

每個家長都一定不想看到自己的小孩滿身陋習，總希望他們能培養好習慣。而福建中學附屬學校（下稱福附）三年前起推行由美國學者開發的自我領導力課程——「高效人士的七個好習慣」，該課程在世界各地均有眾多學校施行，成效顯著，而香港的學校也漸漸開始接觸並實行，務求培育領袖人才。



■學生以便利紙記下自己運用七個好習慣的情況，並貼到橫幅上，在學年終時作出反思。

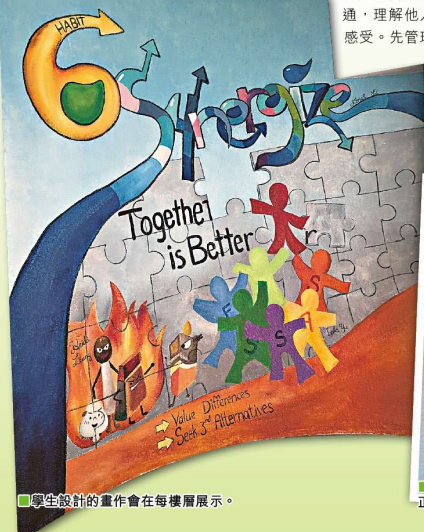
福建中學附屬學校 培養七個好習慣 成為未來領袖人才

「七個好習慣」來自一本講述成功企業管理的暢銷書《與成功有約》（The Habits of Highly Effective People），包括「主動積極」、「以終為始」、「要事第一」、「雙贏思維」、「知彼解己」、「統合綜效」及「不斷更新」。要成為一名領袖，除了要培養個人質素，如做事有條理、為自己訂立目標等，更要懂得與人溝通，理解他人感受。先管理

好自己才能領導別人。小朋友若能貫徹實踐以上好習慣，便距離未來領袖人才不遠。

以身作則 師生以七個好習慣為目標

「七個好習慣」當初被福附校長徐區懿華引入校園時，是應用於學校在行政管理上。當時老師們認識此理念後都表示十分認同，在日後不少情況都能應用這「七個好習慣」，如遇計劃不似預期時間完成，便會以「要事第一」反思自己有沒有將計劃放在首位完成；或是管理層會以「以終為始」引領同事作討論，先確定計劃的最終目的，再檢視與反思擬發展的策略細節，計劃內容便很容易有共識。因此，學校老師不但對此理念有深刻認識，更會時刻運用，以身作則。然而，當所有老師都認識並運用「七個好習慣」時，就有老師發現此理念於美國和台灣的學校有其相關課程，於是引入到福附的學校課程中。



■學生設計的畫作會在每樓層展示。



■徐區懿華校長（左二）引入七個好習慣的理念於學校課程中，更設立校園正向文化組讓此理念融入校園。



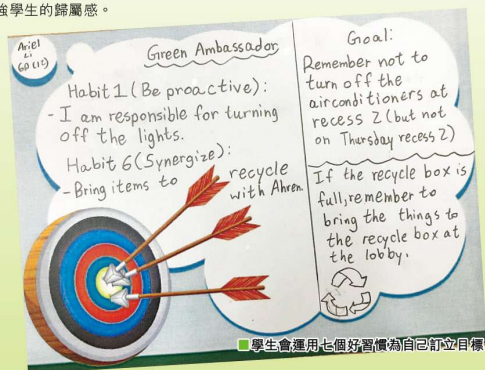
■學校給予每位學生一張膠拍墊，讓老師可寫小紙條鼓勵、欣賞同學，同學也會善用膠拍墊作訂立目標、時間管理、存筆記之用。

小小鼓勵 使風氣更盛行

為了讓學生時刻提醒自己做到「七個好習慣」，學校設計了一些檯墊給學生使用，學生可在檯墊上寫下自己的目標、最常或最少用哪個習慣等，以時刻提醒自己。為鼓勵學生活用更多好習慣，當學生有運用到其中一種習慣時，便可以貼一個貼紙在檯墊上，以示鼓勵。學生也可在貼紙旁寫下在甚麼情況下運用該習慣，若將來發生同樣事情，可作為參考解決問題。檯墊上的貼紙能鼓勵學生運用更多好習慣，同時讓他們對「七個好習慣」有更深刻的認知。

建立「七個好習慣」校園環境

在「七個好習慣」第一年向學生推出時並沒有對校園環境作出任何改變，單純讓學生學習此理念。經過一年的學習，學生們都理解此理念，因此學校舉辦了一些活動，如標誌設計比賽、海報設計比賽等，讓學生對此理念有更深刻、貫徹的認識。其後，學校更使用學生的作品做成壁畫，讓七層高的學校於每一層都有不同的主題，徹底把「七個好習慣」的理念融入校園同時亦能增強學生的歸屬感。



■學生會運用七個好習慣為自己訂立目標。

意見不合 運用「七個好習慣」自行解決

每個人都有不同的性格和需要，小朋友也不例外，遇到與自己想法有違背的情況很容易引起爭執。例如，當兩個小朋友同時想玩同一件玩具時，他們會互不相讓，然後需要老師為他們解決問題。但當他們學習「七個好習慣」後，如遇爭執，他們可以用「雙贏思維」去解決問題：首先聆聽對方想法，再表達自己的想法，令雙方明白對方的感受，然後以和平、良好態度解決問題。現在每個課室都設有「雙贏思維圖」，牆上有指引去引導學生運用「雙贏思維」的習慣解決與同學爭執的問題，連小一的小朋友也能自行做到！



■學生們會互相鼓勵，希望做得更好。



■學生透過玩「七個好習慣轉盤」分享如何運用七個好習慣。