

宿生多元學習讀書會企劃書（樣稿）

讀書會名稱	「尋找大學生的生命力」讀書會
動機與成立目的	藉由研讀、討論及分享，激發成員們在大學生涯中對自我的反思，並藉由小組運作及分享，練習團隊學習的形式。
籌備工作	<ol style="list-style-type: none"> 1. 先行預借場地，並購買讀書會用書。 2. 每次讀書會前通知所有成員，並印妥相關資料。
進行方式及預定內容、地點規劃	<p>10/12（二） 商學院 607R</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 庶務事項討論 2. 確認每次研讀範圍，並設立討論主題。 3. 確認每次導讀人選。 <hr/> <p>10/19（二） 商學院 607R</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 「這輩子只能這樣嗎」導讀及摘要分享 2. 組員彼此分享自己的相關經驗及心得 3. 結語 <hr/> <p>10/26（二） 東道飲食亭</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 「真希望我 20 歲就懂的事」導讀及摘要分享（上） 2. 組員彼此分享自己的相關經驗及心得 3. 結語 <hr/> <p>11/2（二） 東道飲食亭</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 「真希望我 20 歲就懂的事」導讀及摘要分享（下） 2. 組員彼此分享自己的相關經驗及心得 3. 結語 <hr/> <p>11/12（五） 商學院 607R</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 每個成員分享參加讀書會之心得 2. 彼此回饋及鼓勵 3. 填寫反思回饋表及滿意度問卷 4. 庶務事項討論。
預期成效	<ol style="list-style-type: none"> 1. 小組成員藉由閱讀與分享生命故事，提升彼此情感交流。 2. 由書籍的學習，進而在生活中獲得啟發與實踐。 3. 學習團隊運作，提升彼此學習效果。 4. 將讀書心得發佈於 facebook，引發更多的分享與討論。

經費預算表：

項目	金額	說明	每組補助經費
影印費用	300	影印資料 60*5(人)=300	
膳食費	960	7/6 和 8/2 將會橫跨中餐時間 80 元*6(人)*2(天)=960 元	每人每餐補助 上限 80 元
書籍	2748	購買書籍： 1. 這輩子，只能這樣嗎？（博客來查價：237 元）6 本 2. 真希望我 20 歲就懂的事：史丹佛大學的創新×創意×創業震撼課程（博客來查價：221 元）6 本	每本書補助上 限 499 元
總計	4008	每組補助上限為 2500 元。	

※ 住輔組補助對象為本校學生，核實報支並結案後支給相關費用。

※ 經費核銷相關依據教育部規定辦理。

其他補充資料：

一、「這輩子只能這樣嗎？」書籍目錄：

前言：你，到底怎麼了？

在你空虛枯竭之前…… / 想改變，但不知該怎麼做 / 一個「放水」的文化 / 誰來評斷你的「成就」？

I 這是你要的自己嗎？

第 1 章 幹嘛刪掉你的人生

你是不是這種人？ / 不跳舞的舞者，沒寫作的作家 / 逃避，真的可以換來永遠的自在嗎？ / 放棄機會，你敢保證將來不後悔？ / 故意選擇「低成就」的人 / 就這樣，你困住了自己…… / 勇敢面對人生的問號

第 2 章 孕育平庸的搖籃

培養出一種新的「慣性」 / 一個迷人的微笑，就能爭取到便利 / 你覺得你是誰？ / 離家學習到怎樣的第一步 / 這樣的教育，敗事有餘 / 每個人多少有點叛逆 / 別被標籤害了你 / 故意「不盡力」的人 / 編織藉口，成了一種新興習慣

第 3 章 你的魔法怎麼不見了

魔法不再的時刻 / 關於工作的十二個願望 / 你該追尋什麼樣的工作？ / 為什麼很多人喜歡當業務 / 自己當老闆，在家當 SOHO / 選擇走自己的路 / 八種上班族，有沒有你的影子 / 總是彩排中的人生 / 什麼？朝九晚五？溜先 / 關鍵，就在細節 / 理財一團糟，沒耐性也不切實際 / 老是累得跟狗一樣 / 美好的人際關係 / 你是不是個好情人？ / 小心「後悔」這種感覺

II 你變了！

第 4 章 誰說本性難移

放下你心中的抗拒吧 / 改變的祕密真理 / 三個管家的故事 / 珍惜改變的代價 / 你正在哪個改變的階段

第5章 改變，就是這麼簡單

地上的一條線 / 四腳朝天又怎樣 / 噢，你怎麼搞的？ / 找個可以商量的人 / 學習新知，會讓你活力十足 / 想像一下，假如你是魯賓遜 / 秩序，將帶給你驚喜 / 太規律，就不好玩了？ / 失序不是一種絕對的美學經驗 / 劈柴、提水的藝術 / 真正的效率，就是正確的「投資」時間 / 床這種東西，就留給睡眠與做愛吧 / 故意做些讓你很煩的事 / 時間，以及「五分鐘定律」

第6章 你準備好了嗎？

任務1：先找樂趣，快樂是不能省的東西 / 任務2：一件夢想很久，卻沒有付諸行動的事 / 任務3：下定決心，並且堅定到不近人情 / 任務4：在洪流中學習規畫時間 / 任務5：想清楚，你到底是個什麼樣的人 / 任務6：自己有這些「弱點」嗎？

第7章 六千次！你敢不敢！

任務7：從現在起，別再自我設限 / 任務8：重複六千次，建立新習性 / 任務9：改變你說話的模式 / 任務10：看一看，自己進步了嗎？ / 任務11：打造一份夢想企畫書 / 任務12：訂立目標，別再「這樣就可以了」 / 任務13：失誤率不可能是「零」，擬好備用方案吧 / 任務14：使出渾身解數，選擇並完成一個計畫 / 任務15：終極大躍進

III 成長的驚異之旅

第8章 高山症，及其他鳥事

放心，鳥事是一定會發生的 / 堅持走在「正軌」上 / 別讓自己故態復萌 / 太棒了，我進步了！ / 別被「意外的成功」嚇到 / 不要光想著「美化」你的人生 / 慎防「沒有智慧的野心」

第9章 生命，就是一所學校

活出自己的風格 / 專注每分每秒的每件事 / 尊重時間，就是提升生活品質 / 你是不是個「出賣時間」的人？ / 讓自己充分休息與睡覺 / 學習，能帶來不凡的能力 / 理財，得拋開「乞丐變富翁」的怪念頭 / 沒天分又不會怎樣 / 讓你的心，有個可以「呼吸」的空間

後記：一趟必要的冒險

二、「真希望我20歲就懂的事：史丹佛大學的創新x創意x創業震撼課程」書籍目錄：

【專文導讀】我是可以改變的！ / 曾志朗 8

【推薦1】發揮創意，追尋人生大夢 / 吳靜吉 13

【推薦2】從「高識字率」轉型到「高創意率」的社會 / 姚仁祿 14

【推薦3】現在開始做也不遲！ / 黑幼龍 17

【推薦4】創業教育的莫札特 / 溫肇東 18

【推薦5】史丹佛教你打破框架，把問題變機會！ / 戴勝益 21

【推薦6】儲備迎向未來的關鍵能力 / 鍾蔚文 22

感謝詞 30

01 拍賣史丹佛學生——買一送二 37

如果你手上只有五美元的種子基金和兩小時的時間，你要如何賺到錢？我在史丹佛大學上課時，給學生出了這樣一個作業，鼓勵他們充分發揮創業精神，挑戰假設，利用有限的資源以小搏大。

02 打造自己的太陽馬戲團——擁抱問題，打破框架 53

我播放電影《馬戲團》的片段，請學生找出關於傳統馬戲團的種種假設：大帳篷、動物表演、便宜的票價、大聲叫賣、爆米花、火圈……等。接下來，我要他們顛覆所有假設，想像完全相反的情況。結果就出現一種新型態的馬戲團：太陽馬戲團。

03 來一客蟑螂壽司吧！——把餓主意變成好點子 73

我要求每一組都提出「最棒的構想」和「最爛的構想」，然後我把標示「最棒的構想」那張紙剪成碎片，把「最爛的構想」重新發下去。現在每一組手上都有一個別組覺得很爛的構想，他們必須設法把它改造成最棒的構想。

04 撿起散落地上的金塊——生活中處處是機會 99

這個世界有兩種人，一種人總是等著別人准許他們做自己想做的事，另有一種人則是發許可證給自己。機會就好像散落地上的金塊，等著有心人把它們撿起來。

05 矽谷的祕密醬汁——寫下你的失敗履歷表 117

被蘋果開除，可能是我這輩子碰到最棒的一件事。我可以拋開成功的重擔，再度輕鬆當個每件事都不是那麼有把握的新人。我因此有充分的自由，展開我一生中創造力最豐富的一段時光。

——蘋果電腦創辦人賈伯斯

06 享受人生的意外旅程——找到自己興趣、能力和市場需求的交集 149

生涯規畫應該好像到國外旅遊一樣，即使你事先做了周全的準備，有詳細的行程表，也安排好晚上住宿的地方，但最有趣的經驗往往不是透過事先規畫而來的。你印象最深的部分都是旅途中突然迸出的意外、偶遇的驚喜。

07 檸檬汁變直升機——幸運的人有哪些特質？ 169

幸運的人會把握剛好碰到的意外機會。他們不是穩穩操控著人生既定的航行軌道，而是隨時注意周遭發生的事情，因此能夠挖掘出每一種處境的最大價值。

08 最有價值的生日禮物——改變人生的簡單小事 191

誰能料到十歲生日時母親送我的萬用卡，竟然變成我收過最有價值的禮物！許多學校沒有教的簡單小事，會對你的人生造成很大的不同。多年來我因為不明白這些小事而跌過很多跤，也曾犯過一些無法彌補的錯誤。

09 老師，這個會不會考？——不要放過任何能大放異彩的機會 217

學生最喜歡問老師：「這個會不會考？」經過多年學校教育的不斷強化後，學生都曉得他們只需要達到最低要求，就能拿到想要的成績。要達到別人的期望並不困難，然而如果能突破自己的極限，就會發生許多不可思議的事情。

10 擁抱不確定的未來——三十歲、四十歲甚至五十歲時都應該懂的事 235

我現在有時候仍會不知該往哪裡走，面對眾多選擇時覺得不知所措。而如今我明白，不確定正是激發創新的火種，是驅動我們向前邁進的重要力量。