



# kaunseling Remaja

Dr Sapora Sipon Menjawab

Jika anda menghadapi masalah percintaan, pembelajaran, kewangan, keluarga dan perkara peribadi yang sukar diselesaikan, pakar kaunseling Universiti Sains Islam Malaysia (Usim) sedia membantu. Hantarkan masalah anda lengkap dengan nama dan alamat penuh kepada Ruang Pengelola Kaunseling Remaja, Harian Metro, Balai Berita, 31, Jalan Riong, 59100 Bangsar, Kuala Lumpur atau e-mel kepada rencana@hmetro.com.my

# Malu luahkan perasaan

## Gadis bakal ambil PMR minat jejaka didakwa bukan lelaki baik

### Soalan

**S**AYA suka seorang jejaka, tetapi malu meluahkan isi hati kerana takut terluka. Jejaka itu selalu berada di samping saya. Kami memulakan perhubungan sebagai adik dan abang namun sekarang lain jadinya.

Ramai rakan berkata, dia bukan lelaki yang baik, tetapi saya menerima dia seadanya. Tahun depan, saya akan mengambil Penilaian Menengah Rendah (PMR). Jadi, saya amat memerlukan saranan Dr apa patut dilakukan?

GADIS KELIRU  
Kedah

### Jawapan

**J**IKA adik tidak memberitahu kepadanya mengenai perasaan adik, dia pasti tidak tahu mengenai perhubungan kalian. Jika tiada penghujungnya, ia boleh mengganggu perasaan dan kehidupan adik terutama pelajaran. Jika adik gagal menguruskan perasaan, ia akan

mengganggu tumpuan adik dalam pelajaran. Meluahkan perasaan terhadap kawan dapat menunjukkan hala tuju perhubungan kalian. Untuk meluahkan perasaan, adik perlu melakukannya secara berhemah supaya ia tidak melukakan sesiapa. Dalam proses meluahkan

perasaan cinta atau suka kepada seseorang, memang ada risikonya. Jika menyanggahi dia, adik perlu menghormati apa saja keputusannya sama ada menerima atau menolak adik. Jika dia menolak perasaan adik, hubungan sebagai adik dan abang masih boleh diteruskan. Mungkin dia tidak mahu hubungan

itu sebagai kekasih tetapi sebagai saudara. Apabila adik sudah dapat menerima dia seadanya, perhubungan kalian akan lebih mudah sama ada sebagai kekasih atau abang dengan adik. Apapun perhubungan kalian, berhati-hati supaya tidak menjejaskan peranan adik sebagai pelajar.

# Pelajar perancangan bandar minat psikologi

### Soalan

**S**AYA pelajar Diploma Perancangan Bandar di sebuah institusi pengajian tinggi awam (IPTA) dan akan menghabiskan pengajian setahun lagi. Saya kurang beminat meneruskan pengajian di peringkat ijazah dalam bidang sama. Saya lebih mementingkan psikologi sejak di sekolah menengah lagi, tetapi rezeki tidak memihak kepada saya. Kini minat saya terhadap bidang psikologi semakin membara. Justeru, adakah saya layak untuk menyambung ijazah dalam bidang psikologi dengan diploma yang saya ada? Apakah pula syarat yang diperlukan untuk bidang ini? Berapa pula tempoh masa untuk menamatkan pengajian dalam bidang ini jika saya mempunyai diploma dalam bidang perancangan bandar? Bagaimana pula dengan peluang pekerjaan menerusi bidang ini? Adakah peluang yang ditawarkan meluas dan universiti mana yang menawarkan bidang psikologi ini?

JEJAKA BINGUNG  
Kuala Lumpur

### Jawapan

**M**ENUNTUT ilmu adalah proses semua hidup dan adik masih muda. Justeru, belum terlambat untuk adik mempelajari bidang yang diminati, iaitu psikologi. Pepatah mengatakan

'alangkah sempitnya hidup kalau bukan kerana luasnya cita-cita' dan 'orang yang mempunyai cita-cita selalu memperoleh kemajuan di dalam hidupnya.' Untuk mengetahui maklumat lanjut mengenai peluang melanjutkan pelajaran, adik boleh layari laman web rasmi Kementerian Pengajian Tinggi melalui web rasmi kemasukan ke IPT di <http://upu.mohe.gov.my>. Lantaran web ini tengkap dengan maklumat seperti syarat kemasukan, tarikh permohonan, panduan permohonan, alamat IPTA dan FAQ (soalan yang sering ditanya). Malah, adik juga boleh memperoleh nombor telefon, faks, alamat laman web dan orang yang boleh dihubungi di IPTA dalam laman web itu di bawah tajuk IPTA. Selain itu, Program Karnival Pengajian Tinggi Negara 2010 menyediakan ruang kepada orang ramai untuk mengetahui dengan lebih lanjut mengenai kursus yang ditawarkan universiti sama ada universiti awam atau swasta. Universiti Malaysia Sabah (UMS) antara universiti yang menawarkan program Psikologi Kaunseling, Psikologi Kanak-Kanak dan Keluarga, Psikologi Industri dan Organisasi serta Psikologi Belia dan Komuniti. Universiti lain yang turut menawarkan program psikologi adalah Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) dan Universiti Islam Antarabangsa

Malaysia (UIAM). Institusi pengajian tinggi swasta (IPTS) juga menawarkan program psikologi. Antaranya Sunway University College yang menawarkan program Hospitality and Psychology, HELP University College, International Medical University (IMU) dan INTI-UC. Untuk pengetahuan adik, bidang pekerjaan bagi graduan psikologi adalah luas. Ramai yang menyangka graduan lulusan psikologi bekerja dalam bidang perubatan, tetapi realitinya, mereka boleh bekerja dalam pelbagai sektor. Mereka boleh mengaplikasikan pengetahuannya dan kemahiran bagaimana manusia berfungsi dalam situasi yang berbeza. Deskripsi tugas mereka membabitkan aplikasi prinsip psikologi dalam kerja seharian atau kehidupan. Sebagai contoh, jika adik lulusan Sarjana Muda Psikologi Industri dan Organisasi, adik boleh bekerja sebagai pegawai kebajikan, tenaga pengajar di institusi pengajian tinggi, pegawai penyelidikan, fasilitator, konsultan dan banyak lagi. Untuk maklumat lebih lanjut mengenai peluang pekerjaan dalam bidang psikologi, adik boleh layari laman web [www.ums.edu.my](http://www.ums.edu.my). Sekolah Psikologi dan Kerja Sosial menawarkan program psikologi di UMS. Pekerjaan dalam bidang sumber manusia dan teknologi maklumat juga antara pilihan kerjaya bagi graduan

psikologi. Kebanyakan graduan psikologi juga bekerja sebagai pegawai psikologi. Mengenai tempoh penga-

jian dalam bidang ini pula, sekiranya adik mempunyai diploma dalam bidang perancangan bandar, lebih

baik adik merujuk kepada universiti yang menawarkan program ini untuk mendapatkan maklumat lebih tepat.