|

|  |
| --- |
| 高雄市政府公務人力發展中心 |
| 102006「壓力與情緒管理研習班(一)」課程表 |
| 受訓日期：102/9/24 共 6小時 |

 |
| 上課日期(星期) | 上課時間 | 課目名稱 | 任課講座 | 時數 |
| 102/9/24(二)  | 09:00|09:10 | 始業式暨班務說明 |  | 研究組 | 0 |
| 09:10|12:00 | 壓力調適與溝通技巧 | 黃順成  | 傑出人才養成公司總經理 | 3 |
| 13:40|16:30 | 情緒管理的藝術--從繪本(電影)中提升生命能量 | 陳瑢娟  | 台南市生命線協會主任 | 3 |
|

|  |
| --- |
| 附註： |
|   | 一、本中心地址：高雄市左營區崇德路801號二、上課教室：本中心教學區3樓301教室三、本班聯絡人：研究組陳琬喻，電話：342-2101 轉505

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 四、下課時間： | 10:00-10:10 | 11:00-11:10 |
| 14:30-14:40 | 15:30-15:40 |

五、用餐午休：12:00-13:40  |

 |