

國立臺灣大學公共衛生學院 2025 年研究生優秀論文獎心得感想

張以和

很榮幸能獲得 2025 年公衛學院研究生優秀論文獎，回首這段從迷惘到堅定的研究歷程，內心充滿了難以言喻的感激。這篇論文的誕生絕非一帆風順，從最初摸索題目到後來忍痛更換題目的陣換期，中間經歷了無數次的挫折。特別要由衷感謝我的指導教授張弘潔老師，在我對研究產出失去信心的時刻，老師總是堅定地鼓勵我挑戰投稿，即便是面對高達數十次、甚至近百次的來回細心修改，老師依然不辭辛勞地逐字逐句指引我調整邏輯架構與文字精準度，因為這份細膩與堅持，才讓這篇論文得以從粗糙走向完整。雖然過程中經歷了許多風風雨雨，甚至在兩次投稿期刊未果的壓力下遠赴日本關西大學交換，但正是那段在異國靜心梳理邏輯與文字的時光，讓我從對產出沒信心，轉而學會在自我對話中慢慢感受到研究的價值。特別感謝《台灣公共衛生雜誌》對我研究內容的器重與肯定，以及審稿委員與期刊編輯在審閱過程中給予的極為寶貴且專業的意見，讓這篇論文得以在反覆修改中趨於完善。我在這些學術日子學到的最重要的事，就是每一篇論文只要願意投入熱誠去認真比較、挖掘其獨特的價值，並在反覆辯證中學習如何相信自己，最終都能成就出色的作品。謝謝所有同儕一路上的陪伴與打氣，謝謝指導老師的提攜與厚愛，更謝謝這份獎項的肯定，讓我學會了在公衛研究的道路上，如何帶著韌性與自信繼續前行。