

2024.7 第四期  
目錄

韌性系列線上研討會  
全球專家開講

個人韌性工作坊  
啟動正向教養力

南外社區韌性故事

關注韌學堂

您還在摸索什麼是「韌性」嗎？韌學堂將是您的最佳起點～我們推出「韌性報」，提供個人韌性、企業韌性、社會韌性、國家韌性最新資訊，陪您關注世界各地韌性相關活動、議題、學術發現以及產業動態，只需打開您的電子信箱，就能即時掌握韌性脈動！

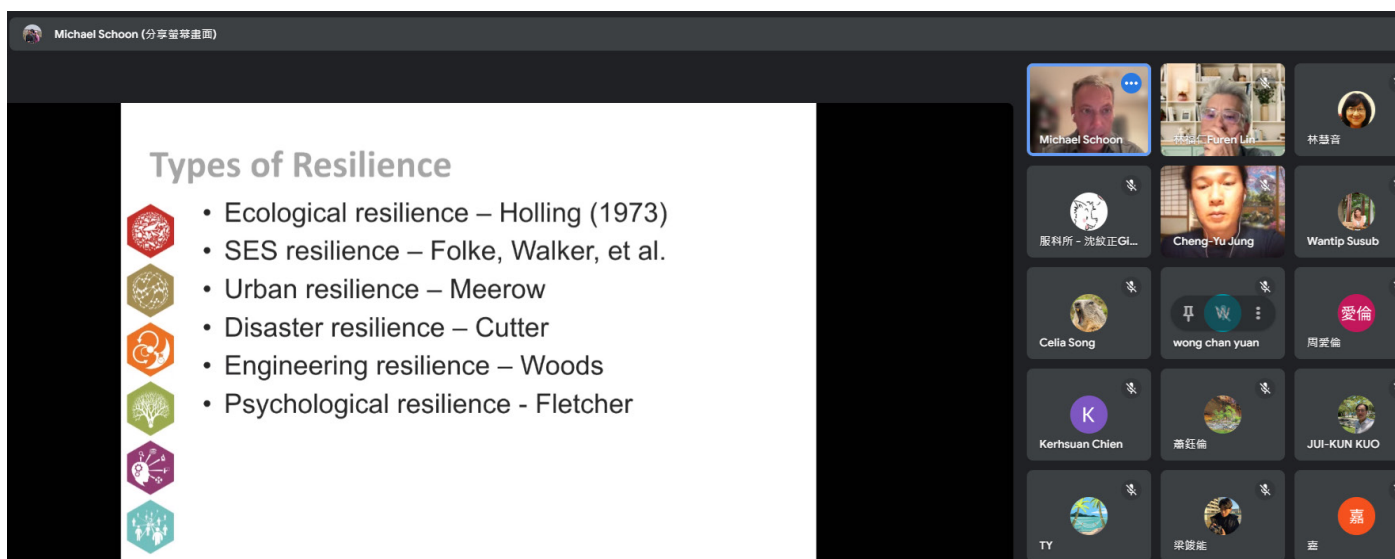
歡迎來信或私訊韌學堂，開始追蹤「韌性報」，或進行投稿，讓我們將您對韌性的新發現分享給更多夥伴！



## 韌性故事 | 南外社區韌性故事

2024 年，清大韌性研究中心開啟第二波鄉鎮韌性指標調查，探索的軌跡由北埔街區延伸至鄰近社區，本期將介紹北埔南外社區及其韌性故事。2004 年至 2024 年廿年以來，南外社區透過「拾藝南坑」計劃開始重新凝聚社區共識及力量，而後逐步修建社區唯一三合院、建於 1960 年代的「姜家大院」，並修復曾是茶葉輸出世界重要路線的「千段崎古道」，更於 2018 年連續兩年通過水保局「優質農村體驗社區」評鑑，點點滴滴挖掘當地歷史文化，為社區注入活力，實踐屬於南外的韌性。

# 韌性系列線上研討會 全球專家開講

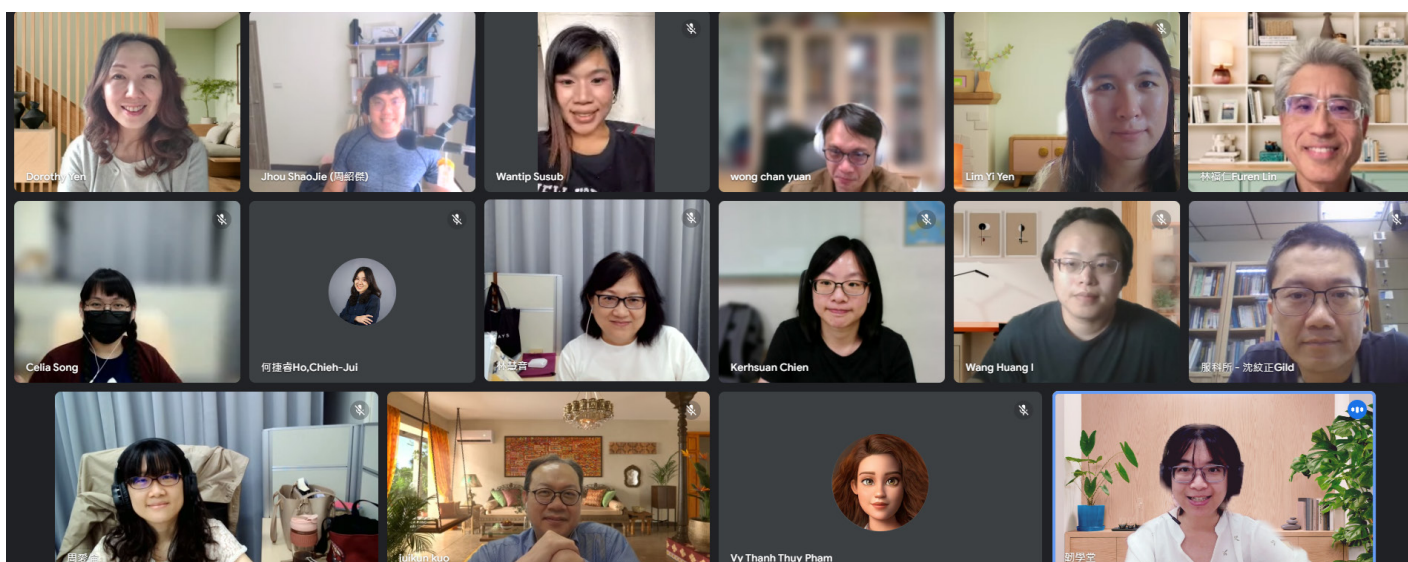


2024年起，韌性研究中心與韌學堂規劃每月一次的「韌性系列線上研討會（Resilience Webinar Series）」，廣邀來自新加坡、菲律賓、南非、美國與英國專家學者分享他們在所屬國家推動的韌性行動，以及所進行的韌性研究。

研討會探討議題，廣至能源轉化、跨國公司與經濟、合作學習、管理連結、公共組織轉型，深入至培養複雜適應系統思維、維持多樣性和重複性，微觀至個人身心健康變化、人際網絡與社群關係，全方位地引領大眾理解韌性的多元面向。

線上會議模式也跨越空間的藩籬，吸引全球參與者加入交流，收穫了來自各國的觀點與見解，未來仍將有多場研討會上線

歡迎各位讀者關注及報名：<https://www.residemy.org/zh/events01>



# 個人韌性工作坊：啟動正向教養力



文 | 鄧立婷（國立清華大學韌性研究中心專員）

清大韌性研究中心首度舉辦個人韌性工作坊「啟動正向教養力」，由子計畫主持人吳怡珍教授、林旖旎教授及施香如教授共同規劃，邀請簡宏江教授與邱怡欣教授淺談如何發現孩子優勢，以及進行正念心法的了解和練習。

換個角度看，缺點變優點

簡宏江教授為育達科技大學幼兒保育系主任，他指出，家庭氣氛對孩子的成長具有絕對的影響，與其糾正孩子行為，不如改變家人相處模式，打造正面家庭氛圍，提供孩子正向發展的環境。他透過「換言一新」、「外星怪」兩款桌遊，引領參與者「發現」各種負面特質，接著轉變觀察角度，「發掘」負面特質背後即為正向特質，如「竭盡所能符合他人期

待——待人和善」、「提供過多協助或意見——有顆溫暖的心」等，鼓勵大眾拋卻刻板印象，嘗試以更多元面向認識並肯定他人。

「孩子感覺好時，他們會做得更好。」簡教授進一步談到，在看見孩子的正向特質後，教養者應予以肯定、進行正向引導，強化孩子的信心，使正向表現得以延續。他並分享正向引導的EOSKAR原則（同理心 Empathy、結果 Outcome、評分 Scaling、技術 Know-how、肯認與行動 Affirm and Action、回顧 Review），歸納出正向教養的秘訣：發現優勢→運用優勢→肯認優勢（運用EOSKAR原則），鼓勵參與者主動發掘孩子身上的亮點，啟動正向循環。

正念換檔，穩出自在互動  
邱怡欣教授任教於玄奘大學應用心理學系，她提出三種生活狀態：匆忙快速完成事情（只在意達標，不在意歷程）／一心多用的自動導航（對某些事心不在焉或不知不覺）／了了分明（對身體與情緒、想法都有正念覺察），引領參與者檢視自己與孩子的處事模式，並帶出以「正念」進行情緒保養，找到最為自在的生活節奏，保持穩定的身心狀態，是提升個人韌性的第一步。



邱教授引用丹麥神學家齊克果 (Kierkegaard) 名言：「生活不是一個需要解決的問題，而是一個需要經歷的現實。」她提到，孩子的作為不符合教養者期待，並非意味「問題」產生，鼓勵教養者將注意力放在「合適」的地方，覺察更多良善及美好。邱教授並引領參與者進行正念伸展及運動練習，她指出，人在行動與思考、解決問題時，會對身心產生消耗，此時即應進行「正念暫停」，開啟同在模式 (Being mode)，充分放鬆後更能打開自己，接納師生／親子互動的各種模式與面貌。

聚焦互動過程 尊重恩威並行 心理學家古德曼 (John Gottman) 指出：「讚美與批評的黃金比例為 5:1」，儘管強調少責備、多鼓勵，正向教養並非全盤接受孩子的各種表現，兩位教

授皆指出，成就驅動與壓力導向的教養方式能平衡孩子的發展，有存在之必要。同時，教養者必須優先照顧自身需求及感受，回應自己後再回應環境，唯有從基礎鞏固個人韌性，才能陪同孩子發展韌性。兩位教授也提到，教養者需要特別注意與孩子互動的「過程」，以接納、同理投入彼此的關係，不過度評價、關注「結果」，實踐相互尊重，更能提升師生／親子關係的質與量。



「記住你青春無畏的樣子。」過去的正向經驗是形成個人韌性的關鍵，教養者陪伴或共同創造幸

福感，將為孩子的未來累積更多韌性資本。本次工作坊多數參與者進行了正面回饋，期待未來再推出延伸課程，使教養者與孩子都能凝聚韌性，促使更多「韌性班級」、「韌性家庭」誕生。



# 南外社區韌性故事



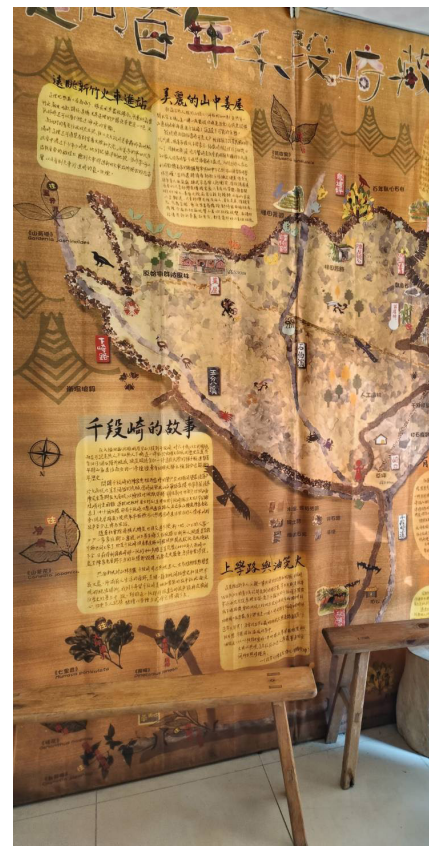
文 | 林慧音（國立清華大學韌性研究中心研究員）

2024 年起，韌性研究中心成員從北埔老街延伸往北埔冷泉方向前進，展開第二波鄉鎮韌性指標調查。這期韌性故事我們將介紹新竹縣北埔鄉南外社區發展協會（以下簡稱：南外社區），現任南坑村葉貴霖村長（以下簡稱：葉村長）敘說南外社區的韌性故事。

## 準備期（2004-2012）

南外社區範圍包含南坑村與外坪村（以下簡稱：南外社區），2001 年，當時 55 歲的葉村長從私人企業退休後回到南坑村，2004 年，他進入南外社區擔任協會會計兼總幹事。2005 年葉村長和協會夥伴募集志工展開 5 年環境改善工作，他們從空地開始種樹一直延伸到濟化宮前。葉村長記得當時社區意見多，真正讓社區居民凝聚起來是來自「拾藝南坑」計畫。

2009 年在新竹縣文化局支持下，藝術家蔡宛璇、澎葉生（法籍：Yannick Dauby）進駐南外社區進行藝術創作。一開始，蔡宛璇構想把社區舊衛生室進行空間活化，然而社區成員對於改造這個空間並不感興趣，一位長輩在交流時說道：「我們社區有許多好山好水和其他值得挖掘的元素，把精力花在這個空間實在太可惜了…。[1]」蔡宛璇



和葉村長（也是協會總幹事）討論後，提出「拾藝南坑」方向。以一系列小型活動：徵集和分享南坑舊照片、製作傳統粿食、棉布彩繪、冬稻收割活動與影音紀錄等，挖掘在地文化價值和創意活力。年底，幾位長輩提及當地重要古道「千段崎」吸引藝術家目光。

大南坑聚落曾經是焗腦、造紙、種茶的地區，居民日常生活、運送物資、迎神遶境等，都仰賴山區往來於北埔與南庄之間道路——千段崎。山徑陡峭雨後濕滑，大約一百多年前，陳家先祖在自己所開墾山地僱工打石，砌造這條石梯古道免費讓所有鄉民使用，古道共 1413 個石階，宛如天梯般通往天際，後人稱為「北埔天梯—千段崎」。隨著時代變遷，這一條古道被產業道路橫切成三、四段，整地工程忽視嚴重毀損其中幾段路段，入口處一小段石階遭人盜採而荒蕪，只剩下最後一段近 400 多石階保有完整面貌。

2010 年春末，藝術家與社區夥伴進行第一次探勘。在對「千段崎」的自然環境和文史背景有了大概的了解後，大家都認同「走向百年千段崎」成為 2010 年計畫主軸。藝術家希望初始和在地居民試著去想像：「我們期待一條怎樣的千段崎？」逐步去學習，依據每一階段的需求去串聯外部資源，來實現種種想法 [2]。於是從製作一張兼具實用和呈現參與者創意的「走向百年千段崎藏寶圖地圖」開始。千段崎地圖製作過程有著綜合功能和發酵作用，也催生出下一個階段發展方向。

## 建設期 (2013-2019)

沿著千段崎古道一路往上爬，會來到當地人口中的「天空之城」—姜家大院。葉村長與當地社區工作者的調查研究下發現，姜家大院的先祖世代都在山上從事造紙和農耕生活，六〇年代，姜家人將原本的山中小屋改建為氣派的三合院。數十年前，姜家家族陸續遷居至北埔街上居住後，這一棟超過 50 年歷史且隱藏在山上的三合院的屋頂已全毀，荒廢許久的老屋年久失修只剩下門面、柱子、磚牆等殘破四壁，號稱「天空之城」的姜家大院屋頂全毀，院落面臨荒廢的命運。



不忍見當地唯一的三合院荒廢，葉貴霖和村民們取得屋主同意後，決定與社規師合作保存在地這棟歷史記憶的姜家老屋。2014、2015 年起，葉村長申請社區規劃師資源，展開 2 期的姜家大院修復計畫，2014 年的第一期工程施作先清除屋內殘瓦、內外埋雜草，並且以僱工購料方式，完成正廳及左、右廂房的樑柱修復。2015 年的第 2 期工程，施作左、右廂房馬背上瓦，社規師們將老屋拆卸回收的 5、6000 片舊瓦進行再利用，不足部分，從高雄訂購 1 萬 6000 多

片新瓦運到竹東。2016 年則透過農再計畫申請修繕左橫屋部分。2016 年 1 月初南外社區出動鐵牛車到竹東將新瓦片運回北埔，然而因為姜家大院對外連絡的泥石小路很陡，當時又遇到接連雨天，路況濕滑車子無法行駛。2016 年 1 月 10 日葉村長號召社區和志工大家以工作假期方式，每人帶著舊背包將 1 萬 6000 多片新瓦，一袋一袋以人力方式搬運瓦片上山。2017 年，地主自己出錢重建右邊廂房，前後花了 4 年，三合院才整修完成。

2019 年起，南外社區在千里步道協會的協助下，也開始進行千段崎古道修復。修復完成的千段崎共約有 410 階，沿著千段崎一路往上爬，越過陳家竹林、一道溪溝後即到達「天空之城」。這條千段崎石階古道不僅連結「天空之城」也串連「樟之細路」。



## 成熟期 (2020- 至今 )

2022 年，千里步道協會在南外社區成立樟之細路「大隘工作站」，包含葉村長、飛鼠、荒野協會等都是重要成員。千里步道協會與 9 個工作站，從清查過程中，理出先人從桃園龍潭三坑老街、新竹關西古道、北埔大隘、三灣或者苗栗南庄獅潭一帶客家族群種植的茶區，將茶葉挑運到竹東、關西；陸路走盡就是渡船頭，從渡船頭再接船運往艋舺商港，再運往世界各個國家 [3]。

除了清理出步道原型，爬梳沿途特有傳統產業以及衍生的工法，也把沿途的社區發展協會、理事長可以聯絡的人也都清查列出名單，提供給遊客，希望遊客到此地能與當地居民一起呼吸感受生活 [4]。位於小南坑聚落的石崙古道 [5] 就是「樟之細路」其中一段。2024 年「大隘工作站」舉辦石崙古道「賴和健行」文化路徑，這條路

徑是 1912 年「台灣文學之父」賴和與「台灣史上第一位醫學博士」杜聰明壯遊時，從台北走向彰化的行經之路。「賴和健行」以南外社區為起點，訪客們可以在南外社區活動中心 [6] 集合。

南外社區自建設期 2018 年起，連續兩年通過水保局「優質農村體驗社區」評鑑，社區提供完整半日、一日遊行程和社區導覽，提供遊客完整深入接觸姜家大院、千段崎古道等服務。歡迎讀者走入南外社區，想進一步認識「石崙古道」也請洽南外社區粉專：



[1] 蔡宛璇，99 年藝文獎助發展策略研析藝術的社會參與專題研究計畫成果專輯，財團法人國家文化藝術基金會研究發展組編，2011 年 3 月。

[2] 蔡宛璇，99 年藝文獎助發展策略研析藝術的社會參與專題研究計畫成果專輯，財團法人國家文化藝術基金會研究發展組編，2011 年 3 月。

[3] 資料來源：<https://www.tmitrail.org.tw/roadmap/1434>

[4] 2024 年千里步道協會聯合沿線 9 個工作站籌組「台灣樟之細路協會」，台灣第一個民間營運長距離步道團體正式成立。

[5] 石崙，客語中「石頭覆蓋的山丘」的意思，古道附近有座石硬子山，由於當地居民慣用客家語「石崙」來稱呼這個地方，因此，位於石硬子山山脊下方的古道，也稱為石崙古道。

[6] 新竹縣北埔鄉南坑村 9 鄰 1 之 5 號。

## 關注韌學堂

※ 電子報回饋

<https://docs.google.com/forms/d/1W8QBr0W5VerK3Z9FtgRlx9Az3a9KWRNFZv3IZfkAYSi/edit>

※ 訂閱「韌學堂電子報 × 韌學堂韌性報」

<https://newsletter.cc.nthu.edu.tw/nthu-list/index.php/zh/home-zh-tw/sub>

※ 加入韌學堂

<https://learn.residemy.org/>

※ 韌學堂粉絲頁

<https://www.facebook.com/Residemy>

※ 認識「韌性鄉鎮指標」

[https://www.residemy.org/\\_files/ugd/499fdd\\_65fcffa06bf0445d91c24cc755b86b12.pdf](https://www.residemy.org/_files/ugd/499fdd_65fcffa06bf0445d91c24cc755b86b12.pdf)

※ 清華大學韌性研究中心

<https://www.crr.proj.nthu.edu.tw>

歡迎關注我們，並給予回饋，您的寶貴建議是我們茁壯與進步的最大動力。





11/29-11/30  
清華大學台積館&麻布山林

# 2024韌性與管理國際研討會

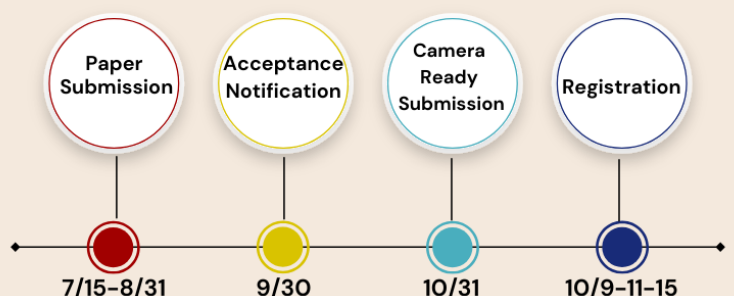
韌性是指在面對逆境、挑戰或重大壓力時的適應和恢復能力。新冠疫情與全球暖化使人們超越了傳統的學術和產業界界限，廣泛認識到韌性在永續發展中的重要性。對於產業界而言，永續淨零轉型與數位製造轉型是企業迫切需要的變革，企業在面對地緣政治、供應鏈彈性管理和淨零法規變化的挑戰下，如何實現永續淨零和智慧製造，考驗著企業領導人和管理者的管理與資源整合能力，而韌性思維與實踐是企業轉型中需要培養的能力。

清華大學於2021年成立了韌性研究中心，致力於開創韌性研究和實踐。從個人、社會、企業到國家不同層級，研究成果逐步轉化為對政策制定、企業轉型、社區推廣和韌性諮詢的實際貢獻。今年度的國際研討會將邀請國內外韌性研究領域的學者專家進行合作交流與分享知識，旨在擴展國際韌性研究網絡，壯大永續發展的實踐社群，進一步解決學術研究和社會實踐中的重要問題。誠摯邀請您透過論文發表或一般報名的方式，一同加入韌性知識旅途的行列。

第一天：11月29日	
9:00-9:10	研討會簡介
9:10-9:30	開幕致詞
9:30-10:20	主題演講一
10:20-10:40	茶水休息時間
10:40-12:00	論文平行發表
12:00-13:00	午間用餐
13:00-13:50	主題演講二
13:50-14:00	轉場
14:00-15:20	論文平行發表
15:20-15:40	茶水休息時間
15:40-17:00	產學論壇
17:30-19:30	晚宴

第二天：11月30日	
9:10-9:50	搭乘遊覽車前往麻布山林
9:50-10:00	轉場
10:00-10:50	主題演講三
10:50-11:10	茶水休息時間
11:10-11:20	圓桌會議簡介
11:20-12:00	圓桌會議
12:00-12:30	分享時間
12:30-	北埔老街用餐和韌性鄉鎮體驗

## Important Date-重要日程(2024)





## Call For Papers-徵件主題

誠邀在韌性各領域的論文投稿，特別鼓勵與研討會主題“韌性與管理”相關的投稿。徵件領域包括但不限於以下主題：

### 個人韌性

#### INDIVIDUAL RESILIENCE

- 高齡化韌性
- 數位健康/活力
- 心理健康與韌性
- 移工勞力的可持續性
- 學習領域的韌性

### 社會韌性

#### SOCIAL RESILIENCE

- 社會結構與公共政策
- 災害預防與因應能力
- 技術和社會創新
- 區域振興
- 社會包容

### 企業韌性

#### INDUSTRY RESILIENCE

- 數位轉型
- 風險管理
- 供應鏈韌性
- 人才和組織
- 技術與創新管理

### 國家韌性

#### NATIONAL RESILIENCE

- 環境永續性
- 國家安全
- 經濟和金融體系
- 國家治理體系
- 城市/鄉村的永續
- AI技術的政策和法規

## Keynote Speakers-特邀講者



**Michael Schoon**  
Associate Professor, Arizona State University's School of Sustainability, USA



**David G. Schwartz**  
Professor, Graduate School of Business Administration of Bar-Ilan University, Israel



**Christina Victor**  
Professor, Brunel University, Director of Research Institute, London

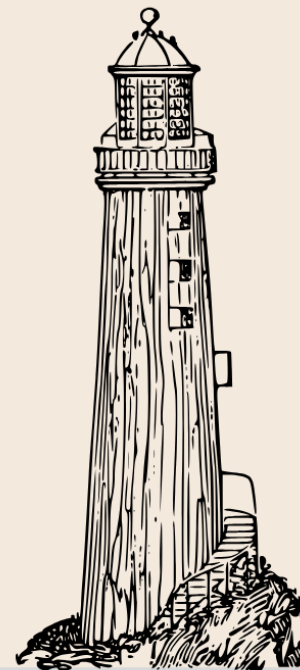
## Conference Chairs-會議主席



**Lin, Chen-Chun**  
Dean, College of Technology Management, National Tsing Hua University



**Lin, Fu-Ren**  
Chief sustainability officer & Professor, Institute of Service Science, National Tsing Hua University



### CONFERENCE SECRETARIAT

Center for Resilience Research (CRR), NTHU

Tel: +886-3-571-5131#35197

Email: residemy.edu@gmail.com

Address: No.101, Section 2, Kuang-Fu Road, Hsinchu, Taiwan 300044, R.O.C.

### MORE INFORMATION

Please scan the QR code:



### CO-ORGANIZERS

Chinese Society for Management of Technology  
Service Science Society of Taiwan  
Taiwan Digital Enterprise Alliance