



(<https://share.google/zDEEaOXZV16puujn0>)

[Home \(index.php\)](#) / [最新新聞 \(catalog.php?type=latest\)](#) / [南華大學高等教育深耕計畫 AI浪潮下回歸自然 打造森林療癒學習場域](#)



[綜合新聞 \(catalog.php?type=catalog&catalog_id=5\)](#) [文教 \(catalog.php?type=catalog&catalog_id=16\)](#)

南華大學高等教育深耕計畫 AI浪潮下回歸自然 打造森林療癒學習場域

✎ [任禮清 \(catalog.php?type=author&author_id=36\)](#) 白 2026年六月十九日 6,067 觀看 4 分享

【記者任禮清/嘉義報導】南華大學「2026 山海安全機制教育論壇」系列活動首場，「戶外探索與森林慢活體驗 in 南華」隆重登場，透過森林療癒與戶外學習，強化參與者環境素養與生命教育實踐能力，並落實跨域學習與全人教育目標，結合戶外運動、自然生態、生命教育與健康促進。

活動以「森林療癒」為核心主軸，結合自然場域體驗與五感感知學習，引導參與者強化戶外安全知能與環境倫理意識；並透過正念練習與自然互動，促進身心調適與自我覺察，在深化人與自然連結的過程中，提升心理健康與壓力調節能力。

活動為南華大學高等教育深耕計畫之一，由體育運動發展處、總務處、運動與健康促進學士學位學程及社團法人台灣登山教育推展協會共同辦理，整合課程教學、戶外實作與專業師資資源，推動戶外教育課程發展，並強化大學社會責任與永續發展目標之實踐。

課程內容包含專題講座與實作體驗，「大山的呼喚」由總務長潘義祥教授主講，分享戶外探索經驗與山林生命體悟，引導參與者從自然環境中反思生命價值與生活態度；「生命之啟示與維護生命觀」則由社團法人台灣登山教育推展協會監事張舒涵主講，探討AI科技發展下的生命反思與自我成長議題，強調人在科技浪潮中回歸自然感知與內在價值的重要性。

森林療癒課程由亞洲體驗教育學會理事長謝宜蓉與啟宗心理諮商所諮商心理師廖婉汝、阮環雅共同帶領，透過五感覺察、正念呼吸與放鬆練習，引導參與者在自然場域中進行身心調適，學習運用環境資源促進情緒穩定與心理健康。參與者亦有第三人生高齡運動學程、75歲世界壯年運動會健力金牌選手官砥年女士共同參與，官砥年女士以自身經歷展現終身學習、健康老化與活躍人生之實踐成果，具體回應高齡社會下之教育與健康促進議題。

活動尾聲，參與者於自然環境中進行沉浸式體驗，透過森林場域互動與正念練習，體現森林療癒於身心整合與情緒調適之實質效益，並落實戶外教育與環境永續之教學目標。

南華大學校長高俊雄表示，戶外教育是學習的重要延伸，也是全人教育的實踐。本次活動透過戶外探索與森林慢活體驗，不僅讓參與者親近自然、體驗生命，也有助於培養環境倫理與身心平衡的能力，是實踐全人教育的重要途徑。學校也將持續推動跨域學習，期望培育具備健康身心與環境關懷能力的未來人才。



南華大學舉辦「2026戶外探索與森林慢活體驗 in 南華」引導參與者進行森林療癒體驗活動。(圖/南華大學提供)

[南華大學 \(catalog.php?type=tag&keyword=南華大學\)](#)

[森林療癒 \(catalog.php?type=tag&keyword=森林療癒\)](#)

[高等教育深耕計畫 \(catalog.php?type=tag&keyword=高等教育深耕計畫\)](#)

分享

f 0+

4+

(<http://line.naver.jp/R/msg/text/?南華大學高等教育深耕計畫 AI浪潮下回歸自然 打造森林療癒學習場域>
<https://www.kingtop.com.tw/detail.php?type=lastest&id=50815>)