

花蓮縣政府 函

地址：970270花蓮縣花蓮市府前路17號
承辦人：陳冠仲
電話：03-8462860#240
電子信箱：davidmclite@hlc.edu.tw

受文者：花蓮縣鳳林鎮北林國民小學

發文日期：中華民國115年8月17日

發文字號：府教學字第1150163465號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：國立臺灣大學來函1150814、國立臺灣大學1150814附件1、國立臺灣大學1150814
附件2 (376550000A_1150163465_ATTACH1.pdf、
376550000A_1150163465_ATTACH2.pdf、376550000A_1150163465_ATTACH3.png)

主旨：轉知國立臺灣大學生命教育研發育成中心辦理「2026教育
未來式 | 教師的幸福學系列研習」簡章及海報各1份，請
本縣所屬學校鼓勵教師踴躍參與，請查照。

說明：

- 一、依據國立臺灣大學115年8月14日校生教字第1150077882號
函辦理。
- 二、本研習聚焦AI時代教師的身心安頓、內在韌性、溝通關係
與自我照顧，透過思辨對話及身心覺察等方式，引導教師
重新認識自我、理解他人，面對教學現場自我覺察與溝通
回應的能力，找回教育工作的內在力量，成為更具韌性與
關係智慧的教師。
- 三、研習資訊如下，詳細內容請參閱附件簡章及海報。

(一)研習場次：

- 1、9月13日（星期日）：AI時代教師的定靜工夫-情緒安
頓與內在韌性。
- 2、9月19日（星期六）：有效溝通對話術-讓對話成為翻

115/08/18



轉教室的力量。

3、9月19日（星期六）：《莊子》的溝通智慧-直面衝突的本質。

4、10月03日（星期六）：找回身心合一-AI時代教師的幸福與自我照顧。

5、10月03日（星期六）：身心中軸覺察體驗（A場）。

6、10月03日（星期六）：身心中軸覺察體驗（B場）。

（二）研習地點：國立臺灣大學。

（三）研習費用：免費參加，交通費請自理，由服務學校依相關規定酌予補助。

（四）參與對象：全國公私立高級中等以下學校教師。

（五）參與人數：各場次30至80人，額滿為止。

（六）官網報名：<https://reurl.cc/QN4akb>。

正本：本縣各公立國民中-小學、花蓮縣立體育高級中等學校

副本：

