

NON-TECHNICAL COURSE

KURSUS TEKNIK PENGURUSAN STRES DALAM SEKTOR PEMBINAAN

TARIKH : 2 & 3 Disember 2026 (RABU & KHAMIS)
MASA : 9.00 Pagi - 5.00 Petang
KAEDAH : Aplikasi ZOOM 
HARGA : RM 390/Peserta (Harga Tidak Termasuk 8% SST)
MATA CCD : 20 MATA CCD CIDB
(Nota kursus disediakan)



**20 MATA
CCD**



FOKUS KURSUS

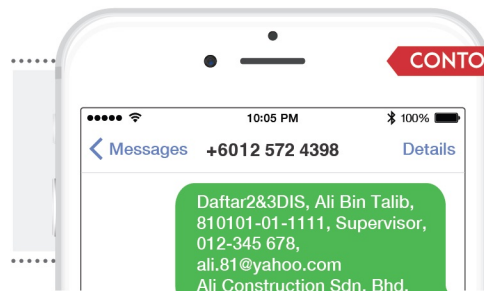
- Pengenalan dan definisi stres dalaman diri dan kerja harian
- Pendedahan teknik-teknik & cara-cara menguruskan tekanan dengan berkesan
- Pendedahan dari segi mengenali punca dan gejala stress
- Kesedaran mengenai impak stres terhadap diri sendiri, keluarga dan persekitaran pembinaan
- Pendekatan tentang kaedah & tips menangani konflik yang mana mungkin berlaku di dalam industri pembinaan



LANGKAH-LANGKAH MENGIKUTI KURSUS INI

KELAYAKAN TEMPOH PEMBAHARUAN KEPERLUAN MATA (CCD) PENDAFTARAN BERASASKAN

GRED PENDAFTARAN	TEMPOH PEMBAHARUAN		
	1 THN	2 THN	3 THN
G1 DAN G2	10	20	30
G3 DAN G4	20	40	60
G5 DAN G6	30	60	90
G7	40	80	120



CONTOH

1st Step

TEMPAHAN MELALUI SMS / WHATSAPP

- Taip : Daftar 2&3 DIS, Nama Peserta, IC No, Jawatan, No Hp, Email, Nama Syarikat
- Hantar ke : +6012 572 4398 (Lokman)

2nd Step

PEMBAYARAN PENYERTAAN

Invois/Sebuttharga akan dihantar kepada pelanggan bersama dengan Akaun Nombor Bank Petrobus Resources Academy Sdn. Bhd untuk tujuan pembayaran Kursus (Samada Pembayaran Online Transfer/Cek/HRDC SBL Khas)



AKTIVITI KURSUS



OUR PREVIOUS CUSTOMERS



Lebih daripada 500+ syarikat :