

心寧靜~做情緒的主人

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。

教師研習



指導單位：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、世界宗教博物館

活動場次：103 年第一場 3/15、第二場 5/24、第三場 9/20、第四場 12/6。

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、情緒管理教學的策略運用--心寧靜三工具。

二、心寧靜體驗：心的觀照、行的覺知。

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 103 年第一場 3/8 止、第二場 5/17 止、第三場 9/13 止、第四場 11/30 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，以電子郵件寄至 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、活動費用：免費，鼓勵教師進修課程，午餐自理可代訂素食便當，禁帶葷食。

歡迎贊助研習基金。

四、洽詢專線：心寧靜教師團 02-8231-6789#1587、1584

活動資訊：寧靜運動 facebook

【心寧靜-做情緒的主人】教師研習 課程表

上課場次: 103 年第一場 3/15、第二場 5/24、第三場 9/20、第四場 12/6。

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)

| 時間 | 課程內容 |
|----------------------|---|
| 9:00 ~ 12:00 | 心寧靜運動教材介紹 / 小組研討：心寧靜的教學工具 |
| 12:00~13:00 午餐、休息 | |
| 13:00 ~ 17:00 | 心寧靜教學推廣成果分享 / 小組研討：心寧靜運動 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

【心寧靜~做情緒的主人】教師研習

報名表

| | | |
|--|-------------|--|
| 姓名： | 性別： | |
| 出生： 年 月 日 | 宗教信仰：(自由填寫) | |
| 請填寫參與日期：_____ | | |
| 上課場次: 103 年 3/15、5/24、9/20、12/6。 | | |
| 【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 bc@ljm.org.tw