



## **ATURCARA**

### **23 OKT 2018 (HARI PERTAMA)**

7:30 am – 8:30 am : Pendaftaran

9:00 am – 11:00 am : Modul 1  
EMOSI DALAM KERANGKA ISLAMI  
**YBhg. Datuk Profesor Dr. Azizan binti Baharuddin**  
**Ketua Pengarah IKIM**

11:00 am – 11:30 am : Minum Pagi

11:30 am – 1:30 pm : Modul 2  
KENAL DIRI & EMOSI  
En. Khairul Azhar bin Idris  
Fellow, Pusat Kajian Ekonomi & Kemasyarakatan IKIM

1:30 pm – 2:30 pm : Makan Tengahari/ Solat Zohor

2:30 pm – 4:30 pm : Modul 3  
KUASA MINDA DALAM PENGURUSAN EMOSI  
Puan Zarita binti Kasim Perunding Korporat/  
Ketua Unit Program dan Latihan

4:30 pm : Bersurai

### **24 OKT 2018 (HARI KEDUA)**

7:30 am - 8:30 am : Pendaftaran

8:30 am – 10:30 am : Modul 4

USWAH HASANAH - PENGURUSAN EMOSI DALAM DIRI  
RASULULLAH S.A.W  
Ustaz Muhamad bin Abdullah Al Amin  
Pengamal Undang-undang Syariah/Pengasas “Forensik Insan”

10:30 am – 11:00 am : Minum Pagi

11:00 am – 1:00 pm : Modul 5  
KESEJAHTERAAN EMOSI SEBAGAI ASAS AKHLAK MULIA  
Ustaz Muhamad bin Abdullah Al Amin  
Pengamal Undang-undang Syariah/Pengasas “Forensik Insan”

1:00 pm – 2:30 pm : Makan Tengahari/ Solat Zohor

2:30 pm – 4:30 pm : Modul 6

TERAPI PENGURUSAN EMOSI FORMULASI PENGURUSAN EMOSI  
- TEKNIK CBT  
En. Khairul Azhar bin Idris  
Fellow, Pusat Kajian Ekonomi & Kemasyarakatan IKIM

4:30 pm

: Bersurai