

教育及培訓

工作坊

管理「腦朋友」



HONG KONG
RETAIL MANAGEMENT
ASSOCIATION
香港零售管理協會

[英文版](#)



在高壓忙碌的工作環境下，個人的情緒健康經常被忽視。由於身心需求沒有得到合適的支援，很可能會使員工的工作表現下降、決策不當、溝通不良、又或同事之間的關係緊張等。

其實每個人都有自己的「腦朋友」——影響著日常各種的情緒、思想、行為和身心反應。是次工作坊希望讓參加者更了解自己和他人的情緒和思想運作，從而能有效處理情緒帶來的煩擾和提昇在職場間的情緒智商。

2015 年 10 月

20

[網上報名](#)

[更多其他活動](#)

講者	郭廣輝先生及陳玉清女士 浸信會愛羣社會服務處資深社工
語言	廣東話
日期	2015 年 10 月 20 日 (星期二)
時間	上午 9:30 至下午 5:30
地點	香港零售管理協會會議廳 香港銅鑼灣禮頓道 33-35 號第一商業大廈 10 樓
費用	<ul style="list-style-type: none">• 身心健康檢測• 從身體認識情緒• 十種常見的負面思想• 如何與不同的情緒——「阿燥」、「阿愁」、「阿驚」、「阿憎」和「阿樂」和平共處？• 如何在職場間應對「暴躁型」、「悲觀型」、「驚青型」的人？• 小組討論及互相交流
費用	- 個人聯席會員 – 每位\$150 - 公司會員及公司聯席會員 – 每位\$250 - 非會員 – 每位\$400 按此申請成為會員 2015 年下半年個人聯席會員會費只需\$500
報名方式	2015 年 10 月 16 日
查詢	電話：2866 8311 傳真：2866 8380 電郵：event@hkrma.org 吳小姐



工作坊：管理「腦朋友」

截至日期：2015年10月16日

致：香港零售管理協會 | event@hkrma.org | 傳真: 2866 8380

報名表格

本公司提名以下人士出席 2015 年 10 月 20 日(星期二)『管理「腦朋友」』工作坊。

參加者(1) :	_____	參加者 (2) :	_____
職位 :	_____	職位 :	_____
公司 :	_____	公司 :	_____
電話 :	_____	電話 :	_____
電郵 :	_____	電郵 :	_____

是否協會會員? 參加者 1/參加者 2*是個人聯席會員(\$150) 公司會員(\$250) 公司聯席會員(\$250)
非會員 (\$400) *請刪除不適用的選項

報名方法

- 請填妥報名表格，以傳真或電郵方式交回協會。
- 請在支票背面寫上公司及活動名稱，並於連同報名表格寄回協會(支票抬頭：香港零售管理協會有限公司) 支票 HK\$ _____ (支票號碼: _____)
- 郵寄地址：香港銅鑼灣禮頓道33-35號第一商業大廈7樓

備註

- 活動名額有限，以先到先得方式安排。在收到報名表後，協會將向聯絡人發出電郵，以確認收到閣下的報名表格。如有關申請未被接納，本會將個別通知有關人士。
- 費用須於截止報名日期前繳交，否則報名無效。報名一經接納，本會將於活動舉行日期前最少2天，向成功申請人士發出 電郵確認書。
- 報名一經接納，概不退款。
- 如欲將參加名額轉讓予他人，必須於活動前3個工作天以書面通知協會。
- 如活動當日上午7時或以後仍然懸掛八號颱風信號或以上 / 黑色暴雨警告信號，全日活動 (9:30am-7:00pm) 及上午活動 (9:30am-1:00 pm)將會取消。當日下午1時或以後仍然懸掛八號颱風信號或以上 / 黑色暴雨警告信號，下午活動 (2:30pm-7:00pm)將會取消。如活動被取消，協會將視乎情況而決定是否另行舉辦，並保留一切最終決定權。

聲明

表格內提供的個人資料會用作舉辦上述講座之用。香港零售管理業協會擬把你於此表格內提供的個人資料(即姓名、公司名稱、職位、電郵地址、公司地址、電話及傳真號碼)用作分派協會的通告、刊物、研究資料、市場資訊；推廣協會的周年活動、研討會、講座、簡報會、會議、獎項計劃、培訓計劃及服務，以及由協會的合作夥伴所舉辦的同類活動的目的，但協會在未得你的同意前，不會如此使用那些資料。如閣下不希望繼續收到協會的資料，請以書面通知協會(電郵:membership@hkrma.org 或 傳真:2866-8380)。如你希望查閱或改正協會持有關於你的個人資料，請聯絡吳小姐，通訊地址為香港銅鑼灣禮頓道 33-35 號第一商業大廈 7 樓。

本人同意 / 不同意 協會使用上述的個人資料作上述宣傳推廣用途。