

SITI FATIMAH  
ABDUL GHANI



(Kauselor dan Perunding Psikologi Bertauliah  
Seksyen Kaunseling Pelajar, Universiti Putra Malaysia)

# Kaunseling, psikoterapi lahir graduan cemerlang

**H**olistik dalam konteks pembangunan modal insan tidak terbatas kepada disiplin ilmu dan pementapan kemahiran saja tetapi turut merangkumi aspek keinsanan.

Menjadi insan yang sejati bukanlah sesuatu yang mudah atau boleh dianggap remeh tetapi memerlukan yang individu jelas mengenai aspek keinsanan yang wujud dalam diri mereka.

Keinsanan yang dimaksudkan ialah kesadaran dan kefahaman mengenai fungsi diri yang diterima menerusi falsafah hidup, pegangan agama dan dokongan moral serta etika sosial yang tinggi.

Pelajar dengan ciri berkenaan ialah modal insan yang dapat memenuhi keperluan untuk membolehkan transformasi dan pembangunan individu, keluarga, masyarakat, negara dan dunia berlaik secara lebih berstruktur.

Pembangunan sahsiah pelajar menyeluruh terutama dalam kalangan pelajar institusi pengajian tinggi (IPT) adalah selaras program holistik yang diperkenalkan Kementerian Pengajian Tinggi.



GAMBAR HIASAN

Program inimerentasi semua disiplin di IPT negara ini dan juga pelajar Malaysia di luar negara dengan memberikan fokus kepada tujuh teras kemahiran insaniah.

Tujuh teras itu ialah kemahiran komunikasi, pemikiran kritis, kerja kumpulan, pembelajaran sepanjang hayat, keusahawanan, etika profesional serta kepemimpinan.

## Pencetus pelajar holistik

Proses kaunseling yang penuh terapeutik memberi ruang kepada pelajar untuk celik akal mengenai isu dialaminya. Perhubungan profesional yang mementingkan situasi kondusif menggalakkan percambahan idea mengenai sesuatu isu dihadapi oleh mereka.

Keutamaan di sini ialah membantu pelanggan atau pelajar itu sendiri mendapat celik akal atau pencerahan mengenai diri mereka sendiri. Penerokaan dan pemahaman yang jitu berkenaan isu dialami pelajar membolehkan pemikiran mereka lebih terarah dengan fahaman yang matang serta emosi seimbang.

Konsep 'returning respon-

sibility' atau pemulangan tanggungjawab juga adalah teras dalam pendekatan psikoterapi yang secara idealnya bertujuan menghargai pelajar dan mendidik mereka untuk lebih bertanggungjawab.

## Khidmat profesional

Perkhidmatan kaunseling di IPT menawarkan khidmat menolng secara profesional kepada semua pelajar IPT. Perkhidmatan itu pada asasnya bertujuan untuk menyediakan ruang dan peluang kepada semua pelajar meluahkan perasaan yang terpendam serta berbingcang isu yang dialami sepanjang pengajian mereka.

Penyediaan perkhidmatan yang profesional dan terapeutik ini secara logiknya perlu digunakan secara maksimum. Tambahan pula, secara faktanya semua IPT di negara ini menawarkan perkhidmatan kaunseling dan perundingan psikologi menerusi pakar kaunseling yang berkualiti, terlatih serta berlesen.

## Penilaian subjektif

Penilaian terhadap keberkesanan perkhidmatan kaunseling juga adalah subjektif dan ini bukan semata-mata bergantung kepada penyelesaian masalah.

Sebaliknya, semua pihak perlu matang dan akur bahawa peranan sebagai kaunselor itu sendiri sangat luas selain daripada tugas hakikinya sebagai perunding psikologi.

Peranan dan tanggungjawab dalam pengendalian program berbentuk sahsiah, akademik dan sosial juga amat besar kesannya kepada universiti.

Proses inilah yang dikatakan pendekatan holistik, iaitu menyediakan khidmat kaunseling dan psikologi secara tersirat menerusi sesi pencerahan diri dan emosi oleh kaunselor IPT di seluruh negara.

Menerusi perkhidmatan kaunseling, pelajar diberi peluang berbingcang dengan pakar kaunseling berhubung masalah atau isu peribadi yang mengganggu pemikiran mereka.

Pelbagai isu boleh dibincangkan dengan kaunselor. Amalan di Universiti Putra Malaysia (UPM), pecahan isu itu terbahagi kepada 11 perkara iaitu peribadi, kewangan, sosial, agama, pengajian, pengajaran, kerjaya, keluarga, kesihatan, seks serta budaya.

## Lahir pelajar terlatih

Keutamaan di sini ialah untuk melahirkan pelajar yang berdaya saing dan

terlatih supaya kembali berkembang seperti biasa tanpa dihalang isu peribadi. Ini secara terang-terangan menolak stigma masyarakat yang menganggap bahawa kaunseling ialah tempat untuk mereka yang bermasalah saja.

Begitu juga dengan pandangan kaunseling sebagai perkhidmatan memberi nasihat. Perbezaan ketara antara kaunseling dengan psikoterapi dengan nasihat adalah tahap profesionalisme yang dimiliki kaunselor serta pendekatan yang mereka guna.

Tiga teras utama dalam pendekatan kaunseling secara holistik ialah reda, memaafkan serta bersyukur yang berkait rapat dengan amalan psikoterapi dalam proses menolng.

Kesimpulannya, pelajar holistik ialah modal insan yang membolehkan transformasi diri dan pembangunan individu, keluarga, masyarakat, negara dan dunia berlaik secara lebih progresif, matang dan berstruktur.

Bagi diri pelajar juga, mereka perlu peka dan mempunyai inisiatif untuk memajukan diri sendiri dengan mengambil kira kepakaran yang tersedia buat mereka.

Pelajar tidak mendapat manfaat jika sepanjang pengajian, mereka langsung tidak mendapatkan kepakaran yang disediakan buat mereka hanya kerana stigma yang salah mengenai perkhidmatan kaunseling.

Rebutlah peluang di depan mata dan manfaatkan segala kesempatan yang tersedia. Kunjungalah Seksyen Kaunseling tanpa ragu-ragu secara 'walk-in' mahu pun temu janji.

“  
PROSES  
KAUNSELING  
YANG PENUH  
THERAPUTIK  
MEMBERI RUANG  
KEPADA PELAJAR  
UNTUK CELIK  
AKAL MENGENAI  
ISU DIALAMINYA”