

封面攝影——莊凱程
封面設計——鄭郁勳
封面人物——興毅國小

天下雜誌
CommonWealth
Magazine

封面故事

68

教育特輯 EQ再進化！SEL成教育關鍵字

全民必修的情緒課

文——蕭歆諺

大師觀點 78 全球情緒教育權威布雷克特
孩子心靈危機更嚴重 5步驟管理情緒……………蕭歆諺

教學推手 82 國教院院長林從一
打造心理韌性護城河 痛苦與快樂同樣重要……………簡嘉佑

師資培訓 86 台師大BEST ME工作坊
當老師愈來愈心累？6堂課照顧自己……………蕭歆諺

學校實踐1 89 台北育航幼兒園
從遊戲中認識挫敗 給小孩「情緒披薩」……………黃馨慧

學校實踐2 92 台中僑孝國小
「仁慈」的魔法教室 學會愛與相處……………簡嘉佑

學校實踐3 96 雲林樟湖國中小
雲林深山的教育奇蹟 花東學生也來學品格……………簡嘉佑

學校實踐4 100 台北中正高中
雙北最早推SEL高中 學習單撫平躁動靈魂……………黃馨慧



目錄

4

14 史丹佛醫學院教授亞當斯
20幾歲的人最不快
愈老，愈幸福

田孟心

18 年底再現28字頭？
三大跡象，
強台幣時代來了

謝方媛

22 轉型推手1 新董座柯俊斌延攬關鍵人物
光陽找回戰將開新局

康瓊之

25 轉型推手2 吳奕成搶攻年輕人第一台機車
三陽穩坐市佔王

康瓊之

28 雙北最大影城，南港Lalaport威秀開幕
電影低迷
實體戲院為何大擴張？

鄭景受

32 決策篇 疫情、關稅、匯率危機不斷
五招超前部署
打造彈性供應鏈

EMBA雜誌

36 團隊篇 奧運代表隊心理學家親授3招
跨越焦慮
打造適應型團隊

EMBA雜誌



44 Computex亮點1 手機晶片王新秘密武器
讓筆電能待機32小時
高通攻AI的盤算

黃亦筠

49 Computex亮點2 山寨機王轉型AI玩家
聯發科AI制霸新武器

林以瑋

60 傳統金控靠電信業打進新金融的佈局
富邦台灣大賣比特幣

林麗珊

63 理財五角課 七張高齡實支險比一比
實支實付保到百歲
要買嗎？

謝方媛



104 Thinkers50全球頂尖管理思想家艾恩嘉
16歲失明的管理大師
獨創6步驟破框思維

盧沛樺

112 媽媽懷胎時曾求助，為何孩子被送保母家？
割割案掀開寄養難題

周好靜



124 二〇二五年天下USR大學公民調查
首度加入評審制
王者穩坐、黑馬突圍

蕭啟診

130 研究要能改善社會，不只登期刊
台大設計中小學課程
教兒少拒毒、防網癮

蕭啟診

132 「五化策略」解決地方難題
雲科大師生走入社區
AI記錄永續足跡

蕭啟診

健康

136



136

彰化員郭醫院，讓臥床奶奶走出門
移動醫院 在家變健康

周好靜

經濟學人

142

- 談不如意就換對象，必問對中政策
142 與川普關稅談判 小心被插隊
- 145 美國「金色穹頂」能防中俄飛彈？
- 146 美越關稅戰 蘇林的轉機和危機
- 148 最受爭議A-1巨獸 帕蘭泰爾崛起
- 150 全球經濟關鍵數字

專欄

17

關稅不是重點
自製率才是

朱敬一

52

台積首席科學家：
半導體人才現隱憂

陳良榕

56

Google被拆？
台積電要小心了

湯明哲

116

拚命招來的國際生
有被好好對待嗎？

李淑菁

118

台積電vs.中國貓熊
日本選哪邊？

野島剛

120

寧願上山也不上進
「植」場社交新風潮

dentsuz

140

未來健康 台大醫院院長
提升「誘因制度」
留住醫護人才

吳明賢

160

好書搶先讀《我們的美元，你們的問題》
告別低利率與低通膨時代
美元霸權陷入中年危機

辜樹仁

10

編者的話
情緒不失控
從自我覺察開始

陳一嫻

Off

151



美食

Season《台灣馬卡龍推手，重現法國百年食譜》
152 兩千八百元甜點套餐 嘗一口梵谷畫

呂冠璇

Unaverse《鹹甜混搭的台味宇宙》
156 地瓜球、彈珠汽水 變身米其林推薦甜點

呂冠璇

影視

《凡爾賽玫瑰》
159 自由與責任如何兼得？50年後，依然激勵人心

呂冠璇

更正啟事 《天下雜誌》八二二期第12頁，
Coachella應為科切拉。