

教育部教學實踐研究計畫成果報告
Project Report for MOE Teaching Practice Research Program

計畫編號/Project Number：PGE1080385

學門專案分類/Division：通識 (含體育)學門

執行期間/Funding Period：2019/08/01 ~ 2020/07/31

計畫名稱/行動研究與社會實踐活動的銜接—以中華書院《成功密碼》通識課程的教學實踐革新為研究個案

配合課程名稱/《自我探索：成功密碼—全面造就自己》通識課程

計畫主持人(Principal Investigator)：施淑婷

共同主持人(Co-Principal Investigator)：黃啟光、何湘妃、莊英慧、袁正績

執行機構及系所(Institution/Department/Program)：中華大學通識教育中心

成果報告公開日期：

立即公開 延後公開(統一於 2022 年 9 月 30 日公開)

繳交報告日期(Report Submission Date)：2020.09.20

中文摘要

本計畫結合通識教育中心、語言中心、電機工程學系五位跨領域教師進行研究及授課，五位教師都是中華書院導師，也是高效人士七個習慣種子教師。本研究的課程「成功密碼—全面造就自己」為中華書院的通識課程。

本計畫採取行動研究法，以翻轉教學、做中學為基礎，融合 PBL 同儕合作學習法、社會服務體驗教學法，依據品格原則，結合高效能人士七種習慣的自我管理與書院在地社會服務的品格教育行動學習活動，培養學生待人處事接物的良好品格，以提升職場競爭力及社會關懷的公民意識。

過程中，以學生學習為本位，結合偏鄉中小學的課輔、校內外淨化環境及東香社區的老人服務，進行行動學習與社會實踐的體驗教學。進行中，學生需學習如何運用高效人士七個習慣進行活動的規劃與實踐。建立瞭解自己、改變態度、轉變觀念、養成七個習慣的質變過程。不僅加深高效人士七個習慣的演練，學習管理自己的能力，也提升社會關懷及職場競爭力，達到本課程的教學目標。

經過教學實踐反思的結果是，教師團隊覺得若有必要條件的支持，推動起來會更順手；被服務端的回應則相當正面，希望能夠建立長期的合作關係；服務端的學生覺得提升了高效人士七個習慣，也提出一些建議。這些回饋，提供了改善課程的依據。

英文摘要

The project is the result of cooperation between five teachers from the General Education, Language Center, and Electrical Engineering Department of the Chung-Hua University in conducting interdisciplinary research and lectures. The five teachers are all instructors of the Chung-Hua Academy, and they are also the seed teachers for the educational approach based on “The Seven Habits of Highly Effective People.” The coordinator of the project is a professor in the General Education Center and the dean of the Chung-Hua Academy, and also a licensed international career consultant (NCDA.) The program " Gateway to Success—Achieving the Leader in Me" is a general education course of Chung-Hua Academy.

This project adopts an action research method, based on flipped teaching and learning by doing, and integrates the PBL peer-to-peer cooperative learning method and the social service experience teaching method, based on the character principle, and combines the self-management of the seven habits of high-performance people and the local social service of the college. The character education activities cultivate students' good character in dealing with people and things, so as to enhance the competitiveness of the workplace and the civic awareness of social care.

In the process, student learning is the focus, combined with the teaching aids of rural primary and secondary schools, the purification of the environment inside and outside the school, and the services for the elderly in the Dongxiang community, to conduct experience teaching of action learning and social practice. In the process, students need to learn how to use the seven habits of highly effective people to plan and practice activities. Establish a qualitative change process of understanding yourself, changing attitudes, changing ideas, and forming seven habits. It not only deepens the exercise of the seven habits of highly effective people, and learns to manage their own abilities, but also enhances social care and workplace competitiveness to achieve the teaching goals of this course.

The result of reflection on teaching practice is that the teacher team feels that if they have the necessary support, it will be easier to promote; the response from the server is quite positive, hoping to establish a long-term cooperative relationship; the students at the server feel that seven highly effective people have been promoted Habits, and also make some suggestions. These feedbacks provide a basis for improving the curriculum.

目 錄

一、研究動機與目的(Research Motive and Purpose).....	01
二、文獻探討(Literature Review)	02
三、研究問題(Research Question)	05
四、研究設計與方法(Research Methodology)	05
五、教學暨研究成果(Teaching and Research Outcomes)	06
六、建議與省思(Recommendations and Reflections)	09
七、結論與建議.....	10

一、研究動機與目的(Research Motive and Purpose)

本計畫結合通識教育中心、語言中心、電機工程學系、景觀建築學系五位跨領域教師進行研究及授課，五位教師都是中華書院導師，也是高效人士七個習慣種子教師。其中主持人為通識教育中心教授兼中華書院書院長，同時也是取得證照的國際生涯諮詢師(NCDA)。本研究的課程「成功密碼—全面造就自己」為中華書院的通識課程。

(一)、教學現場試圖解決之問題：提升職場競爭力及公民意識

本校以校訓「勤、樸、誠、正」為核心，以培養具備專業素養、創新思維、同理關懷之社會中堅人才為教育目標，期待讓學生能夠具備職場競爭力。孔子在『論語』中提到「如有周公之才之美，使驕且吝，其餘不足觀也已」、史蒂芬·柯維博士提到「依據品格原則而活的人，有強大而深厚的根基。他們雖然承受生活壓力，卻仍能不斷成長與進步」，當代業界進用人才的考量因素以良好的工作態度、穩定度與抗壓性等品格軟實力為首要條件。道德教育是文明國家所重視的國本，在AI興起的未來，品格教育、倫理與道德的教育，更應該要成為新教育的核心。

(二)、教學現場試圖採用的方法：書院的行動教育

近來，兩岸四地高校新興一股書院教育風潮，強調「探索活動」與「行動學習」彌補傳統教育缺乏的動能與行動力。中華大學中華書院的教育目標強調教育是「態度的教育，品格的教育，行動的教育」，書院教育是品格的行動教育，強調實踐的功能，從課堂延伸到的宿舍生活與社區服務活動的實踐上的學習。

大學教育的使命之一，要引導大學生思考，如何在成就自我的同時，也能夠回饋社會。透過在地社會行動服務培養大學生的社會關懷意識，同時可以培養學生成為具備人際溝通、團隊合作、解決問題……等品格軟實力。所以，培養大學生的社會關懷意識，是當前大學教育要正視的重要議題。書院教育透過自主規劃與學習，努力推展社區活動與社會關懷議題，發展出比學院更具全人化教育特質的服務學習活動。

中華書院是以中華文化品格教育為原則，以高效人士七個習慣為教育方法，培養學生的自我領導力為教育目標，如圖 1-1 所示：



圖 1-1



圖 1-2

中華書院的「成功密碼」課程積極地運用做中學與服務學習的方法，想要培養學生對社會關懷的軟實力，希望引導來自不同院系、年級與生長環境等相異背景的學生，在「共宿、共學、共遊」的基礎中，把自己的生活經驗、人生觀彼此分享，然後進行自主學習，重新探索自我，從依賴到獨立，從公眾的成功：從獨力到互賴，到全面觀照生命。

(三)、教學研究的動機與目的

中華書院為了達成教育目標，規劃「成功密碼：全面造就自己」的通識課程，以史蒂芬·柯維博士的《與成功有約》、《七個習慣教出優秀的孩子》為教材，依據品格原則，培養學生有效地活出七個習慣的高效能思維。讓學生透過七個習慣的養成，掌握「人生的成功之鑰」。這裡所謂的「成功」，並非僅是學業優異、財富累積或事業榮耀，而是包括：努力奮發的個人成長、圓融和諧的人際關係和安身立命的品格教育。並試圖結合七種習慣的自我管理與書院在地社會服務的品格行動教育學習活動，培養學生待人處事接物的良好品格。

所以，本研究之核心關懷，乃思考如何在本課程主體能力的培育上，進一步透過引導學生走出校園，跨入社區，在行動場域中進行真實生命與社會的實踐，讓服務者透過服務歷程來得到自我學習與成長，同時也能滿足被服務者的需求，並進一步提升公民責任感。依據品格教學原則，建構一套培養學生有效的活出七個習慣的高效能思維方法，讓學生透過實作學習來達成品格教育，此構想符合當今社會企業取才導向，透過活潑的品格教育方式，引導學生思考如何將學習回饋社會，進一步引導學生走出校園跨入社區來滿足被服務者的需求。故本研究在課程設計上規劃多元的社會服務活動，安排課程學生實踐社會服務，啟發學生社會關懷的種子，體驗人群的互動關係，擁有更多人生發展的想像與實踐。

本研究主題是「行動研究與社會實踐活動的銜接—以中華書院《成功密碼》通識課程的教學實踐革新為研究個案」，希望透過中華書院「成功密碼—全面造就自己」的通識課程及中華書院品格教育的行動學習，培育學生全面學習管理自己的軟能力，提升職場競爭力及社會關懷的公民意識。如圖 1-2 所示。

二、文獻探討(Literature Review)

在文獻探討部分，本研究之教學實踐面之核心概念及價值，有書院教育、高效人士七個習慣、社會實踐，本研究主要採取「行動研究法」，故一併作簡要探討，如圖 2-1 所示。

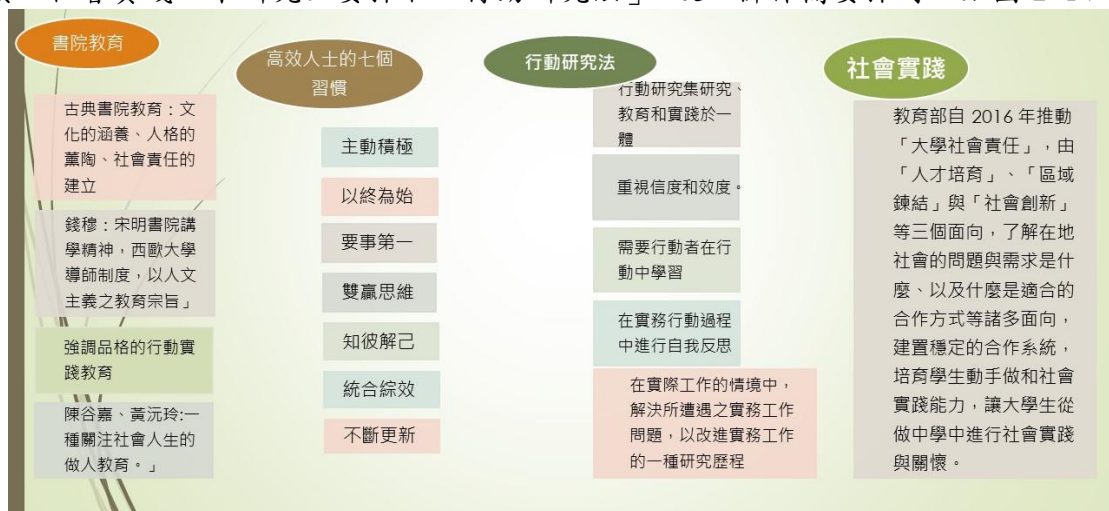


圖 2-1

(一)、書院教育

中國書院萌芽於唐末，盛興於宋初，秉承儒家誠意、正心、修身、齊家、治國、平天下的教育精神，重視人格的養成、自學能力的培養與「尊師愛生」的優良傳統。胡適認為：「國內的最高學府和思想的淵源，惟書院是賴」（胡適著〈書院制度史略〉）高度評價書院的作用與精神。1949年，錢穆創辦新亞書院之宗旨為：「上溯宋明書院講學精神，旁采西歐大學導師制度，以人文主義之教育宗旨溝通世界東西文化，為人類和平、社會幸福謀前途。」（錢穆著《新亞遺鐸》）揉合中國儒家的教育精神與歐美的導師制度，期待彌補當代高等教育之不足。理想的書院教育是兼顧人格的形塑，回復傳統師徒的關係，反對現行教育中的功利性傾向，並對學生進行人文傳統的薰陶。古典的書院教育重視文化的涵養、人格的薰陶、社會責任的建立，重視修身、齊家、治國、平天下之德育和智育的協調發展。¹陳谷嘉、黃沅玲〈論中國古代書院的教育理論及人文精神〉也提到：「中國的傳統書院不僅承擔著傳授知識的責任，還承擔著精神指導者的角色，書院像燈塔一樣從思想和精神上引領學生們超越現實的人生，向學生傳播深刻的人生哲理，幫助學生形成更具道德責任感的文化價值觀。中

¹季淳教授擔任美國洛杉磯西方文理大學政治系主任時，作〈美國文理大學的書院教育及其在台灣發展的可能與限制〉一文，有需多值得參考的論點。（請參《通識在線》第二十六期，2010年3月8日）

國的傳統書院追求的是一種關注社會人生的做人教育，其宗旨是教導學生“做個好人”，而不是像現代大學那樣更注重“教人謀生”²，突出以德育人和對人性關懷的人文精神，“以人為本”的教學理念、“尊師重道”的核心價值、“兼容并蓄”的學術風氣及“獨立自主”的治學原則，為我們探究大學之道提供了豐富的借鑒意義。

回復傳統的書院教育，是希望透過師生共宿、共游、共學的生活學習，培養學生成為能夠承擔生命任務和社會責任的成熟人格。

（二）、高效人士的七個習慣

《高效人士的七個習慣》其實就是美國人類潛能導師史蒂芬·柯維(Stephen R. Covey)所著作的《與成功有約》。《與成功有約》高踞美國暢銷書排行榜長達十餘年，出版至今已被翻譯成四十種語言，全球發行超過兩千八百萬冊，是成功學的集大成者，至今仍是全球管理者的必讀書目。七個習慣為：主動積極(幫你擴大影響力)、以終為始(幫你釐清人生定位)、要事第一(幫你找到目標與方法)、雙贏思維(幫你創造最大價值)、知彼解己(幫你維繫人際和諧)、統合綜效(幫你化解衝突、找到出路)、不斷更新(幫你改變自己與他人的人生)³。「沛德國際教育機構」引進此套系統，深信「七個習慣」可為台灣基礎品格教育帶來高正向影響力，致力透過自我領導力教育(七個習慣)啟發兒童、青少年、老師、學校、家庭，推動從個人到組織，甚而整體社會的思維轉變，以提升台灣社會的公民素養及能力，成為推動國家進步的動力。⁴中華書院為第一個嘗試將本套系統運用在大學的書院教育。

（三）、行動研究法

沒有研究理論的支持與解析，教學就會變成空洞。而傳統研究引導升等，也造成沒有落實教學的盲目研究。在教學上做研究及理論，可以讓教學變得有設計、有系統、有依據、有價值。如何讓兩者交融，匯歸到教學研究的核心精神相對重要。黃俊儒教授說：「周延的文獻檢閱可以協助教師把問題進行深度的發掘，甚至是產生有條理的解決方法，要找到與自己問題情境完全相同的文獻是不可能的，但是絕對有相關的論述可以參考」⁵。行動研究已成為教師專業發展、課程發展和教育改革的重要策略之一，是本課程及研究所採用的方法。

行動研究是實踐增強權能之助人工作方法。陶蕃瀛在〈行動研究：一種增強權能的助人工作方法〉指出：「行動研究也重視信度和效度的課題……行動研究特別強調在實踐行動中找研究問題、研究者的位置與研究對象的合作信任關係、分析資料要持續地反觀照境而常見行動研究螺旋之特徵。行動研究……需要行動者在行動中學習。」⁶吳明隆《教育行動研究導論：理論與實務》提及「行動研究是一種自我批判、反省的活動，是由實務工作者於其所在實際工作的情境中，解決所遭遇之實務工作問題的一種研究歷程」(吳明隆，2001)⁷、蔡清田說：「行動研究的歷程，包括確定研究的問題領域焦點、規劃解決問題的行動方案、尋求合作伙伴、採取行動實施監控與蒐集資料證據、並進行評鑑與回饋、發表行動研究成果等」⁸，由此看來，行動研究集研究、教育和實踐於一體，重視信度和效度，需要行動者在行動中學習，在實務行動過程中進行自我反思，在實際工作的情境中，解決所遭遇之實務工作問題，以改進實務工作的一種研究歷程。行動研究的方法及精神最符合教學實踐研究的精神⁹。

² 陳谷嘉、黃沅玲著〈論中國古代書院的教育理論及人文精神〉，《湖南大學學報(社會科學版)》，第17卷第3期，2003年5月，頁3-7。

³ 以上引自博客來 <https://www.books.com.tw/products/0010753548>，檢索日期：2020年09月12日。

⁴ 此為沛德國際機構的願景，請參該機構官方網頁 <https://www.peducation.com.tw/about-us>，檢索日期：2020年09月12日。

⁵ 黃俊儒著，〈教學實踐研究計畫的觀察與建議〉，《通識在線》，第79期，2018年11月，頁2。

⁶ 引自陶蕃瀛，〈行動研究：一種增強權能的助人工作方法〉，《應用心理研究》，第23期，2004秋，頁33，頁33-48。

⁷ 吳明隆(編著)：《教育行動研究導論：理論與實務》。台北：五南圖書公司，2001年。

⁸ 蔡清田〈行動研究的功能限制與關鍵條件〉，《T&D 飛訊》，第209期，104年8月1日，頁1。

⁹ 黃俊儒教授說行動研究的方法及精神，最符合教學實踐研究的精神，也是一種信念跟態度，可以累積、精鍊及循環教研成果，避免創造另一種研究方法上的特技表演，考量教學創新的普適化原則，非僅是教師個人情意

歐用生〈提升教師行動研究的能力〉一文認為傳統研究對象是別人，研究場所大都在電腦中心或實驗室，研究結果大多是概括化的結論，對教學改革並沒有多大幫助，「如果教師能作行動研究，則能在自己的學校或教室中，研究立即的、實際的情境，加以檢討、反省，就能改進教學，落實革新的理想，因此行動研究的理念和意義，值得深思。」並認為行動研究有下列特質：1. 行動研究隨情境而異 2. 是集體合作的 3. 是參與的 4. 是自我評鑑的。「行動研究」是研究者參與真實事件的運作過程中，系統的搜集資料，分析問題，提出改革方案，加以實施後，仔細地檢驗改革的影響。在研究中採取改革行動，在行動中實施研究，教師如果能夠實際研究自己的教學，才能促進專業成長，落實課程與教育革新。

林文琪〈行動研究與教學專業實踐的發展—教學行動研究〉也指出行動研究的重要目的在於：改善自我的教學品質，不僅僅成就自己，也會成就自己的學生，是具有回饋價值的研究法。林文琪並指出「行動研究是需要合作的，因為個人觀點十分有限，需透過第三者的觀察、給予建議，這個合作對象不一定是偉大的人，教學助理、學生皆可，重點在於過程中發覺自己的問題點」¹⁰。

所以，「行動研究」是研究者參與真實事件的運作過程中，系統的搜集資料，分析問題，提出改革方案，加以實施後，仔細地檢驗改革的影響。在研究中採取改革行動，在行動中實施研究。行動研究是隨著情境而改變的，是集體合作的、是自我評鑑的、是集體研究的。¹¹如果能夠有一群教學成長的教師與學生共同參與，成效會更具體。本課程屬於共同教授的課程，107年1月在劉維琪校長的支持與推動之下，派遣中華書院院長、正副執行長及幾位書院資深導師，參加柯沛寧博士「沛德國際教育機構」引進的「高效人士的七個習慣」進行完整的種子教師培訓。這群教師本身就深具教學與輔導的高度熱誠，願意額外撥時間協助書院教育的推動，帶動書院生的學習，不僅師生互動良好，老師與老師之間也採取教學成長社群式的團隊合作方式，進行教學的分工、反省、批判與建構，共同解決問題。相信有透過行動研究實踐教學革新的能力，共同達成書院培養品格的教育目標。

(四)、社會實踐

布迪厄(Pierre Bourdieu)是當代法國著名的社會學家和哲學家，社會實踐理論是布迪厄哲學思想的集中體現。宮留記〈場域、慣習和資本：布迪厄與馬克思在實踐觀上的不同視域〉指出：「行動者在哪裡實踐?用什麼實踐?以及如何實踐?具體來說，就是行動者的實踐空

或風格的展現，而且成果可推廣、可被參考、可以被開創性地繼承。請參黃俊儒著，〈教學實踐研究計畫的觀察與建議〉，《通識在線》，第 79 期，2018 年 11 月，頁 1。

¹⁰ 林文琪〈行動研究與教學專業實踐的發展—教學行動研究〉是 2013 年 10 月 31 日在國立中興大學環保防災中心科學人文跨科技人才培育跨科技師資培育計畫的演講，請參 <http://shs.ntu.edu.tw/ebook/book/book18/index.html#page/10>，檢索日期：2018/12/02。

¹¹ 其他相關行動研究的著作尚有王增勇(2006)：〈行動研究：一種增強權能的助人工作方法〉(《應用心理研究》。(台灣)，30 期，201-224)、朱仲謀(譯)(Jean M. & Jack W.)(2002/2004)《行動研究：原理與實作》(台北：五南圖書公司)、吳美枝、何禮恩(譯)(Jean M., Pamela L. & Jack W.)(1996/2001)《行動研究：生活實踐家的研究錦囊》(嘉義市：濤石文化)、賴秀芬、郭淑珍(1996)：〈行動研究〉(見胡幼慧(主編)：《質性研究：理論、方法及本土女性研究實例》。台北：巨流圖書公司)、夏林清(譯)(Herbert A., Peter P. & Bridget S.)(1993/1997)：《行動研究方法導論—教師動手做研究》(台北：遠流圖書公司)、夏林清(譯)(Argyris C. & Putnam R.)(1985/2000)：《行動科學》(台北：遠流圖書公司)、夏林清(譯)(Donald A. Sch?n)(1983/2004)：《反映的實踐者—專業工作者如何在行動中思考》(台北：遠流圖書公司)、夏林清(1999)：〈制度變革中教育實踐的空間：一個行動研究的實例與概念〉(《應用心理研究》(台灣)，1 期，33。台北：五南)、夏林清(1999)：〈由實務取向到社會實踐〉(台北：張老師出版社)、夏林清等(譯)：(1999)《行動研究方法導論》(台北：遠流出版社)、張芬芬(2001)：〈研究者必須中立客觀嗎：行動研究的知識論與幾個關鍵問題〉(見中華民國課程與教學學會(主編)：《行動研究與課程教學革新》。台北市：揚智文化)、鄭增財(2006)：《行動研究原理與實務》(台北：五南圖書公司)、甄曉蘭(2001)：〈行動研究成果的評估與呈現〉(見中華民國課程與教育學會主編：《行動研究與課程教學革新》。台北：揚智文化)、甄曉蘭(1995)：〈合作行動研究：進行教育研究的另一種方式〉(嘉義師範學院學報，9:297-319)、胡夢鯨、張世平(1988)〈行動研究〉(收錄於賈馥茗、楊深坑(主編)：《教育研究法 的探討與應用》，103-139。台北：師大書苑).....。

間、實踐工具和實踐邏輯是什麼?布迪厄用場域、資本、慣習以及它們之間的關係創造性地回答了這三個相互聯系的問題。場域、資本、慣習以及三者之間的關係所形成的理論體系，就是布迪厄社會實踐理論的主要內容。」¹²布迪厄的社會實踐理論具有自我超越性、獨創性、生成性、關係性、反思性和批判性的理論特徵。

教育部自 2016 年推動「大學社會責任」(USR) 的觀念，由「人才培育」、「區域鍊結」與「社會創新」等三個面向入手，透過計畫補助的方式，引導大學師生組成團隊，扮演地方智庫發掘並合作解決問題，也藉此凝聚大學生對於社區的認同感。¹³同時強化大專校院與區域城鄉發展的連結合作，以「在地連結」為核心，深刻了解在地社會的問題與需求是什麼、以及什麼是適合的合作方式等諸多面向，建置穩定的合作系統，培育學生動手做和社會實踐能力，讓大學生從做中學中進行社會實踐與關懷。¹⁴

三、研究問題(Research Question)

本研究的研究問題分學習面、教學面、實踐面三個面向進行，學習面所學習的是高效人士的七個習慣、教學面包含知識性的傳授和體驗式的練習、實踐面指的是七個習慣的社會實踐運用。如圖 3-1 所示。



圖 3-1



圖 4-1



圖 4-2

四、研究設計與方法(Research Methodology)

(一)、研究流程

本研究採取行動研究法，希望在社會服務行動中學習落實高效人士的七個習慣、在社會服務實務行動過程中，運用七個習慣進行自我反思、運用七個習慣，在社會服務實際工作的情境中解決實務問題，如圖 4-1 所示。依據前述專家學者的建議，重視真實場域的教學設計與思考、落實與實踐。研究流程如圖 4-2 所示，說明如下：

- 第一、準備階段：進行師資專業培訓、建立高效人士七個習慣成長社群、進行相關資料的蒐集、進行課程內容與體驗練習等作業規劃。
- 第二、教學活動：進行知識性的傳授、課堂師生互動實作及演練、課後作業練習、課後社會實踐活動，記錄教學現場過程並發覺問題。
- 第三、成果檢驗：透過課堂實作成果、課後作業練習成果、社會實踐活動成效，檢驗成果。
- 第四、檢討與改進建議：從研究問題的學習面、教學面、實踐面三個面向，蒐集相關資料，進行反省、批判，分析問題及觀摩相關教學活動，進行檢討與改進建議，建構、擬定改進的具體策略，回饋給下一個教學現場進行執行與實驗。

本課程由五位教師共同授課，形成一個教學成長社群，共思共力，如此累積、循環教研成果，才可以讓教學創新普適化，成果可被推廣。

(二)、課程與教學活動

本單元著重在研究涉及與方法如何融入課程與教學活動，本課程將學習面、教學面、實

¹² 請參宮留記著〈場域、慣習和資本：布迪厄與馬克思在實踐觀上的不同視域〉，《河南大學學報（社會科學版）》，47 卷 3 期，2007 年 05 月，頁 76-80。

¹³ 請參楊士奇著〈大學社會實踐的責任：打造閱讀地方的腦迴路〉，《台灣教育評論月刊》，9 卷 2 期，2020 年 02 月，頁 8-10。

¹⁴ 可參陳怡方著〈高等教育朝向社會實踐的再思考〉，《人類學視界》，第 21 期，2017 年 06 月 01 日，頁 27-33。

踐面三個面向的規劃，將高效人士七個習慣透過課中做知識性的傳授，進行課中後的體驗練習有主動積極語言練習、以終為始個人使命宣言、要事第一大石頭週計畫活動、雙贏思維友誼存款練習、知彼解己聆聽練習、統合綜效創造第三個機會練習、不斷更新十年後理想的生活，在課後實踐體驗活動有茄苳國小課後輔導、偏鄉數位學伴計劃、淨灘活動、香山社區老人服務活動，如圖 4-3~4-13 所示。



圖 4-3 圖 4-4 圖 4-5 圖 4-6 圖 4-7



圖 4-8 圖 4-9 圖 4-10 圖 4-11 圖 4-12 圖 4-13

各項活動，不論在活動前活動中或活動後，都要運用高效人士的七個習慣，以落實高效人士的七個習慣之學習實踐，其相關情形如圖 4-14 所示。評量工具包括課堂互動參與度、課堂及課後習作、社會實踐成效及學習問卷量化質化分析，如圖 4-15 所示。

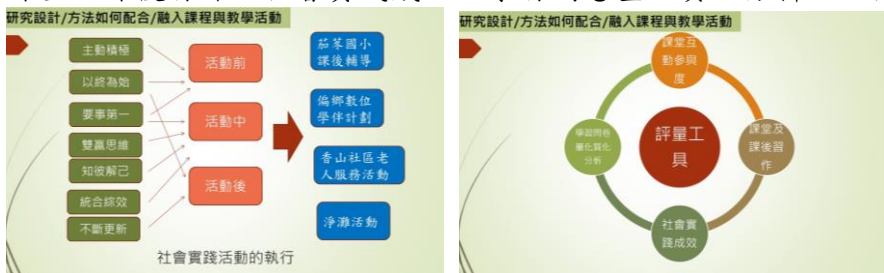


圖 4-14 圖 4-15

五、教學暨研究成果(Teaching and Research Outcomes)

「高效人士的七個習慣」是史蒂芬·柯維博士提出落實品格教育明確方法論的養成策略，透過七個良好習慣的養成，管理及開發自己，培養優良的品格。本課程是依據品格原則，培養學生有效地活出七個習慣的高效能思維。讓學生透過七個習慣的養成，提升其品格的層次，達到個人成長及圓融和諧的人際關係，進而邁向全面成功之路。正如史蒂芬·柯維博士所說：「活在七個習慣的軌道上……要不斷的進步，我們必須學習、承諾跟行動；學習、承諾跟行動；學習、承諾跟再次行動」本課程闡釋了高效能人士的七種習慣，要不斷地學習、承諾跟再次行動，使學生了解人類最大的需求，除了存活之外，便是心理上的生存。

本研究透過評量工具包括課堂互動參與度、課堂及課後習作、社會實踐成效及學習問卷量化質化分析，了解研究問題在學習面、教學面及社會實踐面上的成效。包含層面如圖 5-1 所示。



圖 5-1 圖 5-2

(一)、在研究問題上

在學生學習成效評估上，透過學習問卷前後測，顯示學生在高效人士七個習慣的學習上，有明顯的提升，如圖 5-2 所示。

在教學歷程評估上，本課程在教學方法上：以翻轉教學、做中學為基礎，融合運用 PBL 同儕合作學習法、夥伴提攜法、實作體驗教學法、IRS 即時互動教學法、社會服務體驗教學法（學以致用法），規劃各項體驗活動、討論與反思。透過 CHUMoodle 網路學習平台、i-Signal 即時學習預警、Zuvio IRS 雲端即時反饋系統，進行多元互動式的學習氛圍，以活潑及深化學生的學習效果。在硬體上，運用互動學習教室，採分組分桌分主題討論，進行分工、學習與分享。在分組分桌中，再一對一夥伴學習，進行課堂的分享與課後的督促及檢覈。而自從學校引進 Zuvio IRS 即時反饋系統之後，本教師團隊也陸續使用在個人課程，教師團隊目前除了使用 GPS 點名系統功能之外，尚有：

◎1、使用 Zuvio IRS 做前後測，了解學生學習成效有所提升！

◎2、進行現場互動，不只是教師跟學生雙方的互動，還有教師、學生 A 和學生 B 三方的互動，藉由投影幕清楚傳達給全班，進行自我思考！

◎3、由於 Zuvio IRS 的內容非常即時，活用【Zuvio IRS 教學分享】問答，馬上呈現討論完成的小組所填寫的內容，互相激盪！

◎4、教學現場常見學生不敢舉手發問或回答教師問題，透過 Zuvio IRS 拋題目，學生各自填寫答案，教師立即知道學生吸收及理解的情形。

◎5、『同儕互評』功能讓學生變得更專注，同學要進行評分及寫評論，幫助學生專心參與課程及檢視自己對學習內容之了解程度。Zuvio IRS 即時互動，讓每一個學生都融入課堂，讓每一個人都有機會直接表達想法。也讓老師了解學生在課堂上的參與度。學生反映互動良好，上課不呆版。如圖 5-3~6 所示：

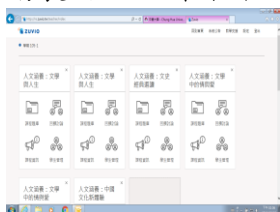


圖 5-3



圖 5-4



圖 5-5

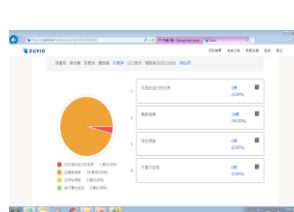


圖 5-6

在社會實踐成效評估上，學生透過行動學習，成效卓著，並透過影片進行對高效人士七個習慣的運用及吸收情形。

◎1. 進行在地偏鄉小學茄荖國小之課後輔導：在地偏鄉茄荖國小之課後輔導在 108 學年度已經進入第六年，為型塑學生品德與社會關懷能力，透過書院教育活動，結合來自不同領域專長的「成功密碼—全面造就自己」修課師生，長期至茄荖國小進行課後輔導，於每學期開學後連續 10 個星期，每週有三個時段前往該校，為課後班學生進行一串豐富多元的輔導課程，累計有音樂、美術、勞作、體育、家政、語文、科學、手語、程式設計(code.org 或 scratch 等)……等多元活潑的教學主題。透過生活用語，以玩遊戲的方式，讓小朋友可以加深印象及提高學習樂趣。創造雙方皆能成長的學習歷程及彼此相知、相挺的互動關係，受到被服務方該校校長與輔導主任的肯定與讚揚，如圖 5-7 所示。身為服務方的學生，獲得正向的收穫，如圖 5-8 所示；在七個習慣上也有不同的提升，如圖 5-9 所示。



圖 5-7

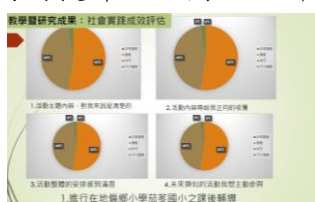


圖 5-8



圖 5-9

◎2. 在地社會服務:帶仁愛之家小朋友進行淨灘活動:

帶領仁愛之家小朋友進行淨灘活動，讓大小朋友共同體會愛護地球的重要性。學生除了學習如何大手牽小手之外，在七個習慣上也有不同的提升，如圖 5-10~13 所示。



圖 5-10



圖 5-11

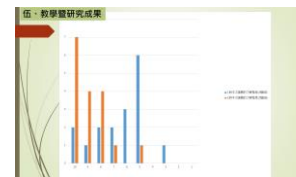


圖 5-12



圖 5-13

◎3. 東香社區老人志工服務:

本課程於 108-1 學年度第一學期規劃三次東香社區老人服務活動，引領學校旁的東香社區銀髮族進入大學校園，體驗大學生活，並由學生以高效人士的七個習慣作為主軸發想，設計趣味節目帶動團康活動，例如：舒展四肢、歡樂躍動的「呼呼帶動唱」、「樂齡按摩樂」、「歡樂嘉年華」；動腦動口，緊張刺激的「注音聯想字詞」與「趣味數字賓果遊戲」；「剪紙魔幻卡」則讓這群充滿童心的長輩們回到美好的懷舊時光，獲得熱烈回響。團康活動不僅帶動歡樂氛圍，結合傳統與現代的活動，也是深受銀髮長輩的喜愛。連續三週「敬老愛老」的社會實踐活動中：學生們透過活動發現自己有主動創造或積極改變的力量，也呼應了教育部近來透過高教深耕計畫、教學實踐計畫、USR 社區計畫等，鼓勵大學能夠主動發掘地方需求並連結各方資源，扮演在地資源角色的目的。透過服務老人活動，學生在七個習慣上也有不同的提升，如圖 5-14~17 所示。



圖 5-14



圖 5-15

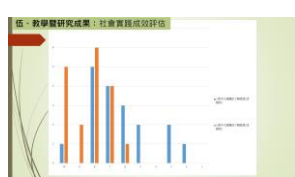


圖 5-16



圖 5-17

實施效益: 透過這些服務活動，學生運用高效人士七個習慣進行規畫與實踐，學習如何自我管理，要「主動積極」爭取機會，運用「以終為始」、「要事第一」進行活動規劃；透過「雙贏思維」「知彼解己」的精神，才能創造「1+1>3」的「統合綜效」的活動效益，並讓自己養成「不斷更新」的自我成長習慣。將課堂所學運用在社會實踐，不僅能加深高效能七個習慣的演練，也比較能有同理心進行社會關懷，對永續地球也有了切身的概念，學生反應獲益良多，並且懂得關懷家中老人，看到校園及知名的南寮漁港居然充滿噁心的垃圾，紛紛互相叮嚀，真的不能再亂丟垃圾了，也學會關懷社會周遭的環境，隨手愛護地球！不僅學習管理自己的軟能力，培養社會關懷的公民意識，相信也會提升職場競爭力，達到本課程的教學目標。

(二)、研究問題之外的成果

2020.06.12 在「2020 中華大學教學實踐研究與創新研討會」，以同名〈行動研究與社會實踐活動的銜接—以中華書院《成功密碼》通識課程的教學實踐革新為研究個案〉發表論文，如圖 5-18 所示；2020.06.24 舉辦全國「2020 書院教育的回顧與展望研討會」，同時舉辦《成功密碼》教學實踐成果展，如圖 5-19、20 所示，透過經典閱讀競賽進行影音發表，並將文字結集成冊，如圖 5-21 所示；評論 2 篇《通識學刊》相關教學實務相關議題的論文：2019 年 9 月 05 日〈PROPER 自行車學習模式：通識心理學類課程的創新教學策略初探〉、2019 年 11 月 20 日複審〈PROPER 自行車學習模式：通識心理學類課程的創新教學策略初探〉、2019 年 10 月 28 日〈SPOC 結合翻轉教室對大學生日語學習成效學習態度和學習滿意度之探究〉，皆為實踐計畫的論文。每年均審查多篇期刊論文、研討會論文及學位論文。主持 108-1「高效人士七個習慣」教師成長社群、108-2「自我領導力」教師成長社群，參加 108-2「教學實踐計畫成長社群」、108-

2「海外通識教學應用」教師成長社群、108-2「環境永續 SDGs 與 USR 實踐成長社群」、108-1 竹塹踏查教學成長社群。

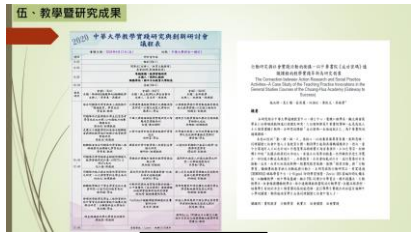


圖 5-18



圖 5-19



圖 5-20



圖 5-21

六、建議與省思(Recommendations and Reflections)

進行多方面資料的蒐集，包括授課教師團隊的自我省思與檢討，包括被服務端師生的意見回饋，包括學生端的各項成果報告及分享資料、授課前後測的回饋分析……，用於評估學生學習成效，以便做為下次的課程設計以及教學方法改善的依據。

(一)、教師團隊的反思與檢討：經過教學實踐之後，發覺若有必要條件的支持，在實施及規範上，會有事倍功半的效果。

(二)、被服務端師生的意見回饋：目前被服務端茄苳國小師生非常期待本課程及書院能長久持續為該校學生進行課後輔導，除了減輕國小學童父母親的壓力，同時也讓地理位置處於都市外圍的偏鄉區域，也能獲得同樣的學習機會。茄苳國小呂秋琬老師表示：「到校服務的大學生們都有備而來」！謝佳擘校長及呂孟宣主任感謝中華大學的用心，特別頒發感謝狀，並表示中華大學是茄苳國小的好鄰居，茄冬課後班學生真有福。不僅在個人 FB 宣導，也在新竹在地相關教育媒體有過多次正面的報導，擁有相當的成效。新竹地方政府歡迎大家多作淨灘淨山的在地服務，東香社區發展協會總幹事周雪美除了給予活動肯定之外，也轉述東香社區老人期待還有機會為他們服務，所以在被服務端的部分，是相當受肯定的。

(三)、在學生端回饋的部分：本課程也進行授課前後測的量化質化回饋資料分析，除了上述學生反映在量化上，滿意度百分之百，對於修課議題的了解程度也都有提升之外，其他回饋分析結果如下，顯示學生學習成效不錯。

◎質化學習成效

伍、教學暨研究成果：學生學習成效評估與教學歷程評估	
108-1 收穫最大的是哪個習慣？	
上課方式	互動很多很不錯、小組討論不錯
教師態度	老師們都很用心、講者都有來頭、並且閱歷豐富、感謝老師這麼用心準備這麼好的上課內容
認識自己	更加的認識自己
未來的目標	知道自己未來的目標、更清楚自己要什麼、以後在達到目標上減少很多絆腳石、往後處理任何事物能夠加以深思
心得	這門課帶給我的東西是無價的、很開心能修這堂課、吸收到許多實用的知識、很有意義的課程、這樣人生才會踏實、學會管理時間做更有意義的事、更有效的規劃生活、知道該如何安排自己以後的生活、體驗及體會到不同的事情和感受、讓我們內心有屬於自己的成功密碼

伍、教學暨研究成果：學生學習成效評估與教學歷程評估	
108-2 收穫最大的是哪個習慣？	
上課方式	課程有點動靜、不無聊、很精、很利、很開心能修這堂課、是我在大學獲得最多的一堂課
教師態度	很喜欢老師的講話速度、老師很用心、課程豐富、講師認真
認識自己	這次通過課程了解到認識自己的重要
未來的目標	在面對往後的社會更有競爭力、這課程讓我更加知道如何成功、在上課前、七個習慣是什麼我並不知道、但在老師們詳細介紹後、我發現我也開始用這些習慣打造未來了、 本來的課程中本人我都有認真的聽講、對於上課內容方面都沒有太多的意見、內容中的多數要點、都是現在社會新鮮人都需要具備的項目、在競爭且多變的職場中、我們更應該多加利用資源且學習、才能在茫茫的人海中闖出一片天。
心得	學習到了很多、有很多收穫、謝謝老師、 對於想學習如何高效率高效率的人、是值得的一門課 我對這堂課瞭解到很多東西、這堂課讓我改變了我對待事情的态度、且讓我的心裡更加強大了 學習7個習慣後、會在生活中去執行這些習慣 經過老師的講解後、了解到7個習慣、也在生活中好好運用、感謝老師的教導、 我知道七個習慣、所以以後會多加了解與學習 學到很多和以前不同的新觀念、讓有所成長 可以這更多的成功人生學業、功成身退。

在上課方式上，學生反映互動很多，小組討論不枯燥，是在大學獲得最多的一堂課。

在教師態度上，學生認為老師授課用心，閱歷豐富。

在認識自己上，覺得更加認識自己。

在未來目標上，更清楚自己的方向，知道如何面對往後社會的競爭力，知道如何成功。

在修課心得，覺得課程很實用、這樣人生才會更踏實、學會管理時間做更有意義的事、是很值得的一門課、改變對事情的态度、讓內心更強大、內心有屬於自己的成功密碼。

在建議上，希望可以增加企業參訪等活動、可以請成功人士來演講、期中、期末報告可以統一告知、公告每週授課教師、作業能提供範例。

從質化上來看，學生的回應很正面；對於學生的建議，團隊也逐一進行討論與改善。

整體而言，經過教學實踐反思的結果是，這些活動在進行反思與檢討之後，目前成效都

非常好，受到教與學、服務端與被服務端多方的肯定。教師團隊覺得若有必要條件的支持，推動起來會更順手；被服務端希望能夠建立長期的合作關係；服務端的學生覺得提升了高效人士七個習慣，也提出一些建議。這些回饋，提供了改善課程的依據。

七、結論與建議

本研究是透過中華書院的通識課程「成功密碼—全面造就自己」，結合書院的行動學習，進行學生的品格教育。依據品格原則，培養學生有效地活出七個習慣的高效能思維。讓學生透過七個習慣的養成，掌握「人生的成功之鑰」。結合七種習慣的自我管理與書院在地社會服務的品格行動教育學習活動，培養學生待人處事接物的良好品格，提升職場競爭力及社會關懷的公民意識。經過課程的設計與研究，發覺：

1、本教學實踐研究過程，是由五位中華書院具有熱誠的老師所共同執行。過程中，在校長的支持下，又培訓三位高效人士七個習慣的種子教師，八位老師已經成立一個Line的教學成長社群。除了不定時的會議討論之外，隨時發現問題，隨時進行討論。目前因為成效不錯，已經吸引其他書院老師的投入，擴增為十個成員的教師成長社群。同時本教學實踐進行中，已經有成效不錯的社會實踐活動，已經產生影響和貢獻。未來期待讓實踐成果更加彰顯，讓更多人參與，服務更多人，培養更多有品格的社會人才！

2、在分析各個活動的回饋單之後，發覺七個習慣分別影響不同領域的設計，不同屬性的活動設計對七個習慣的運用有所不同，這是一個很值得進一步研究的問題。

3、對於整體目標的學習評量及成效評估，需要更有信效度的規劃與分析，所以，需要加強評量工具與應用的學習。主持人除了積極參與相關工作坊（如圖 7-1 所示）之外，亦邀請書院權威專家程海東校長針對主題為全臺高效書院進行相關的指導，各校反應熱烈，與會貴賓有曾志朗部長、高教司宋科長，台灣 WPP 莊董事長、光全文教機構蔡董事長、全球人壽彭總裁、新加坡星展銀行何顧問，還有來自全台將近 20 所大專院校 70 多位關心書院教育的學者熱情參與。如圖 7-2~8 所示，希望能有積極的幫助！

<p>主題活動 2(限額 60 名)</p> <p>評量工具發展及應用工作坊 (以世界咖啡館形式進行)</p> <p>13:30-13:40 工作坊進行方式說明</p> <p>13:40-14:40 跑桌 1 (20 分鐘講解+40 分鐘實作)</p> <p>14:40-15:40 跑桌 2 (20 分鐘講解+40 分鐘實作)</p> <p>15:40-16:00 成果交流與問題討論</p> <p>主持人： 中區區域基地-靜宜大學鄭志文教務長</p>

圖 7-1

2020「書院教育評量及學習成效評估」工作坊

日期：109年09月08日(星期二)
地點：中華大學 綜合一館 1412會議室
新竹市香山區五福路二段707號

09:00-09:20 報到
09:20-09:30 劉勝傑校長致詞
09:30-10:10 美國博物館教育之定義、內容與成效及我國書院的教育發展
10:10-10:30 分組討論(各校書院教育重點和期待)
10:30-10:40 茶歇
10:40-11:20 澳門大學的書院學習成效評量方法和結果
11:20-11:40 分組討論(針對所期待之SPI進行討論)
11:40-11:50 茶歇
11:50-12:20 綜合討論
12:20-12:30 主席閉論

主講人：程海東 講座教授
交通大學校長 講座教授
澳門大學副校長
東海大學校長
東海大學書院創辦人
澳門大學書院系統創辦人

主辦單位：中華書院 研習部
通訊處：(03)5185003
E-mail: tracy@chu.edu.tw

報名請掃我！

圖 7-2



圖 7-3



圖 7-4



圖 7-5



圖 7-6



圖 7-7



圖 7-8

參考文獻

一、專書（依姓氏筆畫排列）

1. 史蒂芬·柯維，《與成功有約》，天下文化出版社。
2. 史蒂芬·柯維，《7 個習慣教出優秀的孩子》，天下文化出版社。
3. 吳明隆編著，《教育行動研究導論：理論與實務》，台北：五南圖書公司，2001。
4. 李坤崇，《大學課程發展與學習成效評量》，高等教育出版，2011 年 09 月。
5. 夏林清（譯）(Herbert A., Peter P. & Bridget S.)，《行動研究方法導論—教師動手做研究》。台北：遠流圖書公司，1993/1997：。
6. 夏林清（譯）(Donald A. Schön) (1983/2004)：《反映的實踐者—專業工作者如何在行動中思考》。台北：遠流圖書公司。
7. 夏美華譯，Geoffrey E. Mills 著，《行動研究法：教師研究者的指引》，台北：學富文化，2008。
8. 張淑美、楊秀宮、劉冠麟、張利中、王慧蘭、陳錫琦、丘愛鈴、王增勇等，John P. Miller 著，《社會及行為科學研究法：質性研究法》，花蓮：東華，2015。
9. 黃俊傑，2011，《大學通識教育的理念與實踐》，台北：中華民國通識教育學會出版。
10. 黃俊傑，2012，《全球化時代大學通識教育的新挑戰》，台北：中華民國通識教育學會出版。
11. 黃國禎，《翻轉教室理論、策略與實務》，高等教育出版，2016 年 05 月。
12. 甄曉蘭（2003）。《課程行動研究實例與方法解析》。臺北市：師大書苑。
13. 劉世雄著，《教學實務研究與教研論文寫作》，台北：五南圖書公司，2018 年 06 月 25 日。
14. 蔡清田，《教育行動研究新論》，五南圖書，2013 年 02 月。
15. 蔡清田，《行動研究的理論與實踐》，T&D 飛訊，第 118 期，頁 100。

二、期刊與專書論文（依姓氏筆畫排列）

1. 王增勇，〈行動研究：一種增強權能的助人工作方法〉。《應用心理研究》。(台灣)，30 期，2006，頁 201-224。
2. 林文琪〈行動研究與教學專業實踐的發展—教學行動研究〉是 2013 年 10 月 31 日在國立中興大學環保防災中心科學人文跨科技人才培育跨科技師資培育計畫的演講，請參 <http://shs.ntu.edu.tw/ebook/book/book18/index.html#page/10>，檢索日期：2018/12/02。
3. 徐綺穗：〈大學教學的創新模式—「行動-反思」教學對大學生學習成就、批判思考意向及學業情緒影響之研究〉，《課程與教學季刊》15 卷 1 期，2012.01，頁 119~150。
4. 陶蕃瀛，〈行動研究：一種增強權能的助人工作方法〉。《應用心理研究》。(台灣)，23 期，2004，頁 33-48。
5. 黃俊儒著，〈教學實踐研究計畫的觀察與建議〉，《通識在線》，第 79 期，2018 年 11 月，頁 1~3。
6. 甄曉蘭著，〈教學實踐研究的目的與方法〉，《通識在線》，第 79 期，2018 年 11 月，頁 1~5。
7. 甄曉蘭，〈新世紀課程改革的挑戰與課程實踐理論的重建〉，《教育研究集刊》，44，2000，頁 61-90。
8. 蔡清田〈行動研究的功能限制與關鍵條件〉，《T&D 飛訊》，第 209 期，104 年 8 月 1 日，頁 1-19。
9. 胡適，〈書院制度史略〉，《東方雜誌》，第 21 卷第 3 期，1924 年 2 月。
10. 蔡元培，1984 年，〈在北京高等師範學校（教育與社會）社演說詞〉，高平叔編，《蔡元培全集》，第三卷，北京：中華書局。
11. 錢穆，《新亞遺鐸》，北京：生活·讀書·新知三聯書店，2004 年。

12. 程海東，〈東海大學的博雅教育與「博雅書院」〉，《通識在線》，第二十期，2009年1月。
13. 季 淳，〈「書院教育」主題化的必要性與發展策略〉，《通識在線》，第三十二期，2011年1月。
14. 季 淳，〈美國文理大學的書院教育及其在台灣發展的可能與限制〉，《通識在線》，第二十六期，2011年1月。
15. 施淑婷著，〈當代大學書院教育發展的問題與困境〉，《玄奘大學101學年度通識教育教學發展學術研討會論文集》，2013年5月15日，頁248-258。
16. 陳谷嘉、黃沅玲著〈論中國古代書院的教育理論及人文精神〉，《湖南大學學報(社會科學版)》，第17卷第3期，2003年5月，頁3-7。
17. 王育文、羅智耀、藍天雄著〈行動學習暨成效評量系統之研究〉，《管理科學研究》，第5卷第2期，2009年6月01日，頁81-96。
18. 閻自安著〈行動學習融入大學院校服務學習課程之探討〉，《關渡通識學刊》，第10期，2014年12月31日，頁67-86。
19. 宮留記著〈場域、慣習和資本：布迪厄與馬克思在實踐觀上的不同視域〉，《河南大學學報(社會科學版)》，47卷3期，2007年05月，頁76-80。
20. 楊士奇著〈大學社會實踐的責任：打造閱讀地方的腦迴路〉，《台灣教育評論月刊》，9卷2期，2020年02月，頁8-10。
21. 陳怡方著〈高等教育朝向社會實踐的再思考〉，《人類學視界》，第21期，2017年06月01日，頁27-33。
22. 郭盛哲著〈硬實力中的軟實力與銳實力：戰爭中的非軍事武力行動〉，《復興崗學報》，第112期，2018年06月，頁29-48。

學年度第 學期「高效人士七個習慣」學習成效回饋單

一、活動資訊

我如何得到本講座或活動的資訊 (可複選)?

學校網頁或 email LINE 群組 同學告知 師長告知 其他_____

二、參加因素

1. 我參與本講座或活動的意願：

非常願意 願意 尚可 不大願意 非常不願意

2. 本講座或活動中吸引我參加的原因是：(可複選)

課程名稱 課程內容授課教師 師長推薦 其他_____

三、下述各項核心能力，請勾選您對講座或活動前及後的能力提升程度

能力名稱	大幅 提升	提升 很多	有提升	稍微 提升	沒有 提升
(請將適當的答案圈選○起來)					
1. 自我管理能-----	5	4	3	2	1
2. 邏輯思辨能-----	5	4	3	2	1
3. 中文溝通表達能-----	5	4	3	2	1

四、修課後心得

(請將適當的答案圈選○起來)	非常 同意	同意	尚可	不同意	非常 不同意					
1. 我對講者的親和力感到滿意-----	5	4	3	2	1					
2. 課程有助我對主動積極的了解與實踐--	5	4	3	2	1					
3. 課程有助我對以終為始的了解與實踐--	5	4	3	2	1					
4. 課程有助我對要事第一的了解與實踐--	5	4	3	2	1					
5. 課程有助我對雙贏思維的了解與實踐--	5	4	3	2	1					
6. 課程有助我對知彼解己的了解與實踐--	5	4	3	2	1					
7. 課程有助我對統合綜效的了解與實踐--	5	4	3	2	1					
8. 課程有助我對不斷更新的了解與實踐--	5	4	3	2	1					
9. 課程有助我成長-----	5	4	3	2	1					
10. 對本次修課議題的了解程度(修課前)--	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
11. 對本次修課議題的了解程度(修課後)--	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

五、本次修課收穫最大的是哪幾個習慣?請說明。_____

六、我對本次課程的心得或建議：_____

感謝您的耐心填寫，填寫完畢請交給工作人員，謝謝您的協助！