

曉士頓中國教會 職場團契

如何處理工作生活壓力

地址：曉士頓中國教會小禮堂 (Chapel)

10305 South Main, Houston, Texas 77025

時間：01 月 13 日星期六 6:00 PM - 7:00 PM (愛宴)

7:00 PM- 8:30 PM (聚會)

聯絡： 徐律 (Lu Xu) 713-582-0923, xu_lou@hotmail.com

俞澤 (Paul Yu) 832-524-6079, paulzyu@yahoo.com

講員：王天健

(曉士頓中國教會中文牧師)

在步調緊湊的生活當中，我們每天都要應付來自四面八方的挑戰，更需要承擔各種責任而伴隨的壓力，使得我們有時身心疲憊，感覺快要被重擔壓垮。作為基督徒，我們該如何處理工作與生活中種種的壓力，聖經又如何教導我們去面對這一切？讓我們一起來思考並尋求神的智慧。

1. 壓力的症狀危機
2. 壓力的來源起因
3. 壓力的應對原則
4. 壓力的處置措施