



SIY正念情商暨 領導力訓練課程

讓您提升專注力、減少壓力、增加工作表現、發揮領導力及改善挫折復原力。

SIY

Search Inside Yourself

mindful

SIY 課程是由 Google 開發，由 Google 元老級的員工「陳一鳴」，與EQ大師「丹尼爾·高曼」、科學家「理查·戴維森」等人共同創辦，其中亦融入了「喬·卡巴金」的正念減壓課程(MBSR)精髓。

上課資訊



日期：11/23、11/30、12/7、12/14

時間：每週三 5:15PM ~ 8:45PM

地點：桃園市育達高中

參加人員：歡迎會員學校會員及親友踴躍參加

費用：免費(費用由育達高中贊助)

師資：SIY美國官方認證師資授課

學員名額：20名

研習時數：完成所有課程者發給研習證明及研習時數12小時

報名網址: <https://reurl.cc/deVo3M>



桃園市平鎮區教育會
Taoyuan Pinzhen Education Association

Taoyuan Yuda High School
桃園市育達高中

search inside yourself
certified teacher