

## 財團法人正覺教育基金會 函

地址：103632台北市大同區承德路三段267  
號10樓

聯 絡 人：林秋霞小姐

電 話：0922-431-

581 02-2595-6092(請於晚  
間來電)

傳 真：(02)2595-4493

電子郵件：camp@enlighten.org.tw

受文者：屏東縣滿州鄉永港國民小學

發文日期：中華民國115年3月9日

發文字號：正覺教基字第1150309012號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：1. 「生命的圓滿--尋覓教師的春天」研習課程表2. 「生命的圓滿--尋覓教師的春  
天」海報、摺頁DM (115A100061\_1\_09164022017.pdf、  
115A100061\_2\_09164022017.png、115A100061\_3\_09164022017.png、  
115A100061\_4\_09164022017.png)

主旨：本基金會辦理生命教育教師研習活動「生命的圓滿--尋覓  
教師的春天」，補充新增師資教育部核准文號如說明二，  
請查照。

說明：

- 一、本基金會115年2月26日正覺教基字第1150226005號函諒  
達。
- 二、新增師資業已奉115年3月2日臺教師(三)字第1150021679號  
函核准在案，故修訂前函。
- 三、本基金會與臺北市立成淵高級中學、新北市立三民高級中  
學、桃園市立仁和國民中學、宜蘭縣立東光國民中學、新  
北市永和區秀朗國民小學、新北市新莊區光華國民小學、  
基隆市暖暖區碇內國民小學，共計7所學校合辦教師研習活  
動「生命的圓滿——尋覓教師的春天」，說明如下：

(一)日期：115年7月4日、5日(星期六、日)

(二)地點：國立臺灣大學物理凝態館二樓國際會議廳(臺北市  
大安區羅斯福路四段 1 號)

(三)對象：高級中等(含)以下學校及公私立幼兒(稚)園教  
師。

(四)報名：115年3月9日起至額滿為止，請上正覺教師研習營  
網站報名。(https://www.teachercamp.enlighten.org.  
tw)

(五)活動聯絡人及電話：林秋霞，0922-431-581。

四、敬請 貴校公告資訊，鼓勵教師踴躍參加，並同意核予教師  
公假，唯課務請自理。

正本：全台各縣市高中(含)以下各級學校及公私立幼兒(稚)園

副本：



**財團法人正覺教育基金會生命教育**  
**「生命的圓滿——尋覓教師的春天」教師研習活動**

- (一) 日期：中華民國 115 年 7 月 4 日、5 日(星期六、日)
- (二) 地點：國立臺灣大學物理凝態館二樓國際會議廳  
 臺北市大安區羅斯福路四段 1 號
- (三) 合辦學校：臺北市立成淵高級中學、新北市立三民高級中學  
 桃園市立仁和國民中學、宜蘭縣立東光國民中學  
 新北市永和區秀朗國民小學、  
 新北市新莊區光華國民小學、  
 基隆市暖暖區碇內國民小學，共 7 所。
- (四) 對象：高級中等(含)以下學校及幼兒(稚)園教師。
- (五) 課程表：

**115 年 7 月 4 日(第一天課程)：**

| 時 間         | 課 程                          | 人 員                |
|-------------|------------------------------|--------------------|
| 8:30—9:00   | 報到                           | 報到組                |
| 9:00—9:10   | 致詞歡迎                         | 本基金會董事長<br>合辦學校*校長 |
| 9:10—10:00  | 主題演講 1：<br>運轉生命的列車——永遠的善循環   | 歐佩瑛講師              |
| 10:00—10:20 | 點心時間                         |                    |
| 10:20—11:10 | 主題演講 2：<br>春風化雨又逢君——良善情緒心行   | 林偉仁講師              |
| 11:10—12:00 | 經驗分享 1：<br>走出生命的旋轉木馬——成就永恆莊嚴 | 郭怡君講師              |
| 12:00—13:00 | 午休(用餐)                       |                    |
| 13:00—14:40 | 專題活動 1<br>狀況劇                | 主持人                |
| 14:40—15:00 | 點心時間                         |                    |
| 15:00—16:00 | 綜合座談 1<br>(心得發表、現場 Q&A)      | 本基金會董事長<br>講師群     |
| 16:00       | 帶著點心、歡喜回家                    |                    |

115年7月5日(第二天課程)：

| 時 間         | 課 程                       | 人 員            |
|-------------|---------------------------|----------------|
| 8:30—9:00   | 報到                        | 報到組            |
| 9:00—9:10   | 暖身活動——我願意                 | 主持人            |
| 9:10—10:00  | 主題演講 3：<br>打開天窗說靚話—生命溝通藝術 | 尤宏娟講師          |
| 10:00—10:20 | 點心時間                      |                |
| 10:20—11:10 | 經驗分享 2：<br>情緒演奏師—吹響亮麗鳴奏曲  | 鄭尹真講師          |
| 11:10—12:00 | 經驗分享 3：<br>溝通魔術師—現起萬里晴空   | 吳培福講師          |
| 12:00—13:00 | 午休（用餐）                    |                |
| 13:00—13:45 | 綜合座談 2<br>（心得發表、現場 Q&A）   | 本基金會董事長<br>講師群 |
| 13:45—14:00 | 點心時間                      |                |
| 14:00—16:00 | 專題活動 2<br>觀點時刻            | 主持人            |
| 16:00       | 帶著點心、歡喜回家                 |                |

教師研習營  
2026  
7.4(六)-7.5(日)  
台北場

SEL深度解碼——生命工程學

# 生命的圓滿

## 尋覓教師的春天

### The Fulfillment of Life

In Search of a Springtime for Teachers

地點：國立臺灣大學物理凝態館二樓國際會議廳

對象：高級中等(含)以下學校及幼兒(稚)園教師

報名日期：3月9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)

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，為環保盡一分心力。



「生命的圓滿  
——尋覓教師的春天」

【系列研習】

主題演講

- 柳暗花明  
——教學生涯又一春
- 一任風雨話平生  
——情到深處無怨尤
- 我心皎潔有誰知  
——千江有水千江月

經驗分享

- 傻瓜不傻  
——美麗莊嚴新世界
- 我的祕密花園  
——荒煙蔓草生機處處
- 行到水窮處  
——坐看雲起時

2025

- 美麗與哀愁  
——舉起教育的慧劍
- 回首向來蕭瑟處  
——無風無雨亦無愁
- 過盡千帆皆不是  
——衣帶漸寬終無悔

- 方圓之間千里行  
——最善人間是真諦
- 森羅萬象許崢嶸  
——無情荒地有情天
- 衆裡尋他千百度  
——卻在燈火闌珊處

2026

- 運轉生命的列車  
——永遠的善循環
- 春風化雨又逢君  
——良善情緒心行
- 打開天窗說靚話  
——生命溝通藝術

- 走出生命的旋轉木馬  
——成就永恆莊嚴
- 情緒演奏師  
——吹響亮麗鳴奏曲
- 溝通魔術師  
——現起萬里晴空

07 / 04 (六)

07 / 05 (日)

報到

報到

致詞歡迎

暖身活動—我願意

主題演講 1  
運轉生命的列車  
——永遠的善循環

主題演講 3  
打開天窗說靚話  
——生命溝通藝術

主題演講 2  
春風化雨又逢君  
——良善情緒心行

經驗分享 2  
情緒演奏師  
——吹響亮麗鳴奏曲

經驗分享 1  
走出生命的旋轉木馬  
——成就永恆莊嚴

經驗分享 3  
溝通魔術師  
——現起萬里晴空

專題活動 1  
狀況劇

綜合座談 2

綜合座談 1

專題活動 2  
觀點時刻

帶著點心，歡喜回家

帶著點心，歡喜回家

地點

國立臺灣大學  
物理凝態館二樓國際會議廳

對象

高級中等(含)以下學校及  
幼兒(稚)園教師

報名日期

3月9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

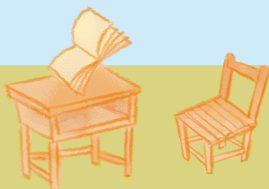


電子信箱

camp@enlighten.org.tw

聯絡電話

林小姐 0922-431-581



教師研習營  
2026  
7.4 (六) - 7.5 (日)  
台北場

SEL深度解碼—生命工程學

# 生命的圓滿

尋覓教師的春天

The Fulfillment of Life

In Search of a Springtime for Teachers



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，為環保盡一分心力。

主辦 • 財團法人正覺教育基金會

臺北市立成淵高級中學、新北市立三民高級中學

合辦 • 桃園市立仁和國民中學、宜蘭縣立東光國民中學  
新北市永和區秀朗國民小學、新北市新莊區光華國民小學  
基隆市暖暖區碇內國民小學

聯合敬邀

## 1. 運轉生命的列車——永遠的善循環

/ 歐佩瑛老師・正覺教育基金會

AI時代來臨，老師是否會被AI取代？

認識生命的作用力與反作用力……

微不足道的小改變，也能帶來巨大的轉變！

對抗路？攜手行？全在一念間。

透過動中定力，讓我們

以覺察為筆、以善念為墨，掌握念念重構的契機，

書寫生命的永續篇章，蔚成良善循環。

## 2. 春風化雨又逢君——良善情緒心行

/ 林偉仁老師・正覺教育基金會

生命的流轉中，情緒如風般來去，

有時輕柔，有時激烈。

是否能在起伏之間，找到自在安定的心？

邀您一同探尋：情緒的源起、心境的轉化，

在良善的心行中，走向自在的境界。

讓我們攜手同行，於春風化雨裡，

學習以智慧與慈悲，安頓情緒、安頓自己。

## 3. 打開天窗說靚話——生命溝通藝術

/ 尤宏娟老師・正覺教育基金會

溝通不是在爭論是非對錯，而是拉近彼此的距離；

所以溝通不是只講實話，而是講對方能接受的實話。

讓我們用心說話、用愛教學，

靚話溝通，讓師生互動更有溫度！

也讓每堂課充滿正能量與善循環！

## 1. 走出生命的旋轉木馬——成就永恆莊嚴

/ 郭怡君・臺北市永樂國小輔導老師

生命的路峰迴路轉，教學的路也是一樣，

那我們想怎麼轉呢？

是疼痛地往下轉？還是茫然地原地轉？

抑或是我們能夠積蓄能量向上轉呢？

## 2. 情緒演奏師——吹響亮麗鳴奏曲

/ 鄭尹真・臺北藝術大學戲劇系、舞蹈系兼任講師  
窮劇場藝術總監

情緒的萬頃波濤，究竟從何而起？

透過正念與自我鑑照，讓心安住，

無論外在世界如何變化，都能穩住自己；

錨定生命更核心的價值與意義，

讓穩定的情緒成為利他的工具。

## 3. 溝通魔術師——現起萬里晴空

/ 吳培福・國立中山大學中國與亞太區域研究所 社會科學博士  
國立中山大學海洋事務研究所兼任助理教授

學生的沉默無言，有時像隔著太平洋那麼遠？

一句被聽見的回應，就能讓距離只剩一步！

一個誤會能把心推到天邊，一聲溫柔就能把星辰拉回眼前。

理解學生內心與我們想法的落差，打造橫跨兩顆心之間的溝通橋樑。