

堅林義傑 帶你挑戰自我 超越極限

堅持到底!



▲演講結束後，同學們爭相與林義傑合照／課指組提供

除意志力之外，林義傑認為自己內心話也是非常重要，因為若是心理本身就不喜歡，那麼做事時心裡也會不愉快。他鼓勵同學勇於追逐自己的夢想，設定目標後，就要挑戰自我極限，即使中間歷經許多失敗，也不要輕易放棄，再度強調意志力的

重要。演講的尾聲，林義傑開放讓同學問問題。有同學問：「當你遇到很多瓶頸，當下覺得要放棄的時候，你腦中浮現什麼樣的信念與畫面？」他回答：「失敗並不可恥，可恥的是你放棄！當我遇到

【記者黃郁雯／苗栗報導】「人的身體雖有極限，但意志力卻是無窮的！」這句話正是超馬好手林義傑的最佳寫照。曾征服過亞馬遜叢林、撒哈拉沙漠、南北極、戈壁沙漠、中國、土耳其等地，林義傑以堅忍的毅力和不服輸的精神，用他的雙腳奔馳，成功實現路跑夢想。

為了讓同學們勇於築夢，國立聯合大學課外活動指導組與青年發展基金會合辦，日前邀請「超馬王子」林義傑到校演講，以「新世界、新極限」為題，來分享他堅持以體育為目標，如何成功走出自己的里程碑，專題演講在國際會議廳舉行，吸引200多位學生前往聆聽。

林義傑說，他從小就很喜歡跑步，國中畢業時，為了想加入西湖工商田徑隊，去找潘瑞根教練收留他。他提到「如果沒有潘瑞根老師，就沒有今天的林義傑。」林

義傑曾因父母反對而離家出走，在沒有家的經濟支援下，這位恩師幫他很多忙，甚至在高中落榜後，借五萬元讓他去補習班準備重考。

考上台北體育學院後，父母仍然不滿意，但林義傑一路堅持著自己的夢想。為兼顧課業與長跑，在北體念書時，他白天讀書、訓練，晚上則以開計程車半工半讀的方式，籌措生活和比賽經費。

長跑運動讓林義傑找到重新的自己！他分享在跑路跑的辛歷路程，也撥放一些他路跑時的記錄片給同學們觀看。他表示，在路跑時，難免都會受傷、被動物攻擊，甚至在橫渡古絲綢之路時，因政府軍擔心他們被反抗軍擄走，還有戰車陪著跑。在這長征的過程中，必須克服一切的突發狀況，在預定的時間抵達目的地，而這一切靠的就是意志力。

瓶頸想放棄時，我會努力地給自己機會，不要害怕，就像是走在鋼索上，儘管再危險，我都要走到底！」他認為，失敗沒什麼，但要記取失敗經驗，重新審視自己，以堅毅態度持之以恆，才能走向成功的道路。

演講結束後，林義傑也大方地與同學們合影。語傳系葉庭安同學說，這次的演講，讓她受益良多，堅持自己的理想，相信夢想總有一天會開花的！希望學校有機會還能多多舉辦像這樣能激勵人心的演講。

突破22K年輕就是資本

【記者李綉鑾／綜合報導】現在的大學生普遍出社會的基本工資，都在口語說的「22K」左右，多數選擇直接找工作，而依自己興趣創業或是投入工作的發想較為少數。拾寶聯合企業管理顧問股份有限公司總經理黃茂景表示，不要把自己的目標設定在「22K」的工作價值，可以先尋找自己的價值與興趣，選擇自己的工作方向。

大學生創業的例子不勝枚舉，有成功的例子，反之也有失敗的例子。黃茂景以親身顧客朋友為例，從飲料店工讀生到現在白手起家的連鎖飲料店老闆，從飲料店打工，學取經驗，自己再進而研發更多口味，或是變更調配方式來增加味道與香氣等，成功的發展了自己的飲料事業。而這位老闆最重要的特質是有興趣與毅力，從例子中而鼓勵現下的年輕人，成功並不難，有自己的興趣，讓自己的工作充滿興趣的，就是成功的開始。

在大學階段，也是廣泛結交朋友的時期，藉由聯誼、校際活動、社團等，培養團隊精神與團體相處，黃茂景以專業知識提出，在未來10

年對全世界企業擁有最大影響力的是，領導團隊，由個人的集合體，以每個人的特質與才華來解決問題，從中就是相互學習的一個過程。在一個企業工作必要的團隊理念，除了發揮自己的才能，另外主動爭取別人不想做的事情，勇敢面對並設法解決問題，正也是提升自己的特質根源。

以創業和領導團隊為舉例，每個人的特質不同，爆發力與領導力等能力也不盡相同，當自己職業生涯發展的主人，主導自己的生涯計劃，不僅可以提升自己工作能力，增加IQ與EQ，同時在工作競爭力也提升了自己的AQ，以不同的角度去看待薪資，「22K」不會是年輕人的底線，而是未來的突破，在25歲到30歲創造黃金5年而不是頹廢5年。

小知識：「AQ」稱為逆境商數(Adversity Quotient)，是任何Q的最大總合，明確描繪出一個人的受挫力，或是面對逆境時的處理能力。AQ越高的人會樂觀、勇敢地面對逆境、積極地尋找解決辦法；相反AQ低的人在逆境時只會愁眉苦臉，容易產生放棄的念頭。

聯大學生就業發展

系主任有話說

【記者蕭義正／苗栗報導】國立聯合大學日前舉行校園2013企業徵才博覽會暨說明會，徵才的廠商包含京元電子、泰安觀止溫泉會館、益邦製藥、寶雅國際等知名企業，吸引不少社會新鮮人與即將畢業的大四生前來詢問；目前台灣的社會新鮮人，一直都有「自己所學不等於未來的工作」疑問存在，面對社會上未知的就業方向，許多畢業生發現相關科系的職位不說，服務業的攤位比去年還要多出更多企業進駐。面對這波就業現象，聯合大學各系主任與大四生都有不同的見解與感受。

經營系主任：強化國際語言，往外發展佳

聯大經營管理學系系主任黃浩良表示，台灣目前的製造工廠大部分都移往東南亞國家，「國與國之間彼此開始國際分工，比較利益的情況下，台灣廠商的外移一直是政府需要處理的問題」這項隱憂是台灣共通的社會現象。黃浩良也說，因為國與國彼此開始注重分工與貿易，國際共通語言英文勢必是每個大學生基本都要學會的一種語言，國外的資源相較於台灣來說是較於豐富。以沙烏地阿拉伯的豐富石油資源為例，帶動的貿易金額可觀，而台灣要去這樣的外地去發展一家公司的經營與貿易，語言絕對是首當其衝的條件之一。

至於服務業的比例提高，黃浩良指出，台灣的服務業相較其他一般製造工業的待遇是越來越好的趨勢，而服務業中的管理人員又跟經營管理的學生所學的專長與才能有關，服務業的崛起並服務精緻化是他樂於所見的。

語傳系主任：應加強自己的積極態度去求職

在這樣的就業方向與趨勢來看，聯大台灣語文與傳播學系系主任孫榮光表示，大學生要有一種積極爭取的態度，相對於理工學院的豐富資源，人文學院的學生更應該加倍努力去規劃自己生涯規劃。

尤其台灣在近年來，工作職缺變少或是工作低薪的狀況，一部分的畢業生選擇公職來求得安定的生活，孫榮光表

示，不排斥學生為了出路而去考慮公職，但希望學生先努力去發展自己所學的專業與長才，「工作不會難找，只是要去取得相符合的工作時，自己的努力與學習是最重要的」這一句話代表著孫榮光給予聯大學生的建議與見解。

化工系主任：觀念別太狹隘 樂於學生創業

對於現在大學生的就業困難的現象，化學工程學系系主任徐文平表示，系上成立的歷史悠久，系友會人才眾多，該系在臉書上有成立一種社團讓畢業學長姐提供就業資訊給學弟妹，也能讓選學弟妹能夠知道現在世界需要什麼樣的人才。

近幾年來的服務業的崛起，徐文平說，學生在人生上都有自己的規劃，大學只是教育的一種媒介，如果最後才發現自己的長才與興趣不在自己所學的相關科系，是不用去勉強自己就業選擇的。而在台灣創業更是難得，徐文平鼓勵自己系上學生能夠在外經得起考驗，研發產品是一回事，但是面對整個經濟市場又是一回事，學生除了將技術能夠從基本學到滾瓜爛熟之外，還要想辦法去符合整個經濟市場，這樣才算是成功的典範。

學生：優先選擇自己所學 廠商：看的是經驗與能力

在台灣的就業道路上，每個大四學生都有不同的見解，一部分的人選擇去應徵自己所學的專業職位，另一部分的人選擇考研究所再鑽研自己的知識與技能。面對服務業的崛起，一名大四化工系江同學指出，自己並不排斥服務業，其中原因是自己在求學期間有打工經驗，再來是求職結果的順利，如果自己專長與能力不再化學方面，那樣對於服務業何嘗不是一種新的選擇呢？

在廠商對於現在的社會新鮮人的徵選條件中，最重要的就是培訓的那一個月表現出來的能力，明湖水漾會館課務部主任楊欽明表示，優先選擇相關專長是一回事，最重要的是後來的表現能力與人格特質，能力的強弱決定一個人的職位所在，學生要積極展現自己的長才與想法，這樣在公司中就會被看見並被重用。

態度決定

your 高度

【記者潘迎足／苗栗報導】台灣失業率持續居高不下，應屆畢業生人心惶惶，唯恐吹響離別笙簫之際，自己也將面臨「失業」的窘況。難道大學生一畢業就得當「無業遊民」嗎？台灣東陶人資單位表示，決定一切的關鍵，是「態度」。

許多人往往陷入學歷迷思，覺得畢業的學校不夠漂亮，求職面試第一關就會被刷掉。實地訪問數家公司，大多數企業最看重的，卻是課本上不會教的「態度」。擁有全球第五大封裝測試廠地位的聯測科技徵才時，除了因公司性質規定求職者必須是理工科系畢業外，還需具備積極正向的人格特質與高度學習熱忱。外商公司益邦製藥則在要求相關知識背景與英文能力時，希望新鮮人可以充實自己的「軟實力」，培養良好的溝通應對能力。

不僅科技公司如此，服務業更是強調「態度」的重要性。以三商企業為例，餐飲業需時時面對不同的客戶，若是缺乏溝通能力，將難以和內外場夥伴配合，也無法與客戶有較佳的互動。且餐

飲工作的休假日是依照排班決定，鮮少在週末放假，員工該如何在雙頭班制，早上10點至下午2點；下午4點至晚上10點；休空班的疲憊中保持微笑面對消費者，若不是擁有服務業的細心態度，將難以勝任這份工作。

別讓自己限制了自己

「只要肯學，我們都願意教你」台灣房地產集團認為，求職者原先的科系並不重要，最重要的是進入公司後能放下身段悉心受教，才能和他們一起完成每位客戶的成家願望。任職於企業人資部門的彭先生並指出，大學生若對未來已有明確目標，可以盡早做規劃；若是還沒下定決心也不需太過擔憂，多餘的焦慮反而會限制自己未來朝各方面發展的可能性。放鬆心情，充實自己的基本能力，培養正確的觀念態度，才是成功進入職場的不二法門。

