

ST1295JN：有效自我激勵・為自己加油

日期及時間 2022年11月22日(二) 下午14:30-17:30, 3小時

對象 適合從事任何行業的人員參加

顧問 吳海泉先生 (Mr. Johnny Ng)

前言

現實世界充滿矛盾對立，不可預知，工作及生活均充滿挑戰及壓力，挫敗及氣餒不斷出現，但每個人都仍需要繼續「跑」及面對競爭，而失敗者畢竟佔大多數，如何為自己加油已經是一種求生的學問，亦是必須要養成的習慣，如何「跑得遠，跌得型」是一種智慧。

課程介紹

1. 新冠疫情給予你最大的啟示？
2. 相信科學，時刻保持正面樂觀
 - 增強快樂賀爾蒙（安多酚）的四個習慣
3. 建構不一樣的思維
 - 掌握「谷」與「峰」的理念
4. 重燃你的工作熱誠
 - 如何面對熱情殺手
 - 如何管理心理能量
5. 加強「導向」的能量
 - 不要失去「期盼」→ 了解吸引力法則
6. 典範的能量 → 向典範借力
 - 丹素華盛頓 (Denzel Washington)教你如何「向前跌」
7. 如何增強你的回彈力



原價：HK\$850

費用 早鳥優惠：HK\$750 (開課前兩星期報名)

會員優惠：每位可減 HK\$50 (只限網頁會員於早鳥時段透過網站報名)