

成大首辦期末尖叫之夜 讓學生放心釋放壓力再繼續前進

本文引用自新聞中心網頁(圖、文由住宿服務組提供)

不論個性內向害羞、或熱情四射的同學都能一同放鬆紓壓。

約兩週前活動一公告後，成大同學便踴躍報名，令人感受到同學們對於活動的期待。活動當天大家陸陸續續抵達活動現場，雖然近日台南接連突發性大雨不斷，仍澆不息學生的熱情。當天也有非住宿的同學一同加入，可以感受到雖然在期末考試緊張之際，大家仍試著放鬆自己。活動現場氣氛熱烈，由宿委生技系陳意佳同學擔任活動主持人，帶動著所有參與者在同儕的陪伴中，一同放聲吼叫，有些較不善於以聲音紓壓的同學，則透過帶著尖叫雞、木魚等各種紓壓的輔助用具一同前來參加。活動結束後，住宿服務組還加碼提供參加者，每人 1 份精美小禮物。

製程學程的 Santosh Yadav (夏姆)、生科所的 Soumya Ranjan (宋振漢)、藥學系的吳家慧一起參加「期末尖叫之夜」活動，Santosh Yadav 表示，這個活動太棒了，透過參加這樣的活動，可以讓同學們享受生活，釋放壓力。

Soumya Ranjan 則說「這一切真是太神奇了，自己從未有這樣的經歷，透過這次的活動獲得不同的新鮮體驗，我相信每個月這樣做可以釋放我們的壓力，因為現在學生壓力太大了，一旦大聲喊出來，感覺自己又再次充滿能量。」

吳家慧則表示，這個活動非常紓壓，一開始以為大家會很害羞，但無論是主持人、場地選擇、誘因和期末的心情等等，讓大家可以一起抒發，「看到大家都很投入，叫得很開心，我認為是一個很有意義的活動。」

成大學務處表示，透過本次的「期末尖叫之夜」活動，感受到同學正在為自己及身旁的同儕加油打氣，希望在接連的考試中，都能勇於面對、不怕被壓力打倒。本次活動也讓學生知道自己不是孤軍奮鬥、在此時出一口氣、收拾好心情繼續為期末考試奮鬥，也讓成大宿舍區在期末壓抑的氣氛添加了一股新的能量。

112-2 期末尖叫之夜
Primal Scream

期末壓力也太大了吧，真想找個地方釋壓~
說說心裡話，超時間釋放高壓！
快揪團參加尖叫之夜呀！放鬆，比掛牌才是尖叫王！
活動結束後再帶走小點心哦~

→ 活動日期 Date: 6/14 (Fri.)

場次 Session	時間 Time	地點 Location	住宿服務組
場次一 Session I	報到 20:10 活動 20:20-20:40	勝利營區 Sheng-Li Campus	住宿服務組廣場 Plaza in front of Housing Service Division
場次二 Session II	報到 20:50 活動 21:00-21:20	光復營區 King-Fu Campus	光二舍漆木平台 K2 Platform

→ 報名尖叫之夜 Sign up for Primal Scream: 6/3-6/12
(學校活動資訊系統 Activity Information System)

→ 完成報名且一同參與尖叫活動者，還可獲得星巴克可麗露或炸雞排喔！ Starbucks Canelé or Fried chicken are prepared for the residents who sign up and scream in the event.

→ 可自備耳塞、條形組，或下載木魚 App 等輔助工具，當場一同敲打、參與。 Participants may bring earplugs, and screaming chicken or download the Wooden Fish App and have fun together.

啊~

一起放聲尖叫吧~

期(112-2)末將近，迎來緊張的考試氣氛，國立成功大學學生事務處住宿服務組效仿歐美頂尖大學，在今(113)年 6 月 14 日週五晚間舉辦首次「期末尖叫之夜」活動，當日分別在光復校區、勝利校區各舉辦一場尖叫場次。嘗試在校內的空間提供開放、友善的抒發管道，同時搭配宿舍「期末送暖」活動，讓備受期末考轟炸，心緒疲憊、緊繃的學生們，能夠放心的釋放壓力再繼續向前進。

不同於加州大學洛杉磯分校 (University of California, Los Angeles, 簡稱 UCLA) 的內褲狂奔、哈佛大學 (Harvard University) 的原始裸體尖叫傳統，成大學務處住宿服務組的「期末尖叫之夜」活動調整為更在地化、能被大眾接受、較為內斂的方式，將國外的尖叫文化包裝為活動形式，讓

