

「探索自我優勢、企業 X 校園合作—個人品牌經營課程花絮」



- ◆課程日期：115 年 03 月~115 年 05 月
- ◆課程地點：未來館三樓、國際會議廳
- ◆主題：個人品牌經營課程總回顧

隨著本學期「個人品牌經營」課程的結束，讓我們好好回顧一下本學期的課程吧！

■站在有光的地方

還記得在本學期的第一堂課，王榮春老師陪伴大家去探索如何找到自己的「光」，了解自己在壓力下的表現的「本能反應」，幫助我們在職場中做出更理性的選擇，並找到最能發揮所長的領域。



我覺得最有意思的是思考閃光點的部分，因為可以很清楚從每個人的閃光點了解到個人的內核，以及他們身上所發生的有趣、有成

就感、有意義的事情。在最後的階段，我們也彩繪了我們未來的樣子，這也是我第一次靜下心來思考，我想要的未來是什麼樣子，我現在走的路是否真的會讓我達成我的未來目標。」雪盈說，「我覺得這堂課非常有趣，也獲益良多，講師的表達方式生動，也讓我會對未來有期盼。」

而這正符合榮春老師課程中所提到，印度詩人泰戈爾的這句話：「把自己活成一道光，因為你不知道，誰會藉著你的光，走出了黑暗。」

■成為「加值連結者」

當大家對自我有了更清晰的認知後，課程進一步聚焦於如何將這些內在價值，有效地「轉譯」為職場通用的競爭語言。履歷撰寫不再被視為單純的經歷堆砌，而是學會如何串聯看似不相關的經驗，展現出一致的特質與獨特價值。

在數位時代，LinkedIn 已成為個人品牌經營的主戰場。傑克飛學長分享了經營 LinkedIn 的核心要訣，而履歷不應只是「我負責什麼」，而是「我成就了什麼」。學長一步步帶領大家透過「開地圖、找典範」的過程，使大家能更清晰地看見自己的成長空間，並在 LinkedIn 這個大平台上，讓全世界看見台灣人才的價值。

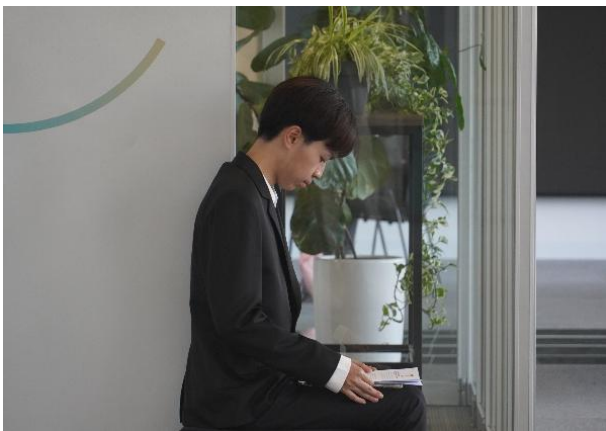
26 September 2026

傑克飛學長送給大家這句話：「痛苦嗎？表示我在成長。」職涯發展是一場馬拉松，需要耐心地「讓子彈飛一會」，感受時間帶來的回報。



■校園 X 企業合作—履歷撰寫&模擬面試

在進入履歷撰寫時，大家透過 NCKU Future Success+系統編輯自己的履歷，透過成大與 104 人力銀行合作的平台進行履歷健檢，與線上 HR Giver 討論如何更改並精進履歷。



「最後的履歷撰寫與模擬面試，則讓我第一次真正感受到『進入職場』這件事離自己並不遠。因為我是繁星入學，過去其實幾乎沒有正式面試的經驗，所以一開始非常緊張，也不知道該怎麼介紹自己。很感謝許景貞教練的帶領，讓我慢慢知道，自我介紹不是把經歷全部講一遍，而是要讓別人看見你的特質與價值。我也開始學著把自己的不同經歷串在一起。」丞伶說。

在景貞教練的帶領下，大家慢慢修改自己的履歷。在了解面試的各種小「鉅角」後，進行了一場模擬個人面試以及模擬團體面試：「觀摩團體面試時，我也有很深的感觸。有些人很會表

現自己，但我反而更欣賞那些願意先聆聽、再回應的人。這讓我意識到，面試不只是展現能力，更是一種與人互動的過程。比起急著發言，更重要的是能不能真正理解問題、回應他人，並讓自己的發言有價值。」



■企業出題、學生解題

學期末的成果報告中，本課程很榮幸邀請到 104 人力銀行社會資源處專案經理許紫涵、泰吉軒執行長張惠婷以及前華泰電子人資經理許景貞教練擔任本課程期末報告的總評審。

泰吉軒在此次擔任出題企業這個重要角色，在期末報告中給出許多回饋與見解。



「在『Tachiz 品牌專案』中，我投入了極大的心力，同時也獲得了難能可貴的成就感。這個專案要求我們在有限的時間內，針對陌生的 B2B 市場開創出具體的行銷矩陣。在執行的過程中，最艱難的挑戰並非來自專業知識的匱乏，

而是團隊協作的磨合。由於必須與平時不熟悉、且背景各異的組員共事，加上課堂專案本身缺乏強大的外部誘因，要如何激勵團隊、維持產出品質，成為專案執行初期巨大的絆腳石。然而，這次的挫折反而成為我這堂課最大的收穫。我意識到，這正是最真實的職場預演——在現實的工作環境中，我們無法挑選自己喜歡的共事夥伴，更不能因為他人的消極態度或能力落差，而影響到最終成果的產出。」心語說。



「為了解決團隊停滯不前的困境，我選擇主動站出來扛下全組的專案核心。從整個企劃的切入點、行銷想法的構思，到細化每個人的工作流程與任務指派，幾乎全由我獨自推進與統籌。令人欣慰的是，這份堅持迎來了高度的肯定。我們組的專案策略最終獲得了泰吉宣品牌方的官方認可，這對獨自撐起專案的我來說，無疑是極具份量的成就。」



■ 化逆境為經驗

課程的進行也並未一帆風順，前期原本訂好的題目由於產品下架，使原本要做機能小熊軟糖的組別只得更改題目為泰吉軒尚未上市的爆爆珠氣泡飲。而由於課程是隨機分組，有些組別缺乏管院或社科院背景的組員，在 B2B 市場及一些專業名詞、行銷策略等主題上非常吃力。

「在期末發表時，有一組同學的表現極其優秀，全班有目共睹。我當時非常認真地聆聽他

們的簡報，內容很精彩，讓我從別組身上學到了很多，甚至在同儕互評與評論時，各組給予的意見也相當精闢，讓我由衷佩服，真正發揮了通識課結識不同專業領域人才的價值。」



■ 課程回饋：自我探索

這學期的課程內容中，不僅止於把東西交給學生，更著重於引導學生進行深度的自我探索與潛能開發。在課程的一開始安排的活動與測驗，學生得以逐步釐清個人特質、興趣與未來職涯方向。

「在這一次的課程中，我們通過了很多的測驗與活動來瞭解我們自己。從個人的基本介紹，如名字、星座到個人風格分析以及興趣何倫碼的測驗都在慢慢地不斷讓我們能更認識自己，並知道我們的性格特質，適合做什麼樣的工作。我們也學習如何讓興趣與專業作結合去找到我們最理想、心儀的工作。」—雪盈



■ 課程回饋：實務演練的價值

「給他魚吃，不如教他釣魚。」在實務演練環節，是許多同學第一次面對「面試」這件事。透過業師的帶領，同學將自身特質與其相關經驗，結合成自我獨特的優勢，在面試中成

為亮眼的存在。

「我也開始學著把自己的不同經歷串在一起。像是 Mathink 數創營的活動經驗，和燒烤店工讀看似完全不同，但其實一個培養了我的組織能力，一個磨練了我的應變與溝通能力。以前我不覺得這些經歷有什麼特別，但現在我知道，每一段經驗其實都在塑造現在的自己。」——丞伶

■課程回饋：啟發未來職涯方向

筆至此處，探索未竟。「個人品牌經營」課程在此雖然畫下句點，但其對學生的影響是深遠且多面向的。課程中不僅提供了實用的職場技能，更重要的是啟發學生對自我與未來的深刻思考。丞伶在課程結束後表示：「這堂課雖然結束了，但我覺得自己的探索才剛開始。十九歲的我，還沒有完全確定未來會成為什麼樣的大人，但至少我比以前更了解自己，也更知道自己

想往哪裡走。」這段話充分體現課程在個人成長與職涯啟蒙方面的巨大價值。

學生們帶著這些寶貴的收穫，學得更有條理地表達自己，並在堅持與彈性間找到平衡。這不僅是個人的成就，更是人生道路上的重要里程碑。透過一學期的努力不懈、假日早九留在成大上課，以及無數和組員討論報告的時間，課程成功地為同學們搭建了一個從校園走向職場的橋樑，讓他們能夠更自信、更有準備地面對未來的挑戰。



SEL 素養培育計畫-交友的科學 講座

為幫助本校住宿生破除社交迷思、提升人際互動品質，由陳惠華醫師主講的「SEL 人際溝通講座—交友的科學」於 115 年 6 月 2 日（星期二）晚間 16:00 至 20:00 在本校國際會議廳圓滿落幕。本次活動吸 40 位住宿生熱情參與，現場氣氛熱烈，獲得廣大迴響。



本次講座以實證科學為導向，結合社會情緒學習 (SEL) 核心概念與《交友的科學》理論，將過往抽象的人際互動技巧，轉化為能夠具體練習的行動步驟。陳惠華醫師打破傳統單向演講的模式，透過靈活的互動教學，現場親自示範

並帶領學員進行「社交劇碼」演練，直觀對比正確與錯誤的社交訊號，幫助學生在沉浸式的體驗中強化學習深度。



講座特別針對大學生的生活經驗量身打造，內容涵蓋打入新圈子、開啟有品質話題及數位社群溝通等常見的真實挑戰。同時，陳醫師亦著重「防禦與韌性」，納入衝突管理與避開霸凌的實用應對策略，引導學生建立明確的心理界限，大幅提升面對人際摩擦時的社交韌性。

歷經 2 小時的紮實課程，40 位參與者皆獲益良多，成功達成各項預期目標：