

臺南市政府教育局 函

地址：708201臺南市安平區永華路2段6號

承辦人：桂竹青

電話：062991111分機1142

電子信箱：chuching@mail.tainan.gov.tw

受文者：國立臺南第一高級中學

發文日期：中華民國115年8月18日

發文字號：南市教安(二)字第1151263593號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如主旨(1263593A00_ATTCH1.pdf、1263593A00_ATTCH2.jpg)

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，敬請鼓勵教師踴躍參與，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3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3日(星期六)：身心中軸覺察體驗(A場)。

6、10月3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，或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>。

四、倘有疑問請逕洽該校承辦吳璟妤小姐，電子郵件信箱：
claire@lec.ntu.edu.tw

正本：臺南市各公立高中職、臺南市各私立高中職、臺南市政府所屬各私立國民小學、臺南市政府所屬各私立國民中學、臺南市政府所屬各國民小學、臺南市政府所屬各國民中學

副本：本局學輔校安科

電 2026/08/18 文
交 16:30:03 章

教學組 115/08/20



1150008184