

轉念的力量 嶄新時代的挑戰與機會

焦點新聞

臺北科大設全國首座蕨類實驗園區

光寶攜臺北科大組研發中心
聚焦智慧能源

技職唯一半導體碩士班
臺北科大培育半導體產業人才

校園巡禮

宋恭源教育基金會講座
自我超越之道—逆境的轉念

校友聯絡中心專題
精進創新 掌握不被淘汰的競爭力

目錄

[新聞與活動 News & Events]

1 焦點新聞 | 光寶攜臺北科大組研發中心
聚焦智慧能源、人工智慧技術
技職唯一半導體碩士班 臺北科大培育半導體產業人才
臺北科大設全國首座蕨類實驗園區
60種蕨類是台灣原生種
臺北科大攜手美國德州大學
不出國可拿美國雙聯碩士學位
臺北科大開放校園、敦親睦鄰大安區公所表感謝
臺北科大特聘教授宋裕祺 榮獲中工會工程獎章

[校園動態 Campus Events]

6 電子系鍾明桢副教授指導學生
獲民生電子研討會最佳論文獎

6 電機系黃有評教授指導學生
獲智慧創新跨域競賽第一名

[校園巡禮 Campus Spotlight]

衛保組

7 初級急救員研習活動心得

校友聯絡中心

8 精進創新掌握不被淘汰的競爭力

編輯記

本期校訊帶您看見，如何將挑戰化為成長的契機，迎向人生更廣闊的可能。

《校訊》歡迎投稿。稿件請逕傳E-Mail，或送教務處出版組。
中華郵政臺北誌字第831號執照登記為雜誌交寄

臺北科大新版校訊網址：https://newsletter.ntut.edu.tw

本校募款專戶帳號

- 一、臺灣銀行城中分行 帳號：045036070069
戶名：國立臺北科大401專戶
- 二、連絡電話 (02) 2771-2171轉6400分機 (校友聯絡中心)
- 校友捐贈最多獎學金的學校，詳臺北科大網站：www.ntut.edu.tw

校友及退休人員變更聯繫方式

- 一、校友如須變更聯繫方式，請洽校友聯絡中心。
E-mail：fl1676@mail.ntut.edu.tw
- 二、退休人員如須變更聯繫方式，請洽教務處出版組。
E-mail：josephine_lan@mail.ntut.edu.tw

宋恭源獎學金

10 「自我超越之道－逆境的轉念」
講座心得

12 用逆境成就未來，從失敗中蛻變的
生命課題

14 從挑戰中成長，將困境轉化為人生
的美妙篇章

15 面對逆境，轉念成長 打造堅韌的智
慧人生

[人文北科 Humanity Taipei Tech]

校園記者

16 心靈解藥

18 走過一半的青春旅程：
回首來時路，展望未來夢

19 新聞媒體如何影響我們的生活？

校友投稿

20 玩沙頂頭額

[願景校園 Visions & Contributions]

21 捐款芳名錄

焦點新聞

光寶攜臺北科大組研發中心 聚焦智慧能源、人工智慧技術



■ 臺北科大校長王錫福開場致詞



■ 光寶總經理邱森彬



■ 臺北科聯合研發中心主任賴炎生介紹中心研發能量



■ 「光寶科技-臺北科聯合研發中心」揭牌儀式貴賓合影



■ 「光寶科技-臺北科聯合研發中心」剪綵儀式貴賓合影

光寶與國立臺北科技大學17日宣布共組「光寶-北科聯合研發中心」，開啟雙方前瞻技術研發合作的新里程碑。「光寶-北科聯合研發中心」將聚焦於「智慧能源」與「AI人工智慧技術」等前瞻領域之先進材料、技術與創新管理模式的開發與研究，並與電機、電子、光電、資工、材資等系所展開深度合作。

光寶科技總經理邱森彬表示，光寶以能源（轉能、節能、控能、儲能）為策略發展核心，並展開綠色資料中心、永續運輸與高效能基礎設施三大綠色解決方案之賽道。同時，為佈局未來新賽道與關鍵領域，光寶積極強化研發人才的創新思維與先進技術的創新應用，以面對全球快速變化與各式挑戰。

臺北科大在智慧能源、AI研究、車用領域與人才創新能力方面皆具有領先地位，本次透過聯合研發中心的成立，將結合雙方優勢與長期的合作經驗，提前布局高階人才招聘策略，為前瞻研發技術激盪出更具潛力與創新的應用與解決方案。

臺北科大校長王錫福指出，雙方將以聯合研發中心為管理與技術平台，建立光寶科技與臺北科大長久密切的產學合作鏈結，共同推動前瞻技術發展及跨領域應用研究，藉此培養學用合一的高階研發人才，協助企業技術創新，於新興產業領域奠定領先根基。

「光寶-北科聯合研發中心」合作的「智慧能源」開發，將以前瞻電力電子為主軸，應用於高效能電源設計與潔淨替代能源管理，並於臺北科大校園內設置智慧電網示範點，進行技術驗證。而「AI人工智慧技術」，將應用於車輛駕駛認知分析與行車安全風險控管，並採用AI影像監控技術，針對駕駛及車外環境進行智慧感測與監控，優化影像識別與決策品質，提升人車安全。

光寶科技-北科聯合研發中心主任、臺北科大電機系講座教授賴炎生表示，中心將推動學術論文發表、專利申請與布局、技術移轉、教育培訓、研討會與專題演講、學生參與競賽、學生實習、人才招募、顧問諮詢等工作，日前已邀請美國相關領域多位知名學者蒞校專題講座，建構跨國產學技術交流橋梁。

（轉載自經濟日報 2024/04/17 記者 劉芳妙 報導）



發行人 王錫福

發行所 國立臺北科技大學

地址 106臺北市忠孝東路三段一號

電話 (02)2771-2171 (代表號)

網址 https://newsletter.ntut.edu.tw

E-Mail josephine_lan@mail.ntut.edu.tw

出版者 教務處出版組

總編輯 黃育賢

副總編輯 黃儀婷

執行編輯 藍郁婷、許苑珊

美術編輯 陳小娟

封面設計 周芃芑

焦點新聞

技職唯一半導體碩士班 臺北科大培育半導體產業人才

挹注半導體人才缺口，臺北科大創新前瞻科技研究學院113學年度新設「半導體科技碩士學位學程」，為教育部核定國內六所半導體學院之一、科技大學唯一半導體學院，共計招收30名本國學生與10名國際學生，涵蓋材料製程、設備廠務、積體電路設計等研究領域。

臺北科大校長王錫福指出，IDC預測2024年全球半導體晶圓代工產業將呈雙位數成長，先進製程需求飛速提升，帶動半導體產業鏈全速發展。臺北科大「半導體科技碩士學位學程」攜手台積電、英飛凌、義隆電子、華景、益昇等企業產學合作，亦有多家校友企業如瑞鼎、洋基、聖暉等資源鏈結，期待為產業培育更多優秀人才，發揮學用合一最佳效益。

王錫福表示，臺北科大在半導體產業人才布局已久，1998年成立半導體科技學程，2020年攜手台積電合作半導體設備產業學程，與台積電部經理級以上業師共同規畫並共授課程，提供學程修畢的學生保證面試機會、差異化薪資，同時首開國內之先，課程搭配實際參訪台積電新人訓練中心及實習，讓學生擁有最扎實的半導體專業知識與實務訓練。

臺北科大「半導體科技碩士學位學程」分為三組招生，材料製程組研究半導體元件技術、積體電路製程開發、關鍵材料與製程等；設備廠務組研究半導體設備及關鍵元件、潔淨室奈米及化學微汙染控制、晶圓搬運自動化設備之汙染控制等；積體電路設計組則聚焦類比/數位/射頻IC設計、半導體元件設計等。

臺北科大創新學院院長陳金聖強調，「我們鼓勵學生跨組修課，設備廠務組要懂一些製程、IC設計，材料製程組也要有設備的概念，希望協助學生建立對產業實務的宏觀認識，培育橫向溝通與垂直整合的團隊合作能力。」此外，臺北科大研究所碩士班實施全英語授課，希望提升科技人才的國際移動力。

臺北科大創新學院人才培育總中心主任譚旦旭表示，務實、細心、有韌性，具備工程倫理、誠信正直品格，是「半導體科技碩士學位學程」特別重視的學生特質。誠摯歡迎對半導體領域懷有濃厚興趣、研究熱情，已有良好的物理和化學基礎知識、工程專業背景與程式設計能力的學生，踴躍報考本學程。

臺北科大「半導體科技碩士學位學程」班主任曾釋鋒說明，臺北科大與台積電合作研究計畫（JDP）已持續四年以上，為了深化產學合作，特別搭配暑期二個月的實習，讓研究生在學校期間就能參與解決生產線上的實務議題，足以證明臺北科大所培育的學生具備動手實作、解決問題的硬實力，深獲企業肯定。

（轉載自經濟日報 2024/04/01 記者 吳佳汾 報導）



■ 臺北科大新設「半導體科技碩士學位學程」■ 半導體元件製作場域



■ 臺北科大學生參訪台積電晶圓廠

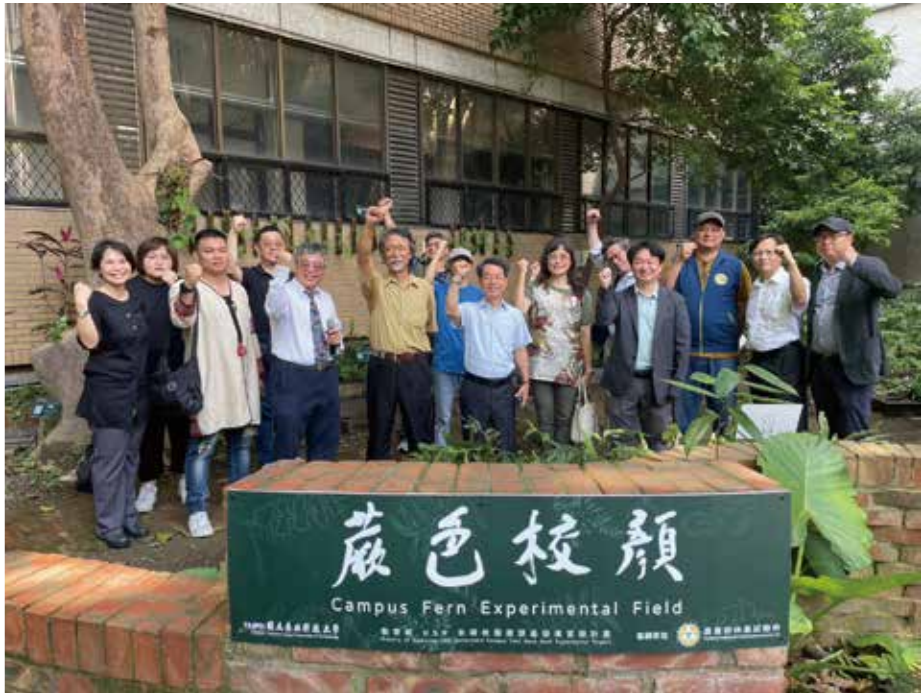
臺北科大設全國首座蕨類實驗園區 60種蕨類是台灣原生種



■ 林試所特聘研究員黃曜謀，教導學生蕨類植物栽種技巧



■ 臺生學習拌土，讓珍貴的蕨類植物在校園茂盛生長



■ 臺北科大建築系與農業部林試所合作，成立全國首座校園蕨類試驗場域「蕨色校顏」

響應422世界地球日，國立臺北科技大學建築系與農業部林業試驗所合作，於臺北科大成立台灣首座「校園蕨類試驗場域—蕨色校顏」，校園中的蕨類共有24科、62種，扣除園藝品系2種外，其他的60種蕨類都是台灣原生種，先設置「蕨類教學區」，日後再繁衍到全校區及周邊社區，透過結合科學化的環境紀錄及蕨類生長調查研究，建置蕨類植物基因庫，讓都市變得更適合生物生存，使未來都市生態學成為生物多樣性的解方。

臺北科大建築系教授黃志弘說明，「蕨色校顏」盼建立永續校園基因庫，以系統生態規劃的概念，結合聯合國永續目標（SDGs），拓展臺北科大校園的生物多樣性，而有別於大學校園普遍以景觀植物為主，臺北科大以台灣蕨類基因庫的理念出發，感謝林業試驗所、南投仁愛東岸部落、萬華區騰雲里、台北市萬華區馬場町社區發展協會等單位，捐贈各方復育的蕨類，尤其珍貴的是擁有多種希有、甚至瀕危蕨類品種，共同推廣繁殖台灣原生種植物。

林試所特聘研究員黃曜謀表示，台灣處處有蕨類蹤跡，即使在高度發展的台北都市區裡，仍可見自發生長的蕨類旺盛生長，在臺北科大的校園中，可看到來自林試所的18種蕨類、南投仁愛鄉東岸部落的7種蕨類、台北市萬華區騰雲里的1種蕨類，蕨類植物能增加都市生物多樣性、恢復都市生態景觀。

臺北科大建築系主任陳振誠表示，臺北科大生態校園的發展可追溯至1980年左右，近年來建築系積極努力在健康建築與生態校園教育推廣，發展本土校園景觀特色，15年前當時的設計學院院長蔡仁惠，首創校園拆除圍牆、復育校園水系濕地、在忠孝東路與新生南北路的设计館建造人文西南角的綠色大門，呈現城市裡生物演替的自然過程，使生物多樣性變得豐富。

林試所與臺北科大建築系共同創設的「蕨類實驗園區」，具備景觀用途外，也賦予建築規劃教學單位更重要的使命，希望借助蕨類植物專家的指導，透過實驗與建築規劃整合，找出這些台灣原生蕨類未來在建築與景觀規劃上的實際運用，未來也將藉由USR計畫，推廣到蝴蝶的原鄉—南投眉溪原住民部落偏鄉自然景觀中。

（轉載自由時報 2024/04/22 記者 林曉雲 報導）

焦點新聞

臺北科大攜手美國德州大學 不出國可拿美國雙聯碩士學位

國立臺北科技大學與美國德州大學阿靈頓分校（UTA）合作，113學年度（8月1日起）合開「高階管理碩士雙聯學位學程」、「人工智慧與大數據高階管理雙聯碩士學位學程」，為全國唯一同時開辦兩類雙聯碩士學位學程，臺北科大進修部說明，雙聯碩士專班的全部課程均於臺北科大面授，學生不須出國，即能以優惠學費取得一流學府的培訓，且臺北科大及UTA上課內容均全程錄影，可線上複習，歡迎工作年資累計5年以上有意報考者參與了解。

臺北科大進修部主任劉建浩表示，臺北科大素有「企業家搖籃」之稱，教學上理論與實務並重，UTA名列QS全美公立大學第31名、商科管理學碩士排名全球141名，其EMBA學員資歷背景指標位居QS全美第二強，學校已聘請專任人員統籌辦理相關招生試務與學籍管理，由臺北科大直接對接UTA校本部，自招生面試、課程安排到教學輔導，提供一貫的品質保證。

劉建浩說明，高階管理雙聯碩士專班的修課學生，同時修畢臺北科大及UTA的最低畢業學分42學分（臺北科大24學分、UTA18學分），可同時取得臺北科大與UTA雙EMBA學位；人工智慧與大數據雙聯碩士專班的修課學生，同時修畢臺北科大及UTA的最低畢業學分48學分（臺北科大30學分、UTA 18學分），可同時取得臺北科大工學碩士與UTA EMBA學位，取得2校畢業資格後，由臺北科大一次發給2校的畢業證書。

劉建浩表示，該雙聯學位引進國際頂尖EMBA優質資源，同時教授電資領域、EMBA專業或雙EMBA學程，提供學生國際視野與就業競爭力。即日起至6月6日報名。

（轉載自由時報 2024/03/12 記者 林曉雲、楊綿傑 報導）



■ 美國德州大學阿靈頓分校（UTA）副校長Daniel Himarios 至臺北科大參訪



■ 校長王錫福赴美參加UTA畢業典禮，並帶領學生參訪美國電信巨擘AT&T



■ UTA國際雙聯學生2023年於臺北科大校園畢業合影

臺北科大特聘教授宋裕祺 榮獲中工會工程獎章

台灣工程之光！中國工程師學會（簡稱中工會）今（24）日公布，臺北科大土木工程系特聘教授宋裕祺在橋梁工程、建築物耐震、結構分析與離岸風電工程學術與技術上，兼具原創性與前瞻性，實為工程典範，榮獲113年中工會「工程獎章」；另也獲得同年度「工程論文獎」。此次為宋裕祺繼112年獲頒中工會會員最高榮譽「會士」後，再度獲得殊榮。

宋裕祺為臺北科大第一位獲得中工會「會士」、「工程獎章」的教授，他曾任工程顧問公司工程師，長年兼行政院公共工程委員會委員、國家地震工程研究中心組長等要職，協助國家審查重大工程並解決工程災害難題，在產、官、學、研各界資歷豐富，曾獲國內外二十多項特殊榮譽及論文獎，包括：2019年榮獲美國土木工程師學會林同愷論文獎，此獎項設立超過半世紀，為目前唯一獲獎的華人團隊；2022年榮獲中華民國土木技師公會全聯會土木工程教育傑出貢獻獎；2023年榮獲教育部國家產學大師獎等。

宋裕祺感謝中工會給予肯定，並表示：「世界已經擁抱人工智慧（AI），我們也要改變思維。」包括工程現場、實務作業，以及在學校教學方式，都必須善用新科技與新工具，不能故步自封，必須與時俱進。他所率領的臺北科大團隊，已將AI結合「鋼筋混凝土建築物耐震能力詳細初步評估系統」（PSERCB），將後者累積超過2萬棟的初評案例，根據台北市及新北市的稅籍資料智慧比對，就能擴大推估出數十萬棟未經初評建築物的耐震力，成效斐然。

中工會對於會員在工程學術上或工程技術上有特殊貢獻者，授予「工程獎章」，以資表揚，自25年舉辦以來，迄今共授獎76次，每年以一人為限，依照規定提名推薦，甚為鄭重。歷屆得獎者包括：推動台灣經濟發展的前行政院長孫運璿、前經濟部長趙耀東、半導體業界先驅胡定華、IT教父施振榮等。

而為表彰對我國各工程領域有卓越貢獻，中工會頒予「會士」證書，自106年首度遴選以來，共有42人獲此殊榮，包括：台灣永續能源研究基金會董事長簡又新、前高鐵董事長歐晉德、工研院董事長李世光、前台電董事長楊偉甫、台灣世曦工程顧問公司董事長施義芳等。

（轉載自工商時報 2024/04/24 記者 李水蓮 報導）



■ 臺北科大特聘教授宋裕祺榮獲113年中國工程師學會「工程獎章」殊榮

臺北科大開放校園、敦親睦鄰大安區公所表感謝

彰顯守望相助的鄰里情誼，臺北市大安區區長鄭裕峯偕同民輝里里長陳威禎、民政課課長及視導，拜會臺北科大校長王錫福並致贈感謝狀，感謝臺北科大於1月總統暨立委大選期間，提供校內中正紀念館及億光大樓完善空間作為投開票所，表達對學校支持區務活動的感謝之意。

大安區區長鄭裕峯表示，臺北科大是大安區內不可多得的好鄰居，不但長期提供場館場域作為民主選舉的投開票所、舉辦大安森林健走等健康促進活動，更率先響應臺北市「海綿城市」，校內外大量鋪設透水鋪面，減緩都市熱島效應；尤其臺北科大生態校園的建設完善，有目共睹，校內外綠意盎然、生機勃勃，與民眾共享舒適友善的綠化休閒空間，值得肯定。



■ 大安區區長鄭裕峯拜會北科大校長王錫福並致贈感謝狀

臺北科大校長王錫福表示，臺北科大在不影響校務、學生學習的情況下，一向全力配合、大力支持鄰里社區的各項需求，共同關懷及服務弱勢、敦親睦鄰。臺北科大與大安區公所近年合作緊密、融洽，除了無償提供場地協助歷年選舉投開票所進行、施打流感疫苗、發放快篩及物資予周邊鄰里、近年大安區成年禮暨人口宣導等多項活動借用，深化學校參與公共事務的廣度與深度。

民輝里里長陳威禎指出，臺北科大過半校地都在民輝里內，擔任里長第三屆這十年來，見證臺北科大努力實踐大學社會責任的一步一腳印，總是竭盡所能地服務鄰里社區。這些年母親節、中秋節園遊會活動，臺北科大師長也帶領學生多次響應社區志工服務，提供表演活動等，例如近日為慶祝母親節，臺北科大阿卡貝拉社團學生也將於社區獻唱。期待臺北科大與鄰里社區永續共榮，一同為社會貢獻服務。

（轉載自經濟日報 2024/05/03 記者 吳佳汾 報導）



電子系鍾明桢副教授指導學生 獲民生電子研討會最佳論文獎

本校電子工程系新穎無線通訊暨電磁應用實驗室的主持人鍾明桢副教授指導碩士生許嘉醇、謝明鈞、黃上睿、陳楷翔、翟崧雲以及產學訓專班張竣皓、張芷瑄共7位學生，參與中華民國民生電子學會舉辦的WCE 2023民生電子研討會中進行會議論文發表，其中投稿的「YOLOv7技術在導盲磚辨識中的應用與優化」、「基於眼動睡眠檢測技術的智能車載預警系統」、「情緒辨識技術觀察學生課堂情緒反應與學習效果」等三篇獲得最佳論文獎殊榮，「透過YOLOv7強化的無人機垃圾檢測系統」獲得佳作論文獎。

「YOLOv7技術在導盲磚辨識中的應用與優化」文中所開發的導盲磚識別系統可快速辨識出導盲磚的方位，並引導視障人士識別導盲磚的方位，以此方式為視障人士在道路上進行引導，保障視障人士的行走安全，而未來該系統將可進一步應用在視障人士頻繁使用的導盲杖上。

「基於眼動睡眠檢測技術的智能車載預警系統」中開發了一個可偵測駕駛人精神狀態之邊緣裝置，採用卷積神經網路（CNN）模型。為了將模型設備裝設於邊緣裝置，對模型進行量化，將模型所需的運算量與大小減少至邊緣裝置可運行的能力。以此裝置提高駕駛者的警覺性，減少交通事故的風險。

「情緒辨識技術觀察學生課堂情緒反應與學習效果」中提出非接觸式的臉部情緒辨識方法，所提出的方法使用簡易鏡頭辨識學生課堂時的表現及情緒變化，使老師可透過情緒辨識系統結合學習單測驗了解學生真實心理狀態，作為教師日後對學生教育改善的參考依據。

「透過YOLOv7強化的無人機垃圾檢測系統」文中提及為了提高模型的泛用性，使用數據增強技術，搭配YOLOv7訓練一個有效的垃圾檢測模型並搭載於無人機上，進一步提高城市環境的清潔和管理，有助於改善城市環境與生活品質。



電機系黃有評教授指導學生 獲智慧創新跨域競賽第一名

本校電機系黃有評講座教授指導學生宋俊緯、林汶潔、高偉倫、杜冠霖，以「主動式電扶梯安全警示系統」為題，參加2023年全國大專校院智慧創新暨跨域整合創作競賽，榮獲物聯網與金融科技組第一名，抱走獎金100,000)元。本獎項於12月22日假臺大醫院國際會議廳正式頒獎。

黃有評講座教授指出，本作品可以獲獎，特別感謝宏碁產學合作經費支持與北捷提供場域供驗證。他表示，在捷運站裡，電扶梯是乘客進出站會經過並使用的工具，然而每年乘客受傷意外有一半都與電扶梯有關，最常發生的情況為乘客的鞋子或長裙被捲入其中，以及行李箱或嬰兒車摔落造成人員的傷亡。而目前的預防方式主要是以使用警告標語來提醒大眾，雖然標語都放置在明顯且清楚的地方，但這種被動的方式，有些乘客還是沒有留意。

本作品主要特色是跨域整合、高完整性、具實用價值與延展性，整體系統結合人工智慧、物聯網及影像處理技術，對可能有安全疑慮的布希鞋、長裙、高跟鞋等進行精確、快速地辨識與分析，亦針對行李箱和嬰兒車等攜帶物品做辨識，並在接近電扶梯時觸發警示與燈光系統，讓民眾可以提前預防自身穿著或攜帶的物品是否有造成意外發生之可能。

今年競賽共分為物聯網與金融科技、智慧機器、數位永續科技以及體感互動科技等四組，計有71校372隊報名參賽，最終評選出各組第一名，以及第二名共八隊，第三名共十二隊、佳作共十六隊及跨域整合特別獎四隊。



初級急救員研習活動心得

個人是國立臺北科技大學校友會四季百岳登山社的社長兼領隊，雖然40年前曾經學過滅火、急救、救生艇筏操作及海上求生等基礎訓練，但畢竟是很久以前的事了，如今由於常常帶隊去爬山，加上有些縣市政府對於登山活動的領隊必須具備有初級緊急救護能力並領有證書者方能在該縣市的山域活動，因此早有參加急救訓練的想法，今年五月間得知母校衛保組每年都有辦理類似的活動，因緣際會下，我成為本次初級急救訓練課程的學員。

當母校衛保組傳來上課的課程，內容實在豐富超乎我的想像，除了一般的急救創傷與止血的處理，三角巾包紮外，還有心肺復甦術、呼吸道異物哽塞的處理、自動體外AED的使用，中毒、休克、骨折、脫臼之處理、燒傷的處理與傷患的運送等內容，課程內容非常實用，當然最後還要經過學科與術科測驗均達70分以才會發給證書，所以我二話不說就來報名上課了，上課後的感覺確實在課程的安排上覺得很扎實，理論與實作並重，對於老師的授課內容，務必講求耳到、眼到、心到、手到讓學生理解，同時還要個別實際操作，著實是一個完整的學習過程。

上課老師在講解完之後，還請學生當模特兒，實際操作一遍給同學看，然後再分組個別演練乙次，讓每位同學都可以實際操作一次，可以說是理論與實作



■ 初級急救員心得

並重的課程，上完二天的課之後感覺是收益良多，收穫滿滿。

由於自己經常帶隊去爬山，在課程所學到的東西，若是不用應該會很容易就忘了，為了避免忘記，心想應該在爬山休息的空檔時間，將所學到的內容，每次分享一點給山友，一方面強迫自己去復習所學，另一方面透過分享，希望引起山友們來上課學習的興趣，讓這樣的急救訓練更普及化，一方面可以讓自身避免危險或自救，另一方面可以學到如何正確的救人的方法，總之，想認識、瞭解及學習急救相關的實務課程，來上課就對了。

（校友 鍾中信）

參加初級急救員研習課程後，我深刻體會到急救技能的重要性和實用性。在現代社會中，意外事故隨時可能發生，掌握基本急救知識可以為他人爭取寶貴的救援時間，甚至挽救生命。課程的內容涵蓋了心肺復甦術（CPR）、AED的使用、傷口包紮、骨折固定以及如何應對突發狀況等實用技能，講師以生動的案例和專業的指導，讓我們在短時間內掌握了這些基本的急救技巧。

課程中讓我特別印象深刻的是模擬緊急情境的演練。過程中，學會如何在壓力下快速做出正確判斷，並明白團隊合作的重要性。在導師的指導下，我逐漸建立起自信，覺得自己未來能更冷靜地應對突發狀況，為需要幫助的人提供支持。

此外，課程還強調了團隊合作的重要性。當面臨多人受傷的情況時，如何分工協作、有效溝通，對提高救援效率至關重要。我也了解到急救員不僅需要技術，還需要冷靜的心態和責任感。

急救技能的重要性不僅是對家人和朋友的一種責任，也是對社會的一份貢獻。透過學習，我深刻感受到即



■ 初級急救員心得

使是簡單的急救措施，也能在關鍵時刻挽救生命。

在學習過程中，我特別受益於實作練習。通過反覆模擬不同的急救情境，我不僅熟悉了每個步驟，也提升了面對緊急情況時的冷靜和判斷能力。此外，講師強調了安全自救與他人求助的原則，讓我意識到保護自己同樣重要。這些知識不僅適用於家庭、學校或職場，也能在公共場合派上用場。

（總務處 鍾春香）

精進創新掌握不被淘汰的競爭力

盛輪機器廠股份有限公司董事長洪宗淇校友



■ 洪宗淇校友

這天，雨水豐沛、天氣燠熱，但盛輪機器廠股份有限公司董事長洪宗淇校友受訪當天仍舊西裝筆挺，不禁讓人猜想可能是個較嚴肅的人，然而一開口說話，馬上令人改觀。洪宗淇學長為人親切、直率、言談健朗，印證稍早之前公司管理部吳經理口中「帶人帶心的董事長」。洪宗淇學長重視每一位員工，除了有良好的工作環境，也提供在職訓練等學習成長的空間，與員工共存共榮，一起發展及成長。

洪宗淇學長開門見山地講述他與學校的機緣，「從臺中高工機械製圖科畢業後，原本想去讀夜大，但父母親的反對，而後考上臺北工專（臺北科技大學的前身）二專機械工程科製造組，畢業服役後，克紹箕裘隨父投身磨床事業。」洪學長笑笑地回憶著「當然也不是一開始就接手父親事業，民國六十九年曾短暫就職於福裕機械公司，學習機械設計，幾年後回到盛輪機器廠，七十五年接任廠長，隨後擔起董事長重任，至今已四十年時光。」

軋磨床傳人精益求精

隨著時代與科技的流轉，傳統方式勢必追不上潮流，洪宗淇學長有感於機電整合的必要性，於九十七年繼續前往彰師大光機電產業碩士班就讀，努力吸取新知並習得得所用，也促使盛輪機器廠的專業外圓軋磨床事業版圖拓展得更大、更廣。時機是站在認真之人的肩膀上，在臺中港加工出口區興建的新廠，更有助於盛輪發展外銷事業，其合作廠商擴及30餘國，涉及領域繁多，舉凡印刷、渦輪、高鐵到航太機械都是。

談到經營理念，洪宗淇學長一改先前輕鬆的語氣，嚴肅地表示「企業要有營運的策略規畫，經營方針的擬定與目標導向，而我個人崇尚人盡其才、物盡其用的道理，希望員工也能跟我一起精進技術、學習創新與運用人工智慧(AI)科技，傳統產業才不會被時代所淘汰。」

對洪宗淇學長而言，一個稱職的領導者，是公司的精神標竿；一個關鍵人物，是帶領公司走向的軸心。因此，關鍵人物必須具備的特質，正是母校台北工專的校訓裡所提及的「誠樸精勤」以及「創新」的精神；另外，洪學長認為專業的領導能力與執行力，也是企業關鍵人物必備的核心特質。

用善引善，帶動愛的循環

事業有成的洪宗淇學長，在108年至109年擔任臺中港加工出口區廠協會理事長任內，代表園區廠商與管理處進行溝通配合業務，與鄰近各工業區協會互動，舉辦各項親善與聯誼活動，長期協助社區關懷老人及送餐訪視、守望相助隊、國小課後輔導及資助國小物資等，愛眾親民的形象深植人心，公司亦善盡社會責任，給予急難救助、認養學生並持續給予關心等回饋社會不遺餘力。



洪宗淇學長說：「致力於用善引善，要帶動愛的循環。」興許是台北工專的教育薰陶，洪宗淇學長亦成為一個急難救助者，108年3月清水民宅火警意外，造成一個家庭家破人亡，洪學長立即奔走於廠協會各廠商間，集資募捐遣眷生活費，展現人與人之間愛的善循環。

108年全球AI智慧與工業4.0的先驅—德國西門子SIEMENS控制器，與洪宗淇學長的「盛輪機器」共同研發9個月後，首度發表「工業4.0版西門子控制器搭盛輪CNC數控軋磨外圓磨床」，不僅提升改進人機介面，透過IoT聯網執行產量、產能即時監控以及大數據分析，具體實現AI人工智慧工廠管理，是一款劃開機械產業寒冬中的一把利刃！在國際競爭與工業4.0發展趨勢下，盛輪機器公司董事長洪宗淇學長表示，該新產品的應用拓展至各種產業，不但達到24小時使用的耐用性和高妥善率，未來全球客戶的使用數據分析回饋，可幫助他們公司日後產品研發更精進方向。

因應工作需求，盛輪機器廠與鄰近的大學也相互交流，為了臺中港園區內員工進修所需，洪宗淇學長與逢甲大學商學院合作成立EMBA 全球運籌管理專班，分享在業界打拚的經歷，也應臺北科技大學機電學院院長邀請，回母校分享累積多年的工作理念與甘苦談，更本著回饋社會的心，將觸角延伸至與學界與學弟妹交流分享。

欣喜見到臺北科大同學在每年的「企業最愛大學生調查」結果均名列前茅，洪宗淇學長期許更多優秀的台北科大人可盡情發揮源自母校的傳承，自信揮灑創新的精神，找到屬於自己卓越領先的契機。

33CNC精密軋磨床界的領導者洪宗淇學長，利用智慧型營運策略與以客戶需求為導向的價值思維，讓公司在整合研發AI智慧機械與擴展企業版圖中取得平衡，盛輪機器廠在洪宗淇校友的堅持理念，創新突破，技術領先，不斷追求產品技術提升，產質不斷超越，創造了世界級的品質與技術。

（校友聯絡中心 鄭如純）

「自我超越之道—逆境的轉念」講座心得



自從宋恭源教育基金會成立以來，已在學校聆聽過多場知名企業家的講座，2024年10月1日更是邀請到光寶集團兼宋恭源教育基金會創辦人—宋恭源學長，回來北科分享面對逆境的心態與故事。這場講座是我目前人生中聽過的演講留下最多眼淚的一次；很多的感同身受，很多的啟發。

AI時代的挑戰與機會

在講座一開始，宋學長向北科的學弟妹們指出當前的科技趨勢—AI技術。他形容AI的發展如同一個棋盤，雖然不斷有新的程式填補空位，但仍有許多機會等待著人去探索。宋學長提到，如今AI已能精準診斷癌症，取代傳統治療方式，讓我們身處這個時代倍感幸運。他也提醒大家，儘管AI的強大可能讓人感到害怕，但若因恐懼而封閉自己，就會錯失棋盤上的空位與機會。

逆境中的自我突破與成長

在這瞬息萬變的世代，宋學長提到，每次自我突破都代表進步，雖然過程艱辛，但正是逆境中的成長。即使只是早上努力從6點變5點起床，都是一種自我突破，因為人生中有掙扎才會帶來成長。很多時候我們會覺得人生過得辛苦與痛苦，但在這些痛苦的裡面，其實還藏有一束光，如果我們不只專注於黑暗中

的困難，而是擴展思維尋找其中的光點，就能轉變心態，突破逆境，走向光明。宋學長也提醒我們，若過於自滿，忽視面對痛苦與逆境的過程，反而會導致人生中增加更多黑點，而無法找到前進的方向。

真實案例—成功的轉念

在本次演講中，宋學長也找了許多真實案例與我們分享，讓我們對突破逆境有了更深的理解與動力。柯達早期憑藉底片技術成為照相市場的先驅，也是現今CIS影像感測技術的先驅者。然而，當他們最先發現這項技術時，卻因為害怕創新而將其藏起來，最終錯失機會，反而讓其他企業發揚光大，並促進了數位照相技術的發展。柯達未能跟上時代的變化，最終破產收場。

統一集團創辦人高清愿，看到了雜貨店的潛力並改良後，成功推動7-11的發展。同為北科大校友的美超微創辦人梁見後，因為家境貧困而奮發向上，現今在AI市場上與NVIDIA的黃仁勳攜手合作，並占有重要地位。NVIDIA創辦人黃仁勳，他在成功之前只是一個餐廳中的洗碗工，因為他面對事情不馬虎的態度，從內場調到外場，也獲得老闆的青睞，在他創業伊始引薦了解相關技術的朋友給黃仁勳，成功創業並成為現今的AI教父。而因為他的勤勉跟認真，就連最簡單的工作都認真對待，勇敢的突破自己，才能成為偉大的人。

奧運拳擊金牌得主林郁婷則因童年經歷父親的家庭暴力，為了保護自己和母親開始努力學習拳擊，良善的初衷與面對困難的不服輸，造就了他今天的奧運金牌成就。四川身障教師杜宣梅，杜老師面對手腳截肢的困境，不僅沒有放棄生活，更對世界保有善念，將曾受過的關懷教育重新回饋社會，幫助更多需要幫助的學生，把自己被施予的陽光，重新施予給其他人。

這些例子中，反覆提到宋學長與我們分享的「面對困境的轉念」與「真誠、勤奮、努力」的重要性。從柯達的案例我們學到，時代的變化快速，若我們未來無法及時轉念，生活只會變得更加艱難。更貼近我們的例子，如林郁婷和杜宣梅，他們的成功都是因為在面對困境時選擇不放棄，轉念堅持下去，面對社會的溫暖與期望找到出口，讓自己更加強大。

轉念固然重要，但更重要的是在轉念之後不斷努力，對未來一切保持前進的動力。王永慶、梁見後、黃仁勳的成功，正是因為他們在每一個階段都付出大量勤奮與努力，並以真誠的態度對待每個挑戰，最終才得以成就如今的事業版圖。

宋學長面對人生困境的心路歷程

除了這些著名人物案例之外，宋學長還與在座的學弟妹們分享了他自己過去的經歷。宋學長於臺北工專畢業後，進入德州儀器從事LED的開發研究。學長在公司內表現優異，但德州儀器認為LED未來的發展性不高，決定關閉研究部門，宋學長因此失業。失業後，他輾轉聯繫在飛利浦工作的朋友，詢問是否有推薦的工作機會。朋友了解情況後，反而建議宋學長可以嘗試創業，並鼓勵他撰寫事業開發企劃案，尋找創業的機會。宋學長分析了當時LED的市場，認為自己可以做得更好。現實的壓力也促使他迎難而上——當時他與太太和小孩住在一間小公寓裡，面對這樣的逆境，他別無選擇，只能奮力一搏。這個生命中的關鍵時刻，雖然充滿挑戰，但也正因為沒有退路，宋學長最終在創業路上取得了輝煌的成就。

許多人會因過去「失敗」的經歷而感到恐懼，害怕失敗也害怕面對失敗後的後果。然而，但在人生旅途中，我們有許多成功的機會，不應因為一時的挫折或艱辛，就永遠不敢迎接挑戰與困難。每當我們遇到困難或危機時，如果選擇逃避，將無法獲得成長，也可能錯失寶貴的機遇。就如宋學長的親身經歷，他因為勇敢面對逆境，突破現狀，才得以迎來成功的機會。人生不會總是一帆風順，真正的挑戰往往出現在危機中，而我們應該抓住這些機會，從艱辛中反思自

己學到了什麼，將危機轉化為成長的養分，使其成為我們超越他人的動力。

我的生命故事與感悟

這次的演講深深打動了我，特別是宋學長提到的「轉念」。其實，或許我們早已在不知不覺中實踐過。我從小經歷了許多崎嶇與挑戰，童年時期父母離婚、而後父親過世、經濟困難、甚至經歷被霸凌與排擠，這些情境在我至今二十多年的歲月裡像八點檔劇情般接連上演。面對這些困境，我不止一次想過要放棄，但總是告訴自己「還可以的」、「放棄就真的什麼都沒了」，而堅持了下來。現在，我站在以往沒有想像過的位置，在臺北科大學習嚮往的互動科技技術，還得到宋恭源獎學金的獎助讓我有更全人的發展。回首過往經歷，我發現如今的樂觀與處事態度正是從這些危機中獲得的成長。如果父母沒有離婚，我不會體會到在菜市場做生意賣東西的經驗，也不會造就我敢與陌生人社交和推銷的勇氣；如果不是因為經濟困難，我不會體會到吃不飽的滋味，也不會如此感恩每一口食物。這些痛苦的逆境，雖然艱難，卻讓我成長。轉念一想，這些經歷其實是非常寶貴的經驗。

生命的意義—奉獻愛心與回饋社會

在演講的最後，宋學長談到，生命的意義即是保有愛心，在自己有能力時把愛心與溫柔，給同學給朋友，未來不管自身有多大的成就，有餘力能回饋給社會，便盡量把愛傳遞給社會，這個社會上的任何一角，會因為你的舉動而改變；不一定要花很多錢，一句話一個動作都能讓別人獲得溫暖、喜樂、幸福。聽到這些話時，我的眼眶不禁濕潤。雖然我總能在逆境中挺過來，但如果沒有來自社會、朋友、老師的關懷與幫助，我可能無法獨自走過這些困難。那些看似微不足道的舉動，實際上真真實實地幫助了我，也讓我下定決心，也要成為像宋學長一樣對世界和社會有幫助的人。我深深感謝這些來自社會的「善」，它們一次次鼓勵了我，而我也會持續將這份「善」傳遞下去。

再次由衷感謝宋學長，無論是這場充滿深意的演講，還是對獎學金的支持，都對我的人生產生了巨大的影響。如果沒有宋學長，我可能依然是那個面對困難畏縮不前的膽小鬼。正因為有宋學長的幫助，未來當我面對挑戰時，我必然有更多的勇氣與動力向前邁進！期許自己未來也能成為像宋學長一樣，成為對他人和社會有著深遠影響的人。

（互動四 陳俞臻）

用逆境成就未來， 從失敗中蛻變的生命課題



自我超越之道——逆境的轉念

作為一名獲獎學生，能夠擔任此次講座的主持人，我感到無比的榮幸，為確保講座能夠圓滿順利，在演講開始的前幾天，我與其他獲獎的夥伴們一同投入了大量的時間與心力，進行密集的準備工作，因為這是我們在大學生涯中，難得親耳聆聽宋恭源學長演講的機會，對我們獲獎生而言，這次講座意義深遠而珍貴。

在講座開始，學長引用《雙城記》作為開場：「我們處在很辛苦的時代，也是處在偉大的時代。」當前的時代充滿挑戰，科技快速變遷，AI、自動化等新技術不斷推著我們前進。我們每一天都在快速變遷的時間軸線裡生活與適應，但宋學長表示：「正是在這些困難中，我們可以找到自我提升的契機，透過積極的態度，將辛苦轉化為成長的動力。」

最辛苦也最偉大的時代

若要說這個時代的偉大，無非就是醫療的進步、科技的發達。宋學長在講座中提點我們：「你未來想成為怎樣的人？」倚著科技的力量，人類的平均壽命也許會逐漸的上升，一個人能活到一百餘歲，這已經是一件不無可能的事情。如果我能活到100歲？我究竟想成為怎樣的人呢？這是一個值得發人深省的一個問題！

我們非常幸運地可以活在這個變化急速的世代，但這同時也是最辛苦之處。好比說我身為互動設計系的學生，在生成式AI出現之前，任何的圖像編輯工作，可能需要透過大量的時間與人工去處理，不過在AI的出現後，所有的圖像生成也許不到10秒，就能完成好幾百張！當前的AI科技，每天都有不同的進展，我們今天學過的知識，也許明天就不能用了，所以宋學長解釋：「自我超越之道，意指明天不要停留在今天，後天不要停留在明天。」每一天、每一個小小的進步，都是代表自我的突破，突破的本身就是一件辛苦的事情，但是我們可以透過簡單的改變、轉念，在生命的過程中，成為意外的收穫，總而言之，「在逆境中轉念求生存」正是我們需要去面對的生命課題。

陰陽兩面的太極

宋學長以太極的陰陽面，闡述福禍相倚的道理，在白色的區域，代表生命中的順遂，但於此之間，我們的生命也隱藏著黑色區域，它是脆弱與危險的因子。在順利的日子中，如果抱持著自大、自滿，白色區域的黑點則會慢慢擴大，成功就有機會變成失敗；然而，在艱困的日子裡，經過不斷的努力，黑色區域中的白點，就能造就成功的人生。勝不驕，敗不餒也是同樣的啟示，幸福與災禍是一體兩面，在我們的生命中，盡可能地讓福禍保持在最小的範圍，使光點擴大，否極泰來。

別停下腳步，持續的向前邁進

發現數位拍攝技術的柯達公司，為何走向敗場？柯達過去作為底片相機大廠牌，其實老早就發現了數位相機技術，但卻因為錯誤的決策，柯達選擇繼續賣底片相機。沒想到競爭公司推出數位相機至市場後帶動了數位化攝像的發展；柯達沒有邁向大有可為的明天，而是停留在了今天，忽視科技的進步，終究是點燃了「破產」的未爆彈。在這時代的改變，皆是極端又倉促，沒有跟上就有可能被淘汰。每個思想都是決定未來的過程，不要逃避，碰到困難，解決困難，改變就是成長的契機，也就是生命糧食的意涵。

萬事皆可為成長的契機

宋學長在講座中，也整理出許多現實中的案例，這些經驗故事其中不變的道理是：「真正的強者從不怨天尤人，反而將困境視為成長的機會。」北科大校友梁見後先生的故事便是最佳例證，小時候他每天需要走兩個小時上學，路途上沒有路燈，僅靠螢火蟲微弱的光芒照亮前行的路，這樣的艱苦環境並沒有讓他退縮，反而成為了他堅韌不拔的動力，最終成就了美超微電腦。Nvidia 黃仁勳執行長的故事，同樣令人敬佩，即便身處繁忙的工作與生活，他每天仍堅持做100下伏地挺身，從不間斷；這不僅僅是鍛鍊體魄，更是鍛鍊其堅定的心志！而晶華酒店董事長潘思亮的經歷亦是如此。他深知碰到危機和困難時，往往就是成長的契機。潘思亮曾說：「每當遇到危機或困難，這就是一個學習的機會。」他以堅定的信念迎接挑戰，將困境轉化為自我成長的動力，並以此引領晶華酒店度過重重難關，成為台灣頂尖的酒店品牌。

誠如宋學長所說，「在逆境中轉念求生存」是一項重要的功課，因為這不僅攸關我們看待事情的角度，也直接影響著生活的幸福程度！這使我想起高中時，當時的家境並不富裕，好不容易考上國立高中，



但家庭卻無法負擔學費，那時候母親還特別的向朋友借錢幫助我就讀，在高中的日子裡，清寒成為我不懈怠的力量，過程中也受到許多政府與社會機構的獎助學金的支持，那時候的我認知到，我不能放棄教育這條路，這很可能會是我反轉貧窮的關鍵，能有機會持續讀書的我，已經是很幸福的事情了，希望能快一點長大，成為有能力的人，取之於社會，用之餘社會！我從來不認為貧窮長大，會是一件負面、卑微的事情，因為這樣的生活教會我懂得：謙虛、知足、飲水思源、助人為快樂知本！

我總是相信不幸總量的法則：「每個人的不幸和幸福總量都是一定的，現在都很不幸的話，以後也只剩幸福。」在這樣多變的時代，在生命中一定有不少的挑戰，宋學長所帶給我們正面的轉念、逆境中學習，也是希望未來我們能夠直面困難，在挑戰中試圖讓自己成長茁壯，並且在這之中，培養一顆關懷的心，懂得珍惜與回饋，將愛循環，那麼逆境將不再視為負面的事物，而是視之為成長的機會，生命就能不斷超越，讓自己成為一位能夠解決問題的人之外，幫助他人、也幫助自己的人生更精采。

（互動四 黃稜羽）



從挑戰中成長， 將困境轉化為人生的美妙篇章



在10/1的專題演講中，宋學長講述和人生有關的概念，從人生起點的家庭背景，到所遇到的困境，最後到回首人生後的回饋社會。各個主題都和獎學金的理念緊緊扣合，傳遞著努力可以克服逆境，行有餘力的時候回饋社會，幫助其他需要幫助的人。

宋學長說到現在是個辛苦的世代，因為科技的發展日新月異，今天學的東西明天可能就用不到，不過透過轉念可以成為最幸福的世代，只要殷實誠信、努力奮鬥、克服困難便會有所成、打造屬於自己的幸福。

演講中印象深刻的是王永慶先生從一間小米店起家，他不僅關心顧客的需求，還堅信環境的優劣不應成為成功的借口，努力才是決定成敗的關鍵。這種對待生活的積極態度，正是我們在面對困難時應有的心態。此外，王永慶先生

的靈活頭腦體現在他對細節的關注和對顧客需求的敏感。他在點豆漿時，選擇先單獨點一碗豆漿，並在品嘗後再要求加蛋，這不僅顯示他對產品品質的重視，也反映他善於觀察和理解顧客的心理。這種做法不僅能夠提升顧客的滿意度，也為他日後的商業成功奠定了基礎。

梁見後的故事則讓我體會到忍耐與愛的價值。即使在貧困中，他依然能克服困難，像是他每天都走兩小時到學校上學，堅持自己的學業。晚上不點燈而是抓螢火蟲照明，就算夜晚多麼黑暗，也抵擋不住學習的熱忱，這種韌性是值得我們學習的。在面對生活的

挑戰時，懷有愛心、耐心與毅力是促使我們持續向前的動力。

林郁婷和杜宣梅的故事讓我感受到堅韌不拔的精神。林郁婷以拳擊作為對抗不公的手段，為母親而戰。就算奧運時遭受國際上的輿論壓力，依然穩定心態，憑藉著自己的實力，獲得冠軍的榮耀。而杜宣梅雖然身體殘缺，卻用愛心去培育下一代，傳遞希望。這些故事提醒我們，面對人生的困境，若能以正向

的心態來面對挑戰，並將自己的經歷轉化為他人的力量，我們便能找到生命的真正意義。

最後，宋學長以美國著名的石油大亨與慈善家約翰·洛克斐勒為例，鼓勵大家在賺錢的同時也應回饋社會。洛克斐勒不僅創造龐大的商業帝國，還將大量財富投入慈善事業，特別是在教育、醫療等領域發揮了巨大影響力。宋學長藉此提醒我們，無論我們在生活中多麼忙碌，都應該懷抱回饋的心，透過財富、時間或技能幫助他人，讓社會變得更加美好。

這場演講讓我深刻體會到，人生不僅是自我實現的過程，更是關於如何在成長中學會回饋社會。無論面對多少困難與挑戰，只要保持正向的態度與不懈的努力，我們都能夠突破困境，創造屬於自己的幸福。同時，當我們擁有能力時，應不忘感恩與分享，將自己的力量投入到幫助他人之中，這才是人生真正的價值所在。

（電資二 許景喬）

面對逆境，轉念成長 打造堅韌的智慧人生

在人生的旅途中，逆境如影隨形，無論身處哪一個時代，我們都不可避免地會面臨挑戰與困難，然而，這些逆境不應被視為絆腳石，而是成長的機會，甚至可以成為促進自我超越的動力來源。透過宋學長的演講「自我超越之道—逆境的轉念」，讓我學習到如何面對逆境、如何轉念，並從逆境中找到力量，成為更加堅韌與智慧的自己。

宋學長首先提到，雖然我們處在一個辛苦的時代，但同時也是一個偉大而幸福的時代。隨著科技的迅速進步，特別是人工智慧（AI）的崛起，改變了許多產業和生活的方式。這種變革帶來無限的機會，但也要求我們具備更強的適應能力，如果我們能夠把握這些機遇，便能在這個時代中脫穎而出，實現更長壽、更有意義的人生。

在這樣的背景下，宋學長強調思維的重要性。生活如同一盤棋，每一次落子都會影響未來的走向。明天的機會，不應被今天的問題所拖累，而後天的成長，也不應停留在明天的錯誤裡，我們需要保持前瞻性，不斷突破當下的局限，這樣才能在快速變遷的時代中立足。宋學長這段話似乎是在提醒我們，唯有超越當前的自我，才能在面對未來的挑戰時擁有更強大的力量。

「幸福與災禍是一體的兩面。」這句話反映了人生的真實面貌，無論我們如何努力追求幸福，災禍總會不請自來，這是不可避免的自然規律，但宋學長進一步提出一個重要觀點：災禍與幸福可以共存，而我們可以通過自身的智慧與努力，將幸福最大化，並將災禍最小化。

這種思維方式是希望我們在面對困境時，能夠將其視作成長的契機，而不是無法逾越的障礙，每當逆境降臨，我們應該以積極的態度迎接挑戰，並尋求解決問題的辦法。正如宋學長提到的，逆境並非壓垮我們的力量，而是成就我們的機會。

「遇到困難不妥協」這是宋學長在分享自身創業經歷時，強調的一個核心觀念。當宋學長面臨職業生涯的重大轉折點時，他並沒有選擇退縮，而是勇敢地選擇創業，並且在沒有任何退路的情況下，依然全力以赴。他的朋友在他最困難的時候，鼓勵他撰寫企劃案，並分析全球的LED市場，最終讓他在逆境中找到了創業的方向。

這段經歷告訴我們，在面對人生的重大挑戰時，



我們不能輕易放棄，無論情勢多麼艱難，只要堅持下去，總會找到出路。演講者的創業歷程，也印證了「逆境中的轉念」這一概念。他將危機化為契機，最終在人生的轉折點上，找到了新的發展方向。

宋學長將人生分為三個階段：人生起點、人生困境、人生回首。談到人生起點時，宋學長提到：「我們的命運，由我們的思想決定；生命的過程，每個逆境都是累積未來成長的糧食。」而在談到人生困境時，他強調「成功者找方法，失敗者找藉口」，並舉例了王永慶、高鴻愿、梁見後、黃仁勳、林郁婷以及自己的故事，幫助我們更深刻地理解這些觀念。最後，宋學長談到人生回首，提醒我們「回歸初心、回饋社會」，他不僅傳達了這一理念，也以自身為最佳典範，讓我們在他身上看到了這種精神的具體展現。

經過這場演講，讓我學到在面對逆境時要如何轉變心態，以及如何將挑戰視作成長的契機，透過積極的思維與不懈的努力，我們不僅能突破困境，更能達到自我超越，迎接一個更加堅韌和智慧的未來，並且在更之後的人生中，像宋學長一樣盡自己的力量回饋社會。

（電機二乙 蘇信嘉）

心靈解藥



■ 臺北科技大學輔中心預約諮詢步驟

心理衛生

隨著文明不斷的發展，科技越加的進步，疾病的死亡率不斷的下降，但自殺的比率卻不斷提升，根據資料**15-24**歲的自殺率有明顯的上升趨勢，這些青少年族群可能因為情感問題、課業壓力、校園霸凌等的多重壓力，並且在社會化階段當中面臨龐大的壓力，並且產生角色衝突的問題，對於旁人與家人的期待，許多壓力都需要自己忍受，並且加上社會上的時間不斷的加速，產生人與人之間的疏離感，人是社會化的動物，我們都需要有人與人之間的支持才能達到心理的健康，這些壓力久了會造成許多心理問題、心理疾病的發生，並且延伸許多社會問題，其中也有人因此喪失自己寶貴的生命。有許多人都認為自殺的人是抗壓能力不足，但其實這是一個錯誤的想法，心理疾病就是腦袋生病了，為何我們會對病人說是他們自己造成的？我們需要的是陪伴，並且鼓勵他們去看醫生。對於心理疾病的醜陋標籤，會使得有心理疾病的人更加不敢去看醫生，造成病情的進一步惡化。

心理假

臺北科大心理假設立已經超過一年，心理假的設立就是為了給學生有喘息的空間，每學期可以申請三天，申請是不需要附證明文件，但第三天的申請導師會主動關心，並適時轉介學生輔導中心提供協助，或許有人認為請假只是治標不治本的措施，但心理假可以給有需要的學生一個適時放鬆自己的時間。

有許多人對於心理假的設置抱有會被濫用的想法，但我認為這個制度其實利大於弊，有許多人需要心理假來放鬆自己，但假設有心人要濫用，也只能憑良心了，畢竟就像法律一樣，難道法律沒規定的事，都是可以去做的嗎？而且這項制度當中，應該也有設想到這方面的問題，畢竟不是無限制天數，而是規定三天，並且到了第三天會有導師來主動關心。但這也引申到另一個議題，一學期的心理假三天到底夠不夠？不過現在研究對於心理假到底對於心理健康有沒有幫助都沒有有一個論點了，這或許只能等更多研究數據出來解決了。

對症下藥

對於心理健康的問題，心理假也只是緩解而已，如何對症下藥才是該解決的方向。我們學校設立有輔導室，每學期可以線上預約六次的心理輔導，而且對於學生的隱私性也做得很好，不會有旁人的異樣眼光，並且入學後都有心理健康量表，有需要的人輔導室也會主動打電話給你，所以我認為我們學校的心理輔導已經有了不錯的基礎。但缺點是輔導人員太少，導致每學期只能六次的心理輔導，當然這也不是學校的問題，而是臺灣各大學的普遍現象，只能期待立法更加的完善制度。

國外現在開始有SEL課程，讓孩子儘早從認識、表達到理解自己。情緒教育是包含理解自己和他人的情緒、處理壓力、同理與社交能力等，並且SEL是教導學生同理、尊重、關懷與愛，第一階段是自我覺察，從認識自己到了解自己的情緒、清楚自己的優缺點、價值觀與能力；第二階段是自我管理，幫助我們有認識自己並解決問題的能力；第三階段是社會覺察，理解並尊重不一樣的人；第四階段是人際技巧，與不同的人或團體，建立正向的關係；第五階段是負

責任的決定，讓我們做出決定時，能考量利益關係，並且承擔結果，這或許就是我們所欠缺的教育，我們成長過程當中只有不斷地在思考如何讓自己的學業進步，而忽視自己與他人，或許未來北科大可以開這類的博雅課程。

有部分人說學校加裝護欄還是阻止不了自殺率的提升，但其實有研究指出加裝護欄有攔阻一時衝動的自殺的行為，所以還是有加裝的必要性，反倒是在網路上過度報導自殺消息，反而會增加自殺率，對於此效應有一個專有名詞—「維特效應」。

總結

面對心理疾病，我們需要的是去解決問題，並且不要污名化疾病。有需要時學校都有輔導的措施。我們每個人都有心情低落的時候，適時的請心理假，會有助於幫助我們放鬆自己，但假設長期都處在心情低落的情緒下，就有需要去輔導室做諮詢，心理疾病並沒有特效藥，只能不斷去嘗試各種方式，來達到心理的健康。

（化工四丙 蔡旻樺）

參考資料：

臺北市府自殺防治中心統計分析
<https://tspc-health.gov.taipei/cp.aspx?n=6EAA7483EFA36549>

親子天下《最新十大死因！15-24歲自殺死亡率創近年新高》
<https://www.parenting.com.tw/article/5097645>

今周刊《稚嫩生命為何所苦年輕人自殺率攀高解決三大問題補破網》
<https://www.bustoday.com.tw/article/category/183027/post/202303010025/>

泛科學《新聞媒體該如何報導自殺事件？千萬確實遵守「最小化」原則》
<https://pansci.asia/archives/170662>

親子天下《高中心理假上路30天：請假率較大學生低，SEL比喘息更關鍵》
<https://www.parenting.com.tw/article/5097284>

換日線《心理假是大學生的「翹課神器」？學校讓我們無條件休息，許多人卻「不敢用」》
<https://crossing.cw.com.tw/article/18044>

親子天下《SEL是什麼？社會情緒學習技巧、優點有哪些？SEL在家這樣學》
<https://www.parenting.com.tw/article/5093530>

報導者《大專心理師耗竭前的SOS：不被納入「正規軍」，如何支撐接住學生的安全網？》
<https://www.twreporter.org/a/mental-health-in-college-counseling-psychologist>

走過一半的青春旅程： 回首來時路，展望未來夢

光陰荏苒，日月如梭，時間在一分一秒地流逝，不知不覺中，大學生活已經過去了一半。相比那些剛步入大學的新生，我也成為了大家口中的「老屁股」了。回想起當初剛踏入臺北科大的那一天，眼前的建築被蕨類植物包覆著，充滿綠意盎然的景觀，看見許多不再是穿著校園制服的人們、踏入這既陌生卻又令人興奮的環境，那一刻，我像是開啟了人生的新篇章，邁入了一個嶄新的里程碑，開始書寫屬於自己的人生劇本。在那時我心中充滿了無數的目標與期望，希望在這四年的大學時光裡，能夠讓大學生活變得豐富多彩、充實美好，為自己在學的最後階段畫上一個完美的句點。

人們常常說在大學四年中有三個是必須修讀的學分：學業、社團與愛情。長輩們常說：「把書讀好是學生該有的本分。」這是身為學生的第一要務，也想藉此呼籲剛入學的新生們把課業顧好是很重要的一件事情，成績好的話不僅能自我滿足，更有機會得到獎學金，優點數不勝數，現在後悔的則是在剛進大學時的我沒把這件事銘記在心，不過未來的兩年還有機會可以努力，因此我不氣餒，會繼續努力！然而在大學這段期間，也是能夠探索或更專精個人興趣與愛好的階段，多去嘗試不同類型的事情或是活動，都對自我探索助益良多，而加入社團就是最好的一個途徑。在大一、大二這兩年間我參加了熱舞社，認識了許多志同道合的朋友，有著相同興趣的人並且同聚在一起，彼此之間有著共同的話題，在課餘時間為了舞台而揮灑汗水的在練習，雖然過程中很累也很艱辛，不過這段期間會是我大學中最熱血、也是最充實開心的一段日子。再來我認為愛情學分是這三大學分最讓我憧憬的一項，能在學生時期談一段甜滋滋的戀愛，相信這也是許多人的願望，畢竟在學與出社會後的愛情會有些不同，出社會後很多事情都會有很多現實面的情況要顧及，不過在大學中碰到的人更多，形形色色的人都有，還是要慎選能讓自己敞開心胸、用心對待的對象。

大學生活不僅是學術上的成長，更是為未來步入社會做準備的重要階段。在這個過程中，我們必須逐漸擺脫過往依賴他人的習慣，不再有人在耳邊叮囑該做哪些事情，也沒有人再為我們的瑣事操心，一切都需要自己去完成、去負責。我們開始學會獨立思考、獨立解決問題，並且學會為自己的選擇和行為承



擔責任。在這四年的學習和生活中，我們遇到的每一件事，無論是成功還是挫折，都將成為我們未來職場生涯中寶貴的經驗。與同學合作的方式，類似於未來與同事之間的工作關係；與老師溝通的禮貌和技巧，則像是在為未來與上司溝通做充分的練習。我們在大學裡學習如何解決問題、如何有效溝通、如何管理時間，這些都是為將來職場生活做好準備的重要技能。大學中的每一次項目合作、每一次課堂討論、每一次實踐活動，都是對我們未來工作能力的錘鍊。即使遭遇到不順遂的事情發生也沒關係，記取教訓並把它當成是成長的養分，能更好地迎接未來的職場挑戰，實現自己的職業目標，同時不斷提升自我，為未來職業生涯奠定堅實的基礎。

在剩下的大學時光裡，我會繼續努力，珍惜每一個機會，把握每一個瞬間，讓自己的大學生活更加充實而有意義。希望在未來的日子裡，能夠不負時光，不負自己，為人生的留下美好的回憶和無悔的印記。

（文發三 林芷蓁）

新聞媒體如何影響我們的生活？



新聞媒體如何影響我們的生活新聞媒體如何影響我們的生活



課堂紀錄

活在21世紀的我們，兼具Z世代與大學生雙重身分，對於新聞更需保有敏銳度、媒體識讀的能力，我在學校課堂中曾聆聽過一場蠻有趣的講座，是家燕講師分享有關於「新聞媒體如何影響我們的生活？」，從「新聞媒體的流變」、「廣播與配音」、「廣告與聲音」三個面向切入。

一、新聞媒體的流變

其中首要分享「新聞媒體的流變」，例如：早期新聞主播較不會有口語化或語助詞的問題、訪問時的特效較少等，到近代的新聞，不只「喔」、「哇」等語助詞司空見慣，更是出現新興的網路用語，「傻眼貓咪」、「黑人問號」，加上新聞播報畫面上顯示天氣預報與底下的跑馬燈，令人眼花撩亂。讓我意識到新聞是有流變的，對於新聞播報的變遷有更深一層的了解。

二、廣播與配音

第二主題，講師與我們分享「廣播與配音」，在廣播的編播中，通常會將具即時性和影響性大的新聞擺在第一順位，譬如我們在廣播新聞中最先聽到的會是政治新聞；另外，在廣播節目中主播對於某些詞的唸法會不太一樣，例如：電視新聞中播報的「風變」會改成「風向改變」，這麼做的用意在於，廣播相較於電視新聞，閱聽人只能靠聽去接收主播給的資訊，所以唸的方式就變得更加重要。我覺得閱聽人與媒體是雙向的，可以透過提供建議向媒體做即時更正、讓閱聽人不止是被動接受的那一方，透過彼此雙向互動，讓媒體將正確的資訊傳達給閱聽人。

三、廣告與聲音

最後講師讓我們看了一段Maserati（豪華轎車）的廣告，與學生探討「廣告與聲音」對於閱聽人的影響，看了講師提供的影片，讓我了解，原來業主會針對販售的品項不同而挑選不同的聲音，例如：酒類與汽車的廣告會挑選聲音厚實成熟、具有領導風範的聲音；推銷型的廣告偏好採用活潑，或較能帶嗨氣氛的聲音等，這些在社會大眾眼裡習以為常的事，竟然暗藏小巧思，如果不是上了家燕講師的課，我也不會去思考老闆的行銷小心機。

而廣告是如何在生命中影響我們的生活呢？課堂上播放Mercedes-Benz的廣告，因為「在乎，使然」，商科本性爆發的我，開始省思消費行為與廣告的關係，廣告會催化消費者衝動購物的慾望，有時候以為是自己需要的，但停下來想想卻是非必需品。至於另一個值得探討的問題——「產品沒有打廣告消費者也會買單嗎？」舉例小眾品牌——「雀巢美祿巧克力」，儘管沒有打廣告，卻比知名的M&M巧克力或金莎巧克力好吃好幾倍。當然食物是我個人主觀的感覺，但有時候並不見得打廣告的商品會比較好吃或好用。

聽完家燕講師豐富的分享後，我學到了在現今資訊爆炸的時代下，我們每天接受太多的訊息，多到分不清真假，例如：說到極權與自由民主的媒體，我們可以知道極權的國家北韓，會透過媒體佈達意識形態或宣揚領導者至高無上的形象；但事實真是如此嗎？因此，我們必須跳脫二元對立活在真實現場，而非只看手機上的新聞；打開感官，用我們的頭腦與感官去體驗生活；媒體對我們的生活息息相關，甚至會潛移默化我們的行為模式，因此，身為閱聽人的我們無時無刻都擁有覺察與做出選擇的權利。

（經營四 葉仟芳）

玩沙頂頭額



■夕照映沙茫



■綿延天際



■燈塔引足



■漣漪倩影



■海韻素描

莊子曰：「明日不可待、昨日不可追」是如此，未來該規劃，但太陽再度升起之時，世界變得如何無人可預測。

等了許久的夜宿撒哈拉沙漠之夢，終於在**108年9月**確定成行，訂金、團費陸續繳交，就等**109年3月14日**入境摩洛哥，但世事難料，**108**年底竄出的新冠疫情，打亂了世上每人對未來的計畫。女兒農曆春節初五，入境義大利自助旅遊，隔天義大利第一個開炮鎖國防疫。回不了台灣，只能北行米蘭，轉飛德國法蘭克福，再飛回台灣。其後一國國開始關閉，雖北非尚未聽聞鎖國消息，然以當時風聲鶴唳狀況，定是遲早之事。東南亞已傳出回不了家窘況，祈禱、忐忑、惆悵，還是得作出前往與否決定？最終大夥賠錢了事作罷，而隔年**3月15日**摩洛哥也宣佈關閉邊境，剛好是我們入境的隔天，若當時成行是否變成境外孤兒呢？這是撒哈拉沙漠未竟之旅的前曲，而台灣亦有壯觀的沙丘，只其面積無浩瀚之廣，但可玩沙戲水，為撒哈拉沙漠所沒有的。

頂頭額沙洲位在台南七股臨海區，南端為內海的屏障，由於台灣西部海岸線平淺，終年強風所沖積出來的砂堆，逐漸露出海面，造成狹長型的沙洲、沙丘樣貌，鹹性砂土不利植物生長，致使荒漠蒼涼一片，然細密沙質在晨昏赤腳埋足行走其中，那種摩擦觸感讓全身舒適無比。南面的國聖港燈塔，綿延著數里起伏紋理的沙丘。沙洲北面強勁季風，將砂石吹積成一座四層樓小山，遠望足跡甚為高聳。海水湧起泡沫浪花，來回沖擊著平坦沙灘，時辰逐漸退潮，形成一幅幅美麗的海韻素描。傍晚時分金黃色陽光，灑落海沙同框的地面，霞燦暮景之美實無語為詞，讓佇足者凍結這絢麗的時空。夕陽冉冉西沉入海，起伏的沙丘隨著光譜折射，呈現五彩、灰白逐漸淡墨，漆黑的夜晚來臨、滿天繁星閃爍上場，留下依依不捨的情懷。

（61電機科 陳健訓校友）

捐款芳名錄

113年6月1日~113年6月30日捐款明細

捐款日期	姓名	畢業資料	金額	捐款項目
113 年 6 月 3 日	黃琛傑	熱心教職員	3,720	提昇學生品德教育捐贈款
113 年 6 月 3 日	蔡旭龍	93 機電整合研究所	2,000	琢玉計畫助學金
113 年 6 月 5 日	洪詩晉	72 電機	6,000	提昇學生品德教育捐贈款
113 年 6 月 5 日	張山立	94 能源	1,000,000	非指定用途捐贈款項
113 年 6 月 18 日	胡台珍	61 電機	500,000	提昇學生品德教育捐贈款
113 年 6 月 18 日	璞慧建設股份有限公司	熱心校友	1,000,000	非指定用途捐贈款項
113 年 6 月 19 日	財團法人國立台北科技大學 校友獎助基金會	熱心校友	400,000	1. 北科與 MIT Media Lab 合作城市科學實驗室 2.113 學年度國立台北科技大學校友獎助學金
113 年 6 月 26 日	黃春寶	70 電機	200,000	校區硬體建設
113 年 6 月份合計金額			3,111,720	

一磚一瓦・永續北科

由衷感謝校友們及社會賢達們的付出與參與，臺北科大承諾將善用每位捐款人的心意，讓臺北科大持續追求卓越，邁向國際優質科技大學，傳承北工榮耀，再創北科巔峰。倘若您有意願捐款，請上學校首頁「捐資興學」網頁(<https://newgiving.ntut.edu.tw/>)或掃描QR Code線上填寫捐款單。

聯絡資訊：國立臺北科技大學 校友聯絡中心 / 電話：(02)2771-2171轉6400分機，傳真：(02)8773-0662

