

# 「激勵員工－提升心理正向能量」工作坊

## Workshop on “The Key to Positive Thinking”

要有效提升企業團隊的業績，工作中的正面動力及個人情緒的管理至為重要。廠商會特舉辦工作坊，解構壓力與工作不滿的關係，透過運用不同技巧提升個人及團隊的心理正向能量，使人與人之間的合作變得更順暢，以達至更佳績效。詳情如下：

日期：	2019年7月17日(星期三)	
時間：	上午9:30至下午5:00	
內容：	<b>第一部分：工作壓力、不滿情緒</b> <ol style="list-style-type: none"><li>情緒的基本概念<ul style="list-style-type: none"><li>情緒的定義</li><li>壓力、EQ和情緒的三角關係</li></ul></li><li>認識自己的情緒直覺<ul style="list-style-type: none"><li>你是左腦人還是右腦人</li></ul></li><li>情緒管理<ul style="list-style-type: none"><li>情緒與工作表現</li><li>如何聰明的運用情緒</li></ul></li><li>壓力是什麼<ul style="list-style-type: none"><li>產生壓力的來源</li><li>壓力的表現及反應</li></ul></li><li>壓力管理－認知篇<ul style="list-style-type: none"><li>你比壓力更 SMART</li></ul></li></ol>	<b>第二部分：提升工作動力的三步驟</b> <ol style="list-style-type: none"><li>與壓力共舞<ul style="list-style-type: none"><li>學習與壓力及情緒共存</li><li>瞭解如何發揮生命的正能量</li></ul></li><li>信念決定人生<ul style="list-style-type: none"><li>情緒管理的ABC法則</li><li>如何從改變信念到改變人生</li></ul></li><li>走向正能量生命<ul style="list-style-type: none"><li>目標之重要性</li><li>不斷提升的步伐</li><li>8個步驟決策人生</li></ul></li></ol>
地點：	廠商會培訓中心(中環干諾道中64號廠商會大廈23樓)	
語言：	廣東話	
費用：	港幣\$1,100(廠商會、品牌局會員)；港幣\$1,200(非會員)	
講者：	林國龍博士(Dr Dennis Lam)－持有教育心理學博士及工程管理碩士學位。專業工齡20年，曾為多間國際集團香港分公司擔任市場顧問；亦為香港多間大型機構、政府部門、機場地面貨運公司等及國內企業舉辦培訓講座及課程。	

有意者請進行網上報名(<http://www.cma.org.hk/tc/registration/94>)或填妥報名回條，傳真予本會(號碼：3421 1092/ 2815 4836)留座，後連同劃線支票(抬頭請寫「香港中華廠商聯合會」)於開課三天前寄交本會(地址：香港中環干諾道中64號廠商會大廈3樓)。如有查詢，請聯絡本會張小姐/林小姐(電話：2542 8635)。

主辦機構：

協辦機構：



香港中華廠商聯合會  
The Chinese Manufacturers'  
Association of Hong Kong



香港品牌發展局  
Hong Kong Brand  
Development Council



ITK MANAGEMENT LIMITED  
德健管理有限公司

香港中華廠商聯合會

傳真號碼：3421 1092/ 2815 4836

SER1

### 「激勵員工－提升心理正向能量」工作坊 報名回條

姓名：\_\_\_\_\_ (中文) \_\_\_\_\_ (英文)

職銜：\_\_\_\_\_ 電子郵箱：\_\_\_\_\_

公司名稱：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

聯絡人姓名：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_ 傳真號碼：\_\_\_\_\_

支票號碼：\_\_\_\_\_，合共港幣\_\_\_\_\_元 會員編號(如適用者)\_\_\_\_\_

注意事項：

閣下的個人資料將用作廠商會及德健管理有限公司日後課程推廣之用途；若閣下同意收到相關資料，請於方格內加上✓號。

\*備註：1.本會將以先到先得方法辦理報名手續，並以收到支票日期為準。2.本會將於開課前三天向成功報名人士發出確認函；本會有權拒絕未有確認函的人士上課。除課程已額滿或取消外，已繳費用恕不退還。3.若因臨時事故而未能出席者，可另派代表補替，惟必須於開課前通知本會。

\*\* 您收到這類關於香港中華廠商聯合會的活動消息，是因為廠商會的資料庫載有您的聯絡資料。貴公司可選擇以電郵 \_\_\_\_\_ (收件人：\_\_\_\_\_ )接收本會資訊，如 貴司日後不希望收到本會之宣傳單張，請填上傳真號碼 \_\_\_\_\_，傳真通知本會(地址：香港中環干諾道中64-66號廠商會大廈，電話：2542 8635，傳真：2815 4836)，本會需十個工作日處理。不便之處，敬請原諒。You are receiving this fax on our services and activities because your contact is in the database of The Chinese Manufacturers' Association of Hong Kong. If you do not want to receive our fax in the future, please write down your fax no. \_\_\_\_\_ and return to us by fax no. 2815-4836, address: CMA Building, 64-66 Connaught Road Central, Hong Kong, Tel: 2542 8635. We need 10 working days to process your request. Thank you.