



# 社區大學教師的素養與能力特質

主講人呂銀益 博士

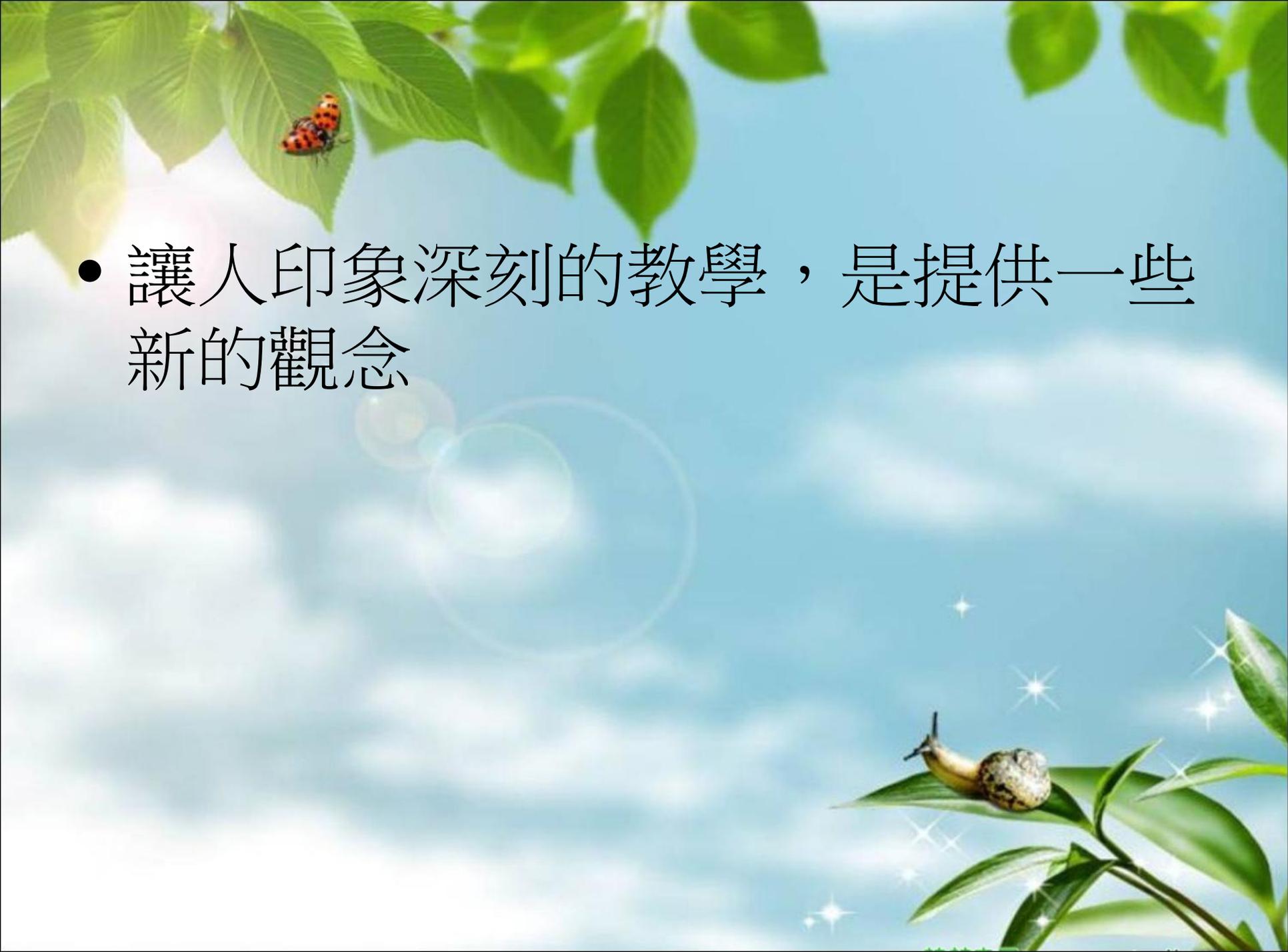


# 現職, 學經歷

- 現職
  - 真理大學教授，教師會理事長
  - 學歷
  - 美國聖母大學教育管理碩士，上海體育學院教育學博士
  - 經歷
  - 考試院高普考命題委員，教育部大學院校評鑑委員，教育部樂齡大學評鑑委員，台南市樂齡學習中心訪視召集人
- 

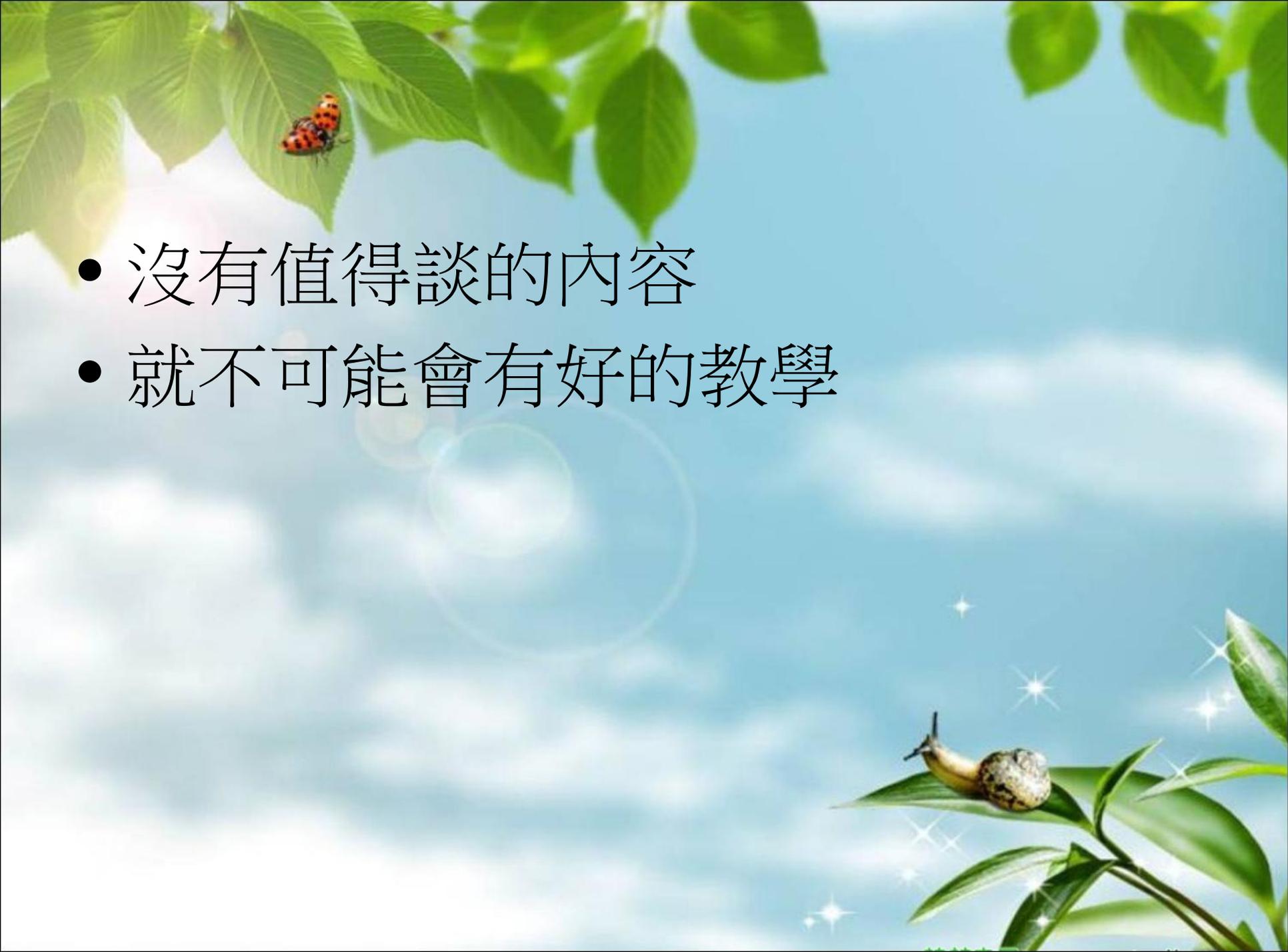
# 前言

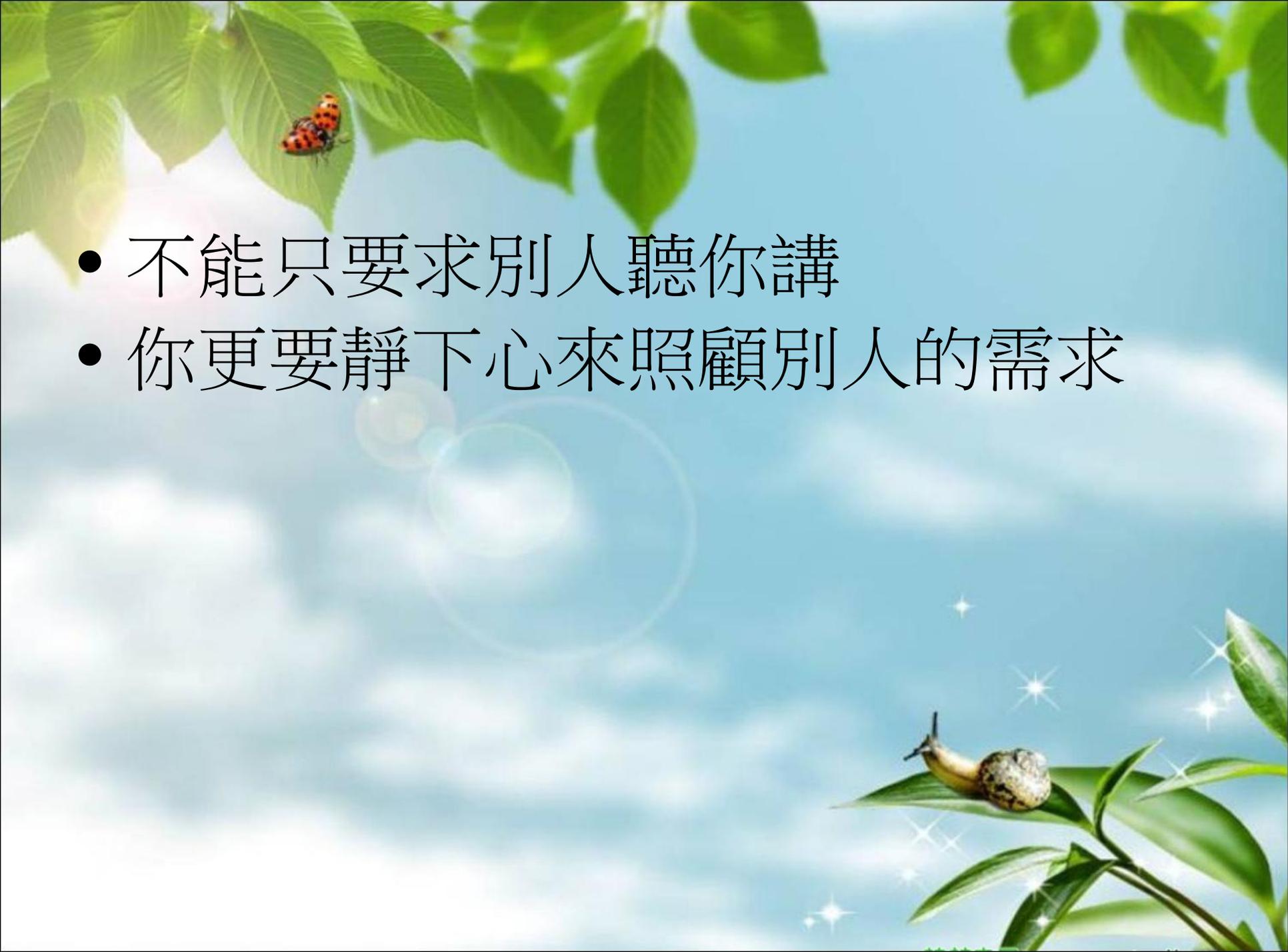
- 教學有不同的題材，但每個人詮釋的情感及溫度是不同的

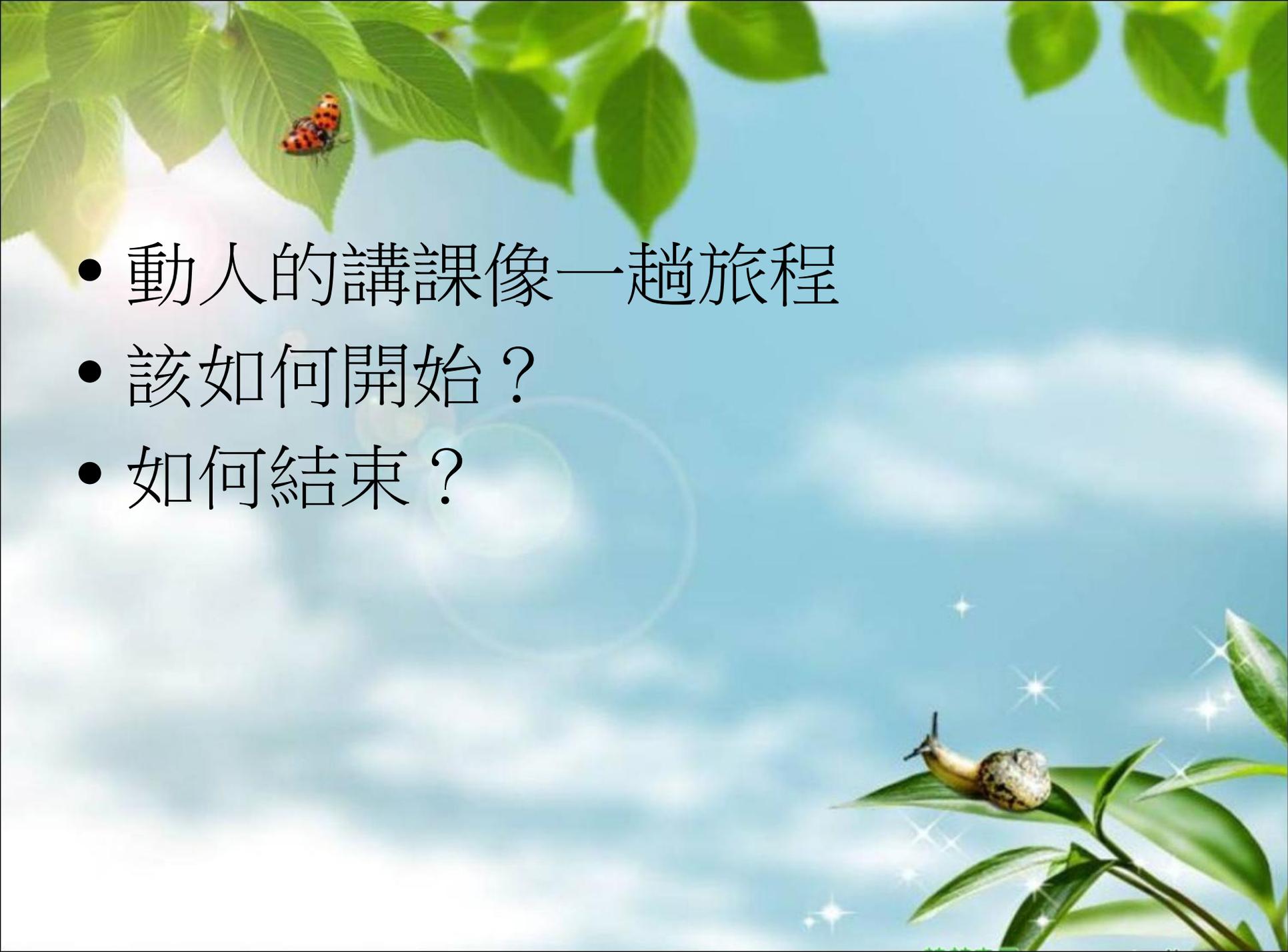
- 
- 讓人印象深刻的教學，是提供一些新的觀念

- 
- 包裝自己的想法
  - 激勵人心

- 
- 腳步不是用跟的
  - 要走出自己的樣子
- 

- 
- 沒有值得談的內容
  - 就不可能會有好的教學

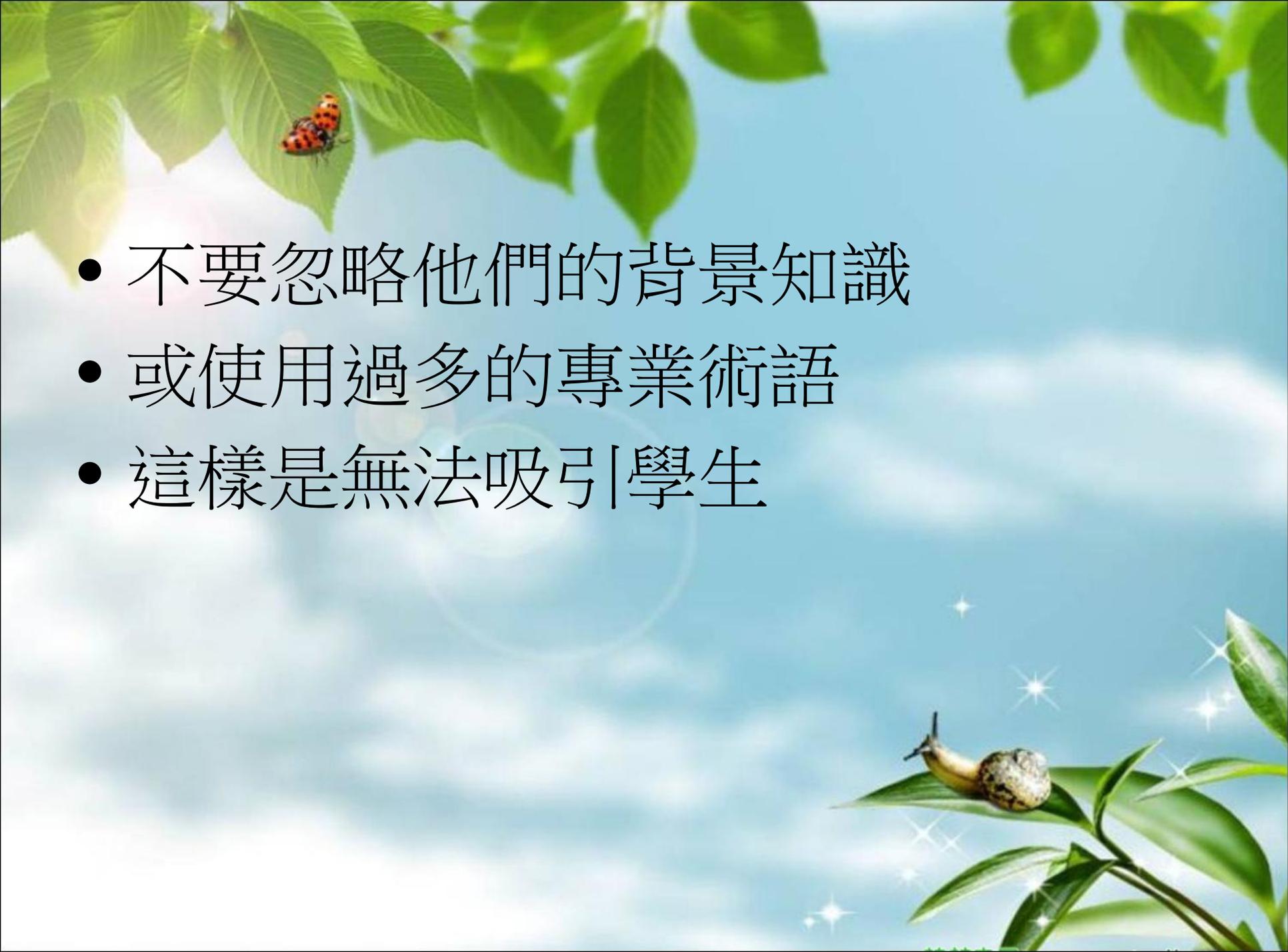
- 
- 不能只要求別人聽你講
  - 你更要靜下心來照顧別人的需求

- 
- 動人的講課像一趟旅程
  - 該如何開始？
  - 如何結束？

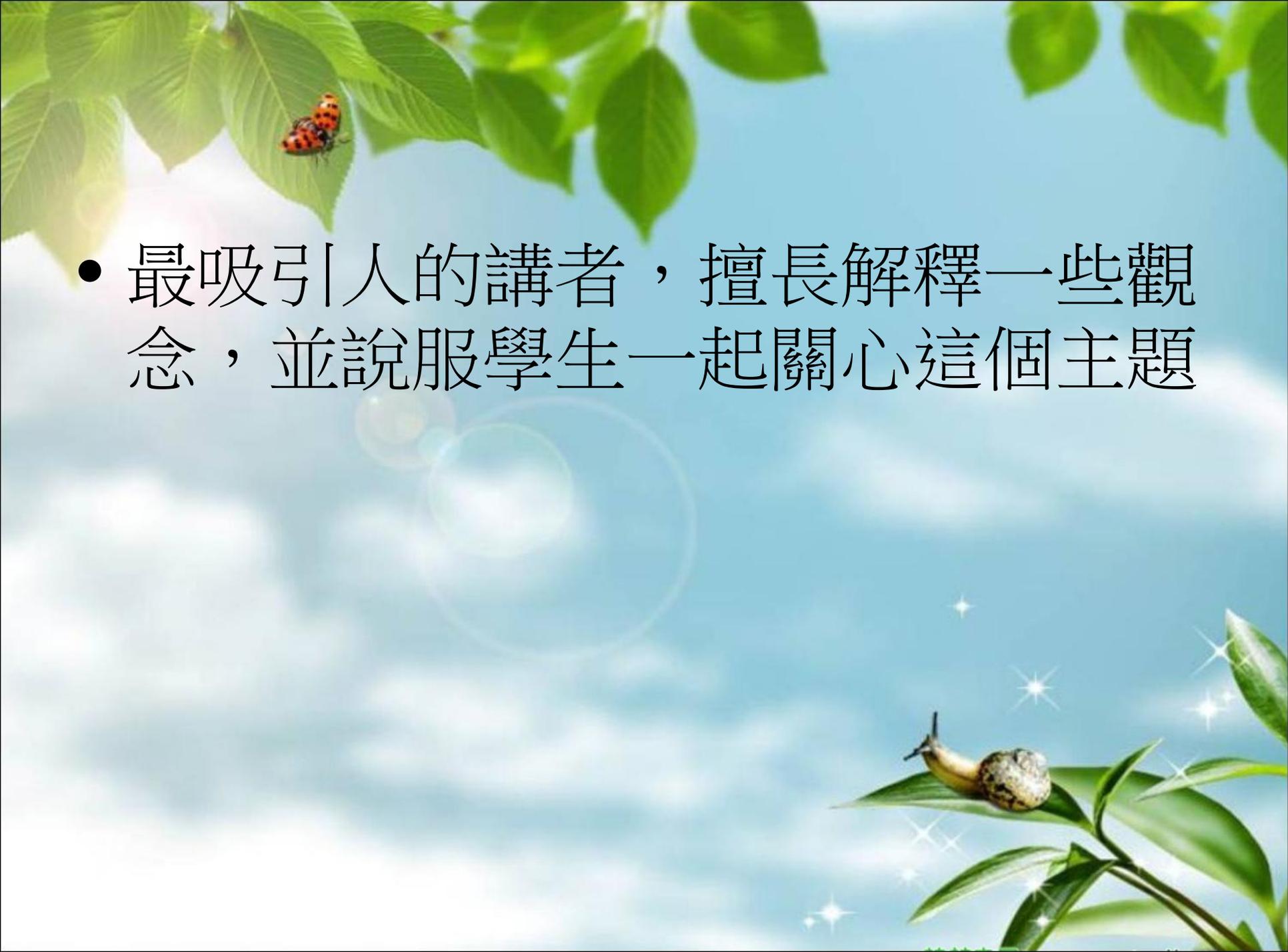
- 
- 成功的講課像故事
  - 可先提問題，互動交流尋求解決之道
  - 讓學生瞬間頓悟，進而改變觀點
  - 學生思考出一些想法，讓他們自己做結論
- 

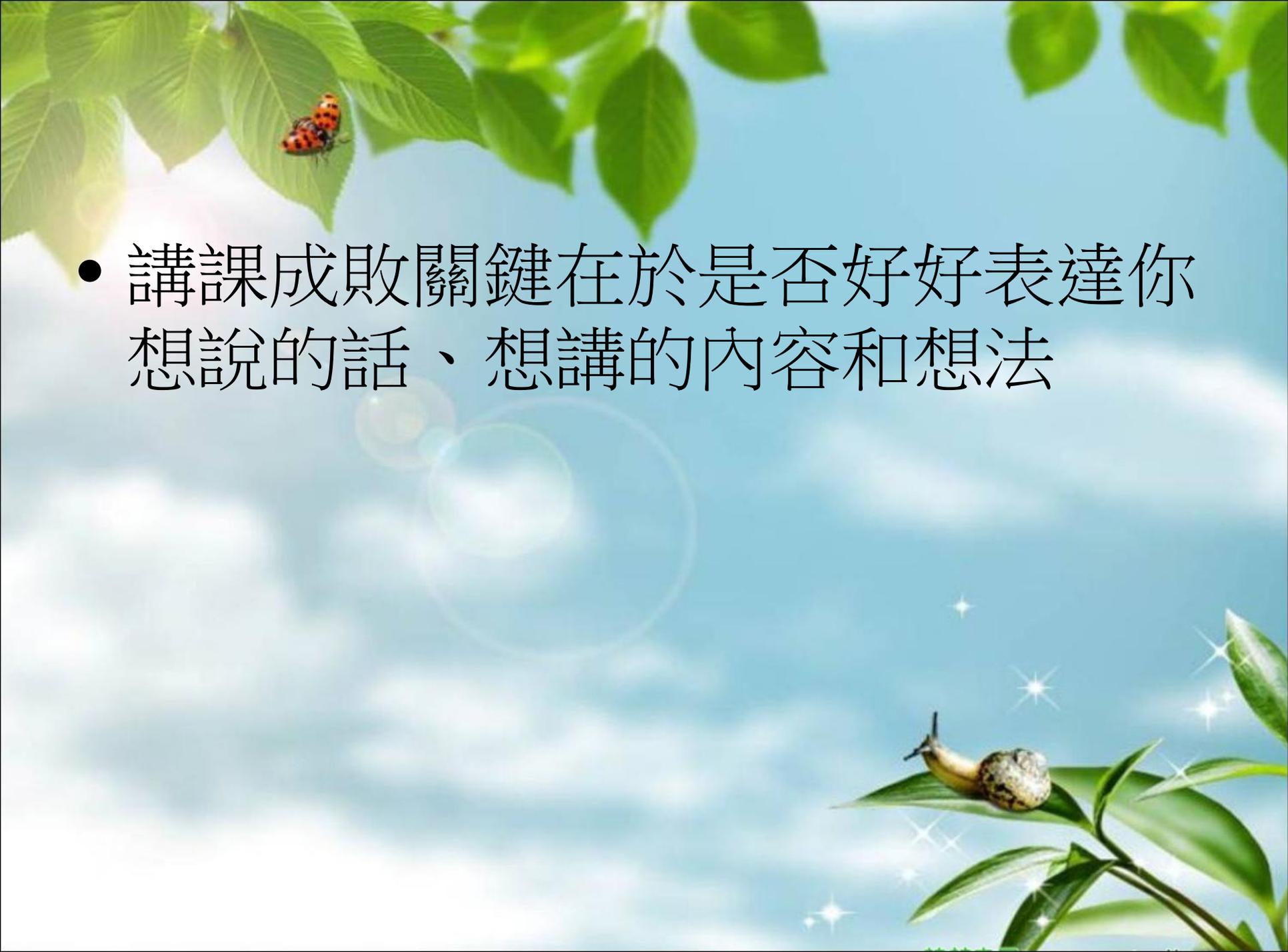
- 把想說的內容概念化、架構化

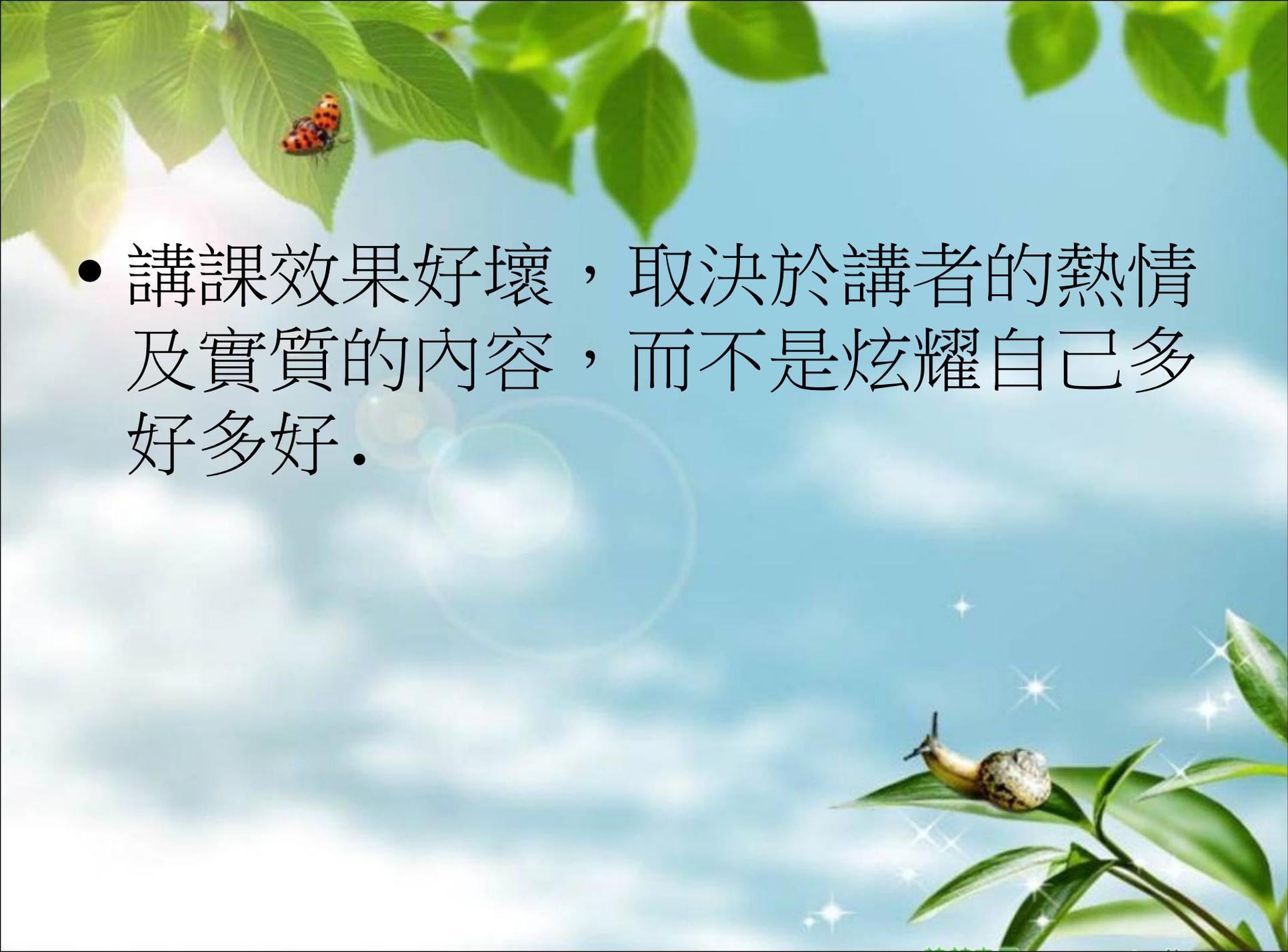


- 
- 不要忽略他們的背景知識
  - 或使用過多的專業術語
  - 這樣是無法吸引學生



- 
- 最吸引人的講者，擅長解釋一些觀念，並說服學生一起關心這個主題

- 
- 講課成敗關鍵在於是否好好表達你想說的話、想講的內容和想法

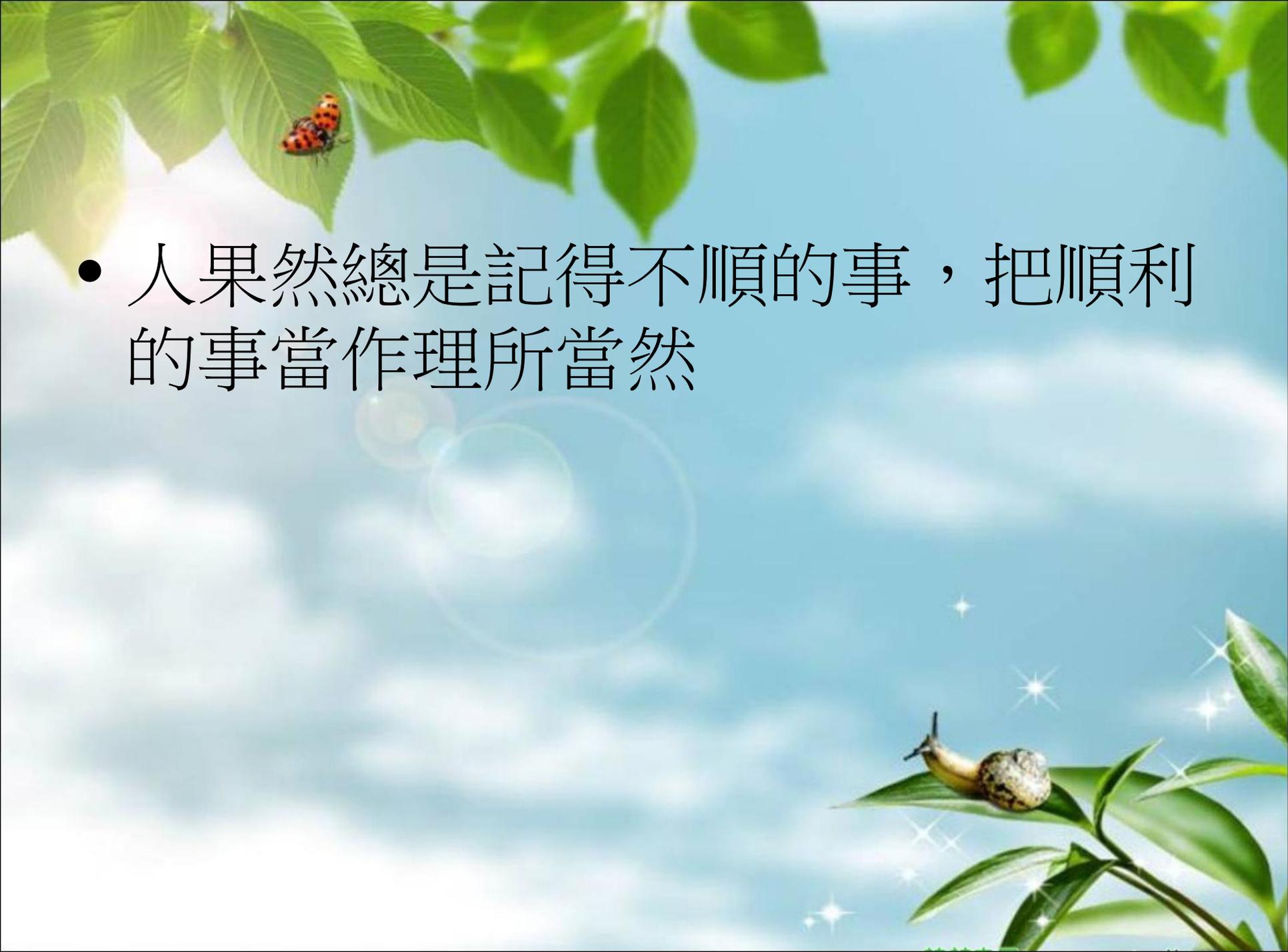
- 
- 講課效果好壞，取決於講者的熱情及實質的內容，而不是炫耀自己多好多好。

# 人際關係

- 人際關係是世界上最複雜的一個非線性關係

- 
- 人總是記得不好的事，不記得好的事

- 人果然總是記得不順的事，把順利的事當作理所當然



- 
- 人是不喜歡總是怨天尤人的朋友

- 
- 放開心胸
  - 人生的路會平坦許多



# ● 自我要求

- 1.以熱情、專注立足社會
  - 2.以人品，贏得尊重
  - 3.日日成長學習
  - 4.關愛、服務、奉獻的心
  - 5.力行實踐
- 

- 
- 做事—專注、出色、有原則
  - 做人—敦厚、謙和、有誠信
  - 態度—不爭、不貪、不獻魅
  - 品德—有格、有節、有分寸
  - 見解—有創意、有包容、有執著
- 



# 哈佛個人管理課

- 一：沉穩

- (1) 不要隨便顯露情緒。

- (2) 不要逢人就說困難和遭遇。

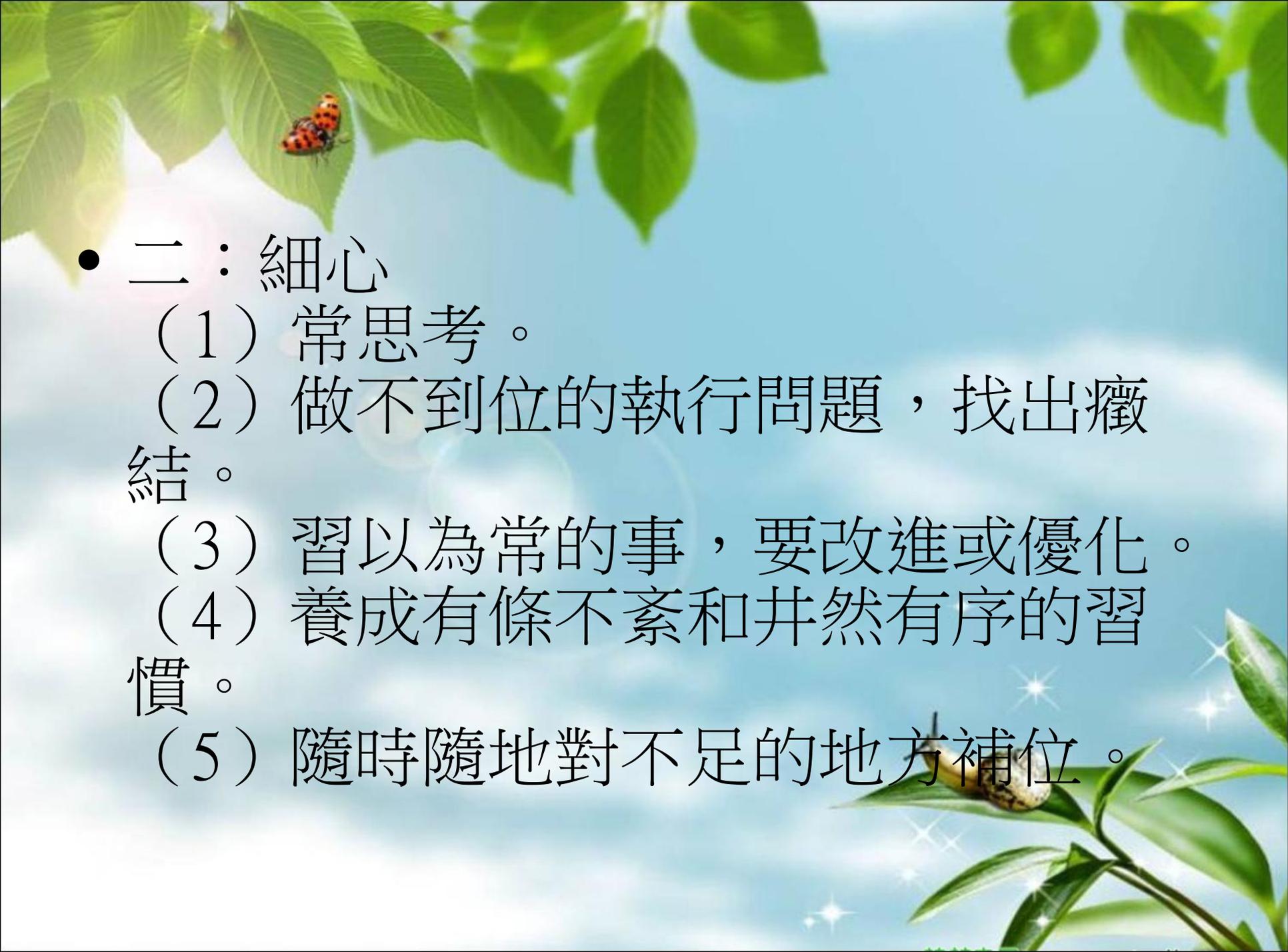
- (3) 在徵詢別人的意見前，先思考。

- (4) 不要一有機會就嘮叨不滿。

- (5) 重要的決定找人商量。

- (6) 講話技巧。





• 二：細心

(1) 常思考。

(2) 做不到位的執行問題，找出癥結。

(3) 習以為常的事，要改進或優化。

(4) 養成有條不紊和井然有序的習慣。

(5) 隨時隨地對不足的地方補位。



● 三：膽識

(1) 不要缺乏自信

(2) 不要常常反悔，輕易推翻決定。

(3) 在爭執不休時，不要沒有主見。

(4) 整體氛圍低落時，要樂觀、陽光。

(5) 凡事用心。





• 四：大度

- (1) 不要把有可能是夥伴的人變成對手。
  - (2) 小過失、小錯誤不要斤斤計較。
  - (3) 大方三施（財施、法施、無畏施）
  - (4) 不要有權力的傲慢和知識的偏見。
  - (5) 任何成果和成就都應和別人分享。
  - (6) 須有人犧牲奉獻時，自己走在前面。
- 



• 五：誠信

- (1) 做不到的事不要說，說了就努力做
  - (2) 虛的口號或標語不要常掛嘴上。
  - (3) 停止一切“不道德”的手段。
  - (4) 耍弄小聰明，要不得！
- 



• 六：擔當

- (1) 檢討過失時，先從自身開始反省。
  - (2) 認錯從上級開始，表功從下級啟動
  - (3) 將權責界定清楚，而且分配得當。
- 

# 自我管理

- 如何學習自我管理呢？根據專家及成功人士的觀點，我們可以整理出自管理的成功六步驟：

- 
- 步驟一：戰勝自己，從自律開始

- 步驟二：為自己設定目標，管理目標



- 
- 步驟三：選對自己擅長的戰場
- 

- 
- 步驟四：找出適合你的方法



- 步驟五：做好時間管理

- 
- 步驟六：適當紓壓，管理情緒

# 新世紀面臨的 挑戰與趨勢

- 創新化
- 科技化
- 人性化
- 環保化
- 休閒化



# 新世紀面臨的挑戰與趨勢

- 一. 順應環境變化的趨勢
- 二. 品質要求的趨勢-服務導向
- 三. 研發創新的趨勢
- 四. 人才培育系統的趨勢



# 教師釐清自我概念

- A. 剖析自我—在大環境各層面的問題
- B. 敞開心胸學習——嘗試新挑戰與經驗
- C. 個人潛能蓄勢待發：投資自己
- D. 專業化的壓力管理



# 教師落實自我經營

1. 培養成功者的特質
2. 成功者的 4P 條件
3. 分析個人的 SWOT
4. 培養個人的核心能力



# 成功者的 4P 條件

- Pencil & Paper (著手將目標形諸文字)
- Plan (制定計劃)
- Passion (熱忱能驅動成就)
- Perform (人生及行動的組合-執行力)



# 分析個人的 SWOT

- 優勢(S)
  - 高學歷
  - 人際關係良好
  - 正確價值觀
  - 能獨立自主
  - 有專業知識





• 劣勢(W)

- 過於理想化
- 主觀意識過強





• 機會(0)

- 就業市場愈來愈傾向高學歷者
  - 現今高科技就業市場蓬勃發展，  
高級管理人才卻不足
- 



• 威脅(T)

- 無法屈就低職位、低薪水
- 所學科系和熱門產業不符
- 熱門產業競爭者眾多



# 教師培養個人的核心能力

- 個人核心能力是你能別人不能且能提供給需求者高價值的能力
- 核心能力無法在短時間培養，而需長時間經驗的累積及熟悉
- 擁有核心能力的人是永遠不會被裁撤掉的
- 一個人是可以擁有多項核心能力，若擁有更具綜效效果

# 實務規劃

- 要執行的計劃由 **80/20 法則** 決定
- 先將所有計劃列出來：分成**短、中、長期**
- 分成三個項目（也可依自己的**價值觀**調整）  
依照：**重要性**，**急迫性**及**成功機會**來給分數。最好給 5 分，最不好給 1 分

# 擬定計劃注意事項

1. 要從結果來思考要有什麼樣的做法，結果只有一個，做法卻有無窮多種組合。

**The simplest, the best.**

2. 要多聽其他人的意見，特別是專家或者是曾經做過人的意見，切忌閉門造車

3. 做法的骨架就是計劃的主軸，一件專案的成敗，在這裡已經決定了





4. 計劃中也有 80/20 的重要事項，這些事情是要最花心思去做的，因為這 20 重要事情做完，專案進度也完成 80% 了。

5. 計劃要有系統面的思考

由上而下思考，思考如何不遺漏，不重疊。

如何最節省資源，因為可能其它的地方已經有人在做了。



# 將計劃展開成工作任務

- 將結果切割成多個小結果，小結果可以展開成多小任務，若是重點任務需明確標示出來
- 要明確標示出完成日期及應完成的人員（協助人員）
- 執行中的工作計劃書應每週更新一次

# 管理過程 比 管理結果重要

- 看 100 萬的大目標，不如想想如何完成 10 萬元的小目標
- 一個結果是由很多過程所累積起來，每個過程都有重點，把重點掌握好了，過程也可以做好



# 一日之計在於昨天睡覺前

- 每天睡覺前把今天應完成未完成的事，或者是明天做的事情應調整方向的寫下來，這是明天的計劃
- 隨身準備一支筆一張紙，將想到的 Idea 化為明天的行動，你將是最有創意最有行動力的人

# 教師良好習慣的養成

- 養成做備忘錄的習慣
- 可以早上做完的事，決不拖到下午完成  
可以一天做完的事，決不分成兩天完成
- 每天至少完成一件事情，特別是在工作情緒低潮時



# 抓住時機

並不是每一件事情都需要兵貴速戰速決

- #1 是專案的要徑任務或是一群人要等你的**決策之後方能動作**(丟球)
  - #2 **重要事件的關鍵任務**. 通常要完成此**關鍵任務只佔全部專案時間的 20%**.
  - #3 時機稍縱即逝的機會. 有時候機會的有效性僅限於某段時間, 甚至**短到幾分鐘**而已.
- 



# 教師的多重角色

## 1. 您的領導角色：

凝聚者. 促進者. 綜效者. 共創者

2. 對人, 事, 物, 觀念, 專業, 管理上的知識—  
要有遠見, 也要對自己內在動力的了解

3. 個人與團隊及文化上的技巧

4. 積極而正面的持久態度

5. 創意

6. 意識—不斷與深層的自我聯繫

7. 要有夢想——勇氣是關鍵



# 教師全方位的 生涯規劃

1. 誠實的自我評估：現在，過去，未來
2. 設定自己的目標
3. 逐步實踐目標達成
4. 不斷改變與激勵自己
5. 自我管理的實踐—自我負責
6. 愛，生活與學習的快樂人生

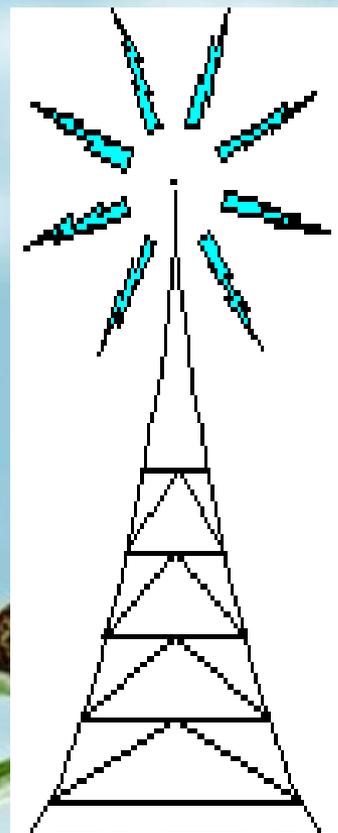
# 青蛙的故事

- 生活啟迪

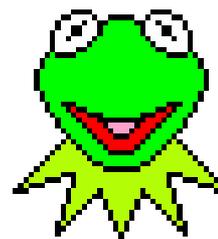
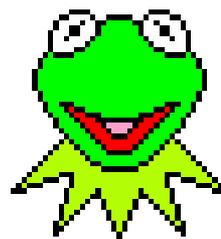
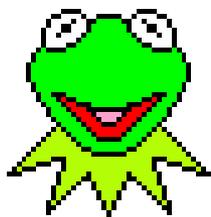


從前，有一群青蛙組織了一場  
攀爬比賽

比賽的終點是：  
一個非常高的鐵塔的塔頂



一大群青蛙圍著鐵塔看  
給它們加油



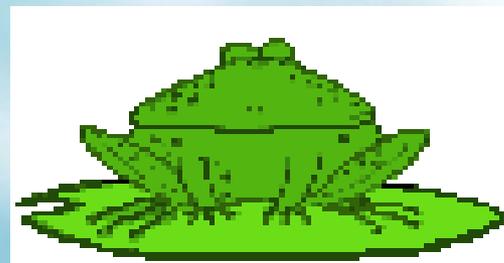
比賽開始了



老實說：

群蛙中沒有誰相信這些小小的青蛙會到達塔頂，他們都在議論：

“這太難了！！它們肯定到不了塔頂！  
他們絕不可能成功的，塔太高了”

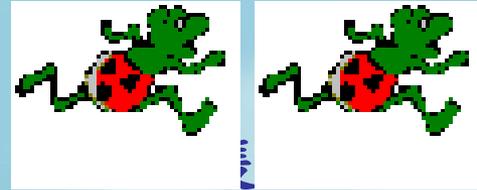


聽到這些，一隻接一隻的青蛙開始泄氣了，除了那些情緒高漲的幾隻還在往上爬。群蛙繼續喊著：

“這太難了！！沒有誰能爬上頂的！”



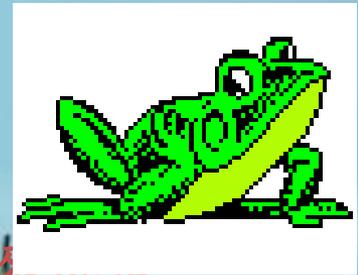
越來越多的青蛙累壞了，退出了比賽。但，有一隻卻還越爬越高，一點沒有放棄的意思。



最後，其他所有的青蛙都退出了比賽，很大的勁，終於成為唯一一隻到達塔頂的勝利者。



很自然，其他所有的青蛙都想知道它是怎麼成功的



有一隻青蛙跑上前去問那只勝利者它哪裏那麼大的力氣跑完全程？

它發現  
這只青蛙是個聾子！



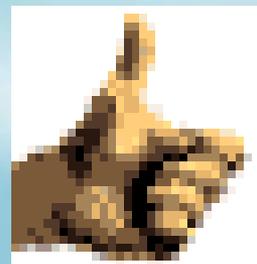
這個故事的寓意：



永遠不要聽信那些習慣消極悲觀

因為他們只會粉碎你內心最美好的  
夢想與希望！

總是記住你聽到的充滿力量的話語，  
因為所有你聽到的或讀到的話語都會  
影響你的行為。



所以，總是要保持

積極、樂觀！



而且，最重要的是：

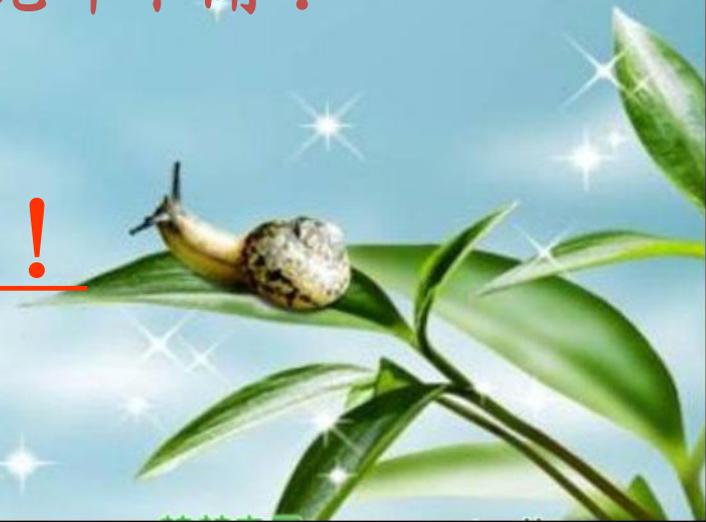


當有人告訴你你的夢想不可能成真時，

你要變成“聾子”，對此充耳不聞！

要總是想著：

我一定能做到！





• 報告結束, 謝謝聆聽!