



國立高雄師範大學

人力與知識管理研究所

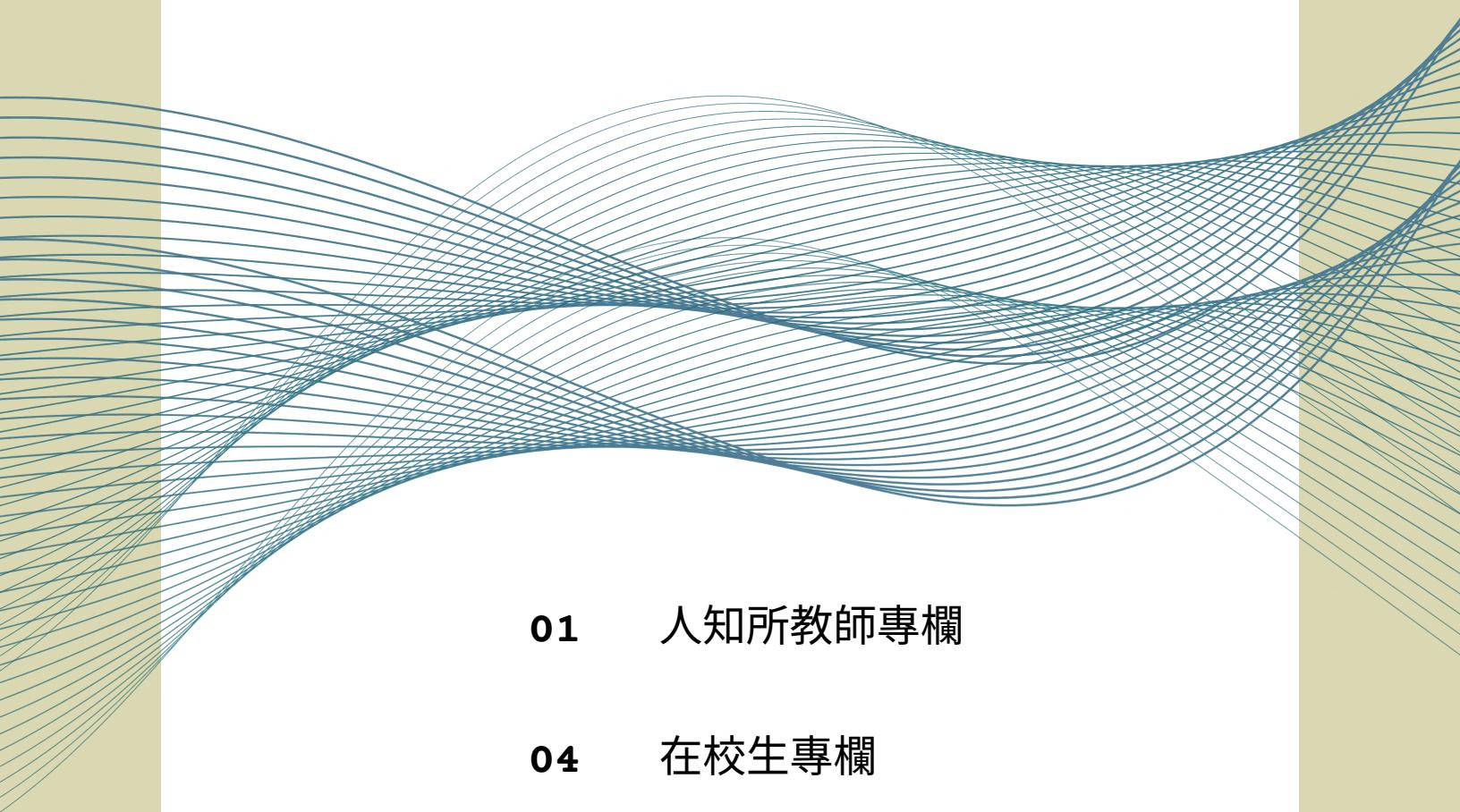
17

人知所會訊

GRADUATE INSTITUTE OF HUMAN RESOURCE
AND KNOWLEDGE MANAGEMENT

Table of Contents

目 錄

- 
- 01 人知所教師專欄
 - 04 在校生專欄
 - 20 人知所活動
 - 26 人知協會活動
 - 27 喜訊

返璞歸真做自己的永續CEO

池田大作思相與IDGs思潮

2015年，聯合國通過2030永續發展議程，提出17項「永續發展目標」(SDGs)，藉此引領全球人們共同努力，邁向永續未來。然而，經過了10年，距離2030年的目標僅剩5年，全球的步伐卻顯得參差不齊。儘管企業界將大量資源投入ESG(環境保護、社會責任及公司治理)，將其視為首要之務，各國政府在永續議題上的立場卻未能形成共識，整體進程略顯遲緩。

政府立場分歧 永續步調不一

令人憂心的是，全球各地的環境破壞景象，正不斷警醒我們時間的急迫性。從SDGs到ESG浪潮，都指向一個共同的認知：人類正面臨嚴峻的危機。然而，在推動永續發展的過程中，政府、企業及非營利組織等大型機構往往被寄予厚望。當這些組織無力推進時，個人的力量又該如何展現？面對環境保護議題時，往往有人質疑為何需要犧牲個人生活來成全這些目標。然而，如果每個人都抱持著不願付出的心態，又該從何開始改變？「雪崩時，沒有一片雪花是無辜的（覺得自己有責任）」，集體的不作為將會導致環境難以挽回的後果。因此，我們不能再以事不關己的態度置身事外。

而各國政府在面對永續發展議題時，展現出截然不同的態度，大致可歸納為以下四種類型：

一、嚴以待人，寬以律己：歐盟的永續策略可見其權衡之術，一方面透過徵收邊境碳稅，展現其在減碳上的積極作為；另一方面，採取條件式承認核能為綠能或再生能源的做法，為其能源結構保留彈性空間，其策略考量引人深思。

二、自尊自重，輕賤他人：以美國為例，在小布希總統任內拒絕簽訂京都議定書；川普總統兩度退出巴黎協定，並且指控巴黎協定不公平的敲詐。

三、前債先清，再談後續：發展中國家政府持續追究已開發國家過去積累的碳排，主張其應優先為現今環境問題負責，反對一視同仁地分擔現況責任。

四、自我壓抑，避重就輕：具爭議性的議題，例如綠能、廢死、區域和平等，在教育場域中往往以深入討論。

IDGs五大面向 永續行動指南

所幸，個人透過積極參與學校或社區組織活動，也能為永續發展做出貢獻。國際非營利、開放資源的組織IDGs (Inner Development Goals)於2020年成立，以「內在的改變可帶動外在的系統變革」為訴求，提出五大範圍、23項技能，希望幫助人們提升實現SDGs所需的各種內在能力，鼓勵民眾做自己的環境英雄。這與池田大作先生提倡的「人間革命」理念不謀而合，強調從自身開始改變，進而推動社會的變革。

目前，IDGs已經在全球建立數百個社群中心，包含瑞典政府、歐盟、聯合國開發署，以及IKEA、Nestle與西門子等國際知名公司，也都已導入IDGs，提升組織成員的創新力與韌性。台灣也成立多個社群據點，並積極展開工作坊、國際論壇及講座、藝術與人文活動等，將IDGs理念從理論層面落實到實踐層面，鼓勵個人從內在出發，攜手推動永續發展。

教師專欄

IDGs 五大面向包含了 23 項技能（例如，正直與真實性、複雜性覺知、長期導與願景、感恩、同理心及慈悲、溝通技能、包容心態及跨文化能力、勇氣、樂觀等），讓各類型團隊組織與個人，都可以學習與操作，藉以落實 SDGs 精神。

IDGs 的五大面向如下：

一、Being (存在)：培養自我覺察與心理韌性。例如，透過正念訓練，幫助人們在面對壓力時保持冷靜與專注，提升內在的穩定性。

二、Thinking (思考)：發展系統思維與新能力，有利於以長期視角解決複雜問題。

三、Relating (關聯)，促進信任與合作，提倡人際間、跨部門與跨文化的深度溝通。

四、Collaborating (協作)：加強集體行動與衝突解決，提供工具以共同解決問題，形成凝聚力。

五、Acting (行動)：強調目標導向與責任感。鼓勵發揮當責精神 (accountability)，並積極激發自身的行動力。

透過理解並實踐這五大面向，我們能深入地認識自身與所處環境的關係，並採取更具體、有效的行動，邁向永續的未來。令人舞的是，許多高等教育機構已將 IDGs 理念與相關方法融入教學體系，藉此提醒並引導學生在日常生活中積極實踐永續的價值觀。

過去西方以「人定勝天」為代表的發展觀念，正逐漸被 SDGs 所取代。而東方哲學尤其是佛法中「依正不二」的思想，與 SDGs 發展觀高度契合，強調人與環境本為一體、相互依存，相信能為人類邁向可持續發展的導路提供重要啟示與指引。

IDGs的五大方向與23項指標

1 在 Being	2 思考 Thinking	3 關聯 Relating	4 協作 Collaborating	5 行動 Acting
與自我的關係 Relationship to Self	認知能力 Cognitive Skills	關心他人及世界 Caring for Others and the World	社交能力 Social Skills	促進改變 Enabling Change
內在審計 Inner Compass	批判性思維 Critical Thinking	同理心 Empathy	溝通技巧 Communication Skills	勇氣 Courage
正直和真實性 Integrity and Authenticity	複雜性覺知 Complexity Awareness	關心他人 Concern for Others	共創動能 Co-Creative Energy	創造力 Creativity
學習和學習心態 Learning Mindset	顧客取向 Perspective Skills	謙虛 Humility	包容心態及跨文化能力 Inclusive Mindset And Inter-Cultural Competence	樂觀 Optimism
自我覺察 Self-awareness	感應機制 Sensory-mapping	同理心及慈悲 Empathy and Compassion	信任 Trust	毅力 Perseverance
關注 Presence	長期導向和願景 Long-Term Orientation and Visioning	動真技術 Mobilization Skills		

做自己的永續CEO 倫理是永續發展靈魂

我認為，每個人都能成為自己的永續 CEO (Chief Environmental Officer)。此 CEO 並非傳統企業經理人的定義，而是代表一套落實永續發展的具體步驟：

一、Change (變革)

強調以內在的覺醒與轉變，進而帶動外在系統的變革，正是「人間革命」的行動，其倫理原則為「自律」，從自我約束開始，影響周遭。

二、Exchange (交流)

透過持續的對話，檢視自我、啟發思維、建立關聯、鋪陳會作，最終促成共同的行動。其倫理原則為「對話」，透過溝通凝聚共識。

三、Outstanding Outcomes (卓越成果)

積極行動來成就令人讚嘆的成果。其倫理原則為「共生」，透過共同努力，達到人與環境的和諧共存。

第一步「Change」著重在變革，IDGs 的核心理念在於透過內在轉變來引導外在系統變革，這也是池田先生始終強調前進的方向。他於 1965 年開始執筆長篇連載小說《人間革命》，小說的開端寫著：「沒有比戰爭更殘酷！沒有比戰爭更悲慘！沒有比被愚蠢的統治者牽著鼻子走的國民更可憐！」簡潔且嚴厲地譴責戰爭和軍國主義，引導我們重新檢視自己，挑戰自身人間革命，進而開創嶄新的人生。

第二步「Exchange」著重與他人的交流互動，實踐 IDGs 五大範疇中的「Relating」(關聯)與「Collaborating」(協作)，其核心便是「交流」，而「對話」更是池田先生一生中極為重視的實踐方式。唯有透過持續不斷的對話，才能逐步建立共識，使彼此的想法趨於一致，最終促成真正的合作，共同邁向發展的道路。正是 IDGs 五大範疇的具體展現。

教師專欄

做自己的永續CEO

池田大作思想

- 人間革命
- 和平共生

IDGs5面向



卓越成果 (Outstanding Outcomes)

面對被破壞的環境，我們不應只是袖手旁觀，承認自己是雪崩中的雪花，而要勇敢地成為改變潮流的第一滴水，從感受自身存在與思考生命的意義出發，啟動內在的改變 (Change)；透過促進人際關係，加強彼此合作，進行有效的交流 (Exchange)；並藉由積極的行動，就能達到為環境帶來正面影響的卓越成果 (Outstanding Outcomes)。

池田思想與IDGs的共鳴 力行人間革命精神

池田大作先生的思想，堪稱是時代進步的先驅，引領人類邁向永續的導師。精闢地從佛法之「依正不二」闡述人與自然的關係，亦即「自己」與「自然」的關係是二而為一，不應存在對立與壓制，而是和諧共存。他進一步指出：「要徹底作為大自然的一員，與其共生共存，這是人們本來正確的生活方式；而且要在與別人和平且豐富的交融中，原本的自己才能生存。」

透過在地化的社區推動，民眾得以在實踐中汲取寶貴經驗，而這份行動力回饋到。對自我的認識 (Being)，以及對生命意義的思考 (Thinking)，這也正是各大學積極推動大學社會責任的根本原因。

池田大作先生在其著作《人間革命》中，曾高瞻遠矚地指出：「一個人偉大的人間革命，終將轉變一國的宿命，進而能夠轉變全人類的宿命。」這句話貫穿了他畢生的思想與行動。早在 SDGs 與 ESG 浪潮之前，他便已透過其著作與真誠的對話，不斷提醒世人正視環境與和平的議題。

而 IDGs 的出現，正是將其前瞻性思想，從理論層面具體化為一套更有組織且更系統性的方法。IDGs 提供一個實踐框架，幫助人們理解並發掘自身內在潛力，進而推動外在世界的變革，提醒著我們，每個人都擁有改變世界的力量，可以說，IDGs 體現了池田先生「人間革命」思想。

過去，我們或許期望由人類的行動改變國家，再由國家的力量影響我們。如今，IDGs 思潮則引導我們返璞歸真，從自身開始，改變我們的社區、學校及國家，最終改變我們整體的環境。讓我們都成為自己的永續 CEO，從自身做起，為創造一個更美好、永續的未來共同努力。

本文擷錄自創價新聞（2025年8月22日、8月26日），文／劉廷揚，圖／詹波。

在校生專欄

周祖安



在四星國際這個涵蓋三個事業體的集團中，我的實習日常除了臨時交辦與專案支援，更多落在招募這條主線。同時有辦公職、餐廳內外場與雇主品牌相關的實習生職缺。為了讓實習結束時能「帶著能力離開」，我主動向主管提出學習目標，期望至少將一項 HR 職能做到熟練。主管不僅正面回應，還提供資源與指導，讓我在履歷篩選、面試邀約與跟面、撰寫推薦意見與錄用前後的溝通上，逐步建立標準流程與判斷力。當候選人順利入職，前段努力被清楚地連結到成果，那種可被量化與感受的成就感，成為我持續精進的動力。

我之所以認為這裡是一個「正能量的辦公室」，不只是因為氣氛愉快，而是因為它具備能促進正向循環的結構條件。第一，心理安全感。團隊允許我提出想法、詢問不懂之處並在小範圍試錯。組織心理學研究指出，成員能夠放心發言、承認失誤並彼此求助的環境，更能加速學習與創新，而不是把時間花在自我防衛上。第二，資源與負荷的平衡。按照工作需求-資源模型 (JD-R)，高要求的招募工作若能同時提供明確的指導、工具與同儕支援，就會把壓力轉化為動能。

我在跨職缺招募的高流量節奏中，透過主管的回饋與同事的協作，學會用「重要性 × 緊急性」來排序、用標準化話術與模板降低往返，實際感受到效率被拉起、疲憊被攤平。

在校生專欄

林佩玉



我是林佩玉，回顧這一年多在高師大人知所的學習歷程，內心充滿感謝與成長的感覺。當初選擇來到這裡，是希望能讓理論與實務結合，並且可以在這段期間找到成長，而這段時間確實印證了這個決定的價值。老師們不僅教學認真，更願意傾聽學生的想法，讓我在課堂上學到的不只是知識，更是如何在現實職場中理解人與工作的關係。

在人知所的課程中，我逐漸體會到人力資源不僅是制度與流程，更關乎理解人性與組織文化。透過個案討論、實務分析，因系上安排的實習制度我學會將課本上的理論轉化為實際行動，讓我提早體驗職場節奏，也可以逐漸看見自己未來想走的方向，找到自己喜歡的與不喜歡的事情。

在所學會擔任副會長的這段時間，我參與籌辦了多場活動與聚餐，看著同學們在忙碌之餘依然願意互相支持、一起笑、一起努力，內心充滿感動。這些經驗讓我學會溝通、協調與帶領，也讓我明白「團隊」不只是一起完成任務，更是一段彼此陪伴的旅程。

人知所的學習讓我更認識自己，也讓我確信：理解人、尊重人、成就人，是人資工作最珍貴的核心價值。未來無論走到哪裡，我都會帶著這份溫度與專業，繼續前進。

在校生專欄

陳冠璉



這兩個月的實習經歷，讓我對教育訓練與人力資源管理的實務操作有了更深刻的體會。初期面臨稽核準備與認證資料整理的挑戰。雖然對廠區環境與製程並不熟悉，但透過閱讀 SOP 執行，再逐步理解培訓控制書中的邏輯，並結合線上影片學習與車間實地觀察，我逐漸熟悉流程，也能與主管討論技能認證標準，並深刻感受到資料完整性與準確性在企業管理中的關鍵地位。

在教育訓練的協助上，我參與了課程場地布置、學員簽到、教材準備與課後回饋蒐集。雖然過程中難免遇到突發狀況，但我學會在細節上保持專業，並理解到支援角色的重要性，這不僅提升了課程執行的流暢度，也讓我體會到訓練成效往往來自於前後端的周全準備。此外，我也首次嘗試製作數位教材的剪輯與製作，雖然過程中需要花費時間摸索，但這讓我對數位學習的設計有了實際經驗，也增進了自學與解決問題的能力。

整體而言，這段實習不僅讓我累積了專業技能，更重要的是培養了覈察細節、跨部門溝通與靈活應對的能力。我深刻感受到理論與實務的差異，也更清楚地理解到人力資源與教育訓練在企業發展中扮演的重要角色。這些收穫將成為我未來學習與職涯的重要養分。

在校生專欄

蘇凡語



猶記得去年九月入學，懵懵懂懂，初來乍到。

一轉眼，當初 4401 教室裡另外坐著的 15 個陌生人，皆已成為我珍而重之的朋友，這個學期同學們陸陸續續找好指導教授、發想論文主題，在人力與知識管理的領域各自研究、相互交流，我的論文進度卻始終停滯，壓力山大，希望能有一篇亮眼的成果，卻又因自我期待太高而裹足不前。

這一年的經歷太多太多，千言萬語化作一句感謝，很感謝人知所的各位，謝謝你們成為凡語平淡人生中，濃墨重彩的一筆。我永遠記得劉廷揚老師那一句：凡語的報告是我教書這麼多年，見過數一數二精彩的。我忘不了秉蓉老師在某一次我結束報告的評語：台風穩健，口條清晰，堪稱楷模。我也感謝維寧老師曾贊我可愛，感謝裕森老師記著我自磨手沖咖啡的興趣而送的咖啡豆，感謝云美老師的肯定，感謝俊賢老師在我失戀時的鼓勵，他說：妳很好，是他不懂珍惜。

事實上，我想說，我並沒有這麼好，承蒙老師們厚愛、同學們照顧，讓我在人知所得以快樂學習，我在 2025 七月份進入南都汽車有限公司實習，亦有所成長，雖然目前尚未確立以後的就職方向，但有人知所的大家在身旁，我面對未來的不知所措略有緩解，尤其感謝廷揚老師在我參加研討會一事上不吝指導，讓我受益良多，也讓我更加堅定「不必等到很厲害才開始，而是要先開始才能很厲害」的信念。

陳之藩的謝天，是我第一次讀到時不甚理解，卻在長大後愈來愈深刻體會的一課，值得感謝的人事物實在太多，謝不過來，那便謝天吧！

在校生專欄



黃詠琪

在職場兜圈了一年後，發現自己還有許多需要充實的地方，也非常榮幸與幸運加入高師大人知所。

進入研究所這段期間，對我而言是一段充滿挑戰與成長的旅程。碩一的學習除了必修的理論基礎，選修課上也學習到最近發展很流行的議題永續發展，意外的發現越來越有興趣，自己也另外去考取相關的證照，此外，研究所不僅讓我能增進專業知識，更培養了面對問題時的獨立思考能力及邏輯思考。與同儕間的交流與合作報告過程中，我學會如何傾聽不同觀點、整合團隊意見，相信在研究所所培養的這些能力，未來在職場上肯定能受用。

總而言之，這段經驗成為我職涯中最寶貴的養分，也讓我更加確信，唯有不斷學習與反思，才能在變動的時代中持續成長。

在校生專欄

王貞儀



在研究所這段時間，我最深的體會是課程內容比大學更紮實，也更貼近實務。研究所不再只是聽課、考試，而是要主動思考、整合理論與現實情境。老師們經常鼓勵我們提出問題，或以企業案例為主題進行分析，讓我們練習從人資專業的角度思考，培養出結合理論與實務的能力。

在課堂上，討論往往圍繞實際案例或研究議題進行，這不僅讓我能將理論與實務連結，也促使我在發言時更重視邏輯與證據。透過一次次的報告、討論與回饋，我逐漸從被動聆聽者轉變為積極參與者，學會如何自信地表達意見、傾聽他人觀點並提出建設性回應。

我覺得研究所最特別的地方，是讓我學會用「研究的角度」看事情。以前遇到問題可能只是憑感覺去判斷，但現在會更重視資料與理論依據，會想去找研究、看數據，再歸納出合理的推論。這樣的訓練讓我在思考事情時更有條理，也更能從整體的角度看待組織問題。

這些經驗在實習時都派上用場。我在實習單位負責協助製作入職前性向測驗表單、撰寫福利制度提案，還需要和主管討論內容的可行性。有些提案被採納，有些雖然沒被使用，但整個過程讓我更懂得怎麼把課室上的理論轉化為實際可執行的方案，也更能理解企業在制度設計時要考量的現實面。

整體來說，研究所的課程讓我不只學到知識，更培養了獨立思考、資料分析與實務應用的能力。從學術到職場，我學會如何把想法具體化，並勇敢表達出來。這些收穫不僅提升了我的專業素養，也成為我未來在人資領域持續成長的重要基礎。

在校生專欄



朱純穎

過去這一年在研究所的學習讓我有許多成長與反思。課堂上紮實的理論，讓我能以更多元的視角理解人力資源與知識管理的核心價值；而在實際進入職場實習的過程中，我第一次真切感受到組織運作的實際狀況。實習不僅讓我看見制度與文化如何共同形塑員工行為，也讓我觀察到不同年齡層與背景的員工在合作與溝通時所產生的摩擦與互動模式。

在擔任人知所學會會長的這一年，以及實習的這段日子中，我比以往更謹慎、仔細地面對每一件事。無論是在實習工作或所上活動規劃中，我都體會到細節往往決定結果的成敗。有時候，多一份細心不僅能讓事情更順利，也能讓他人感受到被尊重與重視。透過這些經驗，我學會以更周全的態度面對工作與人際溝通。

回望這一年的學習歷程，我更加確信自己選擇人知所的意義。在研究所的這一年裡讓我不僅在專業上有所成長，也在思維上更成熟。這些經驗讓我更了解自己，也體會到成長往往來自於每次的不完美嘗試。未來，我也希望能夠把在研究所的所學，作為為引領自己不斷前行的能量。

在校生專欄



賴佳伶

進入高師大人知所的這一年，對我來說是很特別的經歷。記得開學第一天帶著焦慮的心踏入教室，擔心著未來的自己會不會跟不上進度，不過在就讀的過程中，慢慢發現所上的老師都很用心，不只教理論，也常在課堂中和我們分享企業實務。這讓我在學習上不只是背知識，而是開始去想「人」在組織裡真正的重要性。組織靠著人去維繫情感，也可能因為人的關係產生矛盾甚至離開組織。因此，我更能理解管理並不只是制度的設計，而是建立在對人的理解與溝通之上。

然而，就讀期間最幸運的事，是遇到了一群很棒的同學。班上的氣氛很好，大家都很熱心、很溫暖，不管是報告還是生活上的小事，都會互相幫忙。儘管有時候時間緊湊，大家仍會互相提醒、分享進度與想法，讓整個學習過程變得有趣。這種一起努力的感覺非常難得，讓我覺得在人知所不只是學知識，更是學怎麼與人相處、如何在團體中合作成長。所上人數雖不多，但老師和同學間感情融洽，老師們會記得每位學生的狀況，也常在課堂外主動關心我們。

這一年多的經驗，讓我更加了解自己，也學會用開放的態度去面對人與人的互動。不論未來走向哪個領域，我都會記得在人知所學到的這份對人的溫暖，以及在這個階段一起努力、互相扶持的老師與同學們。

在校生專欄

蔡昀靜



這兩年的碩士生活，對我來說是一段成長又充實的旅程。進入「人力與知識管理研究所」之後，我不只是學到了理論知識，更重要的是在老師們的引導下，學會了如何用更寬廣的視角去看待「人」與「組織」的關係。老師們總是用實例幫我們連結理論與現實，讓我明白知識管理並不是抽象的概念，而是一種能讓人與企業一起成長的思維方式。

在課堂之外，我也有幸到「威捷生醫」實習，負責市場開發相關的工作。這段實習經驗讓我第一次真實地感受到學校裡學到的管理知識如何應用在產業現場。我曾參與泰國與日本的國際展會，從前期準備到現場展示，每一個細節都考驗著我的溝通能力與臨場反應。雖然過程緊湊又充滿挑戰，但也因此讓我認識到自己在陌生環境中學習與適應的能力。更重要的是，我在這些展會中結識了許多不同國家的業界夥伴，也看見了生醫產業的全球視野，這對我未來的職涯規劃有很大的啟發。

回頭看這一年多的學習歷程，我從一個只懂理論的學生，慢慢變成能結合理論與實務思考的人。這段時間讓我更確定自己想走的方向——在人與知識交會的地方，創造有價值的連結。未來不論走到哪裡，我都會帶著這段經驗與學習，用心觀察、持續成長。

在校生專欄



黃郁雯

大家好，我是郁雯，來自彰化。大學四年在高雄就讀運籌管理系，畢業後選擇繼續留在高雄，在高師大人力與知識管理研究所展開兩年的碩士旅程。

在人知所的學習過程中，我深刻感受到老師與同學之間溫暖而開放的氛圍。每位老師都給予學生高度的彈性與支持，不論是課程設計或研究方向，都能依照自身興趣延伸。課堂中除了理論講授，也結合許多實務案例，讓我們理解知識如何落地應用。老師們也常主動關心學生狀況、給予鼓勵，讓我在學業與實務之間找到平衡與動力。這樣的環境讓我更有勇氣探索自我、迎接挑戰。

課餘時間，我參與了 Insider 遠距業務實習計畫。初期擔任助教，協助 15 位同學追蹤進度與解決問題，同時負責蒐集名單、從零建立香港市場的電商品牌資料庫。過程中，我學習到陌生開發技巧，也培養了跨國溝通與數據管理能力。每週更有機會聆聽來自 SaaS、金融、獵頭、人資及 AI 工具等產業的講者分享，拓展國際視野。

最特別的經驗是六月隨團隊赴港參加 Insider x Oracle 商務活動。從邀請名單到現場執行，我們全程參與，最終吸引近 60 位業界高階主管到場，成果超出預期。那幾天的籌備過程讓我體會到團隊協作、臨場應變與跨文化溝通的重要。

這段實習不僅強化了我的業務與執行能力，也讓我更確立結合人資與國際市場的職涯方向。未來，我希望將在人知所學到的理論與實務經驗結合，成為連結「人」與「組織價值」的橋樑。

在校生專欄



湯子薔

我是湯子薔，來自新竹，很開心能有這個榮幸來南部就讀人知所，體驗截然不同的生活環境、氣候與人文氛圍。剛來時，雖然會有點孤單與不安，但所上的同學們都十分友善、熱情，大家在課堂上討論、課後交流，也在互動與切磋中獲得許多意想不到的想法與許多不同的經驗。

在學習方面，研究所課程的設計與教授、老師們的教學內容豐富且條理分明，透過個人報告、團體討論與實際操作，加強了我對人力資源管理、知識管理及組織行為的理解，也逐漸建立起將理論應用於實務的能力。這樣的訓練讓我在思考問題時能更具系統性，也培養了獨立分析與整合思考的能力。同時，在暑期實習的公司中，我擔任人資實習生一職，負責協助處理人資行政事務、撰寫人員資料、整理面試紀錄，並與主管一同參與招募流程。在實際與求職者面談、了解用人單位需求的過程中，我了解到了課程中的理論與實務經驗還是會有落差，自己也還有許多不足之處，即使暑期實習只有兩個月，但這段經驗也讓我對人力資源工作有了更全面的認識，並更加確立自己未來想繼續在此領域學習與努力。

在校生專欄



楊婕琳

作為高師人知所的研究生，我在南都汽車展開為期五個月的實習，目前已進行至第三個月。這段時間對我而言，是從探索到逐步融入的過程。初期我仍在熟悉公司架構與運作模式，如今已能更有自信地協助部門夥伴執行任務，並開始理解教育訓練專案背後的邏輯與策略。

在工作內容上，我主要參與教育訓練相關專案，涵蓋實體課程與數位教育兩個面向。實體課程部分，我負責課程規劃與行政支援，包括報名統整、教材準備、現場報到與流程紀錄等。雖然工作多為執行層面，但透過持續參與，我能觀察課程從設計、籌備到落地推行的完整過程，體會教育訓練背後的細節管理與跨部門協調的重要性。數位教育部分，我協助整理學習平台資料與課程回饋，逐漸了解公司在數位學習推動上的思維、流程與挑戰，也嘗試提出改善建議。

這三個月的實習中，我學到最重要的兩件事是「主動協助」與「觀察學習」。在尚未完全掌握制度與脈絡時，主動支援能展現積極態度並建立信任，也讓我更快融入團隊；而透過觀察同事的溝通方式與決策過程，我逐步理解教育訓練部門如何在企業中連結人才發展與組織策略。

總結而言，前三個月的實習是我從適應到成長的重要階段。雖然仍在學習中，但我已能在協助與執行之間找到學習重點，並初步累積專案經驗。未來，我期許自己能更深入參與教育訓練規劃與執行，從「支援者」逐步成長為「執行者」，將學術所學轉化為企業實務中具體的人力資源專業能力。

在校生專欄

曾皓平



這一年在高師大人力與知識管理研究所的學習與實習，對我來說是一段重新認識「人」的旅程。剛開始進入研究所時，我以為人資工作重點在制度與流程，但在課堂與實習現場的經驗中，我慢慢發現，人資真正的核心是「理解人」——理解他們的動機、情緒、與面對壓力時的樣子。

實習讓我第一次近距離看見組織的運作方式，也看到不同世代、不同背景的員工如何在同個職場裡合作與衝突。我學會用更溫和的方式觀察問題，不只是解決事情，而是找到讓人願意溝通、願意留下的方法。老師常提醒我們：「制度是死的，但人是活的。」我在這一年中深刻體會到，好的管理不是控制，而是讓人願意投入。

這段時間，我也更認識了自己。原本以為自己只是喜歡傾聽、分析情緒，但在一次次與同事、主管互動的過程中，我發現自己其實能讓人安心——這或許正是人資工作最重要的能力。這一年，我從一個單純想學知識的學生，變成願意為人與組織之間架橋的實踐者。未來，我希望能繼續把這份理解與溫度，帶進更多的職場故事裡。

在校生專欄



謝怡芳

進入高師大人力與知識管理研究所後，以積極的態度全心投入學習，希望能在理論與實務之間找到平衡。碩一上學期主要是打好基礎，我修習了人力資源管理研究、知識管理策略研究、組織行為研究及績效評估管理研究等課程，從中奠定了在人力資源與組織管理領域的理論架構。李俊賢老師的〈績效評估〉課程讓我學習到如何透過制度設計與績效指標，達成組織目標與員工發展並行的理念，也培養了更具系統性與分析性的思考方式。

到了碩一下，我開始將理論應用於研究實作，不僅參與研討會並學習論文撰寫與發表技巧，也在過程中提升了研究與表達能力。李俊賢老師開設的〈企業管理研究法〉課程著重於培養學術閱讀與研究設計能力，內容涵蓋研究主題選擇、研究架構撰寫及文獻分析等，同時也補充了現今 AI 科技在研究輔助上的應用趨勢，讓我學會如何在保有批判思考的前提下，善用新工具 GPT 提升研究效率。與此同時，劉廷揚老師與程云美老師所教授的〈教育訓練發展研究〉課程令我印象深刻。劉老師帶領我們前往蓮池潭進行滑水體驗，讓我們在活動中體會團隊合作與教育訓練的精神；程老師則以遊戲化的方式帶領課程，使學習過程更加生動有趣，也啟發我思考教育訓練在實務中可運用的多元方法。

目前進入碩二上學期，我開始聚焦於人力資源各職能的深入研究，如李俊賢老師的〈招募與甄選管理研究〉，讓我更了解人才吸引與甄選的核心流程與決策邏輯。同時，也全力投入論文的撰寫與資料蒐集，希望能在期末完成論文前三章並提出正式提案。回顧這段學習歷程，無論是理論修習、研究訓練，或是實務體驗，都讓我更堅定自己在人力資源領域持續精進的目標，也更加確信選擇高師大人知所是正確的決定。

在校生專欄



薛彥貞

在佳和美生技有限公司實習的兩個月裡，我學到了很多在課堂上接觸不到的東西。我的工作內容主要包含接洽客戶、人事文書處理，還有一些國外業務相關的協助。雖然一開始有點緊張，但隨著時間慢慢適應，反而覺得每天都有新的挑戰和收穫。

在接洽客戶的過程中，我學到的不只是單純的介紹產品，更重要的是如何傾聽客戶的需求，再用簡單清楚的方式去回應他們。有時候面對不同類型的客戶，需要調整自己的說話方式，這讓我更懂得溝通的重要性，也提升了自信心。

文書處理的部分雖然看起來比較瑣碎，但實際做了之後才發現，每一份資料和每一個流程都關係到公司運作的效率。從整理檔案到撰寫報表，這些工作讓我培養了細心與耐心，也學會更有效率地安排時間。

另外，接觸到國外業務是我覺得最有挑戰性、也最有趣的地方。我協助整理出口文件、追蹤海外訂單，還有和外國客戶進行基本的 email 往來。雖然過程中偶爾會遇到一些不懂的地方，但同事們都很願意指導，讓我在短時間內學到不少國際貿易相關的知識。

總結這段實習經驗，我最大的收穫是對職場有了更實際的認識。從溝通到時間管理，從細節到全局，我都比以前更清楚自己未來想走的方向。對我來說，這不只是兩個月的實習，更像是一段幫助我成長的旅程。

在校生專欄

王玉燕



第一次在醫美診所實習擔任行銷職位，這同時也是我在台灣的第一份工作，讓我收穫許多難忘的體驗。之前我以為行銷的工作只是發廣告、經營社群或做一些宣傳活動，但真正投入後才發現這份工作需要更多細緻與專業，也伴隨不少壓力。

在最初的日子裡，我接觸到專業的環境以及真實的顧客。醫美診所強調美感與信任，因此每一項行銷工作都必須謹慎。我學習如何撰寫社群內容，使其既能吸引目光，又能正確傳達服務價值。從選擇圖片到修改文字，如何在「親切」與「高雅」之間取得平衡，對我來說是一大挑戰，也讓我感到興奮。

一次難忘的經驗是參與促銷活動的企劃。剛開始我害怕想法不成熟，但在前輩的指導下，我逐漸變得更自信，懂得傾聽與調整。當看到自己的點子被採用時，我十分自豪，這也給了我更多動力。

除此之外，我還學到許多新技能，其中最特別的是直播介紹服務與產品。一開始站在鏡頭前讓我緊張不已，但經過幾次嘗試，我逐漸學會自信地說話、與觀眾互動，並能處理突發情況。這段經歷幫助我提升表達能力，也增強了面對大眾的信心。

人知所活動



2025.2.5 | 日間班期初聚餐



2025.9.11 | 在職專班迎新

人知所活動



人知所活動



人知所活動

2025
AI時代的人力與知識管理研討會
分場議程

論文發表 A場次 (4410教室)

- 1-阮文東/The Impact of Employment-Seeking Abilities on Part-time Jobs and Internships: The Case of Vietnamese Students in Taiwan
- 2-陳冠璉/組織人才吸引力、遊戲化管理機制與Z世代就業動機關聯性研究
- 3-姚瀚翔/捷運報廣告購買決策因素之研究-以鮮週報為例

論文發表 B場次 (4402教室)

- 1-曾唯芸/運用文字探勘探討疫情前後航空公司喜好變化-以PTT航空版與旅遊版為分析樣本
- 2-吳姿靜/公務人員工作滿意度後設分析研究
- 3-李喜富/運用文字探勘技術分析詐欺犯罪手法與量刑之研究



人知所活動



人知所活動



2025.3.19 | 專題演講



2025.4.16 | 專題演講

人知協會活動



2025.11.16 | 第 4 屆第 3 次理監事會議

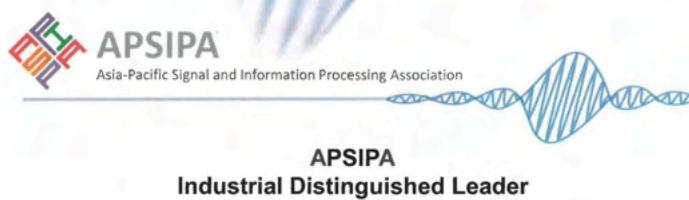


2025.12.20 | 第 4 屆第 2 次會員大會

人知喜訊

林裕森教授

榮獲 IEEE 亞太訊號與資訊處理學會
頒發 業界傑出領導者



APSIPA
Industrial Distinguished Leader

proudly and gratefully
presents this certificate to

Yusen Eason Lin

In recognition of his outstanding contributions
in promoting the association
and reaching out to the community

as an Industrial Distinguished Leader for the class of 2024

T Kawahara

Tatsuya Kawahara
President, APSIPA
October 20, 2024

APSIPA Industrial Distinguished Leader Program
www.apsipa.org

人知喜訊

109級畢業生林千奮受訪

C4

FORTUNE LIFE Weekly | 職場達人

<https://ctee.com.tw>

中華民國114年7月5日／星期六

工商時報

達人座右銘
問心無愧

林千奮盡力提供最天然、最優質的食材給客人，這也是他一直提醒自己的事，要保持職人精神，用最好的食材做最好的料理。林千奮自信地說：「我做什麼給家人吃，就做什麼給客人吃。」

牛博肆溫體牛火鍋創辦人

文／陳建宇

林千奮放下金湯匙 化熱愛為職業

一般來說，企業的二代、三代往往都需要繼承家族衣鉢，但牛博肆溫體牛火鍋創辦人兼主廚林千奮（音同「余」），偏偏想要創業走出自己的路，選的還是在高雄競爭激烈的溫體牛火鍋。不過在他全心投入下生意愈來愈好，更吸引許多高端客人如醫生、音樂家等，闖出自己的一片天。

31歲的林千奮出身在飯店世家，家族在高雄經營飯店已45

年，他屬於企業第三代，用「含著金湯匙出生」形容也不為過，不過林千奮從國小起就喜歡往飯店的廚房跑，看著自家飯店的主廚們做出一道又一道的美味料理，讓他非常嚮往，種下日後走向餐飲業的種子。

而從高中開始，林千奮對料理的熱情不減反增，因此他也正式跟飯店的中餐廳廚師們學習餐飲的基本功，常常在廚房一待就是好幾個小時，即使滿頭大汗也樂此不疲。此外，由於林千奮生長在網路時代，因此他也透過網路尋找喜歡的料理自學。

「能夠把一輩子的興趣轉為職業，是人生最幸福的事。」林千奮說道。不過餐飲的種類繁多，為何決定要做火鍋，而且還是在天氣炎熱的高雄開火鍋店？林千奮笑著說：「火鍋說難不難，說簡單也不簡單。」他認為火鍋是領域單一卻又獨特的一種餐飲，尤其是湯頭和湯底最關鍵，由於自家飯店的餐廳屬於滷菜，講究熬湯的功力，因此也讓他在推出火鍋時更有信心。

雖然家中不缺錢，但林千奮要開店的資金是他自己準備資料向政府申請青創貸款，缺的部分則向家裡「借」，不僅要按期還款，還要給利息，不動用家裡的資源。

林千奮對食材相當要求，希



達人小檔案

現職：牛博肆溫體牛火鍋創辦人、主廚

出生：1994年4月13日

學歷：高師大人力與組織管理碩士、高科大行銷所碩士在讀、廈門大學市場行銷博士在讀

經歷：漢王飯店秘書室助理、漢王飯店董事長特助、台灣藝術股份有限公司行銷襄理

望客人能吃到最好的東西，也絕對不能有化學添加物，因此光是食材就占了成本的40%，比起一般餐廳的25%~30%高出許多。林千奮創業初期由於溫體牛的品質不穩定而傷透腦筋，他只好每一~二周就跑到台南新化拜訪業者，最後談了一年半，終於有位農二代願意與他合作，提供穩定且品質佳的溫體牛。他笑著說：「幸好有業者幫忙，創業初期才挺得住。」

林千奮坦言，有90%的餐廳都會使用「預製菜」，藉此降低成本，但要讓菜能夠保存夠久勢必會有化學添加物，這是他無法妥協的部分。重視食材新鮮的林千奮至今仍每周去果菜市場一~二次，除了確保食材新鮮之外，也仔細尋找當令的食材，加入他的火鍋裡。

例如林千奮就將屏東的原生無毒番茄加入火鍋中，推出營養價值高的「議長鍋」，連高雄知名餐飲名宿、鄧師傅創辦人鄧文裕也認為，這創造出獨特的火鍋體驗，不僅是一場味覺的升級，更是台灣農產價值的絕佳展現。

如今牛博肆的知名度逐漸打開，聞名而至的消費者也愈來愈多，甚至有國外的遊客吃過變成回顧客，每次來台都要到牛博肆報到。林千奮表示，除了食物新鮮、好吃之外，料理也推陳出新，讓客人願意來品嘗不同菜色。

許多餐廳一炮而紅之後就會開分店，林千奮則暫時沒有這個打算，他認為經營要腳踏實地不好高騖遠，除了繼續提供營養、健康的料理之外，也會持續創新菜色給客人驚喜。

達人心法

找醫生試吃背書 拓展客源

牛博肆溫體牛火鍋的創辦人兼主廚林千奮，並非料理科班出身，由於生長在飯店家庭，因此他所學都是為接班做準備，不過他反而利用在大學、碩士班、博士班學到的技巧，以不同於傳統的方式行銷自己的餐廳，讓餐廳客源愈來愈多。

林千奮大學時唸的是國貿，碩士則是在高師大唸人力與知識管理，目前林千奮在工作之餘仍持續攻讀博士班，念的是高科大的行銷所及廈門大學的市場行銷。也因為學了許多行銷的相關知識，因此林千奮也採取不一樣的方式推銷他的溫體牛火鍋。

一般的餐廳開幕都會找美食網紅、KOL等為其造勢，甚至會找藝人提升知名度，不過林千奮一開始找來試吃的客人是醫生，利用醫生的專業為他的火鍋背書，如果醫生都覺得不錯，一般民眾也就可以放心地吃。奠定概念後，醫生也成為牛博肆的基礎客源，一傳十、十傳百，後來甚至連高雄的醫師公會都帶隊來吃。

也因為有醫生作為人際傳播的媒介，牛博肆的客源也愈來愈廣，林千奮表示，例如音樂家就是其中一個族群，許多音樂家在表演前、後都會到牛博肆用餐，可以補氣補力。

責任主編／陳信榮 編輯／吳英標

人知喜訊

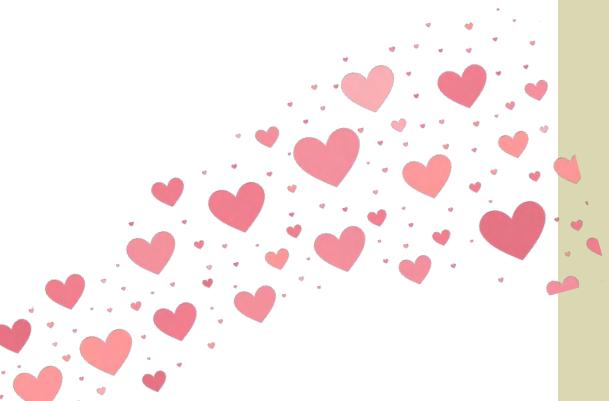
106 級畢業生
林育德
錄取
國立台灣師範大學
科技應用與人力資源
發展系博士班

114 級畢業生
謝承佑
錄取
國立高雄師範大學
成人教育研究所
博士班

人知喜訊



105 級畢業生張致捷小朋友誕生



105 級畢業生謝旻哲結婚

國立高雄師範大學
人力與知識管理研究所



115學年度

碩士在職專班招生

報名日期：114/11/27-115/02/06

面試日期：115/03/28



申請方式



招生簡章



報名網址



本所網址



高雄市和平一路116號
07-7172930轉2401

高雄市人力與知識管理研究協會

會員入會申請

為了凝聚人知所畢業校友，特別組織成立「高雄市人力與知識管理研究協會」，本會任務有從事相關學術研究、辦理相關學術研討會、講習、研究活動、國際交流活動、出版相關刊物、舉辦會員聯誼活動及觀摩等。

校友們！需要您們的加入，成為本會的會員吧！
如何加入會員？請至本會網頁，下載入會申請書，填妥後傳至人知所即可。

第一年入會費為新台幣 **1,200** 元，第二年之後常年會費為新台幣 **200** 元。



發行人

劉廷揚

總編輯

孫偉君

執行編輯

朱純穎

發行

國立高雄師範大學人力與知識管理研究所
高雄市人力與知識管理研究會
人知所所學會

電話

(07)717-2930 轉 2401

傳真

(07)716-6901

地址

高雄市苓雅區和平一路 **116** 號綜合大樓四樓 **4406** 室

網址

<http://hrkm.nknu.edu.tw>

Email

tm@mail.nknu.edu.tw

2025.12