

尋找生命中隱藏的力量—學習自我覺察，啟動領導行動力



第 1132 期中小學校長在職專業研習班結訓大合照。教育人力發展中心提供

【教育人力發展中心 簡欣怡、黃春華】

本院教育人力發展中心於 2022 年 12 月 2 至 4 日辦理「自我覺察與領導決策」校長在職專業研習班，邀請冒險教育家—國立臺灣師範大學公民教育與活動領導學系謝智謀退休教授，帶領三天主題式的研習活動。謝教授長期於大型企業擔任高階主管教育訓練講座，引導學員從團體互助活動中，覺察自我內部隱藏的力量與外在優勢，並欣賞對方的決策力，啟發彼此的領導行動力。

首堂團體動力學課程以「生命園遊會」為開端，由學員講述生命中任一段悲傷或歡喜的歷程，邀請夥伴參與並觀賞自身的「園遊會」，同時學會傾聽與同理。身為校園領導者的校長，總是以工作為重，關心別人的同時，常常忘記關心自己，下午「察覺自我優勢與限制」的活動體驗，期望學員透過內觀—自問「我是誰？」、「我要什麼？」、「我害怕什麼？」，客觀瞭解自己的生命樣貌，並學會關注與愛人，找到內心穩定的力量，擘劃對未來的想像。

第二天「自我覺察尋找生命中的隱藏與力量」課程，謝教授循序漸進的引導學員明瞭校務中有許多一時半刻無法達成的目標，當校長專注於工作中，一方面離學校愈來愈近的同時，另一方面卻離自己愈來愈遠，甚至忘記好好瞭解家人內心的需要，此

時應跳脫出情緒與行為的慣性，做出最好的決斷，達到身心靈的平衡。他也提醒大家，在同溫層間尋求意見，容易出現盲點導致決策誤差，應觀察及接納不同階層的細微行為，才能建立獨特的領導風範。

最後「啟動領導決策力暨自我行動方案」活動，則透過小組合作，挑戰不可能的任務，讓學員反思在專注執行任務的同時，是否具備關心夥伴的同理心？否則在無形中就會失去同伴。另外，如任務失敗，是否有面對的勇氣？學校領導者應持續打造健康的組織文化。校長們的交集雖只有短短三天，卻一見如故，從彼此分享、回饋、欣賞與肯定中，互相祝福，並劃下完美句點。