

KURSUS PENGURUSAN TEKANAN JPWP LABUAN 2026



Labuan, 5 Mei 2026 – Kursus Pengurusan Tekanan telah berjaya dilaksanakan di Bilik Benua, SSTP, Jabatan Pendidikan Wilayah Persekutuan Labuan bermula jam 8.00 pagi hingga 5.00 petang dengan penyertaan seramai 40 orang peserta.

Program ini melibatkan ahli AKRAB serta anggota kumpulan pelaksana JPWP Labuan, bertujuan meningkatkan kesedaran dan kemahiran dalam mengurus tekanan secara berkesan, seterusnya menyokong kesejahteraan psikologi warga jabatan.

Majlis dimulakan dengan ucapan alu-aluan oleh Puan Norazimah binti Yaacob, Pengerusi AKRAB JPWP Labuan, diikuti ucapan perasmian oleh Encik Yahya bin Ahmad Puteh, Pengarah Pendidikan JPWP Labuan.

Pengisian kursus dimulakan dengan slot Pengurusan Tekanan yang disampaikan oleh Encik Sabdin bin Japarudin, Ketua Kaunselor Pendidikan Negeri. Seterusnya, peserta didedahkan dengan Ujian DASS yang dikendalikan oleh Puan Salihah binti Yusoff selaku Penyelaras AKRAB JPWP Labuan bagi membantu mengenal pasti tahap tekanan, kebimbangan

dan kemurungan.

Slot terakhir diteruskan dengan aktiviti bimbingan kelompok yang dikendalikan oleh ahli-ahli AKRAB, yang memberi ruang kepada peserta untuk berkongsi pengalaman serta membina sokongan emosi secara berpasukan.

Secara keseluruhannya, kursus ini berjaya mencapai objektif dalam memperkukuh kemahiran pengurusan tekanan serta memupuk budaya kerja yang lebih sihat dan sejahtera dalam kalangan warga JPWP Labuan.

Lihat Sedikit







