



[生活與品格] 高效人士的 7 個習慣

一、計畫緣起

2015 年公益平台基金會與沛德國際教育機構合作開設「高效人士的 7 個習慣」工作坊。它是根據美國管理大師史蒂芬·柯維博士著作《與成功有約》發展出來的訓練課程。工作坊目標是讓老師透過身體力行，讓 7 個習慣融入每天所做的每一件事當中，老師和家長在教育上必須扮演引導者及示範者，透過自我成長和身教為孩子建立一致的價值觀，把良善品格內化成為人格特質，在日常生活中實踐，透過 7 個習慣的養成，高效能地引導個人和專業的生活。

二、計畫目標

- (一) 介紹高效人士的 7 個習慣教育理論和教材教法，達到參與教師和家長的個人成長，促進學校團隊的向心力，進而影響學校的文化、教學方法以及課程；並在教育現場和家庭成為學生及孩子的典範。
- (二) 讓老師激勵自己、審視內省，提升溝通與相互理解。
- (三) 陪伴老師實踐與印證。為學校團隊建立共同語言。

三、主合辦單位

主辦：公益平台文化基金會
合作單位：沛德國際教育機構

四、活動時間

2017 年 1 月 20-22 日、4 月 28-30 日

五、活動地點

二次分別於台東縣均一實驗高中、台東縣三民國小暨和平分校

六、參與對象

各級學校教師團隊、教育相關非營利組織工作人員，花東學校優先錄取。

七、指導老師

柯沛寧(沛德國際教育機構執行長)

八、課程內容

運用沛德國際教育機構授權的教材，搭配講師經驗分享、情境體驗逐一介紹 7 個習慣，讓學員從生活化的案例中產生共鳴，檢視自身的思維和行為模式，

培養以品格為根基的思維和能力。工作坊提供思考架構和練習方法，讓學員有機會回溯經驗，積極面對生活課題，也在實踐中提升生命視野，擴大個人影響圈。

時間	課程內容
第一天 下午 1:30-下午 6:30	基礎概念 習慣 1_主動積極
第二天 上午 8:30-下午 6:00	習慣 2_以終為始、習慣 3_要事第一 從「個人成功」到「公眾成功」： 習慣 4_雙贏思維、習慣 5_知彼解己 (Part I)
第三天 上午 8:30-下午 5:00	知彼解己 (Part II) 習慣 6_統合綜效、習慣 7_不斷更新

九、執行概況

為了提升學校團隊效能與孩子品格涵養，105 學年第一學期延續先前推廣模式，優先邀請校長與主任帶領老師來參與，希望各校透過由上而下推動 7 個習慣教育，發展出團隊共同語言。第一學期共 25 位國小至高中老師參加，本次課程結合新舊版本的學習手冊及影片；藉由互助活動，以更加清晰的概念介紹 7 個習慣。台東介達國小老師回饋：「7 大習慣結合班級經營，將能培育領導未來的新世代。」

第二學期改以區域性的方式推廣，藉由區域性的代表學校為首，將 7 個習慣推廣到鄰近各校，盼激發出更多教育熱忱。第二學期共 30 位學員參與，包括 5 位校長。除了理論，講師提出比以往更多的實例幫助學員理解；以習慣「主動積極」與「要事第一」為例，講師分享自己預先擬定週計畫的經驗，幫助自己取得工作與家庭的平衡，工作得更有效率。這也讓許多學員發現自己疏於良好的計畫，而導致總是被事情追著跑。雲林東榮國小校長回饋：「了解自己的不足，得到有條理的指引去做改變、省思，進而影響人生。」

十、執行檢討

學員問卷綜合評分達 96%；對工作的助益滿意度為 95%。然而，「個人適合程度」只有 92%，學員回應：「希望能有更多校園實例與生活實例」；「工作坊如何和教學產生連結或轉化運用」還有改善的空間。學員也反應課程過於緊湊，影響上課精神集中度與時間可配合度。

未來除了課程時間長度調整，也與講師討論課程進行方式，如：新增不同的活動或增加學員討論、發言及交流時間，引導學員從思維到實務的轉換。

十一、活動照片

高效人士的7個習慣



1	2
3	4
5	6

1. 學員演繹個人平時習慣的自我管理
2. 學員演繹個人平時習慣的自我管理
3. 透過互助活動呈現七個習慣中的統合綜效與雙贏思維
4. 同上
5. 審視生命中的使命及要事，寫下自我使命宣言
6. 透過討論引導學員交流及生活經驗連結