

07 / 5 報到

報到

主題演講 1

生命深化面向

——運轉生命的列車

主題演講 2

降龍十八掌

——作情緒的主人

經驗分享 1

走出生命的  
旋轉木馬

專題活動 1

狀況劇

綜合座談 1

帶著點心，歡喜回家

07 / 6 四

簽到

主題演講 3

打開天窗說靚話

——談積極溝通

經驗分享 2

情緒魔術師

經驗分享 3

看見另一片天空

專題活動 2

觀點時刻

綜合座談 2

帶著點心，歡喜回家

地點

台灣大學物理凝態館二樓  
國際會議廳

對象

高級中等以下學校及  
幼兒園教師

報名日期

即日起至額滿為止

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

聯絡電話

林小姐 0922-431-581  
(02) 2595-7295  
(請於17:30-21:00來電)

教師研習營  
2023  
7.5(三)-7.6(四)

# 生命的圓滿

## 尋覓教師的春天



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、碗筷，為環保盡一分心力。

主辦 • 財團法人正覺教育基金會  
臺北市立成淵高中、新北市立明志國中、桃園市立仁和國中  
合辦 • 宜蘭縣立三星國中、基隆市立明德國中、新北市新莊區光華國小  
聯合敬邀

## 1. 生命深化面向——運轉生命的列車

/ 范曉雯老師 · 正覺教育基金會

認識生命作用力與背後看不見的反作用力……  
建立美好生命觀，成就善循環的心力量。  
了解「善」循環錯綜複雜，便能有清楚的準則，  
不再感到迷惑，啟動美好人生。

## 2. 降龍十八掌——作情緒的主人

/ 林偉仁老師 · 正覺教育基金會

難道情緒會一直主宰我們的行為嗎？  
情緒是如何產生的？  
情緒的根源在哪裡？  
哪些是情緒正向發展的內容？  
如何反敗為勝，主宰情緒的正向發展？

## 1. 走出生命的旋轉木馬

/ 鄭淑米 · 臺中市立三光國中教師

在每一天生活與教學的瑣碎反覆裡，  
你我似乎陷入旋轉木馬的迴圈中……  
一圈又一圈，無止境的暈頭轉向，多久了？  
其實，您可以跨出這個圈，  
讓平直的道路引導您向前挺進！

## 2. 情緒魔術師

/ 楊美桂 · 輔仁大學退休教授

每天面對學生、家長與繁雜的工作，  
諸多問題的四連發，常讓我們陷入情緒的波動中。  
您可有啥妙招，能解開情緒之密碼，  
不被情緒魔術師所掌控而落入情緒的幻相中？  
讓我們一起來探索。

## 3. 打開天窗說靚話——談積極溝通

/ 郭宏益老師 · 正覺教育基金會

放下主觀，隨順因緣變化，表露善念作意  
在互動中，因同理心出生了信賴  
讓他的未來有了一片可以仰望的天空  
當希望破滅時，還記得您曾說過  
永不失勇氣

## 3. 看見另一片天空

/ 林秋霞 · 政治大學總教官退休

蒼穹之下 您看到的是哪一片天空  
您是他生命中 低壓陰晦的烏雲  
高清楚麗的陽光 還是雨後天際的彩虹  
不一樣的天空 同樣精彩  
等您來 一起探尋