



Ilmu 2 Minit AKRAB PERSADA MITI

A. INFO AKRAB: KRITERIA PENCALONAN/PELANTIKAN AHLI AKRAB

Bil	Kriteria Pencalonan/Pelantikan Ahli AKRAB	Catatan
1.	Di kalangan pegawai kumpulan Pengurusan & Profesional atau pegawai kumpulan Pelaksana	
2.	Merupakan kakitangan kerajaan, badan berkanun dan pihak berkuasa tempatan	- Mempunyai kelayakan dan minat
3.	Menunjukkan contoh teladan yang baik dan positif kepada rakan sekerja di pejabat	
4.	Menunjukkan personaliti dan keterampilan diri yang menarik iaitu senang dan selesa untuk didampingi	- Sikap - Penampilan
5.	Laporan Nilai Prestasi Tahunan (LNPT) yang baik	
6.	Menunjukkan kebolehan menjadi pendengar yang baik dan berkebolehan dalam membimbing rakan sekerja.	
7.	Mempunyai kualiti peribadi yang baik	- Berdisiplin & Integriti - Sifat kepimpinan - Kemahiran Interpersonal

Pada yang berminat untuk menjadi ahli AKRAB dan mendapat pentauliahan. Sila hubungi mana-mana Ahli AKRAB Persada, MITI atau Unit Psikologi MITI.

B. TIPS Individu Berfikiran Positif



BAGAIMANA CARA UNTUK SAYA BERFIKIRAN POSITIF?



- **Senaraikan** perkara yang anda sukai mengenai diri anda dan perkara yang dapat anda lakukan dengan baik.
- Lihat kepada perkara-perkara yang positif mengenai **orang yang anda temui**.
- Raikan setiap **kemajuan kecil** sebagai satu langkah ke hadapan.
- Terima sesuatu sebagaimana **seadanya** dan **elak membuat andaian negatif**.
- Yakinkan diri anda dengan **kata-kata semangat** yang boleh membantu anda.
- **Kesilapan** merupakan **peluang untuk belajar**.



Sumber: MyAkraB