

個人能力及領導訓練

個人成長

- 身心健康行動計劃
- 擁抱新挑戰
- 高效壓力管理
- 卓越的表達技巧

人際效能

- 與具挑戰性人士之相處技巧
- 以心培養客戶關係
- 與長者溝通的說話技巧
- 正向心理團隊訓練@有機農場
- 正面處理投訴技巧
- 衝突化解策略

領導能力及管理技巧

- 教練式領導技巧
- MBTI 領袖專門訓練
- 權力以外的影響力

職場壓力處理技巧

- 正向心理學
- 靜觀與正念
- 掌管你的思維
- 有效情緒調節@職場
- 預防、評估及處理暴力事故

專業進修

精神健康基本概念及知識

- 復元概念
- 精神健康與異常
- 認識精神科藥物
- 濫用藥物及成癮行為
- 兒童及青少年精神健康
- 長者精神健康
- 男性與女性精神健康

專業介入手法及工作技巧

- 精神健康急救(關懷青少年版)
- 處理危急精神科事故
- 職業康復服務
- 社區精神健康服務及資源

332 Nam Cheong Street, Kowloon, Hong Kong 香港九龍南昌街三三二號
TEL 電話 | (852) 3552-5204 FAX 傳真 | (852) 3552-5393
Email 電郵 | institute@nlpra.org.hk
Website 網址 | http://www.nlpra.org.hk/b5_institute_course.php

我們可按照 貴機構所屬之行業、員工的培訓需要，度身設計適切的培訓或活動，以一次性或一系列的形式，如工作坊、講座、研討會、日營或專業培訓課程等，以配合不同部門和不同職級的員工的需要。如有興趣作進一步了解，歡迎致電聯絡我們。

有效情緒調節@職場

遇上不如意的人和事，往往令人不好受，心情不爽而容易在小事上憤怒了。長期受壓，沒有良好的身心休息，負面情緒積壓起來，當到了不能承受時，憤怒情緒往往會向外發洩。憤怒不但苦了自己，若處理不當，對身邊的人也會帶來傷害，影響了彼此的關係，日後便需要更多的時間和心思去修補。

職場篇

當員工出現不良情緒時，若學會培養調節情緒的能力，不但可保持個人樂觀心態，將良好的情緒帶到工作中，並感染其他同事，如提昇至機構層面，可令各部門同事合作得更愉快，增強完成任務的能力，最終提高整體工作效率及質素，對機構管理方面亦產生理想的效果，達至雙贏局面。

培訓內容

- 甚麼是情緒
- 憤怒是甚麼？憤怒情緒的循環
- 各種憤怒的表達形態
- 職場情緒的調整技巧
- 職場個案分享
- 員工個案分享



正向心理團隊訓練@有機農場

個人的力量有限，在處理重大或突發任務時，需要花上的時間、精力及資源一定不少。因此在群體社會中，分工合作去處理任務是發揮協同效應的最佳方法。但如果沒有建立一隊具有凝聚力的團隊，成員未能展示個人的優勢，目標欠清晰，任務最終完成，但過程並不愉快，流失率亦相對增加。因此，培養團隊的凝聚力及協作力是非常重要的。

職場篇

若能夠在工作環境以外了解甚麼是正向心理學，以有機農場為模擬團隊合作的試練場地，再配合精彩活動如品味香茶、庭園拾趣、有機探賞、有機製作等，可讓員工在一個全面放鬆的最佳學習狀態下體會正向心理對團隊合作的重要性及力量，同時亦為員工提供多一些身心健康資訊，最終達至訓練的重要目的-締造目標一致、上下一心的團隊。



培訓內容

- 建立正向團隊的要點
- 發掘正面情緒及運用自身優點於日常工作中
- 員工相互協作力量的有效提升
- 學習欣賞及包容別人



Training Enquiry Form 培訓查詢表格

To cater for the needs of specific audience, we are pleased to provide customized training with matched objectives and format to your organization/company. Please fill in the form and fax to (852) 3552-5393. 為配合不同服務機構/公司的訓練需要,我們可為 貴機構/公司提供不同類型的訓練主題及模式。歡迎 貴機構/公司填妥以下表格及傳真至 (852)3552 5393。

(1) Training Topic (Please tick your 2 preferred choices) 培訓題目(請「✓」最多兩項代表你期望的訓練主題)

Mental Health Concepts and Knowledge 精神健康基本概念及知識		Professional Intervention Approaches and Skills 專業介入手法及工作技巧	
☐ Mental Health Recovery 復元概念 ☐ Positive Psychology 正向心理學 ☐ Mental Health & Mental Disorders 精神健康與異常 ☐ Psychotropic Drugs 認識精神科藥物 ☐ Drug Abuse & Addiction 濫用藥物及成癮行為 ☐ Childhood & Adolescent Mental Health 兒童及青少年的精神健康 ☐ Elderly Mental Health 長者精神健康 ☐ Men's & Women's Mental Health 男性與女性精神健康		☐ Mental Health First Aid (Youth) 精神健康急救(關注青少年版) ☐ Handling Psychiatric Emergencies 處理危急精神科事故 ☐ Prevention, Assessment & Handling of Violence 預防、評估及處理暴力事故 ☐ Emotion Regulation 情緒調節 ☐ Mindfulness 靜觀與正念 ☐ Vocational Rehabilitation Service 職業健康服務 ☐ Community Mental Health Care Service and Resources 社區精神健康服務及資源	
Personal Growth 個人成長	Interpersonal Effectiveness 人際技能	Leadership & Management 領導能力及管理技能	
☐ WRAP 身心健康行動計劃 ☐ Mastering Your Mind 掌管你的思維 ☐ Effective Stress Management 高效壓力管理 ☐ Influencing without Authority 權力以外的影響力 ☐ Professional Presentation 卓越的表達技巧 ☐ Embracing New Challenges 擁抱新挑戰	☐ Dancing with People of Difficult Personalities 與具挑戰性人士之相處技巧 ☐ Foster Customer Relationship with Heart 以心培養客戶關係 ☐ Communication Skill for the Elderly 與長者溝通的說話技巧 ☐ Positive Complaint Handling 正面處理投訴技巧 ☐ Positive Psychology Team Building @ Organic Farm 正向心理團隊訓練@有機農場 ☐ Conflict Resolution 衝突化解策略	☐ Coaching Leadership 教練式領導技巧 ☐ MBTI for Leadership Development MBTI領袖專門訓練 ☐ Others, pls. specify 其他,請註明: _____ _____ _____	

(2) Training Format (Please tick your required items) 培訓模式(請「✓」你所需要的項目)

Session 培訓節數	Venue 地點	Date & Time# 培訓日期及時間#
☐ Half-day 半日 ☐ One full day 一日 ☐ One & a half day 一日半 ☐ Two full days 兩日 ☐ Others, pls. specify 其他,請註明: _____	☐ JCNLIPR 本學院 ☐ Provided by the requesting organization/company 受訓機構/公司提供場地 ☐ Others, pls. specify 其他,請註明: _____	1st Choice 首選: _____ time from 時間由 _____ to 至 _____ 2nd Choice 次選: _____ time from 時間由 _____ to 至 _____ 3rd Choice 季選: _____ time from 時間由 _____ to 至 _____

(3) Background Information for Target Group 受訓對象背景資料

Business Sector 行業類別	Target 受訓對象
For Education Institution / School 教育機構/學校:	☐ Teacher (Primary/Secondary) 老師(小學及中學) ☐ Tertiary Students 大專生 ☐ Tertiary Teaching Staff 大專教職員
For NGO 非政府機構:	☐ Frontline Personnel (pls. specify service nature) 前線員工 (請註明服務性質: _____) ☐ Professional (pls. specify professional area) 專業同工 (請註明專業範疇: _____)
For Government Department 政府部門:	☐ Civil Servant (pls. specify government department) 公務員 (請註明政府部門: _____)
For Corporate 商業機構:	☐ Corporate Staff (pls. specify business nature) 商業機構員工 (請註明業務性質: _____)
☐ Others, pls. specify 其他,請註明: _____	

No. of People* 受訓人數*: _____ Other Information (e.g. medium of instruction) 其他補充資料(例:教育語言): _____

* At least 15 people for each session 每節受訓人數為十五人或以上

(4) Contact Details 聯絡方法 Contact Person 聯絡人: Mr./Ms. 先生/女士 _____

Organization/Company Name 機構/公司名稱: _____

Contact Number 聯絡電話: _____ Email 電郵地址: _____

☐ I agree 本人同意	New Life Psychiatric Rehabilitation Association to use my personal data for promotion of services, events, fund-raising, volunteer recruitment, training courses, products and opinion collection, etc.
☐ I disagree 本人不同意	新生精神康復會使用本人之個人資料向本人發放有關服務、活動、籌款、義工招募、培訓課程、產品及意見收集等推廣資訊。
Signature 簽署: _____	Date 日期: _____