



POSITIF: Nur Iman (dua kanan) dan Mas Adi (tiga kiri) bersama peserta ceramah bertajuk 'Minda Positif, Emosi Sejahtera'.

UNIVERSITI MALAYSIA SABAH

UMSKAL anjur program sempena National Training Week

UB 28.06.2024 P.04

LABUAN: Seramai 30 peserta menjayakan ceramah program sempena National Training Week (NTW) 2024 di Bangunan Menara Universiti Malaysia Sabah Kampus Antarabangsa Labuan (UMSKAL) pada Rabu.

Mereka terdiri daripada kakitangan dan pelajar UMSKAL serta orang awam yang berminat.

Ceramah bertajuk 'Minda Positif, Emosi Sejahtera' yang bermula pukul 9.30 pagi itu disampaikan oleh Pegawai Psikologi Kanan UMSKAL,

Nur Iman Reedzal.

Nur Iman berkata pada akhir sesi, peserta akan dapat memahami kepentingan kesejahteraan minda positif, emosi dan mental.

Selain itu, katanya, berupaya meregulasi emosi dan kemahiran gaya daya tindak dengan baik.

"Semoga kursus singkat itu akan meningkatkan motivasi kakitangan dan pelajar ketika melakukan kerja seharian sama ada di pejabat mahupun di bilik kuliah," katanya.

Ceramah yang berakhir

pukul 11.40 pagi itu dianjurkan Sektor Hal Ehwal Pelajar dan Alumni (SHEP) dengan kerjasama Sektor Pentadbiran dan Sumber Manusia (SPSM) UMSKAL.

Sementara itu, Ketua SPSM, Mas Adi Alimin berkata lebih banyak ceramah yang membabitkan penjawat awam dan pelajar akan diadakan pada tahun ini.

"Penjawat awam dan pelajar memerlukan motivasi untuk meningkatkan kemahiran dan pengalaman di tempat kerja," katanya.