檔　　號:
保存年限:

# 財團法人正覺教育基金會 函

地址：103632台北市大同區承德路三段267號10樓
聯 絡 人：林秋霞小姐
電　　話：0922-431-581　　(02)2595-6092(請於晚間來電)
傳　　真：(02)2595-4493
電子郵件：camp@enlighten.org.tw

受文者：屏東縣立萬丹國民中學

發文日期：中華民國115年11月2日
發文字號：正覺教基字第1151102036號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：1.「生命的圓滿—尋覓教師的春天」研習課程表2.「生命的圓滿—尋覓教師的春天」海報3.「生命的圓滿—尋覓教師的春天」摺頁DM (115A100167_1_02000447383.pdf、115A100167_2_02000447383.jpeg、115A100167_3_02000447383.jpeg、115A100167_4_02000447383.jpeg)

主旨：本基金會辦理生命教育教師研習活動「生命的圓滿—尋覓教師的春天」，惠請　貴校鼓勵教師踴躍參加並核予公假，請　查照。

說明：

一、本活動為三年系列課程之研習活動，已奉教育部113年1月29日臺教師(三)字第1132600242J號函核准在案。

二、本基金會與國立中興高級中學、臺中市立向上國民中學、雲林縣立麥寮高級中學、彰化縣員林市靜修國民小學、苗栗縣竹南鎮山佳國民小學、嘉義市立大業實驗國民中學、高雄市立橋頭國民中學，共計7所學校合辦教師研習活動「生命的圓滿--尋覓教師的春天」，說明如下：

(一)日期：116年1月23日、1月24日（星期六、日）。

(二)地點：國立臺中科技大學中商大樓國際會議廳（臺中市

北區三民路三段129號）。

(三)對象：高級中等（含）以下學校及公私立幼兒（稚）園教師。

(四)報名：115年9月21日起至額滿為止，請上正覺教師研習營網站報名。（https://www.teachercamp.enlighten.org.tw）

(五)活動聯絡人及電話：林秋霞，0922-431-581。

三、惠請貴校公告資訊，鼓勵教師踴躍參加，並同意核予教師公假，唯課務請自理。

正本：全國高級中等（含）以下學校
副本：電子公文交換章 2026/11/02 12:46:42

# 財團法人正覺教育基金會生命教育
# 「生命的圓滿——尋覓教師的春天」教師研習活動

（一）日期：中華民國 116 年1月23日、24 日(星期六、日)

（二）地點：國立臺中科技大學中商大樓國際會議廳
臺中市北區三民路三段129號

（三）合辦學校：國立中興高級中學、臺中市立向上國民中學
雲林縣立麥寮高級中學、彰化縣員林市靜修國民小學
苗栗縣竹南鎮山佳國民小學、
嘉義市立大業實驗國民中學、
高雄市立橋頭國民中學，共 7 所。

（四）對象：高級中等(含)以下學校及幼兒(稚)園教師。

（五）課程表：

116 年 1 月 23 日(第一天課程)：

| 時 間 | 課 程 | 人 員 |
|---|---|---|
| 8:30－9:00 | 報到 | 報到組 |
| 9:00－9:10 | 致詞歡迎 | 本基金會董事長<br>合辦學校*校長 |
| 9:10－10:00 | 主題演講 1：<br>運轉生命的列車—永遠的善循環 | 歐佩瑛講師 |
| 10:00－10:20 | 點心時間 | |
| 10:20－11:10 | 主題演講 2:<br>春風化雨又逢君—良善情緒心行 | 林偉仁講師 |
| 11:10－12:00 | 經驗分享 1:<br>走出生命的旋轉木馬—成就永恆莊嚴 | 郭怡君講師 |
| 12:00－13:00 | 午休（用餐） | |
| 13:00－14:40 | 專題活動 1<br>狀況劇 | 主持人 |
| 14:40－15:00 | 點心時間 | |
| 15:00－16:00 | 綜合座談 1<br>（心得發表、現場 Q&A） | 本基金會董事長<br>講師群 |
| 16:00 | 帶著點心、歡喜回家 | |

116年1月24日(第二天課程)：

| 時 間 | 課 程 | 人 員 |
|---|---|---|
| 8:30－9:00 | 報到 | 報到組 |
| 9:00－9:10 | 暖身活動——我願意 | 主持人 |
| 9:10－10:00 | 主題演講 3：<br>打開天窗說靚話—生命溝通藝術 | 尤宏娟講師 |
| 10:00－10:20 | 點心時間 | |
| 10:20－11:10 | 經驗分享 2:<br>情緒演奏師—吹響亮麗鳴奏曲 | 鄭尹真講師 |
| 11:10－12:00 | 經驗分享 3:<br>溝通魔術師—現起萬里晴空 | 吳培福講師 |
| 12:00－13:00 | 午休（用餐） | |
| 13:00－13:45 | 綜合座談 2<br>（心得發表、現場 Q&A） | 本基金會董事長<br>講師群 |
| 13:45－14:00 | 點心時間 | |
| 14:00－16:00 | 專題活動 2<br>觀點時刻 | 主持人 |
| 16:00 | 帶著點心、歡喜回家 | |

正覺教育基金會
True Enlightenment Education Foundation

教師研習營 2027
1.23(六)-1.24(日)
台中場

深度解碼SEL—生命工程學

# 生命的圓滿

## 尋覓教師的春天

**The Fulfillment of Life**
**In Search of a Springtime for Teachers**

**地點**：國立臺中科技大學中商大樓國際會議廳
**對象**：高級中等(含)以下學校及幼兒(稚)園現職教師
**報名日期**：9月21日起至額滿為止
**報名方式**：請至「正覺教師研習營網站」線上報名
**電子信箱**：camp@enlighten.org.tw
**客服Line@**：

研習時數12小時，完成研習者可登錄於全國教師在職進修資訊網。
全程免費，並提供午餐及點心，歡迎踴躍參加。
請與會教師自備環保杯，為環保盡一分心力。

「生命的圓滿
——尋覓教師的春天」
【系列研習】

| | 2025 | 2026 | 2027 |
|---|---|---|---|
| 主題演講 | • 柳暗花明<br>——教學生涯又一春<br>• 一任風雨話平生<br>——情到深處無怨尤<br>• 我心皎潔有誰知<br>——千江有水千江月 | • 美麗與哀愁<br>——舉起教育的慧劍<br>• 回首向來蕭瑟處<br>——無風無雨亦無愁<br>• 過盡千帆皆不是<br>——衣帶漸寬終無悔 | • 運轉生命的列車<br>——永遠的善循環<br>• 春風化雨又逢君<br>——良善情緒心行<br>• 打開天窗說靚話<br>——生命溝通藝術 |
| 經驗分享 | • 傻瓜不傻<br>——美麗莊嚴新世界<br>• 我的祕密花園<br>——荒煙蔓草生機處處<br>• 行到水窮處<br>——坐看雲起時 | • 方圓之間千里行<br>——最善人間是真諦<br>• 森羅萬象許崢嶸<br>——無情荒地有情天<br>• 衆裡尋他千百度<br>——卻在燈火闌珊處 | • 走出生命的旋轉木馬<br>——成就永恆莊嚴<br>• 情緒演奏師<br>——吹響亮麗鳴奏曲<br>• 溝通魔術師<br>——現起萬里晴空 |

主辦・財團法人正覺教育基金會　合辦・國立中興高級中學、臺中市立向上國民中學、雲林縣立麥寮高級中學、彰化縣員林市靜修國民小學
苗栗縣竹南鎮山佳國民小學、嘉義市立大業實驗國民中學、高雄市立橋頭國民中學　聯合敬邀

正覺教育基金會
True Enlightenment Education Foundation

# 教師研習營 2027

1.23(六)-1.24(日)
台中場

深度解碼SEL—生命工程學

# 生命的圓滿

## 尋覓教師的春天

The Fulfillment of Life
In Search of a Springtime for Teachers





## 01 / 23 (六)

- 08 30 報到
- 09 00 致詞歡迎
- 主題演講 1
  運轉生命的列車
  ——永遠的善循環
- 09 10
- 主題演講 2
  春風化雨又逢君
  ——良善情緒心行
- 10 20
- 經驗分享 1
  走出生命的旋轉木馬
  ——成就永恆莊嚴
- 11 10
- 專題活動 1
  狀況劇
- 13 00
- 綜合座談 1
- 14 00
- 帶著點心，歡喜回家
- 15 00
- 16 00

## 01 / 24 (日)

- 報到
- 暖身活動—我願意
- 主題演講 3
  打開天窗說靚話
  ——生命溝通藝術
- 經驗分享 2
  情緒演奏師
  ——吹響亮麗鳴奏曲
- 經驗分享 3
  溝通魔術師
  ——現起萬里晴空
- 綜合座談 2
- 專題活動 2
  觀點時刻
- 帶著點心，歡喜回家



**地 點**
國立臺中科技大學
中商大樓國際會議廳

**對 象**
高級中等(含)以下學校及
幼兒(稚)園現職教師

**報名日期**
9月21日起至額滿為止

**報名方式**
請至
「正覺教師研習營網站」
線上報名

**電子信箱**
camp@enlighten.org.tw

**客服Line@**

研習時數12小時，完成研習者可登錄於全國教師在職進修資訊網。
全程免費，並提供午餐及點心，歡迎踴躍參加。
請與會教師自備環保杯，為環保盡一分心力。

主辦 • 財團法人正覺教育基金會

合辦 • 國立中興高級中學、臺中市立向上國民中學
雲林縣立麥寮高級中學、彰化縣員林市靜修國民小學
苗栗縣竹南鎮山佳國民小學、嘉義市立大業實驗國民中學
高雄市立橋頭國民中學

聯合敬邀

# 主題演講

## 1. 運轉生命的列車——永遠的善循環

**／歐佩瑛老師・正覺教育基金會**

AI時代來臨，老師是否會被AI取代？
認識生命的作用力與反作用力～～～
微不足道的小改變，也能帶來巨大的轉變！
對抗路？攜手行？全在一念間。
透過動中定力，讓我們
以覺察為筆、以善念為墨，掌握念念重構的契機，
書寫生命的永續篇章，蔚成良善循環。



## 2. 春風化雨又逢君——良善情緒心行

**／林偉仁老師・正覺教育基金會**

生命的流轉中，情緒如風般來去，
有時輕柔，有時激烈。
是否能在起伏之間，找到自在安定的心？
邀您一同探尋：情緒的源起、心境的轉化，
在良善的心行中，走向自在的境界。
讓我們攜手同行，於春風化雨裡，
學習以智慧與慈悲，安頓情緒、安頓自己。

## 3. 打開天窗說靚話——生命溝通藝術

**／尤宏娟老師・正覺教育基金會**

溝通不是在爭論是非對錯，而是拉近彼此的距離；
所以溝通不是只講實話，而是講對方能接受的實話。
讓我們用心說話、用愛教學，
靚話溝通，讓師生互動更有溫度！
也讓每堂課充滿正能量與善循環！



# 經驗分享

## 1. 走出生命的旋轉木馬——成就永恆莊嚴

**／郭怡君・臺北市永樂國小輔導老師**

生命的路峰迴路轉，教學的路也是一樣，
那我們想怎麼轉呢？
是疼痛地往下轉？還是茫然地原地轉？
抑或是我們能夠積蓄能量向上轉呢？



## 2. 情緒演奏師——吹響亮麗鳴奏曲

**／鄭尹真・臺北藝術大學戲劇系、舞蹈系兼任講師**
**窮劇場藝術總監**

情緒的萬頃波濤，究竟從何而起？
透過正念與自我鑑照，讓心安住，
無論外在世界如何變化，都能穩住自己；
錨定生命更核心的價值與意義，
讓穩定的情緒成為利他的工具。

## 3. 溝通魔術師——現起萬里晴空

**／吳培福・國立中山大學中國與亞太區域研究所 社會科學博士**
**國立中山大學海洋事務研究所兼任助理教授**

學生的沉默無言，有時像隔著太平洋那麼遠？
一句被聽見的回應，就能讓距離只剩一步！
一個誤會能把心推到天邊，一聲溫柔就能把星辰拉回眼前。
理解學生內心與我們想法的落差，打造橫跨兩顆心之間的溝通橋梁。