

心得報告：

自從去年入學，跨領域進入公衛對我來說是一項全新的挑戰。初涉陌生的知識、環境和氛圍時，我感到十分徬徨與不安。幸運的是，在師長和同學們的協助與鼓勵下，我學會放慢腳步、踏實學習，逐漸找回了自己的節奏，重新找回了自信和成就感。

如今能夠獲得這項殊榮，首先感謝阿夏老師一路以來的指導，不僅在學業和研究上耐心指引我方向，還在工作與生活方面給予我許多寶貴的建議與關懷，幫助我逐步走上正軌。接著，我衷心感謝健管所的所有師長，除了知識的傳授，還教會我以更寬廣的視野和多元的角度去看待公衛議題，學會在理性分析與批判中做出決策，並勇敢表達自身的想法。

此外，我也非常感謝健管所同學們的包容及陪伴。在課堂上我們互相合作、分享想法，這過程不僅啟發了我，也讓我學會以更寬闊的心胸面對這個多樣性的社會。

最後，再次感謝師長們的賞識。我深知自己仍有許多需要改進的地方，並會時刻提醒自己不滿足於現狀，持續精進，始終不忘初心！