

國內郵資已付

斗六郵局

許可證

斗六字第141號

印刷品

無法投遞時請免退回

# 雲聲

## 國立雲林科技大學校刊

第186期 2005年08月15日出版

發行人：林聰明  
出版者：國立雲林科技大學  
編輯：雲聲編輯委員會  
主任委員：陳俊宏  
總編輯：顧理  
執行編輯：高懿貞  
電話：(05) 534-2601  
傳真：(05) 532-1719  
校址：64002 雲林縣斗六市  
大學路3段123號  
網址：www.yuntech.edu.tw  
/~aax/index.htm  
E-mail：aax@yuntech.edu.tw  
(本刊物響應環保運動採用再生紙印刷)

### 績優學生幹部日本參訪(上)

2005年5月16-22日，在林聰明校長的帶領下與15位優秀的學生社團幹部赴日參訪學習。本次活動的重點，主要為參訪中京大學、福井大學及2005年日本國際博覽會(EXPO 2005 AICHI, JAPAN)，透過國際交流參訪活動，藉以擴展國際視野，培養宏觀的社團發展理念，學習日本學生社團活動經營的特色，提昇學生社團活動的內涵。

#### 貴族般中京大學的體育學院

中京大學(Chukyo University)隸屬於梅村教育機構集團，為日本中部最大的非營利教育組織，正發展成在全日本私立大學裡第3大規模的綜合大學。中京大學有11所學院，研究所共有9個領域的研究。本次參訪是中京大學豐田校區，包含社會科學學院、訊號科學學院、體育學院、文學院，該校區除了有這幾所學院之外，當然還有各式各樣的運動設備和寬廣的場地。

在中京大學的課外活動組織有「文化會」，還有「體育會」等組織，依照社團分類來管理以及辦理活動。社團總數為78個(隸屬體育會有49個、文化會有29個)，社團活動96項(體育性質57項、學術性質11項、文學藝術性質16項、娛樂性質10項、志願者性質2項)。體育性質的社團活動有比賽也有單純享受活動；而文化性質的社團活動也有研究和休閒性的不同，皆富含綜藝性質。

新生和未來希望加入中京大學的高中生，

皆有學期初的新生招攬活動，可以透過每個社團的自我介紹，理解活動內容，自行選擇參加。在名古屋、豐田兩個校園裡，每年秋天舉行的大學節，不但有電視的現場實況轉播，還有中京趣味比賽、社團博覽會、跳蚤市場、還有許多有趣的慶祝活動。大學節期間，也舉行



參訪中京大學合影

校友返回母校，以及體驗父母辛勞的校園實習。不只學生能參與，教職員、父母、高中生、社區民眾，大家都可以熱鬧的參加大學節活動。

本次參訪活動由中京大學體育學部的北川薰部長(相當於本校的院長)帶領約6位教

授接見我們的來訪，兩校經過簡單的校方成員介紹後，由北川部長簡報中京大學各項學校特色，接著林聰明校長亦致詞感謝，本校學生幹部也以流利的英文報告本校學生的活動特色，學生的報告，充份展現出本校對國際交流活動的重視，雖然同



2005年日本國際博覽會



重量訓練場



中京大學歡迎會



學生活動中心餐廳

地，讓走了整天的同學，馬上興奮脫下皮鞋、高跟鞋，不自主的在上面奔馳了起來，也嚷著跟校長在這樣美麗的草皮下留影。

中京大學參訪讓我們對運動場館的各項設施都留下深刻的印象，雖然我們都是外行看門面，但是同學都非常的用心觀摩中京大學軟硬體等各項學校設施，讓我們感到收穫是豐碩的。(吳添銘, ext.2323)



林聰明校長於人工草皮球場上與學生合影



廣播中心

學們都很緊張，但這是一個難得的國際交流學習成果。

結束歡迎會後，北川部長親自帶領我們參觀高科技體育教學訓練設備，讓我們大開眼界。人工氣象室是可以操控氣候環境的實驗室，不論下雨、刮風、炎熱或是寒冷的氣候都可以模擬，最主要是研究及訓練量測運動員在不同環境下跑步中的身體狀況分析；有模擬北海道冬季奧運划雪場的3D立場划雪賽車，真實呈現滑雪時的感受，讓部長很自豪的是滑雪場的動畫是由學生自己製作出來的；更棒的是在游泳館為我們詳細的介紹訓練游泳選手的儀器，藉由改變不同的水流流速來培訓優秀的游泳選手，值得驕傲的成績是他們擁有日本奧運代表隊的國手亮麗的成績。部長很熱情，為了讓我們可以看到全部的東西，還特別囑咐其同仁要等到我們參觀完後才可以下班，讓我們此行大開眼界，收穫良多。

走在校內還四處碰到熱情的日本大學生會與我們打招呼問好，學生看到外來訪客就一點點頭問好，而且室內的環境也相當的乾淨清爽。參觀學生活動中心的餐廳及各類空間，他們有全校廣播獨立的廣播中心，可以直接由學校學生在校內廣播或者是舉行點歌活動，風格類似美國學院，非

常驚訝日本的大學竟然有這麼開明的學風，這點確實值得我們學習，讓學生也能有自己的主持廣播之類的能力和訓練的空間。

另一個很重要的發現是綠色校園的環保概念，對於通風不佳需要大型空調設備的建築物屋頂上種植花草，是一些生命力強的花草，讓屋頂看起來漂亮也可永續環保，「愛知博覽會」中亦有同樣的設計，主要可以綠化又可以讓屋頂減少日曬降低室內溫度，空調設備所排放出的廢水可再利用澆花，能夠有效地改善通風不佳的問題，也可以省下不少電費，是個在環境控制方法上極盡所能的利用，對能源節省的改善有很大的幫助。

在中京大學不管在室內、室外運動場上，都看的到學生揮灑汗水的身影，重量訓練室、排球場、籃球場、操場、足球場、游泳場...感受學生展現活力與朝氣，充分的運用運動場館設施。最後我們體驗的是個人工草皮的球場(利用職棒球場所汰換的草皮再使用)，一片綠油油的場



3D 立場划雪賽車

## 我的家庭真可愛

我的家庭真可愛，整潔美滿又安康，  
姊妹兄弟很和氣，父母們都慈祥；  
雖然沒有好花園，春蘭秋桂常飄香；  
雖然沒有大廳堂，冬天溫暖夏天涼。  
可愛的家庭呀，我不能離開你，  
你的恩惠比天長。

是否您的家庭，也像這首兒歌所描述的一樣幸福美滿呢？這是一首大家耳熟能詳的兒歌，內容描述著一個幸福美滿的家園，以及作者闡述己身對於家庭的感念之心。雖然只有短短的幾句，但卻也完整的描繪了中國人對於「家庭」概念的傳統典型，一個整齊清潔，兄友弟恭、姊妹情深，父慈子孝，家人彼此之間恪遵人倫常道的傳統典型，這一切似乎都是那麼的美好圓滿，但這首歌的歌詞卻相當值得我們從字裏行間進一步省思。

其實這是一首感動人心的歌，但「我不能離開你，你的恩惠比天長」卻是許多家庭問題的根源所在，你一定會皺著眉頭一臉狐疑的問我：「為什麼呢？」，多世代家族治療法的原創人包文 (Murray Bowen) 認為，家庭是一個「情感」單元，家庭也藉由情感網絡的運作，與向下一代傳遞而真實存在。所以，若一個人希望擁有一成熟而獨特的人格，就必須澄清自己與家族之間情感的糾葛，必須「離開」自己的家庭。這話怎麼說呢？就包文教授多年家族治療的經驗而言，家庭的組成基本可看成是維繫於彼此情感的連結網絡，它有可能是美好情感經驗的連結，也有可能是負向情感經驗的連結，上述這首兒歌就屬於是美好情感經驗的連結，不過這是一種「理念型」的家庭狀態，是一種被刻意去蕪存菁的美好狀態，實際上每個家庭也都存在著一些小小的缺憾，每天我們所經驗到的家庭狀態，尚包括日常生活的柴、米、油、鹽、醬、醋、茶，以及數不盡大大小小的情感摩擦。所以，唯有藉著不斷的釐

清自己在整個家庭，或者家族情感結構中的定位與角色，並重新調整自己的位置與視野，才有可能有機會去重新思考、重新觀看到自己從家庭中繼承了什麼樣的情感角色，然後進一步的去扭轉、重塑與調整那些不正確的情感連結，使自己在面對家庭問題時，能作出一個成熟而正確的決定。

「我真的無法做決定，女友說她婚後一定不要跟爸媽住，一定要...，但是我的父母養我一輩子，我怎能不盡點孝道呢？何況我的父母婚姻關係一向不合，每次回去就是見他們兩吵嘴，還不是需要我去好言相勸，真不敢想像如果沒有我和他們住在一起，他們兩會吵成什麼樣子，但是我的女朋友又...想到這裡不禁...，唉！...」

相信上述的情節也會發生在我們或者身旁週遭的朋友身上吧？其實故事男主角所處的困境正是我們所要談的重點，他繼承了一個負面的情感連結位置，這個連結使他在面對人生的重大決定時，受到了情感位置的嚴重影響，近而陷入了進退維谷的困境。那我們應該要怎麼做，才能避免身陷於這樣的處境當中呢？包文 (Murray Bowen) 即認為，人們在家庭的情感系統中，必定多少繼承了家族情感的投射與傳遞，所以我們必須進行「自我區隔化」(Differentiation of the self) 與「切斷情感」，並重新調整我們與父母的「三角關係」，來避免延續不良的家族動力。

所謂的「自我區隔化」是指自我能在心智上、情感上能夠脫離原生家庭並獨立為一成熟的個體，區隔化後的個體能夠選擇接受自己感覺或想法的指揮。反之，未區隔化的個體難以脫離別人，而且會融入家族中那些具支配性的情緒型態，這些人的自主性低、反應情緒化，而且對於事務無法有清楚的立場，而且融入自己家庭的人往往會跟有同樣情形的對象結婚，並繼續複製相同的家庭動力特性。當然有人一定會問，那是不是搬離原生家庭到外地生活就是培養自我區隔化的好方法呢？答案是否定的，單單離開家庭並不意味著就能成爲

區隔化的個體，依家庭系統理論，要成爲一個健全的人，需同時擁有對家族的隸屬感，以及脫離家庭的個體感，簡單的說就是個人能從家庭中培養、分化出自我的認同感，能夠有自己的想法、感覺，以及行爲，以及負起個人的責任，並不斷地反省與解決個人內心的衝突及與家人關係網絡中的衝突。所以上述故事中男主角的問題，正確的處理方法，可以從檢視自己在原生家庭中的情感連結所處位置，然後觀察、釐清是否有不當的情感連結需要加以切斷，是不是有必要調整自己與父母兩人的三角關係，將父母的爭吵問題重新定義，並尋求解決的方法，而非以任何角色加入父母兩人的戰爭中。若果能如此爲之，就能有效的解開不當的三角關係，切斷不當的情感連結，就能將自己或者自己即將成立的家庭，與原生家庭作清楚的界限劃分與區隔，不再掉入情緒性反應的困境中，最後同時擁有對家族的隸屬感，以及脫離家庭的個體感，而真正成爲一個成熟的人，真實的感受到自己的家庭的可愛之處。

如果你同意我的觀點的話，那麼在「同時擁有對家族的隸屬感，以及脫離家庭的個體感」的定義下，你應該不會介意我將「我的家庭真可愛」的末一句改成下面的樣子吧！

我的家庭真可愛，整潔美滿又安康，  
姊妹兄弟很和氣，父母都慈祥；  
雖然沒有好花園，春蘭秋桂常飄香；  
雖然沒有大廳堂，冬天溫暖夏天涼。  
可愛的家庭呀，

我能夠離開你(脫離家庭的個體感)，  
你的恩惠比天長(對家庭的隸屬感)。

參考資料：

Gerald corey 著 李茂興譯(1998)諮商與心理治療的理論與實務 (Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy)，揚智文化出版社。

(陳俊升, ext. 2671)



## 校長室

恭賀林聰明校長榮獲第1屆「人力創新獎」之個人「特殊貢獻獎」，該獎項係由行政院勞工委員會主辦及中華民國全國工業總會協辦之國內首座國家級人力資源發展，桂冠榮譽的尊榮大獎，特殊貢獻獎則是專為創新國家人力培訓有特殊貢獻之專家學者設置之榮譽獎項。



## 圖書館

- 一、自8月8日起，圖書館為儘速提供服務，提早開放期刊閱覽及使用，但仍有一部分調整工作未完成，不便之處，敬請見諒。
- 二、調整後之空間如下：
  1. 原三樓西文過期期刊已移至四樓，並同步開放閱覽空間。
  2. 六樓新增本館罕用書庫六座。
- 三、報紙已放回原三樓閱報區。
- 四、由於現期及過期期刊目前正進行重新標示及調整，可能會架號錯誤、不易找尋之困擾，近日內儘快完成。
- 五、由於閱覽桌部份電源及電燈可能無法使用，本館也將儘速解決。
- 六、六樓新增罕用書庫將陸續進行上架。

## 環安系

教育部為推廣校園安全衛生，提昇大專院校研究生對實驗室安全衛生之知識與經驗，委託國立台灣大學、國立雲林科技大學及國立成功大學於94年8月1日至9月2日期間分別於北、中、南三區各辦理3場，為期5天之「實驗室安全衛生研習」課程，本研習不收取任何費用，並提供上課教材及午餐，只要出席時數達到標準，即可取得研習證書。

中區研習時間及地點：

報名對象：所有大專院校研究生，對實驗室安全衛生有興趣者即可報名。

名額限定：每場次限定名額100人，如報名人數超過限額，新生優先錄取。

報名方式：請於截止日期前將報名表傳真到(05)5312069，或E-



## 資管系

資訊管理系推廣教育94學年度第1學期斗六碩士學分班

碩士學分班課	程授課期間	報名	人數/費用
全球運籌管理第1期	09/12起每週一(18:30-21:20)	即日起至	每班40人
策略與資訊管理第1期	09/13起每週二(18:30-21:20)	09/09止	15,000元/人(含學雜費，不含書籍費)
人機互動設計研究第2期	09/16起每週五(19:00-21:50)		
電子商務實務研討第2期	09/17起每週六(09:10-12:00)		

1. 上課地點：國立雲林科技大學（雲林縣斗六市大學路三段123號）
2. 上課日期：94年9月12日至95年1月14日。
3. 報名方式：採通訊或現場報名。請填妥報名表，並附最高學歷證書影本或相關學歷證明文件影本、身份證正反面影本、一吋或二吋照片1張、報名費300元繳費證明（報名後，報名資料及報名費概不退還），以及學費繳費證明。
4. 結業：
  - 1) 修畢課程且成績達70分及格者，由本校發給推廣教育學分班碩士學分證明；結業學員經考試進入本校就學者，其修畢之成績達85分者可酌於抵免，本系最多可抵免6學分。
  - 2) 缺課時數超過授課時數四分之一以上，視同未修此科目，不發給學分證明。

Mail: enya@airlab.yuntech.edu.tw。

聯絡電話：(05) 5342601#4417 涂玲玉。

### 第1梯次

地點：逢甲大學 圖書館B2 演講廳。

時間：94年08月08日 - 94年08月12日  
上午9:00 - 下午16:30。

報名截止日期：94年08月03日。

### 第2梯次

地點：國立中興大學生命科學大樓107教室。

時間：94年08月15日 - 94年08月19日  
上午9:00 - 下午17:00。

報名截止日期：94年08月09日。

### 第3梯次

地點：本校電子環安館 ES001 階梯教室。

時間：94年08月29日 - 94年09月02日  
上午9:00 - 17:00。

報名截止日期：94年08月23日。