

**JADUAL KURSUS PEMERKASAAN PSIKOLOGI  
(ZON TIMUR)**

HARI / MASA	9.30 pagi – 10.30 pagi	10.30 pagi – 11.00 pagi	11.00 pagi – 1.00 tengah hari	1.00 tengah hari – 2.00 petang	2.00 petang – 4.00 petang
22 Mac 2022 (Selasa)	<b>Pengenalan dan Kesejahteraan Psikologi</b>	REHAT	<b>Pembangunan dan Personaliti Diri</b>	REHAT	<b>Hubungan Interpersonel Dan Komunikasi</b>
23 Mac 2022 (Rabu)	<b>Pengenalan Asas Kesihatan Mental</b>	REHAT	<b>Pengurusan Emosi dan Stres</b>	REHAT	<b>Latih Amal dan Rumusan</b>