思考，但又須衡量現實資源與可能性的理性動作。

現代管理學之父，彼得·杜拉克曾說，下列七種機會是引發創新的動機，「遭遇出乎意料的事件」、「與現實有無法協調的矛盾」、「遇上流程中的難處」。以上三點為引發創新的內在因素。另外，「產業和市場的變遷」、「人口變遷」、「社會概念的變化」、「新知識的衝擊」等則屬於外在因素。這七個機會也是人遭遇逆境的原因，掌握住之後，試著以創新來突破與扭轉逆境。創新點子時，要遵從下列五大原則：「從社會環境分析開始」、「創新是突破現實思考的感性概念」、「想新點子時必須簡單而專一」、「注意不起眼處，有效的創新都是從不起眼處著手」、「必須是觀察經濟與社會的結果」。從這五點著手思考，會產生意想不到的成效，並開拓出前所未有的新局面。

逆境來時要以創新抵抗，但也因為新，所以不確定因素高。但以另一個觀點來看，不確定因素越高，就越有創新的可能，不要規避逆境，而是以創新迎戰。不要怕風險，有機會就嘗試。年輕就是本錢，將那些從逆境學來的經驗玩成一個「局」，便能從中不斷成長。

勵志繪本 - 公主病

圖、文／謝慶萱

我有公主病，所以就差跟倒壓傷了。
過去式 也不被疼痛打敗



反而更加振作，優雅地笑著面對！

六月徵文

畢業心情大聲公

枝頭上，鳳凰花將開！準畢業生們快踏出校門的心情是什麼？是雀躍、欣喜，是害怕、恐懼，還是迫不及待？你已經準備好迎接未來的挑戰了嗎？把你的心情大聲說出來吧！歡迎踴躍上網投稿（http://tkutimes.tku.edu.tw）即日起至5月25日截止，文長約500字。來稿必須是從未曾發表過，並請勿重複投稿。（本刊保留刪修權）

圖書館偏執狂

文／吳致琴 圖／凌綺

自從她搬到這間屋子後，她看書的習慣就改變了。狹小的房間容不下太多的藏書，淡水潮溼的空氣也讓她擔心書們會因此受了委屈，再加上她買書的經費往往小於她對書的需求，於是她開始大量地向學校的圖書館借書。

圖書館借來的書，不同於從書肆購入的新書，書頁裡散著新紙張與印刷的氣味，反倒有一種隸屬於圖書館的潮氣，淡淡的古舊味，為它覆上一層歷史的光澤。她時常一邊翻看著書，一邊藉由書中的內容和期限卡上的日期，猜想著有多少人看過這本書，在她之前是什麼樣的人借了這本書。

那些不知名的人們，曾讀過她此刻正在讀的句子，書的一部分因此留在他們的腦海中，他們的一部分也隨著借閱和翻書的動作而留在書裡。手指的紋路、夏天時手上的汗漬、不經意掉在書頁裡的髮絲，也許還有偶然落下的一滴淚。

她享受著這種除了書籍內容以外的樂趣。總是蓋在第八頁的圓形藏書章、封底的條碼，都成了她閱讀時不可錯過的風景。若是書上有人畫了線或加上眉批，甚至還留下一小張可能會經用來當作書籤的便條，她便有如情治人員般，揣測著過去其他借閱者的心態和思緒，並試圖藉由筆跡去拼湊出筆跡主人的性別及個性。有時畫了線的地方正好也是寫到她心坎上的，便暗自竊喜著英雄所見略同，也彷彿覺得了知音似的。

有一回她在一本關於哲學的書裡，看見了用紅筆寫下的凌亂字跡，句句都是厭世的字眼與對生命的困惑。她很想在大大的驚嘆號與問號旁，給紅色筆跡一些回應，可是她笑了笑便斷了這個念頭，告訴自己這樣是無濟於事，說服自己是因為不想破壞公物而作罷。但其實她心裡知道，那更是因為她自覺根本沒有能力，去鼓勵一個無以自解的靈魂。

這些殘留在書頁裡的記憶，糾纏著各種閱讀時的心念，無聲地蠕動在書的底層。有時它長時間地在那裡茫然地冬眠著，好久不曾移動一步。有

時它卻像是突然間醒來了似地，轉瞬間就鑽透到另一個生命的盡處去，成為另一個記憶裡的記憶。各種生命各種記憶就在一種隱晦又詭詭的網路中，交織成紙下兀自轉動的漩渦。

她也覺得這種漩渦就像容格所提出的「影子」概念，那些不為社會或是自己所允許的人格特質被打壓為影子，而那些影子又在閱讀時匯流到漩渦裡了。她不曉得這樣的漩渦什麼時候會停止旋轉，或者哪一天它轉得太急了，不小心溢出了書，不知道會不會幻化為人形？但她在想著這些的同時，卻是不斷地在助長著漩渦，將自己的一部分遺留在漩渦裡。她不停的想著漩渦不停的轉著，她也不斷在遺失著自己，只是她不自知。

漸漸地她還發現，圖書館借來的書，閱讀的效率總是比較高。自己買的因為已經擁有了，沒有借閱期限的壓力，感覺也不急在一時，在她書單的排序就不斷往後挪，挪到書的上緣積起了薄薄的灰，她想將它拭淨時，才意識到自己的偏私。也許真應了袁枚〈黃生借書說〉裡的那句——書非借不能讀也。

再過一些時日，她連把圖書館的書往房裡搬也嫌重了，索性就開始在館裡據地為王。

除了期中、期末前的異常擁擠外，一長條的桌面往往可以獨占，再用書本、筆袋、水杯等築起她的宮殿，在字句的迴廊裡婉蜒著長長的思緒。此時她的腦子是亢奮的，想著尼采、傅柯或海德格，想著他們靈魂內部的事物，在病態、絢麗與玄奧的隱喻裡，從事於形而上的尋求和解決。她活在文字與感嘆交錯的空間裡，覺得能真正給予她慰藉的，也許也不過是從這些靈魂身上，看到了自己心靈中的今日之愁罷了。

當她倦了的時候，便倚在窗旁，傾聽窗下的世界，傾聽人世的喧嘩，或者就在那一排排書架前隨性地巡遊。她想像自己正穿梭在卡爾維諾式的立體迷宮裡，嗅著混合了陰涼與舊書寂寞的氣味，走道的光束照出紙張已經乾黃薄脆的書籍上，疲倦堆積的塵埃粒子。

看著書們一本本的陳列在架上，躡身為知識的一部分，既不顯著說過往，也不招搖未來，只是沉靜地，直立或傾斜。她便在腦中亂七八糟地想著，哪一天她突然變成了架上的一本書，身上貼著索書號，有如舞會中沉默的女子，無限期的等待著優雅的讀者前來邀舞。

她還想起村上春樹《世界末日與冷酷異境》裡，那圖書館中咬下人們夢境的「獸」的頭骨。不知道迷宮的下一個轉彎處，會不會也有一個長眠著無數白色獸頭骨房間，書中的主角正在房間裡，專心地進行著「夢讀」的工作，組成迷宮裡一幅魅惑的景象。此時夜色於默然中從窗戶裡滲透進來，親吻在一本本立不動的書上，彷彿恢復到宇宙最原始的無聲裡。這樣的時刻令她迷醉，世界太喧囂了，她需要返回靜觀自得的原鄉。但也許是太沉靜了，靜得生涼，有一天她突然惶恐了起來。長桌上的每一樣東西，書籍、日記、思想、水杯裡冷掉的水，都透露出她孤零的境況、存在的困頓，以及那一個至死都在壓迫著她的，人活著的意義到底在哪裡的問題。她引以為傲的宮殿，在她眼中轉而成了禁錮她的冷宮，一如她總喜歡用拗格的神情，築起冰冷的牆來掩飾寂寞。

周圍的書本環伺著她，似乎還耳語著她的窘況，她慌亂了，不曉得到底是她讀了書，抑或書早已讀透了她。她想起自己曾經偏執的覺得書本是她生命的初稿，從書架上拿了什麼書，讀了什麼書，她就成了什麼樣的人，有了什麼樣的性格。只是她忘記了，生命稿紙上的一方綠格，可以填上的其實不只是書。

（編者按：限於篇幅無法刊載全文，全文請詳見淡江時報網頁http://tkutimes.tku.edu.tw。）



全民英檢秘笈

郭岱宗（英文系副教授）

一、請使用正確文法，翻譯以下句子：

- 昨天你來的時候，我正在做功課。
過去式 過去進行式
- 我不知道你幾歲。
間接問句
- 我猜不到你結婚了沒。
間接問句
- 如果我唱的話，我就會唱給你聽。
現在假設（用過去式） 現在假設（用過去式）
- 昨天如果我看到你的話，我就會安慰你了。
過去假設（用過去式完成） 過去假設（用過去式完成）
- 剛才給你花的男孩子是誰？
從屬子句 主要子句
- 現在正在向你揮手的 那個人是一位好老師。
從屬子句 主要子句
- 如果我是你的孩子，我就慘囉！
現在假設（用過去式） 現在假設（用過去式）
- 我這三年來 認識了不少人。
時間（放句尾） 現在完成
- 我從1990到1998之間，都住在台中。
時間（放句尾） 過去完成

二、答案：

- I was doing homework when you came yesterday.
- I don't know how old you are.
- I can't guess if you are married.
- If I could sing, I would sing for you.
- If I had seen you yesterday, I would have comforted you.
- Who was the boy that gave you the flowers?
主要子句 從屬子句（形容主詞the boy）
- The one who is waving at you is a good teacher.
從屬子句（形容主詞the one）
- I would be miserable if I were your child.
- I have known quite a few people in the past three years.
到「現在」 從「過去」
- I had lived in Taichung from 1990 to 1998.
從「過去」到「過去」

人物 短波

詩魔洛夫發表詩歌作品全集

素有「詩魔」之稱，影響台灣現代詩走向的重量級詩人，本校英文系系友洛夫，日前集結作品出版《洛夫詩歌全集》典藏版，4月10日在台北「鶴山21世紀國際論壇」舉辦新書發表會，暨「洛夫創作六十週年慶」。洛夫表示，能出版詩歌全集，心中滿懷感慨、感動及感謝。他說：「詩人要建立堅強有力的精神堡壘，對抗幾乎荒蕪的文化，詩歌來自生活，但更要從中提煉，詩人不僅只是書寫，更背負了使命感。」（謝如婷）

游勝富畫雪糕人似顏繪受好評

財金三游勝富自今年2月起在紅樓創意市集，以「雪糕人」為主題及「似顏繪」的方式幫顧客畫Q版畫像，廣受好評，不少人拿照片來求畫，當作生日禮物送人。他表示，「雪糕人」的出現是因炎熱夏天中，令人想起消暑的「雪糕」，而開啟源源不絕的靈感。目前致力於考取街頭藝人證照，游勝富憧憬未來能自己當老闆，他說：「希望任何人看了都能淺淺一笑，這就是雪糕人誕生的目的。」並以：「融入生活，多一點想法，不要怕出醜，有勇氣才有創意！」與大家共勉。（黃佳惠）

蔡武諺創作曲奪音樂祭人氣王

資傳三蔡武諺，平時致力於音樂創作，現為無名小站的「原創音樂人」，並與幾位同好組成「海鮮套餐」樂團。日前「海鮮套餐」參加無名及品客共同舉辦之「品客搖滾音樂祭」，以創作曲〈搖滾品客〉拿下票選活動「最佳人氣王」，並於墾丁春浪現場播放。蔡武諺熱衷於詞曲創作，作品除了在網路上發表，部分唱片行也上架發售他們的創作EP。蔡武諺把對音樂的狂熱轉化為動人的歌曲，（張靜怡）希望更多人支持他們的音樂，與他們一起揮灑對音樂的熱情。（林嫻亭）

陳思堯撰稿向大陸介紹人文的台北

大傳四陳思堯日前受邀撰稿，以人文的角度寫下她眼中的台北，收錄於北京《中國校園導刊》，以青年角度看城市的系列專欄中。陳思堯過去參加「海峽兩岸大學生交流新聞營」，結識一些傳播界相關人士，因而促成這次機會。她期許這篇文章能讓近期往來頻繁的對岸朋友，以不同於觀光旅遊的宣傳文字，認識不一樣的台北。（蔡瑞怡）

黃彥智奪金盃盃撞球冠軍

經濟二黃彥智日前參加經濟系舉辦的「金盃盃」撞球比賽，經過一番激戰，終於摘下冠軍，並獲得獎金1500元。黃彥智熱愛撞球，是本校的撞球校隊隊員，已經連續參加四屆金盃盃比賽。剛開始因失誤落入失敗區，但重新調整後仍以敗部復活之姿勇奪冠軍寶座。他謙虛表示，參賽對手實力都很不錯，我打得很辛苦，能夠得到冠軍真的很開心。（張靜怡）

編者按：本報開放教職員工來函反映意見；另與學生會合作，學生若有任何疑問可向學生會表達，學生會將轉交課外組，並由相關單位提供解決方案與解答，本報亦將刊登相關諮詢，促進學校和學生之間溝通。

焦點人物 一步一腳印苦學 帶動中小學技能傳承

徐湘婷蟬聯三年平衡木冠軍 立志發揚體操



▲保險三徐湘婷熱愛體操，雖然沒有教練指導，仍不斷自我揚厲、精進，連續三年蟬聯全國大專校院運動會體操競賽平衡木冠軍。（圖／劉瀚之）

【記者陳若均專訪】傍晚5時40分，大部分同學才正成群結隊約吃晚餐，一位身材嬌小、身手矯健的女生，則趁其他社團來練習之前，正緊張時間使用體育館B1的場地練習體操，她就是連續三年蟬聯全國大專校院運動會，體操競賽平衡木冠軍的保險三徐湘婷。

高一才開始接觸體操的徐湘婷，因為被一張海報吸引而加入體操社，她回憶起當時，陶醉地說：「海報上那個體操選手的身體線條，好美！我永遠也忘不了。」當時的她完全沒有體操經驗，一週2次，不斷進行壓筋、肌耐力等嚴格且辛苦的訓練，不少人因為受不了壓力而哭泣甚至退社，但徐湘婷不但沒有打退堂鼓，反而更加深對體操的喜愛。她說：「也許因為我有芭蕾舞基礎，所以柔軟度不差，加上國中時期是田徑隊選手，參加過1萬公尺馬拉松、鐵人2項等活動，因此對於相關體能訓練能很快上手。」高一、二就開始參加校外比賽，都有不錯的成績，也因此更增強徐湘婷對體操的信心，優異的表现在當時便已顯露無遺，她害羞地說：「教練總是開玩笑說我是天才！」

紅白相間的韻律衣，搭配胸前點點閃亮水鑽，襯托出律動中美麗的線條，瞬間旋轉、跳躍，每個動作都是力與美的展現，即便是一根手指頭都不馬虎，這些都是徐湘婷一步一腳印努力得來的成果。不同於一般體保生的先天優勢，上大學後，徐湘婷雖然加入體操社，但是當時體操

社成員只有她一人，在缺乏經費的情況下，無法聘請教練，也沒有器材可供練習，徐湘婷靠著對體操的熱愛和不服輸的精神，除了一個人自辦社團行政事務，並不斷自我督促，每週固定到別的學校借用器材練習，用心增進、鑽研體操技能，她說：「雖然辛苦，卻也是個快速成長的好機會。」現在的體操社多了3位社員，雖然必須身兼教練，但徐湘婷覺得：「終於有了一起努力的伙伴，很開心。」社員公行一王俞涵說：「社長教學很認真，不吝惜分享自身的經驗，總是鼓勵我們『不要有一步登天的心態！』」

凡事要求完美的徐湘婷，除了是個體操好手，課業上也總是名列前茅，並且熱心公益，推廣社會服務不遺餘力，今年4月更榮獲98年救國團全國大專優秀青年表揚。徐湘婷做每件事都會為自己訂下目標，她說：「體操與課業不衝突，『專注』是重點！」切割時間，該讀書的時候讀書，該練習體操時不分心，這就是徐湘婷體操、課業雙贏的秘訣。此外，徐湘婷連續兩年參與教育部「大專校院社團帶動中小學社團發展」專案計畫，利用課餘每週到淡水鎮天生國小教小朋友學體操，她說：「教小朋友的過程，除了讓自己重新整理一下過去所學，也希望藉此推廣體操，幫更多人認識或學習體操。」另外，徐湘婷還參與非營利地區組織台北市木柵區農會四健會，本著「飲水思源」的精神，協辦相關活動回饋社區居民，並二度榮獲優良會員表揚，於97年當選為該

會區總代表。徐湘婷謙虛地說：「很高興自己有能力為大家付出。」

問她學習體操、求學或從事公益的過程，可曾遇到什麼挫折，樂觀的徐湘婷歪著頭想了想，才緩慢地說：「高二那年吧！因為體操教練結束體操社，我覺得自己沒辦法繼續學體操、繼續進步，會感到很挫折，很痛苦！」她接著說：「幸好我沒有放棄，上大學後，我又找回我的最愛—體操。」她藉著自己的經驗告訴大家：「對自己真正想要的，要持續努力追求，不要放棄。」這一路走來，徐湘婷感謝家人對她的選擇始終相信與支持，感謝高中教練帶她認識體操；感謝本校體操社前任社長在她獨撐體操社時，不時給她建議、指導，幫她慢慢把社團經營茁壯；感謝高中學姐到現在仍不吝惜給予指導。她建議沒有基礎，但想學體操的同學：「就像生活一樣，不要怕吃苦，慢慢來，打穩了基礎，往後才能學得好。」

談及體操，徐湘婷總不自覺手舞足蹈、侃侃而談，似乎可以從她的眼睛裡，找到那份堅定、自信，以及對於體操的熱愛。「沒有體操，我想我會不快樂！生活也會失去重心。」徐湘婷找到心中的最愛，她說：「因為體操，我的生活才更充實，因為體操讓我學習更有動力。」她表示，無論將來從事什麼工作，體操將是她永遠的伴，也期許自己藉著體操教學，服務公益之餘，更能將體操發揚光大，讓更多人認識體操。