

# 「學習達人」經驗分享活動

## 基本資料

學 院	傳播學院	班 級	新媒體傳播管理學系三年甲班
姓 名	顏品羽	學 號	07310935

## 學習經驗分享內容

主 題 讀書學習策略、時間管理、語言學習技巧、筆記簡報秘笈

由於時間不停在流動，不等人也非常珍貴，因此時間管理是人生中重要的課題。剛上大一的我想打工賺自己的零用錢，卻也想在學校社團中獲得充實感，同時還要兼顧學業不能被當。當時的我常常忙到蠟燭兩頭燒，在餐飲業打工回到家也是疲憊不堪，隔天硬著頭皮拖著疲憊的身體上早上八點的課。日復一日的惡性循環，直至有一天終於身體受不了負荷，差點在早上等公車時暈倒，經過那次教訓，我記取經驗，深知不能繼續瞎忙與糟蹋自己身體，我在時間管理上做了許多功課。首先先從打工性質思考，同樣是下課到店裡打工四至五小時，我可以不必選擇餐飲又操勞又容易加班的工作，轉而換一個可以訓練口條、推銷能力及增進藥妝知識的工作場所——屈臣氏。聰明的選擇工作性質，可以在同樣是四到五小時的時間裡學到與以往不同的事物，工作量也比過去輕鬆，更重要的是當自己做過不同的工作，經驗就會比別人多。

在學校社團與課業方面，我本身做好時間規劃的行動是買了一本以「週」為單位的手帳，為什麼不是月曆呢？原因是因為我認為若是一下子把當月所有代辦事項列舉出來，心裡就會認為所有代辦事項還有非常寬裕的時間可以通融延遲，便會導致許多事情壓在最後一刻才做，對於時間管理是不好的。而週曆的作用便是列舉當週代辦事項，由於一週的時間本身就不多，我會自動提前做好該做的事項，預留一兩天緩衝可能又多出的代辦事項，若是沒有事情多出來可以繼續編寫下一週代辦事項並開始著手完成，此作法相較於以月曆記事來說，發生事情最後一刻才完成的機率是比較低的。

而自己安排事情的核心重點便是把重要的日程先寫下來，除了期中期末考需要前兩週開始準備以外，許多課堂上的小考、老師交代的平時作業都記下來優先完成，再來考慮課後的社團活動如何安排，例如練習吉他的時間、成果發表會準備……等。若是遇到重要考試溫習時間與打工相衝突，請還是以課業為主，打工為輔，畢竟在學生時期充實好自己，才是作為一位學生應有的本分，對於自己的未來也比較有幫助，何況是課業越來越繁重的大三。

藉由描述自己從大一至大三的學習狀況與心路歷程，以自身經驗告訴大家自己是如何從一個事情一多就忙到焦頭爛額的小大一，到遇到任何事情都能迎刃而解，冷靜利用時間管理解決問題的大三，在時間管理這一塊我們每個人都還有更多的功課要做，希望我的分享能幫助到閱讀的同學們。

備註：本表單蒐集之個人資料，僅限於教務管理及校務分析使用，非經當事人同意，不轉做其他用途，亦不會公佈任何資訊，並遵循本校資料保存與安全控管辦理