

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：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7月17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、上課場地提供三餐，禁帶葷食，如有住宿需求，請於報名表註明。
- 五、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	<p style="text-align: center;">做情緒的主人 心寧靜情緒管理教學</p> <p style="text-align: center;">小組研討： 教學現場情緒管理實 例</p>	<p style="text-align: center;">心寧靜運動教材介紹</p> <p style="text-align: center;">小組研討： 心寧靜的教學工具</p>	<p style="text-align: center;">演練成果展： 分組試教</p> <p style="text-align: center;">小組研討： 心寧靜的班級經營</p>		
12:00~13:00 午餐					
13:00 ~ 16:00	<p style="text-align: center;">對話教學 四層次提問</p> <p style="text-align: center;">小組研討： 如何應用對話教學於 班級經營</p>	<p style="text-align: center;">心寧靜教學 推廣成果分享</p> <p style="text-align: center;">小組研討： 心寧靜運動</p>	<p style="text-align: center;">聽心說話 回饋分享&展望使命</p>		
16:00 ~ 19:00	<p style="text-align: center;">心寧靜體驗</p> <p style="text-align: center;">小組研討： 寧靜的生活</p>	<p style="text-align: center;">分組研討 心寧靜教材演練</p> <p style="text-align: center;">小組研討： 心寧靜的十五堂課</p>	<p style="text-align: center;">研習圓滿，歡喜賦歸</p>		
19:00~ 晚餐(自由參與)					
<p style="color: blue;">心寧靜運動 從我開始 ~「踐行」是精進成長 唯一的道路!</p>					

