

各位親愛的畢業生、敬愛的師長，以及一路默默支持孩子們的家長們，大家早安！

恭喜各位畢業生，即將帶著三年累積的學習、努力與回憶，走出校門，迎向一個前所未有的全新時代。

我們正站在巨大轉變的入口。世界正在從「人機協作」走向「人機共生」，逐步的「人機融合」。未來，人工智慧與機器人將創造驚人的效率，許多過去需要人類辛苦完成的工作，都可能逐漸被科技接手。

面對這樣的 AI 時代，我相信大家除了興奮，或許也有一點焦慮：如果 AI 寫程式比我快、畫圖比我美、邏輯比我強，那麼，我努力取得的學歷學位，到底代表什麼？

於是，把握最後一次機會與大家談話，我想送給大家三個新時代的關鍵字，作為你們面對世界、面對變局，也面對自己的力量。

第一個關鍵字：好好體驗，深深感受。

過去談適性發展，常是為了在市場中找到一份穩定工作，成為社會運轉中的一顆螺絲釘。但在 AI 時代，許多功能性、重複性，甚至專業化的工作，都可能由科技承擔。

因此，未來的適性發展，不只是適應市場，而是更深刻地回到自己：理解你是誰，發現你真正熱愛什麼，活出你的本性。真正能拉開差距的，不只是技能，而是機器難以複製的直覺、審美、同理心、創造力，以及對生命意義的思考。請勇敢跨出舒適圈，好好體驗世界，深深感受自己，持續學習，並為人生負責。

第二個關鍵字：高標準，低期待。

輝達黃仁勳先生曾說：「標準可以很高，但期待不要太滿。」這不是要我們降低要求，也不是放棄努力，而是提醒我們：你可以全力以赴，但不必要求人生每一次都照著你的劇本上演。

請記得，沒有人的成長是一條完美直線。人生會轉彎、會暫停、會跌倒，也會有一些當下看似失敗，後來卻成為禮物的經驗。世界沒有立刻給你掌聲，不代表你沒有價值；真正的成長，不是活在別人的評價裡，而是穩穩走在自己的道路上。

把標準拉高，是對自己的要求；把期待放低，是對世界的理解。人生不是一場急著交卷的考試，而是一段慢慢成形的旅程。請在每一次選擇裡更誠實地靠近自己，在每一次跌倒後更清楚地認識自己，在每一次重新出發時更勇敢地成為自己。

第三個關鍵字：回血力。

過去的時代推崇「硬撐」：跌倒了不准哭，受傷了繼續衝；後來我們談「恆毅力」，鼓勵大家咬牙撐過困難。但在變動快速的 AI 時代，我們更需要韌性，也就是跌倒後能修復自己，然後再次站起來的「回血力」。

未來最強大的人，不一定是最完美、從不跌倒的人，而是失敗之後仍願意再試一次的人；不是永遠情緒穩定的人，而是能在起伏之後找回力量的人；不是永遠擁有標準答案的人，而是始終保持好奇、持續學習、勇敢創造的人。

親愛的畢業生，今天之後，你們將走向更遼闊的世界。那個世界很快、很新，也充滿不確定性。但請相信，福和的師長們已經為大家裝備了面對未來的底氣：七個習慣的自我領導、自主學習的能力，以及成為「有溫度的福和人」的柔軟與力量。

願你們不急著向世界證明自己，而是在一次又一次的選擇與前進中，更好地成為自己，進而慢慢成為更好的自己。

有空記得回母校走走！

祝大家畢業快樂！