

## 06 主任序 >> ●●●●●●●●●●●●●●●●

本校的學生大多數來自高職體系，其上課方式、課程要求皆與中學時有所不同。大學生活期待學生發揮主動積極、自我負責的學習態度。同時，自我學習與自我負責正是大學生活中一項重要的課題。然而，與過去中學求學習慣不同，容易讓大學生無法善用大學求學時間，影響個人能力的發揮，也容易感到焦慮及挫折。時間管理與生涯議題有關，沒有妥善的時間管理將影響未來生涯的定向與執行。因此，本期霧城紀事選擇時間管理的相關議題作討論，希望能與全校師生分享；並能做好自己的時間管理。

本期的編輯團隊規畫了多元面向時間管理議題，內容包括了「小時間大問題」，以隨機方式訪問本校學生五個問題，如「希望一天可以有幾個小時」、「如果有時間暫時器，在過去、現在、未來，你會想停在哪個階段?」、「我通常會因為什麼而影響原先計畫的執行」、「目前在時間上，我覺得最重要的事」，及「時間運用在什麼地方最有意義」，整理出本校大學生對於時間管理的想法。在「Time補給站」則邀請本校大學生分享在時間管理的經驗，讀者可以從學生角度與經驗發現學生是如何管理時間；在「時間異言堂」部份，我們邀請本校人文暨社會學院林樹全院長、理工學院潘吉齡院長、行銷與流通管理系涂鈺城主任、建築系謝銘峰助理教授，及資訊管理系李麗華教授等師長撰寫文章，讓讀者們閱讀師長時間管理的故事，同時也可對時間管理有新的發現與學習。

其他單元包括「時間新價值」、「時間停看聽」，由學生發展中心的三位實習諮商心理師談個人時間管理的思考與方法，提供讀者新的思考面向。由多元角度探討時間管理的內涵及重要性，以期讀者能從中擷取所需，並運用到大學生活之中。

本刊或囿於時間管理議題內容廣博，疏漏之處在所難免，於此懇請各位先進不吝海涵與指正。最後，本刊之順利出刊要感謝校長、副校長與學務長鼎力玉成、編輯團隊的辛苦及用心，讓本校心理衛生工作得以順利推廣。

曹俊德