

瑞儀心希望講堂-「跳跳虎的正念練習」講座簡章

【主旨】:

- 1.讓家長與教師了解注意力不足過動症的最新知識發展概述。
- 2.增加家長與教師對注意力不足過動症之認識。
- 3.針對參與研習講座之家長與教師的需求，提供最適合該年齡層注意力不足過動症兒童的陪伴方式。

【講座摘要】:

ADHD 的孩子就像跳跳虎一樣充滿活力與創意，但也總是踩不住煞車！我們能不能透過練習，讓跳跳虎透過正念靜心活動，學會輕踩煞車呢？本次講座主要簡介 ADHD 常見的行為表現及與正念練習可能的效果，並透過活動實際體驗，感受動與靜之間的差距。希望與會者能藉由活動有所啟發，將簡單正念的概念，應用於學校或家庭生活中。

【講師介紹】：蔡盈盈 台中榮總嘉義暨灣橋分院精神部臨床心理師

【主辦單位】：財團法人瑞儀教育基金會、社團法人臺灣心動家族兒童青少年關懷協會、瑞儀光電股份有限公司

時 間	內 容	主持人/主講人
13：30~14：00	報到	財團法人瑞儀教育基金會
14：00~16：40	跳跳虎的正念練習	蔡盈盈 臨床心理師 台中榮總嘉義暨灣橋分院精神部
16：40-17：00	綜合座談：問題與討論	蔡盈盈 臨床心理師 台中榮總嘉義暨灣橋分院精神部

【活動時間】：民國 110 年 06 月 19 日(六) 14：00~17：00(13:30 開放報到)

【活動地點】：集思亞灣會議中心 302 教室(高雄市前鎮區成功二路 25 號 3 樓)

【參加對象】：100 人。學校之學生家長、教師、特教教師、幼教老師、教保人員、教師助理員、對特教議題關心之社會人士。

【報名方式】:

- 1.活動相關諮詢請致電：財團法人瑞儀教育基金會 魏先生 07-8216151 轉 3187
- 2.家長及社會人士報名專線 07-8216151 或至報名網站報名：
<https://roefoundation.kktix.cc/events/a0016>

【注意事項】:

1. 講座場地為室內空間，建議佩戴口罩入場
2. 若體溫量測，額溫 ≥ 37.5 或耳溫 ≥ 38 度、或有發燒、感冒等狀況，禁止進入。
3. 當天「不提供現場報名」，名額有限，「報名一人一個座位」，造成不便敬請見諒。
4. 為響應環保，不再提供「紙本講義」，請自備紙、筆與水杯。
5. 為維護品質並尊重講師及其他學員權益，上課中請勿錄影、錄音並請關閉手機改為震動模式。

