

新竹高工圖書館訊

發行人：陳世程

主編：陳惠青

題字：張雙士

出刊日期：2024/3/27

編輯：古紫彤

地址：新竹市中華路二段二號 圖書資料館

發行期數：156

創刊號：2003/11/01

參考諮詢專線：533-8751 # 290、291

最新消息

- 1.【全國閱讀心得寫作比賽】第 1130310 梯次全國中學生閱讀心得寫作比賽，本校共有 26 篇作品參賽，本館預祝參賽同學都能榮獲佳績，為個人與學校爭取榮譽(感謝老師們的熱心指導)。
- 2.【全國小論文寫作比賽】第 1130315 梯次全國中學生小論文寫作比賽，本校共有 29 篇作品參賽，本館預祝參賽同學都能榮獲佳績，為個人與學校爭取榮譽(感謝老師們的熱心指導)。
- 3.【世界讀書日系列活動預告】本館將舉辦一系列活動，內容如下：
*我的健身計劃主題書展 3/25-4/19 小藝廊
*竹工說書人 2023 年全國學生圖畫書創作比賽得獎作品分享
時間和地點：4/9、10、11 12:00-12:30 本館小藝廊
場次一：4.9(二) 室二甲 范曉倩
分享好書：《 ？ 》
場次二：4.10(三) 室二甲 房瑀恩
分享好書：《 小紅 》
場次三：4.11(四) 室二甲 劉庭均
分享好書：《 變異雞 》

竹工說書人

內容分享：2023 年全國學生圖畫書創作比賽得獎作品創作分享
日期：3/25、4/9、4/10、4/11 的中午 12:00-12:30
地點：圖書館小藝廊
《感謝擔任說書人同學的分享》 《歡迎全校師生蒞館參加》

 4.9(二) 室二甲 范曉倩 分享好書：《 ？ 》	 4.10(三) 室二甲 房瑀恩 分享好書：《 小紅 》	 4.11(四) 室二甲 劉庭均 分享好書：《 變異雞 》
---	--	---

- *資料摘要競賽 4/17 第 5-6 節 閱覽室
 - *圖畫書創作競賽 5/1 收件截止 請將作品繳至典藏區
 - *圖畫書創作展覽全校公投 5/6~5/10 小藝廊
 - *高一二班級讀書會成果發表 5/22 班會課 各班教室
- 4.【80 週年校慶系列活動之圖書館近 10 年精彩活動展】於 3/25~4/13 在數位區展出，歡迎全校師生蒞館參觀。
 - 5.【板金科畢業成果展】於 3/25-5/3 在欣學樓地下 1 樓戶外廣場展出，歡迎全校師生蒞館參觀。

6.【新期刊介紹】



機械新刊

機械新刊不僅是一本學習型的刊物，提供機械廠工程師以及學生們汲取知識，也不只是讓學術界有發表實務文章的園地，更不獨獨是讓業界可以蒐羅資訊的地方，機械新刊更是一個強大的媒體和整合平台，提供了產官學研各界豐富知識，也是企業採購、產品行銷的全方位利器。



化工

台灣化學工程學會於民國 42 年成立，為報導化學工業發展與近況，發行刊物免費分贈會員及有關機關及學校。內容有專著及論文、並有我國化學工程研發成果及加強對外科技之交流。本刊發行至今已三十載，迭受教育部及行政院國家科學委員會評列為國內學術研究「傑出期刊」。

優秀作品分享

全國中學生閱讀心得寫作比賽優等作品

作者：資二乙 許睿芸

書名：《哥教的不是歷史，是人性》

索書號：177.2/6055

圖書作者與內容簡介：

本書中，呂捷以最擅長的歷史故事告訴你，幾乎所有英雄偉人都有魯蛇的過往。而年少時的呂捷也不是一路平順，父親生意失敗跑路，母親是水泥工，他更是個曾被退學的問題學生。畢業後從事過水泥工、殯葬業、討債公司，終日菸酒，沒有未來。直到母親的一滴眼淚打醒了他，才痛定思痛改變自己，成為全台最知名的歷史老師，跳脫魯蛇人生。



內容摘錄：

*上帝關起一扇門，祂就會幫你開一扇窗。只是上帝常常開開關關，你也不知道祂到底在想什麼。不過，所有的安排都是最好的安排。 P.80

*眼前的挫折是為了下一次的成就奠基，可惜的是，大部分的魯蛇通常會陷落在失敗的情緒中，怨天尤人。 P.102

我的觀點：

這本書是補教界歷史名師呂捷，以他自己一貫的有趣話語方式來敘述歷史人物，文字內容中還夾雜了一些閩南語詞彙，讓我讀起來少了之乎者也的距離感，對歷史更也能有不同面向



發行人：陳世程

主編：陳惠青

題字：張雙士

出刊日期：2024/3/27

編輯：古紫彤

地址：新竹市中華路二段二號 圖書資料館

發刊期數：156

創刊號：2003/11/01

參考諮詢專線：533-8751 # 290、291

的解讀與體會。

「以銅為鏡，可以正衣冠；以古為鏡，可以知興替；以人為鏡，可以明得失。」千百年來，物換星移，滄海桑田，只有人性未變，從歷史中可以知興替，可以使自己不重蹈前人的覆轍。又孔子曾說「見賢思齊，見不賢而內自省」，所以此本書的作者就藉由歷史人物來說明什麼是魯蛇（loser，輸家），而這些魯蛇在經歷過失敗、人生低潮、懷才不遇……等等事件後，如何看清自己的不足、如何多磨練能力、勇敢的做自己，最終變成一個成功的魯蛇。

魯蛇有幾個特徵：一是充滿負面能量，對現狀不滿但只是抱怨而已，拒絕改變。二是眼高手低，胸懷大志但不去做簡單小事。三是安於舒適圈，夢想越來越小、要求越來越低、對自己越來越好。另外書中有提到現代有一種文明病叫做“茫然感”。亦即現代人不知道為何而戰，不知為誰而戰。不知道讀書到底是為什麼？不知道工作又是為了什麼？

所以作者認為擺脫魯蛇的第一步，就是要找回熱情，轉變心態，面對真實的自己。在人生裡會遇到各式各樣的挫折和考驗，可不能因為這些打擊就將自己藏起來。應該好好面對自己，誠實的面對自己，反省過去自己的錯誤在哪裡，認清自己的實力在哪裡（找到自己的定位），然後找到勇氣重新出發，找出新的目標繼續前進。

脫魯的第二步就是「投資自己、管理自己，面對衝突、管理衝突」。「投資自己」，讓自己變強，呂捷建議學生不要把時間花在打工上面，應該要想辦法多充實自己，像是去旅行增廣見聞、運動練身體結交好友等等。「管理自己」，就是控制自己的人的欲望，也就是在強調自律，不要讓散漫成為藉口，有心要改變的話就執行吧。「衝突管理」，就是不要害怕衝突，要有被討厭的勇氣，勇於去爭取自己覺得對的事情。

所以作者認為脫離魯蛇的重點就在於改變自己、從做開始。另外，我相當認同作者呂捷對改變的詮釋，他說，衝突常常會發生在生活中，不論是在職場、家中還是朋友的相處，每當遇到我們不順心的事（比方：覺得同事難搞、老闆機車還是朋友很魯），不要總是抱怨，負面能量上身。先想想是不是自己也有問題，是不是自己講話方式其實也讓人不舒服？是不是其實老闆的要求我們常常沒有搞懂？是不是常常自己也隨意讓他人侵犯到自己的原則？……所以“改變別人不如改變自己”。這就是作者所提的觀念：山不轉路轉，路不轉人轉，人不轉心轉啊！

書中第二段是作者呂捷的半自傳式經驗談，在他年輕的時候，其實也是一隻魯蛇。因為逢家中環境遭到巨變，一時之間覺得自己什麼都無法贏過任何人。讓心中的某個角落產生了“自卑感”，為了隱藏自卑感而轉變成自大、無故鬧事、整天遊手好閒、不務正業的一個人。對現實不滿，整天就只有抱怨，而沒有想過改變和心懷感謝。在那段很茫然的時期，國中被迫轉學，高中聯考成績不理想而放棄升學。也做過水泥工、小混混等等。有一天的傍晚，母親的一滴眼淚，喚醒了作者開始面對自己，走出舒適圈，痛定思痛的改變自己。所以，上天為你開了一扇窗就是會有它的安排，只有面對真正的自己，才會是擺脫魯蛇的開始。

看完這本書後，對我最大的啟示是第一點，凡事「坐而言不如起而行」，做了就有希望，做了就有心得，做了就有想法，做了就有感動，更重要的是做了才會有成就。第二點，是培養「幽默感」，對於生活中面對各項挫折、失敗或不如意的事情，若能以「幽默感」的心態來讓自己轉念，以一個更寬廣的角度去看待挫折、失敗或不如意，則會讓我們的心胸變寬闊，精神變偉大，生活變精采，最後成為一個快樂的脫魯者。

討論議題：

如何擺脫魯蛇，做一個成功的脫魯者。

好書推薦-高效學習主題書展

1. 《不敗學習力：學霸都在用的 10 大聰明讀書法》

索書號：521.1/7251

2. 《高層次閱讀與思考》 索書號：019/4454

3. 《絕對高分！東大生的便條紙閱讀拆解術》

索書號：529.98/7243

4. 《我的哈佛數學課》 索書號：310/8794

5. 《學習,玩真的!》 索書號：520.933/4434

6. 《看美劇,說出一口好英文》 索書號：805.18/2615

7. 《東大教授親自傳授文組輕鬆學機率》 索書號：319.1/6584

8. 《從讀書到考試，你可以更好！找回動力、高效學習，提高成就感的學霸 5 大科致勝筆記》 索書號：019/5025

9. 《那些學霸教會我的事：20 位建中、北一女學霸的 Z 世代青春哲學，陪你在制度裡、校園外無懼前行》

索書號：863.55/1044

10. 《論證寫作：建中名師親授，最強專題報告、小論文寫作技巧，用文字精煉思考、精準表達觀點》 索書號：811.1/1000