

給桃創新鮮人的一封信

未來有無限的可能，好好把握桃創時光

親愛的桃創新鮮人：

恭喜你們即將踏入大學的殿堂，成為最具活力、潛力的大學新鮮人。大學是人生最菁華的時刻，可以增進自己專業的能力與知識，接受全人教育的薰陶，培養創造力，成為未來領導人才。上了大學，不少人很高興，覺得自由了，可以「睡覺睡到自然醒，玩game玩到手抽筋」。不過，大學絕對不是「由你玩四年」，這幾年，除了要好好讀書，更希望能培養一輩子的興趣，並結交志同道合的朋友。進入大學最重要的事情就是擴展你的視野：透過知識的追求，擴展心靈的視野；透過與人的互動，提升感情的視野；透過對本土與外來文化的認知，展現國際視野。大學不僅是培訓未來職場能力的地方，更是豐富你人生內涵的重要場域。

桃創的新鮮人們，恭喜你們邁入了人生與學習的一個新的階段。這個「新階段」不只是一種形容，它是事實，也就是說，從現在開始，無論你在之前的階段，你的表現與成就如何、別人又是如何的評價你？那些，都已經是過去式了；今後，你將開展一個全新的階段，換句話說，如果你夠努力，你將會創造一個全新的自己。大學是一個在本質上與過去的學習完全不同的階段。因為本質不同，過去的失敗者，將有機會在大學取得成功；相反的，過去的成功者，也可能在大學落入失敗區。而成功與失敗，端視自己如何開展這段大學生活。

你有沒想過為什麼要來唸大學，你來桃創期間，你想帶走什麼？只是為了那一張文憑嗎？那一張紙真的對你有幫助嗎？我想大部分同學可能都是為了畢業後能找到一份較好的工作或者是再進修，若是這樣，你該從現在進來的時候就開始為找工作或進修作準備的，而不是等到畢業前夕才在準備。然而，不管找工作或進修，最重要的就是您的履歷表內容，所以，您來桃創的目的是「來寫履歷表的」，從第一年進來就應該妥善規劃。等到畢業時，你的履歷表上已經有很豐富的內容可以展現給人家看了，那是你的競爭優勢，一個長期累積的成果。記住！那不是短期可以完成的。

五專 VS. 四技，朝氣蓬勃

這學期的校園將更加清新亮麗，學校特別將教學大樓 3 樓布置的既青春活潑又溫馨舒適，以迎接這批五專新鮮人。由於新鮮人年齡層的下降，將讓整個校園更具活力；在學習上，更可互相砥礪。身為大姊姊、大哥哥的四技學生，將學習愛護、關懷小學弟妹；五專新鮮人可在大姊姊、大哥哥身上，看到學習的活化多元、生活的多采多姿、社團的精彩豐富。期勉在校期間，相互尊重，共同落實桃創三品(有品德、有品味、有品質)。

人際關係要懂得「留白」

「留白」，其實也適合運用在人際關係方面。當「留白」被運用在人際關係時，也就是知道如何使人之間維持一個相互欣賞、尊重與體諒的空間。在大學中，同儕關係特別的重要，它不僅可以豐富你的生活，也對你的學習成果具有相當重要的影響。但是，卻有不少人總是經歷著人際關係的挫敗。其實，人際關係的挫敗原因，往往與心態過於急切、待人步步進逼有關。我們要知道的是，每個人都有自己過去獨特的生活經驗、認知與生活習慣，因此，在互動過程當中，如果我們只是用自己的認知和習慣去測度他人，甚至預先認定他人應該如何對待我，那麼，將很容易產生挫敗感：只要他人一不符合我們的期望，我們就會因此而失望、甚至衝突。因此在來自各領域中的同學中學習欣賞，就成為大一新鮮人的幸福第一課了。

規律生活的重要性

許多學生在進入大學之後，或許因為離家就讀而少了拘束，或許因為大學生活的多采多姿，因此，生活的節奏開始走調，甚至完全紊亂。因此，展開大學生活的第一個注意事項，就是生活的紀律，而這一部分，其實並不難做到。關鍵在於養成規律的閱讀習慣。在大學多采多姿的生活中，建議各位新鮮人們，無論你多麼的忙碌，都別忘了一定要養成每天固定的閱讀習慣，至少一個小時，多則視自己情況而定。

「靜心」的重要性

無論多麼的忙碌，建議新鮮人們，一定要留給自己一個「留白」的時間，也就是，

每隔一段時間，就要有一個完整的時段，讓自己完全放空，什麼事都不要管、什麼人都不理、什麼電話都不要接(當然，有急事例外，可別不知變通)。在這段時間內，可以讓自己完全靜下來，可以天馬行空的解放想像力，也可以信筆塗鴉，但就是不要去想那些平時已經讓你費心的事、擔心的人，特別重要的是，別坐在電腦前在網路亂逛。這樣的「留白」對大家來說是很重要的，它所能起的作用，只有真正經驗過的人才能體會。其實，老祖先所說的「定、靜、安、慮、得」，真的是很有道理的呢！

學習習慣

好的學習習慣確實可以很有效率的提升自己的學習成就。不過，大學與國中、高中的學習情況有許多不同，它需要更多、更深入也更持續的觀察與思考。一個在醫學院教書的教授說：當她跟一群大一的學生講授了某個科學研究的歷史時，學生跟她說：「老師，只要告訴我們現在的結果就好了，我們對以前的事情不感興趣。」這位教授說：「這樣的習慣如何能夠學的紮實呢？」學習是靠累積的，尤其前人所走過的過程是值得後輩從中挖掘他所犯的錯，又是如何突破困難。因為這樣的經驗等於送給自己許多面鏡子，照亮內心也照亮前程。

學習方法，永遠受用

大學教你知識，但如果這段期間，你是塞滿片段的知識畢業，可以跟各位說：「知識的半衰期只有兩年半！」很快會還給老師，如你帶著學習方法論離開，一輩子受用。中國人常講「學以致用」，台灣的大學太講究專業，好像一定要教你以後如何賺錢，卻輕忽通識教育，殊不知它潛移默化帶來的人生經驗提升，對一生的影響有多重要。

我很矮卻 Q，不嫌東怨西

壓力很大時，情緒會受影響，怎麼辦？套句聖嚴法師的話，「面對它」、「處理它」、「放下它」及「接受它」。例如：碰到課業壓力時，要先了解原因，如果是不夠用功，就要好好努力，多花時間念書；如果是方法不對，可以跟同學或老師請教學習。又例如：有人認為自己條件不好、不夠高、不夠漂亮，才會讓愛情無法順利，此時就要接受不能

改變的(身高)，但改變可以改變的(適當的裝扮、氣質的培養)，你會發現其實嬌小的人也可以很可愛、甚至清純美麗。

每個人都會碰到情緒起伏，都要有紓壓的管道，心情不好時，有的人唱唱歌或聽音樂就可改變心情，有的人則去跑步、跳舞或運動，動一動流流汗，心情就好很多，而有些人喜歡找朋友聊聊、訴訴苦，每個人紓解情緒方法不同，試著找到最適合自己的方法，舒服過一生。

傳遞思想—把握學習英文機會

在於科學發展迅速，日新月異，除了一些最基礎的原理外，很多知識在幾年後便被新發現所取代。但語文能力則是悠久見生成，可以讓你超越時空的限制，和不同時代、不同國界的人交往，這才是現代教育的目的，也是現代社會最需要的人才。我們學習外語，特別是英文，目的不只在有效率地接觸國際事物，更重要的是把自己的思想、理念和成果表達出來，更容易與別人溝通合作。(1)把握學習英文的所有機會：不管是修課或是參加社團，都要讓自己隨時暴露在英文的學習環境之中。根據研究顯示，大學至少要接觸英文學習課程或是參與國際活動三年以上，英文能力才能提升。(2)將外語學習融入自己的生活：以英文為例，利用英文記錄自己的行程、隨時收聽英文國際新聞、上網找英文資料、注意周遭所有英文標示或是資訊、每天用英文對自己說話！以實用為主，別被文法規則所限，盡情地講、盡情地寫，慢慢地透過模仿，就會說出或是寫出好的外語。記住：我們要「使用」外語，透過使用語言來學會該外語。

未來領袖十一特質

台積電董事長張忠謀在交大的新生入學典禮中，為新鮮人談「未來領導者」，列出未來領導者所必備的十一項特質，在此和大家分享，包括：「終生的健康生活習慣」、「培養志願」、「用功學習」、「學習時徹底瞭解」、「獨立思考」、「創新」、「學中文」、「學英文」、「學習世界」、「學演講辯論」以及「做一個『誠與信』的人」。在「記得你是誰」這本書中，收錄了哈佛大學十五位商學院教授在最後一堂課和學生分享的故事，在此與各位分享其中一位柯拉克教授的故事：柯拉克教授小時候出門上學前，

媽媽都會喊他的小名，提醒他說：「小金，你今天出門是要去當領袖的，千萬要明辨是非，不要讓人牽著鼻子走，要『記得你是誰』」，意思是希望柯拉克能夠不要人云亦云，並把握機會、實現改造世界的願望。期許你們能夠高瞻遠矚，走出生活裡的山谷和陰影，進入一望無際的高原，讓自己成為一位懷有夢想、希望和信心的人。

品德是絕佳的個人競爭力

放眼職場，每年畢業的研究生多如過江之鯽、大學畢業生更宛若滿天繁星，因此擁有完備的本門專業知識或技能，絕對是你與其他混畢業的學生拉開差距的關鍵。畢竟在大學裡，沒有人會逼你唸書，完全靠學生自己的自動自發與努力。但可以肯定的是，「付出多少、得到多少」，這個最基本的宇宙因果法則，從你畢業那一天起，就會開始獲得驗證。天下遠見文化集團董事長高希均屢次在公開場合中強調，「公司的管理首重員工的道德。」現在企業，不僅用人唯才，同時也和我們政府一樣強調「用人唯德」。過去大家聽到「道德」、「品德」，可能會嗤之以鼻，還笑你是「衛道人士」、「守舊派」。但事實勝於雄辯，今天，品德對於一個企業、甚至一個國家的重要性，已經是無庸置疑。有品德，才能盡忠職守，不貪腐、不營私、不竊取，才能真正讓企業運作達到最高效率，讓一切投資獲得最大的效益與回報，讓所有人都能獲得最大的報酬或幸福。甚至，許多企業在內部的員工績效評估當中，都已經加入了品德或道德的指標。道德已經不再是個抽象的口號，而是真正能為你帶來競爭優勢的重要特質。所以，可千萬別忘了：在學校裡培養自己的良好品德、重視道德與誠信，不但可以讓你在校園裡獲得師長、同學的普遍好評，對你將來踏入職場，更會有相當獨特的加分效果。

感謝家人的支持

大學生可以像一隻展翅高飛的大鵬，飛的越高看的越遠，見的世面越廣累積的經驗越豐富，這是大學新鮮人的特有權利與眾人的期待。但也可能因為如此而讓自己與家人的距離越來越遠。「感恩」的態度是維繫與家人之間的基礎態度，有了感恩的心才會有具體的關懷行動，其所帶來的回饋，經過科學的研究竟然被發現可以降低因為精神緊張所引發的心血管疾病。親愛的大學新鮮人，當你們展翅高飛、開闊眼界的同時，請別忘

了用一通電話或一張卡片等等具體的行動來感謝家人的支持，在驀然回首時必有燈火通明的家分享你的酸甜苦辣。一如有根的樹長的高壯，心中有家的人則值得敬重與信賴。

找對鑰匙，精采學習

大學除了知識之窗外，還有生活與做人，求知識固然是大學最重要的目標，但生活與做人也很重要，這包括養生、包括愛惜自己、也包括尊重自己，都是你必須在四年內學習。大學不是只有把成績弄好、知識移轉而已，而是讓你對自己的生活與人生有個認識，肯定自己的目標在哪裡，才能支持你繼續往前走。老實說，大學四年，只能給你工具而已，畢業後還有漫漫長路要走；如果這四年你沒有找到鑰匙，或者沒有熟悉工具，這四年就白費了。

大學階段其實並不長，很快的，你們都將面臨回顧這期間的所得、所失。希望各位新鮮人們，當你們在多年後回顧這整個大學生活時，你們都能欣然的接受自己所做過的。

祝福 全體新鮮人

身體健康，學業順利

教務處 敬勉 2015.09.12

參考資料

- 1.侯念祖(亞洲大學社工學系助理教授)，「給大學新鮮人的一封信-如何開展一個成功的大學生活」。
- 2.陳彥玲，給大學新鮮人的一封信。
- 3.唐浩，「給大學新鮮人的一封信－讀大學，很有趣，要豐收！」
- 4.黃崑巖，「「給大學新鮮人」第一封信--政治充斥謾罵 官大未必有教養」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 5.吳重雨，「「給大學新鮮人」第二封信 --找到興趣 勇敢走出自己的路」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 6.葉永烜，「「給大學新鮮人」第三封信 --培養國際觀 尊重多元文化」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 7.彭懷真，「「給大學新鮮人」第四封信 --大膽去愛吧 痛過的人才夠力」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 8.陳皎眉，「「給大學新鮮人」第五封信 --戀愛 K 書玩社團 你別當壓力鍋」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 9.周行一，「「給大學新鮮人」第六封信 --在大學 結交一生信賴的好友」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 10.蔣勳，「「給大學新鮮人」第七封信 --在大學上山下海 打開你的眼睛」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 11.黃碧端，「「給大學新鮮人」第八封信-- 四年黃金歲月 讓自己甲冑齊全」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 12.江威娜，「「給大學新鮮人」第九封信 --練習管理金錢 從大學開始」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 13.盧淑芬，「「給大學新鮮人」第十封信 --走出校園 品味美學與創意」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 14.王偉忠，「「給大學新鮮人」第十一封信-- 愛你所學 有熱情就不會苦」，給大學新鮮人的 12 封信(未收錄)，聯經出版社，台北(2008)。
- 15.葉金川，「「給大學新鮮人」第十二封信 --享受運動 一日習慣終生上癮」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。
- 16.陳超明，「「給大學新鮮人」第十二封信 --享受運動 一日習慣終生上癮」，給大學新鮮人的 12 封信，聯經出版社，台北(2008)。