

彰化縣政府教育處 一般公告

承辦人：學管科 / 周芬美

受文者：全體國民

公告時間：中華民國111年09月22日 12:56

公告編號：11109471

速別：普通件

附件：簡章-心寧靜從我開始.pdf,

相關照片：2022(下)心寧靜線上.jpg,

主旨：檢送財團法人靈鷲山般若文教基金會籌辦「心寧靜從我開始」線上教學研習，詳情如附件。懇請協助公告轄內各級學校，鼓勵教職員踴躍參加。

說明：

1.依據 111 年 09 月 01 日靈文字第 111204101 號函辦理。

2.

一、本會於 10/15(六)09:00-12:00、11/26(六)09:00-12:00 舉辦兩

場「心寧靜從我開始」線上教學研習。

※詳細簡章內容，請參考附件。

二、活動將帶領教師學習「寧靜一分鐘」使內心安定的方法、覺察

情緒的來源，提供教師自我身心調和，增進學生的專注力與情

緒管理能力，創造優質的學習環境及班級氛圍，進而提昇教學

效益。

三、本課程屬於情緒管理教學研習，適合現職老師、特教老師、輔

導老師等教職員，適合運用於班級經營與學生輔導，參加本活

動之教師，可申請教師研習時數 3 小時。

(依教育部 111 年 1 月 27 日臺教師(三)字第 1112600324Y 號函辦

理)

四、懇請將本研習活動訊息，以書面和網路公告給各級學校教師，

讓更多的教師有機會參與和學習。