

心 系友會訊

內頁摘要

二版 系上動向

三版 母系楷模

四版 心輔活力

發行人 | 田秀蘭 出版 | 國立台灣師範大學教育心理與輔導學系 指導老師 | 宋曜廷 編輯 | 李和青 邱芳柔

蘋芬秋色

—記本系62級畢業後45週年同學會

文/62級系友周天賜 編輯/邱芳柔 照片提供/周天賜

感謝永遠的班長林一真的協助，讓本次同學會的值日生周天賜能順利於107年4月19日入住南投梅峯台大山地農場，完成明潭梅峯同學會之旅兩天的踏勘，平時農場至少要6人始能成行。臨行前有玉兔颱風的風聲，幾經連絡，10/29於Line宣布：「10/31（星期三）除非宣布陸上颱風警報，行程照舊。」終於三天的行程風和日麗，平安完成。

10月31日（星期三）9:00台中高鐵站集合，13位都到齊，搭金昌公司老闆兼司機曾鴻昌先生的中巴。10:30抵農委會茶業改良場魚池分場，這裡是台灣最早引進印度阿薩姆紅茶的，一下車解說員梁焯義先生招呼大家到「台灣紅茶的故鄉」巨石前，居高臨下鳥瞰日月潭的靜、淨與靚，好多人驚呼不已忙於拍照，也品嚐梁先生準備的兩壺熱熱的紅茶，梁先生熱心熟練地解說及回答多種茶樹的問題。惟自104年4月起該場及各分場不再接受各旅行社安排國內外人士參訪，欲參觀茶業改良場的民眾請於參觀日前2

週與該場承辦人聯絡，經確認之後，申請人以機關或單位名義正式公文提出申請，感謝系裡助教李和青小姐及主任等協助以學校為名發參觀公文。

日月潭教師會館舊地重遊，單其滄老大貼在Line班版相簿貼首頁的教師會館前民國62年畢旅全班合照的白如樓仍在，我們住的是最新的迎賓樓。當天晚餐後在白如樓B1聯誼廳開會，班長林一真開口就提同學會是否要繼續辦，結果發言的同學都說繼續辦，江瑞美及蔡克容賢伉儷主動擔綱明年同學會之旅的值日生。會中有同學提問：為什麼有同學都不參加同學會？其實，大學四年生活應是人生十六年學生生涯中最成熟最值得懷念的自我發展，我們是你最好的兄弟姐妹，你不會來和我分財產，我也不會去和你分財產；有的是關心、傾聽與祝福，那怕是每年短短兩三天的聚會也彌足珍貴，我們也開玩笑十年後聚會集合時的笑話。在日月潭搭車參觀幾個旅遊據點外，次日晨間三三兩兩另有湖濱漫步、騎腳踏車等。

11月1日（星期四）10:00從日月潭教師會館驅車前往台大地農場，中途在清境農場國民賓館休息參觀，並在見晴山莊擺夷風味餐廳午餐；於13:30抵清境附近的世外桃源—南投梅峯台大山地農場。14:00-16:30由解說員曾祥霖先生（真想你）帶園區導覽森林探索，白揚木步道深秋黃葉繽紛，同學倚靠兩排



逾10公尺高白揚木擺出各種姿勢合照；晚餐後18:30-19:30自然生態簡報及採蘋果簡報，簡報員說：「待會兒關燈簡報，打瞌睡可以，只要不發出鼾聲，……」很多人都乖乖照做，我也不例外。因為有點累及略有感冒，個人就沒有參加夜間觀察；倒是請櫃臺人員來為三樓四個房間開暖氣，因為當時氣溫已低於攝氏15度。11月2日（星期五）清晨06:30同學都已在大廳門廊集合，解說員曾先生帶大家在附近森林步道早安賞鳥。早餐後08:30開始退房行李上車，09:00開始這次來梅峯的重頭戲—採蘋樂（蘋芬秋色），很多人第一次採蘋果，有人路上就開始嚐又新鮮又好吃的蘋果。最後上車前半個多小時，曾先生帶大家玩環保大富翁，柏源兄敏捷身手演出地上滾圈令人驚艷，小妹、克容、天賜3人這組得冠軍，獎品各得環保卡片一張。12:30在埔里酒廠女兒紅美食館午餐，餐後繞商場一圈阿禮請大家喝甘蔗汁。14:30抵台中高鐵站，互道珍重再見，祝大家益壽延年不老春。

最後以永遠的班長林一真在Line的留言結束：「謝謝值日生周天賜辛苦完成主辦今年日月潭梅峯同學會之旅，阿禮和阿合熱忱分擔財務、交通和分配住宿，王詩民還是笑臉為大家拍照留下珍貴回憶，王大嫂、柏源兄和真白每年出席、阿琴如美麗候鳥翩然飛回，彩雲和麗華默默付出成全，小妹和蔡克容優雅大度接下主辦棒更令人敬佩！（柏源兄敏捷身手演出真是驚艷啊）這些都將化成養份，讓我們更珍惜情誼，更成熟有力量往前。謝謝大家六年來支持同學會旅遊。明年由新主委小妹及蔡克容擔綱的同學會之旅，只要健康和時間能夠配合，我們會歡喜參加。先感謝，如果有我能參與協助之處，歡迎告知喔~」。

系友傑出表現

- 恭賀曾志朗老師獲得「臺灣語言學學會」終身成就獎。
- 恭賀本系陳學志教授榮獲本校108年度獎勵學術卓越教師「特聘教授」之聘任，獎勵期程為三年。
- 恭賀本系宋曜廷、陳學志、許維素、劉子鍵、程景琳、王玉珍、盧雪梅、張世華、簡郁芬、張益慈等10位教師及博士班研究生榮獲本校研發處107年度「學術論文暨專書獎助」。
- 恭賀本系陳柏熹教授榮任「中國測驗學會」2018年第21屆理事長。
- 恭賀本系林正昌教授團隊於107年7月22日榮獲科技部頒發第三期高瞻計畫成果競賽特優。
- 恭賀本系陳學志、田秀蘭、吳昭容、林旻沛、許禕芳等五位教授榮獲科技部107年度補助大專校院「獎勵特殊優秀人才獎」。
- 恭賀本系朱芯儀(碩班95級)與盧鴻文(博班98級)二位系友榮獲2018年11月17日「臺灣諮商心理學會十週年年會」之「傑出心理師獎」。

林家興教授專訪

文/編輯/照片/邱芳柔

家興老師已於上學期退休，雖仍有在系上兼課，但大學部的同學可能較無機會上到老師的課。因此本次系友會訊邀請老師針對大學部的同學們在求學中，以及畢業季經常有的問題做訪談，期望能帶給同學們老師的勉勵。

I. 台灣的大學生數量愈來愈多，如果只有成績好是在就職的時候是很難脫穎而出的，您認為我們應該在在校期間多充實什麼樣的經驗才能成為我們的亮點呢？

師：同學在大三大四時開始會關心出路的問題，師大的畢業生在就業的時候我覺得還是比較有優勢的，（因為）師大在社會上印象較好，所以師大畢業生會被優先考慮。特別是心輔系，因為心輔系訓練扎實，同學素質在入學時就已經很好了，經過四年訓練出來以後，擔任輔導老師等工作其實有很好的基礎，所以同學們在找工作上可以不用那麼焦慮。只是說看你是找公立還是私立的學校，要是在北部或在南部，應徵北部的公立學校可能競爭會比較激烈，中南部的話我們系相對來說就比較會被優先錄用。那既然是讀師大，我建議同學們有機會還是要修教育學程，特別是將來想要當中學老師的人，因為這樣就多一個條件，應徵工作時，就可以應徵中學老師。除非說很清楚自身的目標不是要當中學老師，那就可以不用修，去修自己有興趣的學程。

師：你如果問我說，在學校要充實什麼經驗，我覺得是很難說的。在

『最重要的是要清楚自己的目標，目標清楚了後面就清楚了。』

我的理解裡，我是主張說，追求自己的興趣比追求時髦的、流行的行業或科系更重要，為什麼？因為你工作一做就是20年、30年，喜歡的工作你做再久再累你都還是喜歡，但如果興趣與工作沒有關係，做30年那會很辛苦。所以說，我沒辦法告訴同學該修什麼課，喜歡的就去修，包括參加喜歡的社團，多充實實務經驗。

II. 在大學生面臨就業、考研究所與出國深造的問題上，您會建議我們怎麼做出選擇呢？

師：這個還是要看自己的生涯目標。如果是諮商心理師那我會建議在國內念心輔系碩士班，因為諮商心理師考試應考資格有規定七門課，還有兼職實習、全職實習，國內都有安排好了，所以在台灣唸的話這些

都幫你準備好了，只要考得上研究所，念個三年四年就有應考資格了。那出國的話，以前可以回來用補學分的方式補齊，但從106年的一月一號開始不行了，如果在國外念，國外的碩士班很少會配合考選部開課，回來後不能補學分也不能補實習，應考資格會是一個問題。

（MU有另外的安排）

如果想當大學老師，那肯定要出國比較好，大學教職也很競爭，出國讀有外國語言的訓練，而且出國一定要念博士，出國只念碩士就很難應徵大學教職。大學生也可以透過交換生來增加出國學習的經驗。所以還是回到前面，就是你的目標要清楚，想清楚生涯目標，就可以去規劃要充實什麼，選擇什麼就很清楚。

如果你的目標是當行動心理師，那在國內累積經驗就很重要，要在國內各種執業場域磨練，變成可以獨當一面。

高考裡面有一個人事行政，要是想當公務人員考高普考是不錯，那你要怎麼判斷這個公職跟你有關呢？你就去看各職類公務人員考試的考試科目，只要考的科目裡有一科心理學，那就跟你有關嘛。

有些人其實是考上公務人員之後，用公費的機會出國，所以也可以在考上公務人員後爭取這樣的機會。

III. 學生在學習時可能經常會面臨付出的時間和收穫不成正比的情況，想請問家興老師在作為學生時，有沒有什麼讀書秘訣可以透露給我們知道呢？

師：我們以前的年代，大學生的生活單純，現在的大學生好像比較忙碌，所以時間管理變得很重要，速度變得很快，現在電腦已經變成生活一部分，事情要分輕重緩急。我現在是用紙本的行事曆，可能你們現在比較少人在用，都記在手機裡。用行事曆來管理生活很有幫助，我之前聽過紙本行事曆管理的演講，行事曆除了記事情，還可以記什麼呢？比如紙本行事曆可以記里程拿來報帳，記一些靈感和想法，或是致詞前的講稿。我因為現在帳號密碼實在太多了，已經需要管理了，所以我還會夾一張紙記帳號密碼，還有系上的緊急聯絡簿，精神疾病診斷名稱一覽表，社會資源一覽表等。

讀書秘訣，我之前受惠很多的就是讀書要畫重點，我們以前都是畫在字上或下面，我後來劃重點是在重要的一段左邊或右邊畫一條上下的直線，更重要畫兩條，或是打星星，做摘要。因為我們用線條或螢光筆畫在文字上，可能到後來會影響閱讀。

重要的是，考試前一定要再複習，考試前就看你畫的重點
IV. 您認為除了現在我們要學好系上的基礎課程之外，還有哪些能力是作為心輔系學生需要提高的呢？

師：系上的課都很扎實，所以照老師的要求來讀書，其實已經很夠了。那如果還有時間，就去多看書，去圖書館借書，看書的時候不要太限制自己，有興趣就看。寫報告時，多看書的好處就是會提高國文程度讀多了就會套用別人比較好的書寫方式，報告會寫得比較流暢。現在雖然比較常用電腦打字，但有時候還是會用到手寫字體，我以前會拿鋼筆帖練字，因為如果學問好，考卷寫字不好看，閱卷老師就多少會扣幾分。

熟悉電腦軟體，特別是文書之類常用的，在工作職場會用的，熟悉以後，也可以提高工作的效率，應徵助理工作也比較有優勢。

還有，心輔系的測驗與統計是全師大最強的，像大學的教授都要做研究，但教授比較忙他不會自己跑統計，一定是請助理做，所以若能在心輔系讀書時，把測驗跟統計修好，找助理的工作很容易。我的朋友之前在美國念博士班時，靠當統計小老師，幫忙同學老師跑spss，就把學費賺回來了。

V. 系上的學生出路已經不僅僅限於老師或心理諮商師，但學校方面對於出路輔導相關的資源可能與其他大學比較還是偏少，請問老師有沒有什麼建議我們可以接觸或去認識相關職業的管道呢？

師：關於輔導老師領域的：可能要請教這幾年畢業的學長姐，因為他們的經驗比較新，比較適合，可以拜訪最近幾年畢業的學長姐，如果



不認識這樣的學長姐，可以詢問導師幫忙牽線。

學校以外的工作機會：我們師大以前在這方面的就業資訊相對比較少但近幾年學校就業輔導組改為就業輔導中心，會舉辦就業博覽會，企業參訪，也會補助各系請業界教師來演講，做的比以前多很多，想知道這些資訊可以留意中心的網頁與資訊。

VI. 家興老師在讀書時期的趣事，或是老師想分享的内容。

編：老師當時在大學時參加的社團？

師：我們那個年代沒有那麼多的課也沒有那麼多的社團，當然也有啦，我那時候也是有參加，只是說我自己的個性的關係，所以參加社團沒有那麼積極活躍。但那時候我比較積極在做的就是去參加有獎金的論文比賽，只要學校有辦有獎金的論文比賽（就去參加），那時候希望賺一點學費。當時我不是念公費的師大，而是念政大，政大是自費。那時候政大的氛圍是去考公職、高普考，高普考要大學畢業才能考，學長姐就會提醒我們要提前準備，所以我就自我督促讀書，很幸運地在讀研究所的時候就考上了教育行政高普考，那時候高普考也不好考，考高普考也是生涯規劃給自己多一個選擇。

因為我是唸教育系，本身就是教育學程，所以就去修一個英文學系當輔系，試教的時候也是教英文。以前念大學的時候因為政大在木柵比較偏遠，休閒活動就是爬山、散步。不像師大在市區裡，旁邊又是夜市，很是繁華和熱鬧，在一個比較單純的環境讀書效果會比較好。在繁忙的環境保持一個單純的心是很重要的，不要遠離自己的生涯目標。

本系系友朱芯儀當選十大傑出青年

文/心輔系



國立臺灣師範大學教育心理與諮商輔導學系校友、學生輔導中心及資源教室特約心理師朱芯儀，當選「第56屆青商會全國十大傑出青年」，10月15日接受兼任評審主委的立法院長蘇嘉全掛上榮譽肩帶。

朱芯儀在「社會服務類」受肯定，她17歲因為腦瘤失明、右耳失聰，但依舊勇敢活出自我，並取得兩岸心理諮商師證照。她因一顆腦瘤扭轉人生，失明讓心的力量更強，她的自傳寫到「你未必出類拔萃，但肯定與眾不同」，透過她的故事教會我們「用心看」，世界是明亮的，未來充滿希望。

國際青年商會中華民國總會公布「中華民國第56屆十大傑出青年」，蘇嘉全表示，十大傑出青年選拔強調當選人必須有傑出的成就，刻苦努力的奮鬥過程，良好的品德以及對社會國家的貢獻，經由各領域專業組成

的評審團秉持嚴謹的態度及公平、公正的原則，評選出今年10位十大傑出青年。

朱芯儀受訪表示，15歲得到腦瘤、17歲失明，不只是眼睛問題，右邊耳朵聽不到，右邊肢體不靈活，人生從很高處跌到最低潮，過程中，一直重新學習接納自己的不完美，愈快接納這些不完美就愈快站起來，很想帶給大家就是這樣的生命韌性。

她說，當選十傑是因為她是兩岸間第一位重度視障的心理師，分別取得大陸與臺灣雙邊的證照，希望把生命的熱情與專業諮商的能量推廣到全華人世界。

朱芯儀帶著導盲杖盛裝出席當選公布記者會，其實標記缺陷的導盲杖一度讓她感到非常丟臉，但因為爸爸放手讓她跌倒，才讓她慢慢懂得要接受自己。她說：「我爸爸多麼狠心，我多麼埋怨他為什麼這樣對我，可是其實我心裡也就知道一件事就是這條路沒有人可以陪我走一輩子，只有我拿起手杖才能面對我的未來。」想了解更多朱芯儀老師，可參考：

朱芯儀 視障心理師 粉絲專頁：



朱芯儀 視障心理師 YouTube：



朱芯儀心理師的部落格：



本系林正昌教授團隊 獲高瞻計畫成果競賽特優

報導引用自公共事務中心胡世澤老師

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系林正昌教授帶領「金融教育創客課程開發與評估」研究團隊，7月22日獲得科技部頒發第三期高瞻計畫106年度成果競賽大專組特優獎。

為提升國民科學與科技素養，科技部於2006年開始推動「第一期高瞻計畫」，首度補助高中職，促成高中職與大專院校合作研發新興科技創新課程。2011年起持續推動「第二期高瞻計畫」，落實課程研發、精緻化及推廣，並著重提升多元族群學生新興科技素養。

為使計畫理念從高中職向下延伸至國中，科技部2016年催生「第三期高瞻計畫：新興科技融入中學之創新課程發展研究」，鼓勵國中、高中職以及大專院校與產業締結策略聯盟，共同開發融入中學學校課程教材。

第三期計畫配合十二年國教新課程，鼓勵高中職及國中結合新興科技主題、Maker Movement（自造者/創客運動）理

念，研發跨學科的學校特色課程，提供學生更真實的學習情境，誘發學生對科技的好奇心，培養學生主動探索動態新興科技發展過程，並探究科技對人類的影響等能力，以提升中學的科技教育品質。

透過大手攜小手，心輔系林正昌教授帶領的研究團隊，與成淵高中及龍門國中合作，進行「金融教育創客課程開發與評估」，由成淵高中及龍門國中負責金融教育的課程開發，林教授團隊則進行金融教育的「課程評量模組建立與課程評鑑」。

除了林教授團隊獲得「大學團隊組特優」，該計畫伙伴學校成淵高中亦同時獲得「高中高瞻課程組特色獎」及「高中職學生成果組優選」。

林正昌教授表示，期望能開發出適合中學生的金融教育創新課程，促進金融教育向下紮根，進而提升青少年金融素養。

• 恭賀本系系所友高中2018年第二次專門職業技術人員高等考試「諮商心理師」證照，榜單如下：游心慈(碩104級)、張在蓓(碩102級)、黎欣怡(碩90級)、余芊慧(碩103級)、許筑媛(碩103級)、白家瑞(碩103級)、潘宣露(碩102級)、陳宣含(碩103級)、吳雪華(碩103級)、石瀝新(碩103級)、吳芯瑀(學104級)、莊芷昀(碩103級)、李宥璉(學104級)、蘇于珊(碩100級)、游家豪(碩103級)、張桂綿(碩103級)等16名。

運動表現



賀！本系於107學年度校運會拔河比賽奪冠！

國際交流



北德州大學來訪，與本系學生交流。

在這項整合型計畫中，大學端除了協助中學端開發課程及進行課程評鑑外，也蒐集分析第二期高瞻計畫資料，發展出高中職生金融概念網絡圖，並以此一網絡圖持續開發線上金融素養評量系統，預計下年度應用於教學中，培養學生自主學習能力，使學生下課後也能深化金融素養。



戮力以赴 | 心輔啦啦負責人專訪、選手之夜報導

編輯/邱芳柔

結果並不重要，我們重視的是過程

文/李明翰、陳沐恩

明翰：原本是沒有打算帶領學弟妹的，但剛好時間沒有以往緊迫，就成為輔助其他兩位角色。在學弟妹練習的時間裡，如果可以的話，我會盡力培養他們的自信，動作跟別人不一樣都沒有關係，但至少有著改變過，到了末期練習的時候，我發現到他們臉上的笑容比起初期多了許多，這才是我們所樂見的。名次什麼的都不重要，重要的都是過程，這是在大學裡，唯一一次能跟一群人為了同件事共同努力，如果學弟妹能在任何一刻感到滿足，那我們學長姐的角色也就有圓滿了。

沐恩：學弟妹們開心，這個啦啦就很成功了！！

今年的選手之夜主題是『心輔之巔』，系學會活動股說，靈感來源是取自十多年前前的偶像劇『禁禁之巔』主角追求舞蹈最高境界，透過跳舞這樣正面的方式來互相比試的劇情，每個系級都代表著一個舞蹈團體。首先登場的大四舞團讓學弟妹們十分驚豔，不論是隊形、口號，或者是舞蹈完成度都十分之高，甚至口號中還融入了大四即將畢業以及面臨未來出路選擇糾結的心情。選手之夜主辦人育馨說，很感謝大家如此用心準備啦啦的表演給學弟妹們加油打氣，選手之夜是活動股上任以來第一個大型活動，但是股員們彼此之間都很懂得團隊合作，雖然是第一次配合，卻展現出了絕佳的默契順利的完成了整個活動。



啦啦 | 滿溢的感動 文/鄭詠潔

如果得用一個詞形容啦啦，那就是「感動」吧，這段日子是很多感動的總和。

比賽當天，和夥伴坐在觀眾席的感覺很微妙，儘管早就看過無數次的練習，但那天在舞台上的他們特別迷人，看見他們始終掛在臉上的燦爛笑容便覺得：啊！任務達成了。走回教大的路上回想起一個半月來從零累積的歷程，依然覺得很神奇……接下這個任務後其實蠻忐忑不安的，對於編舞、教舞，面對百十有很多很多的擔心；但也是他們的可愛與認真，趕走了所有擔憂。日常的練習、周末加練、窩在教五做道具，就連跑位跑錯、忘記動作尷尬笑的模樣都讓人覺得值得紀念。

心輔啦啦很特別的是：追求的並不是名次，而是為了與夥伴一起很開心地完成一件事。就算有表演失誤也不會互相責怪，因為知道彼此已經用盡全力，而開心真誠地笑著。今年表演沒有特別酷炫的道具或口號，但他們散發的堅定和快樂感染力很強，我想這就是我們最珍貴、最與眾不同的地方吧。

說感動是因為看見百十一全班40個人當著彼此的後盾；因為思緒枯竭、累癱的時候也與負責人夥伴們癱在一起；因為時時刻刻都有人給予關心和鼓勵；因為最後我們對同一件事感到滿足與快樂，讓我們當初帶啦啦的初衷成真了。這段日子接收到很多感謝、鼓勵與幫助，而過程中的苦惱、挫折也正是成長的印記吧！謝謝身邊人的信任，讓我擁有勇氣和機會，參與這份瘋狂的美好。

編舞 | 從茫然到完成 文/吳雅婷

這是第一次當這麼正式的一場演出的負責人，一開始很沒有方向，也不確定怎麼做才好，但就是憑著自己的想法一步一步去試，然後就完成了這件事。最初在編制整支舞的架構時，我與另一位負責人想了很久，總是有個雛形但也參雜了很多可能變動的部分，最後我們決定以「初心、受挫、重拾信心」當成這次啦啦的主題，這樣的走向似乎很心輔系哈哈，在選歌的部分我蠻快就決定好了，也是很剛好聽到那首歌又很符合意象，所以歌的產出沒有什麼太大的困難，反而是編舞的部分，這也算是我第一次編舞，萬事起頭難，完全不知道要編什麼，真的就是亂編，雖然啦啦的難度與我本身社團相比，確實是可以簡單輕鬆很多，但我並不想用的太簡單，看起來草草了事，所以想了很多畫面，試了很多動作，也常常編一編發現自己一直在重複原本的東西，然後就會全部打掉重來，幸好到最後順利完成，但真的要跟學弟妹們說聲抱歉，好像有點太難了。

在帶學弟妹時，一開始也很茫然，不太知道要怎麼帶，也不知道他們是不是真的懂，最煩惱的是不知道要放多少比例在嚴格的部分，畢竟大家並非每個人都學過舞，他們也許是想跟大家一起完成一件事才來的，所以我傾向不兇他們，但有時發現他們動作沒記熟、不標準，或是練習心不在焉時，就會很糾結要不要罵人，而最後我總會選擇好好說，畢竟跳啦啦開心就好是大家的共識。他們真的很認真，甚至還用課餘時間練習，感受到他們有這正把這件事放在心上，讓我特別暖心感動，也很謝謝這麼努力的舞蹈組，不怕累的來練習；同時也很感謝道具組，你們是不太被看到的一群人，但沒有你們，就不會有這麼符合我們負責人想要的背板，你們真的很厲害，也辛苦你們了。

比賽當天，你們一定很緊張吧，我與另一位負責人坐在觀眾席正中央看著你們，是你們最重要的支持，很滿意你們最後的演出，就算真的有失誤我一樣很滿意，因為舞台上認真可愛充滿信心的你們，為了同一件事情付出的你們，通通都是我心中的冠軍了。

最後要謝謝我的好夥伴，我很喜歡你編排的東西，以及帶學弟妹的方式，總是很歡樂氣氛很好，也常常cover我來不及完成進度，真的辛苦你了，你很棒！另外還要謝謝很多人，管理出缺席的總籌，以及幾乎每次都來幫忙的兩位同學，真的很謝謝大家，因為我常常為了社團離開，但你們都會幫我補好大家的狀態，這一路上，看到的改變，感受到的人際，以及對自己的要求，還有大家的回饋，這些成長，都是我在這次啦啦中得到的禮物。