



## 兒童正念教育與專注力情緒調適

正念教育可以有效提升兒童專注力、更可以幫助降低焦慮、憂鬱減少人際衝突與問題行為。

本研討邀請國內兒童正念研究、與兒童正念教育實務專家，分享正念情緒調適的機轉、兒童正念教育課程與教案設計、兒童正念教學經驗與效益等主題。

藉此研討會，相互增長對正念教育的興趣與實踐力，最終可以幫助國內學童發展身心健康與提升對壓力與挫折的容忍力。

# 正念教育研討會 兒童正念教案 設計與執行應用

### 時間與場次：

民國 105 年 9 月 24 日（星期六）09:00 ～ 17:30

### 地點：

國立臺北教育大學至善樓國際會議廳與至善樓 101、102 教室  
（臺北市大安區和平東路 2 段 134 號）

### 參加對象：

對於兒童正念教育有興趣之專家、教師、各級機關團體與學校輔導人員、兒童父母或其他關心此議題之社會人士（以國小在職教師優先錄取）。**因場地限制，報名人數以 150 人為限。**

### 綜合討論議題：

主題：兒童正念教育與輔導課程設計  
本次研討會將深入探討兒童正念教育與輔導課程設計的基本原則、教學經驗等，敬邀國內各級教師，與相關團體輔導工作者、父母與會相互交流、共襄盛舉。

### 報名方式：

- 一、正念教育研討會報名方式請參見 <http://ppt.cc/OIqGW>，將於後續公布研討會錄取名單。
- 二、參加研討會者需繳交 300 元整新台幣報名費用。
- 三、全程參與之人員可給予終身學習時數、繼續教育積分證明。

### 聯絡人資料：

國立台北教育大學教學卓越計畫「正念教育特色人才培育」計畫專任助理 陳燕諭  
聯絡信箱 [swallow499@tea.ntue.edu.tw](mailto:swallow499@tea.ntue.edu.tw)

### 指導單位：

教育部、內政部

### 主辦單位：

國立臺北教育大學教育系  
國立臺北教育大學教學卓越  
「正念教育特色人才培育」計畫  
臺灣正念教育與研究協會

### 承辦單位：

國立臺北教育大學教育系暨生命  
教育碩士班  
臺灣正念教育與研究協會

### 協辦單位：

國立臺灣大學醫學院附設醫院臨  
床心理中心



臉書專頁



快速報名

教學卓越計畫「正念教育特色人才培育」

