



# 財團法人靈鷲山般若文教基金會 函

地 址：234 新北市永和區保生路2號20樓  
聯絡人：黃佳慧  
聯絡電話：(02)8231-6789#1584  
傳真號碼：(02)2232-1007

## 受文者：教育部國民及學前教育署

發文日期：中華民國 105 年 5 月 19 日  
發文字號：靈文字第 10522001058 號  
速別：普通件  
密等及解密條件：普通  
附件：報名簡章二份

主旨：本會籌辦「心寧靜~情緒管理教學」、「心寧靜~做情緒的主人」教師研習活動，詳情如附件。懇請協助公告轄內各級學校，惠予應允。

### 說明：

- 一、本會於今年暑假期間 7/21(四)~7/23(六)舉辦第十一期「心寧靜~情緒管理教學」教師研習營，營期三天，於台北福隆靈鷲山舉辦。並於今年 6/18(六)、9/24(六)、12/10(六)三日，於台北分別舉辦「心寧靜~做情緒的主人」教師研習單日研習課程。※詳細內容，請參考附件。
- 二、本活動帶領教師學習「心寧靜~情緒管理教學」的教學策略與方法，提供教師自我身心調和，增進學生的專注力與情緒管理能力，創造優質的學習環境及氛圍，進而提昇教學效益。
- 三、參加本活動之教師，可申請教師研習時數 6 小時。  
(依教育部 105 年 1 月 30 日臺教師(三)字第 1050008401 號函辦理)
- 四、本研習活動訊息，懇請以書面和網路公告給各級學校教師，讓更多的教師有機會參與和學習。

正本：台北市教育局、新北市教育局、桃園縣教育局、教育部國民及學前教育署、台中市教育局、台南市教育局、高雄市教育局、金門縣教育局、連江縣教育局、新竹市教育處、基隆市教育處、宜蘭縣教育處、新竹縣教育處、苗栗縣教育處、彰化



1050063546 收文:105/05/30

縣教育處、澎湖縣教育處、南投縣教育處、花蓮縣教育處、雲林縣教育處、嘉義  
市教育處、嘉義縣教育處、屏東縣教育處、台東縣教育處

副本：

財團法人靈鷲山般若文教基金會



全球心寧靜教師團

Inner-Peace International Teachers Association

2016/7/21-23

# 心寧靜~情緒管理教學

## 教師研習營

**寧靜**

是宇宙最大的能量

讓每一天的學習

從寧靜開始

找回自己

從心出發

快樂學習

指導單位：教育部

主辦單位：財團法人靈鷲山般若文教基金會

承辦單位：全球心寧靜教師團

活動日期：2016年7月21日(四)至7月23日(六)(三天兩夜)

活動地點：靈鷲山無生道場(新北市貢寮區福連里香蘭街7-1號)

活動目的：一、透過心寧靜的體驗，提升自我情緒管理的良好效益。  
二、營造寧靜的班級學習氛圍，增進學習專注力與教學成效。  
三、培養自覺的品格教育，建立友善校園。

活動對象：一、現職或退休之中、小學教師。  
二、關心生命教育，並有意願推廣<心寧靜運動>之社會人士。

活動內容：一、「靈鷲山生命教育-心寧靜運動」教材研討與演練。  
二、心寧靜的情緒管理教學策略，在生活中運用：心的觀照、行的覺知。  
三、心寧靜情緒管理對話教學—四層次提問，如何運用對話教學於班級經營，學習自我覺察而管理自己情緒。  
四、心寧靜情緒管理教學推廣成果分享。

報名事項：一、報名時間：即日起，至2016年7月13日止。

二、報名方式：

1. **教師**：請上「全國教師在職進修網」線上報名。

2. **非教師**：請上寧靜運動官網完成線上報名。

<http://innerpeace.093.org.tw/Registration.aspx>

3. 報名資格經審核通過者，會另行通知。

其他說明：一、參加此活動之教師，可申請教師研習時數6小時。(需全程參加)

(依「教育部105年1月30日臺教師(三)字第1050008401號」函辦理)

二、活動名額：六十名。

三、活動費用：免費，鼓勵教師進修，活動成本每人2000元，歡迎贊助研習基金。

四、供應食宿，禁帶葷食。

五、洽詢電話：**全球心寧靜教師團** 02-8231-6789#1584 執行秘書 黃小姐

六、活動資訊：[寧靜運動官網](#)、[全球心寧靜教師團](#) FB 粉絲專頁



全球心寧靜教師團

Inner-Peace International Teachers Association

2016/7/21-23

第十一期【心寧靜~情緒管理教學】教師研習營  
課程表

7月21日(星期四)		7月22日(星期五)		7月23日(星期六)	
9:00 ~ 12:00	做情緒的主人 心寧靜情緒管理教學  分組體驗： 教學現場情緒 管理實例	心寧靜運動教材介紹  分組體驗： 心寧靜的教學工具	演練成果展：  教材分析與試教 心寧靜的班級 經營探討		
12:00~14:00 午餐、山海逍遙遊					
14:00 ~ 17:00	對話教學- 四層次提問  分組體驗： 如何運用對話教學於 班級經營	心寧靜教學 推廣成果分享  分組體驗： 心寧靜運動	聽心說話  回饋分享&展望使命		
17:30~19:00 晚餐、山海逍遙遊					
19:00 ~ 22:00	心寧靜體驗  分組體驗： 寧靜的生活	心寧靜教材演練  分組體驗： 心寧靜的十五堂課	研習圓滿 歡喜賦歸		
就寢					
心寧靜運動 從我開始 ~「踐行」是精進成長 唯一的道路!					

活動地點：靈鷲山無生道場(新北市貢寮區福連里香蘭街7-1號)



第十一期【心寧靜~情緒管理教學】教師研習營

報名表

姓名：	性別：
出生： 年 月 日	宗教信仰：
【現職】	聯絡電話(O)：
學校名稱： 職稱：	聯絡電話(H)：
公司名稱： 職稱：	手機：
E-MAIL：	
通訊地址：□□□	
您是否曾經參加過【心寧靜-情緒管理課程研習】 <input type="checkbox"/> 是(請您續填) <input type="checkbox"/> 否(請跳過本欄)	
日期： <input type="checkbox"/> 單日 <input type="checkbox"/> 兩天一夜	
地點： <input type="checkbox"/> 台北 <input type="checkbox"/> 台南 <input type="checkbox"/> 高雄 <input type="checkbox"/> 其他：_____	
【最高學歷】	
【經歷】	
【對教育的理念或實務經驗等】	
【現階段所面臨最困擾的班級經營問題是什麼？】請您簡述，做為本課程講師之參考。	
【參加此次課程的自我期許】	
本人_____ (簽名)同意靈鷲山教團志業(靈鷲山無生道場、靈鷲山佛教基金會、靈鷲山般若文教基金會、靈鷲山慈善基金會、世界宗教博物館發展基金會)於本次活動及以後為弘揚教團理念、公益慈善、文化教育、活動推廣等目的，得蒐集、處理、使用本人所提供之個人資料。本人亦得隨時以書面通知終止授權。	

※以上報名表請詳細填寫，以利作為審核參考。報名表請寄 ita@ljm.org.tw



全球心寧靜教師團

Inner-Peace International Teachers Association

2016年

# 心寧靜~做情緒的主人 教師研習

寧靜的孩子，能量高；

寧靜的老師，氣質好；

寧靜的父母，沒煩惱；

寧靜的家庭，樂逍遙；

寧靜的班級，真好教；

寧靜的校園，霸凌消。

指導單位：教育部

主辦單位：財團法人靈鷲山般若文教基金會

承辦單位：靈鷲山慧命成長學院

協辦單位：世界宗教博物館

活動場次：2016年第二場 6/18、第三場 9/24、第四場 12/10。

活動地點：靈鷲山慧命成長學院(世界宗教博物館)新北市永和區保生路2號7樓)

活動目的：一、透過心寧靜的體驗，提升自我情緒管理的良好效益。

二、營造寧靜的班級學習氛圍，增進學習專注力與教學成效。

三、培養自覺的品格教育，建立友善校園。

活動對象：一、現職或退休之中、小學教師。

二、有興趣推廣<心寧靜運動>之生命教育者。

活動內容：一、心寧靜的情緒管理教學策略，在生活中運用：心的觀照、行的覺知。

二、心寧靜情緒管理對話教學—四層次提問，如何運用對話教學於班級經營，學習自我覺察而管理自己情緒。

三、心寧靜情緒管理教學推廣成果分享。

四、探訪生命教育的花園-世界宗教博物館。

報名事項：一、報名日期：即日起至2016年第二場 6/10、第三場 9/16、第四場 12/2。

二、報名方式：

1. 教師:請上「全國教師在職進修資訊網」線上報名

2. 非教師:

※請填妥報名表，以電子郵件收件(※請寄 [ita@ijm.org.tw](mailto:ita@ijm.org.tw))

※請上寧靜運動官網，填寫「教學研習講座」報名場次資料確認送出

3. 報名表經審核通過者，會另行通知。

其他說明：一、參加此活動之教師，可申請教師研習時數6小時。(需全程參加)

(依“教育部105年1月30日臺教師(三)字第1050008401號”函辦理)

二、活動名額：六十名。

三、活動費用：免費，鼓勵教師進修課程，午餐自理可代訂蔬食便當，禁帶葷食。  
歡迎贊助研習基金。

四、洽詢電話：全球心寧靜教師團 02-8231-6789#1584 執行秘書黃小姐

五、活動資訊：[寧靜運動官網](#)、[全球心寧靜教師團 FB 粉絲專頁](#)



上課場次: 2016年第二場 6/18、第三場 9/24、第四場 12/10。

上課地點: 靈鷲山慧命成長學院(世界宗教博物館\新北市永和區保生路2號7樓)

【心寧靜-做情緒的主人】教師研習  
課程表

時間	課程內容
9:00 ~ 12:00	做情緒的主人 心寧靜情緒管理教學 / 分組體驗: 教學現場情緒管理實例
12:00~13:00 午餐、休息	
13:00 ~ 16:00	對話教學-四層次提問 / 分組體驗: 如何運用對話教學於班級經營
16:00 ~ 17:00	探訪生命教育的花園-世界宗教博物館

寧靜是宇宙最大的能量~心和平、世界就和平!~ 心道法師



## 報名表

### 【心寧靜~做情緒的主人】教學研習

姓名：		性別：	
出生： 年 月 日		宗教信仰：(可為空白)	
我想參加的場次: 2016年 <input type="checkbox"/> 6/18、 <input type="checkbox"/> 9/24、 <input type="checkbox"/> 12/10。			
【現職】		聯絡電話(O)：	
學校名稱：	職稱：	聯絡電話(H)：	
或公司名稱：	職稱：	手機：	
E-MAIL：			
通訊地址：			
【最高學歷】			
【經歷】			
【對教育的理念或實務經驗等】			
【現階段所面臨最困擾的班級經營問題是什麼？】請您簡述，做為本課程講師之參考。			
【參加此次課程的自我期許】：			
本人_____ (簽名)同意靈鷲山教團志業(靈鷲山無生道場、靈鷲山佛教基金會、靈鷲山般若文教基金會、靈鷲山慈善基金會、世界宗教博物館發展基金會)於本次活動及以後為弘揚教團理念、公益慈善、文化教育、活動推廣等目的，得蒐集、處理、使用本人所提供之個人資料。本人亦得隨時以書面通知終止授權。			

※以上報名表請詳細填寫，以利作為審核參考。報名表請寄 ita@ljm.org.tw