



# 內部培訓

## “壓力及情緒管理”課程

5至6月期間，本局為約100名前線警務人員舉行了4班“壓力及情緒管理”課程，由許國杰導師主講。課程結合輕鬆有趣的集體活動，引導學員了解及控制自己的情緒、自我激勵及維繫共融的人際關係的技巧。



學員對課程非常投入