

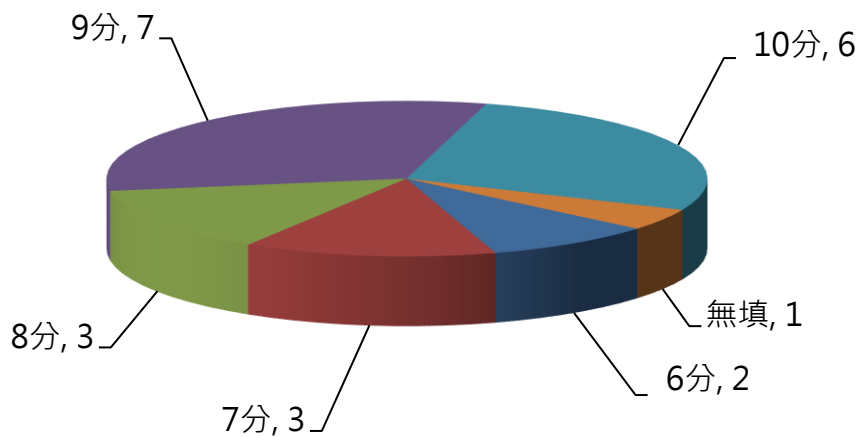
自尊創高峰

Self-Esteem & Peak Performance

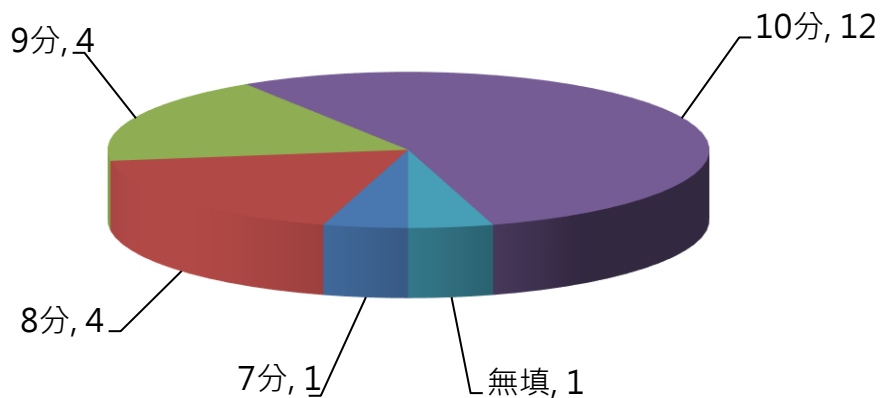
22, 25, 29 October & 29 November, 2018

時間及環境上的安排

極不滿意			一般				極滿意		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



整個課程資料的啟發性



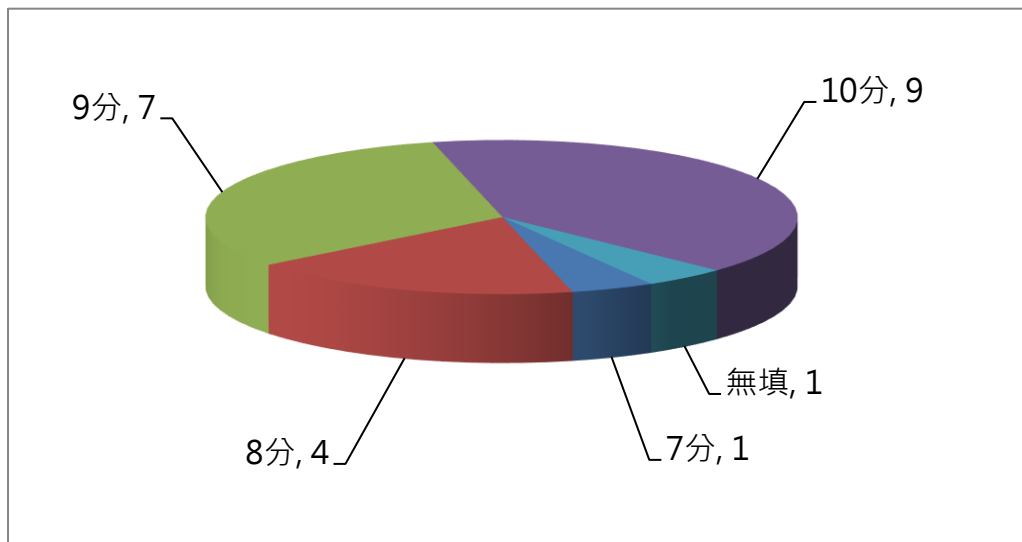
自尊創高峰

Self-Esteem & Peak Performance

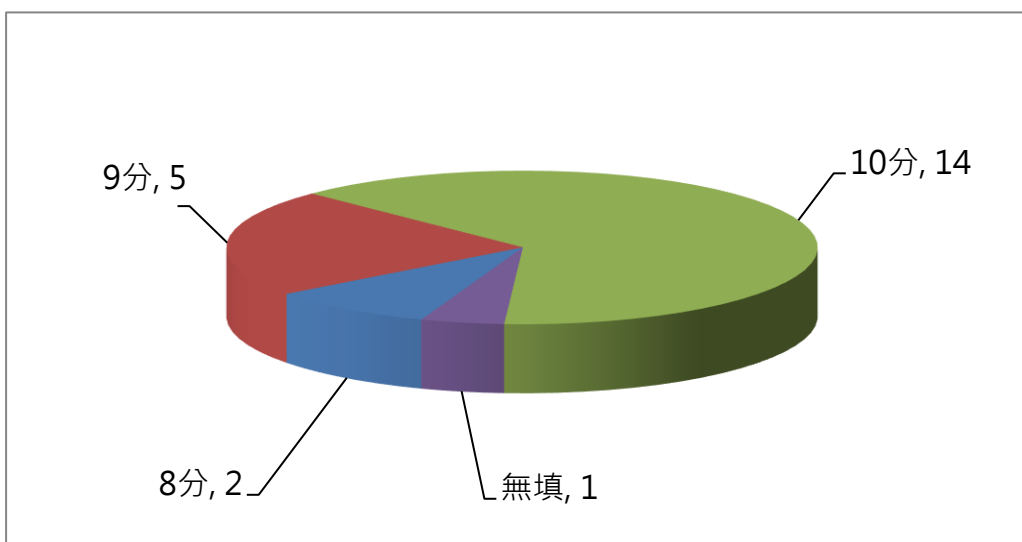
22, 25, 29 October & 29 November, 2018

整個課程內容的實用程度

極不滿意			一般				極滿意		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



講者的達能力、風格和態度



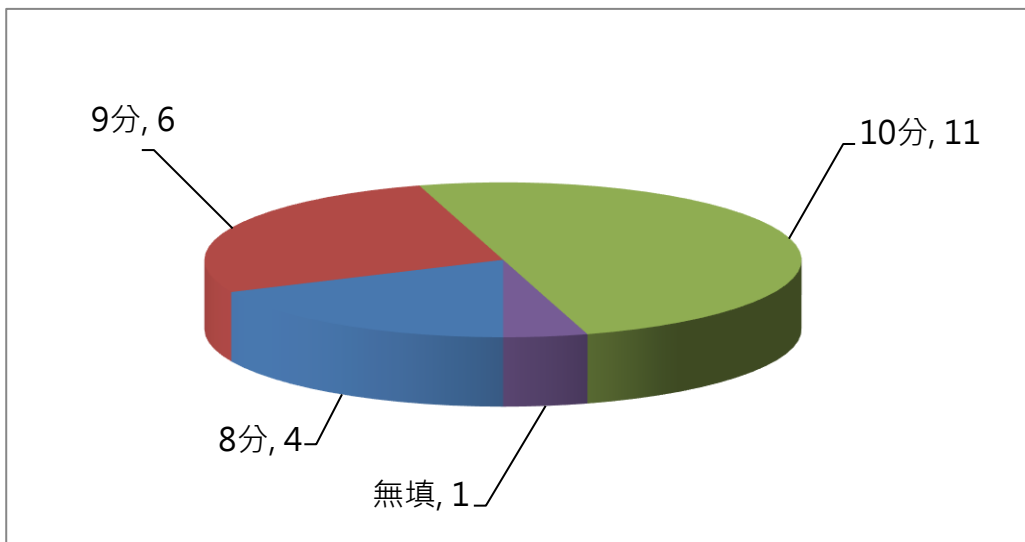
自尊創高峰

Self-Esteem & Peak Performance

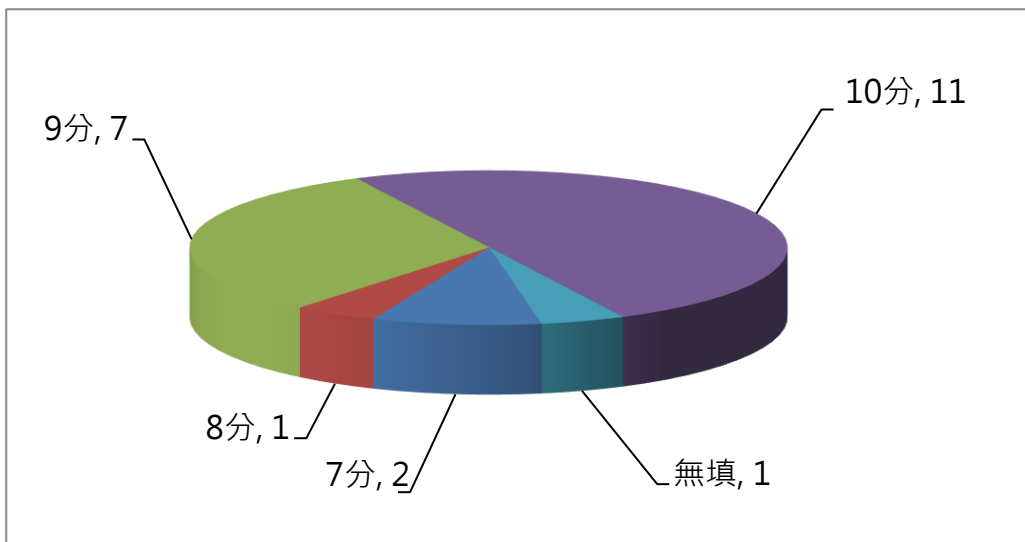
22, 25, 29 October & 29 November, 2018

講者解答問題能力

極不滿意			一般				極滿意		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



整體評分

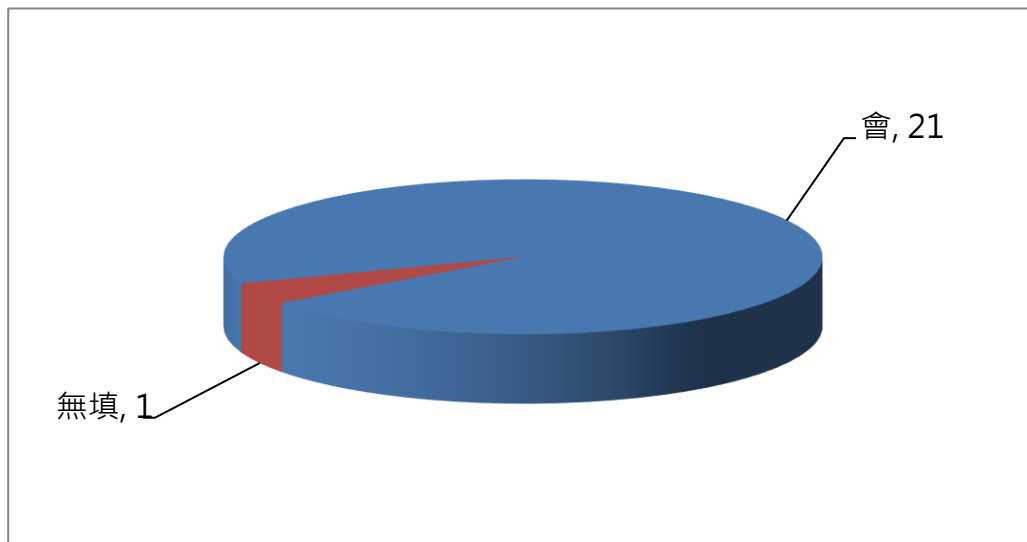


自尊創高峰

Self-Esteem & Peak Performance

22, 25, 29 October & 29 November, 2018

會否推介別人參加此課程



我最欣賞這個課程的是：

- * 30天的自尊練習，直視自己的處境，好深刻。一個有方向的內省操練，猶如做運動，起初痛苦，但確需要與必要。
- * 講師用不同形式、手法和演說，教會了我更多工具去面對和改善我嘅人生。
- * The insightful advices from Dorothy. Made me deeply reflect on my behaviors
- * 令我更加自我反省自己以前不想面對的問題。
- * 教的東西十分實用，有可以實踐的地方，而非虛說。
- * 生活化，Dorothy生動演譯、令生命有所refresh。
- * 以前我對自尊只有模糊概念，現在我知道它的詳細(六條支柱)和如何做到。
- * 我最欣賞講者的非常清晰及生動。
- * Dorothy的經驗分享及第四課的內容。
- * Feedback.
- * 令我深入了解自我性格，重新認識自我。
- * 第四課。
- * It makes me realize what I like.
- * Dorothy有趣的教學。
- * The last section i.e. today's topic. The logic of high self-esteem people.
- * 提升高自尊、欣賞自己、肯定自己。
- * 要做三十天記錄。
- * To learn more about myself. To "know" myself.

自尊創高峰

Self-Esteem & Peak Performance

22, 25, 29 October & 29 November, 2018

整個課程啟發我作出以下的新行動：

- * 操練自尊練習100天，另外"驚"都要行動，從行動中修正及成長。
- * Forward.
- * Self-reflection, take responsibility, development.
- * 我會感恩、感恩，再感恩。
- * 會繼續寫日記，提升自身的自尊心。
- * 行動想做的事。
- * 以後用工作紙的問題提醒自己，我以後教導學生時也更有信心啟發他們的自尊。
- * 對媽媽改變態度。
- * 思考自己人生目標。
- * 知己知彼。
- * 改變自己性格，了解自己多點。
- * Not to be moved by people with self-esteem around me.
- * 要接受自己的父母；放下。
- * Take action and accept of fear.
- * 做一個高自尊的人、正面、積極處理事情。
- * 反省自己。
- * To be loved, must love yourself, then to love others.

其他意見或回應：

NIL.

自尊創高峰

Self-Esteem & Peak Performance

22, 25, 29 October & 29 November, 2018

對以下課程有興趣

