

104 年度公務人員學習時數績優者心得分享

104 年公務人員學習時數第 1 名 圖書館 李愛文

因為前幾年不懂得利用數位學習的方式來獲得時數，每年為了達到學校規定的時數，努力報名實體課程，但畢竟時間有限，常只能勉強的達標。直到去年初，因為得知了有幾個可獲得學習時數的數位平台，例如：台北 e 大、文官 e 學苑及 e 等公務園等等，就去申請了帳號，開始了我大量用數位平台來學習的生活。

基本上我都是利用晚上或假日的時間在家裡上網上課，數位課程可以說是五花八門，從所得稅申報實務、點燈系列、環境教育到全民健保等主題都有，上到後來好像變成一個習慣，有一段時間幾乎每天晚上都會點一個課程來上，結果到年底才發現累積的時數似乎比我想像中的多。

但其實透過數位學習，我覺得不只是可以獲得學習時數，最重要的是也因此而瞭解了很多以前不清楚的知識，例如：買屋賣屋基本常識、現代養生觀、全球暖化議題等，甚至還有中式簡餐及麵包製作這類很實用的課程，讓人看得津津有味。而且在家裡上課，時間很彈性，家人也可以一起上課，可謂一舉兩得。

104 年公務人員學習時數第 2 名 圖書館 羅惠馨

我猜想接到人事室通知得分享學習心得的績優者都和我一樣，一頭霧水…不知到底要分享什麼，在此只能簡單說下我的學習時數由來。

檢視我 104 年的終身學習時數，發現數位學習時數 238 小時，實體時數 244 小時，數位、實體課程大概各佔一半。個人大多參加本校舉辦的訓練課程，其中 95%是參加本校的訓練課程、講座等，只有約 5%是參加校外的課程，校外主要是參加國家圖書館主辦的圖書館相關專業課程。在實體課程方面，除了參加本校各單位辦理的教育訓練、業務講習、講座之外，去年實體時數較多的主因為：暑假參加圖書館自辦研習班 29 小時、人事室辦理的本校 104 年度中高階人員研習班 31 小時，還有平日中午利用空檔參加二堂體育室開的教職員工運動班 51 小時，以及下班後參加健康中心辦理的健康體位控制班 14 小時。至於在數位課程方面，

主要利用公餘時間上本校線上教育訓練系統內的數位課程。

其實能在學校工作有許多的小確幸，因為學校提供許多資源，像是比市價優惠許多的教職員運動班、健康中心的免費健康講座、健康體位控制班等，在運動的同時還能拿學習時數，有時甚至還有小獎品，歡迎大家一起來挖寶。

104 年公務人員學習時數第 3 名 秘書室 李淑玲

選擇一門課程與大家分享——找一個角度讓自己發光

這是雲門舞集助理總監李靜君小姐成長奮鬥過程的故事

李靜君小姐在 14 歲時與同學去舞蹈教室，因此愛上了舞蹈。

她不顧父親反對，立志當個舞蹈演員。

加入雲門舞集後，父母多次勸她找個正當行業，

但她一直堅持下去，直到獲得國家文藝獎的殊榮，

父母由反對轉而支持，還讓她去英國唸大學學習舞蹈。

李靜君小姐的成長過程中，曾因先天的限制，身高不到 160 公分，

臉型不漂亮，身材微胖，不具備完美舞者的體型而被大家嘲笑，

認為以她的條件不可能成為舞者。

自己也因怕被雲門舞集淘汰而多次傷心落淚。

從英國大學畢業回到雲門舞集，

老師覺得她更加成熟，不但肢體動作更加熟練優美，思想更見沉穩。

林懷民老師慧眼識英雌，為她編造出適合她個人特質的作品出來。

李靜君小姐對專業的執著與毅力，讓她從舞者晉升為一位表演藝術家。

雖然地位崇高，但她為人親切，教盲人朋友跳舞，深得大家的喜愛。

李靜君小姐一生努力的過程中，不會因身材的限制而放棄自己的夢想，

對舞蹈的熱愛，讓她不斷的努力，不畏挫折，克服重重難關，

也因此能在國際舞台上發光發熱。

「人生有夢，築夢踏實」。

夢想可說是人生最大的財富，使單調平凡的人生有了色彩。

人因夢想而偉大，每個人的心中都要有夢，

有了夢想，就會當成自己的目標努力奮鬥。

或許夢想遙遠，但只要堅定信念，一步一腳印，

遇到挫折失敗，勇敢站起來再度向前。

前文中李靜君小姐不因外在條件的不足而放棄舞蹈，

反而更加努力不懈，突破自我，

也在家人支持及老師的提攜下，讓自己的人生大放異彩。

你有夢想嗎？讓我們努力追求夢想，讓生命更有意義。

104 年公務人員學習時數第 4 名 教務處 林嘉兒

在二十一世紀知識經濟的社會浪潮下，個人必須不斷追求知識創新與多元思考，方能在快速變遷的社會中站穩腳步。而學習正是掌握這波個人成長的關鍵。此外，本校一直不斷以行政創新來期勉公務人員，應將過去形式化的終身學習思維，轉化為個人「自我提升」，進而落實「知識就是力量」的真意。本(104)年度個人獲本校職員終身學習績優敘獎鼓勵，即是在此氛圍下，期許自我精進。包括於夜間碩士班在職進修外，另參加公務人員晉升簡任官等訓練。二項學習項目都需通過學習成果檢驗，在工作、學業及受訓三頭燒的情況下，壓力倍增，挑燈夜戰是常事。惟學習，貴在「用心」與「毅力」，若能看重每一項學習背後的價值，堅持自己選擇加以認真努力不懈，定能在學習路上獲得豐碩的成果。

104 年公務人員學習時數第 6 名 圖書館 蔡金燕

離開學校太久，深感如無持續學習，很難因應時代需求也很難掌握競爭優勢。政府期望優質公務人力，約自民國 90 年推出公務人員終身學習護照，讓自我學習歷程可隨時記錄與查看；後又推出數位學習課程，讓學習不受時間空間限制；課程多元豐富，凡創新科技電腦人文藝術主計採購管理媒體語言等，課後評量又

可複習並檢視學習成果。實體課程部分除專業領域研討會與讀書會外，人事室與資中的課程也會盡量參加。不知覺中一年累積的學習時數也很可觀。這些學習不僅可使知識增加，也使自己人生視野更加開闊，生命內涵更加豐富。不管是為了適應或是創新，可養成持續學習的習慣與態度；而在大學校園裡的公務人員亦應勇於學習，提升本職智能，以提供師生更優質的服務。

104 年公務人員學習時數第 7 名 研發處 林佳瑩

為提升校務運作成效，師大聘請 UBC 的校務資深顧問 Anna Kindler 博士擔任講座教授，本場次係針對教師升等及評鑑議題辦理論壇。

UBC 的教師評鑑和升等乃是同一個歷程。教師辦理升等的同時，教學、研究及服務等面向的成果均需交付校外學者專家進行審查。相較於師大教師評鑑由學校教評會審查，UBC 對於教師專業的把關似乎更為全面。

此外，UBC 將教師區分為教學型與研究型，各有不同的升等標準。這樣的制度設計使得教師能夠將資源放在最有效益的地方。Anna Kindler 博士在演講中不斷強調，這不代表研究或教學可以偏廢。

就臺灣當前的高等教育而言，時常容易招致「重研究、輕教學」的質疑。對此，UBC 如何透過升等制度設計，促進教師兼顧研究及教學，值得臺灣參考。然而，或許是演講時間有限，Anna Kindler 博士並未對此作更深入的說明，殊為可惜。

104 年公務人員學習時數第 8 名 總務處 藍墀

【上一堂有效，有趣，有用的課】

我喜歡上課，一直都喜歡。

上課可以學到更聰明的做事辦法，可以學到本來不知道為什麼的道理。

可以讀書，可以讀人，各種不同專業的老師，和來自不同工作場域，生活背景

的同學。

就像我在北商的同學說的，上台報告，站在台上皮皮挫是一種挑戰，完整表達自己是一種肯定。

選擇呈現內容，安排演示順序，控制報告時間，沒有冷場，讓人一新耳目，一聽難忘，就是好報告。

學校的報告和業界的報告不同，學校只是演習，業界是真實戰場，演習失誤，頂多是學期成績差一點或重新報告一次，真實戰場的失誤，例如提案比稿出差錯，哎呀，那就，沒-有-再-來-一-次-的機會啦。

有效，有趣，有用，這是上課訓練的3個原則。如果不是這樣，那就，太浪費生命啦~

你，喜歡上課嗎？最喜歡什麼課呢？哪天，我們一起來討論看看囉。

104年公務人員學習時數第9名 人事室 李亞嫻

個人104年度尚在臺北市立大學教育行政與評鑑研究所進修碩士學分班，期間所修讀之學校行政研究及學校效能效能研究等課程，內容包含學校組織結構、學校組織文化、學校組織氣氛、學校建築環境、學校管理、教師效能等，經由學習的過程認識發展有效能學校的目標、策略及方案，且更能了解學校行政及效能研究對學校發展的重要性，及對學校改革的關係及其助益，並能將所學實際運用於工作上，藉以提升工作效能。

104年度參加學校辦理之中高階人員研習班，透過專業講座講授、問題導向學習及分組討論方式，與不同單位同仁一起學習及腦力激盪，共同探討問題及研擬專案報告，過程中建立了同事間的情誼及團隊合作精神，並由激勵知識分享，

強化了專業核心職能及專案的規劃能力，並增進跨單位橫向的聯繫溝通。

另利用公餘時間，至 e 等公務園學習網，學習專業性、政策性或人文法治等課程，於公務繁忙之餘，經由數位學習，以提升個人的專業及法治知能，其人文及心理諮商等課程的學習，不但可以怡情養性、紓解壓力，並能獲得身心靈的健康與平衡。

104 年公務人員學習時數第 10 名 總務處 張明成

公務閒暇之際，常以數位學習網這一寶庫，補常識之不足，充正向之觀念。尤以樂活生活類之法鼓山基金會系列，健康心靈系列，更是能啟思發想。

生死學不是學問，是生命的態度與終極關懷之探索，開拓生命的尊嚴與價值。生死一體，人有生存的尊嚴，也有死亡的尊嚴。安寧病房的設置，臨終關懷，不做無謂的醫療浪費，即是讓人了解生死，不消極或悲觀，真正的目的是讓人珍惜活著的時光，活在當下。

當人生病躺在病床上，就知健康的重要。當意識到死亡，才知珍惜擁有的。生命中如果能意識到死亡，相信對時間的規劃與應用，也許會有不一樣的過程。所以趁著身體健康時，正向思考，想做就去做，免得後悔。

佛教相信輪迴，轉世，所以佛法以「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是」來理解前生今世生死之謎。

生有何歡，死有何懼，因輪常在，緣自有序。