

Soalan

SAYA amat memerlukan pertolongan. Memang benar kata orang, perbuatan jahat dibalas jahat. Kini, baru saya tahu perkara buruk yang saya lakukan kesannya akan berbalik kepada diri sendiri.

Saya remaja yang menuntut di sebuah institusi pengajian tinggi swasta. Saya tiada masalah dengan pelajaran tapi sedang menghadapi konflik dengan seorang kawan baik iaitu A. Saya sangat sedih dan berasa diri saya ini sangat hina.

Saya menganggap A seperti kawan baik. Sebelum ini, hubungan kami sangat rapat dan ceria malah ke mana jua kami bersama-sama.

Malangnya, saya melakukan sesuatu yang tidak patut saya buat pada A. Sewaktu A tidur, saya meraba dia dan boleh dikatakan setiap malam saya melakukan perkara yang sama.

Pada suatu malam, perbuatan saya dilihat A yang tersedar daripada tidur. Selepas kejadian itu, saya dengan A terus tidak bertegur sapa. A amat membenci saya dan saya rasa betul-betul tersisih daripada hidup A. Dengan orang lain A bertindak baik.

Saya amat tertekan kerana merasakan mungkin A terlalu membenci saya. Dr, apa yang patut saya buat. Saya berasa sangat sedih dan tahu inilah pengajaran untuk saya.

Dr bantulah saya dengan memberi pendapat.

INSAF,
Pulau Pinang.

Jawapan

SAIDINA Ali pernah berkata, "Selemah-lemah manusia ialah sahabat yang tidak boleh mencari sahabat dan orang yang lebih lemah daripada itu ialah orang yang mensiasikan sahabat yang sudah dicari".

Secara psikologi dan fitrahnya, keperluan kepada rasa kepunyaan dan kasih sayang (daripada seorang sahabat) menyebabkan adik berasa begitu tersisih apabila diri tidak dihargai (tidak dipedulikan A).

Justeru, Dr dapat memahami kesedihan yang adik rasakan apabila keinginan untuk mendapat rasa kepunyaan daripada A dinafikan.

Setiap tindakan mempunyai reaksi balasnya. Adik melakukan satu perbuatan (meraba) yang membawa reaksi balas negatif daripada A. Reaksi A kepada tindakan itu ternyata mendatangkan kesedihan kepada adik. Kesan reaksi balas lain ialah adik berasa sangat-sangat hina.

Berasa hina tanpa berusaha untuk memperbaiki diri adalah satu perasaan kalah diri yang hanya akan menjerumuskan adik ke dalam perasaan yang lebih menyakitkan.

Pemikiran adik juga menjadi tidak rasional hingga melalui satu perbuatan yang tidak baik (meraba), adik berasa seluruh diri tidak berguna. Jika adik berterusan berasa sangat hina, konsep dan maruah diri adik akan teruk terjejas.

Sesuatu perasaan negatif boleh dikurangkan dengan melakukan perubahan positif. Perasaan hina yang adik dalam diri adik boleh dikurangkan dengan melakukan perubahan positif.

Dalam konteks ini memohon maaf dan tidak mengulangi perbuatan yang boleh mengundang perasaan benci A kepada adik adalah satu perubahan positif.

Secara psikologi, apabila seseorang dikhianati seseorang kawan, perasaan tidak dihargai dan marah timbul sekali gus mengundang konflik.

Tingkah laku dan tindakan A tidak menegur adik adalah satu tindakan atau rangsangan normal orang yang sedang berada dalam keadaan marah. Apatah lagi, individu yang menimbulkan perasaan marah A adalah seorang yang amat dipercayainya, iaitu adik.

Secara logik dan rasional, perasaan seseorang yang sedang dalam keadaan marah mengambil masa untuk sembuh. Adik perlu memberikan masa dan

ruang kepada A untuk bersedia memaafkan dan mengurangkan kemarahannya terhadap adik.

Ada kata-kata yang mengatakan, "Sahabat yang baik adalah sahabat yang berani membetulkan kita ketika kita berbuat kesalahan sehingga kita tidak hanyut di dalam kesalahan dan dosa."

Lantas, sebagai seorang sahabat yang baik, adik boleh memohon maaf atas segala silap yang adik lakukan terhadap A. Begitu juga tidak mengulangi perbuatan adik terhadap A. Ini boleh meredakan kemarahan A.

Perhubungan yang dicemari sesuatu peristiwa yang tidak diingini tentunya akan berubah corak. Dengan peristiwa yang berlaku, corak perhubungan adik berdua tentunya tidak semesa sebelum ini. Ini realiti yang adik perlu hadapi.

Atas perbuatan yang dilakukan terhadap A, adik perlu bersedia untuk menerima kesannya. Namun, dengan menyedari bahawa adik sudah mendapat pengajaran daripada apa yang dilakukan, adik boleh mengubah diri ke arah yang lebih positif dengan tidak mengulangi perbuatan tidak baik itu.

Perubahan positif dapat mengurangkan perasaan sedih dan hina yang adik alami.

Keliru antara sambung belajar atau bekerja

SAYA salah seorang pelajar di sebuah institusi pengajian tinggi Awam (IPTA) di Malaysia dan sekarang menuntut dalam tahun kedua pengajian.

Baru-baru ini, saya menghadiri peperiksaan yang diadakan Suruhanjaya Perkhidmatan Awam (SPA). Alhamdulillah, saya berjaya dalam peperiksaan itu.

Sekarang, saya buntu untuk memilih sama ada untuk terus kekal di IPTA atau menerima tawaran SPA itu. Pada asalnya, saya memang tidak mahu menghadiri ujian itu, tapi oleh kerana ibu menyuruh menghadiri diri, saya akur.

Sekarang selepas setahun belajar dalam bidang saya di IPTA berkenaan, saya semakin menyayangi dan menyukai cara pembelajaran di situ meskipun tawaran SPA tidak jauh

bezanya dengan bidang pengajian yang saya ambil sekarang. Saya tetap meminati kedua-duanya.

Selain itu, sebagai seorang anak, jika boleh saya tidak mahu menghampakan harapan ibu yang meminta saya untuk menerima tawaran itu.

Saya masih teragak-agak dalam hal ini. Saya juga seorang yang suka membabitkan diri dalam persatuan dan menyertai aktiviti luar kampus.

Oleh itu, saya risau sekiranya menerima tawaran berkenaan, saya sudah tidak boleh berpersatuan lagi. Diharapkan Dr dapat membantu saya.

PELAJAR BUNTU

Jawapan

TAHNIAH kerana berjaya dalam peperiksaan SPA. Ini membuktikan adik seorang yang

mempunyai potensi untuk maju dalam bidang pekerjaan.

Pemilihan sama ada untuk terus belajar atau bekerja bergantung kepada beberapa faktor seperti minat, personaliti, kemampuan kewangan, gaji dan persekitaran.

Faktor gaji perlu diambil kira dalam memilih pekerjaan. Setiap individu mempunyai gaya hidup dan keperluan kewangan untuk memenuhi gaya hidup diingini.

Terdapat individu yang memilih kerjaya semata-mata berdasarkan pendapatan manakala yang lain memilih untuk menggabungkan pemilihan kerjaya yang tidak tinggi gajinya tapi kerjaya diminatinya.

Personaliti juga satu faktor dalam pemilihan kerjaya. Contohnya, seorang penjual memerlukan personaliti yang

bersifat ceria, suka bertemu orang.

Personaliti seseorang juga membentuk minat dan sikap diri yang seterusnya mempengaruhi kerjaya dipilih. Ini dapat menyumbang kepada pencapaian maksimum dalam pemilihan sesuatu kerjaya.

Adik perlu melihat faktor-faktor di atas sebelum mengambil sebarang keputusan. Adik juga perlu melihat kepada apakah yang sebenarnya dimahukan dalam kehidupan dalam konteks kerjaya.

Ini membabitkan perancangan jangka masa panjang. Senaraikan kekuatan dan kelemahan pilihan yang ada. Pilihan yang mempunyai lebih kekuatan dilihat lebih berpihak kepada pilihan yang adik perlu ambil. Selamat berjaya