

成功是可以練習的

工管系 / 施雅齡

本期電子報採訪的是陳宏達學長，在侯東旭老師眼中的他是個傳奇人物，在學期間為社團盡心盡力，差點被二一。而後收心「浪子回頭」認真讀書提升自己的能力，現今在徠通科技擔任品保經理一職。

學長當年在雲科大最深刻的回憶莫過於和一群街舞同好創立第一屆熱舞社，且擔任教學長，在學舞、編舞、教舞、表演的過程中，不僅提升溝通表達能力，更結交一群好朋友、好夥伴。學長建議大家，多參與社團活動創造屬於自己的感動記憶，在他心中這段回憶是相當美好深刻的。



對於成功，宏達學長的定義是達到自己設定的目標，而成功是可以練習的，試著從日常生活中運動、讀書、旅遊，逐步累積，從過程中建立信心與喜悅，許多偉人的成就便是來自於日常生活積鑽下來的小成功。工管所學的PDCA相當適合用以自我提升的計畫，行動力是相當重要的一環，嘗試與周遭朋友講述你的計畫，因為外在環境因素會有效維持你的行動力。



宏達學長給予即將步入職場的同學建議先做虛心學習的心理準備，在學校的求學環境非常自由，但在職場有其管理規定與工作要求，所有人、事、物都是全新的學習。「能蹲的下才能跳的高」，在工作中努力學習工作技能，當工作技能獲得肯定時，或許就能培養出你所喜歡的工作。

而學長認為在工作中最重要的是抗壓性和肯學習的態度，公司需要能夠解決問題的人才，而你能解決問題的能力將決定你的薪資報酬。

最後學長想告訴大家：生活和工作壓力如同氣球，承受過度的壓力會爆炸，過於鬆弛則會變的消極。應該多培養正面有益的洩壓活動，心靈快樂身體才會健康，當困境來臨時才能積極迎戰。