

主辦單位



澳門管理專業協會  
Macau Management Association

資助單位



澳門基金會  
FUNDAÇÃO MACAU

# 專題工作坊 職場心理紓壓 與提昇情商

2024年10月19日(六)  
10:00-13:00及14:30-17:30

## 簡介：

日常工作和生活所遇到的人和事都是衝擊情緒的源頭，波動的情緒不但影響工作表現及團隊績效，同時影響個人健康及人際關係。要成為情緒管理高手，不是壓抑你的情緒，而是教你如何由內到外調適觀感與體驗，保持正面和積極的態度，成為更好的自己，提升工作績效和人際關係。

導師： 薛巧鳳小姐

臨床心理學碩士

註冊心理治療師

澳門管理專業協會培訓導師

個別輔導及治療、心理評估及測驗、團體輔導及治療、心理衛生教育  
(課程、講座及工作坊)、身心健康研究

對象：對主題感興趣之人仕

編號：WSP022-001/2024

地點：澳門管理專業協會

費用：澳門元 100 (MMA 會員)  
澳門元 120 (非 MMA 會員)

證書：全程出席者，可獲出席證明

報名請至：



備註：

1. 工作坊開辦與否須視乎收生人數，本會保留取消或延期的權利。
2. 已繳之費用恕不退還 (工作坊未能開辦或改期除外)。

“Better  
MANAGEMENT  
for better future”  
卓越管理 締造未來

電話：(853) 2832 3233

電郵：[training-adm@mma.org.mo](mailto:training-adm@mma.org.mo)

地址：澳門新口岸上海街一百七十五號中華總商會大廈九樓

Facebook：[www.facebook.com/mimedumo/](https://www.facebook.com/mimedumo/)