

协会动态

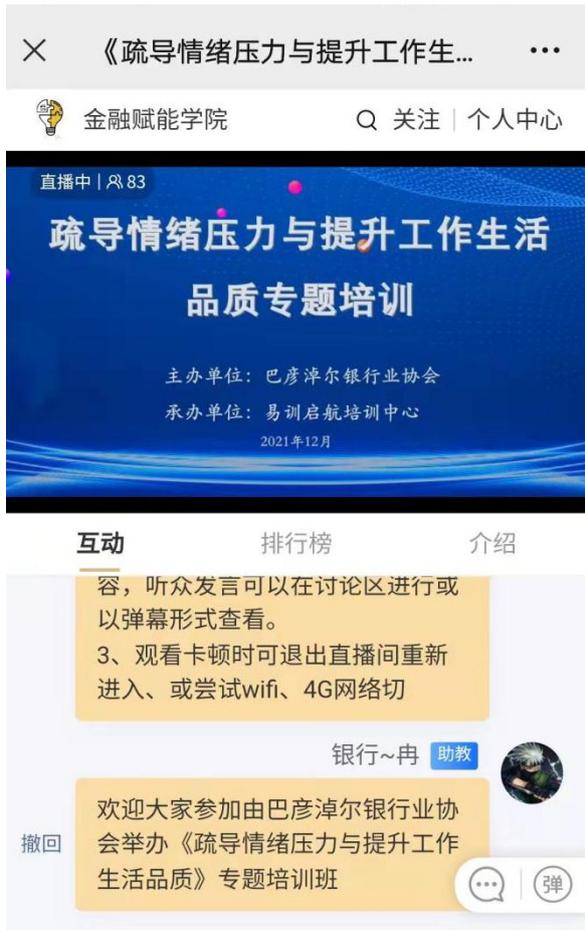
2021 第 18 期

巴彦淖尔银行业协会秘书处

2021 年 12 月 16 日

巴彦淖尔银行业协会举办疏导情绪压力 与提升工作生活品质线上培训

岁末年尾，在各会员单位进入业务冲刺、迎接开门红之际，为帮助会员单位工作人员缓解压力，增强自我心理保健能力，学会合理排解与释放压力，以更好的精神面貌投身于工作，2021 年 12 月 16 日，巴彦淖尔银行业协会组织各会员单位开展了以“疏导情绪压力与提升工作生活品质”为主题的线上直播培训，各会员单位员工积极参与，直播间观看人数 1300 余人次。课程还设置了 15 天回看时间，会员单位可根据时间安排在回看期间任何时间进行学习。



授课老师从修炼自我的情绪力，塑造职场幸福力、改善职场压力，塑造健康积极阳光心态、洞悉人性，改善团队沟通协作能力三个方面展开讲解。期间，老师穿插多个案例与多个视频分享解析，跟学员分享了多个舒缓情绪与减压的小方法，学员积极参与互动，本次线上培训旨在帮助会员单位员工有效释放工作生活压力，并取得了各会员单位认可，达到了预期培训效果。

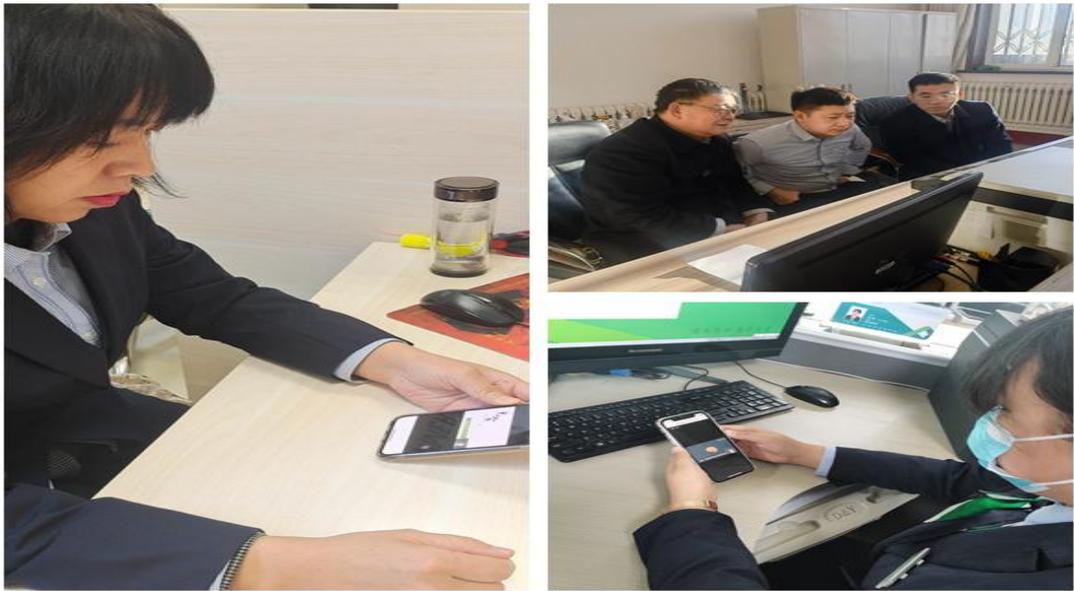
部分会员单位观看情况



乌拉特村镇银行集中观看



河套农商银行集中观看



陕坝农商银行组织分支行学习



磴口县联社组织分支机构学习

发送范围：巴彦淖尔银保监分局、各会员单位、内蒙古银行业协会。

编辑：杨超

联系电话：0478-2670390

(共印2份)
