

2023 幸福講座-「職場溝通與紓壓」講座

2023/08/18

為了持續推動員工培育，提供員工自我啟發及擴展知識領域的學習機會，金山電自 2022 年起規劃與推動「幸福講座」系列，不定期邀請外部專業講師到公司進行相關主題的分享，讓員工有機會聆聽及學習到更多元、更豐富的觀念與做法，進而提升個人在工作上及生活上的知識與技能。

08/18 幸福講座的主題為「職場溝通與紓壓」，講師張翠華女士，張老師為輔仁大學社會工作碩士及資深社會工作師(國家考試通過)，現職為桃園市生命線協會主任、桃園市衛生局心理衛生及毒品防治委員、新北市心理衛生及毒品防制中心外聘督導、北宜基就業服務中心多元服務方案審查委員。本次講座的講題包含了 1.職場溝通的重要性。2.如何增進溝通技巧。3.提升情緒與壓力管理技巧等三項重點，張老師學經歷背景佳，授課方式幽默風趣，擅長以案例方式引導學員了解課程重點，授課過程中樂於交流互動，讓同仁留下深刻的印象也學習到很多實用的溝通觀念與技巧，未來可以應用在工作及日常生活當中。



