

國立臺灣師範大學 函

機關地址：106308臺北市和平東路一段162號
聯絡人：李瑜庭
電話：02-77493762
電子郵件：mindful502@gmail.com

受文者：國立聯合大學

發文日期：中華民國110年10月22日

發文字號：師大心輔字第1101027452號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：附件一.正念教育的現在與前瞻研討會資訊及議程(ATTCH1
60aed7be158d44d924b95a0245d78eb8_1101027452-0-0.pdf)

主旨：本校教育部高等深耕計畫「以定心正念輔導促進師生身心健康」，由教育心理與輔導學系教師舉辦「正念教育的現在與前瞻」研討會，敬請發送會議資訊邀請領域先進及各級教師踴躍報名參與，請查照。

說明：

一、本研討會目的在邀請學術界及教育界深耕於正念研究及實務之研究者與各級教師參與，整合在臺灣推行正念教育成效，並將討論正念對師生的價值及推行正念教育的可能藍圖。

二、本次研討會資訊如下

(一) 時間：110年12月10日(星期五)9:00至17:00。

(二) 地點：本校圖書館校區教育大樓2樓202會議廳(臺北市大安區和平東路一段129號)。

(三) 報名網址：<https://forms.gle/r5iDuvzovx3DqMk48>。

(四) 報名截止日期：110年11月10日(星期三)。

(五) 錄取通知日期：110年11月17日(星期三)。

(六) 研討會聯絡人：李瑜庭，(02)7749-3762。

(七) 因配合防疫需求及會場限制，報名額滿為止，敬請

有意參與者盡早報名，以利確認是否能實體參與。

三、與會者將提供參加證明，並請服務單位惠予參與人員公假。

四、檢附本研討會資訊及議程，請參閱附件一。最新詳情可至本研討會網頁(網址:<https://reurl.cc/Mk8jOm>)。

五、若逢疫情變化將另行通知改為線上會議辦理。

正本：教育部國民及學前教育署、公私立大專校院、中華民國中小學校長協會、臺北市教師研習中心、社團法人新北市教師會、基隆市教師職業工會

副本：

校長 吳正己

裝

線

附件一、「正念教育的現在與前瞻」研討會資訊及議程

壹、研討會緣起與宗旨：



Shapiro, Brown & Astin (2011)回顧了正念或靜坐有助於達成教育目標、幫助處於學業壓力中的學生的心理健康，提升全人教育。本研討會目的在邀請學術界及教育界深耕於正念研究及實務之學者與各級教師參與，研討當前推行與實踐台灣正念教育現況、對師生的價值與意義及未來的可能藍圖。

貳、指導單位 教育部

參、主辦單位 國立臺灣師範大學教育部高等教育深耕計畫

肆、承辦單位「以定心正念輔導促進師生身心健康」/教育心理與輔導學系陳學志院長、陳秀蓉

伍、時間與場次：民國 110 年 12 月 10 日（星期五）09:00~17:00

地點：國立臺灣師範大學教育大樓 2 樓 202 國際會議室

目標人數：100 人次

目標群眾：研究者(正念領域)、各級教師(校長/大學教師/國高中教師/導師等)

陸、研討會講師/主持人

陳學志教育學院院長 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

黃鳳英副教授 國立臺北教育大學教育學系

溫宗堃助理教授 法鼓文理學院佛教學系

戴臆芬教師 臺北市立松山國民小學

謝宜華教師 新北市中和區景新國民小學

陳秀蓉教授 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

林立仁副教授 明志科技大學通識教育中心 (正念靜觀中心主任)

備註：全程免費，備有午餐。

報名完成之後將在 11 月 17 日(三)前發送錄取通知，額滿為止，未錄取者不另行通知。



研討會議程規劃

時間 110.12.10	內容
08:00-09:00	報到
09:00-09:20	開幕式 總主持人致詞： 教育學院陳院長學志
09:20-10:50	特邀專題演講一 正念理論與實務間的關聯 主持人：陳秀蓉教授 講師：黃鳳英副教授
10:50-11:10	茶敘
11:10-12:40	特邀專題演講二 從西方學校正念教育探索台灣可行模式 主持人：陳秀蓉教授 講師：溫宗堃助理教授
12:40-13:20	正念飲食
13:20-14:50	主題研討一：正念在校園應用與資源 主持人：黃鳳英副教授 研討一：戴臆芬/兒童正念成效與應用 研討二：謝宜華/兒童正念教與學的反思 Q & A
14:50-15:10	茶敘
15:10-16:40	主題研討二：正念教育推行與實踐 主持人：溫宗堃助理教授 研討一：林立仁/大學正念教育的推行與省思 研討二：陳秀蓉/大學碩士生正念專注與覺察的學習 Q & A
16:40-17:00	綜合討論 綜合討論：正念教育課程與推行 主持人：陳秀蓉教授 討論人：黃鳳英副教授、溫宗堃助理教授、林立仁副教授、謝宜華教師、戴臆芬教師
17:00~	賦歸

