



成功人生心理學

-如何運用心理學, 改變自己, 影響別人

W1105

課程簡介：

先燃點自己, 才能燃亮別人!

本課程是一個助你提升心理力量, 改變自己、改變別人的心理健康課程。要一生成功和快樂, 我們必須掌握自己, 也要掌握人生。課程目的是使參加者體驗和掌握正向的心理素質, 使能更有效主宰自己和發揮更大的生命力量, 活出成功和快樂人生。

本課程將會理論與實踐並重, 讓參加者體驗和深入了解自己性格、處理壓力和增強免疫力, 從而進一步掌握快樂及成功的方法。

課程目的：

學習及掌握「ICAN實踐心理學模式」, 達致以下效能：

- 深入了解自己, 達致「知己」的效果
- 了解和消除不快樂的心理因素
- 提升心理素質, 增強抗壓能力和心理堅韌力
- 了解影響家庭和諧的因素和改善方法
- 掌握維繫良好家庭關係的技巧
- 掌握改變家人的心理方法, 幫助配偶、子女和其他家人強化心理力量
- 了解同事、僱員心理及影響職場上人際關係的因素
- 更有能力維繫良好人際關係, 締造更和諧的職場氣氛提升工作效能, 強化人際關係, 令個人事業更成功
- 掌握幫助同事及僱員的方法, 激勵他們發揮個人才能, 提高工作效率

課程內容：

- 專業心理評估, 深入了解自我
- 通過「自我賦權」, 發揮正面的心理力量
- 改變自己, 駕馭挑戰
- 改變別人, 共同活出成功、快樂的人生

課程對象： 管理、督導、行政人員以及有興趣人士

學習方式： 講授、實用練習、學習案例、小組討論

授課語言： 導師以廣東話授課 並以中/英文講義作輔助

證書頒發： 凡完成課程者均可獲發出席證明

學習為期： 共30小時(每堂為6小時, 共5堂)

日期及時間： 2011年10月15,22,29日;11月5,12日, 逢星期六下午 2:30-8:30

上課地點： 澳門管理學院(地址:新口岸上海街175號中華總商會大廈9樓)

導師簡介:

袁煥珍小姐 工商管理碩士 MBA, Bsc (Mgt.), MinstAM

袁小姐具備超過十多年的行政、培訓、人力資源及管理經驗，曾擔任服務業及酒店業的部門主管、人力資源部經理、教育機構學系主管及心理學機構總經理等職位。多年來，她曾為中、港不同酒店及機構進行各類培訓，亦為「香港旅遊發展局」的“待客之道”培訓課程之指定導師。

她常以深入淺出的訓練手法帶出重點，提高學習的趣味性，當中更會運用心理學的元素，提升學員內、外潛能，是本院深受學員愛戴的導師之一。

學費: MOP2200; 10月10日截止報名

查詢或報名: 歡迎致電楊小姐,電話: 8296 0707; 傳真 2832 3267。
亦可登入學院網址 www.mim.edu.mo 瀏覽其他課程資料。

“Better
MANAGEMENT
for better future”



澳門管理學院
Macau Institute of Management

報名表格

專業課題 201
工·作·坊
Professional Workshops

工作坊編號: W-11-05 MMA 會員, 會員編號:

參加者姓名*: _____ (先生/小姐)
(請按身份證明文件填寫)

任職機構*: _____

部門*: _____ 職稱*: _____

手提電話*: _____ 其它聯絡電話: _____

聯絡人姓名: _____ 電話: _____ 傳真: _____

如欲收到本院的課程資料, 請填上 閣下的電郵地址: _____

如何得知本課程*: 報紙廣告 電子郵件 本院網站 其他 _____

* 必須填寫

上述個人資料, 本院只會用作報名登記、行政、統計及市場分析等用途。一切資料將會受到保密。

付款方法

- 現金 MOP _____
 支票 MOP _____
銀行名稱 _____
支票號碼 _____
支票抬頭請寫 “澳門管理學院”