

OBJEKTIF

Selepas menghadiri program latihan ini, peserta dapat pengetahuan dan teknik mengatasi tekanan di tempat kerja

KANDUNGAN

- Pengenalan Tekanan Kerja
- Punca dan Kesan Tekanan di Tempat Kerja
- Teknik Mengatasi dan Menangani Tekanan
- Pengurusan Masa
- Keseimbangan Kerjaya dan Kehidupan

KUMPULAN SASARAN

- Pegawai pelbagai jawatan Gred 11 - 40 di JPPH Malaysia

METODOLOGI

- Syarahan
- Main Peranan

KURSUS PENGURUSAN TEKATAN

TARIKH

12 – 14 Oktober 2020

TARIKH TUTUP PERMOHONAN

28 September 2020

TEMPAT

Institut Penilaian Negara (INSPEN)



Institut Penilaian Negara (INSPEN),
Jabatan Penilaian dan Perkhidmatan Harta,
Kementerian Kewangan Malaysia,
Persiaran INSPEN,
43000 Kajang, Selangor.
No. Telefon : 03-89118800 / 8888
No. Fax : 03 - 89258100 (Pejabat Pengarah) /
03-89223891/03-89257219 (Latihan)



Membina Organisasi Berilmu

TEMPOH

- 3 hari

YURAN PENDAFTARAN

- RM 25.00

SIJIL

- Sijil hanya dikeluarkan berdasarkan kehadiran penuh 100%

PERMOHONAN

Permohonan hendaklah dibuat melalui Ketua Jabatan masing-masing secara *on-line* menerusi laman sesawang: <http://www.inspen.gov.my> atau <http://myapps.inspen.gov.my/spml/portalApp/loginForm.jsp>

PERTANYAAN

Sekiranya terdapat sebarang pertanyaan, sila hubungi INSPEN di talian telefon 03-8911 8800 atau Faks 03-8925 7219 atau emel kepada pegawai / staf berikut :

- En. Aminuddin bin Hussein
Samb. 1168 / emel: aminuddin@inspen.gov.my
- Pn. Noranizah binti A Bakar
Samb. 1209 / emel: noranizah@inspen.gov.my
- Pn. Azmaliza binti Idrus
Samb. 1214 / emel: azmaliza@inspen.gov.my