

心寧靜~情緒管理教學

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

教師研習營



指導單位：台南市政府教育局、國立台灣師範大學復健諮商研究所

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：中華民國激勵協進會

活動日期：103年8月14日(四)至8月16日(六)

活動地點：靈鷲山台南分院 (台南市東區長榮路一段203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、「靈鷲山生命教育-心寧靜運動」教材研討與演練。
二、有效對話：「提問」比「給答案」更重要。
三、心寧靜體驗：心的觀照、行的覺知。
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103年8月9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：請上靈鷲山官網 <http://www.093.org.tw> 點「心寧靜情緒管理教學」下載報名表填妥，以電子郵件寄 bc@ljm.org.tw。
- 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。(需全程參加)
(依「教育部102年4月15日臺教師(三)字第1020055754號」辦理)

二、活動名額：六十名。

三、活動收費：免費，鼓勵教師們踴躍參與。

四、上課場地提供素食午餐，邀請大家一起環保愛地球。

五、如有住宿需求，請於報名表註明。

六、洽詢電話：心寧靜教師團 02-8231-6789#1587、1584

活動資訊：寧靜運動 facebook

第九期【心寧靜~情緒管理教學】教師研習營 課程表

上課地點:靈鷲山台南分院 (台南市東區長榮路一段 203 號 7 樓)

8 月 14 日(四)		8 月 15 日(五)		8 月 16 日(六)	
9:00 ~ 12:00	做情緒的主人 心寧靜情緒管理教學 小組研討： 教學現場情緒管理實 例	心寧靜運動教材介紹 小組研討： 心寧靜的教學工具	演練成果展： 分組試教 小組研討： 心寧靜的班級經營		
12:00~13:00 午餐					
13:00 ~ 16:00	對話教學 四層次提問 小組研討： 如何應用對話教學於 班級經營	心寧靜教學 推廣成果分享 小組研討： 心寧靜運動	聽心說話 回饋分享&展望使命		
16:00 ~ 19:00	心寧靜體驗 小組研討： 寧靜的生活	分組研討 心寧靜教材演練 小組研討： 心寧靜的十五堂課	研習圓滿，歡喜賦歸		
19:00~ 晚餐(自由參與)					
心寧靜運動 從我開始 ~「踐行」是精進成長 唯一的道路!					

