

# USIM cipta perisian e-kaunseling

Oleh Khairina Yasin  
kayrina@bh.com.my

► Nilai



Dr Sapora

## INFO

### Ciri-ciri e-Sohffanzz

- Pendekatan kaunseling atas talian
- Maklumat individu dirahsiakan
- Bantu kenal tahap tekanan
- Lengkap dengan e-nota
- Sesi berbual atas talian (chatting) dengan pakar kaunseling

enam domain iaitu komunikasi, kewangan dan pekerjaan, sikap, seksual, campur tangan pihak luar dan amalan agama serta dibina berdasarkan item positif dan negatif yang menjadi asas dalam bidang psikologi.

"Semua soalan perlu dijawab secara tepat dan sistem akan membuat pengiraan secara automatik

Katanya, sebelum kaunseling bermula, individu perlu melengkapkan kaji selidik berbentuk soalan terlebih dulu sebelum dihubungkan dengan pakar atau nota atas talian iaitu e-nota bagi membantu menyelesaikan masalah mereka.

### Kesan tahap tekanan

"Sebanyak 36 soalan merangkumi

**SOHFFANZZ** | e-Family Stress  
Pengujaan tahap stres dalam perkahwinan

HOME | PENGENALAN | PENGUJIAN | PENYELESAIAN | PAUTAN | PERIHAL KAMI



## SOAL SELIDIK SOHFFANZZ e-FAMILY STRESS

SKALA PENILAIAN

1	2	3	4	5
Sangat tidak setuju	Tidak setuju	Tidak pasti	Setuju	Sangat setuju

B1	KOMUNIKASI	SKALA PENILAIAN
1	Saya kerap berbual dengan pasangan mengenai hal keluarga	0
2	Saya sering berasa sedih apabila pasangan menolak keinginan untuk berbincang	0
3	Rumah tangga saya semakin ceria apabila wujud komunikasi yang berkesan antara ahli	0
4	Saya berasa hubungan saya dengan pasangan tidak dapat bertahan lama	0
5	Saya lebih mudah berkongsi masalah dengan rakan-rakan berbanding pasangan saya	0
6	Pasangan saya sering mengeluarkan kata-kata kesat	0

Paparan perisian e-Sohffanzz yang berupaya membantu masalah dan pengurusan tekanan dalam keluarga.

bagi menentukan tahap tekanan dialami individu berkenaan," katanya.

Beliau berkata, empat tahap tekanan dikategorikan dalam perisian itu pertama 'stress expert' iaitu individu dikategorikan sebagai seorang yang bijak menguruskan tekanan dan kedua, 'stress master' individu mampu menangani tekanan, namun ada masanya masih memerlukan bantuan.

Katanya, mereka yang berada pada tahap tekanan berkecenderungan tinggi dan berisiko menjadi lebih parah jika tidak diubati pula diletakkan pada tahap ketiga iaitu 'stress novis', diikuti tahap 'stress out' mengategorikan individu yang gagal menangani tekanan dan perlu dirujuk kepada wad sakit

mental," katanya.

### Bantuan secara maya

Selepas pengesanan tahap tekanan itu, katanya, individu kemudian dirujuk kepada e-nota yang bersesuaian dengan tahap tekanan mereka atau berbual dengan pakar kaunseling berdaftar di alam maya bagi mencari penyelesaian terbaik menangani masalah tekanan masing-masing.

"Segala maklumat adalah sulit dan dirahsiakan selari dengan etika dalam kaunseling. Individu tidak perlu takut atau malu untuk meluahkan masalah mereka.

"Sebelum ini, pelbagai strategi dibuat bagi mendekati individu bermasalah agar mendapatkan khidmat kaunseling, tetapi masih

ramai yang bersikap pasif. Dengan adanya perisian ini, ia sedikit sebanyak membantu mereka untuk tampil di alam maya tanpa perlu bersemuka dengan pakar kaunseling," katanya.

Ketika ini, katanya, e-Sohffanzz diuji di kebanyakan Jabatan Agama Islam Negeri serta Jabatan Kebajikan Masyarakat dan maklum balas mendapati perisian itu sangat relevan dalam membantu proses kaunseling khususnya membabitkan pasangan bermasalah.

Katanya, perisian itu akan diperluaskan ke beberapa hospital bagi membantu pesakit mental, malah kajian susulan turut dijalankan bagi membangunkan perisian sama berkaitan masalah tekanan hutang.