特殊選才



國立台灣師範大學
社會教育系

申請人:鄭宇喬

就讀學校:台北市立景美女中

目錄

壹、個人簡歷

一、個人經歷 1
二、幹部經歷 4
三、高中專題研究 5

貳、自傳

一、社會服務 6
二、學術與創作 10
三、媒介與共感 12
四、組織管理與自主實踐 14

參、申請動機

一、從文字思辨到第一線行動 15
二、個人能力與系上競爭力的連結 16
三、對臺師大社會教育系的憧憬 17

肆、讀書計畫

一、錄取至大學入學前 18
二、大一到大四 18
三、畢業後 20

伍、其他有利資料 21

陸、歷年成績單 44

個人簡歷

Resume



鄭宇喬
Cheng Yu Chiao

高中：臺北市立景美女子高級中學
語文資優班
特質：觀察力強、喜歡動手實作、
樂於分享、善於溝通

一、個人經歷

(一) 社會服務

分類	經歷	時間
志工	擔任土耳其救災資源志工	2023年2月
	擔任慈濟醫院志工	2023年8月
		2024年8月
	114國中教育會考卷務助理	2025年5月
	花蓮災後重建志工（鏟子超人）	2025年10月
服務學習	彰化湳雅國小服務學習四天三夜	2025年1月
	彰化湳雅國小服務學習三天兩夜	2026年1月
國際接待	接待美國學校 Thayer	2025年3月
	接待日本學校	2025年8月
	寄宿接待英國國中學生	2025年10月
文化	參與文化部青少年參與式文化論	2026年8月
	擔任2026全國文化會議青少年代表	2026年9月

個人簡歷

Resume

(二) 學術領域

分類	經歷	時間
特殊經歷	考進景美女中語資班	2024年9月
學業表現	創意寫作科學期第一名	2024年9月
	小說選讀科學期第三名	2024年9月
	小說選讀科學期第四名	2025年2月
	地理與人文社會科學期第三名	2026年2月
	第一次模擬考國文科滿級分	2026年9月
口語表達競賽	校內新生盃辯論比賽第二名	2024年10月
	校內國語演說競賽第三名	2024年10月
	校內國語演說競賽佳作	2025年10月
	校內TED愛閱讀演講比賽第二名	2025年12月
創作與競賽	校內圖書館閱讀心得比賽特優	2025年4月
	全國中學生閱讀心得比賽特優	2025年4月
	景美青年文學獎散文類第三名	2025年5月
	全國中學生閱讀心得比賽特優	2025年11月
	校內國語文寫作測驗佳作	2026年1月
	全國中學生閱讀心得比賽優等	2026年3月
	景美青年文學獎新詩類第二名	2026年4月
	景美青年文學獎新詩類第三名	2026年4月
	景美青年文學獎新詩類佳作	2026年4月
	語資班成發 小論文專題發表	2026年6月
	校內國語文寫作測驗優選	2026年6月

(三) 傳播實務

分類	經歷	時間
出色表現	獲得才藝市長獎畢業	2024年6月
	自主學習代表展出	2025年12月
	選修台灣手語第三名	2024年9月
影音實務	進入學校班聯會	2024年9月
	加入大眾傳播社	2024年9月
	擔任大眾傳播社幹部教學	2025年5月
	自製日本參訪vlog	2025年10月
	地理專題研究youtube影片	2025年11月
	學校高一合唱比賽活動直播	2025年12月
	大眾傳播社成果發表	2026年2月

(四) 組織管理與自主實踐

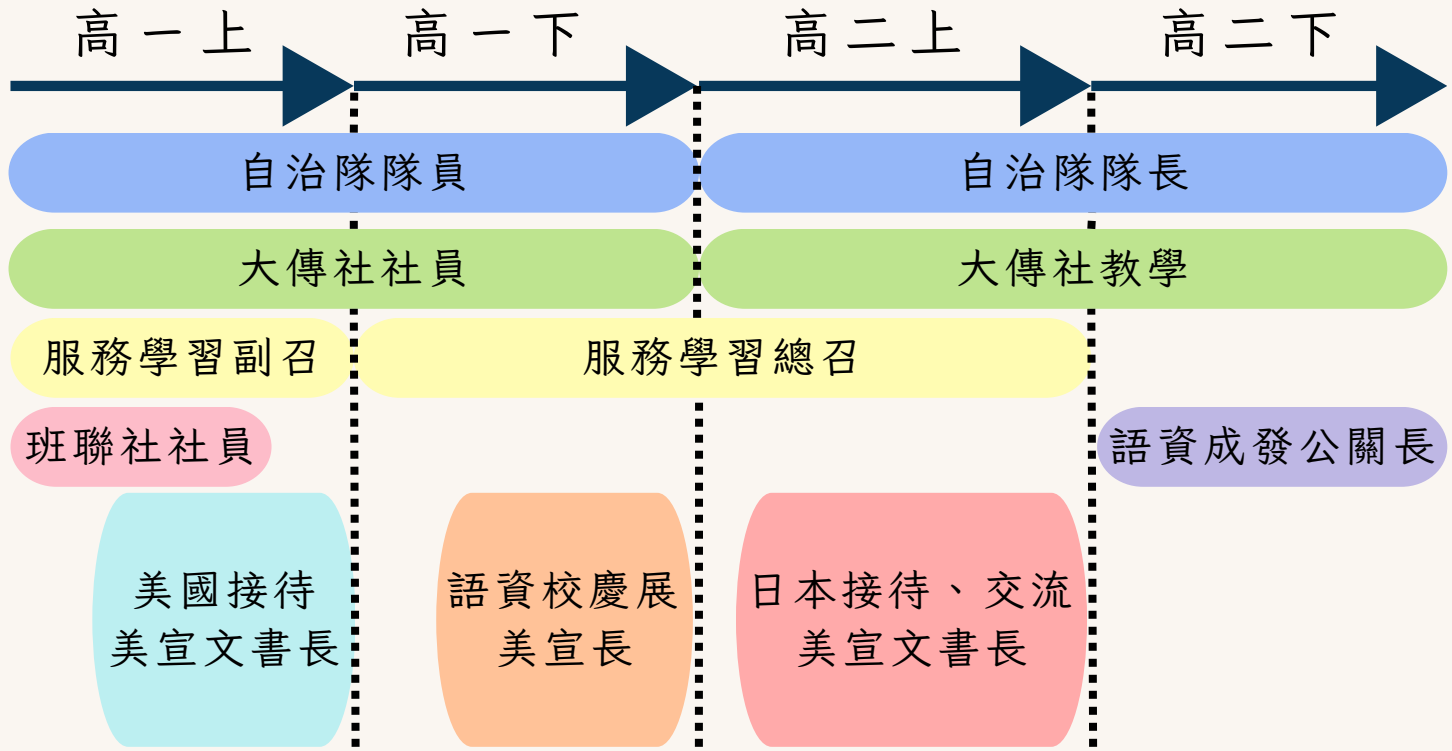
分類	經歷	時間
自治與領導	加入學校自治隊	2024年9月
	自治隊隊長	2025年9月
	擔任語資班服務學習副召	2024年9月
	擔任語資班服務學習總召	2025年1月

個人簡歷

Resume

企劃與美宣	接待美國學校 美宣文書長	2025年3月
	校慶語資靜態展 美宣文書長	2025年5月
	接待日本學校 美宣長	2025年8月
	主辦兩次大眾傳播社外校聯合課程	2025年12月
	語資班成果發表 公關組組長	2026年6月
社會實務	麥味登打工	2026年2月
	麥味登打工	2026年7月

二、幹部經歷



三、高中專題研究

領域	專題名稱 / 簡介	人數	貢獻程度
國文/小論文	《天龍八部》中蕭峰的悲劇英雄形象 簡介：探討蕭峰在身份認同、家國抉擇下的英雄特質，以及宋遼邊境族群對立之歷史背景。	個人	100%
閱讀/生命教育	《在天堂遇見的五個人》TED 演講主題 簡介：透過文本研究轉成報告，探討個體間的隱性連結、生命意涵與社會關懷。	個人	100%
國文/文學	李昂《花季》作品研究 簡介：分析作品中的「殺夫」主題，探討封建社會體制下的女性困境與權力結構。	個人	100%
地理/人文	淡水古蹟地圖設計研究 簡介：整合地理資訊與空間分析，將淡水文史資產轉化為視覺化圖資。	2人	50%
地理/文化	東南亞泡麵研究與飲食文化短片製作 簡介：以東南亞泡麵為切入點探討飲食文化，並透過影片拍攝與剪輯進行視覺化呈現。	2人	70%
歷史/文史	《天龍八部》蕭峰悲劇英雄形象與時代影響 簡介：剖析宋遼族群對立之歷史背景對角色命運的形塑，從社會脈絡理解個體抉擇與族群認同。	個人	100%

自傳

autobiography

一、社會服務：走入現場的學習與思考

萌芽期

轉化期

(一)初衷與啟發：慈濟醫院志工

我的媽媽是個非常有服務精神的人，一直以來擔任過各式各樣的志工，心裡總懷著大愛。在她耳濡目染之下，我從小就跟著她參與各種服務，例如土耳其大地震救災物資整理與慈濟醫院的志工。這份深刻的薰陶，在我心裡種下了利他的種子，深受母親那份大愛與服務精神的感染，讓我了解到服務不只是付出，更是看見他人需求與生命韌性的過程。



▲整理土耳其救災物資



▲醫院病床整理

(二)實踐與成長：花蓮鏟子超人



▲清理水道泥沙

有了在醫院志工的經驗後，我漸漸發現，相較於抽象的討論，真實走入現場所帶來的改變與力量是無可替代的。這份體悟讓我開始主動尋找能深入第一線的服務機會，也因此有了後來參與花蓮鏟子超人的行動。在災害現場，我跟著大家肩並肩清理與復原，深刻體會到「做中學」的即時應變力。看見居民沒有陷入沮喪與抱怨，反而帶著樂觀與微笑引導志工，這份堅韌深深震撼了我，也促使我重新審視服務的意義。這次經歷讓我學會放下高高在上的幫助者心態，用更寬廣的視角看待困境，也體悟到真正的陪伴並非單向的給予，而是建立在理解、尊重的平等的關懷之上。



▲救援期光復站進站證明



◀全副武裝一日救災往返

自傳

autobiography

一、社會服務：走入現場的學習與思考

轉化期

(三)體驗與責任：國中會考卷務助理

對我而言，志工服務不單只是社會參與，每一次的投入都是一次寶貴的學習契機，帶我體驗與日常截然不同的人生百態。帶著這份對多樣經驗的好奇與敬意，我也報名擔任了 114 年國中教育會考的卷務助理。在嚴謹且幾乎不能出錯的試務流程中，我體會到背後默默支撐國家重大考試的責任感，培育出自己沉穩、細緻與高抗壓的做事態度。



▲擔任114國中會考卷務助理

(四) 視野與交流：美日英跨文化接待與交流

淬鍊期



▲帶美國學伴認識國文造字

除了在地的深耕，我也多次拓展多元文化的推廣視野。在語資班的活動中分別接待了美國與日本學校的學生，並自主接待英國國中學生為期一週。在幾次的交流過程中，我嘗試用雙語轉譯臺灣在地文化與社會樣貌，練習在文化差異中進行深度溝通與尊重。不同國家的朋友來台灣交流多會要教一些台灣文化或者遊戲互動，教育不單是知識的傳授，更是建構一個能跨越背景、促成對話與共感的平台。這些經歷讓我理解一部分教育的核心，正是在於如何運用具吸引力的形式轉譯文化，讓不同族群能在理解與尊重中產生真正的連結，互相認識和交流。



▲陪英國寄宿生體驗台灣特色文化

一、社會服務：走入現場的學習與思考

(五)關懷與實踐：彰化湳雅國小服務學習營隊

1. 高一副召：幕後籌備

對我們而言，這不只是一趟短暫的寒假營隊，而是從每個學期開學第一週就展開的長期準備。為了這四天的陪伴，我們總是在一整學期裡每週固定開會、反覆驗收和修改種種教案與遊戲等活動安排。

高一時我擔任營隊副召，主要負責幕後的籌備與控場。而最考驗人的莫過於一次又一次的「驗收」。每次驗收我都極度緊張，雖然不一定需要自己上台，但我必須陪著各組夥伴反覆審視內容，確保班上每個人的關卡都萬無一失。很多時候我們覺得設計得夠簡單、照著步驟做就好，卻常常被老師退件，提醒我們：「如果換作你是小孩子，真的聽得懂嗎？」這給了我很深的心態震撼，原來站在高中生的視角看事情，往往忽視了兒童的認知理解能力。到活動現場，我的任務就是滿場奔波，確認每個教室的教學與安全狀況，這段高壓且辛苦的幕後歷程，也徹底教會了我如何切換視角看問題。



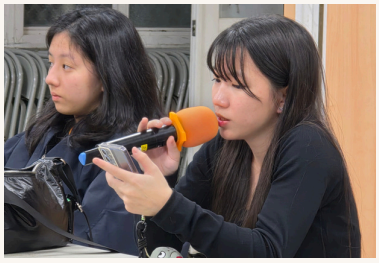
製作闖關遊戲讓國小學生體驗 ▶



▲ 點名活動學生

2. 高二總召：統籌全局

▼主持活動晚間檢討會



帶著這份體悟，高二我接任總召重返現場。身份的轉變帶來了截然不同的責任重擔，我不再只是到處支援的幕後角色，而是要總攬全域，帶領跨高一、高二兩個年級的團隊展開長達一學期的籌備。除了主持無數次的相關驗收，我更需全盤規劃營隊行程與分工，並扮演關鍵的溝通橋樑:向上與指導老師精準確認決策，向下向全體負責同學協調宣達。到了活動現場，我更是全場的總指揮，隨時評估現場狀況並下達明確指令，果斷進行調度與臨場應變，帶領大家確保各項活動流暢推進。從高一的「執行者」到高二的「總指揮」，這兩年跨學期的深耕投入，不僅磨練了我的專案統籌、組織領導與現場 決策能力，更讓我堅信：真正的教育平權不是複製相同的模式，而是尊重差異，建立一條因地制宜、互相學習的陪伴之路，才能將教育資源真正落實到被服務者 的需求之中。



◀ 指揮場地安排

一、社會服務：走入現場的學習與思考

淬鍊期

(六)思辨與倡議：全國文化會議青少年代表與論壇

1. 初試身手：參加文化部青少年論壇



▲文化論壇的闖關體驗實作

累積了第一線服務與溝通的經驗後，我開始思考如何將現場的實務觀察提升至公共議題層面。2026 年 8 月，我參加文化部辦理的青少年參與式文化論壇。一開始並不是坐下來討論的論壇，而是先通過闖關遊戲讓我們更了解部分議題，後來在現場，看著年齡相仿的青年夥伴針對文化議題提出成不同角度的看法或需求，給了我很大的思辨刺激；而文化部長親臨現場與我們對話，更讓我通透且深入地理解了台灣當前文化政策的推動脈絡與未來藍圖。這不僅鍛鍊了我的議題思辨力，更讓我意識到社會運作不僅需要現場的陪伴，更包含如何將民間經驗轉化為政策語言，串連起大眾與公共事務的橋樑。



青少年參與式文化論壇現場▲

2. 走進現場：擔任全國文化會議青少年代表

正因在論壇中的參與，我受邀擔任「2026 年全國文化會議」的青少年代表之一。這場集結中央官員、專家學者與產業領袖的國家級盛會開闊了我的視野。最初看著台上結構宏大的政策報告，我曾以為制度已足夠完善；然而當發言權移交台下時，有人是憂心古蹟保存的建築師，也有在第一線掙扎的在地漫畫家，他們握著麥克風激動述說著現行政策落實時的漏洞與權益受損。這些發自肺腑的聲音很震撼我，讓我真正明白那些看似健全的體制下，仍有許多邊緣角落未被涵蓋，而那些人一直在努力爭取。



▲擔任2026全國文化會議青少年代表與文化部部長合影

這場真實的碰撞，又一次重塑了我的思維視角。它讓我的關注點從「宏觀的政策規劃」回到「具體的人與生活」。這使我更加確立了自己將來行動方向，未來不論走得多遠，都不只做個高談闊論的旁觀者，而是要保有敏銳的洞察力，走入現場、理解個體背後的脈絡，才能將真實的困境轉化為能夠產生連結與實質改變的對話空間。



擔任2026全國文化會議▲
青少年代表參與大會

二、學術與創作：文字力量與人文思辨

（一）學術表現：人文與社會科

通過景美女中語文資優班鑑定後，成績上除了在語文專題和創意寫作課程中連續取得班排第一，而在地理與人文社會科學研究中，我以「淡水古蹟分布與歷史人文發展」為題進行深入探討與實察，學習從空間結構、歷史脈絡與在地文化資產等角度剖析社會演變，獲得 92 分（班排3、類排6）的肯定。除了寫作，國文科也持續努力，從高一到高二逐漸穩定段考成績，後來在高三首度模擬達到國文滿級分（班排1、校排5）。這些學科訓練建立了我的論述基礎，也培養我從多維度視角看待當代社會困境的能力，奠定了進行人文思考的學術根基。



▲地理探究實察的自製地圖

（二）口語表達：邏輯思辨與公共對話



▲ TED愛閱讀競賽演講

除了書面論述，我認為真正的思辨也必須經得起即時的對話與檢驗。高一我和同學自主組隊參加校內新生盃辯論比賽，在各種對立立場中磨練迅速梳理邏輯、拆解議題焦點的能力並反覆練習，最終一路晉級並獲得亞軍。隨後在國語演說與圖書館TED 愛閱讀演講比賽中，我嘗試將單純的思考轉化為具有感染力的公共語言。例如以書本《在天堂遇見的五個人》為題時，我不僅分享書本，更是引導聽眾去思考個體與個體之間緊密的社會連結，明白那些不重要卻足以引響個體一生的生命時刻。這些經驗讓我學會，「表達」並非單向觀點輸出，而是每次建立溝通橋樑、啟發他人共鳴的實踐。都在一次次練習與競賽和語資班課堂多次台上報告的累積下，更熟能生巧。



▲介紹平時社團上課內容

二、學術與創作：文字力量與人文思辨

（三）文學創作：體制反思與利他精神的創作

1.閱讀心得與小論文發表

在全國閱讀心得比賽中，第一次我以《在天堂遇見的下一個人》探討利他精神與生命教育，以及每個人在社會中彼此影響所形成的羈絆，獲得特優。第二次以《孤單又燦爛的神—鬼怪》解析生命創傷與情感的撫慰，獲得特優，後以《回憶當鋪》解構個體記憶與集體社會記憶的構建關係，獲得優等。到了語資班成發，我更以小論文《天龍八部中蕭峰的悲劇英雄形象》進行主題發表，深入剖析族群認同的撕裂以及社會體制對個體的無形壓迫。這些文字創作與發表過程，讓我更理解到閱讀與寫作不只是個人經驗，更是一次次跨越個體藩籬、理解他人困境的過程；而多次分析文本背後的社會結構與群體心理，也讓我理解那些複雜社會現象時最堅實的精神，轉化為文字時的思考也可以說是一種享受，我總是跳脫既有的框架，把情感投射進文本的角色中，換位思考不同處境下的情緒。



▲ 語資班小論文成果發表上台報告

2.新詩與散文創作

在景美青年文學獎中，我嘗試透過多種體裁進行社會觀察與自我思辨。散文《完美日常》獲得第三名，我寫這份作品是在批判體制內被高度標準化的日常生活，引用電影《鐵達尼號》中的一段對話表達要去打破框架、擁抱無常與自由；新詩《鯨落》榮獲第二名，以鯨魚的死亡隱喻個體奉獻如何轉化為群體養分，成為死後不滅的價值，探討了利他主義的精神與社區共生的生態意義；《局已定》則獲得第三名，藉由項羽烏江自刎的情節，表達即使面對既定的社會結構與體制壓迫，個體依然選擇坦然前行、堅持理念的生命姿態；《距離》獲得佳作，探討現代人際間的隔閡與感知建立。這些創作過程讓我感受到，文學創作不僅是語言的雕琢，更是一場場與自我及社會的深刻對話；鍛鍊我自己的感知力，讓我能以更具包容性與批判性的眼光，去看到體制下個體的掙扎、抉擇與價值。

三、媒介與共感：視覺設計與多元溝通

（一）視覺設計與啟蒙:國中才藝市長獎畢業

國中時期，我便開始嘗試將視覺設計作為表達與溝通的載體。我統籌了許多校內設計，並因此獲得全校僅六位的才藝市長獎畢業：我為學校報告設計的包高中主題漫畫14張一直公開在校展出至今；畢業那年所製作的整套畢業活動簡報，更因為架構與視覺清晰，至今仍被學校繼續沿用；此外，校內各項活動的邀請卡投稿，我的作品也多次都獲得選用，也設計了一次畢業紀念封面。除了校內事務，我也將視覺創作延伸至公共議題，以「反酒駕」為主題創作書籤並獲得台北市交通安全創意教材徵選第二名。



◀ 包高中主題漫畫展出

這些國中時期的設計經驗，讓我養成用視覺圖像「傳達觀點」的習慣。我發現好的設計不只追求畫面好看，如果是能經得起時間考驗、發揮實用價值，那便能以平易近人的方式，將嚴肅的社會議題帶入大家的日常生活之中。

畢業紀念冊設計圖 ▶



▼反酒駕書籤設計



（二）無障礙的連結：台灣手語選修

我認為真正的「溝通」，核心在於打破隔閡、建立深刻的共感。為了探索更多元的溝通可能，我選修台灣手語並獲得學期成績第三名，主動學習非主流族群的溝通模式，深化對無障礙溝通與不同生命情境的理解。學習的過程不是很容易，總是一再的練習，當時的老師為聾啞人士，從原本只能依靠老師在黑板上寫文字溝通，到能跟老師用手語交流，這樣的經驗讓我意識到，這本身並不只是一個不同文化的認識，而是社會中溫暖的橋樑。如何運用這樣的技能轉化訊息，讓不同背景與族群的人都能產生理解與共鳴，也是我未來希望持續努力的方向之一。

三、媒介與共感：視覺設計與多元溝通

（三）傳播實踐：大眾傳播社與自主學習發表

1. 高一舞台劇：舞台劇劇本設計與演出

隨著經驗累積，我將傳播視野從國中認識到的平面視覺延伸至部份動態影音傳播。在大眾傳播社，印象最深的是高一為了突破自己，第一次嘗試選擇舞台劇組，和同學一起設計劇本於成果發表舞台劇擔任女主角演出，累積了豐富的幕前與幕後經驗。



▲第一次舞台劇擔任女主角公開演出

2. 高二教學幹部：擔任大傳教學與大傳知識

到了高二更是在演出之外，從無到有的努力學習剪輯技術，包辦成果發表絕大部分的影片剪輯(包含三部短片與一整部電影)。更重要的是，我從社員成長為幹部並擔任教學，為了將大傳拍攝、剪輯與表演等邏輯拆解給學妹，我再邊做邊學當中製作了大量的課堂簡報，在「想辦法讓人聽懂」的過程中，我一再逼迫自己把技術徹底消化到足以變成屬於自己的東西，反而讓我學得更深更扎實。看著學妹們從摸索到能獨立完成作品，我也學到了，教育不是高高的灌輸，而是能透過知識的轉化去給予他人，需要具備的能力不只是會口說那麼簡單。



▲社團課擔任教學講課

3. 多元實作

後來因為剪輯技術的熟練，在七天的赴日本交流每日剪輯Vlog在個人社群更新，也學習更多設備的應用，協助學校高一合唱比賽現場的對外直播。最後在自主學習發表時，我以自訂主題《造影者》整理了這兩年個人影音製作的成果與學習歷程，經過報告獲得班級票選第一名，因此製作海報參與學校的公開展出。



▲直播學校合唱比賽



◀自主學習《造影者》海報展出

四、組織管理與自主實踐

（一）公共參與與組織領導:從參與到成為領導者

除了前面提及的語資班服務學習從高一副召到高二接任總召之外，我將組織與企劃能力落實於各個團體中。在自治隊中，我從隊員做起，因責任感等能力，經過面試後升任自治隊隊長，帶領團隊維護校園秩序；在語資班，我多次擔任核心幹部，包含美國學校接待與校慶語資展的美宣文書長、日本接待的美宣長，並於成發時擔任公關組組長，各項整合班級成果與外部宣傳；在大眾傳播社，我更主辦兩次分別和建中與成功大傳的跨校聯合課程，獨立包辦聯絡、三小時活動規劃與課程設計。



◀ 活動主持講評



▲ 擔任自治隊隊長

從基層執行者一路邁向領導者，這段過程讓我體會到領導不單只是任務的分派，而是學會在繁雜的事務中迅速釐清核心目標，並在不同性格、不同學校與不同立場的團隊成員之間找到並建立共識與信任。這些經歷讓我學會如何將零散的個體力量凝結成具體的行動力，真正具備了統籌與推動組織運作的能力。

（二）自主獨立與社會歷練：打工經驗



▲ 實際打工情形

為了籌措個人社團與活動費用與家庭溝通，我決定主動尋求打工機會。這不是一件容易的事，寒假期間有課業和鄰近社團成果發表前的各種練習需要時間安排，所以我並非第一時間就找到工作，從網路軟體媒合到二次實際面試，才在寒假中成功找到工作。這段打工經歷不僅展現了我獨立自主的精神，更逼迫我在安排打工下和高強度的課業與社團生活進行時間管理；同時也有意外的收穫，除了要和同事、老闆合作溝通，也要在迅速出餐的情況下，站在第一線服務業接觸社會大眾，這些都鍛鍊了我的情商、應變能力與實際溝通技巧。

申請動機

Personal Statement

一、從文字思辨到第一線行動

高中三年在語資班，我寫過多次散文、新詩與小論文，也累積了許多演講、發表與台上簡報的經驗，扎實地訓練了我思辨與文字轉化的能力。然而，真正能觸動我、帶給我深刻思考的，是那些走入人群第一線的時刻：無論是在醫院協助病患、赴花蓮災區擔任復原志工，或是作為 2026 全國文化會議的青少年代表，每一次的親身經歷，都讓我回想一次創意寫作課上老師分享給我們的話：

> 「三生三見，見自己、見天地、見眾生」

這些經歷讓我深刻發現：有些「教育」不一定只發生在學校課堂裡，更多時候是在社區現場、文化場合與大眾媒體這些「體制外空間」發酵。走入人群的震撼，讓我開始把目光從「自我表達」轉向「關注他人」，將生命景況映照進創作中。我寫散文《完美日常》來批判體制內的框架、寫《在天堂遇見的下一個人》閱讀心得探討人與人之間的命運連結，並撰寫小論文《天龍八部中蕭峯的悲劇英雄形象》剖析自我認同與外在壓迫等等。

在文字思辨之外，大眾傳播與新媒體則是我一直以來充滿熱情的探索領域。在大傳社擔任教學幹部期間，我懷著對表演與影音產出的熱情自主鑽研，將舞台劇演出、影音剪輯與直播轉播技術傳承給學弟妹。從大傳電影的創作、日本行 Vlog 的紀錄，到為小論文拍攝前導預告片，我享受每一次把抽象議題視覺化的過程。對我而言，傳播不僅是一項有趣的興趣與技能，更是能把好內容與公共議題帶出同溫層、創造實質改變的強大載體。

這一路上的經驗與作品，拼湊出我對未來的清晰想像。我發現，臺師大社教系是一個能讓我將「人文思辨」、「第一線實踐」與「新媒體傳播」三者能力與興趣結合發展的機會。我開始希望自己能在此將各項興趣與能力深度整合，成為一位能用大眾聽得懂的語言，將重要公共議題帶入社區與日常生活的跨領域社教工作者。

二、 個人能力與系上競爭力的連結

整理高中三年的思辨、行動與傳播經驗，我發現這些探索與臺師大社教系所強調的五大核心競爭力契合。以下將我的具體歷程與系上能力指標進行的連結：

(一) 企劃力

經歷：2026 全國文化會議青少年代表、景青文學獎創作
能力：具備獨立議題洞察與專案架構能力，能將抽象關懷轉化為具體行動方案。

(二) 跨界力

經歷：景美語資班文字訓練、探究與實作小論文
能力：跨越文學創作、學術思辨與社會觀察，具備多元觀點融合與跨界即戰力。

(三) 執行力

經歷：花蓮災後重建復原志工、慈濟醫院服務
能力：走入社區與現場第一線，展現「做中學」的應變力與現場執行力。

(四) 多元力

經歷：語資人文底蘊、大傳社幹部與導播與現場志工服務
能力：打破單一學科限制，具備跨教育、文化倡議與大眾傳播的綜合包容性。

(五) 數位力

經歷：大傳社影音剪輯/校園直播、社群行銷
能力：掌握當代新媒體溝通語言，具備文化產業與議題推廣所需的數位素養。

申請動機

Personal Statement

三、對臺師大學社會教育系的憧憬

在高中三年的跨領域嘗試中，我深刻體會到自身的不足與侷限。相較於傳統筆試，我發現自己更熱衷於將時間投入第一線的社會行動與議題。這份不夠全面的偏才，讓我更加渴望進入師大社教系，利用系上豐沛的學術資源，將這份稚嫩的實踐力淬鍊為能夠真正回饋社會的專業能力。

(一)系上的課程

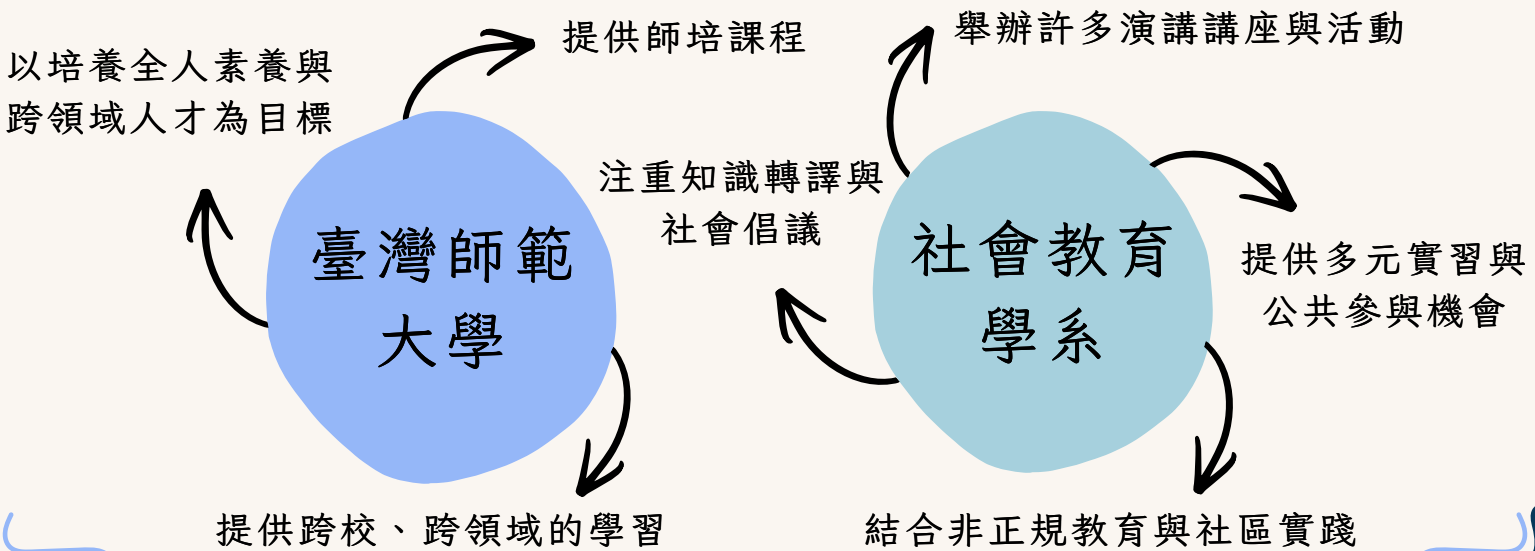
師大社教系涵蓋社會學、教育學、傳播媒體與文化企劃等核心領域，重視「知識轉譯」與跨媒體應用，這能幫助我將人文關懷轉化為具體的社會影響力。

(二)師大的跨域制度

師大提供三校聯盟、雙主修與輔系等彈性修課制度，讓我能跨足大眾傳播與多元文化領域，將跨領域技能運用於未來的影音企劃與社會教育推廣中。

(三)實務與公共參與

社教系強調非正規教育、社區發展與文化機構運作，透過豐富的實習與專案合作，能培養我統籌活動、賦能大眾與深化公共溝通的實務能力。



讀書計畫

Study Plan

近程

一、錄取至大學入學前

(一)深入在地社區：進行國內打工換宿

到臺灣偏鄉或者離島在地打工換宿，體驗地方生活脈絡與文化風情。將高中累積的溝通與觀察能力轉化為實地田野感知，提早積累社區營造、地方創生與跨文化溝通的實務經驗。

(二)閱讀社會學、公共傳播與社區發展相關入門經典

如《社會學動動腦》、《媒體素養》，建立對社會結構與現象的初階思考框架。養成每日瀏覽深度報導與公共議題分析的習慣，培養對社會變遷、文化倡議及弱勢關懷的洞察力。

(三)強化數位工具與外語表達

精進影音剪輯與視覺設計工具，銜接大一影音課程。也增加閱讀外文資訊與收聽英語廣播，為未來可能排的國際接待與學術交流做足準備。

中程

二、大一到大四

(一)一年級

選修：

理論取向：《媒體素養》與《高齡學導論》，拓展對多元族群與當代傳播環境的認識。

實務取向：《數位攝影與後製製作》與《文教採訪報導與應用》，將高中大傳社與自主學習的基礎轉化為專業影音紀錄力。

課外：加入校內傳播或社會服務類社團，並參與接待外籍學伴，持續深化跨文化溝通與生活引導經驗。

中程

(二)二年級

選修：

理論取向：《社群媒體概論》與《高齡社會與科技》。

實務取向：《企業公民與傳播實作》、《文教資訊編輯與實作》及《虛擬實境媒體原理與應用》，學習如何將嚴肅的社會議題進行數位跨媒體轉譯與議題包裝。

跨域規劃：評估跨系選修大眾傳播學系相關課程，或規劃雙主修/輔系藍圖，擴充傳播行銷之專業縱深。

(三)三年級

選修：

實務取向：修習《影視與數位媒體產業》、《紀錄片製作》、《學術表達與報告技巧》及《生成式AI與高齡應用》。

專題實習：參與《社會教育專題實習》，到非營利組織或文化機構第一線，嘗試具體的文教專案或影音倡議成果。

國際交換：申請臺師大海外姊妹校交換學生計畫（大三下學期前往海外交換），修習跨文化傳播與多元文化教育相關課程，實踐跨文化溝通並深化國際視野。

(四)四年級

機構實習：必選修《文化機構實習》（或《社會教育機構實習》），於真實職場環境中驗證四年所學。

選修：修習《整合行銷傳播》、《文化政策與行政》及《生命敘說與故事行銷》。

畢業整合：將四年累積之多媒體作品、行銷企劃與實習成果整理為個人專業作品集，為進入職場做相關準備。

讀書計畫

Study Plan

遠程

三、畢業後

（一） **投入文教與新媒體領域：**

進入 NPO、文教基金會或文化新媒體，擔任「文化企劃」或「社會行銷」專員。

（二） **深化學術與實務量能：**

累積 1 至 2 年實務經驗後，考取國內外文化行政、傳播或社會教育相關研究所繼續深造。

（三） **實踐學以致用與社會回饋：**

結合媒體轉譯與社區實踐能力，推動公共議題倡議與永續文化發展。

大學讀書計畫

大一	大二	大三	大四
媒體素養、數位攝影與後製製作	企業公民與傳播實作、文教資訊編輯與實作	海外姊妹校交換學習、專題實習	整合行銷傳播、生命敘說與故事行銷
扎根社會學思考，累積基礎影音採訪與紀錄工具	專攻「傳播轉譯」與「議題企劃」，深化數位媒體實務	走入實習現場，執行跨媒體社會倡議與專案執行	整合四年作品集，連結文教、NPO與新媒體產業職涯

選修

成為社會教育的專業人才

其他有利審查資料

Additional Documents

一、社會服務

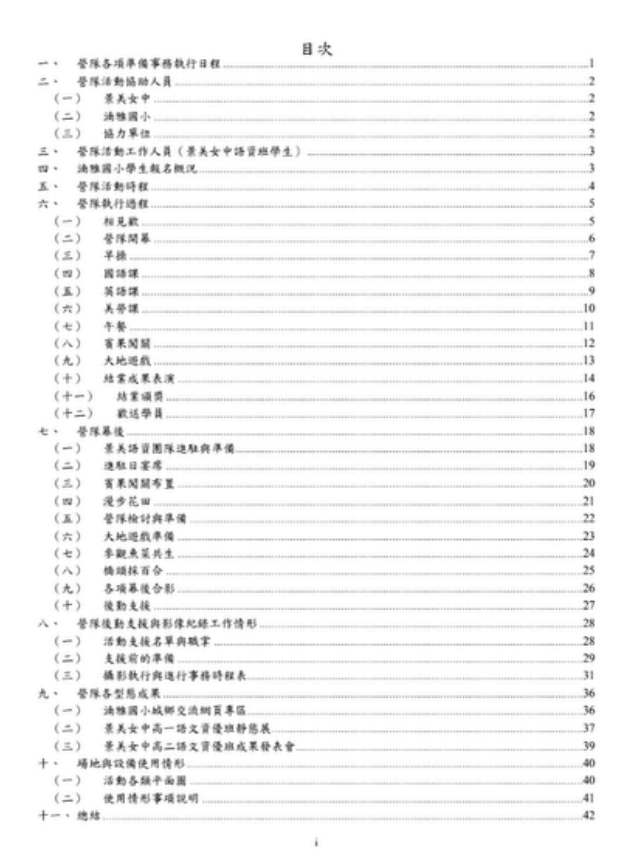
(一)服務學習副召與總召

在過去的團隊經驗中，我習慣扮演好一個「執行者」的角色，總認為只要把分配到的任務做到完美就好。高一時擔任彰化湳雅國小服務營隊的副召，我專注於幕後籌備、場地劃分與教案審查。當時心裡常想：「只要把步驟設計得足夠詳細、演練得夠熟練，活動就一定會順利吧？」然而到了驗收的時候，現實卻給了我重重一擊：我們籌備許久的互動流程，對國小低年級的孩子來說太過繁複；看似充實的內容，反而讓他們感到焦慮與挫折。多次的教案退件與現場落差震撼了我，讓我深刻反思——我以為的「用心準備」，是不是只是一種高高在上的「高中生優越感」？我們是否真的站在對方的認知視角去設計陪伴？



湳雅國小與景美女中 114 學年
語文資優班寒假服務學習營隊
執行成果

中 華 民 國 1 1 5 年 6 月



目次

一、 營隊各項準備事務執行日程 1
二、 營隊活動協助人員 2
（一） 景美女中 2
（二） 湳雅國小 2
（三） 協力單位 2
三、 營隊活動工作人員（景美女中語資班學生） 3
四、 湳雅國小學生報名概況 3
五、 營隊活動時程 4
六、 營隊執行過程 5
（一） 相見歡 5
（二） 營隊開幕 6
（三） 早操 7
（四） 國語課 8
（五） 英語課 9
（六） 美勞課 10
（七） 午餐 11
（八） 百果闖關 12
（九） 大地遊戲 13
（十） 結業成果表演 14
（十一） 結業頒獎 16
（十二） 歡送學員 17
七、 營隊幕後 18
（一） 景美語資團隊進駐與準備 18
（二） 進駐日客廳 19
（三） 百果闖關布置 20
（四） 漫步花田 21
（五） 營隊檢討與準備 22
（六） 大地遊戲準備 23
（七） 參觀典菜共生 24
（八） 摘蘋採百合 25
（九） 各項幕後合影 26
（十） 後勤支援 27
八、 營隊後勤支援與影像紀錄工作情形 28
（一） 活動支援名單與職掌 28
（二） 支援前的準備 29
（三） 攝影執行與進行事務時程表 31
九、 營隊各型態成果 36
（一） 湳雅國小城鄉交流網頁專區 36
（二） 景美女中高一語文資優班靜態展 37
（三） 景美女中高二語文資優班成果發表會 39
十、 場地與設備使用情形 40
（一） 活動各類平面圖 40
（二） 使用情形事項說明 41
十一、 總結 42

(服務學習總成果 https://reurl.cc/xe2pye)

其他有利審查資料

Additional Documents

到了高二接任總召，責任的重量完全不同了。我不再只是管好自己的工作，而是要獨自扛起跨兩個年級團隊的長達一學期的籌備期，並且直接對全場運作、安全性與教學品質負責。那段時間我每天都在面對多重夾擊與困境：對上，要面對指導老師對教案與決策的嚴格質疑，常被問到「這種設計如果現場失控，你有備案嗎？」；對內，要協調高一、高二夥伴之間的合作分歧與執行落差；對外，還要親自處理宣傳宣導與各項資源對接。好幾次遇到驗收不通過或夥伴進度脫軌時，我常在深夜看著企劃案問自己：「我真的能帶好大家嗎？如果連我都慌了，全場要怎麼辦？」

在活動現場，身為「總指揮」，我更必須隨時進行極限調度與臨場應變——當教室教學超時、設備突發狀況，或是孩子情緒失控時，大家所有求救的目光都是投向我。我學會了吞下焦慮、冷靜下達指令，成為團隊最穩定的後盾。這段充滿磨練的總召歷程，不僅徹底鍛鍊了我的專案統籌、向上溝通與高壓決策能力，更讓我明白：真正的教育平權絕非複製標準答案，而是學會蹲下身子、尊重在地差異，帶領團隊建立一條因地制宜的陪伴之路。

08:10-08:40	報到及學伴相見歡	
08:40-09:00	始業式	(包含兩校師長致詞、大合照)
09:00-09:20	早操	★高二學姐負責帶
09:25-10:10	課程 (國語/英語)	★國英兩科交錯
10:20-11:40	課程(美勞)	★
11:50-12:20	午餐	
12:20-12:50	午休	★值星控場、國英兩科課程準備
13:05-13:50	課程 (國語/英語)	★國英兩科交錯、資果布簡
14:00-15:20	資果闖關	
15:20-15:50	資果獎品兌換	
15:50-16:00	集合放學	
16:00-17:00	打掃、漫步花田	
17:00-18:00	晚餐	
18:00-19:00	盥洗	
19:00-20:00	營隊檢討	
20:00-21:00	課程準備	(包含收拾、睡前刷牙等..)
21:00-22:00	星空夜語	
22:00	全體就寢	★所有人躺好熄燈
營隊 Day2		
06:00-07:00	早餐準備	
07:00-08:00	早餐	★07:00所有人起床
08:00-08:10	準備報到工作	
08:10-08:30	報到及小隊時間	
08:30-08:50	早操	★高一學妹負責帶
08:55-10:15	大地遊戲	
10:15-10:25	準備結業式	
10:25-12:00	結業式、歡送學伴	
14:00		

行程安排
(https://reurl.cc/WzgAKO)



活動細流
(https://reurl.cc/Vng2Gy)

其他有利審查資料

Additional Documents

總召身分證明(擷取自服務學習總成果)

三、營隊活動工作人員（景美女中語資班學生）

組別	學生組長	成員
總隊長	鄭宇喬	
[illegible]	[illegible]	
值星官	周語柔 周宇恩	
教學組	李奕葳 楊雅涵 國語：李奕葳 英語：闕帝妮 美勞：李韋蓉	國語：李奕葳、張禕庭、李佩涵、黃歆雅 英語：闕帝妮、葉哲涵、林韻玟、楊宇喬 美勞：李韋蓉、陳芷翎、吳巧宇、葛蓉穎、楊雅涵、吳沛欣
活動組	葉宸綾 許羿思	李芷維、劉雨霈、陳晶晶、廖韻晴、洪可沐、張裴芯、楊書惟、林宥葳、許育甄、謝奐昀、吳泠葵、周庭甄、林榆婷、戴若恬、王瑾霏
輔導組	程宣盈 羅雅雯	吳芊苹、詹欣潼、林妍蓉、張芹菲、陳歆潔、陳怡蓁、陳亮羽、黃晨晨、郭思妤、廖于萱
文書組	陳晶晶 周庭甄	李韋蓉、黃歆雅、葛蓉穎
炊事組	劉雨霈 楊雅涵	闕帝妮、許羿思、戴若恬、謝奐昀
攝影組	廖韻晴 許育甄	張禕庭、林宥葳、吳巧宇、王瑾霏
器材組	李芷維 李佩涵	洪可沐、林韻玟、吳沛欣、楊宇喬
環保組	陳芷翎 楊書惟	葉哲涵、林榆婷、張裴芯、吳泠葵

景美女中語資班學生參與本次服務學習人數為 49 人。

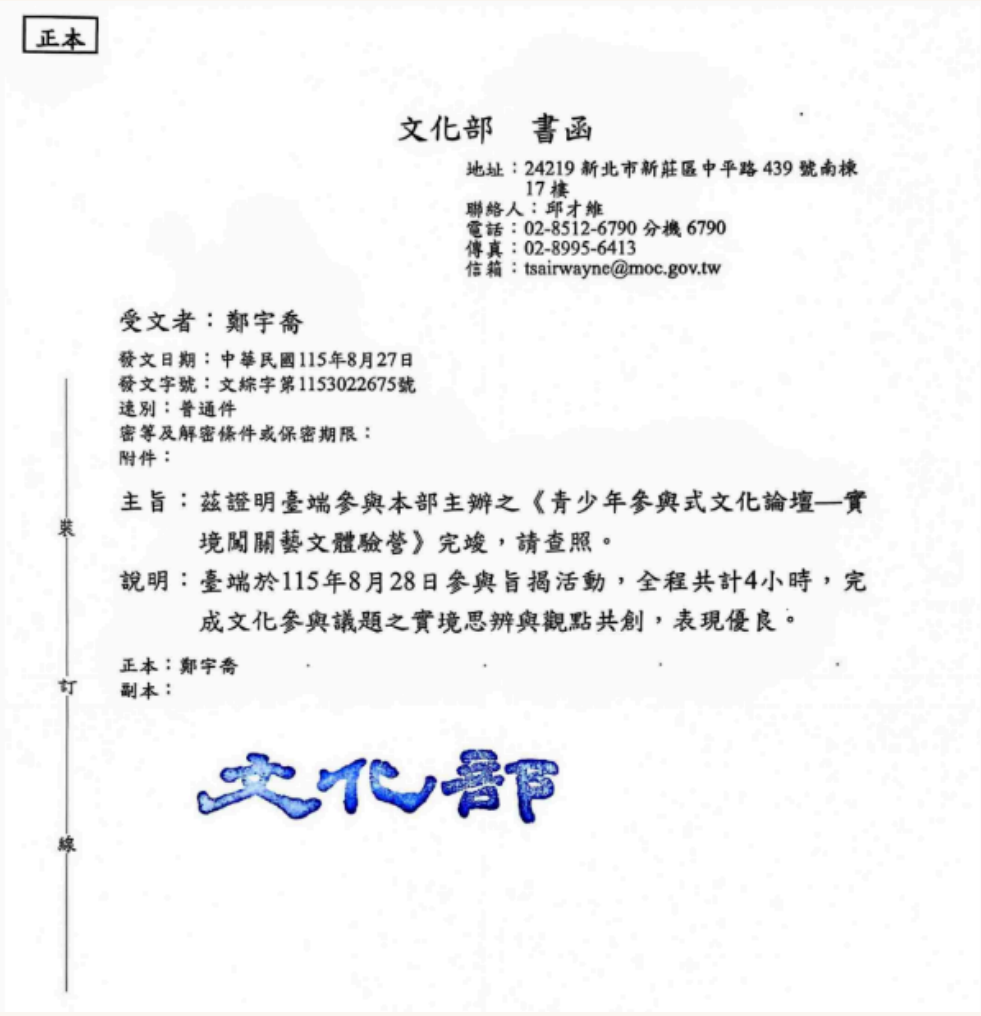
A	B	C	D	E	F	G	H	I
	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	(紅色日期為服學準備、藍色日期為重要行程與段考、紫色為新增項目)
九月 十月	28	29	30	1	2	3	4	1 幹部開會、學伴分配
十月	5	6	7	8	9	10	11	5 小資果遊戲初賽 小早操選歌、6 中秋節放假、8 小值星口令練習、10 國慶放假
十月	12	13	14	15	16	17	18	13 發下兩地書、14 第一次段考、15 第一次段考 統計暱稱、16 收兩地書、17 補交兩地書 兩地書交給組長老師
十月	19	20	21	22	23	24	25	19－24 二善日本交流、24 光復節補假
十月 十一月	26	27	28	29	30	31	1	27 國語教案小驗 小早操編舞(初)、28 英文教案小驗 、29美勞教案小驗、30 學妹隊輔舞半首 確認小早操編舞、31 課程提案 小驗小早操
十一月	2	3	4	5	6	7	8	3 小資果、4發兩地書 驗收小資果、5 小值星哨子練習(國科爾找老師) 隊輔訓練(多功能五)、6 收兩地書 小驗小早操、7 兩地書繳交 大地遊戲提案
十一月	9	10	11	12	13	14	15	10 國語組試教(教學長) 小驗小早操、11 英文組試教(教學長)、12 美勞組試教(教學長)、13 學妹隊輔舞驗收 小驗小資果、14 小驗小早操
十一月	16	17	18	19	20	21	22	17 小驗小早操 高一隊輔舞全、20 確認大地遊戲
十一月	23	24	25	26	27	28	29	26 第二次段考、27 第二次段考
十一月 十二月	31	1	2	3	4	5	6	1 大驗小早操、5 共專大驗(一)
十二月	7	8	9	10	11	12	13	10 小驗大地遊戲 小值星口令與哨子練習、12 高一合唱比賽
十二月	14	15	16	17	18	19	20	15 國語組試教(教學長)、16 英文組試教(教學長)、17 美勞組試教(教學長) 小值星口令與哨子練習、18 大驗小早操、19 共專大驗(二)
十二月	21	22	23	24	25	26	27	24 小驗大地遊戲、25 行憲紀念日放假
十二月 一月	28	29	30	31	1	2	3	31 小驗大地遊戲、1 元旦放假
一月	4	5	6	7	8	9	10	7 小值星口令與口哨、9 共專大驗(三)
一月	11	12	13	14	15	16	17	16 第三次段考
一月	18	19	20	21	22	23	24	19 第三次段考、21 小值星大驗、23 共專大驗(四)
一月	25	26	27					25–27 服務學習

驗收與檢查行事曆(https://reurl.cc/rk23ek)

(二)文化參與

1.青少年參與式文化論壇

過去關注文化與社會議題時，我往往只停留在「被動接收資訊」的層次，總覺得「政策與制度那些大道理，距離我們高中生好遠，我真的能發揮什麼影響力嗎？」但懷著這份不安，我決定跨出舒適圈，報名參加文化部的青少年文化論壇。初次踏入討論現場，看到來自各地的青年與專家，我內心其實非常緊張，不斷問自己：「我的觀點會不會太淺薄？我提的建議真的有人在乎嗎？」但在分組討論中，我嘗試將自己在同儕間看到的文化消費習慣與影音傳播經驗提出來，意外發現這些來自第一線的真實觀察，正是大眾容易忽略的關鍵。這段體驗讓我打破了對公共參與的恐懼，明白只要願意開口，高中生的聲音同樣具有力量。



正本

文化部　書函

地址：24219 新北市新莊區中平路 439 號南棟 17 樓
聯絡人：邱才維
電話：02-8512-6790 分機 6790
傳真：02-8995-6413
信箱：tsairwayne@moc.gov.tw

受文者：鄭宇喬

發文日期：中華民國115年8月27日
發文字號：文綜字第1153022675號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：

主旨：茲證明臺端參與本部主辦之《青少年參與式文化論壇—實境閩關藝文體驗營》完竣，請查照。

說明：臺端於115年8月28日參與旨揭活動，全程共計4小時，完成文化參與議題之實境思辨與觀點共創，表現優良。

正本：鄭宇喬
副本：

文化部

裝 訂 線

青少年參與式文化論壇參與證明

(二)文化參與

2.2026全國文化會議青少年代表

從論壇活動一路走來，有幸擔任全國文化會議的青少年代表之一。當時討論到歷史建築保存與在地文化記憶時，看著台上宏觀的法規條文，我心中油然升起一個巨大的疑問：「那些無法為自己說話的歷史建築、逐漸被遺忘的在地記憶，到底該由誰來為它們發聲？我們高中生又能做些什麼？」這段經驗讓我明白，文化保存不該只是冷冰冰的硬體維護，而是要讓歷史與當代人的生活產生連結。這不僅鍛鍊了我跨世代溝通與議題轉譯的能力，更讓我堅定了推動大眾文化教育、為在地聲音代言的決心。









二、學術領域

(一)全國中學生閱讀心得比賽

1.《在天堂遇見的下一個人》特優

一直以來，我都非常熱愛閱讀，但過去寫心得時，總習慣停留在「這本書讓我好感動」的感性層面。在準備全國高級中學讀書心得寫作比賽時，我開始試著問自己：「這本書除了帶給我個人感動之外，它背後反映了什麼樣的社會現實？我能不能用更寬廣的視角去理解它？」


獎狀
AWARD
NATIONWIDE SENIOR HIGH SCHOOLS
Reading
And Writing
COMPETITION
全國高級中等學校閱讀心得寫作比賽
區 域 別：臺北
學校名稱：市立景美女中
姓　　名：鄭宇喬
梯次組別：1140310
獲獎名次：一年級 特優
閱讀書名：在天堂遇見的下一個人
特頒此狀　以資鼓勵
教育部國民及學前教育署
全國高級中等學校
圖 書 館 輔 導 團
中 華 民 國 一 一 四 年 五 月

以《在天堂遇見的下一個人》這本獲獎作品為例，我不再只把它當作一部溫暖的奇幻小說，而是嘗試運用生命教育與社會學的視角去剖析文本。我開始思考：我們在日常生活中看似微不足道的選擇，會在無形中對周遭的社會網絡產生什麼樣的隱性連帶？這讓我體悟到，「利他精神」與「人際連結」絕非只是個人道德層面的修養，而是能超越個體、轉化為促進社會共融與集體韌性的公共價值。

2.《孤單又燦爛的神–鬼怪》特優

追這部劇的時候，我本來跟大多數人一樣只是被劇情吸引，但要把這本書拿去投稿時，我心裡其實很猶豫：「寫這種流行影視改編的小說，會不會被評審覺得很幼稚、沒深度？」

為了打破這個刻板印象，我逼自己拿掉偶像劇的濾鏡，把注意力放在故事裡那句「他的人生是他自己改變的」。我發現大家常把現實中的挫折歸咎給運氣或大環境，但故事裡的角色卻在絕望裡硬是活出自己的選擇。這段寫作過程讓我體驗到，大眾流行文化其實是最好的生命教育素材，只要換個視角，看似輕鬆的影視作品也能聊很深的心理創傷與個人選擇。


獎狀
AWARD
NATIONWIDE SENIOR HIGH SCHOOLS
Reading And Writing
COMPETITION
全國高級中等學校閱讀心得寫作比賽
區 域 別：臺北
學校名稱：市立景美女中
姓　　名：鄭宇喬
梯次組別：1141009
獲獎名次：二年級 特優
閱讀書名：孤單又燦爛的神：鬼怪
特頒此狀　以資鼓勵
教育部國民及學前教育署
全國高級中等學校
圖 書 館 輔 導 團
中 華 民 國 一 一 四 年 十 一 月

3.《回憶當鋪》優等

這本書最刺痛我的一點，是它問大家要不要把「不好的記憶」賣掉換錢。在升學壓力很大的生活裡，我們常常被要求做事情要講求效率、要有用，甚至連那些失敗或丟臉的經歷，都想直接從腦袋裡抹掉。

但我邊寫邊想，如果把這些不完美的碎片都丟掉，自己還算是一個完整的人嗎？我試著把這種對「功利社會」的質疑寫進文章裡，去討論那些看似沒用、甚至痛苦的個人回憶，對一個人的人格建立與社群共感到底有多重要。拿到獎項對我是個很大的鼓勵，讓我知道原來自己對生活週遭這些細微現象的反思，是很有渲染力的。


獎狀
AWARD
NATIONWIDE SENIOR HIGH SCHOOLS
Reading
And Writing
COMPETITION
全國高級中等學校閱讀心得寫作比賽
區 域 別：臺北
學校名稱：市立景美女中
姓　　名：鄭宇喬
梯次組別：1150310
獲獎名次：二年級 優等
閱讀書名：回憶當鋪
持須此狀　以資鼓勵
教育部國民及學前教育署
全國高級中等學校
圖書館輔導團
中華民國一一五年五月

(二)小論文

小時候讀金庸，總覺得俠客就該一路懲奸除惡、順風順水，但讀到《天龍八部》時我卻越讀越悶——為什麼蕭峰武功蓋世、重情重義，命運卻偏偏要一步步把他逼向絕路？這個疑惑促使我以「《天龍八部》中蕭峰的悲劇英雄形象」為題撰寫小論文。我不再只看武打場面，而是嘗試從社會學與心理學角度，剖析他夾在宋遼族群認同之間的撕裂感，以及個體在龐大命運與宿命結構下的無力感。

把小論文寫完只是第一步，真正的考驗是後來要把這份研究改編成簡報、站上全校專題發表的舞台。當時我碰到了很大的瓶頸：如果只是把論文裡的繁複論述搬上投影片，底下聽眾大概三分鐘就會睡著。我開始思考：「要怎麼做，才能讓沒讀過《天龍八部》的同學，也能聽懂蕭峰的心靈困境？」

小論文上台簡報　　小論文文本　　自製前導影片

其他有利審查資料

Additional Documents

為了讓發表更有渲染力，我打掉重練了好幾次簡報設計。我捨棄了大段文字，改用強烈的視覺對比來呈現蕭峰「英雄光環」與「命運枷鎖」的落差，並將繁雜的文本分析梳理成三個核心問題作為演講主線。上台那刻，我看著台下的眼睛，試著用說故事的方式把大家帶入文本的情境裡，引導聽眾一起思考「當一個人被社會標籤與身分認同給綁架時，該如何自處？」。

這次從「小論文撰寫」延伸到「簡報設計與演講發表」的完整歷程，對我來說是一次非常扎實的訓練。它不僅培養了我深度分析文本的能力，更讓我學會了如何把嚴肅的學術洞察，透過視覺與語言轉譯成能夠打動人心的演講內容。







第一頁(封面):
大家好，我是鄭宇喬，
我要今天報告的小論文主題是:《天龍八部》中蕭峰的悲劇英雄形象。
我的指導老師是郭志揚老師。

第二頁:
《天龍八部》的是香港作家金庸的武俠小說。
金庸的作品在華文文學中具有非常重要的地位，
不只是通俗小說，金庸的著作更常被視為是結合歷史、哲學與人性思考的文學作品。

第三頁:
其中，《天龍八部》因為它的人物複雜、思想深刻，
以宏大的歷史背景與深刻的人性探討，
被許多研究者認為，是金庸成就最高的作品之一，
更被譽為是「金學」研究的巔峰。

第四頁:
而在《天龍八部》眾多角色之中，
最令人震撼的人物，便是故事中三個主角之一的蕭峰。
他武功高強、重情重義，也是受人敬重的丐幫幫主，可以說是典型的英雄人物。

第五頁:
然而這樣一個英雄人物，卻在身世揭露之後，
因為契丹民族的血統，瞬間成為了被排斥的異族。
他的一生，始終夾在漢人與契丹之間，
既無法真正被宋人接受，也無法完全融入契丹族群，
最終只能自我了結，以死亡作為人生的結局。

第六頁:
因此，本研究希望探討：蕭峰究竟為何會走向悲劇？
而金庸又如何透過這個角色，
呈現民族衝突、人性矛盾，以及理想破滅之下的悲劇英雄形象。

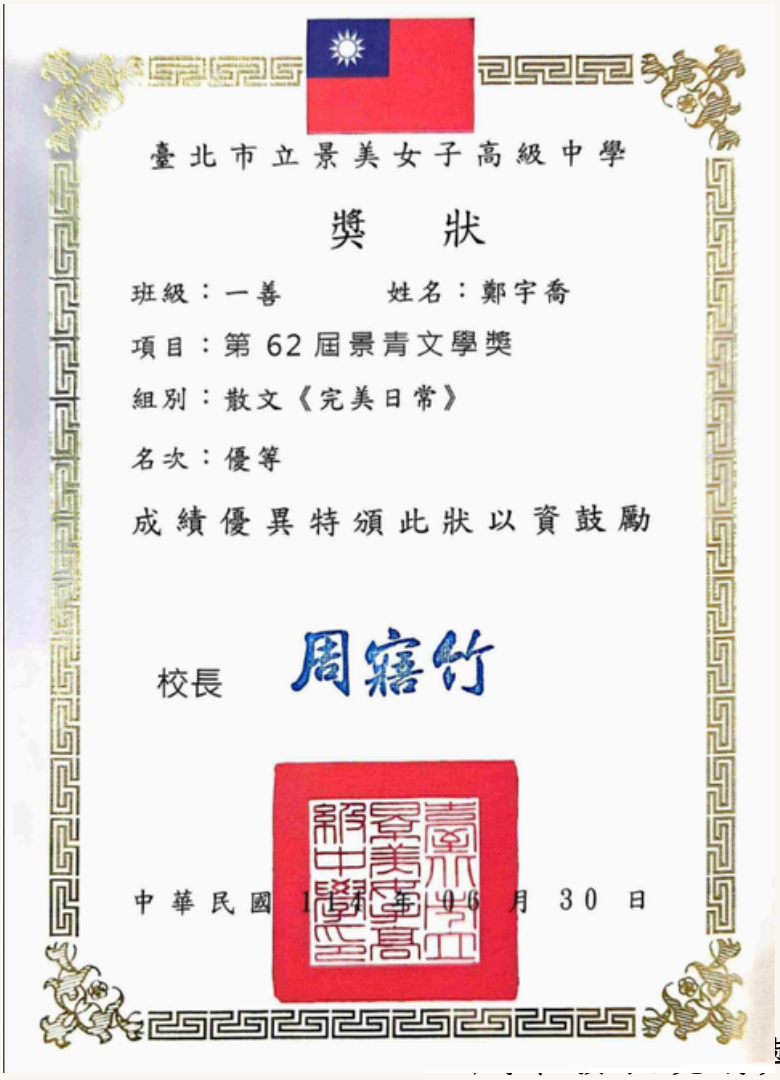
第七頁:
本研究認為，蕭峰的悲劇並不只是單一個事件造成，而是三種力量共同形成的結果。
第一，是身分悲劇。
他具有契丹血統，卻在漢人社會中長大，因此血緣與文化產生衝突。
第二，是時代悲劇。
《天龍八部》的背景是宋遼對峙時期，當時民族對立非常強烈，
「華夷之辨」使契丹人很難被漢人接受。
第三，是性格悲劇。蕭峰過個性於剛直又重情重義，
因此無法像一般人一樣妥協或是自保。而在這三者交織之後，
最終使蕭峰被迫導向無門關的悲劇結局。

成果發表現場與資料

(三)景美女中青年文學獎

1.散文第三名《完美日常》

每天按著課表與鐘聲運作，我常看著走廊上如機械般的人群問自己：「這種被規劃得滴水不漏的生活，真的是我們想要的完美，還是困住靈魂的牢籠？」為了回答這份窒息感，我拿起了筆。我跳脫對「規律」的讚美，借《鐵達尼號》傑克的無常人生作為對照，反思現代體制如何剝奪個體的想像力與自主權。這篇創作不僅是我對體制秩序的一場溫柔反抗，也展現了我將日常觀察提煉為人文關懷與哲學思考的能力。


臺北市立景美女子高級中學

獎　狀

班級：一善　　姓名：鄭宇喬

項目：第 62 屆景青文學獎

組別：散文《完美日常》

名次：優等

成績優異特頒此狀以資鼓勵

校長　周寤竹

中華民國 [illegible] 年 06 月 30 日

與資料

內文

2.新詩第二名《鯨落》

看到「鯨落」這自然現象時，我心裡深受震動。在一個崇尚成功、追求「被看見」與「有結果」的社會裡，我們常把沉沒與失敗劃上等號。我常問自己：「難道那些傾盡全力卻最終消逝的努力，真的就毫無意義嗎？」我寫了這首詩。我試著描繪巨鯨下沉的過程——那不是失敗，而是「所有努力，終於不再需要被看見」。當龐大的身軀化為海底的養分，滋養出微小卻堅韌的新生命時，生命便完成了另一種無聲的延續。這次創作讓我明白，比起聲名與掌聲，能夠在默默承載中為他人與社會帶來價值，才是更深刻的影響力。



臺北市立景美女子高級中學

獎　狀

班級：二善　　姓名：鄭宇喬

項目：第 63 屆景青文學獎

組別：新詩《鯨落》

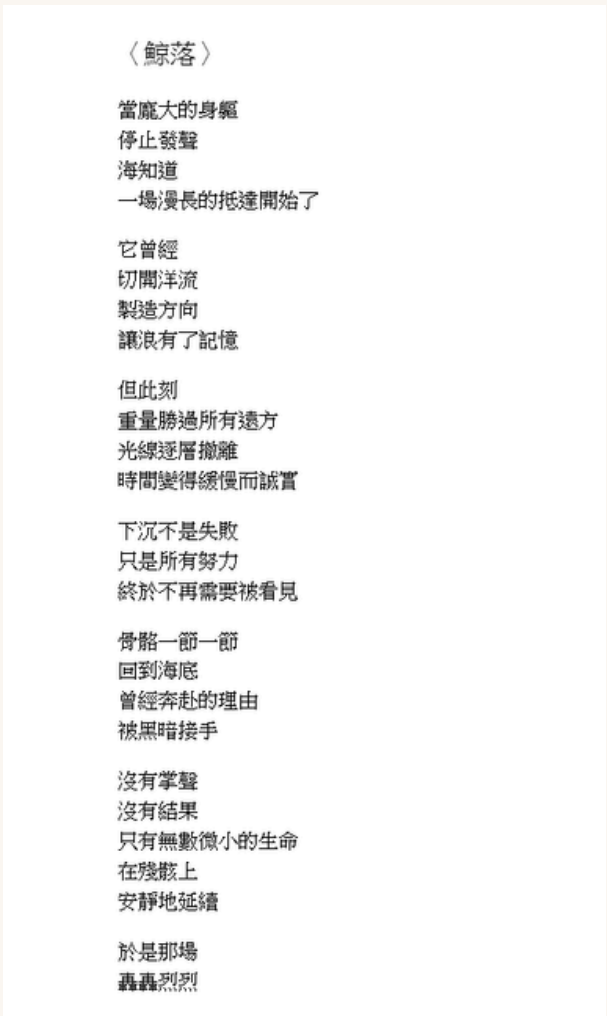
名次：特優

成績優異特頒此狀以資鼓勵

校長　周寤竹

中華民國 113 年 10 月 30 日

獎狀證明



〈鯨落〉

當龐大的身軀
停止發聲
海知道
一場漫長的抵達開始了

它曾經
切開洋流
製造方向
讓浪有了記憶

但此刻
重量勝過所有遠方
光線逐層撤離
時間變得緩慢而誠實

下沉不是失敗
只是所有努力
終於不再需要被看見

骨骼一節一節
回到海底
曾經奔赴的理由
被黑暗接手

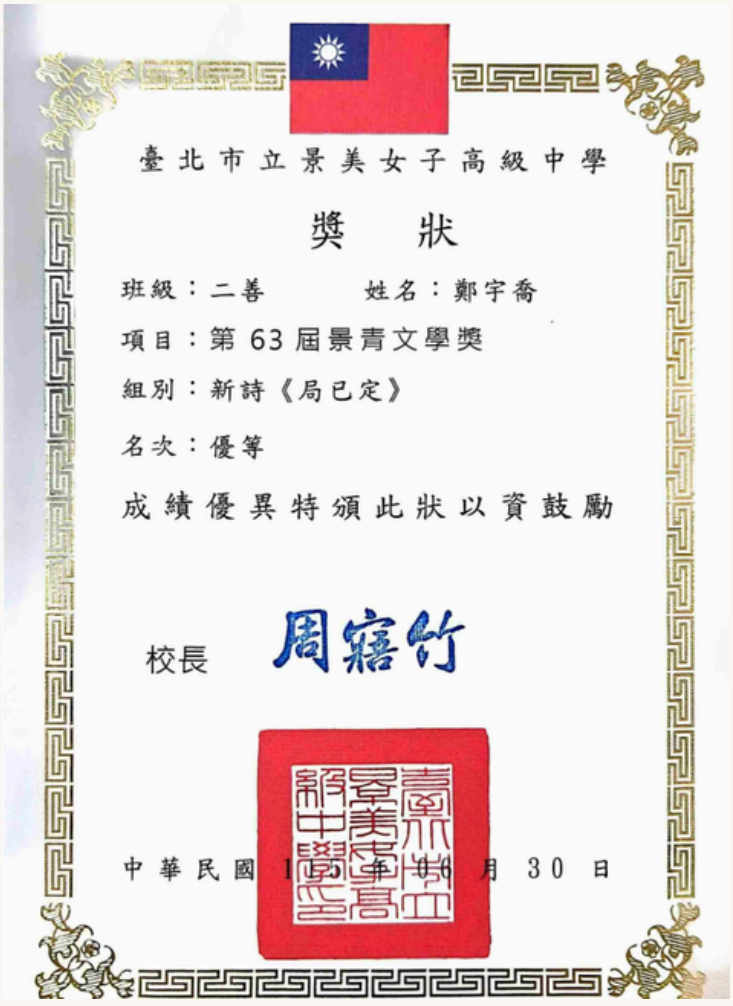
沒有掌聲
沒有結果
只有無數微小的生命
在殘骸上
安靜地延續

於是那場
轟轟烈烈

內文

3.新詩第三名《局已定》

面對體制或現實中許多早已被註定的結果，我常看著周遭的無力感問自己：「如果努力無法改變結局，那我們堅持向前、拔劍相向的意義到底在哪裡？」我試著描繪人在退無可退時的選擇——「劍被舉起，不是為了贏，而是讓結局站穩。」即使大局已定、四面楚歌，個體依然能透過尊嚴與行動，定義自己最後的姿態。這次創作讓我明白，人生的價值往往不取決於最終的勝負，而是在於我們如何在既定的框架與限制中，活出自己的主體性與選擇。



臺北市立景美女子高級中學

獎　狀

班級：二善　　姓名：鄭宇喬

項目：第 63 屆景青文學獎

組別：新詩《局已定》

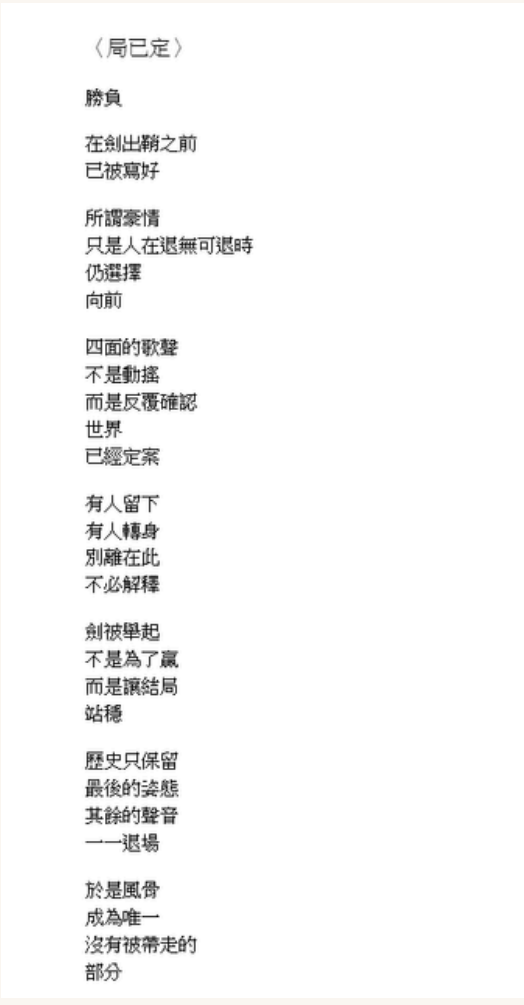
名次：優等

成績優異特頒此狀以資鼓勵

校長　周寤竹

中華民國 115 年 06 月 30 日

獎狀證明



〈局已定〉

勝負

在劍出鞘之前
已被寫好

所謂豪情
只是人在退無可退時
仍選擇
向前

四面的歌聲
不是動搖
而是反覆確認
世界
已經定案

有人留下
有人轉身
別離在此
不必解釋

劍被舉起
不是為了贏
而是讓結局
站穩

歷史只保留
最後的姿態
其餘的聲音
一一退場

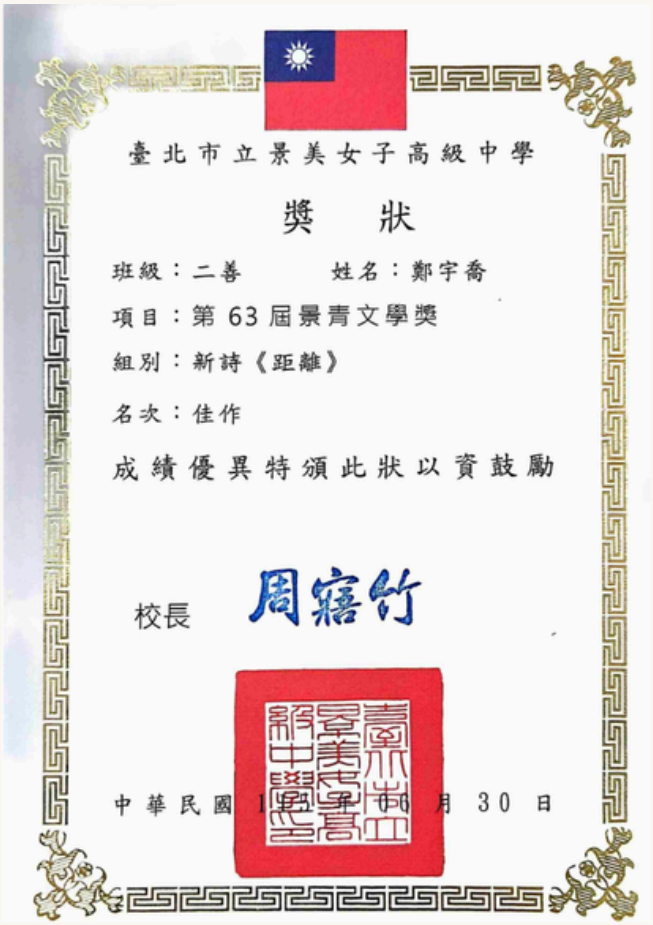
於是風骨
成為唯一
沒有被帶走的
部分

內文

4.新詩佳作《距離》

大家總覺得人和人隔得很遠是因為實體的空間，但我這首詩想寫的，其實是那種明明兩個人面對面坐著、中間只隔了一步，心裡卻像被一道看不見的牆卡住的尷尬。

寫〈距離〉時我拋開了複雜的隱喻，純粹想捕捉這種「以為靠得很近，其實只是抵達了錯覺」的心理狀態。現代人的社群網絡看起來連結無比緊密，但人際之間那種隱晦的隔閡與失焦，反而是被感知出來的。對我來說，詩不是為了宣導大道理，而是幫日常生活中那些摸不著、說不清的微小情緒，找到一個精準落腳的地方。



臺北市立景美女子高級中學

獎　狀

班級：二善　　姓名：鄭宇喬

項目：第 63 屆景青文學獎

組別：新詩《距離》

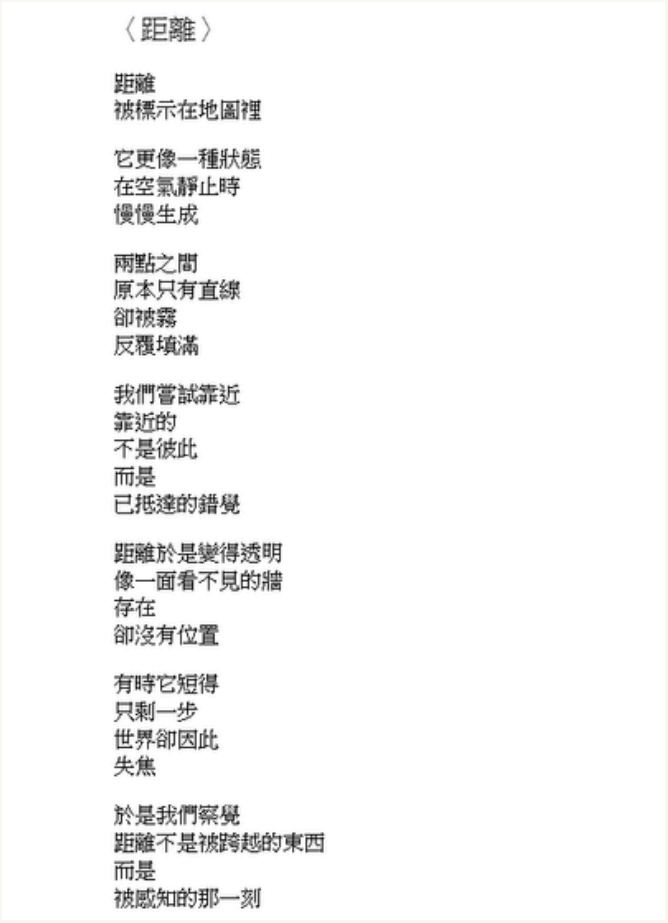
名次：佳作

成績優異特頒此狀以資鼓勵

校長　周寫竹

中華民國 [illegible] 年 [illegible] 月 30 日

獎狀證明



〈距離〉

距離
被標示在地圖裡

它更像一種狀態
在空氣靜止時
慢慢生成

兩點之間
原本只有直線
卻被霧
反覆填滿

我們嘗試靠近
靠近的
不是彼此
而是
已抵達的錯覺

距離於是變得透明
像一面看不見的牆
存在
卻沒有位置

有時它短得
只剩一步
世界卻因此
失焦

於是我們察覺
距離不是被跨越的東西
而是
被感知的那一刻

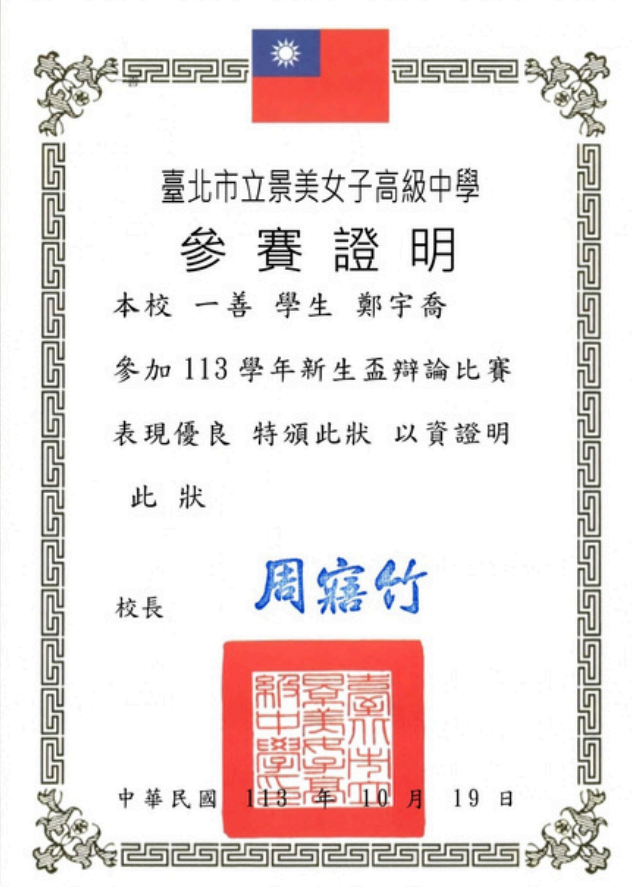
內文

(四)口語表達競賽

1.校內新生盃辯論比賽第二名

以前跟別人討論事情，我常常憑著感覺或直覺就衝動發言。但第一次站上辯論比賽的發言台，面對台上讀秒計時的逼迫與對方辯友的針鋒相對，我才發現光有立場根本不夠，邏輯一旦有漏洞，三兩下就會被對方拆解得體無完膚。

備賽期間最過癮也最痛苦的，是我們必須把一個議題的兩面都徹底查透、切碎，甚至強迫自己站在原本反對的立場去思考。這場比賽拿到第二名固然開心，但對我來說最大的收穫，是學會了在情緒浮現前先「抽離出來看全貌」，以及如何在有限的時間裡，把複雜的論點講得條理分明、讓人聽得懂。


臺北市立景美女子高級中學

參賽證明

本校 一善 學生 鄭宇喬

參加 113 學年新生盃辯論比賽

表現優良 特頒此狀 以資證明

此 狀

校長 周寤竹

中華民國 113 年 10 月 19 日

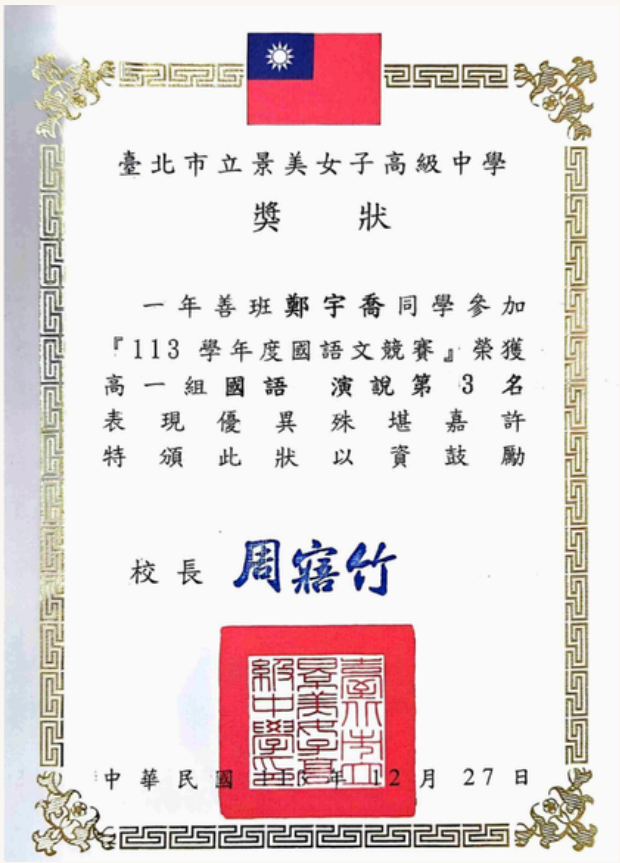
獎狀證明

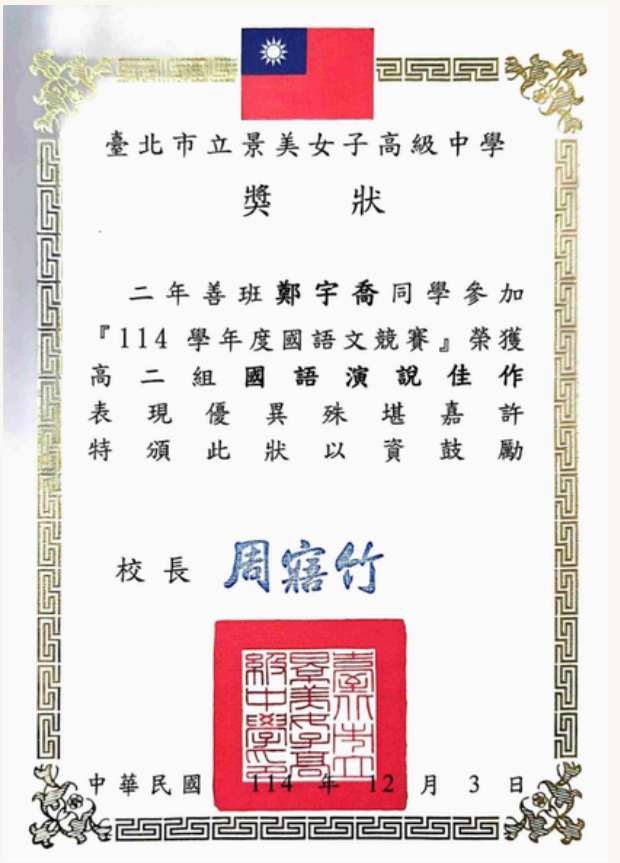
(四)口語表達競賽

2.校內國語演說競賽第三名與佳作

演說最刺激的就是抽題後只有幾分鐘思考，台上完全沒稿子可看，全看臨場反應。

第一次參賽時，我帶著一股傻勁硬著頭皮上台，在極度緊張下靠著直覺快速抓出邏輯骨架發揮，幸運地拿到了第三名。但也因為嚐到了無稿演說的震撼，後來的比賽我反而開始太過在意技巧與架構，講起來變得有些彆扭。這幾次無稿即席的經驗，不僅大幅鍛鍊了我在高壓下快速組織想法的反應力，也讓我明白比起精準的表演，能夠臨場真誠地跟台下溝通，才是表達最核心的本質。


臺北市立景美女子高級中學
獎　狀
一年善班鄭宇喬同學參加
『113學年度國語文競賽』榮獲
高一組國語　演說第3名
表現優異殊堪嘉許
特頒此狀以資鼓勵
校長 周寫竹
中華民國113年12月27日


臺北市立景美女子高級中學
獎　狀
二年善班鄭宇喬同學參加
『114學年度國語文競賽』榮獲
高二組國語演說佳作
表現優異殊堪嘉許
特頒此狀以資鼓勵
校長 周寫竹
中華民國114年12月3日

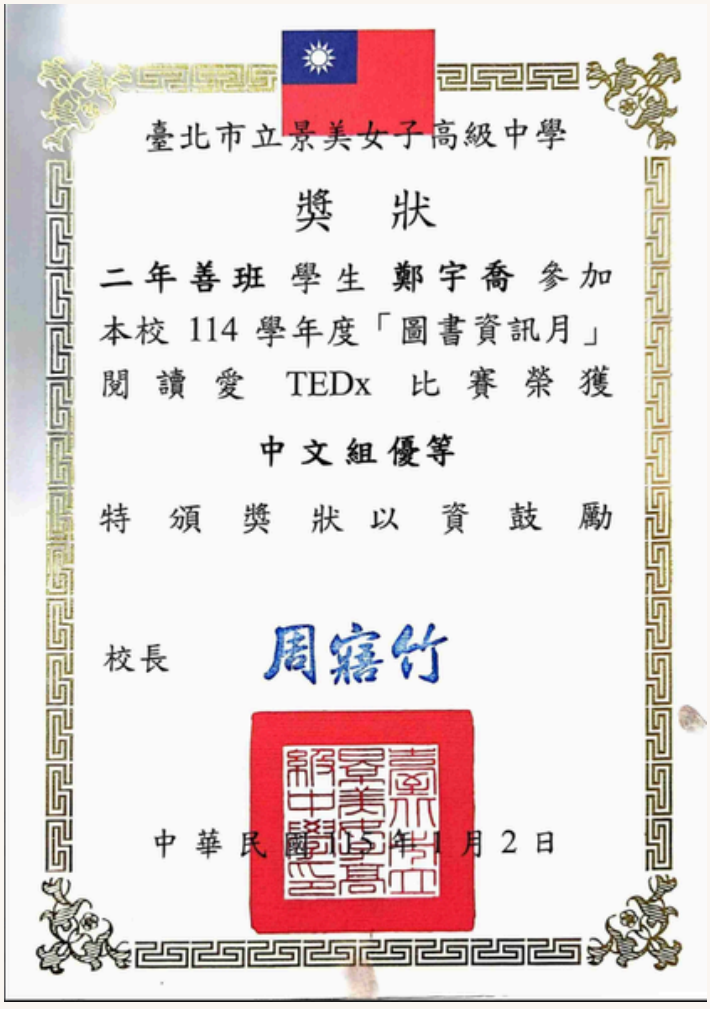
獎狀證明

(四)口語表達競賽

3.校內TED愛閱讀演講比賽第二名

當初選《在天堂遇見的五個人》這本書，最吸引我的不是什麼深刻的大道理，而是主角愛迪覺得自己一輩子平庸又失敗的那種無力感。在準備 TED 演講時，我最痛苦的不是背講稿，而是怎麼把這本書裡那種「每個人看似不起眼的選擇，其實都在默默影響別人」的微妙連結，用幾分鐘的時間講得讓人聽得懂又不覺得在背書。

我試著拋開傳統演講那種昂揚的腔調，把簡報畫面降到最簡，用最直接的故事去表達。這場比賽拿到優等，對我來說最大的收穫不是名次，而是我發現當你不再急著跟台下灌輸大道理，而是用心把一個故事講好的時候，那種共鳴比什麼技巧都管用。


臺北市立景美女子高級中學

獎　狀

二年善班 學生 鄭宇喬 參加
本校 114 學年度「圖書資訊月」
閱讀愛 TEDx 比賽榮獲

中文組優等

特頒獎狀以資鼓勵

校長 周寤竹

中華民國 115 年 1 月 2 日

獎狀證明

演講簡報

演講全程影片

三、傳播實務

(一)大眾傳播社

加入大眾傳播社，對我來說是一個把「內心想法」轉化為「大眾語言」的實驗室。我不喜歡只停留在空想，而是習慣透過源源不絕的作品去回應生活——從影視文化解構（如用《鬼怪》聊生命選擇、用《鐵達尼號》反思體制）、社會議題小論文，到四度獲得景青文學獎的詩歌、散文，大傳社成為我將這些龐大創作量進行轉譯與輸出的重要平台。

在社團裡，我不僅大量產出文本，更嘗試多元的媒介表達：把繁複的文獻分析轉化為視覺簡報、站上舞台進行專題發表，甚至透過文字與影像嘗試跟不同群體對話。這段在大傳社高強度創作與轉譯的經驗，不僅鍛鍊了我敏銳的社會觀察力，也培養了我跨媒介的內容產出能力，讓我能夠不斷用作品跟這個世界保持對話。





景美椰曦28屆社慶《潯之約》｜空白的那一頁



景美椰曦28屆社慶《潯之約》｜幹介片

成果發表三部影片剪輯與出演

其他有利審查資料

Additional Documents

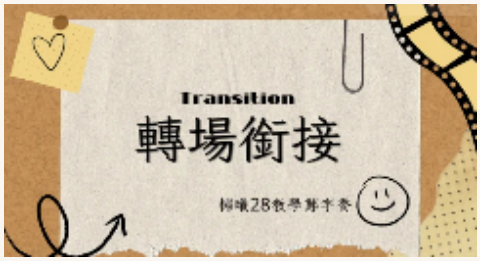
而身為社團裡的教學，我主要的任務就是教社員怎麼做簡報，把繁雜的文字轉化為有渲染力的視覺。這段時間我自己做過了無數份簡報，從專題發表、影視解析到課堂教學檔都有。比起教硬邦邦的軟體操作，我更常帶大家練習：「怎麼抓出重點，讓看的人一秒聽懂你想講什麼？」這份大量產出的實作經驗，不僅讓我的簡報製作速度極快，也練就了我精準提煉資訊的核心能力。



https://canva.link/atfiqxv4kyjeyuq



https://canva.link/4uscmoxf4mlbs6m



https://canva.link/7j1znkbzavqx90j



https://canva.link/nixyzb7vaybyeh8



https://canva.link/jlnmmpujdx1zccz



https://canva.link/uofxurel2vcyu0y



https://canva.link/f9omqg6j4l5od49



https://canva.link/b09wer54t62xwiu



https://canva.link/cd2ixlwh87gpm7n

整學期上課簡報

三、傳播實務

(二)自主學習代表班級展出

當了大傳社教學後，我常想：「如果自己都半生不熟，要怎麼帶學妹？」這份想把教學做好的責任感，成了我發起《造影者》自主學習計畫的起點。我不再只是被動地看電影，而是開始拆解鏡頭語言、調度與剪接邏輯，並透過「邊學邊做」的方式，把每次嘗試落地成具體作品。從為了社課備課而將網路資訊統整轉化為視覺教學簡報，到地理課作業中挑戰用達芬奇（DaVinci Resolve）剪輯出 5 分鐘的文化主題短片，再到日本教育旅行時用手機連續七天紀錄並練習流暢轉場的 Vlog，我一步步建立起從拍攝到後製的完整工作流程。這次自主學習不僅讓我掌握了影片製作的實務，更重要的是讓我體會到「輸出是最好的輸入」，當我能把抽象的影音知識轉化為具體作品並教給別人時，這些技術才真正變成了帶不走的實力。







https://drive.google.com/file/d/1bgbm5L7W3rga8nC98KhSoF31B57Xr6yr/view?usp=sharing

三、傳播實務

(三)地理專題研究youtube影片

在地理課的專題研究中，我們小組選擇了「東南亞文化與飲食」這個主題。為了讓原本硬邦邦的知識點更容易被同學接受，我主動提議跳脫傳統講述式簡報，改用主流流行影音「YouTube 開箱體驗」的敘事模式來呈現。我將團隊的研究內容重新編排成具備娛樂性與知識性的腳本，並親自使用達芬奇（DaVinci Resolve）軟體進行剪輯，挑戰了「東南亞泡麵開箱」這支 5 分鐘的微紀錄短片。從鏡頭節奏、字幕卡設計到背景音樂的搭配，我都嚴格對標流行 YouTuber 的製作質感。這部影片最後在課堂發表時獲得極高的評價，也讓我深刻體會到，只要找對大眾語言與影音媒介，再專業的地理人文專題也能變得引人入勝。



https://youtu.be/2vj28XtKUUQ?si=mmYx3emEv8BlpCl6

四、統整

最後，除了文字檔與簡報，我也將高中的文學創作、影音剪輯、社團教學簡報以及專題發表整理成個人數位作品集網站。希望能透過更直觀、系統化的方式，向教授展示我跨媒介的創作成果與整理能力。

https://maureen.page/