

聖心 TLIM家長說明會

The
Leader in Me
great happens here

SACRED HEART

Before we start...

家長

教師團隊

沛德國際教育

富邦文教基金會

 SACRED HEART

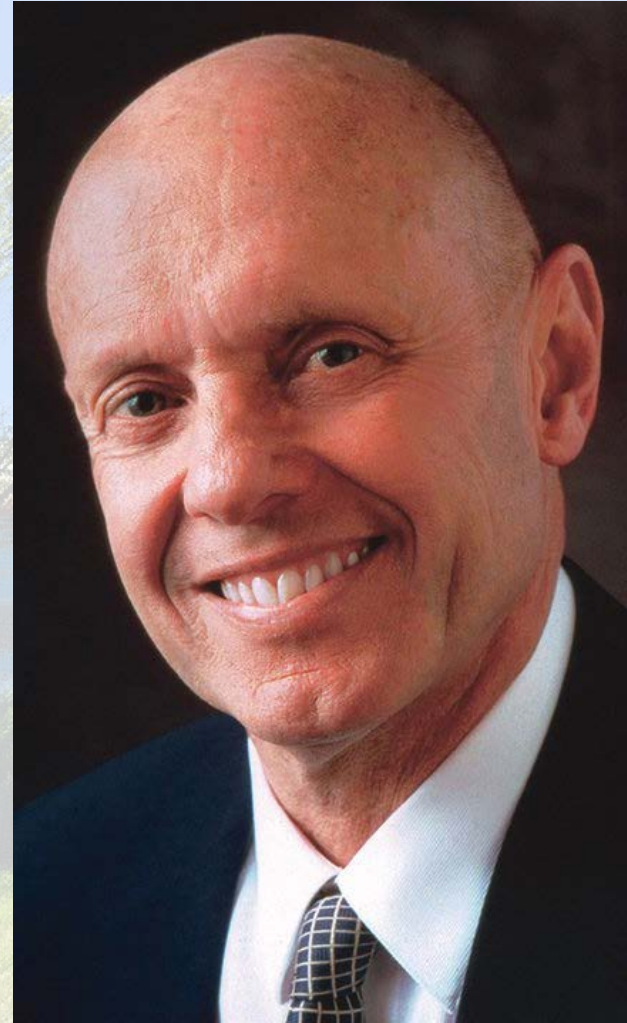
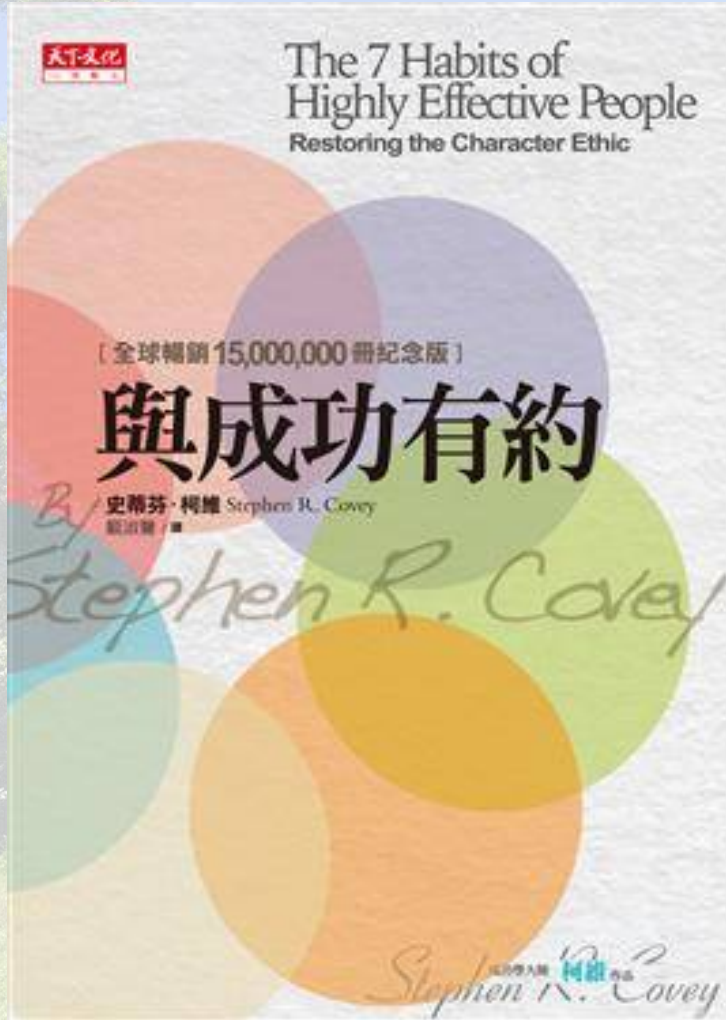
The Leader In Me 全校教職員TLIM課程4.5天研習







史蒂芬 柯維 博士 (Dr. Stephen Covey)



天下文化

7個習慣 教出優秀的孩子

領導力教育的奇蹟

成功學大師

史蒂芬·柯維 (美) 黃雪鈞 (譯)



The Leader in Me

How Schools and Parents Around the World
Are Inspiring Greatness, One Child at a Time

™ Stephen R. Covey

天下文化

7個習慣 教出優秀的孩子

自我領導力教育的奇蹟

Good without
THE LEADER IN ME
How Schools Around the World
Are Inspiring Greatness, One Child at a Time

教育現場圖

史蒂芬·柯維 西恩·柯維
慕麗·桑默斯 大衛·哈奇



Stephen R. Covey | Sean Covey | Muriel Summers | David K. Hatch

The 7 Habits[®] Tree

AND REMEMBER TO
TAKE CARE OF YOURSELF

Habit 7

SHARPEN THE SAW[®]
Balance Feels Best

THEN PLAY WELL
WITH OTHERS

Habit 6

SYNERGIZE[®]
Together Is Better

Habit 5

SEEK FIRST TO UNDERSTAND,
THEN TO BE UNDERSTOOD[®]
Listen Before You Talk

Habit 4

THINK WIN-WIN[®]
Everyone Can Win

START WITH YOU

Habit 3

PUT FIRST THINGS FIRST[®]
Work First, Then Play

Habit 2

BEGIN WITH
THE END IN MIND[®]
Have a Plan

Habit 1

BE PROACTIVE[®]
You're in Charge

7不斷更新

6 統合綜效

5 知彼解己

4 雙贏思維

3 要事第一

2 以終為始

1 主動積極

公眾成功

從「我」到
「我們」的
思維

個人成功

從「你」到
「我」的思維

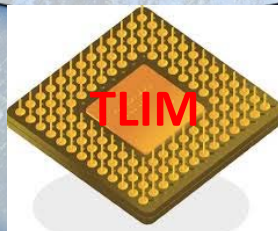
A Smart and Good High School

**Performance
Character**

by Dr. Lickona

學業

成就品格(在各領域追求卓越的能力)：企圖心、勤勉、好奇、創意、自律、挫折忍受力



品格

生活
技能

**Moral
Character**

道德品格(與他人維持良好的關係、自制、負責的德行)：同理心、誠實、耐心、合作、謙虛、善良

Four Dimensional Education

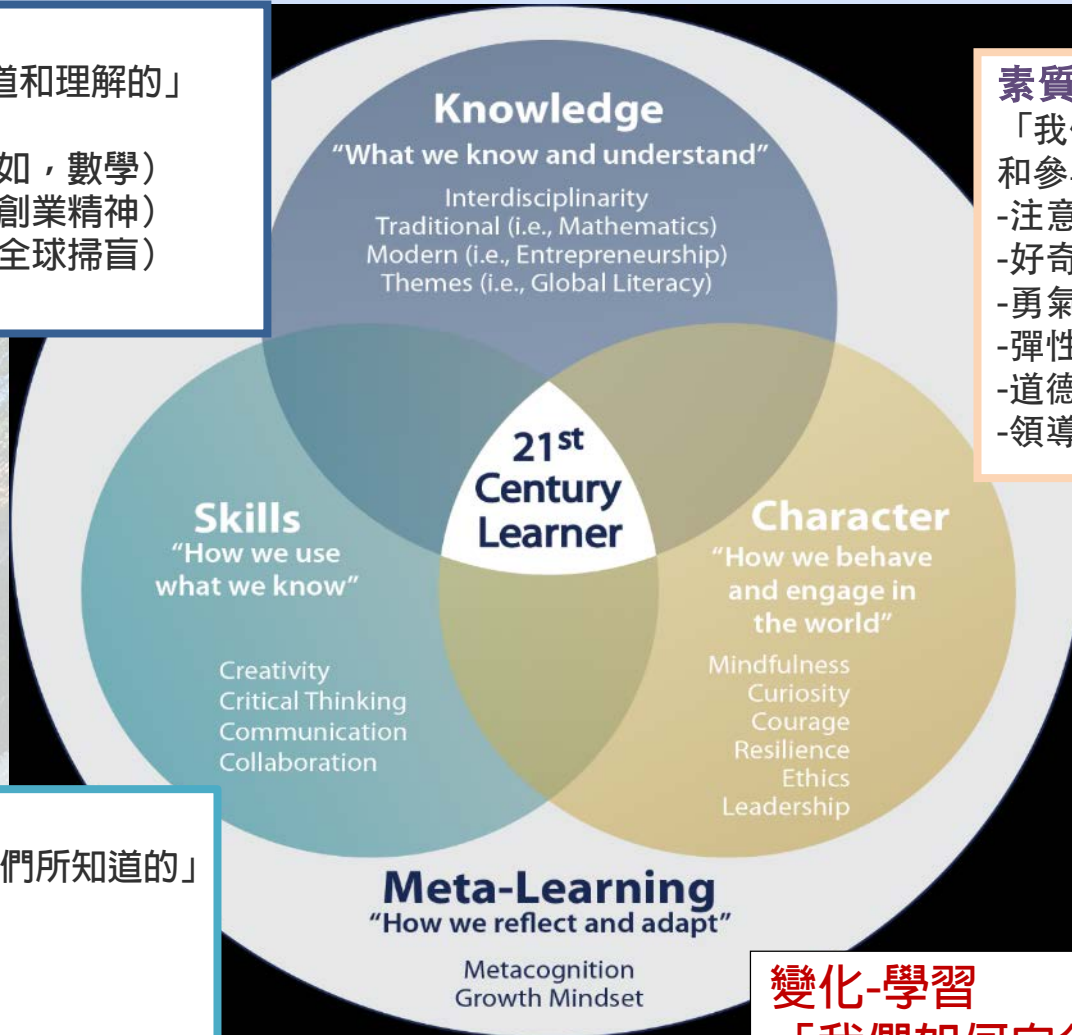
-for a 21st century education

知識

- 「我們所知道和理解的」
- 交叉學科
 - 傳統的（例如，數學）
 - 現代（即，創業精神）
 - 主題（如，全球掃盲）

素質

- 「我們如何行為和參與世界」
- 注意
 - 好奇心
 - 勇氣
 - 彈性
 - 道德
 - 領導



技能

- 「我們如何使用我們所知道的」
- 創造力
 - 批判性思維
 - 溝通
 - 合作

變化-學習

- 「我們如何自省和調整、適應」
- 元認知的成長心態

12年國教107課綱

--自發 互動 共好

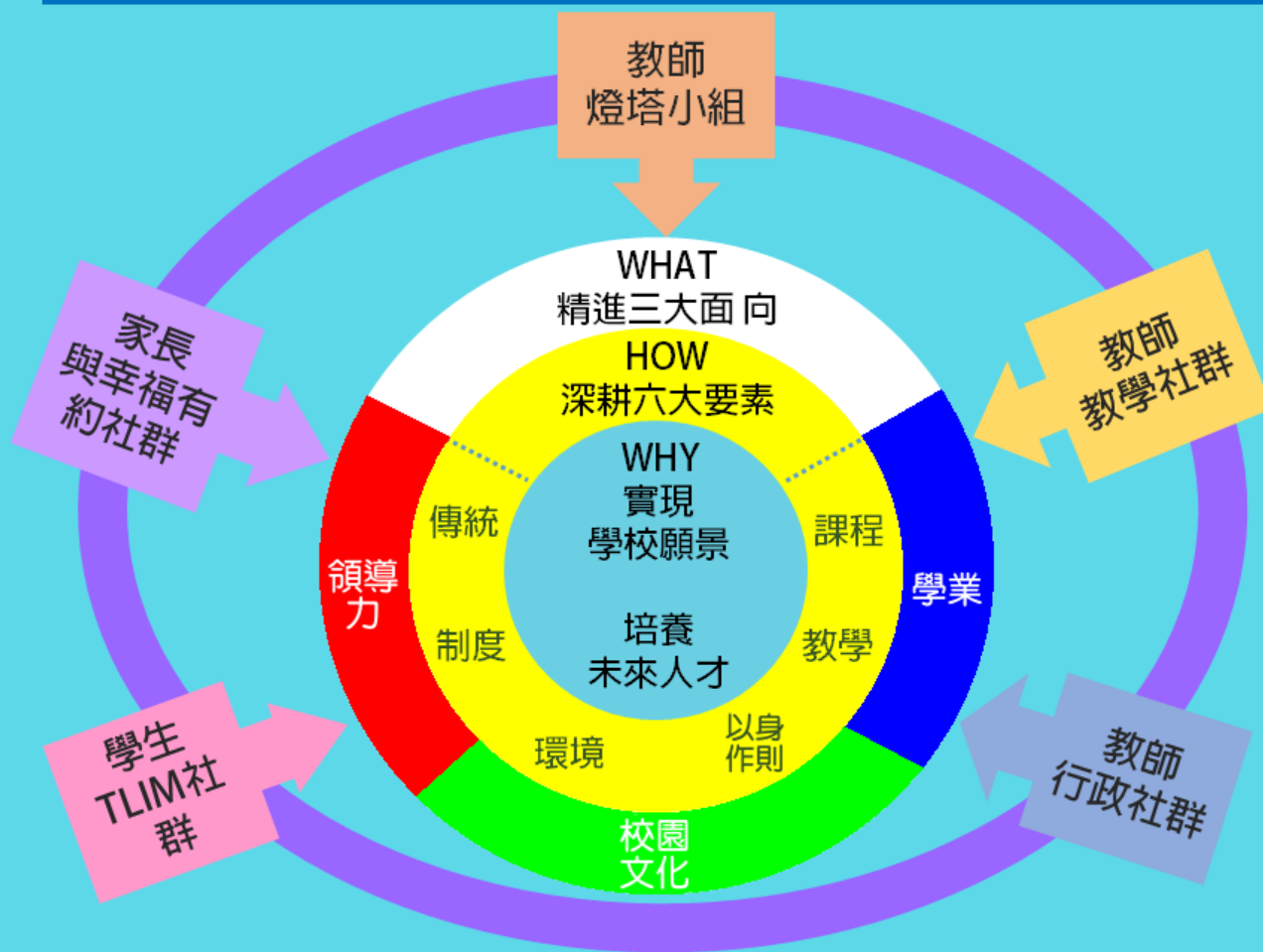
聖心是一所
培育國際化
優秀女性人
才的殿堂



執行策略 期程 與 目標

- 策略：全員承諾在六大面向融入
以身作則、課程、教學、環境、制度、傳統
- 期程：103學年—投入
104學年—確行
105學年—強化
106學年—續行、制度化
- 願景：聖心女中是一所自我領導力學校，我們重視智慧、品格與服務，並承諾在社會上發揮正向影響力

新北市聖心女中推動自我領導力教育(TLIM)核心內涵



新北市聖心女中 打造自我領導力學校—深耕六大要素 經營校園文化

方法策略

六大要素

具體行動

- 共同語言
- 持續學習

以身作則

- 正向語言
- 創建使命宣言
- 善用週指南
- 尋求第三方案
- 身心靈腦平衡

- 物理環境
- 情緒環境

環境

- 教室環境佈置
- 公共區域佈置
- 正向七習慣語言
- 寧靜從容
- 信任關懷

- 正式課程
- 潛在課程

課程

- 高一校訂必修
- 國一彈性課程
- 寒假生活的主人
- 領導日活動
- 共讀書刊

- 直接教學
- 融入教學

教學

- 自我領導力教學
- 各科融入式教學
- 教師合作反思
- 典範學習
- 賦權五步驟

- 學習社群
- 親師生參與

制度

- 親師生學習社群
- 新生家長說明會
- 新進教師工作坊
- 教師行政持續增能
- 領導力角色申請

- 領導力生活

傳統

- 聖心領導力小故事
- 師生領導力筆記本

新北市聖心女中 推動自我領導力甘特圖 循序漸進打造領導力文化

學年
開始

	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
領導力	1新進教職員進修 2新生教學準備	領導力直接教學 融入式教學起跑	家長與幸福有約 社群成立	教練時間		寒假生活的主人作業 分享觀摩			教練時間			
文化	班級、住宿部領導力角色擬定	1家長說明會 2教室佈置	全校性活動	聖誕活動	家長社群分享		全校性活動		領導日活動			
學業		班級目標 個人目標 全校目標 計分板	教師教學 社群協同 規劃			班級目標 個人目標 全校目標 執行成效		教師教學 社群反思				

學年
結束

自我領導力 (SH-TLIM) 校訂必修課程

教學目標

- ✓ 培養學生察覺思維的運作
- ✓ 培養學生正向思維與語言習慣
- ✓ 裝備學生成為生命與學習的主人

- ✓ 培養學生設定重要目標與擬訂執行計畫的知能
- ✓ 運用工具自我管理並反思行動歷程
- ✓ 裝備學生有效規劃生涯，追求個體自我實現

- ✓ 陶冶學生富足的心態，鍛鍊並追求雙贏思維
- ✓ 培養學生傾聽同理他人與尋求被他人理解之能力
- ✓ 裝備學生良好溝通技能，發展適切的人際關係
- ✓ 裝備學生珍視差異，發揮創意統合綜效，建立團隊發揮正向影響

- ✓ 實現個人夢想藍圖回應個人使命宣言
- ✓ 釐清生命的要事並具體規劃與實踐
- ✓ 活出平衡的生活

課程內容

基礎概論 (2週)

- 認識思維
- 觀-為-得模式
- 原則與品格
- 習慣
- 效能之根
- 七個習慣

主動積極 (2週)

- 我是生命的主人
- 我是我選擇的結果
- 領導力是一種選擇
- 影響圈與關注圈

以終為始 (2週)

- 速度與方向
- 我的使命宣言
- 心智創造
- 實體創造

要事第一 (2週)

- 時間矩陣
- 大石頭與小石頭
- 週指南
- WIG
- PM
- 領導力工具

雙贏思維 (2週)

- 情感帳戶
- 富足的思維
- 人際關係的模式
- 勇氣與體諒
- 雙贏協議

知彼解己 (2週)

- 同理心
- 傾聽
- 溝通藝術
- 同理傾聽
- 用「你的贏」溝通

統合綜效 (2週)

- 珍視差異
- 水果沙拉
- 1+1>2
- 第三方案
- 發言權杖練習

不斷更新 (2週)

- 效能與效率
- 身心靈腦
- 七習慣自評

課程目標

學習獨立、負責有執行力

學習合作分享、建立團隊

學習成為轉型人、活出平衡生活

核心能力指標

系統思考
解決問題
規劃執行

溝通表達
人際關係
團隊合作

身心素質
自我精進

具體表現產出：領導力筆記本(LNB)、領導日(Leadership Day)

評量方式：學習單、學習手冊、領導力筆記本(LNB)、學生自評、互評

介紹七習慣 之前…



SACRED HEART

106 國一暑期七習慣體驗課程回饋統計

在本次課程之後，我能相信七習慣思維將有助於…

人次

200

150

100

50

0

171

186

142

181

174

131

179

149

學習

目標設定

自我負責

人際關係

聆聽溝通

成就自己與他人

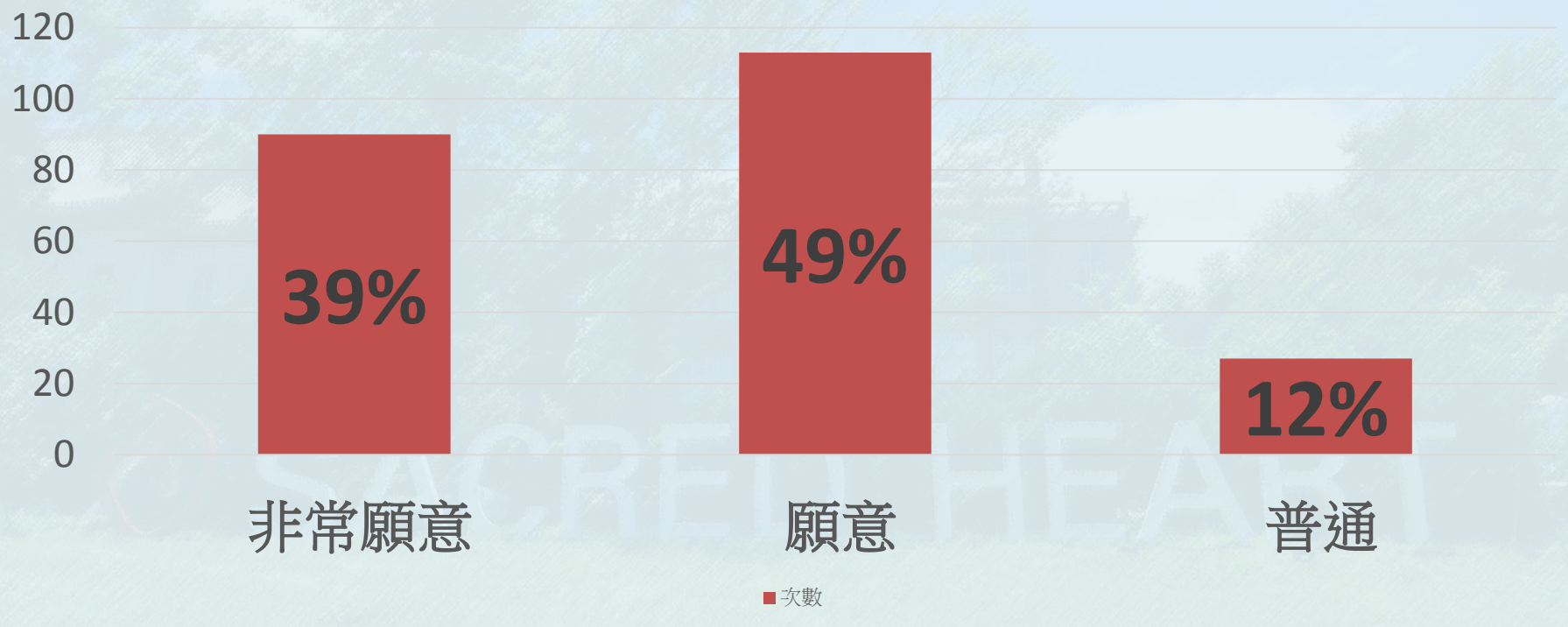
時間規畫與管理

瞭解我的生命…

106 國一暑期七習慣體驗課程回饋統計

我會跟隨老師的指導，繼續深化七習慣鍛鍊的意願：

人次



106 國一暑期七習慣體驗課程回饋統計

我覺得「新生七習慣體驗」課程的時間安排：

人次

200

150

100

50

0

5%

75%

19%

匆促，來不及...

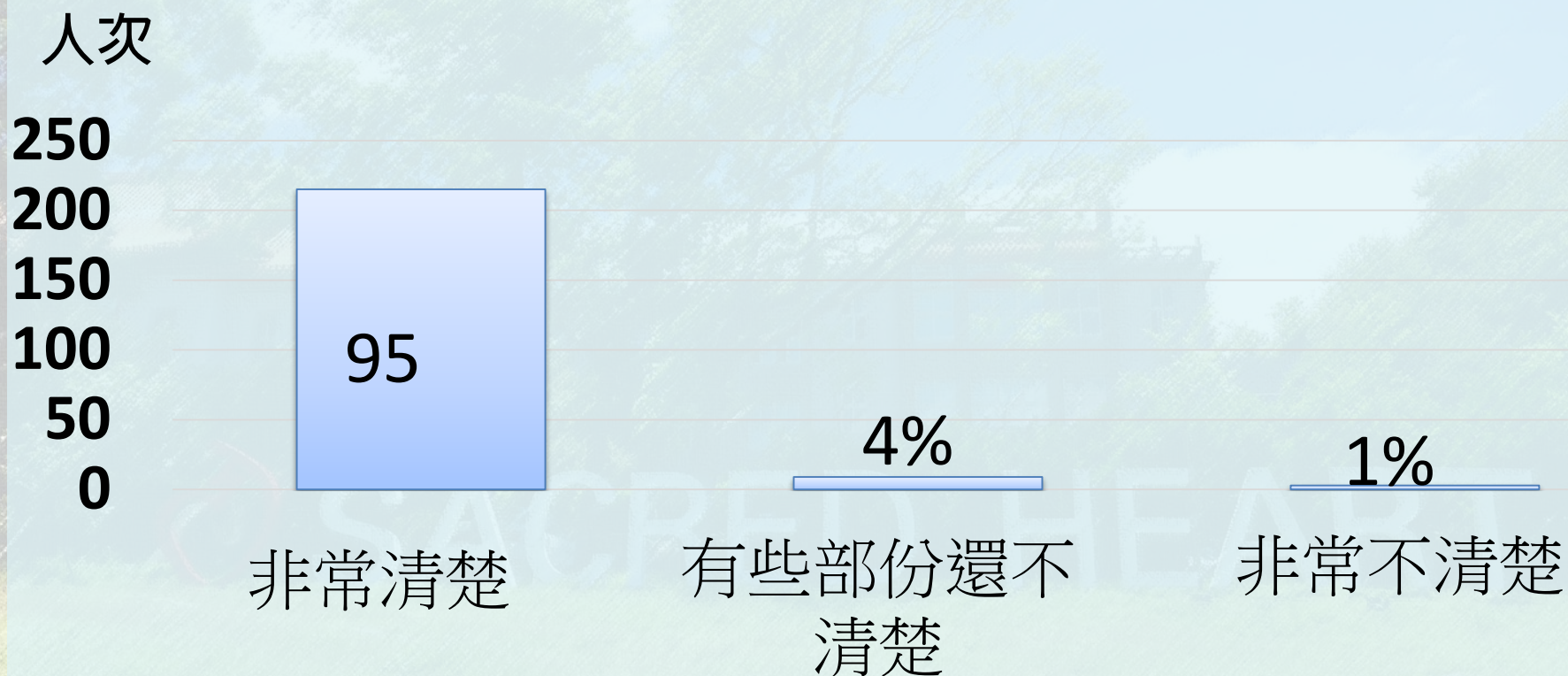
剛剛好，不會...

一天好長，覺...

■ 次數 ■ 百分比

106 國一暑期七習慣體驗課程回饋統計

我覺得本次「新生七習慣體驗」課程的介紹：



天下文化

心靈勵志

成功學大師 柯維



西恩·柯維◎著

汪芸◎譯

柯維給年輕人的生活藍圖

The 7 Habits of Highly Effective Teens

與青春有約 Teens



成功學大師 柯維作品 |

(最新修訂版)

天下文化

與幸福有約

美滿家庭七習慣

The 7 Habits of
Highly Effective Families

史蒂芬·柯維

汪芸——譯

Stephen R. Covey

思維的影響：

20世紀早期，車手
之間會彼此分享香煙，
他們迷信這能夠幫他
們“開肺”

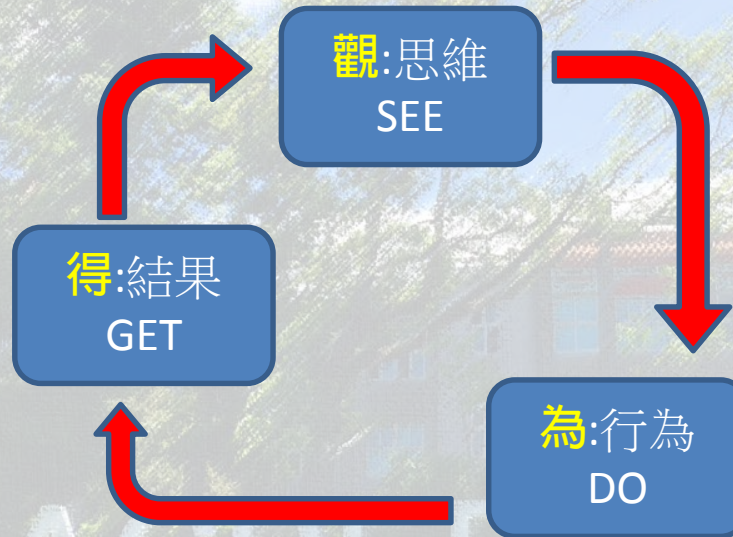
你看到甚麼？



觀為得模式

看法、遵循原則

行為、習慣的
結果！



看法會決定行為

自然而然不斷重複的
行為就會變成習慣

- 我們得的結果取決於我們的行為
- 我們的行為取決於我們如何看周圍的世界

思維模式 (Paradigm)

是你看事情的方式或角度，
是你看世界的觀點，
是你理解與詮釋外部世界的心理地圖。

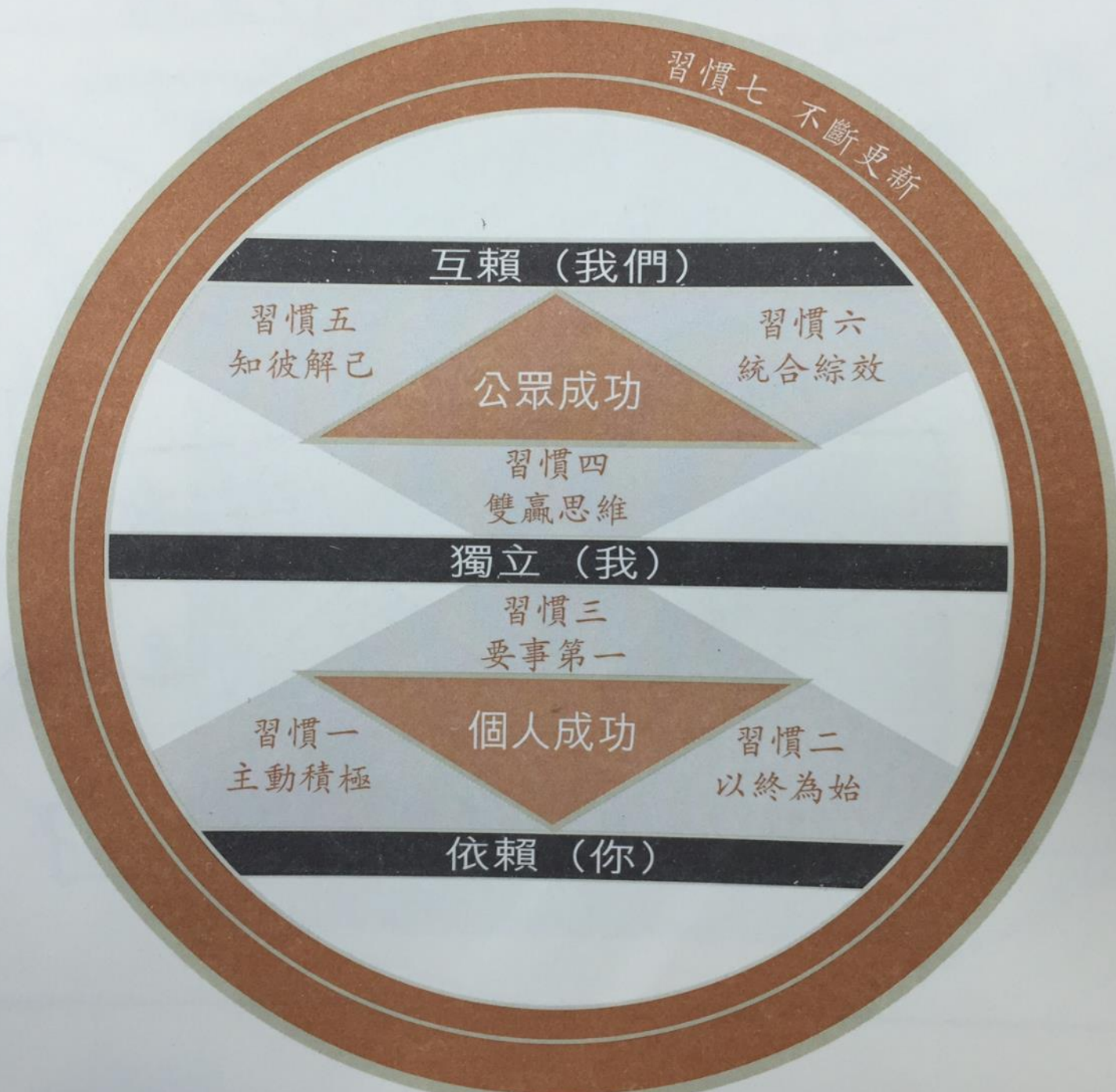
思維會影響我們看自己、看別人、看事情的方式。



您用什麼思維看自己的孩子？

孩子，你用什麼思維看自己？

 SACRED HEART



思維逐漸成熟

你喜歡自己的狀態像一瓶可樂還是一瓶礦泉水？

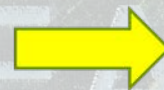


操之在他

VS.



操之在我

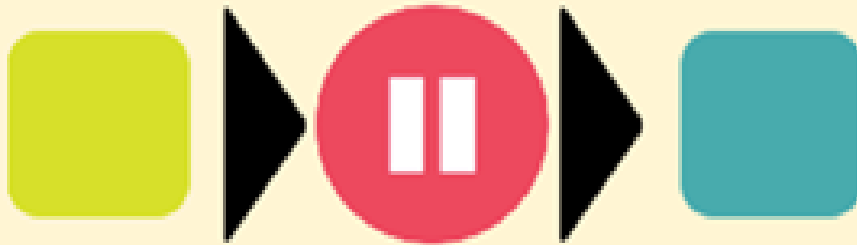


主動積極的行為

領導力工具-1 (停步思考)

停步思考圖

運用人類獨有的
4大天賦停步思考



- 以覺察(Awareness)：敏於覺知自己的關注焦點與思維模式
- 以良知(Conscience)：做出符合原則的選擇
- 以想像力(Imagination)：看見美好、希望、喜樂
- 以獨立意志(Independent will)：負起責任確實完成行動

Habit 1 Be Proactive

主動積極(操之在我)

- 我是我自己的主人
- 我決定自己的行為、態度與情緒
- 我為我的人生負責
- 在刺激與反應之間我有選擇的自由
- 即使沒人會知道，我還是會選擇做對的事

SACRED HEART

語言是有力量的

被動消極語言與態度 (Be Reactive)	主動積極語言與態度 (Be Proactive)
我已無能為力	我可以試試看有沒有其他可能性
我就是這樣，沒辦法…	我可以選擇不同的作風(嘗試改變)
他讓我好生氣喔…	我可以控制自己的情緒
他們不會接受，他們也不會懂	讓我想想更有效的表達方式…
我不得不…	我思考了，我選擇…
我只好被迫…	我答應(同意)…
我必須要…	我寧願…
要是… (如果…)	我打算(我計畫)…

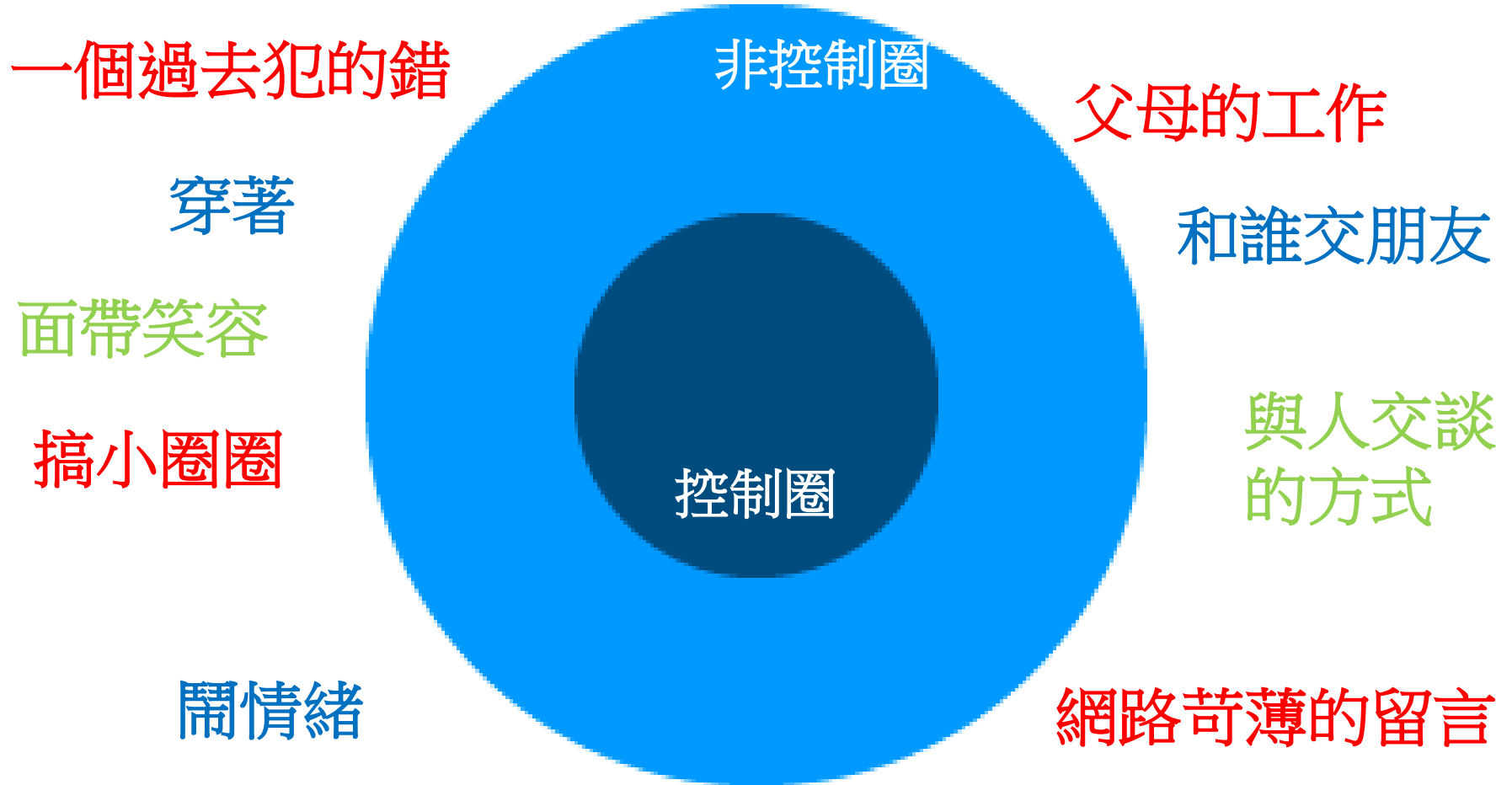
更好的選擇是…

刺激來臨時，
你有選擇回應的
自主空間

 SACRED HEART

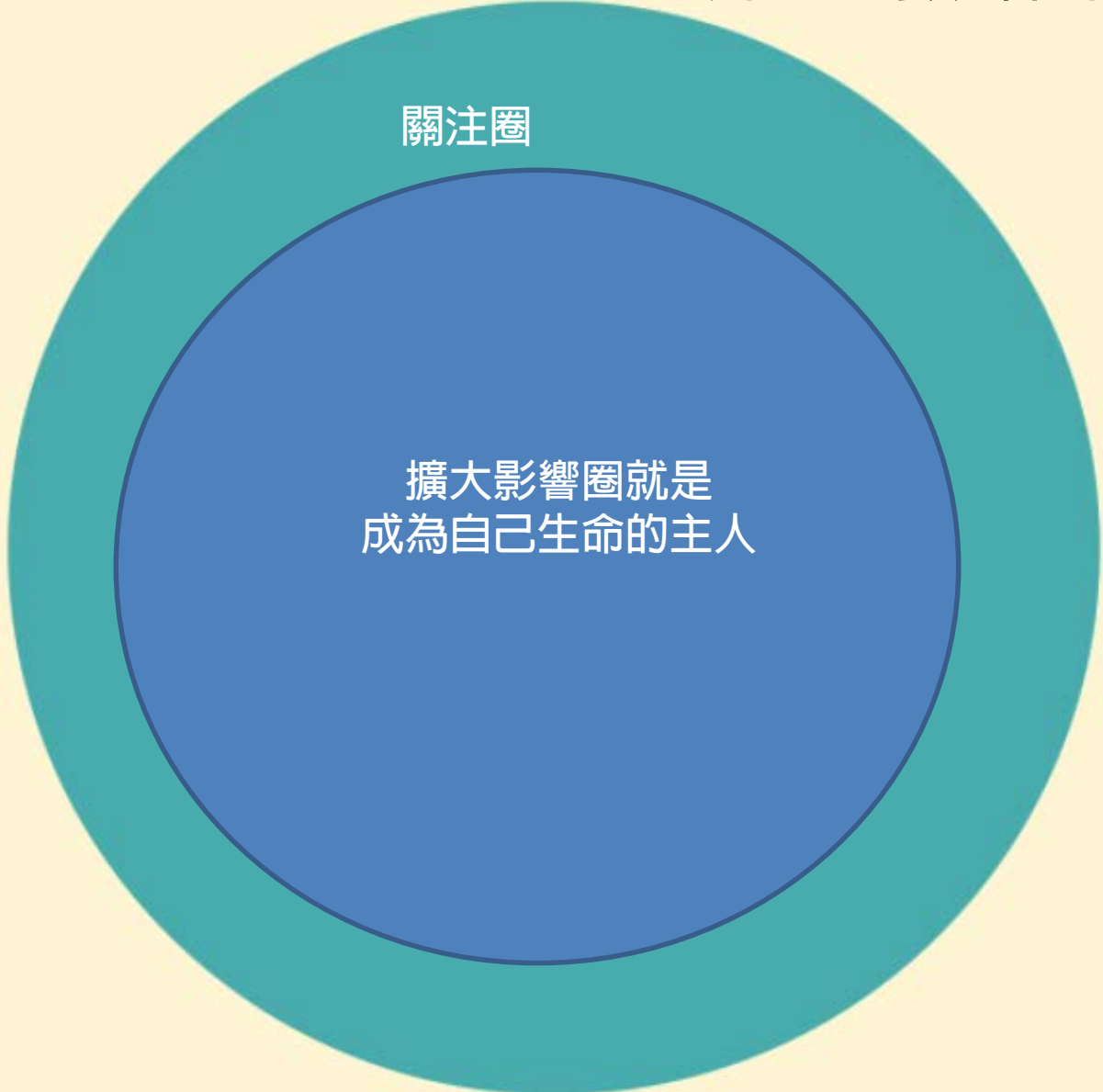
Carry your own weather !

領導力工具-2(擴大控制圈)



我是--我自己選擇的結果
我不是--環境條件的產物

關注圈



擴大影響圈就是
成為自己生命的主人

主動積極 Be Proactive

當我們無法改變外在環境時，
我們能嘗試改變自己。

集中注意力

在我們能夠影響的事情上，
這樣，世界也能因此改變。

Be the change!

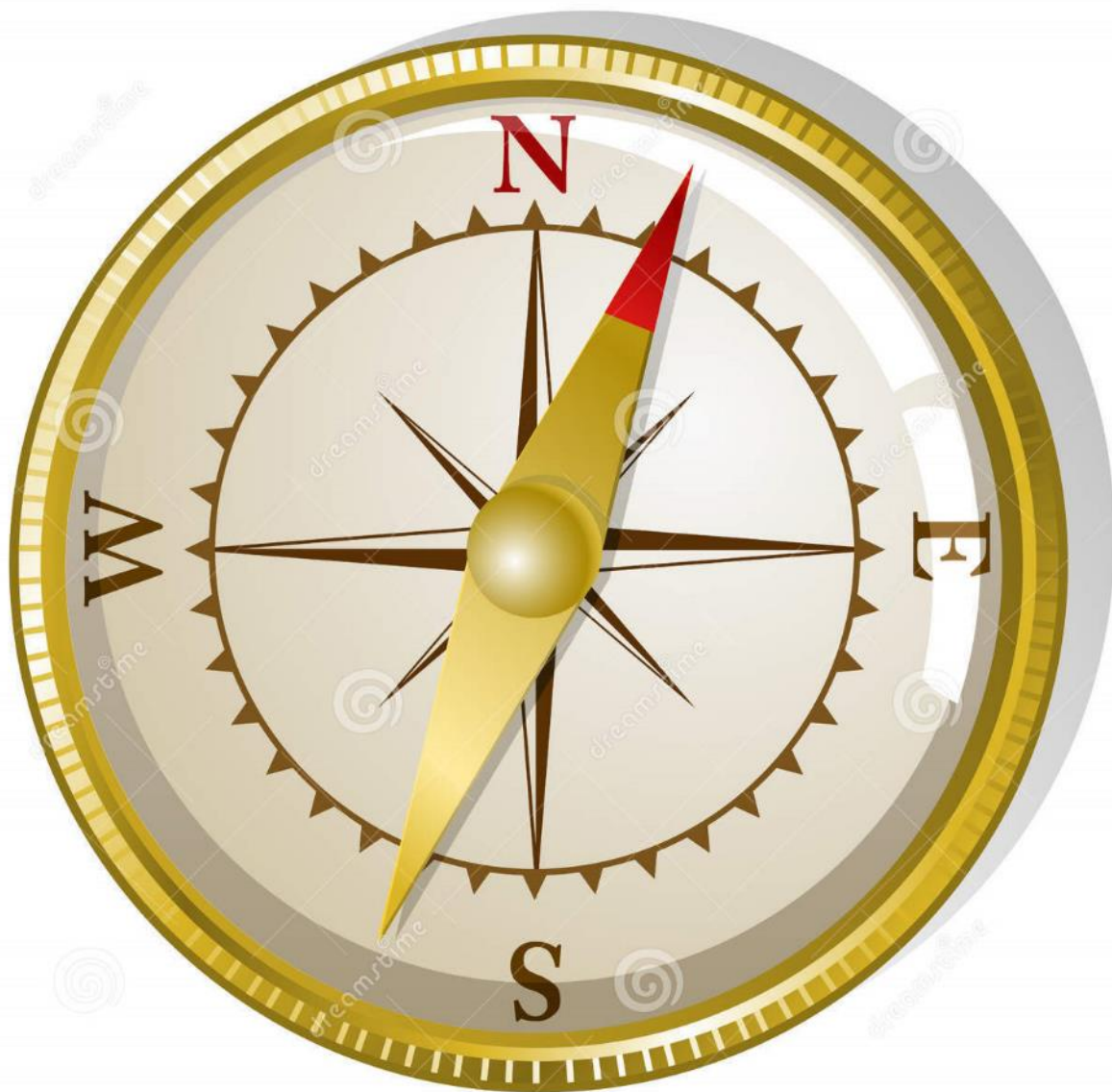


習慣二 以終為始

Begin With the End in Mind

 SACRED HEART

你想要成功到達目的地，一定要帶的是什麼？



你是你生命的舵手，你有你生
命的羅盤嗎？

 SACRED HEART

你是什麼樣的人？

正往哪個方向前進？

 SACRED HEART

想像10年後的自己？

達成哪些夢想、目標？

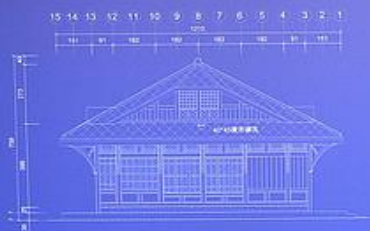


SACRED HEART



新北投車站

XINBEITOU HISTORIC STATION



右向立面圖

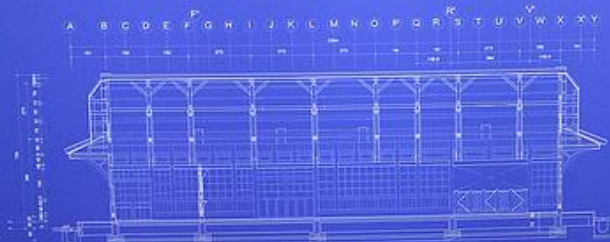
單位: cm



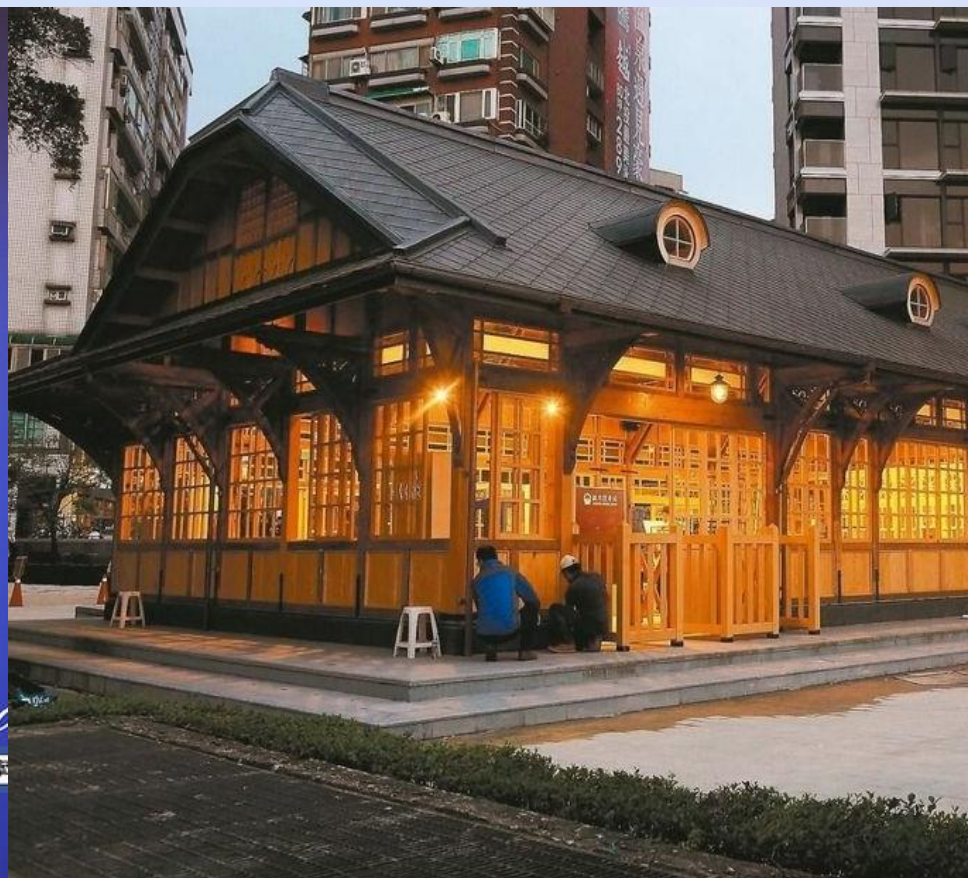
左向立面圖

單位: cm

說明: 此立面圖乃根據建築師事務所之
圖面內為互補性外牆, 立平面內為互
補性內牆內向。



善心海。寧



心智創造

實體創造



希望
身邊有誰？
跟你
說些什麼？

(影片：80Birthday)

HEART

為何需要使命宣言？

什麼是重要的？

意義、目的？

方向是什麼？

計畫自己的人生？

指導自己的決定？

我的 使命宣言





如果你的人生是一幅獨一無二的畫布，你將會如何構圖？

我的使命宣言

對我來說最重要的事是：健康、家庭、智慧與影響力。

我重視並遵從的原則有：愛、服務與責任。

我願意透過教育、領導力與熱情生活的才智，做出貢獻，並致力於重要人生角色的要事：

做為母親，我將愛護與教導一對兒女成為獨立與善良的人；

做為妻子，我要關愛伴侶並創造共同回憶；

做為女兒，我會體貼與感激父母；

做為教師，我要發掘學生的天賦才能並促進他們的轉型；

做為領導者，我將以組織的永續發展為目標，建立願景，賦能授權。

觀(思維)
SEE



我設計我的人生



隨波逐流

得(結果)
GET

為(行為)
DO

結果清晰可見
重要 VS. 次要

使命宣言為人生藍圖
行動前，展望結果

Habit 3 Put First Things First

要事第一

- 我會把時間花在最重要的事情上
- 我有高勇氣對不應該做的事說「不」
- 我會設定優先順序，訂定時間表，確實執行
- 我是個有紀律、有組織的人



時間矩陣

THE TIME MATRIX

LESSON 14

緊急		不緊急	
重要	我必須做這件事，否則會有不好的事發生。 火燒屁股的事… 拖延的結果 1 Q1	對我生命重要的夢想和目標 做計畫、設定目標 運動健身 良好健康關係 2 Q2	
	看起來很緊急，但我如果不理它，不會有壞事發生。 不重要的簡訊。 同儕壓力。 其他人的小問題。 3 Q3	沒什麼大不了，也不重要的事。浪費時間的事物。 過度的電腦遊戲。 看太多電視。 講不完的電話。 4 Q4	

領導力工具-- 週指南

Weekly Compass

這一週，我在角色中可以做的最重要的一件事

角色與大石頭

不斷更新

運動 (達到流汗) ✓ 飛輪

角色 (學生)

大石頭1. 複習英文 ☒

分析考古題 ☒

離校程序 ☒

角色 (教練)

大石頭1. 社團簡章 ☒

角色 (學生)

大石頭1. 繳學分費 ☒

教案思考 ☒

角色 ()

大石頭1. ☐

週指南

這一週，我在角色中可以做的最重要的一件事

角色與大石頭

不斷更新

身 步道健行 (9/15), (10/2)

心 晚間靜坐祈禱 (2次)

腦 閱讀理解工作坊 (9/16)

角色 (校長)

大石頭1. TLM 深化學系 ☐

2. 素養導向之課程與教學 ☐

3. 家長委員之務聯絡 ☐

角色 (母親/伴侶)

大石頭1. ☐

2. 1/1 家庭晚餐 ☐

3. 1/2 外出家庭活動 U-Bike ☐

角色 ()

大石頭1. ☐

新生週指南使用練習

週指南

這一週，我在角色中可以做的最重要的一件事

角色與大石頭

不斷更新

身 跳繩 everyday

心 聽音樂

靈 幻想

腦 桌遊

角色 (自己)

大石頭1. 當自己的主人 ☐

2. 保護自己 ☐

3. 學會控制時間 ☐

角色 (女兒)

大石頭1. 幫忙分擔家事 ☐

2. ☐

3. ☐

角色 (表姐)

大石頭1. 照顧小表弟 ☐

最重要的一件事

角色與大石頭

不斷更新

身 運動

心 聽音樂

靈

腦 準備考試, 寫作業

角色 (女兒)

大石頭1. 多做事 ☐

2. 聊天 ☐

3. ☐

角色 (姐姐)

大石頭1. 一起玩 ☐

2. ☐

3. ☐

角色 (學生)

大石頭1. 準備考試 ☐

2. ☐

3. ☐

和妹妹玩閱讀

和家人聊天

最重要的一件事

角色與大石頭

不斷更新

身 游泳

心

靈

腦

角色 (姊妹)

大石頭1. ☐

2. ☐

3. ☐

角色 (女兒)

大石頭1. 幫媽拖地 ☒

2. 陪爸運動 ☐

3. ☐

角色 (學生)

大石頭1. 背唐詩 ☐

2. ☐

3. ☐

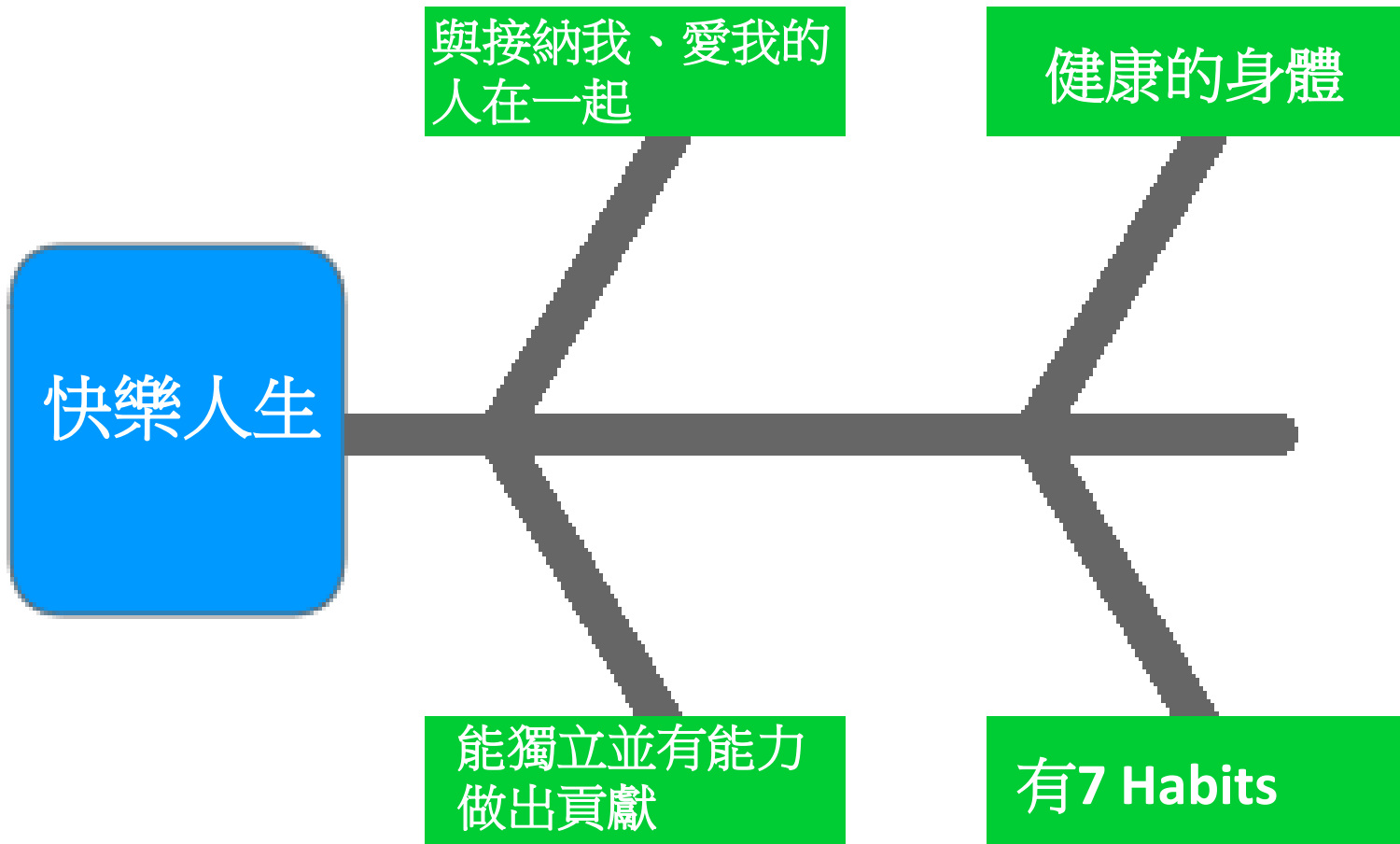
角色 (朋友)

大石頭1. 跟恩恩 messenger ☐

2. 幫小薰背單字 ☐

3. ☐

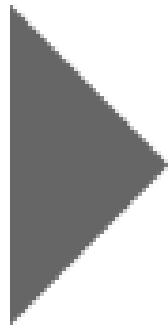
領導力工具-- (魚骨圖 Fishbone Diagram)



領導力工具-- (流程圖-Flowchart)

我的以終為始是：讓家長了解並對TLIM產生興趣，結合家庭教育，凝聚支持的力量，共同為學校的願景努力

安排時間
並邀請....

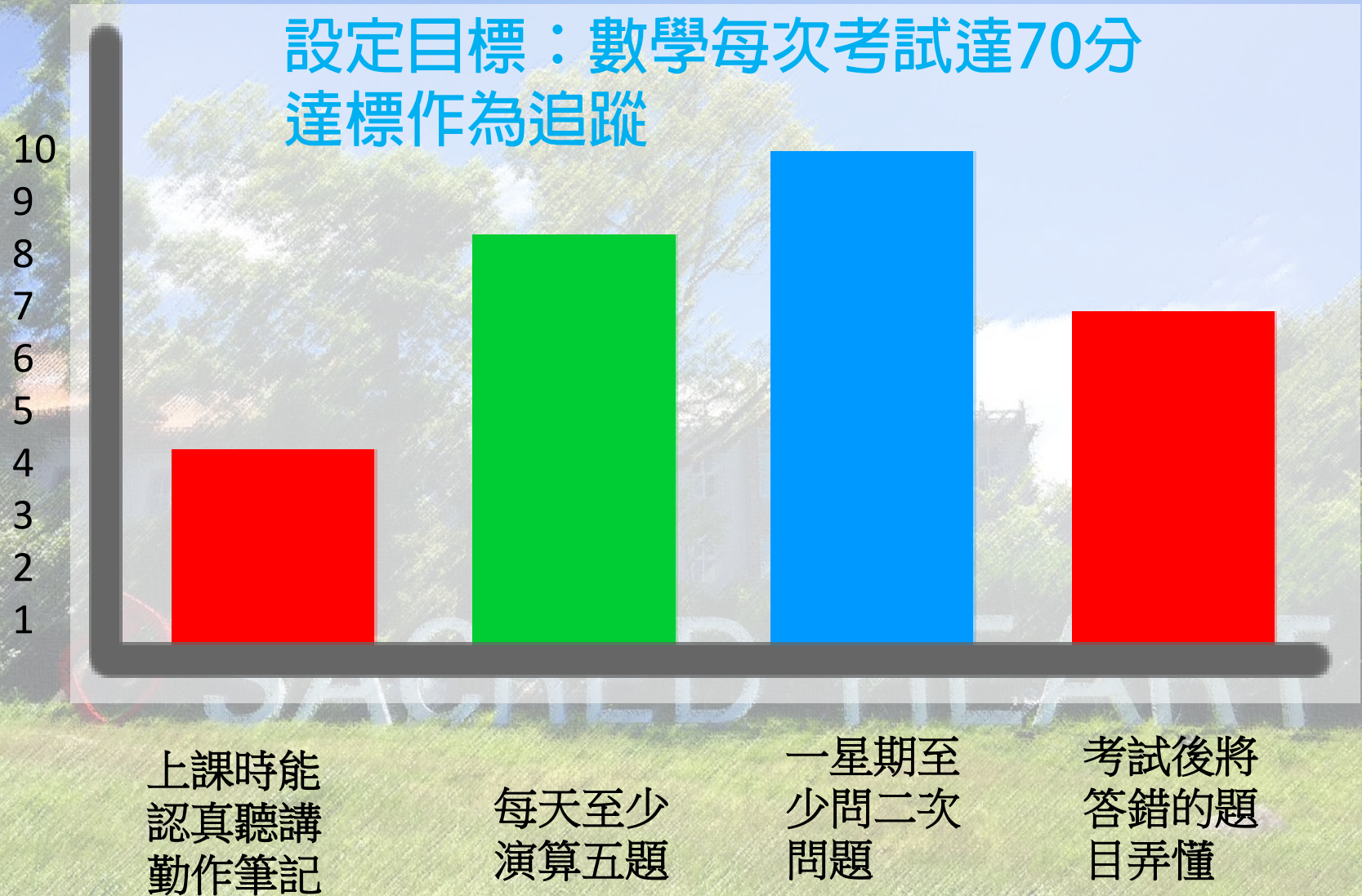


決定進行
方式與長度



參考資料
沙盤推演

領導力工具 (長條圖-Bar Chart)



領導力工具-- (專案規畫-PM)

天主教聖心女子高級中學

Sacred Heart
High School for Girls

104 聖心女中家長日暨領導日-子 PM 規劃表

子 PM 名稱：函件邀請組

主責人員：函件邀請組組長



105.03.15 版

行動步驟與檢核

	事項 (WHAT)	負責人員 (WHO)	到期日 (DUE)	說明	檢核	
					PM	老師
1. →	擬定邀請函草稿	組員 A	4/20	小組討論完成邀請函草稿，交由指導老師審閱。確定邀請函的製作方式(統一印製、個人繪製?)。		
2. →	邀請函定稿	組員 A	4/25	小組與指導老師討論，定稿。		
3. →	邀請函印製(製作)完成	組員 B	4/28	完成全班家長的邀請函。		
4. →	發放邀請函	組員 B	4/29	發下邀請函給每位同學，帶回給家長。		
5. →	收回條、統計人數	組員 C	5/2	回收邀請函回條，統計出席人數。		
6. →	確認出席人數	組員 C	5/3	確認家長出席人數，回報總 PM。		
7. →						
8. →						

三、我的目標與學習（習慣3：要事第一）

MY ACADEMIC WIG

目標 我的個人 WIG（在何時之前，從 X 到 Y）：

完成 9 月份 Advanced 之閱讀

為何這個目標對我很重要：

持續精進英語能力

能在生活、工作中活用英語

策略 為了達成個人 WIG 所需採取的行動：

1. 每日閱讀該日文章（○）
2. 每日複習前日文章（☆）
3. 以單字小卡記憶三日內之單字（V）

我的追蹤表

（一週六天中，完成 5 天為達標，四週皆達標即任務成功。）

週次	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat	是否達標
1		9/1 ○	9/2 ○ ☆ V	9/3 ○ ☆ V	9/4 ○ ☆ V	9/5 ○ ☆ V	✓
2	9/7 ○ ☆ V	9/8 ○ ☆ V	9/9 ○ ☆ V	9/10 ○ ☆ V	9/11 ○ ☆ V	9/12 ○ ☆ V	✓
3	9/14 ○ ☆ V	9/15 ○ ☆ V	9/16 ○ ☆ V	9/17 ○ ☆ V	9/18 ○ ☆ V	9/19 ○ ☆ V	✓
4	9/21 ○ ☆ V	9/22 ○ ☆ V	9/23 ○ ☆ V	9/24 ○ ☆ V	9/25 ○ ☆ V	9/26 ○ ☆ V	✓
5	9/28 ○ ☆ V	9/29 ○ ☆ V	9/30 ○ ☆ V				✓

許嘉尹主任的
超級重要目標
--WIG

Wildly Important Goal

WHY WIG?

- 設定有意義目標
- 自我監控執行情形
- 清楚明確的計分板
- 自我檢視與反饋

3. 我的目標與學習 (習慣3：要事第一)

My Personal WIG

目標 我的個人 **WIG** (在何時之前，從 X 到 Y)：

從 2015.8.31 到 10.4 前，我要很有意識地成為一位：

堅毅勇敢、自信健康、樂於學習、有趣溫暖的母親

為何這個目標對我很重要：

因為這是我為自己規劃的重要人生角色任務之一，我希望在相對的關係人眼中，活出這樣的自己。我會努力做到這樣的自己，這樣人生就會不虛此行。

策略 為了達成個人 **WIG** 所需採取的行動：

- 親自用心準備家人的早餐 (每週至少三次就算達標)
- 每週一則家書簡訊，與孩子聯絡感情，溝通想法或分享自己的新學習
- 週末全家一起運動或共同從事一項家庭活動

我的追蹤表 (請發揮創意。目的：追蹤自己的所做的「努力」，aka「領先指標」)

行動完成打勾

週數	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat	Sun	是否達標
1 8/31~ 9/6		A	A	A	A		C	X
2 9/7~ 9/13	A	A	A	A	A	A	C	X
3 9/14~ 9/20	A	A	A	A	A		A C	X
4 9/21~ 9/27	A	A	A	A				X
5 9/28~ 10/4		A		A		A		X



Plus And Delta

目標 我的個人 **WIG** (在何時之前，從 X 到 Y)：

從 2015.8.31 到 10.4 前，我要很有意識地成為一位：

堅毅勇敢、自信健康、樂於學習、有趣溫暖的母親

反思：我是否達成目標？ ☐ 是 ☒ 否

慶賀！

- 公開 / 私下慶賀，方式：

- 在「為自己喝采」的部分，記錄自己的成就。
- 設立新的目標！

未達成目標的原因：

- 家書簡訊的部分比較困難
- 因為不是一般的家庭溝通方式
- 週末全家一起運動或共同從事一項家庭活動
- 孩子的功課與時間要盡量
- 重新設定目標，繼續努力！



個人成功 (Private Victory)

- 習慣一 主動積極

You are the creator of your life

- 習慣二 以終為始

The first creation—mental creation

- 習慣三 要事第一

The second creation—physical creation

在這個複雜多變的時代，我們今天面對的挑戰絕對與孩子們明天將面對的不同。
裝備孩子最好的方式，就是教導他們那些**恆久不變的原則**。

透過學校文化的形塑，將七個習慣導入——
協助教職員、學生養成一些恆久有效的做人、
做事情、過生活的方法



「我是寒假生活的主人」

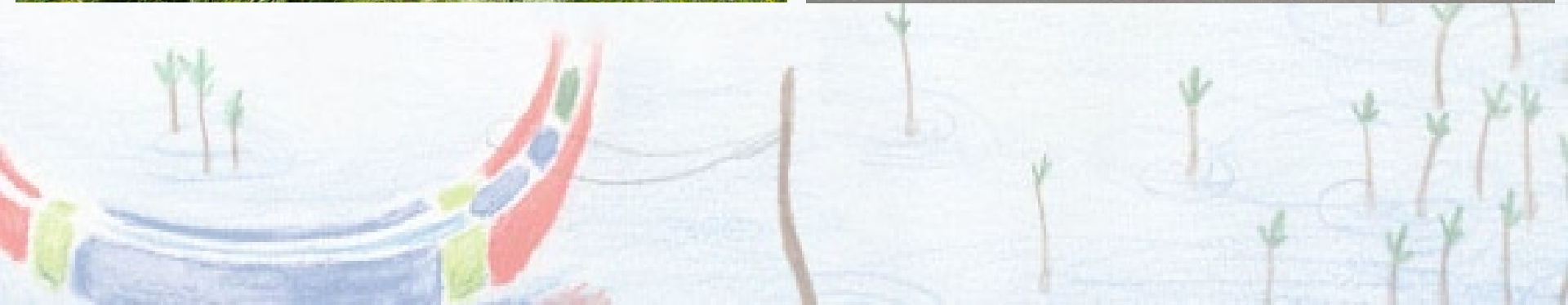
105.12.9

為什麼長假後的
開學是災難？

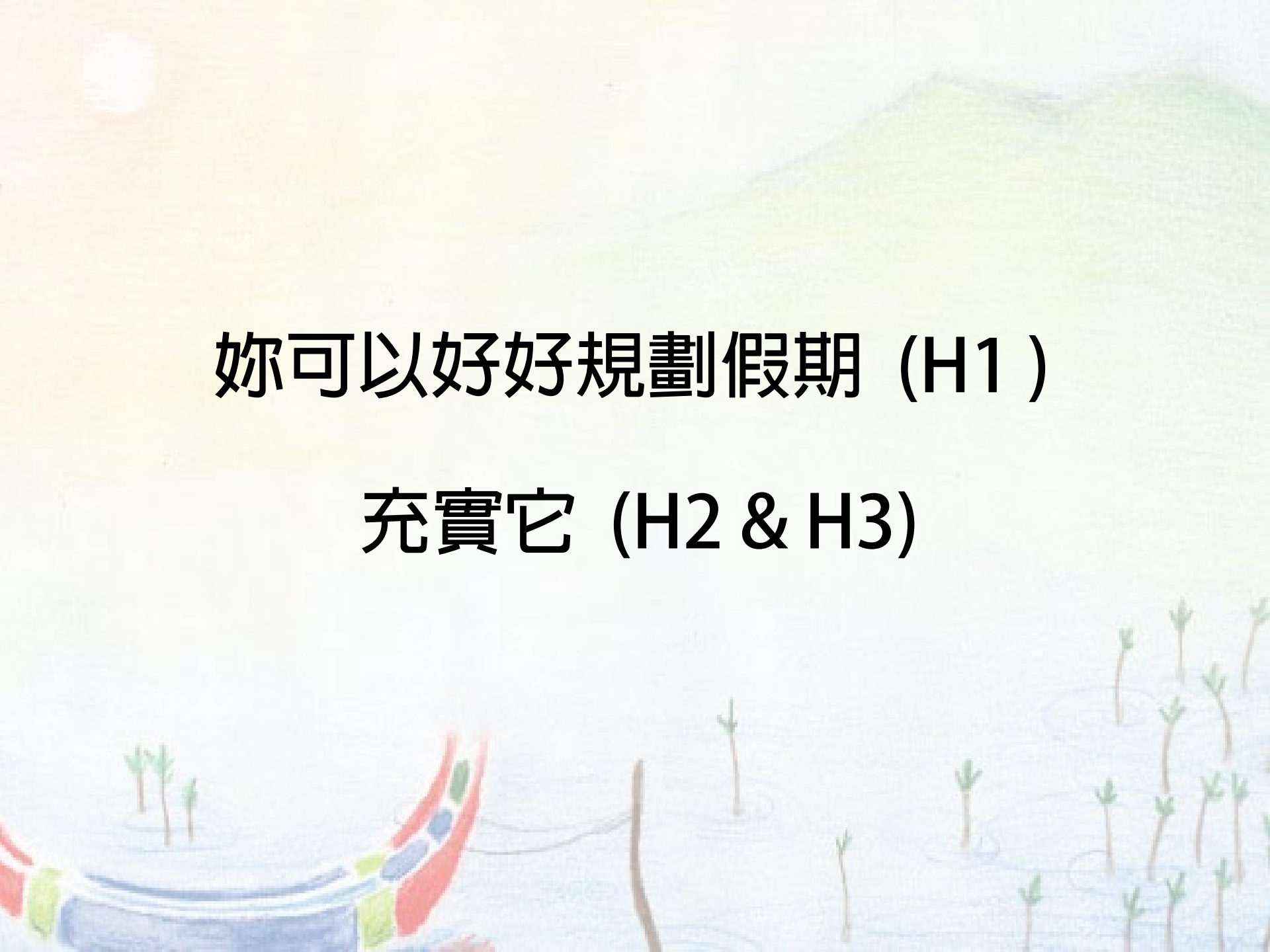
沒玩到、沒喜
樂、
沒休息、沒學
習！



假期如果好好安排時間…







妳可以好好規劃假期 (H1)

充實它 (H2 & H3)

三週的時間從何開始？



習慣二 以終為始

一個關於
個人願景
的習慣

習慣三 要事第一

一個關於
自我管理的
習慣



找到1-3件關乎你的 使命、夢想、目標的
關鍵大石頭~**WIG** , **Wildly Important Goal**
為這些超級重要目標來個**SMART**目標管理！



The background of the slide features a soft, painterly illustration. At the top, a pale yellow sun or moon hangs in a light blue sky. Below, a range of green mountains is visible. In the foreground, a body of water, possibly a pond or a river, is depicted with gentle ripples. A small bridge with red and blue sections spans across the water. Several thin, brown tree trunks with green foliage are scattered throughout the scene, some in the water and some on the banks.

SMART 目標管理很重要！

業界重要經理人都執行！

我也可以學得會！

- **S**pecific 目標要明確、清楚
- **M**easureable 目標陳述要可以量化、計數
- **A**ttainable 目標要可達成，不好高騖遠，考慮資源、能力、現狀
- **R**elevant 目標是要事，與最大的終極目標是相關的
- **T**ime-based 目標設定要有明確時間範圍，從何時起到何時結案

S:明確可檢核
T: 明確執行時間

我要從10/25起到12/3期間
每天練習吉他，並學會6首歌

二、為何這個目標對我很重要：

使命
夢想
R:相關

因為我想要自己寫出一首歌，並且向偶像學習。

三、策略行動 (為了達成這個重要目標所需採取的具體行動，請依情形羅列，並訂出達標次數，例如完成3次...或每週完成4頂...或每一天有一小時...)

1 (★)每天練習音階

2 (0) 每天複習指法

3 (♥)每週學會彈一首歌

M:可計數
A:可達成

[illegible]

一、目標（在甚麼時間，幾月幾日之前，我要完成/做到/舉辦...）

我要從2016.11.6 (my birthday) 到下一次段考11/29期間
英文平時及段考成績比第一學月進步

二、為何這個目標對我很重要：

因為那能幫助我離夢想更近

三、策略行動（為了達成這個重要目標所需採取的具體行動，請依情形羅列，並訂出達標次數，例如完成3次...或每週完成4項...或每一天有一小時...）

1 (✓) 每日背15單字

2 (★) 每日8題逆轉勝

3 (♥) 一星期收聽2次大英

WIG Planner For WIG=Wildly Important Goal

My DFC (Design For Change) Project

My Wildly Important Goal (from x to y by when)

(訂出起訖日、想看見甚麼結果或改變...大膽向宇宙許心願，愈具體愈容易達成!.)

from 2016.11.06 my BIRTHDAY to Next 段考

我想，英文成績有明顯進步

Why This Is Important to Me

因為那能幫助我離夢想更近

✓ Actions I Need to Take to Achieve My WIG	
每日 15 單字	✓
8 題逆轉勝	★
一星期 2 次大英	♥

行動計畫如果需要其他人...

PM專案管理很實用



一、專案名稱：2017歡樂除夕趴

二、專案夥伴：萱兒、Matthew、阿公、阿嬤、姪女、弟

三、專案心智創造：

Why (活動初衷)

1. 家人溫馨團聚、開心
2. 嘗試創新廚藝增能
3. 分享陪伴彼此

How (活動策略，如
人力、資源、進行方式)

- 一. 主廚：雪玲、副手：媽媽
- 二. 增設遊戲組
飲料組

What (活動成果)

- A. 家人開心的回憶
- B. 吃飽、喝足、玩遊戲
- C. 拍照紀念、祝福彼此

四、行動步驟：

	工作事項 (WHAT)	主責 (WHO)	完成日 (WHEN)	完成檢核 (CHECK)
1.	設計年夜飯菜單	雪玲	1/14	
2.	主菜採購準備(含水果)	雪玲	1/25	
3.	聯絡弟弟家人、餐會呼喚	媽媽	1/14	
4.	遊戲(牌、大富翁)	恩恩	1/22	
5.	飲料調製	恩恩	1/26-27	26日試喝
6.	餐食準備與採買	萱萱	1/25	
7.	守夜影片	萱萱	1/22	完成確認
8.	紅色準備(新鈔換取)	雪玲、哥哥	1/20	
9.	場地、餐桌位置安排	哥哥	1/27 早上	
10.	切水果、影像記錄(含照...)	姪女	1/27 下午	
11.	收拾飯桌	everybody	1/27	
12.	洗碗、拖地	萱兒	1/27	

祝福達標與深深期許

- 寒假喜樂、滿足、有身心靈腦的充實
- 為自己留下寶貴的寒假回憶
- 開學後請收錄在個人LNB
- 班上來個分享會與達標慶祝吧！



七習慣家長研習活動



2016 聖心家長自我領導力學習 「與幸福有約」3次課程活動結業



三個週末課程
喜樂結業，
為自己喝采！

熱烈分享與討論是我們的共識







610家長日暨領導日

PM(專案)

- 1.決定專案名稱
- 2.尋找專案夥伴
- 3.專案心智創造

Why(初衷)

How(策略)

What(成果)

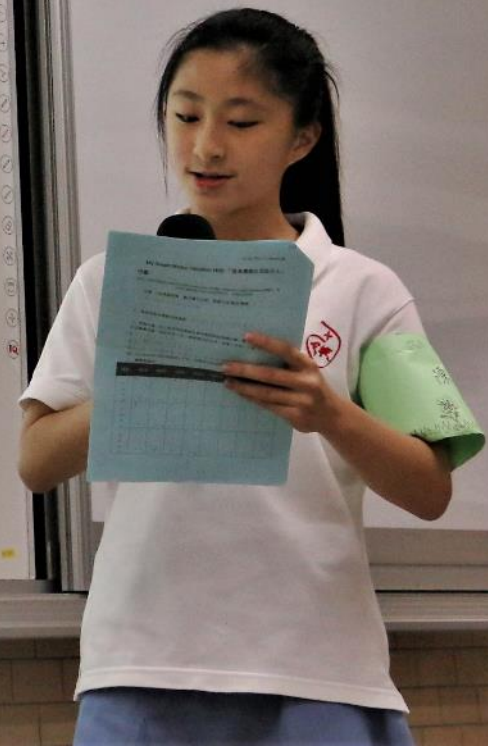
4.行動步驟

What(工作事項)

Who(主責)

When(完成日)

Check(檢核)







105學年度
610
領導日



105學年度

610

領導日



105學年度

610

領導日



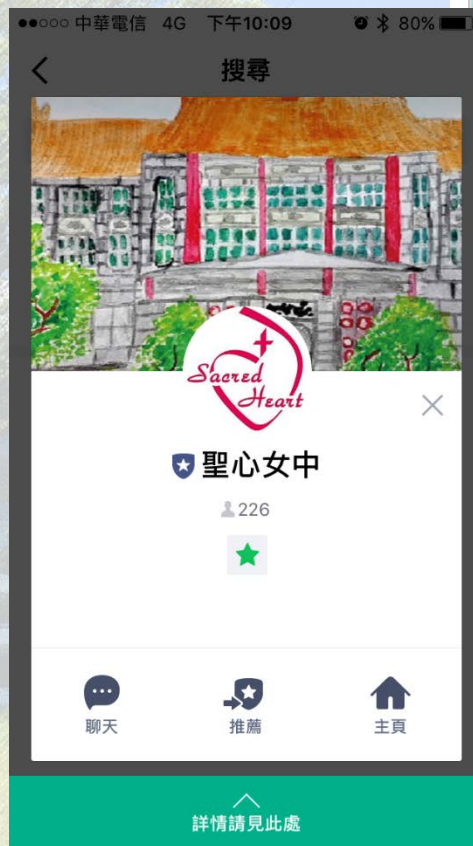
Remember Dr. Covey's words:

“Leadership is communicating a person's worth and potential so clearly that they are inspired to see it in themselves.”

領導力是一種能夠與人清楚溝通他們的價值與天賦，終而使他們深受啟發、領悟自己天賦潛能的能力。

請加入 聖心女中 官方帳號

2017.10.1起
每週一則
聖心教育分享



The 7 Habits[®] Tree

AND REMEMBER TO
TAKE CARE OF YOURSELF

Habit 7

SHARPEN THE SAW[®]
Balance Feels Best

THEN PLAY WELL
WITH OTHERS

Habit 6

SYNERGIZE[®]
Together Is Better

Habit 5

SEEK FIRST TO UNDERSTAND,
THEN TO BE UNDERSTOOD[®]
Listen Before You Talk

Habit 4

THINK WIN-WIN[®]
Everyone Can Win

START WITH YOU

Habit 3

PUT FIRST THINGS FIRST[®]
Work First, Then Play

Habit 2

BEGIN WITH
THE END IN MIND[®]
Have a Plan

Habit 1

BE PROACTIVE[®]
You're in Charge

6 統合綜效

5 知彼解己

4 雙贏思維

From independence
to interdependence
從獨立(我)
到互賴(我們)



HEART

Habit 4 Think Win-win

雙贏思維



我們看待世界的方式決定
我們的行為；我們的行為
決定我們的結果。

Habit 4 Think Win-win

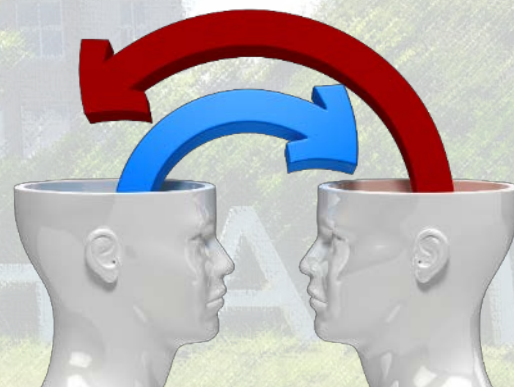
雙贏思維

- 在自己所愛的事物，與別人的需要之間，我會運用勇氣與體諒來求取平衡
- 我會努力地在別人的情感帳戶中存款
- 產生利益衝突時，我會努力尋求第三方案
- 相信人人可以是贏家

SACRED HEART



人際交往的思維模式



1. 雙贏

尋找一種對雙方
都有利的方案



CRED HEART

2. 贏-輸

無論如何我要打敗你



3. 輸-贏

我總是受害者



4. 輸-輸

我死也要找個陪葬的



5. 贏



只要我能贏，
不管你是贏是輸



練習雙贏思維 平衡勇氣與體諒

- 勇氣

說出自己的想法和感受的
願望與能力

- 體諒

尊重他人並聆聽他的想法
和感受的願望與能力

Habit 5 Seek to understand , then to be understood 知彼解己



我們看待世界的方式決定
我們的行為；我們的行為
決定我們的結果。

Habit 5 Seek to understand , then to be understood 知彼解己

- 我願意聆聽別人的意見和感受
- 我願意從別人的眼光看事情
- 我專注傾聽，不打斷別人，也可以很有自信的表達自己的想法
- 與人交談時我會專注的看著對方的眼神

Habit 6 Synergize

統合綜效



我們看待世界的方式決定
我們的行為；我們的行為
決定我們的結果。

Habit 6 Synergize 統合綜效

- 我尊重別人的長處，並努力向他們學習
- 即使他門與我極為不同，我也能和大家合作愉快
- 解決問題時我會尋求他人的意見，因為我知道團隊合作可以創造出比個人更好的結果
- 我保持謙卑

SACRED HEART

H6
統合綜效
(公眾成功
的果實)

得

公眾成功的原則

- 1.良好的長期關係
以互敬互利為基礎
- 2.良好的交流以
理解雙方為基礎
- 3.整體大於部分的和

觀

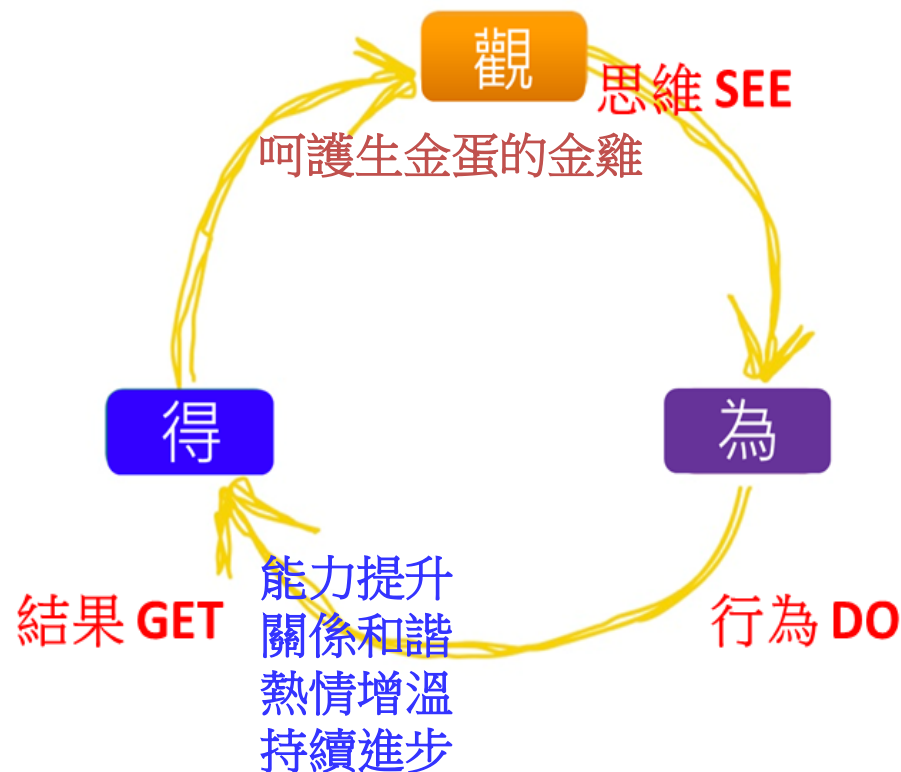
H4
雙贏思維
(公眾成功
的基本心
態)

H5
知彼解己
(公眾成功
的技巧)

為

Habit 7 Sharpen the saw

不斷更新



我們看待世界的方式決定
我們的行為；我們的行為
決定我們的結果。

Habit 7 Sharpen the saw

不斷更新

體育鍛鍊、營養、休息、壓力管理

生理
(身)

社交/
情感

不斷在重要的情感帳戶中存款

(心)

心智
(腦)

閱讀、寫作、進修、學習

心靈
(靈)

服務、澄清價值觀、沉思、貼近大自然、激勵的文學作品

103學年度起，
學校生活手冊幫
同學增加了一個
貼心的工具！

一週生活的指南針…
每個星期天下午，花
個15~30分鐘與孩子
們一起規畫吧！

Sacred Heart 6月計畫表 June

週指南

這一週，我在角色中可以做的最重要的一件事

角色與大石頭

不斷更新

身	
心	
靈	
腦	
角色 ()	
大石頭1.	☐
2.	☐
3.	☐
角色 ()	
大石頭1.	☐
2.	☐
3.	☐
角色 ()	
大石頭1.	☐
2.	☐
3.	☐
角色 ()	
大石頭1.	☐
2.	☐
3.	☐

7 Habits 幫助我們— 由內而外實現個人和人際效能

思想決定行為
行為決定習慣
習慣決定品格
品格決定命運

-Samuel Smiles,
19世紀英國政治家

A leader takes people where they want to go. A great leader takes people where they don't want to go but ought to go.”
– *Rosalynn Carter*

普通的領導者把人帶往他們想去的地方。偉大的領導者把人帶往他們不一定想去，但該去的地方。

--羅莎琳·卡特(美國前第一夫人)

迴響1：自會服務股餐廳伙食問卷調查報告、 廚餘減量宣導



自治會服務股率先進行--我愛餐廳~廚餘減量CHANGE行動，實際以廚房工作影片拍攝來倡導學生以愛還愛，以心體心，把菜吃光，並體貼為大家辛苦服務的廚工。

迴響2--國三直升班學生的Change 行動 舉隅

林湘芸同學住家老舊公寓
門口照明改善行動



邊之安同學住家垃圾減量
衛生紙使用減量行動



三位住校同學自主性
宿舍節能減碳行動



更有張宇雯、尹靖文同學為改善里民寵物糞便問題，親自拜訪里長辦公室關注此議題行動