

社團法人正念助人學會

【數位時代下的身心安頓：找回失去的身心連結】

學術暨實務研討會 暨 第四屆第一次會員大會 報名簡章

目的 隨著數位時代的來臨，人們越來越習慣沉浸在虛擬的網路世界，開始跟真實世界失去連結，同時跟真實自我失去接觸。此外，面對多元資訊的世界，人們變得更加焦慮與不安，卻缺乏安頓身心的方式，導致容易產生身心不適。本研討會期盼透過專家來分享不同正念與身體體現的方法，讓人們學會如何在充滿挑戰與壓力的世界中，重新與自我身心連結並找回自我安頓的方式，進而可以在生命洪流中安穩前進。

主辦單位 社團法人正念助人學會

合辦單位 中山醫學大學心理學系

協辦單位 (依單位筆畫排序)：

中原大學心理系、中華民國臨床心理師公會全國聯合會、中華健康產業發展協會、正念心教育、台灣正念工坊、台灣正念照顧協會、台灣臨床正念學會、台灣應用心理學會、世界佛教教育協會、玄奘大學應用心理學系、光佑禪修中心、社團法人中華民國諮商心理師公會全國聯合會、社團法人正念關懷協會、明志科技大學正念靜觀中心、根芽賦能教育發展協會、華人正念減壓中心、發光時代媒體、當代正念學苑、國立成功大學心理學系、國立清華大學教育心理與諮商學系、樸石學堂、臺灣正念發展協會

贊助單位 春好芯生活工藝有限公司

日期 2024/10/19(星期六)

地點 中山醫學大學-正心樓 0213 教室(地址：台中市南區建國北路一段 110 號)

交通指引：<https://www.csmu.edu.tw/p/404-1000-25543.php?Lang=zh-tw>

參與對象

- 一、研究正念議題的專家學者。
- 二、正念教育者和正念實踐者。
- 三、對於正念健康促進與正念生活應用有興趣的各級學校教師、大學生、研究生及社會人士。
- 四、對於正念健康促進與正念生活應用有興趣的諮商心理師、臨床心理師、社工師、與其他專業人員。

徵稿主題

- 一、正念修習如何強化身心健康？
- 二、正念教育如何優化生命經驗？
- 三、不同族群(幼兒、兒童、青少年、成人、樂齡、病患或照顧者、受刑人、其他多元族群)的正念健康促進經驗與反思。
- 四、其它與正念議題研究，包含實徵研究、教學分享、個案報告、團體歷程報告、論述性文章等。
- 五、發表方式：現場實體壁報。

投稿說明

一、壁報(poster)發表：

需自行印製並於大會當天 08:30-12:00 於現場張貼 poster。

二、投稿統一格式

- (一)篇幅：上限 500 字，以 A4 一頁為限，固定行高 20 點。
- (二)字形：中文字請用標楷體，全形標點符號；英文字請用 Times New Roman，半形標點符號。
- (三)字體：標題用粗體 14 號，作者、機構、與內文文字用 12 號，作者與小標題用粗體。此外，關鍵詞 3 至 5 個，用粗體 12 號。
- (四)稿件格式：

請至學會網頁 http://www.mbha.org.tw/index_tw.php，下載「投稿報名表 word 檔」及「論文摘要 word 檔」，將兩份 word 檔寄至秘書處(mbha0701@gmail.com)，主旨寫：投稿 2024 研討會_姓名。

檔名：檔名上傳請命名為「poster(投稿日期)_姓名」。

- (五)原創性研究，小標題應包含背景與目的(Background)、方法(Method)、結果(Results)、結論(Conclusion)。個案報告，小標題應包含目的(Background)、案例報告(Case Report)、討論(Discussion)。

三、投稿日期：即日起至 9/20 (五) 23:59 開放投稿。 9/30 (一) 以 email 通知審查結果。

- 四、本學會將邀請三位以上相關領域之專家學者進行審查，若資料不全或未按照審查意見並在期限前完成修改補件者，視同放棄投稿。
- 五、投稿者須報名參加本次研討會，若有同一稿件有多位作者，請其中一位作者擔任投稿者並確認能夠完成報名。**審查通過的發表人必須在 10/4 (五) 23:59 前完成報名與繳費，才具備發表資格。**

- 六、本研討會手冊將刊登獲錄取之論文摘要，論文作者(群)將在會後分別獲得發表證明。

活動流程

時間	活動內容	主持/主講人	場地
08:30-08:50	報到		
08:50-09:00	開幕暨貴賓致詞	林立仁博士 (正念助人學會理事長)	正心樓 0213 教室
09:00-11:00	大會專題演講: 從身心失衡到自我安頓: 身體的角色與可能的進路	講師: 連韻文博士 台大心理系副教授 主持人: 黃玉蓮博士 (中山醫學大學 副教授)	正心樓 0213 教室
11:00-11:10	茶敘(TEA TIME)		
11:10-12:10	研究論文口頭發表 主題: 透過身心中軸覺察促進正向體現經驗以提升大學生心理韌性 發表者: 許儷絹博士(中國醫藥大學醫學系暨生物醫學研究所副教授) 主題: 從體現經驗觀點探討身體姿勢對情緒調節的影響 發表者: 林品妘(中山醫學大學心理學系暨臨床心理學碩士班碩士生) 許儷絹博士(中國醫藥大學醫學系暨生物醫學研究所副教授) 田意民博士(中山醫大學心理學系助理教授) 主題: 身心中軸覺察對於高自閉症特質成年人之自閉症特質、內感覺、述情障礙與同理心的影響 發表者: 楊捷如(中原大學心理學系碩士) 葉理豪博士(中原大學心理系副教授) 主持人: 邱怡欣博士(玄奘大學助理教授)		正心樓 0213 教室
12:10-13:10	休息		
12:05-13:10	午餐/壁報發表		正心樓 0213 教室
13:10-14:10	會員活動: 正念同學會	主持人: 林立仁理事長	正心樓 0213 教室
	非會員活動: 認識自己的身體: 身心中軸體驗工作坊 (限同上午場參加者 20 人) 帶領人: 連韻文博士		誠愛樓 81316 教室
14:20-16:00	第四屆第 1 次會員大會暨第四屆理監事選舉 薪火相傳		正心樓 0213 教室
16:00~	合照, 賦歸		

報名須知

一、一律採線上報名，請在 10/10（四）23:59 前提交大會報名表單：

<https://www.beclass.com/rid=284d8836644537964a7d>

或掃描 QRcode 報名→→



二、報名費用：大會費用包含素食午餐、行政費用等。

	報名身分	費用\$
原價	非會員-10月1日(含)後	1,200
早鳥優惠價	1. 非會員-早鳥優惠價-9月30日(含)前 2. 協辦單位會員	600
學生價	學生身分(需攜帶學生證)	450
會員價	正念助人學會會員(已繳交 113 年年費者)	免費

(一)填寫報名表後，請 3 日內 完成繳費。

1. 匯款帳戶：

戶名：社團法人正念助人學會

銀行：臺灣銀行（嘉義分行）

銀行代碼：004

帳號：014-001-007542

2. 將轉帳或匯款資料、報名者完整姓名、匯款日期、時間、帳戶後五碼，透過 Email 或 line 告知本會秘書處。

3. 待本會秘書處回覆確認後，方代表報名成功。

(二)完成報名程序者，秘書處將邀您加入『2024MBHA 研討會與工作坊』Line 群組，以利後續聯絡。

(三)為響應環保，秘書處將以 Email 方式提供活動繳費收據、研討會研習證書、與工作坊研習證書。若需紙本研習證書者，需另支付行政工本費 300 元(含郵資)。

(四)若您是臨床心理師/諮商心理師/社工師，希望有機會申請繼續教育積分，您必須在 8 月 31 日(六)前完成報名程序，且同一領域積分認證申請人數有達 10 人以上，學會將協助在期限內免費代為申請，並於行前通知公告。逾時報名且未達人數則無法受理；倘若同一領域申請人數未達 10 人者，可向本學會申請電子研習證書後自行申請積分。

(五)若報名繳費完後，因個人因素而無法參與本活動，請於 9 月 30 日前(擇一方式處理費用事宜 (10 月 1 日(含)後恕不辦理退費)。

方案一、不申請退費。珍惜正念學習機會，將名額轉讓給親朋好友，並通知本會秘書處。

方案二、申請退費，將收取 20%行政手續費後，於活動結束後一個月內退款。

方案三、支持主辦單位推廣正念，將已繳之費用轉為捐款。

以上方案需於期限內辦理申請，並通知本學會秘書處，以便安排候補學員，感謝配合。

(六)若遇特殊狀況，例如：疫情、天災等，主辦單位有權另訂活動日期，並公告於「正念助人學會」Facebook 粉絲專頁和官網

FB 粉專：https://www.facebook.com/MBHA2015/?locale=zh_TW

官網：http://www.mbha.org.tw/index_tw.php

聯絡窗口正念助人學會秘書處

TEL：05-3628515

EMAIL：mbha0701@gmail.com

LINE ID：0980356545

社團法人正念助人學會

【數位時代下的身心安頓：找回失去的身心連結】學術暨實務研討會

注意事項：

- 1、 投稿壁報(poster)發表，「主要發表人」必須在接獲錄取通知並完成報名後，才具備發表資格。
- 2、 請在下面作者姓名中，用紅色標示「主要發表人」姓名。

論文題目			
發表方式	壁報(poster)發表		
作者	姓名	服務機關與單位 (就讀學校系別)	職稱 (年級)
第一作者			
合著者(第二、 第三、第四作者 依序而寫)			
通訊作者 (請在論文摘要 以*標註通訊作 者)	E-mail :		
	電話 :	手機 :	
	LINE 或 WeChat ID :		

聯絡窗口：正念助人學會 秘書處 電話：05-3628515 信箱：mbha0701@gmail.com

論文題目
作者一¹、作者二²、*作者三³
¹學校 系所 職級
²單位 職級
³單位 職級

背景與目的：內容以不超過A4一頁為主。版面邊界：上下 2.54 公分、左右 3.18 公分。內文由左至右直式橫書。行距為固定行高 20 點，中文字體請使用 12 號字標楷體書寫或英文字體請使用 12 號字 Times New Roman。

方法：行距為固定行高 20 點，中文字體請使用 12 號字標楷體書寫或英文字體請使用 12 號字 Times New Roman。

結果：行距為固定行高 20 點，中文字體請使用 12 號字標楷體書寫或英文字體請使用 12 號字 Times New Roman。

結論：行距為固定行高 20 點，中文字體請使用 12 號字標楷體書寫或英文字體請使用 12 號字 Times New Roman。

關鍵詞：關鍵詞 3 至 5 個，標楷體 12 號字粗體。

數位時代下的 身心安頓

找回 失去的 身心 連結



2024

學術暨實務研討會
第四屆第一次會員大會

10/19 (六)

08:30-16:00

中山醫學大學



正念助人學會
Mindfulness-Based Helping Association

主辦單位：社團法人正念助人學會
合辦單位：中山醫學大學心理學系