

## 臺灣銀行信託部 函

地址：10044臺北市武昌街1段49號

承辦人：王怡婷

受文者：臺北市立成功高級中學

發文日期：中華民國112年2月21日

發文字號：信託二字第11200013583號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：1. 正向教育課程教材介紹、2. 正向教育種子教師培訓課程暨說明研習申請表  
(A07310100NU080000\_11200013583A0C\_ATTCH1.pdf、  
A07310100NU080000\_11200013583A0C\_ATTCH5.pdf)

主旨：本行受託公益信託王長庚社會福利基金（以下簡稱本公益信託）暨明志科技大學正念靜觀中心敬邀貴校教師申請參與「正向教育校園推廣計畫」（以下簡稱本計畫）之種子教師培訓及課程說明研習，敬請公告轉知貴校教師，詳如說明與附件，敬請查照。

說明：

- 一、為協助各級學校教師提升身心健康與自我照顧之能力，藉由學習靜心、專注、覺察，進而增進工作效率、師生關係及班級經營，本計畫首度規劃種子教師培訓機制，以正念（Mindfulness）為切入點，藉由課堂中正念練習的實際帶領，引導學員提升專注力與覺察力，同時也用開放的態度探索壓力、覺察情緒及管理情緒，進而培養正念自我照顧，以及關懷他人的能力。
- 二、本計畫於2021年5月起，已在校推廣205節/場次之公益校園活動，在二千多位受益的學生中，有89%同學回饋經由



本課程找到自己有效的正念覺察方式，對於專注力、情緒穩定與壓力抒解有所助益，且透過本課程所學習的方法亦能有效運用於課堂與日常生活，成效十分良好。

三、本計畫於111學年度第二學期（2023/3/1~6/30）及暑假期間辦理種子教師培訓及課程說明研習，邀請貴校對正念教育有興趣的教師，以學校、教師社群或個人為單位，申請參加「種子教師培訓課程說明研習」、「種子教師培訓—初階」（申請截止日2023/3/15）及「種子教師培訓—進階」（申請截止日2023/6/16），課程教材介紹及申請書表詳如附件一、二，介紹影片連結<https://reurl.cc/7RyKx5>。

四、完成初階/進階種子教師培訓課程後，本公益信託暨明志科大正念靜觀中心將核發種子教師研習證書。

五、本計畫經費由本公益信託全額贊助，委由明志科技大學正念靜觀中心執行，因名額有限，明志科大保留接受申請與否之最終權力。

六、提交申請後將有專人聯繫相關事宜；如有任何問題，敬請洽本計畫蔡雅婷專案助理，電話（02）29089899分機4222，電子信箱yating@mail.mcut.edu.tw。

正本：國立華僑高級中等學校、新北市私立淡江高級中學、新北市私立康橋高級中學、新北市私立金陵女中、新北市裕德高級中等學校、財團法人南山高級中學、財團法人恆毅高級中學、新北市私立聖心女中、新北市私立崇義高級中學、新北市福瑞斯特高級中學、新北市私立東海高級中學、新北市私立格致高級中學、新北市私立醒吾高級中學、新北市私立徐匯高級中學、新北市崇光高級中學、新北市私立光仁高級中學、新北市私立竹林高級中學、新北市私立及人高級中學、新北市財團法人辭修高級中學、新北市林口康橋國際高級中學、新北市私立時雨高級中學、新北市私立樹人家商、新北市私立復興商工、新北市私立南強工商、新北市私立穀保家商、新北市私立智光商工、新北市私立清傳高商、新北市私立能仁家商、新北市私立豫章工商、新北市私立莊敬工家、新北市私立中華商海、新北市立泰山高級中學、新北市立板橋高級中學、新北市立新店高級中學、新北市立中

和高級中學、新北市立新莊高級中學、新北市立新北高級中學、新北市立林口高級中學、新北市立瑞芳高工、新北市立三重商工、新北市立新北高工、新北市立淡水商工、新北市立海山高級中學、新北市立三重高級中學、新北市立永平高級中學、新北市立樹林高級中學、新北市立明德高級中學、新北市立秀峰高級中學、新北市立金山高級中學、新北市立安康高級中學、新北市立雙溪高級中學、新北市立石碇高級中學、新北市立丹鳳高級中學、新北市立清水高級中學、新北市立三民高級中學、新北市立錦和高級中學、新北市立光復高級中學、新北市立竹圍高級中學、新北市立北大高級中學、新北市立豐珠中學、新北市立鶯歌工商、新北市立樟樹國際實中、臺北市育達高級中學、臺北市立西松高級中學、臺北市立中崙高級中學、臺北市私立協和祐德高級中學、臺北市立松山高級中學、臺北市立永春高級中學、臺北市立松山家商、臺北市立松山工農、臺北市國立師大附中、臺北市私立延平中學、臺北市私立金甌女中、臺北市私立復興實驗高級中學、臺北市私立東方工商、臺北市私立喬治工商、臺北市私立開平餐飲、臺北市立和平高級中學、臺北市立芳和實中、臺北市立大安高工、臺北市私立大同高級中學、臺北市私立稻江護家、臺北市立中山女中、臺北市立大同高級中學、臺北市立大直高級中學、臺北市私立強恕中學、臺北市開南高級中學、臺北市立建國高級中學、臺北市立成功高級中學、臺北市立第一女子高級中學、臺北市靜修高級中學、臺北市私立稻江高商、臺北市立明倫高級中學、臺北市立成淵高級中學、臺北市立華江高級中學、臺北市立大理高級中學、臺北市國立政大附中、臺北市私立東山高級中學、臺北市私立滬江高級中學、臺北市私立大誠高級中學、臺北市私立再興中學、臺北市私立景文高級中學、臺北市靜心高級中學、臺北市立景美女中、臺北市立萬芳高級中學、臺北市立數位實驗高級中學、臺北市立木柵高工、臺北市立南港高級中學、臺北市立育成高級中學、臺北市立南港高工、臺北市私立文德女中、臺北市私立方濟中學、臺北市私立達人女中、臺北市立內湖高級中學、臺北市立麗山高級中學、臺北市立南湖高級中學、臺北市立內湖高工、臺北市私立泰北高級中學、臺北市私立衛理女中、臺北市私立華興中學、臺北市私立華岡藝校、臺北市立陽明高級中學、臺北市立百齡高級中學、臺北市立士林高商、臺北市私立薇閣高級中學、臺北市私立幼華高級中學、臺北市私立奎山實驗高級中學、臺北市私立惇敘工商、臺北市立復興高級中學、臺北市立中正高級中學、國立臺灣戲曲學院附設高職部

副本：公益信託王長庚社會福利基金諮詢委員會(含附件)、衛生福利部心理健康司一科(含附件)

2023/02/21  
15:16:07  
電交 換 章