



正覺教育基金會
True Enlightenment Education Foundation

07 / 5 三

報到

08
30

主題演講 1
生命深化面向
——運轉生命的列車

09
10

07 / 6 四

簽到

主題演講 3
打開天窗說靚話
——談積極溝通

10
20

主題演講 2
降龍十八掌
——作情緒的主人

經驗分享 2
情緒魔術師

11
10

經驗分享 1
走出生命的
旋轉木馬

經驗分享 3
看見另一片天空

13
00

專題活動 1
狀況劇

專題活動 2
觀點時刻

15
00

綜合座談 1

綜合座談 2

16
00

帶著點心，歡喜回家

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

合辦 • 臺北市立成淵高中、新北市立明志國中、桃園市立仁和國中
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？

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

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. 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
高清亮麗的陽光 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