

【共好導航、樂在工作】 課程綱要

一、【和善與共好】

1. 以松鼠的精神、海狸的方式和野雁的天賦正面、積極的態度，面對工作，並自我創建工作的意義與價值。
2. 整～通～學～諮四字箴言。
3. 學會尊重，與人合作。
4. 團隊好，才是好。

二、【時間 vs 機會】

1. 許多的機會只有一次。
2. 掌握時間，較能擁有機會與契機。

三、【熱情是精神提振良方】

1. 工作熱情就是價值。
2. 不滅的熱情($E=MC^2$)，這個公式說明熱情(Enthusiasm)等於任務(Mission)乘以現金(Cash)與喝采(Congratulations)。

四、【培養能力，面對挑戰】

1. 升值 vs 升職。
2. 學習與否，兩者魅力差別會在十年、二十年後完全不一樣。
3. 技能 vs 修養。
4. 保持好奇心，增進創造力。
5. 學習面對改變。

五、【身心調劑，增強耐力】

1. 先解決心情，再解決事情。
2. 身心平衡，在工作中創造幸福感。
3. 一個人內涵，與他生活作息相關。