



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：台南市大成國中、宜蘭縣礁溪國小

活動場次及地點：

2017 年 10 月 14 日(六) 台南市大成國中

地址：台南市南區西門路一段 306 號

2017 年 12 月 9 日(六) 宜蘭縣礁溪國小

地址：宜蘭縣礁溪鄉大忠村礁溪路 4 段 135 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、有興趣推廣<心寧靜運動>之生命教育者。

活動內容：一、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，在生活中運用心的觀照、行的覺知。

二、對話教學—四層次提問/小組研討：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。

報名事項：一、報名日期：即日起至12月3日。

二、報名方式：

1. 教師:請上「[全國教師在職進修資訊網](http://www.innerpeace.org.tw)」線上報名

2. 非教師:

※請填妥報名表，以電子郵件收件(※請寄 ita@ljm.org.tw)

※請上寧靜運動官網 <http://innerpeace.093.org.tw/Registration.aspx>

，填寫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)

二、活動名額：八十名。

三、活動費用：免費，午餐自理可代訂蔬食便當。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](http://www.innerpeace.org.tw)、[全球心寧靜教師團 FB 粉絲專頁](https://www.facebook.com/innerpeace.org.tw)

【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	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
12:00~13:00 午餐、休息	
13:00 ~ 16:00	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
16:00 ~ 17:00	Q & A 心寧靜-展望新未來

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：(自由填寫)
我想參加的場次： ☐ 10 月 14 日(六) ☐ 12 月 9 日(六)	
【現職】 學校名稱： 職稱： 或公司名稱： 職稱：	聯絡電話(O)： 聯絡電話(H)： 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