

行政院人事行政總處公務人力發展學院南投院區
「前瞻講堂之名人講座」第42期場次表

題目	大腦與人生--幸福的智慧
主講人	洪蘭教授
日期	114年8月15日（星期五）上午10:10至12:00
地點	公務人力發展學院南投院區文教大樓國際會議廳
主講人及講題介紹	現任：台北醫學大學講座教授、 中央大學認知神經科學研究所講座教授 耶魯大學哈斯金實驗室資深研究員 學歷：台大學士，加州大學河濱校區實驗心理學博士 經歷：加州大學爾灣醫學院神經科及耶魯大學哈斯金實驗室博士後研究、聖地牙哥沙克生物研究所任研究員、加州大學擔任研究教授。1992年返台，先後在中正大學、陽明大學、中原大學任教，並為中央大學認知神經科學研究所創所所長。 著作：《講理就好》系列10本，《幸福的智慧》《如何跟上變化多端的世界》《進步一點點，人生就會不一樣》《該怎麼成就你的人生》《什麼才是人生最值得的事》《靜下來，才知道人生要什麼》《從大腦看人生》《從收穫問耕耘，腳踏實地談教育》《歡樂學習，理所當然》《見人見智》《教育創造未來》《自主學習，決定未來》《打開大門，讓世界進來》等39本。 講題：現代生活節奏快速，壓力無所不在，許多人在追求成就與效率的同時，卻忽略了大腦與內心的健康。講座以科學角度，深入淺出地說明，將融合實例、科學研究與生活經驗，幫助聽眾了解如何用科學的方法培養幸福，並學會在繁忙生活中照顧好自己的大腦與心靈。