

附件一、「正念教育的現在與前瞻」研討會資訊及議程

壹、研討會緣起與宗旨：

Shapiro, Brown & Astin (2011)回顧了正念或靜坐有助於達成教育目標、幫助處於學業壓力中的學生的心理健康，提升全人教育。本研討會目的在邀請學術界及教育界深耕於正念研究及實務之學者與各級教師參與，研討當前推行與實踐台灣正念教育現況、對師生的價值與意義及未來的可能藍圖。

貳、指導單位 教育部

參、主辦單位 國立臺灣師範大學教育部高等教育深耕計畫

肆、承辦單位「以定心正念輔導促進師生身心健康」/教育心理與輔導學系陳學志院長、陳秀蓉

伍、時間與場次：民國 110 年 12 月 10 日（星期五）09:00~17:00

地點：國立臺灣師範大學教育大樓 2 樓 202 國際會議室

目標人數：100 人次

目標群眾：研究者(正念領域)、各級教師(校長/大學教師/國高中教師/導師等)

陸、研討會講師/主持人

陳學志教育學院院長 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

黃鳳英副教授 國立臺北教育大學教育學系

溫宗堃助理教授 法鼓文理學院佛教學系

戴臆芬教師 臺北市立松山國民小學

謝宜華教師 新北市中和區景新國民小學

陳秀蓉教授 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

林立仁副教授 明志科技大學通識教育中心 (正念靜觀中心主任)

備註：全程免費，備有午餐。

報名完成之後將在 11 月 17 日(三)前發送錄取通知，額滿為止，未錄取者不另行通知。

研討會議程規劃

時間 110.12.10	內容
08:00-09:00	報到
09:00-09:20	開幕式 總主持人致詞： 教育學院陳院長學志
09:20-10:50	特邀專題演講一 正念理論與實務間的關聯 主持人：陳秀蓉教授 講師：黃鳳英副教授
10:50-11:10	茶敘
11:10-12:40	特邀專題演講二 從西方學校正念教育探索台灣可行模式 主持人：陳秀蓉教授 講師：溫宗堃助理教授
12:40-13:20	正念飲食
13:20-14:50	主題研討一：正念在校園應用與資源 主持人：黃鳳英副教授 研討一：戴臆芬/兒童正念成效與應用 研討二：謝宜華/兒童正念教與學的反思 Q & A
14:50-15:10	茶敘
15:10-16:40	主題研討二：正念教育推行與實踐 主持人：溫宗堃助理教授 研討一：林立仁/大學正念教育的推行與省思 研討二：陳秀蓉/大學碩士生正念專注與覺察的學習 Q & A
16:40-17:00	綜合討論 綜合討論：正念教育課程與推行 主持人：陳秀蓉教授 討論人：黃鳳英副教授、溫宗堃助理教授、林立仁副教授、謝宜華教師、戴臆芬教師
17:00~	賦歸