

## 幸福教育國際論壇與工作坊

### —以慈悲關懷打造幸福

#### 一、緣起

世界心理衛生聯盟於 2023 年倡議「心理健康為普世人權」，呼籲全球對心理健康的重視，並強調每個人都需要獲得優質心理保健的基本人權，這也與聯合國 2030 永續發展目標 3 的核心精神，確保與促進各年齡層健康生活與福祉相呼應。《國立成功大學 112-116 年中程校務發展計畫》期許讓校園積極參與解決全球議題，勇於承擔大學責任，以達成促進城市發展及世界永續，作為成大放眼百年所承載的關鍵任務。而以舉辦幸福教育國際論壇與工作坊，體現本校強化社會責任與影響力，發展解決公共問題韌性的使命。

幸福教育國際論壇與工作坊邀請美國埃默里大學(Emory University)「冥想科學和慈悲倫理中心」Dr. Lobsang Tenzin Negi 主任、與「社會、情緒與倫理學習」SEE Learning(Social, Emotional and Ethical Learning, SEE learning) Tsondue Samphel 高級計畫專員，將介紹 Emory 大學慈悲中心所發起打造心理健康和幸福感的慈悲運動。「慈悲」實務是西方向東方取經的新火種，聚焦在拓展有意義的人際關係和利他行動；慈悲運動是攜手全球一起打造幸福健康的心靈革命，是一種基於常識、共同經驗、科學、建立在共同人性和相互依存基礎的「普世倫理」，適用不同國家、文化、宗教和不同教育環境…。

慈悲運動包含兩種打造心理健康和幸福感的工具：慈悲訓練實務先驅「認知為本的慈悲訓練」(Cognitively Based Compassion Training, CBCT)和社會情緒倫理教育 SEE Learning，CBCT 針對大學生和成人，SEE Learning 則適用於幼稚園到高中的學生。CBCT 最初開發的目標是幫助減緩大學生的情緒壓力，研究發現能增加人際連結和希望感、改善憂鬱情緒。CBCT 在降低壓力生化指數和發炎反應方面也頗具成效，已運用在長期處於高壓和高密度人際互動的工作者，例如第一線的醫護人員、學校教師和照顧特殊兒童的父母等。

2002 年，聯合國教科文組織 (UNESCO) 向 140 個國家的教育部發布了實施「社會與情緒學習」(Social and Emotional Learning, SEL) 的十大基本原則，是聯合國兒童基金會(UNICEF)、教育研究與创新中心(CERI)等多個機構推薦的教育方案之一，並在世界各地推展多年。SEE Learning 的理論架構包含覺知、慈悲和參與三個向度，以及認識自己、理解他人、關懷世界三個維度，幫助學習者在盤根錯節的複雜世界中，打造翻轉幸福的 24 種優勢能力。

## 二、目的

1. 透過國際論壇，讓國內學術界、科學領域、教育領域和社會大眾與推動全球心智教育團隊(CCSCBE, Emory University)交流對談；讓慈悲運動的主題倡議更為各界熟知和重視。
2. 透過論壇與工作坊，讓關心幸福感的科學家、AI 專家和政策訂定者、教師、研究者、學生和社會大眾等，更關注幸福科學、幸福科技、幸福教育的發展，一起打造幸福健康的城市。
3. 透過帶動慈悲科學發展的 Dr. Negi 和推動國際 SEE Learning 的 Mr. Tsondue 經驗分享，促進師生、家長、第一線教師和社會大眾對小中高大的社會、情緒健康和普世倫理的重視；促進專注學習、復原力、人際合作和系統思考等幸福優勢能力的培育、促進心理健康和幸福。
4. 透過社區和跨界的合作模式，共同促進幸福科學、幸福教育和幸福城市，領航新世紀。

## 三、辦理單位

主辦單位：國立成功大學

臺南市政府教育局

財團法人雲林縣利仁教育基金會

承辦單位：社團法人中華民國南部科學園區產學協會

協辦單位：國立高雄師範大學教育學系綜合活動領域教學研究中心（中學組）

國立成功大學人文社會中心、理學院、教務處、學務處

臺灣綜合大學系統

臺南市白河國小

## 四、活動時間

1. 幸福科學與慈悲運動國際論壇：2024 年 3 月 12 日(星期二)晚上 19:00-21:00
2. 幸福教育國際論壇：2024 年 3 月 13 日(星期三)上午 9:00-12:00
3. SEE Learning 工作坊：2024 年 3 月 13 日(星期三)下午 13:30-16:00

## 五、活動地點

1. 幸福科學與慈悲運動國際論壇：國立成功大學光復校區國際會議廳第一演講室
2. 幸福教育國際論壇：國立成功大學光復校區國際會議廳第一演講室
3. SEE Learning 工作坊：國立成功大學光復校區國際會議廳第一演講室

## 六、活動議程

### (一) 幸福科學與慈悲運動國際論壇

活動議程(2024/03/12 下午 19:00-21:00)

時間	課程	主持人/主講人
18:30~19:00	報到	
19:00~19:15	開幕致詞	<ul style="list-style-type: none"><li>● 國立成功大學副校長陳玉女</li><li>● 利仁教育基金會董事長甘銘源建築師</li></ul>
19:15~19:20	合照	
19:20~20:10	慈悲運動	<ul style="list-style-type: none"><li>● 主持人： 國立成功大學副校長陳玉女</li><li>● 主講人： Emory 大學慈悲中心主任 Dr. Lobsang Tenzin Negi</li></ul>
20:15~20:55	圓桌論壇	<ul style="list-style-type: none"><li>● 主持人： 成大物理系教授張書銓</li><li>● 與談人： Emory 大學慈悲中心主任 Dr. Lobsang Tenzin Negi Emory 大學慈悲中心專員 Mr. Tsondue Samphel</li></ul>
	提問與交流	成大電機系名譽講座教授王駿發 成大物理系特聘教授陳岳男
20:55~21:00	閉幕	成大理學院院長蔡錦俊

參加對象：對幸福科學及慈悲運動有興趣的成大師生和民眾

(二) 幸福教育國際論壇

活動議程(2024/03/13 上午 9:00-12:00) 臺南學習護照課程代碼：290738

時間	課程	主持人/主講人
8:30~9:00	報到	
9:00~9:15	開幕致詞	<ul style="list-style-type: none"><li>● 臺南市政府副秘書長殷世熙</li><li>● 臺南市政府教育局局主任秘書楊智雄</li><li>● 國立成功大學校長沈孟儒</li><li>● 利仁教育基金會董事長甘銘源</li></ul>
9:15~9:20	合照	
9:20~9:25	慈悲運動 影片	影片
9:25~10:10	慈悲運動下的 SEE Learning	<ul style="list-style-type: none"><li>● 主持人： 臺南市政府教育局局長鄭新輝</li><li>● 主講人： Emory 大學慈悲中心主任 Dr. Lobsang Tenzin Negi</li></ul>
10:10~10:55	SEE Learning 的國際發展與 影響	<ul style="list-style-type: none"><li>● 主持人： 國立成功大學人社中心主任蔡群立</li><li>● 主講人： Emory 大學慈悲中心專員 Mr. Tsondue Samphel</li></ul>
10:55~11:15	休息(茶會)	
11:15~11:55	圓桌論壇	<ul style="list-style-type: none"><li>● 主持人： 國立成功大學心理系副教授林君昱</li><li>● 與談人： Emory 大學慈悲中心主任 Dr. Lobsang Tenzin Negi Emory 大學慈悲中心專員 Mr. Tsondue Samphel 臺南市政府教育局學輔校安科科长陳宗暘 國立高雄師範大學教育系副教授劉宗幸 國立高雄師範大學師資培育與就業輔導處副教授黃鈞質</li></ul>
	提問與交流	
11:55~12:00	閉幕	國立成功大學理學院院長蔡錦俊
12:00~13:00	午餐	休息時間

參加對象：台南市各學程老師及對幸福教育有興趣的成大師生和關心教育的家長

(三) SEE Learning 工作坊

活動議程(2024/03/13 下午 13:30-16:00) 臺南學習護照課程代碼：290740

時間	課程	主持人/主講人
13:00~13:30	報到	
13:30~13:40	開幕致詞	<ul style="list-style-type: none"><li>● 臺南市政府教育局學輔校安科科长陳宗暘</li><li>● 臺南市政府教育局新課綱專案辦公室督學陳思瑀</li><li>● 利仁教育基金會執行長李綠枝</li></ul>
13:40~13:45	合照	
13:45~14:15	SEE Learning 的來源與目的	<ul style="list-style-type: none"><li>● 主持人： 國立高雄師範大學教育系系主任丘愛鈴</li><li>● 主講人： Emory 大學慈悲中心主任 Dr. Lobsang Tenzin Negi</li></ul>
14:15~14:45	SEE Learning 的架構與成效	<ul style="list-style-type: none"><li>● 主持人： 國立高雄師範大學教育系系主任丘愛鈴</li><li>● 主講人： Emory 大學慈悲中心專員 Mr. Tsondue Samphel</li></ul>
14:45~15:00	休息	
15:00~15:50	SEE Learning 實作	<ul style="list-style-type: none"><li>● 主持人： 國立高雄師範大學教育系系主任丘愛鈴</li><li>● 促進者： 國立雲林科技大學通識中心兼任助理教授關婉玲</li></ul>
	提問與交流	
15:50~16:00	閉幕	<ul style="list-style-type: none"><li>● 臺南市政府教育局學輔校安科科长陳宗暘</li><li>● 臺南市政府教育局新課綱專案辦公室督學陳思瑀</li></ul>

參加對象：台南市各學程老師及對幸福教育有興趣的成大師生和關心教育的家長

## 七、場地配置

日期/時間	會議空間	人數	活動	備註
3/12 (19:00-21:00)	國際會議廳	232	國際學術論壇	同步口譯
3/13 (9:00-12:00)	國際會議廳	232	國際學術論壇	同步口譯
3/13 (13:30-16:00)	國際會議廳	232	SEE Learning 工作坊	同步口譯

## 八、預期效益

(一)透過城市與大學的合作，一起促進學生、全體市民甚至全台對幸福科學和幸福教育的重視，促進健康城市的願景。

(二)透過科學家的對談，促進學生與市民思考科學幸福的關係，促進跨界的交流合作、用科學和科技讓人類更幸福。

(三)透過與國際學者的交流，促進學術界與社會大眾對社會情緒、倫理的最新理念和課程的重視，提升專注力、自我慈悲、人際合作、系統性思考和利他行動等幸福優勢能力。

(四)透過政治領袖、學術界、教育界及第一線教師和家長的認識與認同，進而實踐系列課程，期望使學生更能有效學習、健康情緒、關懷他人及促進社會和諧與利他關懷。

(五)透過 SEE Learning 工作坊幫助老師深入教案，建立學習與交流平台；也讓有興趣的家長和社會人士一起參與，促進更和諧互助的社區、合作打造幸福社會和健康城市。