【高效能人士的 7 個習慣一日工作坊】
北高校園領導人專班 實施計畫

一、依據

（一）教育部於 114 學年度啟動「幸福教育、健康臺灣；幸福學校、師生共好社會情緒學習（SEL）中長程計畫」。

（二）沛德國際教育機構推廣【高效能人士的 7 個習慣】與「自我領導力教育（Leader in Me）」之實施方案。

二、課程說明與目標：

沛德國際教育機構是一家具有教育核心價值的社會企業，2013 年沛德將全世界風行多年、超過 70 個國家、7,000 所學校廣泛運用的「7 個習慣與自我領導力教育」引進台灣，積極為學校尋求合適基金會的贊助與支持，**提供合作學校師培課程、教師與學生手冊、教練與教學支持系統等相關經費，協助學校能夠系統化地促進社會情緒能力發展，落實品格教育，提供高品質專業發展及持續性的推行支持，**在台灣合作學校已累積 50 所。

以 7 個習慣為核心架構的「自我領導力教育」（Leader in Me）2018 年經美國非營利組織社會情緒能力學習（簡稱 SEL）的權威機構—CASEL（The Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, 簡稱 CASEL）認證為 SEL 的高效能學習方案，它能夠積極啟發孩子個人天賦、在學習過程中了解自己、發現世界、培養出面對 21 世紀所需的生活能力與品格，與 108 課綱倡導的核心精神「自發、互動、共好」完全契合，並協助教育現場校長與教師在繁忙挑戰中，透過實踐七個習慣，穩定內在、釐清方向，進而在校園中創造正向影響力，以品格教育打造師生共好的幸福校園，協助學校達成目標。

本課程為根據美國管理大師史蒂芬．柯維 (Stephen Covey) 的著作《高效能人士的 7 個習慣》(The 7 Habits of Highly Effective People，中譯《與成功有約》天下文化出版)《高效能人士的 7 個習慣》為核心，以 7 個習慣為教師增能。

（一）課程宗旨：

協助校園領導人體驗 7 個習慣新思維，從個人增能成長出發，為自己穩定內在、釐清目標，以共好、雙贏的思維與他人互動，強化自我領導力與情緒管理能力，培養高效能思維與團隊合作力，達到「社會情緒能力全面發展」及實踐「自發、互動、共好」所描繪的之教育願景。

（二）課程目標：

1. 認識七個習慣核心理念，來打造平衡而健康的人生，運用於教育現場與個人領導。

2. 透過實作活動與互動學習，鍛鍊時間管理、目標設定、人際溝通及協作能力。

3. 實際運用管理工具及流程來體驗、實踐 7 個習慣的效能。

三、辦理單位：

（一）主辦單位：沛德國際教育機構

（二）贊助單位：融悟文教基金會

四、研習對象：

（一）公、私立國小、國中及高中職校長、主任、領域召集人。

（二）人數：36 人。

- 由於名額有限，本課程將保留優先名額給校長，及校長邀請之行政團隊夥伴 2 名
- 歡迎曾參與【高效能人士的 7 個習慣】工作坊的校長邀請夥伴一起報名回訓更新。

五、辦理時間與地點：本課程共開立二場次專班

1、【台北專班】

- 時間：114 年 11 月 8 日(週六) 08:30-17:00
- 地點：臺北市中山區松江路 350 號（IEAT 會議中心 11 樓第二會議室，捷運行天宮站 4 號出口步行約 2 分鐘）

2、【高雄專班】

- 時間：114 年 11 月 20 日(週四) 08:30-17:00
- 地點：道騰國際商務會議中心民權館 21 樓 2121 室（高雄市新興區民權一路 251 號，近捷運信義國小站，10 分鐘抵達中正交流道，附近皆有計費停車場。）

六、課程方式：

採互動式工作坊設計，透過講師引導、小組討論與實作體驗，引導學員將七個習慣落實於自我管理與校園領導之中。

七、報名方式：

（一）線上表單：請點擊以下網址或掃描 QRcode

https://forms.gle/wdKhf3xANsoARDNN9

（二）報名截止日期：114 年 10 月 27 日（週一）止。

八、課程特色與價值：

（一）國際接軌高階領導力課程【高效能人士的 7 個習慣一日工作坊】。

（二）輔助校園推廣教學與研習應用，全程參與者可獲課程實用好禮：

1.「7 個習慣資源工具包」、2. 取得校園領導人進階實踐課程資訊、3. 到校舉辦教師研習與提供學習單等教材與其他教學資源。

（三）公益支持：課程價值每人 14,000 元，由融悟文教基金會全額贊助，報名者無需負擔費用。

九、預期效益：

（一）培養教育領導者的自我覺察與行動力，增進領導品質與心靈平衡。

（二）促進校園團隊信任、協作與共好文化，實現幸福教育願景。

（三）深化社會情緒能力（SEL）之落實與教育現場的持續推動。

十、附件：

附件一：課程議程表

附件二：CASEL SEL 五大面向與 7 個習慣對照表

十一、聯絡方式：

沛德國際教育機構：

廖小姐　02-2703-5690 #301　yung@peducation.com.tw

周小姐　02-2703-5690 #201　joy@peducation.com.tw

陳小姐　02-2703-5690 #201　alley@peducation.com.tw

6

附件一：課程議程表

【高效能人士的 7 個習慣】一日工作坊

時間	7 個習慣	學員將得以：
8:30-10:00	**思維模式及效能的概念**	• 認識 7 個習慣的根基：效能的關鍵原則. • 認識思維模式、建立高效能的思維模式. • 釐清學員在工作及個人生活中希望實踐 7 個習慣的領域.
10:00-12:30	**習慣 1** 主動積極®	• 積極任事. • 主動式回應. • 負責任. • 釐清何謂「關注圈」與「影響圈」. • 為自己、外在環境、事情的結果帶來正面影響力.
	習慣 2 以終為始®	• 定義「願景」與「價值」. • 打造「個人使命宣言」. • 為團隊及個人設定可衡量的目標. • 成功啟動專案或計畫.
	習慣 3 要事第一®	• 將目標與優先順序彼此對焦. • 專注於期望的結果. • 釐清關鍵任務的優先順序. • 排除非優先事物及浪費時間的瑣事. • 有效規劃執行策略. • 有效運用規劃工具. • 應用高效能授權技巧. • 應用高效能時間管理技巧.
12:30-13:20		午餐
13:20-17:00	**從「個人成功」® 到「公眾成功」®**	• 為關鍵人際關係打造信任基礎. • 建立與他人的「情感帳戶」.

習慣 4 雙贏思維®	• 打造高度信任的人際關係. • 建立高效能團隊. • 瞭解每一個人的「贏」，建立高效能的合作關係.
習慣 5 知彼解己®	• 著眼於長期的策略能力. • 應用高效能聆聽技巧. • 深刻而正確地理解他人. • 應用高效能人際溝通技能. • 克服溝通陷阱.
習慣 6 統合綜效®	• 有效提供、接受建議. • 整合、引用不同特質與能力. • 應用高效能的問題解決能力. • 有效進行團隊決策. • 以高度創意與人合作，發展創新、有效的解決方案.
習慣 7 不斷更新®	• 擁抱、引用重要的創新能量. • 建立平衡的生活. • 將不斷改善、終身學習融入生活. • 創造實踐 7 個習慣的能量.

附件二：CASEL SEL 五大面向與 7 個習慣對照表

SEL 五大面向	對應的習慣	概念說明
自我覺察 **(Self-Awareness)**	**習慣 1、2、7**	做好情緒管理，決定自己的天氣。 懂得區辨「影響圈 vs 關注圈」，為自己的選擇負責。 認識選擇與價值觀(H1)、定義使命與目標(H2)、反思身心狀態(H7)。
自我管理 **(Self-Management)**	**習慣 1、2、3、7**	清楚定義自己生命的願景與目標， 專注於最優先的「要事」，並能不斷更新。

		基於價值觀的回應(H1)、優先排序/規劃/執行(H3)、自我更新/壓力管理(H7)。
社會覺察 **(Social Awareness)**	**習慣 4、5、6**	珍視差異，理解、欣賞並尊重不同的文化、社會規範。 練習換位思考，展現同理心與關懷。 尋求相互理解(H4)、同理心傾聽/換位思考(H5)、珍視差異(H6)。
人際關係技巧 **(Relationship Skills)**	**習慣 4、5、6**	在人際關係中平衡體諒與勇氣，建造關係雙贏。應用高效能的問題解決能力與人合作，發展創新、有效的解決方案。 建立信任/互利雙贏(H4)、有效溝通/同理心(H5)、協作/統合綜效(H6))。
負責任的決定 **(Responsible Decision-Making)**	**習慣 1-7**	具備己立立人、己達達人的思維與胸懷，統合 7 個高效能的習慣，綜合考量各種利益關係，解決問題、邁向目標，並承擔責任。 基於原則的選擇(H1)、決策與願景/價值觀一致(H2)、行動優先級(H3)、考量互利雙贏(H4)、基於理解的明智選擇(H5)。