

同心園地

董事長聊天室

談信任



2014年7月 雙月刊

人物專訪

朱總經理文成專訪

專題故事

哈囉，Y世代！

generation



人知足 心常樂

文 / 陳月琴 澎湖區營業處

水若無清無好魚
山若無高樹艫大

爛田艫出好稻籽
人無奮鬥雙頭垮

一時失志免怨嘆
把握命運掌中管

三年河西轉河東
候待時機再出帆

一支草來一點露
只要志氣比山高

天啊無絕人之路
自有燦爛好前途

做人唔通心陰沉
人勢唔值天一畫

機關用盡步步窮
千計萬算輪幾回

權力名利攏是假
笨憚喘氣睏艫醒

虛花世界行徘徊
所有江山別人ㄟ

人生在世若眠夢
甘苦風光一世人

浮浮沉沉數十冬
南柯一夢總是空

粗菜淡飯吃會飽
身體健康無病痛

何必貪羨人好額
知足常樂心快活

註解： 艫：不會。雙頭垮：指失敗一事無成，兩邊什麼都沒有。
唔通：不可、不能。勢：厲害。
笨憚：懶的。ㄟ：的。好額：有錢。



哈囉，Y世代！

年輕人的面孔之於台電各單位，已從稀有動物變成稀鬆平常，再過不久，想必就會變成絕大多數，這群大舉入侵的Y世代們，在世代交替的浪潮裡，相信很快就會變成台電的中堅份子。組織裡原本奉主管前輩為圭臬的文化，正悄悄地隨著Y世代人員比例及主事者前瞻的思維而扭轉，領導、溝通與做事方法，都逐漸開始尊重部屬意見及注入創意與活力。

在逐步拋開保守文化中，要如何讓不同世代間共同譜出美妙的樂曲，而不因各自調性過強，互搶鋒頭而失了和諧，在本期〈專題故事〉中有精彩的分享。

本次本刊特別邀請到與Y世代同仁相處融洽的核後端處林處長德福分享嬰兒潮與Y世代間之差異與溝通方式，以其雖於主管位，卻保同理心之領導方式，確能拉近與同仁間距離做為實例；有同仁從實務上分享觀察到的Y世代，提醒不同世代的人以尊重理解的态度與之互動；有資深同仁提醒Y世代應學習對不同世代及工作的尊重，強調傾聽、溝通與尊重的重要；有Y世代同仁則認為自己是勇於接受挑戰的族群，也承認想法創新的同時，恐失之周詳，建議世代間若能不固執己見，彼此接納作為決策之參考，必定能彼此加乘，創造雙贏。

在本期〈董事長聊天室〉中，悲憫的董事長以北捷事件為引，與同仁「談信任」，期勉同仁能夠學習信任自己，以持續修行培養自信與建立信任人的承擔能力為念，始能讓人際互動更健康，公司更能型塑出值得讓同仁信賴的文化，同仁亦能在自我信任中，建立自尊與實現自我。「此心安處是吾鄉」一文特別專訪到朱文成總座分享其銜命接下台電總座的心路歷程、對台電未來的期許與其一生精彩卻隨遇而安之人生座右銘，從本文中可一窺總座爽朗及其接受挑戰的個性，更強化同仁全力以赴的信念。「日月潭滿水典禮」一文記錄了台電過往的故事，期待以這系列台電的歷史、榮耀與使命，勾起同仁身為台電人的驕傲並持續為了共同的未來打拚。

初夏往盛夏推移之際，蟬鳴聲已不絕於耳，外界紛擾雖難止息，惟心中的一畝田，希望能透過這些文章的分享，多點理解、願意溝通、建立信任、隨遇而安，相信定能更為清靜，播種出芳香、收穫於愛的！

同心園地

封面題字 / 周益進 彰化區營業處

HEART TO HEART

2014年7月

雙月刊

153

封面裡 人知足 心常樂 / 陳月琴

編輯手札

01 哈囉，Y 世代！ / 本刊

董事長聊天室

04 談信任 / 黃董事長重球

人物專訪

08 此心安處是吾鄉
——朱總經理文成專訪 / 黃蜀玉

專題故事

- 12 淺談「嬰兒潮 V.S. Y 世代」 / 林德福
16 啥米是「Y」世代！ / 路人甲
20 Y 世代新溝通之我見 / 陳向勤
22 永遠說 YES 的世代 / 金曉涵

看見台電

23 日本航空再生的省思與借鏡 / 許泛舟

EAPs 停看聽

【婚姻關係篇】

28 外遇虛驚，其來有自 / 林蕙瑛

台電一家

32 打造社會企業第一步——推動新進人員養成訓練志工服務體驗（上）
/ 胡秀琴

36 台電新兵 工作訓練有感 / 廖家濠

上班族心理系列

- 40 母親的零用錢 / 游文貴
42 十一點半成追線 / 潘建宏

人文采風

【藝文饗宴】

43 范植正回娘家
—— 2014 水彩畫個展 / 本刊

【大地紀聞】

44 險峻秀麗之中央山脈北二段縱走（下）
/ 梁德平

【電影人生】

48 為愛朗讀 / 黃素菲

園地專欄

【台電故事】

53 日月潭滿水典禮 / 朱瑞璿

【活動報導】

56 《同心園地雙月刊》第 153 期封面票選活動 / 本刊

56 員工協助業務花絮 / 本刊

【園地活動】

60 大潭發電廠母親節的獻禮～「女人的一生」 / 法凡

【生命成長篇】

63 同心園地之我見與我思 / 陳燕洲



【苦樂留言板】

- 66 一個痛苦茫然的單身男性 / 本刊

【感恩回饋】

- 70 分享與感恩 / 徐永禧、鄭洪美珠

【生活錦囊】

- 74 生活經驗一點通 / 沈素霞



click

資訊快遞

- 75 同仁對調服務信箱 / 本刊
76 心靈補給站 / 本刊
78 新婚小語、友情園地、婚友資訊 / 本刊

讀者迴響

- 79 第 152 期同心園地雙月刊讀者意見迴響 / 本刊
80 《同心園地雙月刊》徵稿 / 本刊

封底裡 數獨遊戲 / 本刊



封面說明：哈囉，Y世代！

封底說明：用愛包圍受虐兒

中華民國78年3月創刊

中華民國103年7月出刊

發行人 朱文成
總編輯 許泛舟
副總編輯 張廷抒
編輯小組 邱榮富 黃新倫 吳宛玲 古仲軒
執行編輯 黃新倫
E-mail d0190602@taipower.com.tw
地址 台北市羅斯福路三段242號11F
電話 02-2366-7357
傳真 02-2365-6869
美術編輯 左右設計股份有限公司
地址 台北市敦化南路一段247巷10號2F
電話 02-2781-0111
傳真 02-2781-0112

線上哪裡看？

1. 台灣電力公司全球資訊網站
(<http://www.taipower.com.tw/>)
/ 電力生活館 / 台電圖書 / 台電同心園地雙月刊
2. 公司內部網頁 (<http://w3.taipower.com.tw/>)
/ 同心園地 / 雙月刊
3. 人力資源處 / (左上角) 同心園地 / 雙月刊



台灣電力公司
Taiwan Power Company



談信任

董事長

黃重球

信任不是外在的約定，只有願意先相信自己，而且在人際交往的歷程中，即使不可避免的受到傷害，也願意坦然安心去接受，能夠放過自己而釋懷。信任也不是單方面對他方的要求，只有靠自己長遠地經營與實踐，以慈悲心與善意為核心，謹言慎行地去珍惜。

信任是人際連結的基礎

今年5月21日在台北捷運車上發生了一件令人震驚的隨意殺人事件，這喋血事件在台灣社會投下了震撼彈，也使得台灣在國際遊人心中那份傲人的溫暖人情與真誠信任，霎時間消失殆盡，社會築起了一道對陌生人不信任的防線，人與人間更瀰漫著一股緊閉心門以策安全的氣氛，讓仍

需靠捷運載送的乘客有如驚弓之鳥，心裡多了恐懼，眼神多了猜疑，肩上更增添了些許孤寂的壓力。

值得慶幸的是，台灣社會在歷經這樣的動盪與混亂後，仍有很多人紛紛站出來利用自身的影響力來喚醒社會集體的信任感，發揮關懷的力量來找回人與人間的溫暖。例如作家劉墉的兒子劉軒在臉書上



號召網友勇敢搭捷運，並呼籲以行動和微笑來讓社會更正面，做到「給身邊的親人一個大大的擁抱，說你愛他們，讓他們知道：我們的心是安全的，因為有彼此。」而在發生血案的江子翠捷運站，有一群大學生發起了Free Hugs運動，藉著與陌生人擁抱來降低彼此的疏離、脫離恐懼的陰霾；也有網友發起了「一人一朵小白花」活動，才在捷運3號出口擠滿了祝福追思的花束與卡片，也有了志工服務的感人畫面，讓受難家屬感受有情社會的善意與關心，一起找回台灣人熟悉溫暖的信任力量。

這種力量讓我們回想到李國鼎先生一直倡議的「第六倫」的重要，李先生大約在民國70年前後提出從傳統社會進入現代社會，應該要加強「第六倫」的教育，即除了重視傳統父子、兄弟、夫妻、朋友和君臣之特定關係的五倫之外，還要加強「與無特定關係的陌生對象之間」的第六倫。如此才能在經濟發展導致人口都市化，而陌生人間的人際互動益加頻繁的情境下，社會中每個人知道要學習節制自己的行為，才不會造成重大社會成本及社會不安；而第六倫的具體的作為包括對公共秩序應確實遵守；對不確定第三者的權益應維護與尊重；對素昧平生的陌生人也應給予公平的機會，不可以歧視。而在李先生所創立的「群我倫理促進會」舉辦的「台灣社會信任調查」中，調查對「陌生人」的信任度，也已從民國90年的2.8分（最高分是5分）提升到102年的3.4分，顯示了台灣在群我倫理方面是一直在進步

的，更說明了現代社會倫理的建立，是需要良好的制度和文化環境支持，需要社會上很多人有信心地持續的去推動。

大部分台電的同仁都是從年輕就進公司，一輩子工作到退休為止，很多人把台電當作是自己的家，有一家人的感覺。但不免也有一些人工作不順遂，與同仁之間相處不好，尤其在國營事業體制之下，很多規範受到不同政府機關的不同要求，在個人的期望和公司體制衝突的情形之下，很多不信任的事情發生。很可惜的是，台電的黑函或爆料在政府機關中，也是出名的多，這也是第六倫所要強調的部分，值得我們深入探討。

如何學習信任

信任這件事真是一輩子中很重要但又很難的學習，甚至於大部分人忘了要努力去學習信任這件事。每個人一生中一定有过經驗，那就是你相信過人，但是這個人的表現卻非原先你所企盼那樣的狀態，甚至有被背叛的感覺，這種感覺是很令人受傷的；因此你變得比較謹慎，開始不太相信人，但當你開始這麼做時，你事後又發現，有些人沒那麼壞，你這樣不信任人，只有造成人我之間的隔閡，**錯過**了很多與人**分享**及讓自己生命成長的機會。

當人與人之間的信任出了問題，而彼此的覺察能力又不夠時，最常出現的現象就是以冷漠的方式互相對待，更甚者，有些人開始以互相攻訐、黑函爆料的方式打擊對方，大家都自以為這樣做是在保護自己，其實是對自己的損傷更大，讓人心



中那一塊互不信任的無形圍籬愈築愈高，本來可以尋求人際的溫暖慰藉的路被自己的無知阻斷了。這種冷漠對待別人和黑函爆料的手段，其實無形中在囚禁自己的靈魂，也在人的內心累積了龐大的負能量，不僅傷害身體、傷害心靈，更影響自己未來的善緣；不僅使所屬團體運作受到了很大的影響，更阻礙了社會的進步。尤其在組織中，這些自以為用黑函爆料的方式好像效果很好、代價很低，但這都只是短期的假象，長期而言，往往讓組織不斷的內耗、團隊士氣不斷的磨損，最終甚至導致組織的衰亡。

所以一個現代化的社會要愈進步、愈文明，就更要建立社會成員彼此的信用及信任關係，而這種關係的維繫與培養需要靠社會體制的型塑，譬如法律、規範、制度的建立，也要靠整體意識的提升，更需

要每位領導者有意識地去注意，要視培養出組織成員之間的信任關係為首要之務，譬如讓組織內的溝通管道暢通等。

今年5月初，一名自稱為阿信的核四員工投訴媒體，質疑3月份核四廠一號機圍阻體洩漏測試沒有通過，其實核四工程這麼龐大，透過嚴謹的測試找出問題來改正，本來就是正常的程序，過去一二三廠的洩漏測試也不是一次就完成，但是這位阿信，可能是公司的同仁，也可能是包商，也可能是愛刺探小道消息的第三者，應該和台電沒有信任關係吧！但整個事件之所以會有聳動效果，其實是因為社會對台電的不信任才讓媒體有了加油添醋發酵的空間。因此我們每一個人都要更用心地去建立社會對台電的信任，都要更努力地去強化長官與部屬間、同仁與同仁間的互信，協力來消弭這些會斷傷公司的黑函與



造謠。（附註：核四廠於6月20日重作洩漏測試，於24日確定測試通過。）

培養信任的承擔能力

然而，究竟要如何才能擁有信任的能力、培養出信任關係，那就要先瞭解信任的本質。在人際關係中，唯一要負責任的就是你自己而已，信任不是外在的約定，只有願意先相信自己，而且在人際交往的歷程中，即使不可避免的受到傷害，也願意坦然安心去接受，能夠放過自己而釋懷。因為自信的人懂得如何適時適度地表達自己的立場，而不以傷害他人為手段，也不輕易用黑函攻訐的方式任意破壞人際關係和團隊的默契。

自信的人也會明白，不是每一個人都是完美的，一定有優點和缺點，這時你要能理解缺點可能造成的後果，你是去承

擔、包容；甚至於學習對人性更深一層的瞭解，你能理解某些人的狀態只是這樣而已，並不一定有惡意的，就算這些人可能是惡意的，你也不必必要覺得受傷而對人性失去信心，影響和大多數人的交往。

由此可知，啟動信任關係的鑰匙，一直掌握在我們手中，只有讓自己在自我成長的過程中，不斷覺察瞭解內在的缺憾，勇敢的接受與面對，也要持續修行培養自信與建立信任人的承擔能力，以累積光明的正面能量去處理、以真誠的態度去付出，才能讓親密關係與人際的互動更健康。

開啓人生的信任之旅

去年為了紀念孫資政百歲冥誕，特別安排了和孫家大女兒孫璐西教授談談她對爸爸的看法，孫女士特別提到孫運璿先生經常講的一句話：「人與人間的關係就像一張薄紙，要戳破它很容易，但是要維繫它則需要長遠的經營。」這真是智慧雋語。所有同心園地的同仁更應體會這句話的深意，如果你不能信任同仁，你就不會顯露出那種值得被信任的**樣子**，怎麼可能把同心園地的工作做好。因此，我們要學習說話不隨意傷人，不隨意以黑函攻擊他人，用正面的觀點讓生命在信任中轉變，在自我信任中建立自尊、實現自我，讓自己成為一個值得信任的人。☺





此心安處是吾鄉

——朱總經理文成專訪

採訪整理 / 黃蜀玉 人力資源處

攝影 / 吳偉祺

精通電力實務與理論的朱總經理，在去年5月1日以「不怕苦，做就對了」的精神銜命接下台電公司的總座，一年多來，與同仁攜手一起打拚，一同正視社會質疑績效的眼光及公司財務艱困的挑戰，堅信唯有以凡事認真的態度來面對、以知福惜福的思惟來改善，並期許每一位「Power people are powerful」的台電人都能抱持著該出力時刻就應該全力以赴的信念，共渡公司難關，邁向更光明的未來。

朱總經理就任一年多以來，一有機會就真誠直白地為公司的無奈處境發聲、為同仁的貢獻價值發言，在每位同仁心中一直都留下很深刻的感受，在近四十分鐘的專訪過程中，總經理不時發出真誠爽朗的笑聲，感謝地說每次學涯與職涯的轉變或更上一層樓的職位都不是自己計畫中的想法，都是時空環境的機會與運氣使然，更謙虛地道出「我不是一位非常聰明的人，但我對交付的工作及事情，都很認真地做」，如同蘇軾〈定風波〉中的一闕詞句：「卻道，此心安處是吾鄉」，維持安心處之是朱總經理每次在人生際遇轉變時，最好的心境寫照。



總經理回憶：「在民國40年代是大環境物資缺乏的時代，在小學以前，家裡雖住在竹子湖，但實際上我們仍過的是鄉下生活，因為在當時往返台北市中心的交通極為不方便，必須走上十幾公里路到陽明山公園才能有車子可以搭，所以父親便會利用公餘的時間種菜養雞來盡量自給自足，生活雖困苦，但小時候常常可以在草叢中驚喜地找到雞蛋，而且每天一定會有雞蛋可以吃。」「還記得當時最純真的盼望是能有客人來訪，因為家裡位處偏遠，因此來訪的客人勢必要留下來吃飯的，這時父親就會殺雞來招待客人，我們也就有雞肉可以吃了。後來，重視教育的父親因為考量我受教育的方便性，在我要上小學時就舉家搬遷到台北市中心來。」

得遇生命中的貴人

也不例外地，總經理的青澀年少時期也都是在唸書拼初中、一路補習拼聯考中渡過，進了大同工學院（即大同大學的前身）後，才發現原來在大學時期課業的學習竟然會比高三時還要辛苦、還要累，總經理說：「在求學時，同學們包括我自己都對學校很抱怨，覺得學校管得太嚴、課太多，當時工程科系的每位學生都要唸會計，而管理科系的學生則要學工程圖學，大學四年裡都要修讀英文及日文，排了滿滿的課，幾乎沒有個人的時間，而且還有淘汰機制。」等畢業多年到了某一年紀，很多大同的校友都非常感激學校對自己的人生有很大的幫忙、奠定了良好的基礎，

當今檯面上有成就的知名人物都是在那時期（約民國五〇～六〇年代）所培養出來的，如鴻海公司戴副總裁正吳、中美矽晶盧董事長明光、經濟部卓常務次長士昭等等；這時總經理滿懷追思感恩之情提到了當時人生中的貴人—「工業之父」林挺生校長，「林校長非常有教育使命，付出了極多的精神與心力為社會培養人才，雖然大同是私立學校卻仍以公立學校的低價標準向學生收費，並用重金聘請認真投入的好老師拼命為學生上課，讓每位學生也都能親手操作設備儀器，用壞了就修，所以校友在實務界動手實做的能力很強。」





總經理也因為大同工學院養成之因緣，而在到美國德州阿靈頓分校研讀電機工程時才能有幸受到另一位貴人一陳謨星教授的幫助：「當時陳老師因為知道我是從大同畢業的，就主動給了我五年多的獎學金資助及諸多的照顧與指導，也在我當初並沒有打算唸博士時，持續鼓勵我繼續深造，因而我才能順利完成博士學業。」

選擇無需糾結，順其自然就好

然而在出國留學前總經理還曾有一段在沙烏地阿拉伯工作的經驗：「父親雖是公教人員，但並沒有影響到我的職業選擇，我只是覺得家境不好，所以我在離家服役後就沒有再向家裡拿過錢，當時能在福華工程公司派駐沙烏地阿拉伯工作的薪水將會是在國內工作的好幾倍，因此我就在這樣的考量下待了兩年多，那裡的物質條件雖不錯，卻很保守，生活環境也很差，工作時間又長，但也讓我省下不少錢，而且心無旁騖地利用公餘時間讀英語、考托福、考GRE。」

拿到博士學位後回國，總經理原本並沒有教書的打算，只是當時因為企業進用博士的風氣尚未普遍，回台後就只好選擇在大學教書，問起總經理為何不選擇接受公立學校的聘書，而投身於私立的大同工學院時，他則真誠地說：「除了母校的精神與自己較有一致性外，在大同的待遇確實要比公立學校好很多，所以每位老師的教學都超認真。」再問道是什麼機緣能當上校長，總經理謙遜地說：「人生際遇很難預測，我就是安份守己的當教授，守

本份的教書指導、爭取研究案，可能是當時找不到適當的人選，我就成了校內外及師生代表所組成的遴選委員會推薦的候選人之一，再由董事會簡報口試決定而產生。」

在談及面臨外界輿論批判嚴重、公司財務問題難解的挑戰下，仍以實幹的精神接下台電總座一職的想法時：「當時我只想到公司最壞的狀況也不過如此，台電近兩年來遭受媒體與名嘴言論的攻擊，很遺憾其中有很多錯誤、似是而非的資訊讓人看不下去，但真理永遠是不會變的，我對同仁還是很有信心，台電人才濟濟，沒有所謂解決不了的問題，而外界對台電各種負面的誤解也只是一時的，能在目前的時機接任也是我的價值所在，我只考慮這工作我能不能做、可不可以做，希望我能為公司有所貢獻，也很高興公司形象已不斷在好轉，現在也有正義之聲，有些人願意幫我們說話。」

雖然在總經理的分享中他一直強調對人生的際遇都沒有特別準備、對人生的目標也沒有特別想法，每天就是上班把工作做完，而從教書到當總經理都只是工作內容變化的問題，工作的方法與本質其實是差不多類似的，但讓筆者體會到背後所傳達的深意：選擇即負責，只要在每個崗位上認真去做，不去想做成了有什麼好處，不去想後不後悔，就讓人生所承擔的每個機會的滋味品嚐在心裡，用恬淡的心情去活，而且只要有本事，就不怕沒有機會；只要順著命運給的機會，自自然然就好。



不管身處什麼位置，常存敬畏感恩、凡事認真之心

總經理也提到他排解工作壓力的方法就是在公司將工作告一段落後，不帶公務回家，下班後也盡量不想工作的煩惱，

「我來台電工作後就幾乎沒有什麼時間休閒，不僅工作量大而且每天行程都排得滿滿的，能多睡一點、睡得好最重要」，他也語重心長地期許同仁要持續加強危機意識，「因為事業的存在就是為了求生存，每位同仁一定要有成本觀念，電業不是靠漲價或收錢就能有收入，一定要靠自己的努力與進步，然後知福惜福挑戰打拚。」

「也希望外界不要用純粹的結帳數字盈虧來批判同仁的績效，在5年500億的節約成本及其他績效的成果下，也可以證明我們的努力，因為有很多政策性任務的虧損與負擔確實不是我們造成的！」

有著豐富人生閱歷及身教力行的總經理以「唯有凡事認真的做事態度才是成功的關鍵」勉勵後進，尤其是對占公司比重愈來愈大的年輕同仁們：「在國營事業也是很認真的話，就會很有成就」，並很欣慰地分享「我兒子連服役時都很認真，也很受到肯定。」

而在今年一月份隨行馬總統任內第9次出訪的行程中，總經理則深深覺得能

在台灣生活還是很不錯，「有些國家在我們下榻的旅館外面都是警察，並有憲兵加部隊，而前導車的警察也都拿著長槍。另外，我們還參訪一個國家，人民有一半都沒有鞋子穿，想想自己實在幸運太多，真的是要感恩惜福。」

最後，一向喜歡早起，以從容的心情來迎接一天工作的挑戰的朱總經理提及「以誠相待、以和為貴」是他與人相處奉行不悖的原則，並謝謝來公司後感受到同仁的友善與支持，也坦承自己年輕時脾氣不會太好，但經過歲月的改變已更加的內斂，且多了一份豁達，而能在面對每一次轉角都是命運與機會的出現下，想明白了自己擔不擔得起，然後在行動上認真以對、在心境上安然處之，笑對一切，經營好自己的人生。🍵





淺談「嬰兒潮 V.S. Y世代」

文・照片提供 / 林德福 核能後端營運處

本人於94年9月起6年半在龍門（核四）廠服務期間，曾帶領三、四百個年輕人，對於世代間同仁相互了解及溝通，略有所心得。有幸承蒙林訓中心、高訓中心及核一廠同心園地邀請前往演講「嬰兒潮 V.S. Y世代」。因本公司同心園地雙月刊力邀本人投稿，於百忙之中將講稿整理，願提供淺見分享並請諸位先進多予指教。

嬰兒潮—特質

二次世界大戰結束，家庭恢復正常，於1945年至1960年大量出生的嬰兒，概稱為嬰兒潮。其在物資極缺乏的年代下成長，在各行各業的職場中，以改善個人及

家庭經濟為首要目標。其表現特質是質樸木訥、吃苦耐勞，一步一腳印地努力，名符其實的「為生活而工作」，位居社會上各領域要職及擁有重要資源。如在台電公司服務的嬰兒潮們，目前至少擔任課長、經理、正副主管以上重要職務。然而這些歷練豐富屬於嬰兒潮世代的主管們，已經或陸續地將離開職場，終希望將一身絕活傳承後進，但因其生長在資訊不發達的年代，其思維是固定模式，不似目前年輕人吸收多元資訊而有多元、跳躍式思維，因此可能涉及「代溝」而有恨鐵不成鋼之感受？



嬰兒潮主管們在老中青世代間的職場，若能扮好四個角色「君、師、親、友」，將會是個功成身退的長者。

作之君：即扮演職務角色，督導所屬完成任務，賞罰分明，不宜徇私。

作之師：即扮演老師、師傅角色，提供技術與經驗，並適時予以關懷。

作之親：即扮演父執、兄長角色，就為人處世、社會經驗等非業務面予以輔導及協助。本人於94年奉派龍門（核四）廠初期，耳聞一位年輕女同事，於下班後同事間聚餐而有酒醉情事，考量其年齡與本人小孩相仿且其未來職場生涯甚長，基於「作之親」角色，請其前來本人辦公室了解酒醉原委，並分享喝酒四大準則「不與不熟識者喝酒、不空腹喝酒、不成桌上喝酒明星、不混酒」後，據了解目前仍在龍門（核四）廠工作的她，未曾再酒醉過，本人甚感欣慰。

作之友：即調整身段扮演年輕角色，貼近年輕人交朋友，了解其思維，利於溝通，亦有助於家庭之親子互動。本人擔任龍門（核四）廠廠長期間，曾不明文規定於非正式餐敘中，不得稱謂廠長，若違者罰酒三杯，得稱本人為「豆腐（德福）哥、豆腐（德福）叔」。此一調整身段，不但瞬間解除廠長壓力，可拉近彼此距

離，學習年輕人語言，聽到些許「真心話」。

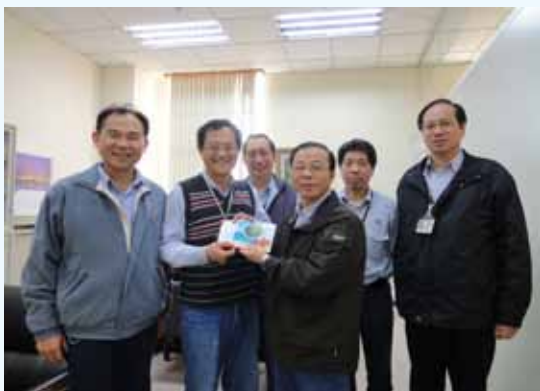
Y 世代—特質

於1980至2000年出生，成長在安逸、資訊發達年代的嬰兒，概稱為Y世代。其出生在「一個不嫌少、二個孩子恰恰好」的家庭計劃下，個個是寶，個個均在嬰兒潮之父母親呵護及不輸在起跑點下，經歷明星幼稚園、小學、國中、大學、國內外碩士、博士等高學歷。Y世代利用Google習新知，範圍廣及業務、生活、旅遊、美食等；其利用Facebook、Line 社交，欲知親朋好友近況，概由FB見；其利用PPS欣賞影片，由一家家影片出租店關閉可知PPS的殺傷力；其利用網站購物購食，可見愈來愈多宅男、宅女。



作者（左一）常藉由走動管理瞭解年輕同仁

Y 世代與資訊科技同時成長，利用它、依賴它。Y世代在成長、求學過程中，較少接受為人處世、人際關係的教育，一但進入職場，見著白髮蒼蒼視茫茫的嬰兒潮的主管們，真的不知如何相處、互動。Y 世代最不喜歡接受嬰兒潮的思維



作者（右三）善用即時獎勵方式鼓勵同仁

框架「別拿我跟上一代比」，總認為那是嬰兒潮年代的往事不見得適用現代。Y世代自主性很強，可接受上級交付任務，用「自己的方式」，以自己的想法與方法去執行，但不喜歡於過程中接受過多的耳提面命。

本人曾把電廠歲末聯歡活動交予Y世代同事規劃，他們採取「自由、個性、創意」的理念，自我佈置、自我主持、自我表演方式，展現出非常生動、活潑的晚會。Y世代大都成長在小康家庭裡，沒有經濟負擔，父母不會要其薪給，要的是給我舞台，不要只給工作，可謂「為工作而生活」。

Y 世代—成長（三個圓圈圈的故事）

人生職場上，每個人內在存在著三個圓：

第一個圓 A「要作的事（任務）」，例如：老闆所交付的任務或工作，這個圓比較肥壯代表老闆的豬頭身材。

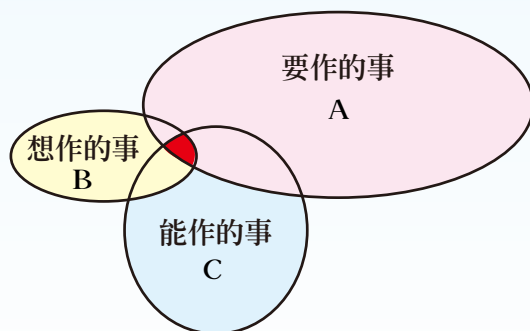
第二個圓 B「想作的事（態度）」，這個瘦小的圓代表個人對某種事的興趣及意願程度。

第三個圓 C「能作的事（能力）」，它代表著你作某事的能力，例如：長得比較俊瘦。

當這三個圓交會在一起時，會擦出什麼樣的火花呢？會產生出一個「甜蜜區」T，什麼是「甜蜜區」？簡單的說，當交辦的事，是所想也是所興趣的事，同時也是能力所及的事時。

那如果這三個圓都沒交集呢？喔！那這人就叫作「死人」，而他的老闆就叫作「豬頭」，不然怎麼會用到這樣的人呢！

那如果這三個圓的交集幾乎相互重疊呢！喔！那這個人就叫作「完人」，而他的老闆就叫作「偉人」，只是……世上沒幾位了！



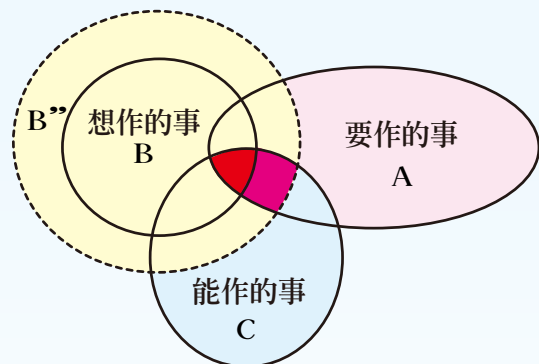
就產生了甜蜜區 T

每個人的圓各有不同，圓與圓之間也相互不同，它們會隨時間、環境及人際之不同而有所消長；但一般而言「要作的事」與「能作的事」這兩個圓於短期內變化不大……能改變的是「想作的事」這個圓。想想看！如果其中的兩個圓不易被改變，若想增加甜蜜區 T 的面積，唯有擴大「想作的事」這個圓。不要讓「想作的



事」這個圓跟其他兩個圓沒有交集，不然工作就沒有樂趣可言，你希望如此嗎？滿足與快樂感的主導者不是別人，是自己！因為能改變「想作的事」那個圓的人不會是你的老闆或同仁。

Y世代同仁初期有職等的保障，應趁此時擴大學習面，努力如同海綿般向嬰兒潮們多加學習。知識與技術如同顏料，自



想作的事B' 擴大，甜蜜區T亦擴大

我期許今日的我比昨日的我更加成長，為自己的資歷畫布更添色彩。做出超出預期的努力與耕耘贏得加值之可能，證明自己物超所值！同時清除「沒有功勞也有苦勞」之委屈心態，拉高對自己的期待設定目標力求表現、磨練自己朝目標努力。當然別忘了建立「個人品牌」的獨特性，擁有他人無可取代的「絕對領域」，跳脫隨時可能被取代的「免洗筷」輪迴，讓人遇到這專業領域，第一個想到要找你，那麼就成功囉！

結語

嬰兒潮與Y世代成長在極不同的年代，在職場世代間同仁藉著相互瞭解其特質，試著站在對方世代的立場，促成有效溝通，縮小世代工作及生活上差異，化解歧見，一同著營造溫馨關懷的職場工作環境邁進。☺





啥米是「Y」世代！

文・照片提供 / 路人甲 台北供電區營運處

這一個月連續參加葉領班、吳課長，陳經理等3場退休茶會，除了恭賀他們在工作職場有個美好的ending，也感慨時間飛逝，歲月催人老，再過幾年也要步上屆退之途。黃處長大力讚揚退休同仁對公司一輩子無怨無悔的奉獻，還有那敬業、守本分、重倫理、講紀律的工作態度。人資組王經理靜坐在會場，向窗外遙望，思緒已延伸到遠遠的一方。

世代有鴻溝？

公司近年來碰上退休高峰期，一批又一批的「先拜」、「老師傅」相繼離開職場，又有一批接一批的新血注入，對這一群所謂「新新人類」，王經理總覺得與他們溝通相處時，感覺「累的卡卡」，不甚

順暢，但又說不出那裡不對盤。許多老領班也反應，這些新進人員，尤其是30來歲左右者，不好帶，放功夫給他們時，常常愛聽不聽、有聽沒有懂、或是聽一半，不愛加班，下班後找不到人等，但遇到升遷晉級又很在意，心有不滿就往工會投訴，或者寫黑函爆料，一堆抱怨傾巢而出。乍聽之下，好像被批評的一無是處，但看看他們的學歷，幾乎是大專以上高學歷者，這到底係啥米代誌！

有一天早上Tea time時間，王經理到茶水間，就看到新新人類「小高」，手上拿了一大包現在最夯的「雷神巧克力」猛吃，一會兒就吃掉半袋。他出於好心關懷就說了句：「小高!巧克力不能多吃，吃



多了會生病呢！」小高一臉不屑對經理說：「我爺爺今年活到103歲了！」經理好奇問他：「是因為吃巧克力嗎？」小高說：「不是，是因為我爺爺從來不管閒事！」王經理當場額頭多出三條線，不知怎麼接話，小高還是請王經理品嚐一塊雷神巧克力，還展開愉快的閒話家常，以後小高遇到人事業務方面疑問，還是來找王經理解惑，這是隔代間的異類接觸。原來和小高這世代相處，首先要有共同話題—「雷神巧克力」，忍受他們有話直說的白目應對，還有誠懇實質幫他們解決問題，才能開啓對話契機。王經理現年53歲是被歸列為「嬰兒潮者」，俗稱四、五年級生；小高今年34歲則被歸列為「Y世代」，俗稱七年級生，當然還有所謂五、六年級生之「X世代」，所謂「隔行如隔山」，當真「世代有鴻溝」。

何謂 Y 世代？

江山代有才人出，各領風騷數百年，「Y世代」的話題漸漸受到重視。在2013年5月「時代雜誌」(TIME)曾對Y世代作專文報導，Y世代又稱「千禧世代」、「網路世代」，大約是1981至2000出生的新生代，因有上一代的庇護，生活較舒適、安逸，不如上一代勤奮努力。Y世代年輕人多數與父母同住，渴望受到外人關注的眼神，又稱為「我！我！我世代」(Me! Me! Me Generation)」Y世代在父母有計畫生育下出生，兄弟姐妹比上一代少，他們從小享受更多父母的關愛和重視，因而發展出較強的自我價值，並將家

庭給他們的重視帶到職場上，期望公司重視他們的存在價值。環境塑造人格發展，Y世代的特徵包括現實主義、熱愛自由、重視享樂、勇於嘗試、富有創意、強調工作與生活平衡等。

依據簡報資料顯露，在2014年時，公司嬰兒潮者佔59%、X世代佔27%、Y世代佔14%，到2016年，三者比例分別為48%、28%、24%，後二者之比重將趨於52%，可預見公司未來發展將由這群新生代來主導，故如何善用他們的優勢特性，為公司注入新價值與新生命，如何幫他們搭起一座舞台，讓老一輩之經驗與技術傳承接棒，又對Y世代的培育與領導該如何調適，不致產生「代溝」，都是我們要面對的挑戰。



溝通、鼓勵帶來善意回饋

王經理還記得在電廠服務時，就碰到主管投訴新進人員（就稱小胖）種種不是，TBM-KY不準時、不專心，一上班就先吃早餐，Tea time時間跑販賣部買零食，大修要他去見習，結果繞一圈又回頭，課長氣得牙癢癢，想送獎懲會議處，



小胖先跑去工會陳情，諸如此類之事，層出不窮。後經懇談溝通後得知，小胖家中落，父母仳離，無人再為他張羅三餐，工作壓力大、容易緊張，故吃零食減緩壓力，大修見習無人帶領，不知如何從頭學習，這是小胖的個案，相信誠懇的溝通與協助及適當鼓勵，就能帶來善意的回饋。

第一次與Y世代有較正式互動是在96年期間，當時公司推動新進派用人員「導師制度（Mentor Program）」，單位來了10位新人，都是學歷高、資質好的績優股，人小鬼大的「小芳」是唯一女性，也是他們公推的「Leader」。半年的實習訓練，依公司導師制度排定實習、寫撰報告、心得報告、每月座談會、簡報發表等，王經理與這群Y世代建立良好溝通模式與相處之道。年終旺年會及新春團拜，王經理嘗試請小芳他們提供節目助興，並請小芳將進入公司這6個月心得撰文投稿，小芳未加思索酷酷地答道：「好啦！」，王經理還是不放心，時時電話關切問候追進度，小芳最後答覆：「經理！放100個心啦，不會讓你漏氣的！」。新春團拜的登台表演「我的奮鬥史」，犧牲

色相的反串演出，爆笑的對話內容、彆扭的舞步，都讓退休前輩、各級長官及處內同仁，對這群Y世代刮目相看，投稿也刊登在「同心園地」，供同仁分享。

阿銘曾任民間金融銀行業，因家庭因素轉換跑道，考進公司分發會計部門服務，面對公務部門繁瑣的會計報銷審核程序，感到無奈與厭倦，遂興起改進之心，試將民間銀行作業流程導入公司，經多次研析規定與主管溝通，也得到主管認同而推動，也獲得單位敘獎表揚。還有小雯、欣欣兩朵花，平時工作相處融洽，相互勉勵學習，交換彼此工作經驗，本質學識、經歷亦豐碩，在導師積極指導學習中，在Aspen技術領域不斷鑽研與精進，常是技能競賽的奪冠軍盟主。

費心駕馭 不如完美融合

常用「代溝」一詞來彰顯不同世代間差異性，事實上，這都是站在自己的立足點來觀看對方，當其行為模式屬「非我族類」時才會產生的價值鴻溝。被視為「草莓族」的Y世代，常有很多地方令前輩們看不順眼，但這僅是相對的認知，不管是「戰後嬰兒潮代」、「X世代」、「Y世





代」，都有普世價值觀所認同的特質，也有不為社會大眾所接受的行為模式。相對於他們的父母，Y世代沒經歷戰後的困苦，不愁衣食，具有大學以上的學歷，懷著對前景樂觀的心情長大。這群受過高等教育、具廣泛技能的新人類，扛起自信旗幟，啥米攏不驚，向前行，在他們眼中，幾乎沒什麼是不可能的，他們大多視工作環境為試煉場，藉此探索方向，比起年長的同仁，他們不預設立場或自我設限，不怕跨出第一步，但抗壓性、忍耐度就略遜一籌。對工作態度上則認為，追求適宜的工作，不僅僅是為五斗米折腰，更講究和追求良好的生活品質，因此，他們也能刻苦耐勞，卻比上一代更懂得質疑刻苦耐勞背後的意義，不會為工作而盲目犧牲個人生活空間。有人貼切地描述Y世代：「生活就像電腦的記憶體被完整切割，30%是感情，20%是交友，40%是工作，工作不再是100%滿分的追求目標。」

要帶領Y世代跨越代溝矛盾，企業領導者必須認清Y世代年輕人的特點，以及他們對主管、同仁的期望。在大部分家庭



只生育一、兩個孩子的年代裡，他們是家庭的核心成員，是身分尊貴的王子、公主，是父母的心肝寶貝，習慣被父母尊重，以平等的方式與長輩相處。同樣地，他們也希望在工作職場被尊重，故有些年長的同事喜歡倚老賣老，一副「我吃過的鹽巴，比你吃過的飯還多！我走過的橋，比你走過的路還多！」，或是「不聽老人言，吃虧在眼前」態度，Y世代是不買帳的，他們質疑年紀大，不代表所做所言是金科鐵律，故與其費力去駕馭Y世代，倒不如想想怎樣將他們融合在團隊裡，只要能激發他們的潛力，令他們在工作上獲得成就感，並給予適當激勵，就能化阻力為助力。說到底，討論不在「誰比較優秀」，而是「怎樣善用各自的優勢」。要在工作環境裡將世代融合並非一蹴可幾，Y世代難免在職場上碰釘子，「師父領進門，徒弟不成才」失敗的經驗亦比比皆是。然而，倘若Y世代的樂觀、自信、幹勁，對工作和生活的要求和態度，能為工作環境帶來正面的衝擊和改變，長遠來看，必然會為企業和每一位員工帶來不同的風潮。





Y世代 新溝通之我見

文 / 陳尙勤 新竹區營業處

正在閱讀台電網路學院「Y世代新溝通」的課程時，課長遞來最新一期同心園地雙月刊，翻閱最後一頁剛好看見徵稿專題：哈囉，Y世代！

「Y世代新溝通」的課程裡，有跨越不同世代的職場文化，新一代的日本年輕人有「貓型」的趨勢，對於工作的忠誠度不若上一代，對升職的意願也難以察覺。大家都知道，貓是擅自行動的一群，不只是老鼠，就算是小蟲，貓也會習慣性地撲上去擊斃牠們，但是貓的持續力不夠，貓習慣擅自來上一場餓虎撲羊、騷擾性的大追逐，在玩膩之後，放著半死不活的獵物不管，自己可以活得很任性。

Y世代是一群具有「以自我為中心、不自由毋寧死、不在乎曾經擁有」等特質

的世代，簡單的說應是「e世代」，每天活在網路、facebook和手機的環境中的一代。強調透過網路，資訊的搜尋和吸收非常快速，但未必真正經過消化，我不是活在過去，是過去一直在我心中活著。

不久前為了一件公務，曾和Y世代的一位新進員工講電話，他劈頭一直在電話裡霸佔發言，滔滔不絕，不讓你有任何說話機會，一點人性化的溝通原則全蕩然無存，急著說，搶著說，且聽說不只針對我一人而已；**「傾聽」才是溝通的第一步**，言語具有積極性、成長性、智慧性；言語也具有攻擊性、毀滅性與破壞性。

在卡通世界「哆啦A夢」裡，有這麼一段有趣對話：「大雄阿！老師給你90元，你再去跟胖虎拿10元，這樣你有多少



錢？大雄答：0元，老師氣急敗壞：你根本不懂數學！只見大雄回老師一句：你根本不懂胖虎！」因為胖虎仗勢欺人，欺侮大雄習以為常，三不五時揍得他鼻青臉腫，那有可能向胖虎要到10元。

「Y世代新溝通」的課程裡，有這麼一個寓意的故事發人深省：在一個農莊裡有一頭豬，擁有多項技能，牠學會公雞叫主人起床，也學會貓去抓偷吃起士的老鼠，又學會牧羊犬管理羊群，其他動物問牠幹嘛這麼雞婆？豬回答說：「你們這些笨蛋！在現在這個社會，沒有多項技能怎麼可以生存！況且我這些技能還有認證哦！」可是有一天，主人還是把豬抓起來，準備宰了牠，豬不可置信的問：「我擁有多項技能，又幫你做那麼多事，為什麼還要殺了我？」主人淡淡地回答：「沒什麼！我只是想吃豬排！」績效在於老闆認為你該做什麼，而不是你會做什麼。

因此，記住，永遠讓你的老闆先說話！雖然有些老闆不是你想像中的精明能幹，但**每個人都有「自我尊嚴感的需求」**，每個人都希望被肯定、被讚美、被認同、被附和，每個人都不喜歡被否定、被輕視，「有話照說，但口氣要委婉許多」，多讚美少責備，就容易和諧共處。

用溫柔的態度表達堅定的意志，據理力爭通常促使對方關起溝通的門，放下先入為主的想法與偏見，不斷地表現出努力學習的樣子，溝通是充滿文化的內涵，跨世代就有跨不過的鴻溝，**新一代永遠不了解舊世代的「曖昧溝通」**，分不清真心話

與場面話，聽不出話中有話。**最高段的溝通技巧在於願意講廢話，而不是只有理性的互動。**

公司近年來大量招收新進員工，雖然擁有碩、博士高學歷的閃亮標籤，但是卻在做人處世、職場溝通方面，大多數繳了白卷。曾經碰上很多新進同仁，自命不凡的臆測自己多少年後便可當上主管，一副年少輕狂、行徑囂張的態度，直叫人不敢苟同。個人認為新進同仁應加強職場倫理文化再教育，溝通觀念要學習學會傾聽的藝術，有些場合主管獨斷獨行作風強勢，但最好還是以理性說服對方，以感性推動別人，**溝通的目的是「瞭解」而非「改變」**。尼采曾說：當一個人犯錯時，其實他心知肚明，此時他需要的不是被指責、被處罰、被批評，而是被幫助。☺





永遠說 YES 的世代

文 / 金曉涵 台北供電區營運處

我是一位七年級生，在台電工作近三年，當初一到單位報到時，很多人就對我這年輕的面孔感到興趣，頻頻問我：「從哪間學校畢業？學什麼的？哪裡人？有沒有結婚？」之類的問題。我那時才知道台電人員的年齡斷層很明顯，只要是年輕人就好像是單位裡的稀有動物一樣那麼的引人注意。但也因為退休潮如海嘯般的襲來，在工作經驗傳承及職場溝通方式亦顯得格外重要。

Y世代因為網路發達，常常在PTT多了許多鄉民用語，例如：我QQ了、真

瞎、BJ4、神人（註）等新穎用詞。看到這裡我想有很多人就不了解這些用詞所指為何，然而這些用詞是Y世代常常在言談中就會不經意帶到的字語，因為我們跟前輩所接收資訊的管道不同，吸收到的資訊更難也更難以常理判斷。正因為觀念的差異，在職場上與前輩的互動也就更需要磨合。例如當前輩在指導業務時，我們常常覺得這些業務有必要做嗎？或是覺得明明有更便捷的方法，為何要繞一大圈？這些質疑也讓前輩們的作法受到挑戰，因為一、二十年都是一貫的作法，現在突然遭受挑戰也難免產生齟齬，進而使得工作氣氛欠佳。

其實X世代與Y世代各有各的想法，各有優缺點。前輩作法可說是最保守、最不容易出錯，也較不引起他人質疑；然而缺點就是墨守成規、未能與時俱進或浪費資源。Y世代雖然想法創新，有便捷的做事管道；然而有時思慮欠周，無法面面俱到。以我為例，剛進公司時常以為自己的想法很正確，如果照自己方式做一定省時間，但經過長官說明後，方知前輩的顧慮有一定道理，自己確實考量得不夠細膩。因此我相信，**若兩個世代的人能不固執己見，並且接納對方意見作為自己決策的參考，想必在職場上能更加分，做起事來必定事半功倍。**

註：QQ：哭哭、哭泣，難過的意思；真瞎：某件事情與事實情況差距很大；BJ4：不解釋；神人：專精某件事非常厲害的人。





日本航空 再生的省思與借鏡

文 / 許泛舟 人力資源處

日本航空在短短二年八個月時間中，由破產重整到再生獲利，這龐大的系統工程，是如何做到的？同樣是面對艱難困境財務狀況已走到懸崖邊上的台電，有無可以借鏡學習的地方？

本年度二月公司聯合檢討會中，董事長送給每一位與會主管二本書，一本是「日本航空再生」，另一本是「還在學」。當時看到這本「日航再生」的書時心中在想，日本第一已是神話，已經是過去式，日本經濟停滯了廿年，日本福島核能事故把全世界核能工業害慘了，連帶使本來已爭議不斷的台灣核能四廠（龍門計畫）受到前所未有的衝擊，日航再生有研讀的價值嗎？心中確實懷疑。然而仔細研讀本書後，居然所描述的破產前日航，竟和現在的台電處境如此相像，簡直就是寫

給台電同仁參考的一本書。如果我們能夠學習日航浴火鳳凰再生的經驗、展翅再飛，就能重振台電昔日的榮光。日本航空在稻盛和夫會長帶領下的種種想法、做法，也許不是可以馬上抄襲得來，但是至少對公司面對困境的各項思維、做法有所警醒和催化深入省思。

破產前的日航

日本航空於1951年設立，1953年以後成為日本唯一取得國際定期航空運輸事業執照的公司，當時以嶄新的姿態重新出發，隨著日本經濟的發展，日航成長成為



日本經濟規模擴大的表徵。直到2010年破產前幾年，日航員工普遍存在一些習以為常的觀念和問題。例如：

1.國營事業不會垮

很多員工都以身為國家航空企業一員感到驕傲，疏於應付環境的變化，員工大多樂觀期待，認為自己不必主動去做，外面也會出現助力讓經營環境變好，反正有國庫支持，所以日航不會倒。

2.維修一定得用新品

破產之前日航也訂有營業目標和收支計畫，因為日航是運輸服務業，管控不佳導致成本不斷增加，沒辦法掌握就不了了之。誠然安全是企業能持續存在的前提，視安全為唯一要務自不待言，故維修一定得用新品，大家從不懷疑此種思維。

3.從不質疑成本是否有必要

破產前資產1兆7,506億日圓，但包括利息支出年度總經費超過2兆日圓，但收入不到2兆日圓，因此已長達5年處虧損狀態，企業成本基本上由各業務部門自行掌控才正確，但這些成本以固定原則分配給各業務部門去遵行，各部門完全不去思考是否必須考慮成本，成本是否有必要，相對優先順序從未被討論過。

4.事業計畫不是自己擬定

計畫數據由經管企劃總部擬定製作，各營業部門依據所定之目標數字推展業務，或許這是一般企業的模式，但過去日本航空經管企劃總部與現場部門平常就具有雙重標準，任何經營現場的人卻不曾對計畫的數字提出承諾。

5.別的部門如其他公司

日航為創造一種服務，形成一個巨大價值鏈，從航運、設備、接待室、機場到業務等……，各個部門其實都不過是為提供一項服務機能而已，但是強大組織的縱向部門好像只知道追求最適合自己的，而忽略追求最適合全體的工作方式，衍生出來組織文化就是只要自己組織完全接受就好，對別組織保持緘默，造成不適當的組織文化導致部門間溝通不良。

6.比顧客更重要的是工作手冊

工作手冊是公司管理中不可或缺的工具，對於必須遵守各項國際、國內規則的航空公司而言，手冊是不可或缺的，但是工作手冊也有缺點，它對平常發生的事故，手冊的確可以充分發揮工作標準化的機能，但是碰到未曾設想的意外情況，有時手冊反而阻礙工作。

7.經營是經營，現場是現場

過去日航經營幹部與現場距離很遙遠，經營幹部很少有機會在現場露臉，現場員工也很少在意經營幹部，當上層命令全公司一律削減成本，這時候現場狀況和過去努力是不被考慮進去的，現場員工根本沒有權利去確認成本削減的真義。

目前台電公司雖沒宣布破產，但累計虧損已高達達2,110億，如加上核能四廠停工封存，所有支出費用若由公司負擔的話，虧損將超過5千億，是應該宣布破產重整的時候，就像破產前的日航一樣。他山之石可以攻錯，看看今日的台電，看看破產前的日航，好像當頭棒喝，這不是台



電的寫照嗎？我們要如何走出泥淖？我們要重蹈日航的困境嗎？這是身為台電人的每一份子必須思考的問題。

再生的奧秘

2010年1月19日日航宣布破產並向法院提出破產保護申請，2月20日撤銷股票上市，造成約44萬股東股票變成廢紙，但是不到2年8個月的時間，日航重新上市，以極短時間內轉型後重生，帶領日航突破困局破繭重生的稻盛和夫會長，是一個完全沒有航空運輸背景知識的人，答應接下重擔，為的是要拯救留在日本航空的員工們，是為了日本經濟復甦，更是為了日本人民出入的方便。稻盛的成功，他的領導哲學成為顯學，許多人研究他的哲學以及經營理念。台灣也有專門研究稻盛哲學的盛和塾台灣分塾，明年（2015年）三月將邀請稻盛塾長本人親自蒞臨台灣為台灣塾生演講。



書籍哪裡借？

本文介紹之書，請至
貴單位同心園地借閱。

根據日航再生這本書認為日航再生有五項關鍵因素：

- 1.眾目睽睽下的再生
- 2.稻盛和夫的領導與內部員工共鳴
- 3.讓價值觀共享的機制手法
- 4.能讓員工參與的損益計算管制機制
- 5.依據新價值觀展現出來的個人行動

更具體的說，將企業改革導向成功必須有三項要素，那就是領導人、企業文化（價值觀）和員工共識。領導人就是稻盛先生。

企業文化就是新擬定的日本航空企業理念與日本航空哲學和部門獨立損益計算制度，員工共鳴是根據領導人教育、哲學教育、哲學讀書會，而辦的各項研討會。

今年五月，日本航空台灣分社總經理多田利郎先生退休前夕，台灣盛和塾特別邀請他對日航再生做專題演講，依據他的分析，及長期服務日航經驗，他認為日航破產不是一時的，就像生病一樣慢慢地發生。破產時，44萬股東股票成為廢紙，5萬員工家庭頓失依靠，銀行放棄35,250億債權。但日航破產後把以前不敢做的一步一步的做到，例如：航線的調整、減薪裁員、實施阿米巴組織等等。另外，稻盛接任會長其實有特別意義，日航營業額高達2兆日圓，為了更新計劃裁減1萬7千人，留下3萬1千名員工，如果不拯救這3萬員工，3萬個家庭對社會有很大影響，日航破產倒閉不起，日本只剩ANA全日空，航空沒有良性競爭對日本全民也是不利，員工也迫於無奈，接受這個事實大幅減



薪，平均減薪高達53%。

多田先生認為稻盛把全部員工放在第一順位之經營理念，追求物質和精神層次的幸福之下，日航採取以下措施：

1. 提供最好的服務給顧客。
2. 提升企業價值並對社會進步做出貢獻。
3. 把公司當作自己公司。
4. 員工樂在工作將產生輝煌業績。
5. 小善是大惡，不要溺愛員工，上司不要放棄要求員工，上司要求員工，員工才能成長，他舉一個例子，獅子把小獅子推下谷底，能爬上來的才有辦法生存。
6. 沒有信心達到目標的馬上換人。
7. 阿米巴組織把各部門意識達到每個人身上，各部門營收算清楚，每一單位間單位之利潤小型化。

台電的借鏡

日本航空在短短2年8個月中，由破產重整到再生獲利，這一龐大的系統工程是怎麼做到的，同樣面對艱難困境財務走到懸崖邊上的台電，有無可以借鏡與學習的地方呢？個人粗淺認為有下列幾項：



1. 正確領導方向

日航可以徹底改變的核心因素，其經營哲學發揮巨大威力，稻盛和夫出任會長之後集中50位經營領導階層學習經營哲學「作為人，何謂正確？」並藉此作為判斷一切事務之基礎。不僅灌輸給管理階層，還普及到一般員工。稻盛和夫也親自到現場講解，把大家思維統一到一致想法上。另外稻盛獨創的阿米巴組織也在日航重建中發揮了巨大作用，為了避免企業喪失活力，最高領導人不了解企業經營實際狀況，「阿米巴」小團體讓第一線的每一員工都成為主角，進而實現全員參與經營。

台電公司自黃董事長到任後亦提出許多經營理念，例如：多一點企業，少一點機關，加法更加減法更減，資訊公開揭露，找出動人小故事，強調愛與分享，許多投資可以暫緩，資本支出不必考慮執行效率等等，注入公司前所未有管理理念，日航有稻盛和夫，還好台電有黃董事長，台電面臨問題其實比日航有過之而無不及，我們的員工還沒有凝聚共識、管制我們的機關太多、我們要遵守的法令又多如牛毛。我們無法像日航一樣重整時可以盡情發揮，置之死地而後生。但是董事長告訴我們不要怕路遠，一步一腳印，只要方向正確終究會達到目的地。

2. 獨立的會計

每一個小團體的盈餘，彙整起來就是整個企業盈餘，以前日航管理階層不會看財務報表，財務數據也沒反應當月的實際經營情況，管理階層對企業實際經營情況



不了解，也很自然無法做出正確的決策。稻盛把每一航線都仔細核算成本，都是一個利潤中心，做到銷售最大化成本最小化。積小利為大利，全公司自然有盈餘。

現在本公司已積極規劃各部門獨立會計制度，每月主動把財務報表e-mail至每一主管信箱。在今年八月之變革研習營中，也會教導主管們看財務報表，相信將來在事業部成立時，各單位成本可以一目了然，那一地方可以減少支出，那些方法可以創造收益，將有更清楚的呈現。內部的廠網分工，落實發輸配售電之經營權責，建立獨立會計收支分離制度，灌輸各單位成本意識並培養其競爭能力，為未來市場競爭，為未來分得清楚利潤盈虧的事業部預做準備。

3.員工共識

稻盛總為燃燒的鬥魂是企業發展不可缺的意志力量，企業不是單憑美好心靈就可以的。善良不能增加企業利潤，必須要有強烈信心熱情，不達目的絕不干休之意志，並把這意志滲透到團隊中。公司已開

始在高階主管研習營，中階主管、基層主管訓練中不斷將變革訊息讓主管了解，並且針對這兩年公司的改變辦了53場次演講會，已有4千3百人以上參加聆聽，無非要建立共識讓員工了解，變革的箭已在弦上不得不發。在八月的高階主管變革研習營中，董事長會將經營理念有系統的闡述。

結語

改變是一項巨大的工程，人心的改變也是逐漸形成的，我們面對的是不友善的媒體、不支持的國會、不了解的大眾，公司的未來的路途是十分艱辛的，所幸董事長帶來從容不迫面對困境的勇氣，信心堅定豁達開朗的精神，不怕接受挑戰的意志力。相信台電未來在董事長領導之下，必會帶領同仁為自己寫下光輝的歷史，身為台電人的每位成員，只有謙卑先看清自己的問題，認清自己方向，才能勇敢地面對未來挑戰。





外遇虛驚，其來有自

心情故事

文 / 林蕙瑛 東吳大學心理學系兼任副教授

紋中是個優雅美麗的中年婦女，看不出已經四十五歲了，坐在諮商室內，幽幽地道出心事：

「安明在一家公關公司任小主管，很多大型活動都由他策劃及帶領。三個月前接了一個案子，替某個藝人的經紀公司做公益活動，他就開車帶A女至各大學及社區中心演講或獻藝。他每天回家都會分享公事，讓我知道他在外面的一切，我知道他工作很辛苦，要對公司負責，又得服務客戶，還必須與所到之處打好公關，所以我總是專注聆聽並給予回應。」

「我們夫妻感情很好，一兒一女也很乖，安明很照顧家，尤其我被公司資遣後，他要我安心在家休息，白天孩子上學去，鼓勵我去上英文及會計課，慢慢再找合意的工作，我自己也是這麼想，所以正在上課中，心中感謝他的體貼與辛勞。」

「只是最近他每天回家講述他帶A女去工作的經過，越講越興奮，提到他與A女的互動，眼睛發亮嘴角帶笑，尤其當A女讚美他斯文帥氣，還說跟他相處很自在。他說他從未如此靠近影視大紅星，她不僅有才藝也有學問，談吐有深度思考合邏輯，堪稱才女，又不擺架子，做公益活動最適合。我本來以為他只是粉絲而已，但每天累積下來的“分享”，讓我感覺好像超越粉絲的界線了。」

「當然，近距離與大明星互動對任何人而言都是新的經驗，只是我擔心他會陷下去，現在已經有點一廂情願了。當初我之所以選擇嫁他，就因為他背景單純，大學時代交過一個女朋友，然後三十歲時認識我，我覺得這種人可以給我安全感，但現在我開始擔心他婚前沒經驗，婚後易昏頭，有點後悔選錯人了。」



「上星期是我爸忌日，一如往年我們必去廟裡燒香，今年他說A女希望能一起吃中飯討論下午的行程，無法陪我上山。我好難過，爸爸生前最疼他了，他也一直唸著要去，卻因A女一句話，他爽約了。我一個人坐在廟裡待了好久，越想越傷心，發了一個情文並茂的長篇簡訊給他，告訴他我有多孤單，好想要有心愛的人陪伴。苦肉計果然奏效，安明立刻回信道歉，且說他的最愛只有我一個，當晚回家又道歉又摟抱，兩人都淚眼汪汪。」

「然而幾天後，我在上課，安明突然打電話來要我幫他訂小意大利餐廳的位子，原來A女請他吃飯，由他選地方，他覺得我家附近我們常去的義式製所不錯，想帶A女去嚐嚐。我認為不妥，餐廳的人會奇怪為何身邊的女人不是我？我不想招鄰里閒話。如果是公事，大可帶到大餐廳，為何要侵犯我的地盤？他唯唯諾諾，卻自己打電話去訂位，兩人還真的在小意大利餐廳吃了美食喝了點酒，然後下午居然是私人行程，A女拜託我先生載她去新竹看朋友，晚上八點他才回家吃飯。」

「我真的很受傷，悶悶不樂，女兒貼心陪我聊天，我沒說什麼，只勸告她以後

找男友不能找從沒交過女朋友的男孩，但也不能交風流情種，她聽得一頭霧水。正好她爸回來，女兒告訴老爸，『媽媽今天不開心？』安明居然將我寫給他的長篇簡訊，其中有提到A女，開給女兒看，還說『你媽媽吃醋了，爸爸根本沒怎樣，是她多心了！』我很生氣，奪下他手機，跑進臥房哭，這是我們第一次在兒女面前有爭執，我好氣安明啊！」

「這之後他小心翼翼，盡量對我好，但工作照常進行，他也承認與A女的互動很開心很特別，他說再過兩個月案子就結束了，一切會恢復正常，A女不會看上他的，而他也不會放棄美好的家庭。我不知道這是不是他的保證，這幾個月來我已經受夠擔心害怕，每天都很不开心，所以鼓起勇氣來找妳，想請問這樣算不算精神外遇？我是不是應該找婚前有很多戀愛經驗的男人，見過世面，在婚後就會比較安分？而且我先生向女兒告狀說我吃醋，是不是很過分？」





分析與輔導

紋中陸陸續續地釋放出積壓的情緒及疑慮，婚姻諮商師先同理她的各種負面情緒、擔心、害怕、委屈、傷心、氣憤、嫉妒及疑慮，評量她的訴說，點出問題所在，引導紋中從三方面來整理：

1. 丈夫與A女的互動 vs. 丈夫與自己的感情

目前紋中膩閒在家，心思全在丈夫與孩子身上，安明與她分享得越多，她反而越擔心，因為她無法參與丈夫的工作生活；而A女是大明星，被眾人捧慣了，要求也自然多，正好安明又是她的頭號粉絲，加上為了工作順利，他絕對是盡量配合的。他其實是樂在其中的，這是一種從未有過的特別經驗，與才藝美女有如此多相處的時間與空間，非常開心，因此每天向太太報告，細節不漏，本是誠實分享，聽在妻子耳裡卻像是外遇情史，即使她相信丈夫不會主動，但不能保證若A女先挑起情慾丈夫不會淪陷。然而另一方面她又認為A女只是一再支使安明，不可能對他認真的，都是先生一廂情願，所以才巴望他儘速回頭。

紋中就是想太多，越想越怕，以至於看不見自己婚姻中的動力，夫妻感情穩固，丈夫除了視她為妻子及情人外，還把她當好朋友，充分信任，無話不談。就是因為與A女的工作緣分很開心，情緒上快要滿出來了，所以每天向



妻子敘說，雖然他也感覺到妻子的擔心，卻因太專注於自己的感覺，乃致疏忽了紋中的情緒需要安撫及再保證。其實紋中可以自正向角度來看，丈夫是如此地透明，不論是有無遐想，經過與妻子分享而宣洩出來，身為聆聽者，理應接受及同理他的情緒，進入他的內心世界感受他的開心。

當然安明不願妻子反對，還是帶A女至小意大利餐廳用餐，紋中很不能接受，甚至還覺得夫妻領域被侵犯了，但從另一個觀點而言，丈夫就因為很單純，他所能想到的有水準餐廳，有美食又能談話的，就是他經常與太太去的餐廳。他不能讓A女失望，所以寧可違反紋中意願，反正自己心裡坦蕩蕩，沒想到又無心地傷害了妻子。

2. 選擇丈夫的標準

由於A女的出現，紋中開始質疑自己選丈夫的標準。安明必有許多優點是她欣賞的，兩人必然互有好感互相仰慕且相處融洽才會結連理，重要的是個人的個性以及婚後的相處。紋中認定沒交過女友的男孩才專情，反過來說即為交過很多女友的男孩必定不專情，這是她



的愛情迷思。現代人晚婚，婚前必有機會與異性多交往，交過幾個男／女朋友並不重要。如果自己是自私自利不為別人著想，交多少對象沒成功後，仍是只顧自己；但若能自己從感情關係中學習人際相處，成長成熟，較能在婚姻中維持穩定關係。

就因為紋中有錯誤的擇偶觀，她才會擔心婚前異性經驗少的丈夫可能會被A女的魅力所迷惑，其實一個成熟可靠的男人公私可以兩分，當然知道窩邊草是吃不得的。紋中應該認清的是，她選擇了一個適合自己的男人，兩人在婚後都同心做了很多的努力，建立了美滿的家庭，既然知道丈夫在外辛苦打拚，自己更不能亂了陣腳。



3. 家庭教育的正確方式

紋中被太多負面情緒籠罩，只因A女的出現就否定自己擇偶的標準，趁女兒關心之際，輸送似是而非的擇偶觀給尚未成年的女兒，這是錯誤的機會教育，只憑當時情緒，恐會誤導女兒，也造成她的混淆。家庭教育應是在自己情緒穩定時教導女兒正確的感情婚姻觀，並與之對談。

而安明回家看到太太臉色不對，擔心女兒會誤會老爸，乃先聲奪人，秀出手機中妻子發的簡訊給女兒看，說媽媽吃醋，意圖與女兒結盟，的確很刺傷已經很沒有安全感的妻子，這是夫妻有歧見有衝突的大忌。簡訊是發給安明的，內容牽涉第三者，應視為兩人隱私，安明將妻子內心隱憂公諸於女兒，做母親的會覺得沒面子，她會覺得丈夫居然為了一個A女，而將女兒捲進來，當然是氣不過了。

夫妻有爭執，尤其是牽扯到他人或女人，應支開孩子，私下對話，以成人的態度經由溝通處理問題，以免造成孩子的不安與不確定感。

經過四次的心理婚姻諮商，紋中重新審視丈夫對自己的感情，以及自己內心的混亂，認清丈夫敘述有關與A女的互動，正如他以前敘說工作上的種種一樣，分享已成習慣，就是希望妻子能走進他的內心世界。只因這次案件的互動內容是男女相處且互動繽紛，造成紋中極度的不安全感，但自種種跡象看來，丈夫的重心還是在妻子兒女身上的，紋中終於明白，自己在愛情方面的表達不夠多，光是傳幾封簡訊是不夠的，且一直都以為做好賢妻良母婚姻就有保障，現在才明白表達與溝通的重要性了。

紋中自婚姻諮商師學會溝通技巧，幾度演練後，感覺有信心有力量去面對丈夫每天帶回來的資訊，並懂得如何與丈夫溝通，讓他感覺到妻子是知心的伴侶，家永遠是他最大的資產。💕



打造社會企業第一步

推動新進人員養成訓練志工服務體驗(上)

文・照片提供 / 胡秀琴 高雄訓練中心

緣起

去（102）年5月訓期長達6個月的第53期新進配電、輸電、變電基層技術人員養成訓練結業分發用人單位工作訓練，高訓中心爲了解整體訓練成效，即於6至8月間進行養成訓練成效追蹤訪查（包括第一階段問卷調查及第二階段實地訪查），訪查對象包括結訓學員及其指揮督導人員（含導師、領班、副領班、課長、經理、單位正副主管等），計回收問卷396份，實地訪查10個用人單位，召開20場次座談會（分別與學員及指揮督導人員各座談10場次）。依訪查結果，受訪人員除了就專業學科及實習課程提供改進建議外，指揮督導人員特別建議應持續加強企業文化、工作態度、工作倫理、團隊精神等相關的

教導，以提高對公司的認同感及凝聚力。

爲了精進並提升養成訓練成效，中心除於第54期養成班開訓（102年11月）前即提供有關專業學科及實習課程之訪查建議供主管處（業務處、供電處、輸工處等）研參調整，並積極依所本部規劃安排相關共同通識課程以強化學員對企業文化、工作倫理、工作紀律、工作態度、團隊精神的認知外，考量在公司近來面臨前所未有的艱困挑戰，外界對公司有許多誤解、質疑及不信任之際，爲了兼顧公司經營與永續發展，我們努力的重點除了增加收入、減少支出、提高經營績效外，最重要的是要以開放的態度透過各種途徑讓員工與員工之間及公司與外界有良好的互動



與連結，積極的打造台電成為一個以人為本的社會企業及幸福企業。**而透過志工服務體驗建立新進人員人文關懷素養，對打造公司成為一個走入人群、服務社會、關懷社會的社會企業是一個非常值得推動與努力的方向**，雖然，效益很難即刻顯現，但是一點一滴的努力、一步一腳印，日後一定會產生巨大的影響力，外界對台電的改觀與認同是指日可待的。

在前置規劃過程，中心亦向高雄醫學大學醫學社會學與社會工作學系陳主任政智與高雄市政府社會局葉主任秘書欣雅請益，以確立推動方向與學習目標，並透過鳳山區處前退休員工曾坤池先生引介慈濟大愛師兄師姐協助，經多次會議研議後，確立關懷的對象、地點與執行的步驟，隨即展開各項學習與體驗之旅。

建構多元且持續的學習情境

第54期新進配電、輸電、變電基層技術人員計240人，依專業編成6班，志工服務體驗以班為單位，採自願參與方式，於

體驗前安排與體驗主題有關的教育訓練，體驗當日進行步驟包括體驗前解說（讓學員了解志工服務之意義、關懷對象之背景與特性、服務之方式與技巧、應注意事項等）、身體力行實際體驗、體驗後心得分享等。為養成學員志工服務的習慣，自102年12月至103年3月每班每月體驗一個項目，依序為資源回收、身心障礙者關懷、兒童關懷、老人關懷，各項體驗結束後學員可於台電智庫訓練所教育休閒社群發表心得及回應，中心並於4月舉辦全體學員志工服務體驗心得分享活動，期藉著不同的關懷對象，讓學員了解人生的功課；也透過實際體驗後的擴大分享，深化學員人文關懷素養。

關懷之旅第一站：資源回收

垃圾變黃金，黃金變愛心。在充滿感恩與祝福的12月，學員分別於慈濟林園環保教育站、鳳山連絡處進行資源回收體驗，師兄師姐透過影片及簡報說明，讓學員了解環保的重要性及資源回收的意義。學員與一群勤儉、惜福、愛物、用心疼惜大地的志工於堆積如山的垃圾場實際體驗後更能體會資源的可貴。

配一班翁紹軒說：其實在我的身旁不乏親朋好友參與志工服務，但是自己從未實際去參與，或許是因為自己不夠慈悲，也不夠了解社會，很多事情都視為理所當然。這次接觸資源回收志工體驗，在過程中發現大家去買飲料或是吃飯時應該自備杯子或是筷子，才不會造成資源的浪費；同時，也深深感受到「人在福中不知福」



學員感謝慈濟師兄師姐的協助，讓他們有學習與成長的機會。



作者（中）身體力行與學員一起快樂做環保。

這句話的含義，因為之前過的生活可能太好了，日常生活中充滿著髒亂和過度的浪費，很謝謝有這個學習的機會，知道環境保護的重要性，讓我更加珍惜資源，因為我們的地球只有一個。

變電班學員分享：此次志工體驗最大的收穫在環保觀念的獲得。與其說是當志工，去幫忙做資源回收，倒不如說是去學習。因為我們有一個錯誤的觀念，總是認為日常生活中只要做好垃圾分類即可，而不在意減量工作，其實最正確的觀念在於不要製造垃圾，因為最後處理方式不論是焚化掩埋或是回收再利用，只要垃圾製造出來，對地球就是一種傷害。所以，環保的觀念與知識一定要落實在日常生活中，人人為環境保護貢獻自己一份心力，一起營造美好生活環境。

輸電班魏樹漢說：資源回收讓我學習到垃圾分類的重要性，還有志工們的辛苦，讓我了解到我們平常丟垃圾時做好分類這個小小的動作，也可以幫助志工們在

分類的時候，可以更加安全且更快速地做好工作，而且還可以為我們的環境盡一份心力。

學員們在環保回收站良好的表現與互動，引起慈濟大愛電視台及鳳信電視台的關注，特別前來採訪並即時播出，除了提升公司的形象外，對學員亦產生很大的激勵效果，學員們的志工初體驗—成功！

關懷之旅第二站：身心障礙者關懷

透過高雄市政府社會局安排至所屬無障礙之家體驗，無障礙之家為高雄市首座兼具身心障礙教養與服務功能之綜合性身心障礙福利服務機構。建築物的樓梯採車道式設計，俾便家民（註：居住於社福機構內之人）出入，而映入眼簾的外牆畫作均是家民的傑作，這些讓學員一下車就留下非常深刻的印象。透過與自閉症患者、腦性麻痺者、重度智能障礙者、視障者相處與進行團康活動，讓學員更加了解與認識身心障礙者，看到身心障礙者對生命的熱情與面對挫折的無懼，以及志工的愛



妳今天特別漂亮哦，看鏡頭！



心、耐心與熱忱，學員們都希望有朝一日也能幫助需要幫助的人。

配二班張家耀說：透過這一次的活動才了解身心障礙朋友每天所服的藥都有副作用，讓他們產生暴力傾向，爲了降低藥的副作用須增加體內循環，所以志工每天都必須帶著這些家民在樓層之間上上下下數回以及帶到戶外曬太陽，心中不由得佩服志工兼具愛心、耐心與體力的付出，這也讓我了解到人性的光明面。

輸電班魏漢樹說：無障礙之家的學習服務，我感受到爲什麼一般人不想接近自閉症或腦性麻痺的小朋友。也許他們在語言上或是行爲表現上，讓我們不習慣，但是他們與一般小朋友無異，都擁有一顆純潔善良的心，他們比一般人更加努力，但所獲得的卻是別人異樣的眼光，我爲他們深深感到不平與不捨。上帝安排了這些折翼天使來到世上，並不是要我們用異樣的眼光去排斥他們，而是要警惕我們要更加愛惜自己、珍惜生命。在這次服務的過程



訓練所陳所長（後排左2）帶領學員與阿公阿媽一起唱歌跳舞。



學員帶著家民到戶外曬太陽，讓身心更加舒暢。

中，雖然與他們接觸的時間不長，但他們卻讓我學習到知福與惜福。

雖然聽不懂身心障礙者在說什麼，但是當你誠心的伸出手臂去攙扶他，或是握著他的手，他們會給你真摯的微笑，只要誠心以待，愛是沒有距離的。學員們自許未來當盡一己之力去幫助身心障礙者，畢竟人赤裸裸的來到這個世界，也終將赤裸裸的回去，把愛留在人間溫暖我們的社會才是最有意義的。（待續）



本文受限於文章篇幅，精彩內容請期待
154期同心園地雙月刊。



學員幫阿公按摩促進血液循環。



台電新兵 工作訓練有感

文 / 廖家濠 台中區營業處

照片提供 / 陳源龍 台中區營業處、陳書華 台北供電營業處

學員自102年12月16日由台電的「新兵訓練中心」新店訓練所分發來到台中區處報到，轉眼間已經快半年了。回想起來，在這裡的日子每天都過得好充實，這段時間經歷了人資組、工安組、政風組、業務組、電費組、東勢服務所到目前的后里服務所的實習生活，每個部門主管與前輩都非常熱情地歡迎我們，並鉅細靡遺地說明工作內容與應特別注意事項，讓我們這幾個新兵可以盡情地學習他們累積了幾十年的功力，同時也瞭解到經營一家電力公司，提供顧客滿意的服務，是如此不簡單的一門學問。

實習的最終站后里服務所—第一線櫃台受理作業

自學員於后里服務所櫃台「掛牌服務」後，每天都面臨不一樣的用戶申請各式各樣的業務。每次為用戶辦理完畢後，如能聽到一句滿意的「謝謝」，心中不禁感到無比的成就感，也給學員用心為下一位用戶服務的動力。在眾多受理案件中，印象最深的莫過於建設公司申報屋內線竣工並核對房屋使用執照案。代理用戶申請之張先生約下午1點就到達服務所進行報竣作業並填寫用電登記單，但看來面有難色，直到4點半左右才將案件送至學員櫃台。仔細核對登記單所填用電地址，與使用執照似乎有些出入，加上16戶公寓住宅與28戶透天住宅登記單混放，使作業困難度增加。在所長協助下，與張先生以藍曬



圖逐一核對建物門牌與位置，確認正確用電地址，完成核對時才發現天色已黑，服務所大門已關下，同仁也都下班了。

事後張先生非常客氣地向我們道謝，不知為何，原本緊張與焦慮的感覺頓時消失，取而代之的是一股滿滿的成就感。陳副處長平時的教誨在耳際迴盪：「身為公司第一線服務人員，就要把自己當成電業的行銷人員，並將售電當成最首要的目標，用戶若是有不足的地方，應該輔導用戶改善，如此才能提升公司的績效，進而增加公司的收入。」學員也期許自己為用戶提供更貼心的服務，成為一個稱職的售電行銷人員，為公司帶來更多的貢獻。

百聞不如一見—現場體驗抄表作業

學員在后里服務所也負責抄表上下傳的工作，將抄回來的電表指數上傳至電腦與NBS系統。每天看到抄表大哥們抄了幾百個指數回來，甚至雨天也風雨無阻地抄完，心中只有無盡的佩服與崇拜。

轄區內之加油站因合約到期，原經營的中油公司將交接給台塑公司，故預先申請中間抄表結算。而中油與台塑雙方要求在6月1日凌晨（端午連續假日間）準時抄表，陳所長為不影響同仁難得的假期，決定親自到場會同雙方抄表。處事細心的陳所長惟恐當日不易找到電表，故於放假前一天先行前往現場勘查，同時藉此機會帶學員一同前往，認識需量用電用戶所使用的TOU（Time of Use）電表及抄表方式。儘管出發前已向抄表大哥確認電表位置在廁所旁，到了現場才發現廁所不只一處，

經一番找尋後終於找到正確的位置。

學員發現TOU電表所記錄的指數，是依序在液晶螢幕上顯示並約停留7秒鐘，也就是說抄表員必須把握7秒的時間，將目前顯示的指數記錄在輔助抄表卡上。需記錄的指數近30項，過程中必須保持極度專注才能以最有效率的時間完成抄表作業。當天正好下著大雨，雖然撐著傘，但輔助抄表卡上所寫指數仍因受潮而暈開，必須再重新抄錄，想到抄表大哥們時常在這樣的環境下工作，頓時感到佩服與感激。而陳所長不辭辛勞地陪著學員在現場練習TOU電表的抄表作業，更讓學員心中充滿感動，也為陳所長於後天午夜獨自前來抄表感到憂心。



作者在泰安休習站練習 TOU 電表抄表作業



陳所長與服務所同仁貼心準備蛋糕為學員慶生，讓即將參加 7 天教召的作者感到非常溫馨。

所長輪調—探討本公司人事制度與現狀

學員於后里服務所實習期間巧遇所長輪調，原林建志所長榮升大雅服務所，由陳源龍所長接任后里服務所。人事的異動給了學員不少啟發，以下分別就公司、調動當事人及基層員工三個角度探討公司輪調制度。

首先從公司的角度來看，由於公司將邁入資深人才的密集退休潮，人力需求越來越吃緊。面對一樣的工作量，如何善用目前的人力完成工作，成為公司最要緊的問題。所幸公司輪調制度已行之有年，在此制度下每位同仁都有機會接觸不同單位的工作，長久下來培養出精通十八般武藝的員工。即使面臨龐大的退休潮，在同仁的全力合作下，公司業務並不會立即受到太大的衝擊。

其次從調動當事人的角度來看，輪調制度給予寶貴的學習機會，可以從不同

角度認識公司業務，進而培養更宏觀的視野。誠如本處陳副處長時常提到：「長期重複同樣的工作容易讓人產生本位主義，無法瞭解其他部門的作業方式，並體會這些作業背後的目的與原因。因此，藉由適當的人員輪調，除了可培養同仁更全面的技能，也能提升員工彼此之間的同理心，使得公司的業務推行可以更加順利。」

最後由基層同仁的角度來看，主管的調動也給基層同仁不一樣的學習與體驗，學員就有非常深刻的體會。不同主管來自不同的工作背景，也有不同的管理風格，使基層同仁在同一部門，吸收主管們從不同部門帶來的經驗與觀念。如此不僅被調動的主管有新的學習機會，轄下的同仁亦可在不同主管的領導下有所成長。

綜合上述的探討，輪調制度確實為公司人力帶來運用彈性與訓練效果，這也是為什麼公司得以在業界保持優良競爭力的重要原因。

學員淺見—善用時下熱門行銷工具更貼近用戶

董事長曾經在103年業務聯合檢討會中提到：「為什麼會有這麼多人對公司印象不好，很大的因素就是因為他們不覺得台電跟這個社會融合在一起，有時對國營事業的印象不佳，是存在既有保守、刻板的印象所造成，但是這件事情如果不改變，那麼我們要做很多進一步的溝通就會困難重重。」這段話在學員心中產生非常大的共鳴，時常感覺公司同仁工作這麼辛苦，在社會上還是無法取得大眾的支持，



著實為辛苦的同仁們感到委屈與不平。

然而近來智慧型手持裝置日益普及，民眾對於智慧裝置的使用習慣也跟以往大大不同，許多以前連電腦都不會用的銀髮族，現在也開始跟年輕人一樣，善用自己的食指徜徉在手中 iPhone 或 iPad 所提供的虛擬世界之中。面對這樣的趨勢，若是公司好好把握，學員認為將會是一個貼近用戶的好機會。

在眾多的手持裝置應用中，目前最廣泛被使用的莫過於通訊應用軟體「Line」。現在許多政府機關與國營事業如各直轄市政府、中華郵政及中華電信均有推出各自「Line官方帳號」，其中中華郵政與中華電信甚至推出精美可愛的「Line貼圖」供民眾免費下載（須先加入好友），藉這些方式大大地拉近與民眾的距離。

學員認為若是公司能仿照上述的機關推出屬於台電的官方帳號甚至是貼圖，首先最直接的好處就是可以藉由官方帳號，

化被動為主動，更有效率地發佈公司的各項訊息。例如最近剛上線的「停電查詢與通報系統」以及「千萬節電，千萬感謝」活動，甚至是「台電影音網」中精彩的節目內容，都可藉由Line官方帳號直接通知用戶，相較於目前只有在官網及各服務據點公佈訊息的作法，用戶將感受到這些訊息更貼近自己的生活。

此外，若公司結合台電寶寶推出以台電為主題的Line貼圖，並搭配民眾常用的用詞如「OK」、「讚」、「加油」等等，提供民眾多加使用本公司貼圖的誘因，久而久之將有機會在無形中改變民眾心中對國營事業存在已久的保守、刻板印象。民眾在使用台電貼圖時，將漸漸不再覺得台電是一個老企業，取而代之的是一股清新、活潑、有朝氣的企業形象。

以上是學員的一些淺見，期待有朝一日公司能擺脫目前沉重的社會包袱，找回昔日台電的榮光。身為台電的一份子，深深以公司的進步感到無比的驕傲。👉

圖片來源：

<http://ylh515.pixnet.net/blog/post/29326177>





母親的零用錢

文・照片提供 / 游文貴 秘書處

母親今年高齡九十四歲，這幾年除了輕微糖尿病偶爾血糖會高些，以及膝關節退化行走有些不便須借助拐杖外，耳聰目明，身體還算硬朗。不過，去年開始記憶力明顯衰退，常常忘東忘西，例如麥芽糖咬幾口放長褲口袋裡，之後就忘記拿出來吃，等到換洗衣物時才發現已經融解黏在口袋上；水果藏在衣櫃裡直到爛了發臭才被外傭找出來，同一句話一個晚上可以問你十幾次，又明明一個鐘頭前才吃過飯，卻說外傭沒給她吃，尤其常說她的錢不見了。

過年時子孫給她幾萬元的紅包，我都會只留個二十張百元鈔（老人家喜歡紅色，且張數要多些）給她自己保管、花

用，其餘存放在我這裡，每個月我會檢查她的錢並補足錢數。平時固定的花費就是一週到附近家庭美容院洗一次頭一百三十元以及三個月燙一次髮一千五百元。

母親的錢平常都放在她身穿的長褲口袋裡，這樣她隨時伸手就能摸到錢才放心。不過不知何故偶爾也會從口袋取出找個地方藏起來，事後卻總記不得這件事，於是一齣齣既好笑又好氣的「找錢」戲碼就常在家裡上演。

一發現口袋錢不見，母親首先就一口咬定是外傭拿的，並一直罵她不該忘恩負義偷拿主人的錢。每次外傭不堪被冤枉向我們哭訴時，我們都會安慰她，相信她不會偷錢，事後也總會在母親的棉被或櫥櫃



內衣服口袋或抽屜角落裡找到。不過，母親總是說一定是在她發現錢不翼而飛開始尋找時，外傭心想這下子無法隱瞞自己的劣行，才趁她不注意時偷偷隨便找個位置放回的。

我們猜想母親每次藏錢應該是趁外傭去洗澡或做飯的時候，而她發現錢不見的時間則都是在我們夫婦出門上班，她吃過早餐以後也就是她閒下來的時候。找不到錢的那天，晚上我們下班一進門，她就迫不及待向我們說外傭偷了她的錢，外傭則哭喪著一張臉，想必已被臭罵了一整天。

我深知母親執拗的個性，丟錢的這天晚上要是錢沒找出來，她一定不肯上床睡覺，且會不停責罵外傭，甚至會哭鬧著說我們縱容外傭不逼她把錢拿出來。於是我們夫婦匆匆吃過晚飯後就馬上進到母親的房間尋找。母親端坐於房間一角，外傭立在她身後，她們四隻眼睛就這麼看著我們像檢調人員到嫌疑犯家中搜查罪證般翻箱倒櫃。當「證物」出現時，外傭的臉上立即綻開笑容，母親雖然也很高興錢失而復得，不過總是嘟囔著說錢不是她藏的。

去年到今年已發生六七次丟錢找錢的事了，我們一直感到十分苦惱，有幾次真想直接拿出錢騙母親說已找到，不過深怕事後外傭無意間發現所藏的錢時會毫無顧忌據為己有，也怕母親翻找出來時會生氣罵我傻。

在母親堅持她身邊要有些零用錢的原則下，我們無可奈何，一時也無計可施，更不知這個戲碼會搬演至何年何月。所幸



20 張百元鈔分列黏於大門上，像極了「母舅聯」。

最後那一次，我突然福至心靈想到一個或許可一勞永逸的方法。我委婉向母親說這樣常在找錢也不是辦法，不如我將妳身上所有的錢黏貼在大門上方，妳看得到但拿不到，這樣妳身上沒有錢也就不會再丟錢了；又說外傭她也不敢明目張膽拿走這些錢，妳一次用錢不會超過一千五百元，每次要用多少就叫外傭拿幾張下來，而我每天晚上回來也會清點錢數，用掉我立刻補上。母親似乎也覺得這不失為一個好方法，也就同意了。

從此再也沒有丟錢找錢這碼事了，只是每次親戚朋友來到家裡，看到大門上貼著一些鈔票都會感到好奇，有的甚至開玩笑說待會離開時可否抽幾張當計程車費，我則不厭其煩一五一十地解說；他們聽了都覺得很好笑並稱讚我真不簡單能想出這個好方法，一旁的母親則一臉不好意思地笑著。真的，這二十張紅花花的百元鈔分二排黏貼在大紅門上還蠻壯觀，也有幾分喜氣；就有幾位親戚笑說，再多貼個幾排不就像極了結婚喜宴上的「母舅聯」（新人的舅舅祝賀新人滿貼鈔票的喜幛。）

圖片來源：<http://www.jhin-fang.com/products-313.html>



十一點半成追線

文 / 潘建宏 材料處

相較於傳統鬧鐘，手機當鬧鐘很準確，可以多爭取幾分鐘的精準，想賴床時貪睡裝置耐心的叫到高興起床為止。

昨天早上手機意外當機，鬧鐘當然也連帶著罷工，全家人一路睡到陽光爬上床頭櫃；那是週末醒來準備吃中餐時太陽的位置。兒子的校車早已不知開到哪裡了，我很清楚發生什麼事可是一點兒都不緊張。

「大遲到！」兒子說。一家子卻比平日輕鬆，因為再趕也來不及了。媽媽得開會，沒辦法載他到學校。父子倆若無其事般的搭十一點半的成追線（註）火車上學，火車上坐在我們對面的一群婆婆媽媽天南地北扯著嗓子閒聊。

「不知道是遲到還是翹課啊？」我聽見有人窸窣窸窣的說。終於還是有人忍不住問是不是睡過頭了。

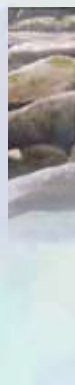
途中一個媽媽帶了兩個小娃上車，

可能照顧不來，還塞了一個湊在兒子旁邊讓他當小哥。大家還是討論著車廂中唯一的學生，遲到準備去吃營養午餐的學生。穿著大紅花配繡花鞋的媽媽要我們別太相信3C產品，「傳統鬧鐘也要有啊！」、「早點睡啊！」、「媽媽呢？不起來準備早餐的嗎？」。爺倆傻笑以對。最後一群人還對校服及兒子誇讚一番，我們倆笑得更愣了。還好十幾分鐘的車程很快就到了，突然有人要求兒子一定要穿著制服帶著書包與小娃、老爸在火車上合照一張。

遲到居然受到這麼多關注，以後還是早點起來好了！

註：成追線是指縱貫線從成功至追分間，由台灣鐵路管理局（台鐵）經營的傳統鐵路幹線。其主要功能是做為山線與海線之間的聯絡線。





范植正回娘家

2014水彩畫個展

文·照片提供 / 本刊

103年6月16日午後，總管理處1樓人文藝廊洋溢著回娘家的溫馨氣息，資訊系統處范前副處長植正與其豐富且精湛的水彩畫作，返回台電舉辦「范植正回娘家 2014水彩畫個展」，同時與昔日的老長官、同事相見歡。

在開幕茶會中，李副總經理鴻洲談到，台電公司近年來的轉變民眾皆有目共睹，不僅在經營上精進，同時更重視人文素養的培育；本次范前副處長的個展，便是公司人文素養的展現，讓民眾看到台電的另一面。而范前副處長資訊專業的背景，兼豐厚的藝術創作美感，是為台電專業知能與人文素養並重的表徵。

范前副處長對繪畫的熱情源於初中時台灣畫壇名師蕭如松的教導，步入職場後雖忙於工作與家庭，仍難忘情於創作。至十餘年前，即毅然決定師事謝明鋈老師與鄭香龍老師，公餘期間盡情投入水彩畫的創作中；其風格屬「鄉土寫實風」，主題多為台灣各地的鄉土風

情。謝明鋈老師讚其「構圖佳、主題選擇適切」，雖非美術科班出身，卻憑藉毅力與苦幹實幹精神不斷進步，近年來獲獎無數，謝老師進一步指出，范前副處長默默耕耘的態度與台電文化的培育與薰陶有很大的關係。

本次個展包括「偏鄉電錶」、「淡水古厝」、「年年有魚」、「土樓一隅」等精彩創作，完整呈現范前副處長「鄉土寫實風」風格，歡迎對水彩繪畫或各地鄉土民情有興趣的民眾與同仁於展覽期間前往觀賞。

【展覽資訊】

地點：台電公司總管理處1樓人文藝廊
(台北市羅斯福路3段242號)

展覽時間：103年6月16日~8月15日

週一~週五 08:00~18:30

週六 10:00~18:30





從鬼門關展望甘薯南至中央尖的連稜

險峻秀麗之中央山脈 北一段縱走(下)

文／梁德平 南區施工處
照片提供／梁德平 南區施工處・陳志浩 青山施工處

第三天 險峻的無明山

半夜起來如廁，發現風雨早已停歇，滿天星斗預告今天將會有個好天氣，慶幸度過惡劣的天候，今天可以如願前往此行最重要的山岳——無明山。經過一夜的風雨，大地終於還給我們一個豔陽高照的大晴天，感覺是上天給我們的考驗，昨日的煎熬終究是值得的。雖然一早營地旁就可以看到美麗動人的雲海，但我們並不為所動，因為今天不怕沒有風景可看，早上7點出發，在高大的冷杉與松樹林下夾雜著箭竹草叢中前進，走在崎嶇的碎石危崖上，回頭展望形如三角、佈滿翠綠箭竹草坡及森林的鈴鳴山，在藍天下顯得如此清晰秀麗，不愧是名列八秀之一的百岳名峰，與昨日相比，令人感嘆僅一日之差，天氣卻有如此巨大的變化，往東展望，層層疊疊的山谷湧進朵朵白雲，景色動人。

今天的第一座山峰是未列入百岳的無明山西峰，需先經過一段碎石陡坡的考驗，才能登上這座海拔3,325公尺的高峰，山頂腹地雖然不大，但



展望依然不錯，決定在此午餐，順便把昨日淋濕的裝備拿出來曬太陽，讓濕氣遠離。充分休息後繼續往今日的重點無明山出發，沒多久便來到人稱「人包分離」的攀岩處，約3公尺高的垂直岩壁有架設兩條繩索供登山客輔助攀爬，所謂的人包分離是一人先徒手攀爬上到岩頂，再由下面的人將大背包綁在繩索上，由上面的人將背包吊上去，在這種垂直又有岩石突出阻礙攀爬的岩壁上會比較容易上去，不會因為背包的重量將身體往後傾導致不易上攀，雖然如此，我們還是採取直接上攀的方式往上，省去麻煩。而通過岩壁後的這段路徑更是崎嶇難行，大多沿著無明斷崖的邊緣，時而行走在碎石危崖邊，時而倒木阻擋去路，偶爾有架設繩索之處，舉步維艱，需步步小心，除耗費體力之外，唯一的好處是隨時可以看到東部美麗的山谷及雲海，還有無明山南側面露猙獰面貌的大斷崖可賞。

陡下到無明山西峰與無明山之間的最低鞍部，再往上的森林中還有一個「擺盪上攀」處等待我們去挑戰，此處需要先藉由繩索往右側岩壁踩上去後再立即往上攀爬，難度較高，需一鼓作氣才行，一不小心手臂就破皮擦傷，幸好並無大礙。再繼續往上走則是逐漸遠離森林來到碎石崩塌的地形，一路上盡是歷經長期風化而崩裂的岩石地面，越往上視野越好，眼看

無明山近在咫尺，但連續的陡坡及困難地形讓我們領教到什麼是名列十峻之八的山岳。在轉角處略作休息，養精蓄銳以便準備那最後的500公尺，看似短短的距離，但卻花了我們約半小時的時間才踏上此行的最高峰、同時也是最難纏的一座山岳，海拔3,451公尺的無明山。

回望今天的路程，從鈴鳴山經無明山西峰再到無明山，山脈的稜線時而高低起伏時而左右逶迤延伸，從翠綠的鈴鳴山區至擁有部份崩崖地形的無明西峰，再走到處處是碎石危崖的無明山區，這一路走來雖然讓我們耗費不少體力與汗水，但站在山頂展望四周諸多百岳名峰環抱，令人讚嘆連連、流連忘返。而在無明山頂最顯著的目標就是北面如三角形狀的中央尖山，其峰頂尖銳如刀鋒般直入雲霄，其南側傾瀉千尺的大崩壁綿延至其西側的中央尖山西峰，寸草不生猶如人間煉獄般令人望之生畏。中央尖山以其磅礴之氣勢聳立在前，形成一道難以突破的障礙，猶如在告誡登山者，沒那麼容易征服。而東側則是層層疊疊的翠綠山谷，大片雲海佔據東部的天空，以翻騰之姿將其勢力延伸至山谷，壯麗景色令人動容，此刻站在高崗上，猶如立在雲端仙境般令人陶醉，而內心的澎湃再也按捺不住地大聲喊叫，向世人訴說心中高亢的躍動。

離開無明，不到半小時的路程便抵達今晚宿營的無明水池營地，位於水池



往無明山西峰最後的陡坡



無明水池營地的雲海

附近的寬稜上，四周名山環繞，東側縱谷雲海翻騰，西側武陵農場及雪山山脈，北側中央尖山聳立天際，可謂展望良好的營地，夕陽西下，在營地觀賞夕照，愜意萬分，柔軟的草地是大地賦予的最佳床墊，夜晚的星空則是今晚最閃亮的舞台，如此優美景色是大地給予登山者最好的犒賞，享受美景當下的氛圍是用辛苦換來的，真是難能可貴。

第四天 過鬼門關才能吃的甘薯

今天的路程仍要通過許多危險地形，主要集中在鬼門關峰往甘薯南峰的這段路上，離開營地約10分鐘便登上這座海拔3,395公尺、有著令人望之生畏卻不難走的山峰，然而過了鬼門關，真正的考驗才要開始，鬼門關峰因此得名。從山頂往前眺望前方的稜線，其右側的大片崩塌地即為惡名昭彰的鬼門關斷崖，通過斷崖後才可抵達甘薯南峰，從甘薯南峰往東北延伸而出的山峰就是北二段的第四座百岳—甘薯峰，而這一幕是要走到這裡才可以見到，在這之前則是被此山峰遮蔽無法看見。離開鬼門關峰之後，立即往下進入連續陡峭及崩塌的惡劣地形，有時走在稜線上穿越

濃密的箭竹林，看似容易但步伐不可過快，以免踩空發生危險，由於過去鬼門關斷崖曾經發生意外，因此沿途的危險地形均已架設繩索，小心通過即可。

而其中最大的一片崩壁，因前方路徑崩塌難以通行，已架設約30公尺長之繩索從右側崩壁垂下，走在這種傾斜的崩塌地上，心裡仍是心驚膽跳，萬一繩索不堪負荷斷裂，則後果不堪設想。通過這段崩壁後，約半小時便抵達海拔3,157公尺高的甘薯南峰，此峰佈滿樹林，展望有限，雖非屬百岳，但由於地處三叉路口，是登山客非常重要的休息站，在此補充水分和食物後，再換小背包前往甘薯峰。雖然此段路沒有驚險的斷崖，然而通往甘薯之路也不是省油的燈，需陡下100多公尺後再往上攀爬到只比甘薯南峰高1公尺的甘薯峰，其中上下起伏、攀繩走壁、碎石坡及鑽箭竹林等重重關卡，一樣也少不了。歷經約100分鐘的努力，終於登上海拔3,158公尺、名列八小巒之五的甘薯峰。山頂雖有樹林，但無礙視線展望，還有成群鷹鳥往南飛去，時值秋季，應該是候鳥遷徙的時候，也似乎在慶賀我們完成北二段的最



後一座百岳，辛苦獲得回報。休息近1小時後隨即告別甘薯峰，回程之路依舊不打折，因為怎麼來的就怎麼回去，只是比較熟悉而已。回到甘薯南峰，略為休息後隨即改背重裝陡下耳無溪營地，隨著高度的急遽下降，森林景觀已由冷杉及鐵杉林轉為一大片優美的松樹林，滿地的柔軟松針，讓我們連日來疲憊的雙腳獲得一點緩衝，午後3點終於抵達海拔約1,940公尺高的耳無溪畔。越過兩道湍急的溪水後，再往上攀到溪邊的高地就是今晚的營地，經過這段落差高達約1,200公尺、不斷下降的山徑，再看到這股清澈的溪流，歡欣之餘全寫在臉上，已不急著紮營，而是在溪畔泡茶吃點心，讓勞累的身心擁有一個悠閒的午後時光，淨身洗去身上的塵埃異味，宣告北二段的行程即將接近尾聲。

第五天 完美結束「O」形縱走

一早，天剛亮便啟程出發，今天是北二的最後一天，不再有山頭可攻，只剩回家之路。起先在溪谷、乾溝及山腰的路徑上不停地切換，最後從溪谷沿著嚴重崩塌的山谷陡上，沿途都有綁好的路標指引我



往無明山途中的碎石路面

們前進，最後的一段陡坡則是靠著前人於數日前綁在松樹上的扁帶助我們一臂之力攀爬而上，來到這片松林，慶幸自己終於脫離崩塌地的糾纏，鬆了一口氣。松林雖然高大濃密，但陽光依然穿透而下，如同第一天踏入林道般令人舒服，陣陣暖意取代了寒冷，往後的路徑仍需逐漸往上，不久接上林道17.5k處，到此剛好在地圖上畫了一個圈，我們終於完成一個「O」形縱走，往後就只剩平坦的下坡路，心情也開始歡呼起來，在不到2小時的路程中隨即完美結東北二段的行程。

後記

高山縱走雖然辛苦，卻有令人著迷之處，除需妥善準備糧食和禦寒衣物外，還要有充分的體力與精神，尚需面對惡劣地形及氣候變化多端的考驗，遇有狀況還要隨機應變，才能順利完成，因高山縱走可謂不輕鬆。雖然如此，台灣高山壯麗且醉人的風景卻是讓人如癡如醉、難以忘懷，這也是讓我們繼續走下去的原因，收穫是要用汗水來換取，也讓夢想獲得實現，再見，北二段。



無明山頂上的歡呼



為愛朗讀 The Reader

劇情簡介

文 / 黃素菲 國立陽明大學人文與社會教育中心副教授

這部電影的德文原著書名是Der Vorleser，英文片名是The reader，中文直譯應該是「朗讀者」，片商卻定名「為愛朗讀」，其實限縮了讓觀眾思索的空間。朗讀者是為誰朗讀？為文盲朗讀？為納粹劊子手朗讀？為我所愛朗讀？為罪責與贖罪朗讀？

故事講述1950年代一名德國少年麥可·伯格（Michael Berg）和一名中年女子漢娜·舒密士（Hannah Schmitz）展開一段忘年戀。男主角麥可總是不斷想起那棟房子，當他上了台階、扭動門把，屋裡有漢娜在等著他。漢娜總是這麼說：「先唸書給我聽！」，而麥可就會為她朗讀自己學校的課本，告訴她關於荷馬、西塞羅和海明威的故事，於是麥可的朗讀越唸越多，好讓自己可以在日暮時刻與她共枕。但是，就在那個夏季的午後，漢娜就神秘地消失無蹤、不告而別。

多年後再度見到漢娜，竟是在法庭裡，正在法律系就讀的麥可一眼就認出了她的背影，她由於在戰爭後期擔任一個集中營警衛時的行為成為一名因戰爭犯罪受審的被告。她的堅持抗議觸怒了法官，她的坦誠有罪也惹火了其他

被告。麥可只能眼睜睜地看著漢娜徒勞地為自己辯護，最後當漢娜麻木的眼神終於望向了麥可時，他才終於明白，一直有一個隱藏在漢娜內心深處多年的秘密：我不識字，我是文盲。這個秘密足以推翻對她的指控。但麥可一時的猶豫鑄就了兩人終身的遺憾。





導演、編劇與得獎紀錄

2009 年 / 120 分鐘 / 美國

《為愛朗讀》（The reader）是電影劇作家David Hare改寫徐林克（Bernhard Schlink）原著小說《我願意為妳朗讀》（Der Vorleser）而改編的電影。導演是Stephen Daldry，主要演員是凱特·溫絲蕾（Kate Winslet）飾演漢娜，雷夫·范恩斯（Ralph Fiennes）飾演麥可，少年麥可由David Kross飾演。

《為愛朗讀》電影2007年9月於德國開始製作，並於2008年12月10日首次在部分地區上映。這是兩名製片人安東尼·明格拉和薛尼·波勒最後一部製作的電影，因為兩人在電影上映前已逝世。

獲得第81屆奧斯卡金像獎五項提名：最佳女主角凱特·溫絲蕾，最佳攝

影Roger Deakins和Chris Menges，最佳導演史蒂芬·戴爾卓，最佳影片薛尼·波勒，安東尼·明格拉、Redmond Morris、Donna Gigliotti，最佳改編劇本。最後由凱特·溫絲蕾獲頒最佳女主角獎。

獲得金球獎最佳導演、最佳電影、最佳畫面、最佳女配角等四項提名。最後由凱特·溫絲蕾獲頒最佳女配角獎。



影片導讀

人在江湖

在奧茲維茲集中營擔任守衛，漢娜的工作必須挑選出部分女士出去，以便空出位子給新來的人，法官問她：「妳就這樣指著你、你、你……把這些人送進毒氣室？」，漢娜反問法官：「換做是你，你會怎麼做？」法官又問犯人教堂著火了，為什麼不開門？漢娜說：「原因很明顯，因為我們是警衛，警衛要看守犯人，不能讓犯人逃跑。」這裡同樣涉及到什麼是

對、什麼是錯的問題。在當時「不能讓犯人逃跑」成為那一群女獄吏的正確行為，依據的是「恪遵指示、盡忠職守」脈絡，換個時空，法官認為漢娜「把人送進毒氣室」、「把人反鎖教堂導致死傷」是殺人行為，依據的是天賦人權中的「自然權利（Natural Right）」。

法官說：「妳的證詞指出妳有殺人行為」他在收集證據，而漢娜說：「我那時必須這樣做才是盡責，不然你告訴我，



我該怎麼做才對？」她在思索何以本來對的，後來卻錯了。漢娜似乎完全不能理解法律的思辨脈絡，她以為法官在批判她不該這麼做事情，她只是一個要找份工作維生的人，她忖著似乎不該去應徵這個工作，她並不知道她被指控殺人。法官問的是「殺人的行為事實」以便決定是否定罪，漢娜給出的卻是人的處境，與一個人的有限性。行為上她殺了人，但是她卻沒有殺人的動機或意圖，這樣她算不算殺人犯？一般凡人有能力不只是盡力做好工作職責，還要跳脫到洛克「天賦人權」的位置，去思考工作的對錯嗎？這也是一種職業道德與普世道德孰重孰輕的提問？

麥可的班上同學義憤填膺的說：「這只是冰山一角，還不知道有多少集中營裡的猶太人就這樣被德國人殺害了，給我一把槍，我會把那些人都殺了」，是這樣嗎？對、錯、好、壞這麼簡單嗎？顯然這位同學在見習過程中，跟大多數後來的觀點一樣，明顯會斥責那些執法的德國人是劊子手。我並不是說漢娜的行為是對的，

我只是在想人在江湖，如果放回當時的情境脈絡，有多少人有能力排眾議、違抗軍令、甘冒不諱，作出釋放囚犯的行為？

爲了秘密而背叛自己

其他犯人指稱漢娜是主管，報告是漢娜寫的，法官要漢娜的筆跡作為比對證據，漢娜不惜招供認罪，只為了掩蓋自己是文盲的事實。做文盲，比做罪犯更加丟臉嗎？洩露自己是文盲比坦承自己是個罪犯更加可怕嗎？如果是你，你會怎麼做？麥可跟老師說我有一個證據可以使其中一個罪犯減刑，老師說：「把它公諸法庭是你的道德責任」，麥可深知這條對罪犯有利的證據卻正是罪犯想要保有的隱私，因為漢娜覺得自卑，老師逼問何以沒去跟罪犯討論，又觸及麥可自己的隱私。終究麥可還是沒有現身，他在去探視被收押的漢娜的下雪天中，選擇折返。

這個折返，切斷他和漢娜的連結，保住了麥可的現實人生，不必坦露自己年少時的畸戀。這個折返也使得漢娜被判終身監禁，而麥可的心也終身監禁，跟妻子離

婚，跟女兒疏遠，無法溫暖，也無法再去愛人。這種幽閉，使得書房的窗戶不是用來流通室內和外界之用，而是把外面紛擾的大千世界鑲在窗框子裡，掛在牆上僅供觀賞。

即使麥可一直寄錄音帶給獄中的漢娜，在漢娜終於學會識字之後，卻仍





然不願（敢）回信給漢娜，使得漢娜掉入絕望的深淵。在漢娜服刑20年後獲得假釋時，麥可終於去探視漢娜問她：「妳常常想起以前的事情嗎？」漢娜以為是他們在一起的那個夏天，麥可問的卻是集中營的事情，這一問就顯露兩人的差距。漢娜毫不在乎集中營的經歷，也不在乎因掩飾文盲而入獄，而在乎麥可為她朗讀所形成賴以為生的精神支柱，麥可只看到漢娜的集中營、文盲和服刑，卻一再迴避那個夏天的事實。

麥可好奇地問：「妳學到什麼？」麥可的意思是問漢娜為了隱藏文盲而在獄中被監禁20年的感受，漢娜不假思索回答：「我學會識字」，簡單，直接，乾脆。最後麥可像在處理一件事情那樣說下週見，隨即跨步離開，沒有一個擁抱。漢娜要出獄前在自己的囚房上吊自殺，她沒有準備，應該說沒有意願要出去面對以前「因為不識字為恥的社會」，現在因為「與她過去相戀為恥」的麥可。

兩個都是為了秘密而背叛自己的人，漢娜的秘密是文盲的自卑，而麥可的秘密是曾經有一段不倫戀情。漢娜為自己的秘密被判終身監禁，麥可也為自己的秘密陷入無形的心理的牢籠。

真相難以啓齒嗎？

何以麥可一直對於少年時期與漢娜有過一段情難以啓齒？這就像漢娜對於自己是個文盲自卑而不能啓齒一般。那一直深埋在心裡深處的秘密，有如腐蝕的傷口，經常使人隱隱作痛，不管是自卑、罪惡感、不該說卻說了、不該做卻做了、或是該做該說卻沒說沒做……都像腐蝕劑一般，腐壞自己和身邊的人。

為了讓想藏住的不要洩漏出來，我們會去防衛，為了害怕真相暴露，我們會說謊，甚至成為割裂狀態。我們常常為了要擺脫自卑，所以一心努力追求成功，所以也就常常為了所錯過的生活而感到悲痛，為了整個生命的姍姍來遲、後到晚來而感傷。或者是感傷自己在中學階段學業一直殿後，或者難過大學時，在教室像鴨子聽雷，或者悲痛研究所時，看paper有如天書。漫長的人生過程，總是錯過跟大家一樣的時機，總是被拒於千里之外，即便現在我們可能已經不再是當初那個自己，甚至因為一直努力急起直追而小有成就，我們可能還在等著中學就在等待的那個時刻：「你們看吧，我會讓你們跌破眼鏡的」，中學時期的「你們」是父母、老師，現在的「你們」是同儕、圈內人。



5

生命「事件」留下來的「識見」

麥可終於在漢娜逝去之後，依著漢娜的遺願，將錫罐中的錢帶去給寫書的作者，那是第一次，麥可在陌生人面前說出自己與漢娜的故事，或許在陌生人面前稍微容易一些。最後，麥可終於帶著女兒到漢娜的墳前，娓娓敘說著自己生命中最重要的一段遭遇，相信這會化解掉長久以來橫在麥可與女兒之間無形的高牆。

記憶總是在過去與現在之間架設橋樑，是對過去生命經驗與當下經驗的雙重視野的觀察，並且不斷來回穿梭其間，記憶使得過去與現在難分難解。我們的生活層層疊疊，新的一層緊挨著舊的一層，以至於我們總是在新鮮的遭遇中，碰觸到老舊的傷痕，過去既非完美無缺，也不是功成身退，而是以一種稍有不同、又似曾相

似的面貌，活生生的重現於眼前。如果我們勇敢的或清明的面對現在的困難，如果我們對於過去的生命故事目明耳清，那就全盤接收了過去的生命「事件」留下來的「識見」。

旁觀者可能認為，對於過去只能超然觀察，對於現實才能切身參與，事實卻不是如此。說自己的故事使麥可回到過去，不是為了流連常駐，而是為了重新出發。麥可的生命故事自然而然的讓人明白，人所要逃避的不是過去，而是要逃避現在與未來。🍷

圖片來源：

- ❶ <http://reader.roodo.com/dkscj/archives/8408951.html>
- ❷ <http://www.beeweb.hk/blog/oceanchan/?paged=41>
- ❸ <http://blog.xuite.net/event/movie/23086982>
- ❹ <http://www.beeweb.hk/blog/oceanchan/?paged=41>
- ❺ <http://www.beeweb.hk/blog/oceanchan/?paged=41>



日月潭滿水典禮

文·照片提供 / 朱瑞墉 文史工作者

1900年以後由於發電機、輸電及配電技術進步迅速，水力發展神速，歐美各國大量開發水力發電，低廉的電力使得工業逐漸發達。台灣總督府要將農業台灣發展為台灣工業，需豐富而廉價的電力，1919年總督府成立台灣電力株式會社，興建大觀發電廠(日月潭電力工程)，1934年(昭和9年)完成當時亞洲最大的日月潭第一(大觀)發電所，1937年(昭和12年)6月再完成日月潭第二(鉅工)發電所。

早年日治時期日月潭滿水位(normal full pool elevation)時，舉行的滿水典禮非常隆重，由台灣總督府高級長官主持，甚至邀請日本皇室或達官

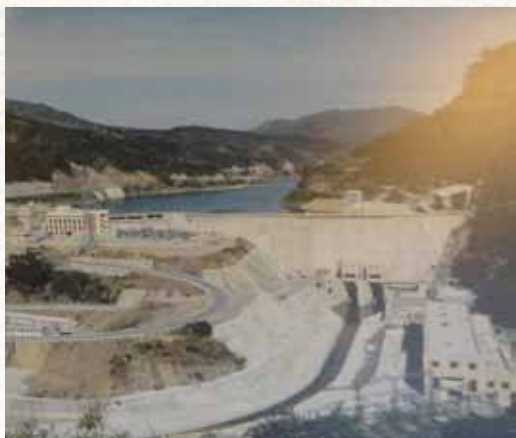
顯要來參加，當時日人很注重這典禮。台灣光復修復日月潭二個發電所後，當時台灣全省可發電達164,000瓩，其中2/3以上的電是由這兩個發電所送出的(143,500瓩)，是台電的心臟，只要每年的年初春雨綿綿，日月潭滿水，這一年就不會缺電。台灣光復後那幾年，沒舉行滿水典禮。民國38年為百年來的乾旱，天不下雨潭底乾涸，發電機組都發不出電，因此在3、4月全省限電一個多月，全省輪流停電，全台用電戶苦不堪言。到了8月雨量激增，8月24日滿水位(水位達70呎)，當時台電劉總經理晉鈺是天主教徒，有感於天主的恩賜，降及時雨，所以同月28日邀請于斌總主



教，舉行滿水典禮儀式。于總主教說：「美國感恩節日典禮甚為隆重，在科學發達的先進國家，亦將信仰呈現於典禮中，中外皆然。一面感謝上帝的恩惠，一面禱告上帝每年賜給我們豐富的水源，能發電來貢獻國家建設和生產。」

民國39年6月10日又滿水了，象徵著這一年不會限電，6月20日台電舉行滿水典禮，在涵碧樓舉行，黃總經理煇有事，由朱協理江淮(這年5月17日升任技術協理，這時他是機電處主管協理，電廠屬他管轄)和孫處長運璿(同年8月升任總工程師、民國67年5月接任行政院長)主持，這次則是邀請當地士紳與地方首長，如縣長、鄉長、轎大山林場場長、駐軍部隊長、憲兵隊長、警察局長、水利會長等貴賓，大家以感恩的心祈禱每年都有豐富水源。

民國46年5月21日，先總統 蔣公和夫人，專程來參加日月潭滿水典禮，



台灣第一座明潭抽水發電廠民國70年完成，把用過水再抽回，從此日月潭滿水位成為歷史名詞。

他是歷任總統中最關心台電者，他認為國家興盛要靠經濟發展，經濟起飛要建立工業，工業需豐富的電力。當天蔣公要觀察日月潭水庫水源，巡視武界水壩(潭水是由濁水溪上游武界壩截水經十五里隧道送至日月潭中)，當時道路只通至東埔，從東埔到武界壩要徒步越嶺，由海拔560M爬到1,310M之介壽亭，山路層巒疊嶂需3小時，越嶺下行有8公里階道，要經過一座長116公尺搖擺的吊橋到武界，山路邊偶有毒蛇出沒，台電巡視武界的同仁視為畏途，蔣公不畏難行，為一覽水源堅排眾議，仍去勘察日月潭水源。蔣經國先生亦很關心水力發電設施，曾於民國56年8月29日，擔任國防部長時，輕車簡從，翻山越嶺2個小時，在早上八時到日月潭的武界巡視水位。早年日月潭的水位，在枯水期引起大家的重視(可能會限電或輪流停電)，台電公司的高級幹部、發電及營業單位人員，都在注意它。而高水位時，日月潭水位每天都成為各報新聞，台電公司內部亦懸賞讓員工猜日月潭滿水的時間。日月潭發電區管理處的同仁們，終年在山窩中，忙於發電、維護，也忙於機件改進等工作，生活方面缺乏點綴，在日月潭滿水前夕，由於電源可告無虞，大家拍手稱慶，猜中滿水期而得獎者，成為幸福兒，日月潭的同仁，利用這機會歡樂一番，也可調劑生活促進工作情趣。



現在日月潭新景點「九蛙相疊」，滿水位時只能看到1隻蛙，4月底可以看到七蛙探頭，表示是日月潭低水位。現在日月潭的發電量不到台電的3%，日月潭面臨缺水危機，對台電影響不大。

民國60年代以後林口、協和、大林、興達等大型火力發電廠陸續完成，核能電廠亦陸續完工，可確保枯水期的電力，所以「滿水位」逐漸不受重視，現日月潭的發電量僅占全島3%以下，已無人注意其水位，甚至不知「滿水位」這回事，自民國57年7月完成林口第一部30萬瓩火力機組後，台電火力發電裝置多於水力，台電邁入火主水從時代，從此已沒有任何高級長官，為「滿水位」的情事而蒞臨日月潭。台電公司於民國70年代，由總經理朱書麟提出抽蓄發電的構想，相繼開發以日月潭為上池之明湖暨明潭兩大抽蓄水力發電廠，設備容量合計貳佰柒拾萬瓩，為世界上第四大抽蓄發電廠，利用大型基載電廠

（核電）在深夜利用剩餘電力，將下池的水抽回儲存於上池日月潭，於第二天尖峰用電時間再放水發電，流於下池明潭、明湖，充分發揮水量調度，把發過電的水再抽回去，較易保持高水位，日月潭「滿水位」這名詞從此走入歷史。

日月晦明，應便隨機，無分晝夜；
湖潭消長，儲能供電，不計春秋。

—陳宗文

明潭勝景蘊奇工，蓄水儲能巧作功；
系統盈虧何時賴，瀧瀧活水濟尖峰。

—侯名

現在日月潭新景點「九蛙相疊」，滿水位（海拔748.48公尺）時只能看到1隻蛙，如今大家不注重滿水位，反注意「遊艇行駛安全的警戒線」（743公尺）。今年4月底時可看七蛙探頭、湧泉消失，這告訴我們日月潭面臨缺水危機，現在對台電影響不大，但日月潭水位與遊艇行駛安全警戒線相差不到4公尺，一旦低於安全水位，碼頭將封閉衝擊到搭船遊潭的觀光，反成為觀光局日月潭管理處與旅遊業之關心話題。🚢





《同心園地雙月刊》第153期封面票選活動

感謝您熱情參與同心園地雙月刊封面票選活動，本次活動共計有857人參與，經隨機抽出17人，幸運得獎者名單如下：

人力資源處
再生能源處
資訊處
屏東區營業處
苗栗區營業處
核能火力工程處
高雄區營業處

張○慧
朱○
翁○誠
張簡○杰
許○水
徐○貿
蔡○樺

台北供電區營運處
龍門施工處
台中發電廠
新營區營業處
鳳山區營業處
台中供電區營運處
第一核能發電廠

張○銘
高○言
谷○遠
鄧○芳
薛○仁
李○業
張○童

第三核能發電廠 鄭○林
第二核能發電廠 何○祐
電力通信處 朱○石



恭喜以上17位幸運得獎者，再次感謝熱情參與～

總管理處

員工協助業務花絮

策略行政系統同心園地於 103.6.5 邀請《EMBA》雜誌總編輯方素惠小姐，於總管理處簡報室就其著作《乘法領導》一書進行讀書會講座。方小姐擔任《EMBA》雜誌總編輯近二十年，曾訪問全球數百位企業領導人與知名顧問及學者，本書即為她歷年採訪之心得與分析。方小姐認為領導的重點在團隊成員，乘法領導人懂得透過訓練與輔導賦予人們責任感，使成員變得更好並讓整個團隊成為贏家。透過實際案例的分析搭配生動的演講方式，使與會的同仁獲益良多並激發不同的工作思維，度過了一個充實的午後時光。



適逢端午佳節，核能發電系統同心園地特別於 103.5.31 連續假期前舉辦「後慈湖與羊世界休閒農場」一日遊活動。希望藉由戶外休閒活動的舉辦，緩解同仁的工作壓力，而活動也邀請同仁家屬一同參與，讓同仁在公忙之餘獲得與家人情感培養的機會。一日遊上午的後慈湖行程在導覽員引導下，充分欣賞原始森林的自然生態之美，幽靜的環境使人心靈得以沉澱。下午在羊世界休閒農場裡，大朋友與小朋友和小羊、粉紅豬、兔子等各種可愛動物近距離的接觸，晚餐在農場裡品嚐了窯烤美食，為一整天豐富有趣的生態之旅劃下完美句點。





北區

員工協助業務花絮

為響應近年來政府推動之節能減碳活動，第二核能發電廠同心園地邀請慈濟基金會於 103.4.29 舉辦「減碳愛地球 - 蔬食環保活動」的蔬食體驗活動，獲得廠內同仁極大的迴響與熱烈參與，當日共計 131 人參加活動。活動除有慈濟師兄師姐傳達素食與環保的觀念，還有現為慈濟基金會志工的席曼寧小姐分享個人體悟與蛻變，同仁也藉此機會享用美味健康的素食餐點。會後安排慈濟師兄姐們參觀電廠，向其說明電廠在環保上所做的努力，期望他們有機會能幫忙宣傳以減少社會大眾對於核能電力的誤解。



大潭發電廠同心園地於 103.5.26 聯合觀音鄉宗勝慈善基金會舉辦「夏季濟貧」活動，針對觀音、新屋鄉地區弱勢族群發送物資，適逢端午節期間，也另準備了粽子應景讓弱勢民衆能度過一個端午佳節。載運物資的車子在整個觀音鄉地區繞行，部分路段崎嶇難行，一個上午雖僅關懷六、七戶，但同仁仍不辭辛勞只為能將物資送至關懷戶手中，宗勝慈善基金會黃江碧玉女士也代替關懷戶感謝同心園地的愛心。參與活動的同仁期許自己能為自己或別人生命中的貴人，多透過此類活動培養慈悲心懷，學習付出。



為感謝女性同仁及感念同仁母親的辛勞，值母親節之際，宜蘭區營業處同心園地特別結合福利會及工會，於 103.5.9 一同致贈同仁康乃馨及蛋糕，並精心設計卡片，表達對母親真摯的祝福及感激之情，本活動除感念母親的奉獻與辛苦付出外，也希望提醒同仁不忘母親的恩惠，同仁收到祝福後，均綻放出開心的笑容，也感謝公司的貼心，讓辦公室溢滿溫馨與感恩的氛圍。



為落實全面關懷員工理念及培育同仁終身學習心態，台北西區營業處同心園地於 103.6.10 三峽服務所所務會議時，在林副處長勵青帶隊下，特別整理 2 箱書籍與 DVD，辦理「圖書下鄉」活動，提供圖書到府借閱活動，以拓展員工知識領域，並促進心靈成長，本活動係巡迴活動，設計理念是以主動方式服務未於區處內上班之同仁，本次活動深受三峽服務所同仁讚賞，故活動將持續辦理，以持續構建同仁良善精神生活。





員工協助業務花絮

為提倡正當休閒活動，增進身心健康，並促進同仁情誼交流及親子關係，**通霄發電廠同心園地**配合福利會於103.5.31~6.1共同辦理戶外旅遊活動，計有員眷38人參與。活動當日除安排至嘉義檜浴森活館參觀，感受以林業文化為核心，舊建物活化再利用之特色，欣賞保存完整之日式官舍建築外，並造訪達娜伊谷生態公園、樂野迷糊步道、奮起湖風景區，讓員眷體驗假日休閒生活及山野風光，身心獲得放鬆，留下美好的回憶。



為強化內部共識，凝聚向心力，並主動關懷及瞭解Y世代同仁的想法與建議，**台中供電區營運處同心園地**於103.5.19舉辦Y世代同仁溝通座談活動，會中林處長鼓勵同仁秉持虛心學習的態度，多問多學習，不要推諉工作，並期勉同仁要有信心共同面對公司面臨的困境與挑戰，發揮Y世代的能量與凝聚團隊共識，為公司注入活力與創意。會中各級主管與新進同仁分享工作經驗、交流意見，氣氛熱絡，期能藉此讓Y世代同仁儘速瞭解公司制度與文化，融入台電大家庭。



為凝聚同仁向心力，讓同仁有幸福關懷的感受，**苗栗區營業處同心園地**於103.6.3開始實施關懷日活動。同心園地關懷日每個星期辦理兩天，請總機小姐於每週一上午10時及週五下午下班前，廣播同心園地關懷同仁之叮嚀小語，如：「美國教育學家海倫凱勒說：『把你的燈，提高一點，好照亮更多人的路』。讓我們大家以一句溫馨的話，問候並關心我們周遭的伙伴。同心園地關心您！」期能傳遞正面能量，塑造公司溫馨關懷的文化與氛圍。



為關懷同仁、紓解工作壓力，**彰化區營業處同心園地**於103.5.23邀請彰化縣生命線協會呂敏昌主任進行「傾聽、陪伴，走過人生低潮」專題演講，呂主任以實務分享的方式，教導同仁能從日常生活所表現的徵兆，即時發現異常，適時伸出援手，陪伴並協助親友走出低潮；演講中並說明轉介的技巧，讓需要協助的同仁能獲致實質的幫助。本次演講內容豐富實用，與會同仁踴躍發問，互動熱絡，期透過呂主任的分享，引領同仁協助自己與親友走過人生低潮，共同營造健康幸福的生活。





南區

員工協助業務花絮

屏東區營業處同心園地為慶祝母親節，於 103.5.6 以「牽母親的手過馬路」短文分送各部門，期勉為人子女者應善盡孝道，讓同仁體會母親對子女一輩子的愛與關懷，並於 5.9 廣播母親節溫馨祝福小語，提醒同仁「關心、陪伴才是最好的母親節禮物」。同心園地更貼心準備康乃馨花束，由邱處長及曾副處長帶領同心園地園丁，一一到各部門辦公室送上康乃馨，向同仁及承攬商夥伴獻上無限的祝福與感謝，讓同仁感受到溫暖的心意與關懷，渡過美好的佳節。



為關懷同仁，增進親子關係，**南部發電廠同心園地**與福利會於 103.5.4 共同舉辦家庭親子日活動，同仁攜家帶眷造訪禮納里部落，部落內成立多項產業發展中心，包含木石鐵雕、陶藝、金石皮雕、刺繡編織四大工坊等，員眷除可欣賞到不同特色的原味藝術、石板雕刻和裝飾圖騰外，並能親手 DIY 製作手工飾品及品味道地風味原住民餐點，透過此次活動，讓參加人員體認到原住民對未來重生的希望與感動，更促進了親子間之互動與情感交流。



為延續辦理「健康菊島 油切 2800 計畫」，**尖山發電廠同心園地**於 103.5.16 邀請署立澎湖縣醫院陳昶宏醫師講演「救救腦中風及如何保養血管」，陳醫師表示依據醫學統計，台灣每四分鐘就有一人中風，及早發現可救回的機率比較高，尤其要把握急救的黃金期；提醒同仁應時時注意自身健康保健、營養均衡、適度運動、有效控制體重，以遠離病痛及疾病，經過陳醫師的詳細解說，讓同仁均感獲益良多，並更加重視自主健康管理。



高屏供電區營運處同心園地為提倡未婚同仁正當休閒、拓展人際關係及生活圈，於 103.5.23 與屏東林區管理處合作辦理未婚聯誼餐敘活動，共有 24 位未婚男女參加。此次安排之活動包括趣味猜謎、比手畫腳、終極密碼及祕密小卡等，藉由活潑多樣的團體遊戲營造熱絡歡樂的氣氛，增進男女雙方的互動及進一步認識彼此的機會，過程中歡笑聲不斷，參加人員亦互相交換名片及聯絡方式，並表示期待下回聯誼活動的舉辦。





「女人的一生」表演同仁，以最後一句：「母親節！愛您啲！」完美結束母親節活動。

大潭發電廠母親節的獻禮~

「女人的一生」

文·照片提供 / 法凡

慶祝「母親節」一直是大潭電廠秉持的傳統，縱然日子是這麼地一天一天過，一句：「媽媽我愛您」卻能道出母親無窮無盡的付出、關愛、犧牲與奉獻，無怨無悔直到永遠。就在5月9日這天，在陳廠長的大力支持下，福利社與同心園地聯合辦理了一場別開生面的母親節獻禮~女人的一生。

豪華的大禮堂上，陳廠長走向台下一一地頒發著康乃馨給在座身為母親的同仁，不論是勞務外包的大姐或剛升格當媽咪的辣媽，大伙手上握著祝福與感性的暖意。致詞與勉勵後，我們依稀看見廠長的

孝心是如此的令人可敬，就連台下的廠長夫人亦笑談著：「若不是當年看到這麼一個孝順的孩子，她的內心怎會衝動決定要長相廝守呢？」夫人話語一落，台下轟然的掌聲牽引著廠長微微泛紅的臉頰，恰似情竇初開的少年，含情脈脈帶著一朵康乃馨從容上台致贈夫人。燈光這時也配合著由橙亮閃滅至淡淡暗……暗的好柔好綿。氛圍裡，台下聲聲喚著：親一個！親一個！呼喚中久久揮散不去是陣陣甜甜的笑靨。





在感動下接著上場的是藝文社的表演，有吉他、烏克麗麗、小喇叭的演奏，還有在最旁邊，鼓著腮幫子手握薩克斯風伴奏著「天天想你」、「真心英雄」等曲調，由儀資組吳重仁經理高亢的嗓音唱出，而廠長的一曲「四季紅」演奏，搭配同仁嘟起嘴唱：「都一項？阿甘呀有別項？目眈笑目珠港，你我戀花朱朱紅……」，更是獲得滿堂喝采。

廠長來到大潭發電廠之後所帶動的人文、藝術氣息，至今雖未週年，但踏實堅毅的腳步，懷抱著一步一腳印的信念出發，已使同仁不知不覺地沈醉在音樂的初衷裡，偶爾，一個邀約，三五好友在下班後撥撥琴弦，和和音，不管是在卡拉OK室或是在同心園地的園地裡抒發思情，藉由音樂寄語遠方的家人，這是一種幸福！是陶冶心靈的良方。

年輕的心飛揚在幸福裡，緊接而來的熱音社更是廠長在大潭的一項創舉，融合打擊、口琴、電子琴、電吉他等再加上主唱奔放四射的魅力，像是和音樂才子在大潭相遇般興奮，整個人都嗨了起來，兩腳不自主跟旋風節拍蹬著，蹣著身體扭擺之間汗水滲滿衣衫，呀呼！過癮哪！一首首唱出活力吶喊著青春無限，舞台上自信的手撥弄著時空，穿梭在極光的宇宙，剎那少年十七、十八的情愫瀰漫著悻悻曉光。

最後端上本年母親節活動的重點菜：是由同心園地策劃「女人的一生」舞台劇。4位來自不同組別的男性同仁反串擔綱演出；人資組的建遑飾演憨兒小小惠、機械組國瑩飾演身懷六甲又帶著小小惠靠撿拾回收物資生活的苦命堅強女性阿惠、長大成人後留美回國尋親的小小惠由電氣組權峰飾演、最後已進入年邁的阿惠仍不



藝文社與廠長熱情的表演



陳廠長致贈康乃馨予廠長夫人

變拖著推車撿拾著回收物資是由供應組家傑飾演，特別介紹洋女婿是臨時挑選出由供應組加峰飾演。這樣的組合在同心園地眼裡是不可一世的「天團」，就在活動的前一日由筆者召集大家成軍，幾經細心討論演出的腳本，從租借假髮到提供同仁表演衣物、當日化妝等都以極度保密進行著，因為我們等待著，等待著舞台上布幕升起那刻，從同仁驚艷的餘光裡看到母性的堅強與慈愛，我們知道阿惠忍辱負重只為了孩子一生能平平安安，無須凱歌迴盪更不必耀眼巨星，只要穿得暖和吃得飽，就是感恩！

節目開始，旁白開始敘述著，台上賣力演出，一個女人餵子吃食、怕孩子口渴、怕孩子腿痠，這些小動作在「天團」的演出下，真是讓身為女人的我都自嘆弗如。台下激情掌聲的回應更是不絕於耳。



陳廠長在台下一一致贈康乃馨給活動中的每一位母親同仁

第二橋段是小小惠長大後的尋根與母親相認，而阿惠深怕影響小小惠的成就而不敢承認，在一堆堆的資源回收中阿惠喜悅於小小惠成長與知恩回報而落下無悔淚珠，竟惹得台下看戲的阿姨不斷拭去兩道不聽使喚急急奪眶的淚水。

同心園地用心耕耘，一點一滴全賴單位主管的支持與保持一顆誠摯服務的心，希望能開創無限潛能，讓人與人之間不再疏離，拉近彼此開懷舒暢，更藉由這次母親節獻禮「女人的一生」的演出，告訴大家孝順為及時，不要等不要猶豫，就像小時候母親耐心餵我們吃飯，從不嫌棄吃太久、吃得掉滿地，現代的我們是否有用心做到呢？最後套句「天團」們於表演結束時說的一句：母親節！愛您喲！





同心園地之我見與我思

文／陳燕洲 綜合研究所

一個讓我們學會情商管理之園地

由於人類之七情六慾，喜怒哀怨乃必然之事，刻意壓抑情緒固然不好，但任意讓脾氣隨意發洩，更是為人處世之大忌，故學習隨時體察自己的情緒，應是情緒管理的第一步，也是控制情緒的一大步。當生氣的時候，是否會察覺到周遭的人、事、物都不對勁，這時首先要想是否自己情緒出問題？當情緒發生變化，行為出現異常的時候，注意力往往只會放在引起情緒反應的事情上，因鑽牛角尖而深陷泥淖無法解脫，於是怨天尤人、遷怒別人讓人際關係降到冰點，當事過境遷，才察覺自己的愚蠢與種種不是，但有時為時已晚。因此應當試著在有情緒反應時，除了

注意到引起情緒的事件之外，也能分些注意力去體察分析內心以外的世界。努力尋找事件原因及解決之道，原因探索可藉助5WIH—Why（我為何生氣？）、Who（我為何對他生氣？）、What（我生氣目的為何？）、Where（難道沒有轉圜餘地？）、Which（此事有這麼重要嗎？）、How（如果有機會，如何化解？），尋求解決之道，也許初期效果不彰，但只要有心願意去改善，將會知道「萬事起頭難，成功在我心。」本園地平時讓我們學會各種情商管理，在公司先進共同耕耘下，園地經營得有聲有色，用心地聘請各行各業專家及諮商師，發表主題廣泛且實用的文章，由於用詞淺顯易懂，搭配實際案例說明，



讓人獲益良多，舉凡婆媳親子之間乃至外遇問題等，無所不談，如同在自己家裡一樣，閒話家常，能用同理心，給讀者心靈的開導，常能化解許多困擾於無形。

一個讓我們喜、怒、哀、樂找到出口 的園地

不良情緒來自對現實人、事、物之不滿，加上本位立場常有負面的判斷與思考，如果發覺自己最近處處不順心，喜、怒、哀、樂無法自己，首先就要懷疑自我的情緒處理是否有問題，體察自己最近情緒的穩定性，所謂「行有不得，反求諸己。」有時負面情緒的影響傷害最大者往往是我們至親，過多負面的情緒，會讓自己變成一隻刺蝟，劍拔弩張，無法就他人的立場思考，因此衝突事件一觸即發，傷害雙方建立不易的友誼，也使自己傷痕累累，有時要花很長時間修復，而悔不當初。如何適當控制情緒，是一門藝術，需要用心體會，更重要的是，要身體力行，應用在生活中。其具體作法應妥善管理情緒，當你察覺到自己的情緒有問題時，問問自己為什麼生氣？為什麼難過？如果是

你的想法引起不快，再問問自己，有無其它替代想法？尋找可以排解與轉移情緒的事，如找人訴苦、聽音樂、唱歌、運動、散步等，做情緒方向的轉移，總之，排解情緒的祕方為：定、靜、安、慮、得，亦即當負面情緒發生時，首要讓自己情緒平定，靜靜思考引起不悅的前因後果，然後謀定後動，最後自然心安理得了。一定要讓我們喜、怒、哀、樂控制得宜，若真無法解決，只好尋求專家如心理諮商師等協助，也許轉個念，一切海闊天空。

一個讓我們情緒合宜化的園地

紓解情緒的目的在於給自己一個釐清想法的機會，讓自己放空歸零，也讓自己產生新能量去面對未來。如以時下影劇中人之狂喝酒或飆車等方式來排解壓力，那只是暫時逃避痛苦，有時會帶來更多的痛苦。心中有不舒服的感覺時，要勇敢地面對，理性思考產生的原因，警惕自己如何避免重蹈覆轍？如何降低風險？倉促決定會不會帶來更大的傷害？以不同角度及面向去選擇有效紓解情緒的方式，就能夠做情緒的主人，而不是讓情緒來控制我們，





總之，應養成讓自己隨時處於一個心安理得、無怨無悔的境地才是明智的抉擇。

一個分享他人經驗與快樂的園地

如何分享他人經驗與快樂可分消極性及積極性：

消極性：要了解自己的情緒，要以同理心了解並且接納別人的情緒。接納對方的情緒，並非犧牲自己情緒去遷就同意他人情緒，而是此時此刻允許對方有權利產生情緒，而你可以試圖了解他的情緒，從他的立場去體會、去感受，所謂「換位思考」。

積極性：培養社交技巧，社交技巧並非譁眾取寵，言不由衷，與人交往首重真誠，沒有了真誠，就只剩下玩弄手腕了，其次要學習如何適時、適切地表達自己的感受。用柔性陳述自己內心感受的方式來表達，比指責對方讓人更能夠接受，譬如你對同事說「我覺得有點冷」比起說「你不能把窗戶關上嗎？」更易為人所接納。

結語

人非聖賢，難免有七情六慾，尤其面臨公司組織改造之際，同仁內心情緒更是五味雜陳，當負面情緒發生時，需要作正向思考，此時此刻面對公司變革，與其艾天怨地，憤懣苦悶，倒不如泰然處之，相信變革也許對公司是轉機。故此園地不只是一個疏導宣洩個人苦悶情緒的園地，應是一個適度創造快樂信息、分享快樂喜悅祕方的園地，同仁可就職場、家庭，無拘無束地描繪自己得意難忘的經驗或往事。此經驗也許是自己生命中片段的辛酸與回憶，也許是職場裡瞬間感受的喜悅，均可與同仁分享，因此園地為一尊重生命、關懷成長及營造快樂之寶庫，希望大家一起來經營。





輔

導

案

例

苦樂留言板



編輯先生：您好！

人們都說：「男大當婚、女大當嫁」，我也想和其他人一樣有個家庭，下班後有老婆、小孩陪伴，可是年屆40的我，現在非但不能擁有家庭，還身無分文、負債累累……

進入公司服務已有十餘年的時間，因為個性不善與女性相處，一直以來都是單身的狀態，雖然有過幾次同事介紹的經驗，但是見面吃過幾次飯後，也都不了了之。

近幾年因為年紀漸長，父母也漸漸年邁，家中催促結婚成家的壓力愈來愈大，再者，看著別人都有家庭，自己的內心也很渴望有妻兒的溫暖，讓我終於下定決心參加婚友社。透過婚友社介紹，我認識了一個女孩子，她的個性活潑外向，正好和內向的我可以互補，認識交往幾個月後，開始和她談起結婚的想法，卻發現她家中的環境並不寬裕，而由於工作這些年來存了些積蓄，在喜歡她想協助她的念頭下，便陸續拿了一些錢讓她回家幫忙家中生計。

前一陣子她家中又急需一筆為數不小的金錢，她一如往常地請我幫忙，我起初也曾猶豫該不該幫忙，因為我的積蓄在持續資助她下，已經所剩無幾，但是因為我真的很喜歡她，不想看她求助無門與煩惱的樣子，所以還是硬著頭皮向銀行借款，並使用信用卡預借現金，湊了一筆錢給她，看到她因為解決債務而對我充滿感激的樣子，我心裡有了無限的滿足。

可是，最近她突然開始不接我電話，約她見面也都推說很忙沒有時間，後來，更向我說她覺得我們個性不適合，應該分開一段時間，讓彼此冷靜沉澱一下，我很怕會失去她，同時銀行貸款與信用卡公司的循環利息也壓得我喘不過氣來，我又怕這件事讓她知道，只會把她推得更遠，更沒有復合的一天，我該怎麼做才能挽回她又解決卡債的問題呢？請您們幫幫我好嗎？

一個痛苦茫然的單身男性 敬上





一個痛苦茫然的單身男性：你好！

經營一段感情要付出的不只是全部的時間，有時候還包括有形的財產和無形的情感，誰都不願意在愛情中慘賠，未來感情是否有可能轉圓的空間，一切未知，要先保持冷靜切勿患得患失，茲提出下列幾點淺見供你參考：

- 一、感情經營要懂得拿出理性先設停損點，仔細看清對方，適時衡量自己的付出與對方的反應，必要時瀟灑離開而非死纏爛打，就不至於因為愛到失去自己，又不願認賠殺出而全盤皆輸；懂得先設定停損點，就算結果不夠美好，至少不至於歹戲拖棚。
 - 二、建議暫不將生活的重心放她身上，讓自己忙碌一點；淡定的維持聯絡，觀察一陣子，這段感情或許變淡、或許轉濃，完全在她身上；你可以著墨的地方不多，抱持開放的態度，等待也是一種磨練，重要的是把生活過好，常常時間會給答案的，急也沒用。
 - 三、當對方感情轉淡是基於個性不適合等較難改變的因素時，建議審慎思索是否因想婚過頭，而被對方利用騙取財物，在無利可圖下逐漸疏遠再找尋下一個獵物，如此則長痛不如短痛，斷交才能療傷，才能讓自己往前走；至於愛情的傷害，就把它當成人生必需的功課，遇到了，無法挽回，不如另起爐灶、重新再來，這才是正道。
 - 四、找親近的人分擔你的悲傷和壓力，或找專業的諮商老師幫助你整理情感經驗，抒發內心感受和找到情感的定位，並讓自己有一段情感的真空時期，避免在混沌、雜亂的情緒中，無法認清真正自己要的情感歸宿。
- 感情這回事是強求不得的，不管你為對方付出多少就不要再計較，因為這些都是心甘情願做的，隨緣而過，隨遇而安，真愛難求，卻不可強求，說不你下一個感情會比較真情，也希望藉由此次經驗洗禮讓你未來感情道路更加順遂。

敬祝 平安順利



電力修護處同心園地全體園丁 敬上





一個痛苦茫然的單身男性：你好！

看了你的來信，很能理解你現在的心情，面對問題能徵詢他人的意見，多聽多聞後再做決定，是一種正確的行為，值得肯定。本案經過我們討論後，提供以下建議供你參考。

一、靜心審視目前的問題癥結所在，釐清解決問題的先後順序：

應先靜下心來先處理情緒再處理問題，在重新整理心情和理智後，才能面對問題的核心，做出最好的選擇。就案例所述，顯然你在財務方面的壓力及迫切性遠大於感情方面的問題，故應先處理財務問題，債務問題對你造成的心理壓力會持續一段時間，長此下去可能進一步侵害你的身心健康，造成惡性循環。應估算出自己每個月能還款的最大值，進行還款計畫（利息最高的債務必須優先償還），可依公司借支辦法申請借支，或洽政府機關立案的債務協商諮詢，或與家人商量，先幫忙解決信用卡高利率的部分，之後再分期攤還欠家人的款項，或透過公司轉介制度尋求專家提供財經或法律專業的諮詢服務，可利用免費諮詢電話先了解相關程序，在目前法律的規範下做進一步的財富重建規畫，從中找出最有效的理財方式來渡過難關。

二、檢測女友真心：

或許是因家中催促結婚成家的壓力，使得你在以結婚為前提的情形下與異性交往，當遇到讓心儀對象時，在有所求的情形下往往失去平常心，讓你產生只要對她好、幫助她解決問題就能獲得芳心的假象；不知你曾否思索過，對方是否確有與你結婚意願？你有能力一直幫助她解決困難嗎？如果答案是否定的，是否應及時下定決心，做一些心態上的調整。所謂良緣，是男女雙方能替對方著想，懷抱共同經營的意願才有可能實現，所以為了釐清你們之間的感情是否屬良緣，建議將你在財務上的困擾讓對方知悉，如果對方無意與你同甘共苦，則勢必要重新審視這段感情是否值得繼續下去？良緣固需好好把握、惡緣則應及早切割。

三、做好確保債權準備工作：

除非你提供資金幫助對方係心甘情願，並無回收意願外，否則不管這段感情未來的發展如何，建議應做好確保債權準備工作，蒐集雙方借貸相關證據，適時要求對方擬訂還款計畫，必要時考慮採取法律行動，畢竟那是你多年辛苦工作的積蓄。

四、學習與成長：

建議你開闢社交活動和交友機會，利用下班參加社區大學的各種課程、旅遊活動、學習成長營等等，開啓多元的人脈管道，人格特質是可以改變和學習成長的，勇敢地踏出第一步，不要停留在自己有限的思維中，那麼你會發現原來路是那麼的寬廣。祝福你！

通宵發電廠同心園地全體園丁 敬上





一個痛苦茫然的單身男性：你好！

我們可以理解你目前所面臨到的狀況，雖然到了適婚年齡，無奈一直沒有遇到合適的人；即使有一位心儀的對象，也傾盡全部的積蓄去幫助她，但到了最後對方卻避不見面，反倒讓自己落得負債累累。對於你所面臨的問題我們提出以下建議跟你分享：

一、債務部分：

你可以主動向「財團法人法律扶助基金會」請求預約卡債諮詢，這個諮詢是免費的；先透過律師的協助，了解你在法律上可能面臨到的問題以及自身所應保有的權利，並且依自己工作及財務狀況擬訂一份可行的還款協商辦法。由於這牽涉複雜的法律問題及漫長協商機制，而且事關個人信用問題，可能會影響你將來所要執行的人生計畫，包括結婚、買房子等，故這個部分請你無論如何一定要越快進行越好。

二、交友部分：

若是初認識交往的對象表示資金調度、投資出問題或家人住院等理由借錢，或要求墊款買指定商品時，你就必須特別注意是不是別有蹊蹺。當然若是朋友之間真的有用，相互幫助在所難免，但仍需量力而為，切勿打腫臉充胖子。

三、心態部分：

由於你與心儀的女生交往了一陣子，這時對方卻突然要求讓彼此冷靜沉澱一下，我們建議你是不是先靜下心來，好好分析彼此從交往之初到目前為止的點點滴滴，從對方的職業、對方的交友狀況、家中成員等，此外她是不是一開始也以結婚為前提來參加婚友社呢？還是只想多多認識朋友，擴展生活圈呢？這段期間有沒有機會參加她與朋友之間或是家族之間的聚會呢？以及平常相處時的狀況，彼此之間是否有良好的溝通呢？再加上你們之間又有借貸的關係，是否因此有些流言蜚語造成她的困擾呢？或許釐清之後有助於你了解彼此是否合適，而若是她因為你有貸款與卡債的因素而不願意再交往，那就更別指望日後你們能一起同甘共苦面對未來了，更何況你有貸款與卡債也是因為她而來的呀！

我們理解你想要成家的心願，在茫茫人海中要找到一個知心的伴侶真的不是那麼容易，但千萬不要為了結婚而草草找一個對象結婚，畢竟這是一輩子的事呢！同心園地提供許多員工協助方案及轉介服務，包括心理諮詢、法律諮詢、理財諮詢轉介，期待你能善加利用。也請你密切的與同心園地的園丁聯絡，我們會很願意傾聽你的心聲，陪你一起渡過難關，衷心祝福你！

嘉南供電區營運處同心園地全體園丁 敬上

經營情感從來就不是件說一是一的事，相處間因情意滋生而牽扯之債務糾葛，更非旁人三兩下能置喙之事，但憑當事者神智清明及釐清情感所歸方有所解；惟因債務所衍生出之問題，恐是目前必須處理之當務之急。本案援例刊登三篇，另將總處核能發電系統同心園地：北南、桃園、彰化、台南、屏東區營業處；大觀、台中、大林、興達及第一核能發電廠；青山、中區及南區施工處；訓練所單位園丁之建言提供給這位同仁參考，期能協助他處理所遭遇的情感問題及債務困境，尋覓出人生的新方向。

※ 註：以上單位所提供之輔導內容亦可於本公司同心園地網頁 / 雙月刊 /

苦樂留言板案例輔導項下瀏覽參閱。





分享與感恩

——員工協助業務訓練課程心得回饋



照片提供 / 徐永禧 台中發電廠

103年度員工協助進階班訓練課程，以「職場主動關懷及人際分享協助方案」為主軸，安排主動助人技巧認識與練習及主動助人歷程演練與人際分享系列課程，以工作坊型式讓園丁們透過實際案例演練，習得同理心的應用，另亦針對員工協助個案進行分組演練討論，期能增進園丁們員工協助業務推動的相關技能，以利員工協助方案之推動，以下為園丁們參訓後之心得分享與回饋。

文 / 徐永禧 台中發電廠

每一次參加人力資源處辦理的課程，收穫最大的還是自己。尤其這次更能體驗如何真正以同理心去接近一個人，或許能更進一步協助輔導改變一個人。

第一節課講師林欽益用很輕鬆的方式分享主題：「當下改變—主動關懷與正向分享」，讓大家彼此認識，且在這三天的課程中寓教於樂，是很好的經驗分享與練習。講師設計的每一小遊戲或活動都有其

意涵與教學目的存在，就如新數字遊戲，通常每個人都會用既有的思考模式去思考問題，常常忽略最近最簡單的問題，無法跳脫自己作繭自縛的困境，講師請我用同理心了解夥伴並為對方建立目標，我一開始覺得很簡單，就在全班眾目睽睽下用同理心問對方，來回交談幾次後，發現我們很容易給對方意見，犯下協助員大忌，講師不斷鼓勵我再練習幾次，夥伴不僅無法



和我相談甚歡，還說我的口氣很像他先生，這時我信心全毀，講師才在旁指導，人的改變要素被瞭解被肯定很重要，進而建立成功經驗形成有希望願景。聽起來很簡單，但光一個同理心我就做了錯誤示範，經過一夜未眠的思考，我終於頓悟，我們常在傾聽對方後，將他的問題歸納整理並分析原因，然後以我們的經驗給意見，但仍無法解決對方的問題。同理心應該感受其感受並表達出對方被瞭解被肯定誠意，對方才會將問題全盤托出，然而解鈴還需繫鈴人，我們無須給意見或答案，我們需為對方找尋成功經驗並建立之，然後慢慢引導對方找到可達成的希望願景，當事人才有力量跳脫被自己所侷限的無形框架。

總言之這次的課程收穫不少，同學們在短短時間內就有了相知相惜的感情，回來一星期後還不斷用e-mail聯繫，台電文化與傳承就在這五天四夜中默默地交流與

發酵，台電企業文化精神非一般私有資本主義企業，台電以員工為最大資產，負擔國家經濟命脈及社會責任，一切以「人」為本，以善盡「社會責任」為要的企業文化，是私有資本主義企業望塵莫及，更是淵遠流長。但近年常因國家政策失利，反倒台電要向私有資本主義企業比較甚至取經，這真的對公司未來發展是不利的也不公平。🍵



員工協助業務學習與運用

案情概要（角色、情節、場景）	胞妹與妹婿一直是美食主義者，為了滿足口腹之慾，而不管食物是否對身體造成傷害。胞妹兩年前罹患類風濕關節炎，破壞免疫系統，使得手指關節病變，以往我去看她，常以大哥的身分告誡她少吃垃圾食物，多運動讓氣血循環來增強抵抗力，每次胞妹總一副很委屈不耐煩的表情，回應我說：「我已吃得很少，痛得要命要如何運動呢？」我內心也嘀咕以「不聽老人言，吃虧在眼前」的心情離去。
目標設定	1.稍微調整飲食習慣，禁食加工速食製品。 2.在電視前做簡單易學的伸展運動，以不痛為原則。



問題分析、 對策與協助方法	夫妻喜歡嗜美食，用餐時間不定，甚至十一點後還用宵夜，假日睡覺睡到自然醒，平常很少運動，新陳代謝不好是最大問題。這次胞妹又住院我去看她，剛開始面無表情，然後我問她晚晚餐吃了沒？我帶了一點水果削給她吃，慢慢地我又關心她兒子最近情況如何？這也是胞妹住院較擔心的事，慢慢地妹妹較能釋懷，跟我聊比較多一點，我除了傾聽外，還用同理心去重複或感受她的話。漸漸地取得較多的信任，妹妹也說得越來越多，甚至告訴我她也嘗試改變生活習慣，但總不能克服困難堅持到最後，這時我告訴她如果有一天做到了是做了甚麼改變等，其實如老師說對方都知道問題在哪裡，只不過較執著於自己所在乎的，而忽略了問題的成因。
達成目標 的關鍵因素	1.兒子還小多多為小孩著想。 2.我們真的關心她。 3.她在公司當過主管，克服過大大小小的困難。
學習與啟發	1.每個人常因生活上不良的習慣，造成身體莫大傷害而不自知。 2.每個人要改變自己的思考模式確實不容易。 3.透過對方被瞭解被肯定進而尋找成功經驗形成有希望願景。

文 / 鄭洪美珠 新事業開發室

感謝經過幾天員工協助員的訓練課程，收穫滿滿，其中人力資源處張副處長廷抒說了一句很貼切的話：「員工協助員所扮演的角色就像一位助產士，穿針引線的讓產婦順利地產下寶寶。」這句話代表著員工協助員應學習如何運用傾聽、同理心、主動關懷等等來啟發個案，讓個案能及時放下心結偏見，走出陰霾。本次課程著重在實際的小組演練，在演練過程中同學們都很認真扮演各種角色，充當個案者說出自己所遭遇並困擾的實際案例時，引導者必須能在面對不同案例時，達成「引導啟發」的目標，其中關鍵就在如何打開被協助者的心防，並利用團隊的腦力激盪來協助解決，其中最重要的是要

能傾聽、善用同理心、冷靜注視被協助者的反應，適時給予對方肯定，然後分析問題、尋找對策與方法解決，讓每個案例的問題能撥雲見日、得以解決！小組演練的體驗實在太棒了，充當個案者的同仁都有很好的回應，有位同仁因為被啟發「溫暖





需要被傳遞，愛要及時說出口。」而臨時退掉回程的火車票，選擇留在中部與太太出遊二天，加溫彼此之間的感情，員工協助員的效果實在神奇並且令人感動。

透過體驗式的學習，能了解在現實生活中所遭遇的困惑不只是同仁、周遭朋友以及家庭，其實，每個人都有需要被關懷的時刻，有時人往往是一念之間，而跳脫不了現況，由旁人客觀地引導分析，常常能抽絲剝繭而迎刃而解；擔任協助員的我們就是具有這樣的使命，隨時主動關懷，凡事多用心，將心比心，運用真誠真心、同理

心的技巧去關懷別人，將別人的事當成自己的事情處理，做自己與別人生命中的貴人，才不會愧對人力資源處如此用心的安排訓練課程。

在課程中我也學習到新世代與我們的「大不同」，我們需要用對方聽得懂的語言溝通，要用Y世代的語言跟Y世代的年輕人談話，要培養Y世代領導能力，期許他們在世代交替時肩負起責任，並且把好的技術、能力與美德傳承予Y世代，讓我們曾經的努力結果賦予下一代，繼續達成並開出更甜、更美的果實。🍎

案情概要（角色、情節、場景）	A君與B君原來是很要好的同事，兩人雖然在不同單位服務，但幾乎有看到A君就會有B君；兩位亦同時參加工員升等考試，考試前每天下班之後一起準備功課，其實他們一起經歷了幾次考試，B君在87年終於考上職員，工作也被長官調動，因工作較忙，相處的時間少了一點。A君的思維起了很大的變化，依我個人的看法A君應是躁鬱症及患想症，因為百般刁難、黑函以及到處造謠……造成B君非常大的困擾。
目標設定	打消A君懷疑心、忌妒心
問題分析、 對策與協助方法	問題分析： A君與B君原來是很要好的同事，B君考上職員後，A君可能心理產生忌妒、不平，因為A君曾經跟B君表示：考上的應該是A君，為什麼是B君呢？因而開始刁難、黑函以及到處造謠破壞性攻擊。 對策與協助方法： 1.找公開地點，讓A君說出心裡的不滿，抒發情緒，協助者以同理心傾聽A君訴說，不要解釋與反駁。 2.尋求A君的同事適時給予協助。 3.要求B君在有A君在的場合盡量注意舉動不要太誇張，以免又刺激到A君。
達成目標 的關鍵因素	讓A君說出心裡的不滿，抒發情緒，協助者以同理心傾聽A君訴說，不要解釋與反駁。
學習與啟發	1.運用同理心的技巧，傾聽的重要性。 2.用真誠真心並尊重以及同理心的態度關懷對方。



生活經驗一點通

文 / 沈素霞 員工眷屬

經由歲月累積所得之經驗，是年輕人難由書本上可以取得的，今提供幾則供讀者分享之：

◎ 柚子保存法

中秋佳節除月餅飄香外，正逢柚子盛產期，不大啖幾口柚子品嚐柚香，怎能感受到過中秋節的幸福感，亦才不會對不起自己。惟柚子剝開後倘無法當下一次食罄，經送入冰箱冷藏保存，當下次欲食用時包覆柚子果肉之白色外層薄皮會硬如皮革，難以撕棄，究其原因係因冰箱之冷藏室會吸取冷藏食品水份，使柚子無法保存原有水分。保存方法可將未食罄柚子果肉以剝下之整個綠色厚果皮包覆妥，置入塑膠袋綁上袋口，送入冰箱冷藏，當下次取用時其果肉白色外層薄皮仍保有水分易於撕去，口感仍佳。

◎ 荔枝保存法

荔枝屬夏季盛產水果，如果來盤冰過荔枝，除甜味上心頭外，將令人暑氣全消，沁入心扉多快活！惟令人討厭的是由冰箱冷藏室取出之荔枝，果皮變硬難以剝開且日久果皮變黑降低其誘人吸引力。

保存方法是將荔枝果粒逐粒剪下置於容器內，上方覆蓋一沾濕之毛巾後，送入冰箱冷藏，下次取出食用時會發現果皮不變硬、變黑，易剝開且口感似剛由低溫山上荔枝樹現採之果實，口感超棒，令人難忘其美味。

◎ 香蕉催熟法

綠皮香蕉採下後，難以令其自然成熟變黃，可置入大紙箱內，香蕉蒂處插一根點燃後的線香並蓋上紙箱，請注意勿使線香碰及紙箱，防止點燃紙箱，以線香之煙氣悶燻，經幾日後打開紙箱，即可看到黃澄澄帶有誘人香蕉香的香蕉可食用。

◎ 香蕉防止果蠅法

購回黃皮香蕉於尚未熟透變軟前，先予分割成一根一根，可避免於熟透變軟，整串香蕉要分根折取食用時，香蕉蒂頭留存於大蒂頭誘來果蠅飛舞沾食。



同仁對調 服務信箱



年齡：◇30歲以下 ◎31-40歲 ◆41-50歲 ●51歲以上

編號	年齡	現在服務單位 / 職位名稱	調區	學歷
1106	◆	苗栗區營業處 / 配電服務員	金門地區各單位	大學
1107	◎	嘉義區營業處 / 設計專員	台南、新營區營業處、嘉南供電區營運處	大專
1108	◇	營建處 / 電機設計專員	鳳山區營業處、高雄區營業處、高屏供電區營運處、興達發電廠、大林發電廠	碩士
1109	◎	綜合研究所 / 電機工程師	台南、高雄、嘉義各單位	碩士
1110	◇	台北西區營業處 / 工務專員	再生能源處(中部分處)、中部資料處理中心、台中供電區營運處、彰化區營業處、台中區營業處	碩士
1111	◎	中區施工處 / 輸電線路設計專員	台中供電區營運處、南投區營業處等中部地區單位	大學
1112	●	台中發電廠 / 機械維護專員	卓蘭發電廠、大甲溪發電廠	專科
1113	◎	龍門施工處 / 儀電工程師	台中區營業處、谷關訓練中心	大學
1114	◎	核能技術處 / 工程師	新竹區營業處	碩士
1115	◎	發電處 / 環境保護專員	放射試驗室、第一核能發電廠、第二核能發電廠、龍門核能發電廠	大學

本信箱為求慎重起見，同仁來函均按密件程序處理，個人需保密資料不會刊登，如有適合對調者將分別另行通知，有需要本信箱服務者請與人力資源處員工關係組聯繫，若已調動或改變調動意願者，請來電或來信通知取消刊登。

備註：

※ 同仁對調信箱僅係提供同仁對調資訊分享的平台，期能使有對調意願的同仁得互相聯繫，且仍須循行政體系與調動之必要行政程序及規定辦理，而為契合單位人力運用需求，各單位對申請調動（調出或調入）案件具有裁量權。

※ 編號 1105 以前之資料及「同仁對調信箱刊登申請表」可逕至本公司內部網站：人力資源處／同心園地／服務資訊／同仁對調信箱查詢及下載。

心靈補給站

人力資源處為同心園地購置以下
5片DVD及4本新書，請同仁向
貴單位同心園地借閱。



《十二夜》

導演 / Raye

空空，只要看見有人靠近，俏皮的短尾便快速擺動著。沉穩的老大哥達摩，整天面壁沉思，不吃不動不語有如禪修。毛色黑亮的孟姜女，最愛撒嬌、露出肚子來討摸摸。收容所裡的每個名字都代表不同生命與故事，但相同的是12天後如無人領養，都將面臨安樂死的命運。他們的生命正在倒數計時，該如何使倒數停止？



《這一生至少當一次傻瓜》

導演 / 中村義洋

演員 / 阿部貞夫、菅野美穗、山崎努

木村秋則從小在青森縣長大，婚後後繼承岳父的蘋果園。木村發現其妻美榮子對噴灑農藥嚴重過敏，為了妻子，他開始研究如何種植無農藥的蘋果。木村堅持使用自然農法，經過十年散盡家財，舉家陷入經濟困境，連一向支持他的媽媽也勸他放棄。木村會向傳統投降，恢復使用農藥，還是上帝會賜予他「奇蹟蘋果」呢？



《雨果的冒險》

導演 / 馬丁史柯西斯

演員 / 裘德洛、班金斯利、克羅伊摩蕾茲、阿薩巴特菲爾德、克里斯多夫李、海倫邁柯瑞、艾蜜莉莫特、雷溫斯頓、薩夏拜倫柯恩

故事主角是一個生活在30年代法國巴黎的12歲孤兒雨果，他住在火車站的高牆內，在熙攘的人群中穿梭，藏身於大鐘後方，冷眼觀察來往過客。他的父親在修理博物館機器人的過程中離奇死去，為了找出父親留給他的資訊，雨果也開始修理這個機器人，然而這卻引出更複雜、驚人的秘密，雨果的命運就此改變！



《莎啞娜啦！小黑》

導演 / 松岡錠司

配音 / 妻夫木聰、伊藤步、田邊誠一

中學生亮介在校慶日上學途中，撿了一隻黑色小狗，這隻小狗意外成為遊行焦點，就此被取名為小黑並成為秋津中學的一份子。

十年後，小黑還是住在秋津中學裡，甚至被列入學校的教職員名冊裡。此時，已當上獸醫的亮介回到鎮上參加朋友婚禮，順便去學校探望小黑，發現小黑已年老體衰了…



《夏天的尾巴》

導演 / 鄭文堂

演員 / 張睿家、鄭宜農、藤岡靛、林涵麗

熱情奔放的仲夏，阿月、懷鈞、不破朗、雯莉，四人在高鐵下的秘密基地一起享受玩樂，一起體驗愛情，晴朗天空下，映照四個大小孩心中的願望與秘密，無論生活是平凡或刺激，總能將一切轉化的有趣。青春就是要擁有一種取悅自己的能力，這是上天的禮物，如同貓的尾巴，獨處的時候拿來玩樂，沒有目標的時候拿來追尋。



《愛到極致是放手》

作者 / 張德芬 出版社 / 啟動文化

這本書是一本「關係藍圖」，可以幫你看見各種錯綜複雜的關係，歸根結柢都是單純的關係——你和自己情緒相處的能力。每日生活中讓我們苦惱的事，其實都不是問題，真正的問題在於我們無法和自己內在的負面情緒相處。當你學會和自己每個當下的情緒和睦相處後，你內在空間會擴大，你最需要的內在力量和智慧都會油然而生。



《思考的藝術：52 個非受迫性思考錯誤》

作者 / 魯爾夫·杜伯里 出版社 / 商周出版

作者以清晰易讀的語調，逐篇舉出52個人人易犯的思考錯誤，並佐以生活趣事、名人軼事、歷史、愛情關係、投資理財、實驗研究等內容，具體說明錯誤何在、何以會犯。此外，針對各項錯誤，作者一一提出解決之道，讓讀者不易掉入思考陷阱之中。同時，每篇均搭配一幅與主題相關的諧趣插畫，讓本書不僅具實用性，更具可看性。



《每一天的覺醒：365 篇日常生活的冥想與頓悟》

作者 / 馬克·尼波 出版社 / 木馬文化

這是一本靈修與冥想之書，全書365篇按日期排列。讀者可以每日讀一篇作為靈性啟發，也可以把它當作一本書，逐篇閱讀。作者以日誌方式撰寫，每篇少則五百字，多則八百字。冥想日記這種書寫形式，乃是把透過冥想而來的種種覺察捕捉為文字，由於其細膩與深刻，往往可以穿透粗糙的表層意識，帶來新的觀看與洗滌。



《好主管得學會罵人 2：現在的部屬不能罵 你該怎麼辦？》

作者 / 小倉廣 出版社 / 大是文化

日本領導力開發專家小倉廣，分析出一套針對「不能罵的部屬」的獨特帶領訣竅：哪些部屬不能罵？你測試一次就知道。管理學上教的，用在他們身上全失效。既然這樣，該怎麼辦？你得有同感，但不必有辦法。多談你的失敗少談成功，你才會是他學習對象。

最後，帶到不能罵的部屬，最需要打氣的是你自己：所以在你療癒部屬前，你要如何先療癒自己呢？



BOOK

新婚小語

文·照片提供 / 徐唯耀 電力調度處

結婚不是目的 牽手不是型式
最重要的是身邊有你
我們相遇 相知 相惜
在愛的樂章中 微笑一起走下去



友情園地



姓名：吳冠誌
性別：男
服務單位：人力資源處
出生年次：76 年次
學歷：大學
E-mail：u435014@taipower.com.tw

婚友資訊

留言：

有緣相識，大家交個朋友；無緣認識，錯過就錯過；緣深緣淺，強求不可得

375 林小姐 69 年次，173 公分，69 公斤

學歷：碩士畢

現職：基督教會處理國際行政事務人員

興趣：旅行、閱讀、音樂、電影、烹飪

誠徵：喜愛旅行、無不良嗜好之成熟穩重男性。

聯絡人：李小姐

電話：(O)0912-297912 (H)0937-141196

376 張小姐 71 年次，154 公分，50 公斤

學歷：大學畢

現職：兆豐金控職員（台北）

興趣：旅行、閱讀

誠徵：身心健康、樂觀進取、具穩定職業、無不良嗜好之未婚男士，台北上班族較佳。

聯絡人：張小姐

電話：(O)0953-072235

377 魏小姐 70 年次，158 公分，48 公斤

學歷：碩士畢

現職：現為國小約聘教師

興趣：看電影、旅遊、烹飪、聽音樂

誠徵：徵 66-70 年次、碩士畢、身高 170-175 公分，身心健康、任北部公教職未婚男性。

聯絡人：魏小姐

電話：(O)0963-323381

378 魏先生 72 年次，172 公分，70 公斤

學歷：碩士畢

現職：現為土木結構工程師

興趣：看電影、旅遊、羽球、聽音樂

誠徵：徵 72-76 年次、大學畢、身高 158-163 公分，身心健康、任中、北部未婚女性。

聯絡人：魏先生

電話：(O)0912-570036

附註：

「婚友資訊表」及「友情園地」表格
置於同心園地網頁/服務資訊項下，歡迎下載使用。



第152期同心園地雙月刊 讀者意見迴響

同仁們的寶貴意見及心得是對作者最好的肯定與鼓舞，
以下分享同仁感動的文章及迴響內容：



董事長聊天室

錯過是人生之常態，有的錯過，還有機會→感受→會有高度的應變力與把握力；有的錯過，時不復來→咀嚼→惆悵中昇華出憬悟；錯過可轉化為掌握；對待“錯過”，一要習慣，二要品味；含笑對“錯過”，把握住最關鍵最美好的。

（楊禮一 花蓮區營業處）

「談錯過」—人生很多事都可以錯過，唯獨生命的成長錯過不得。只要先管好自己的事，用心做到最好，把握當下，分分秒秒都能清楚明白地過生活，人生基本上就過得很實在，也就沒有甚麼錯過了。應該一生也無憾、無悔，雖不能功成名就，但俯仰無愧，對歷代祖先也有交代了。

（陳尙勤 新竹區營業處）

「談錯過」—西方有一句諺語：「失敗者的墓碑上永遠刻著太遲了」，是要提醒世人，努力活在當下，Do right thing in the right time！嘆息換不回錯過的時機。（陳淑慧 材料處）

自問：過去的我錯過了什麼？錯過的遺憾不想再追憶和懊悔了，因為會陷入自責的痛苦深淵裡。董事長的「談錯過」文章裡「很重要的一句話」：「生命沒有成長是人生最大的錯過」，我體會到了，無論生命中有多少挫折和無法彌補的「錯過」，

從今天起，我們都要做自己生命中的啦啦隊，活在當下，創造有意義及更加光彩的生命價值，別錯過勇於自我挑戰，使生命不斷成長的契機。

（鍾淑慧 屏東區營業處）

小品文

很多篇正向力量的文章，讓目前處在低迷的人能夠有向上的力量。（張華昌 龍門施工處）

「樂活台電」—每天做一件「您快樂於是我快樂」的事。（孫淑平 第二核能發電廠）

帶著智慧和祝福經歷每個細節，讓人生閱歷越來越豐盛。（陳玉玲 會計處）

感謝真理揀選了我們，靠著真理往前行，擔子是輕省的，有一天當我們回首過往，我們會發覺真理的名字叫奇妙。（陳意捷 花蓮區營業處）

同心園地

增加圖片或圖畫，增加參考、增加可觀性。

（黃耀文 嘉義區營業處）

152期哪裡看？

1. 台灣電力公司全球資訊網站（<http://www.taipower.com.tw/>）
/ 電力生活館 / 台電圖書 / 台電同心園地雙月刊
2. 公司內部網頁（<http://w3.taipower.com.tw>）
/ 同心園地 / 雙月刊



向你招手微笑

徵稿

歡迎你暢談，以短文、詩或圖文並茂方式，分享心情點滴，文稿500~3000字；也歡迎用畫或用鏡頭傳達，踴躍投稿照片，稿酬從優。

154期 ▶ 103年9月號
103年8月5日截稿

專題故事 小確幸中見光明

在外界對公司有諸多誤解及負面觀感之際，我們仍堅守崗位、不畏無情風雨為台灣每一個角落都送上光明，對肩負供電任務的台電公司來說，看見夜裡的點點燈火，是無比的幸福。

「生活中的幸福，不在你擁有什麼，而是你怎麼看待所擁有的。」

身為台電人，在工作中一定也有那種「雖然微小，但有確切幸福感受」的時刻，154期邀請你與我們分享親身經驗或生命故事，是冒著風雨及生命危險搶修線路，成功恢復供電？還是與夥伴們努力地克服種種困難後，讓機組順利運轉發電？或是，快被工作壓力擊垮時，長官或同事們一句溫暖的打氣或關心話語？又或者，耐心地向用戶說明解釋或處理問題後，對方一聲充滿感恩心意的「謝謝」？期待透過你的無私分享能振奮同仁士氣、凝聚每一位台電人的心，讓這些工作中的「小確幸」成為工作及生活中正面的能量，不畏艱難，持續地將光明和希望送到台灣每個角落。聚，繼續前進。

155期

▶ 103年11月號
103年10月5日截稿

專題故事 品味當下

152期同心園地雙月刊董事長以「談錯過」一文，期勉同仁學習活在當下，用心解讀咀嚼生命歷程中所經歷的各種酸甜苦辣，促使生命持續成長與豐盛。

「塞翁失馬，焉知非福？」端賴心之所想，心之所向，均存乎一己之心。

現在的你，是否亦有珍惜此時此刻，打開五官感受，即能豐盛一生之感呢？155期邀請你與我們分享你目前正經歷的點點滴滴，與你所懷抱之想望、感激、感受及感動，或是與你親愛的家人、親密的愛人同志、無話不談的知己、具革命情感的同袍間正處於冷戰期，但卻不失為練習對話與沈澱的最佳時機；或是你正經歷病痛，卻擁有無數關懷之正面能量；或是你正逢事業低潮，卻有逢谷底便是爬坡之欣喜？還是遭遇著任何旁人會寄予同情眼光，卻是你沾沾自喜學習成長的契機？期待透過你的無私分享能型塑正面思考文化，讓同仁們在人生不如意十之八九中，總能時刻警醒活在當下，從中汲取正面能量，使生命成長，即能更加確幸於一分如意中。

以上來稿請附填妥之「同心園地雙月刊投稿相關資料表格」

- ※ 請上本公司內部網站：W3 首頁 / 同心園地 / 雙月刊 / 投稿說明 / 投稿相關資料表格，以利來稿採用後，處理稿費相關事宜。
- ※ 本刊對於來稿有刪改權，如不願刪改請註明。
- ※ 本刊文章已刊登於本公司對外網頁，請勿一稿多投，來稿請自留底稿，本刊恕不退稿。
- ※ 照片投稿以照片或電子檔傳送均可，如以電子檔傳送，圖檔檔案大小至少 800KB 以上，並請附照片說明。

- ※ 來稿請寄：台灣電力公司「同心園地雙月刊」
- 地址：100 台北市羅斯福路三段 242 號 11 樓
人力資源處員工關係組
- E-mail：d0190602@taipower.com.tw（本刊投稿專用）
- 電話：(02)2366-7357
- 微波：92-22774
- 傳真：(02)2365-6869

數獨遊戲

在空格中填入數字，使每個直行、橫列和九宮格的數字都不能重複，就可過關。以下提供5個等級的數獨題目，等您來挑戰，一起來動動腦玩數獨吧！

8	3	4	1	6			2	5
1	2		5			6		4
5		7				8	9	
	1	8	3	5	6	4	7	
7	9		2	1	4	3	6	8
6		3			7	5	1	2
	5	1		8		9	4	6
4			9	3	1	2	5	7
9	7		6		5		8	3

極易

		2		5			3	7
	3	1		7		5		
5					1			
1	5	9	6			4		2
				4	7	9		
	8	7	1		9			
2	1	6			5	7		9
						8	2	1
	4	8	9			6		3

容易

	3	5	1			2		2
	8		3	4			5	7
7	4				2	8		
	6	4			5		8	
8	9		4	1			6	
						4		1
3			7	8	4			5
		8		2	1			
9		7	5			1		8

中等

9	7	8	2			5	1	4
	2	6						3
4			9	5				
	6		7				2	
	9			2			6	
			6		3	9		
3	1			9	4		5	
6		4			1			

困難

6	4	7	1			5		
		3	8			6		
1			3	6		4	9	
7		8			3			
	9		7				6	
			5	8		2		
5	3	1			6			
2	7	9		5				

極難



數獨遊戲解答請上本公司內部網站查詢：
W3首頁 / 同心園地 / 雙月刊 / 數獨解答



台灣每個月有1.4名兒童因受虐而死亡，

家扶邀請您一起響應「4月28日 兒童保護日」，

讓我們一起用「愛」包圍受虐兒，用「愛」守護孩子平安長大！

兒保榮譽大使

郭正

兒保大使

郭正

兒保大使

于卉香



用愛包圍受虐兒

活動資訊

4/26兒保宣導活動：

與您相約台北火車站大廳，活動當天凡著親子裝參加活動，即贈精美禮品。

愛心義賣

兒保娃娃系列商品義賣：兒保娃娃運動巾組+造型後背包
售價：428元

捐款滿額贈

凡捐款2,000元即贈兒保娃娃造型磁

詳細活動內容請見：

活動官網：搜尋「用愛包圍受虐兒」

用愛包圍受虐兒



垂正文書刊招

戶名：家扶基金會

帳號：00224801

註明：「兒保-用愛包圍」



線上捐款QR code

主辦單位



家扶基金會

協辦單位

財團法人家扶基金會 英國保誠人壽

元大證券 元大保險

日立保險

中興電器

IMAGER 2X

贊助企業

