PENTADBIRAN BAHAGIAN BINTULU

LAPORAN PENGLIBATAN & PELAKSANAAN INISIATIF

Profil Psikologi, Kaunseling & Kesejahteraan









PERKHIDMATAN KAUNSELING & PSIKOLOGI

Bermatlamat untuk menyediakan perkhidmatan ke arah perubahan tingkahlaku, membantu-bimbing, individu untuk membuat keputusan baik, bertingkahlaku lebih rasional seterusnya membimbing individu-klien agar lebih bertanggungjawab (take charge) ke atas dirinya.



Disediakan oleh:

JEFFREY JALONG
Pegawai Tadbir (Psikologi)(MSC)(KBPA)
Unit Kaunseling & Psikologi
Pejabat Residen Bahagian
97000 Bintulu, Sarawak

Penglibatan & Pelaksanaan Inisiatif (2019-2025)
Psikologi, Kaunseling dan Kesejahteraan

© Hak Cipta Pentadbiran Bahagian Bintulu

Hak cipta adalah terpelihara dan tiada mana-mana bahagian daripada buku ini boleh diterbitkan semula, disimpan untuk tujuan pengeluaran atau ditukar kepada apa-apa bentuk dengan sebarang cara sekalipun tanpa izin bertulis daripada penerbit.

Diterbitkan Oleh:

Unit Kaunseling & Psikologi
Pejabat Residen Bahagian Bintulu,
Jalan Pisang Keling Off Jalan Tun Razak,
97000 Bintulu, Sarawak.

Bahan Teks & Rekaan:

JEFFREY JALONG
Pegawai Tadbir (Psikologi)(MSC)(KBPA)
Unit Kaunseling & Psikologi,
Aras 2 Bangunan Sri Bintulu,
Pejabat Residen Bahagian Bintulu,
Jalan Pisang Keling Off Jalan Tun Razak,
97000 Bintulu, Sarawak.
Tel.: 086-310281,
Fax: 086-337043/336620
HP: 017-8558747

Edaran Terhad

PENGLIBATAN & PELAKSANAAN INISIATIF (TAHUN 2019 - 2025)

Psikologi, Kaunseling & KESEJAHTERAAN

Unit Kaunseling & Psikologi
Pejabat Residen Bahagian Bintulu

Kandungan

Prakata	5
Kronologi Perkhidmatan Kaunseling & Psikologi di PBB	6
Anugerah Perkhidmatan Cemerlang Perkhidmatan Psikologi PANS	7
Profil Unit Kaunseling & Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu	8-15
Kaunseling - Sejahtera Bersama	16-17
Graf Pencapaian Unit Kaunseling & Psikologi PBB 2019-2025	18
Laporan Inisiatif & Pelaksanaan Aktiviti Tahun 2019	19
Laporan Inisiatif & Pelaksanaan Aktiviti Tahun 2020	20
Laporan Inisiatif & Pelaksanaan Aktiviti Tahun 2021	21
Laporan Inisiatif & Pelaksanaan Aktiviti Tahun 2022	22
Laporan Inisiatif & Pelaksanaan Aktiviti Tahun 2023	23
Laporan Inisiatif & Pelaksanaan Aktiviti Tahun 2024	24
Laporan Inisiatif & Pelaksanaan Aktiviti Tahun 2025	25
Autograf	

Prakata

Profil "Penglibatan" dan "Pelaksanaan Inisiatif" Psikologi, Kaunseling dan Kesejahteraan Perkhidmatan Awam Sarawak merupakan sebuah kompendium yang menghimpunkan aktiviti dan program tahunan yang telah dilaksanakan oleh Unit Kaunseling dan Psikologi (UKP), Pejabat Residen Bahagian Bintulu. Penerbitan ini menjadi wadah rasmi untuk memaparkan usaha serta sumbangan UKP dalam menyokong visi misi perkhidmatan psikologi, kaunseling, dan kesejahteraan Perkhidmatan Awam Sarawak (PANS) khususnya di peringkat Pentadbiran Bahagian Bintulu.

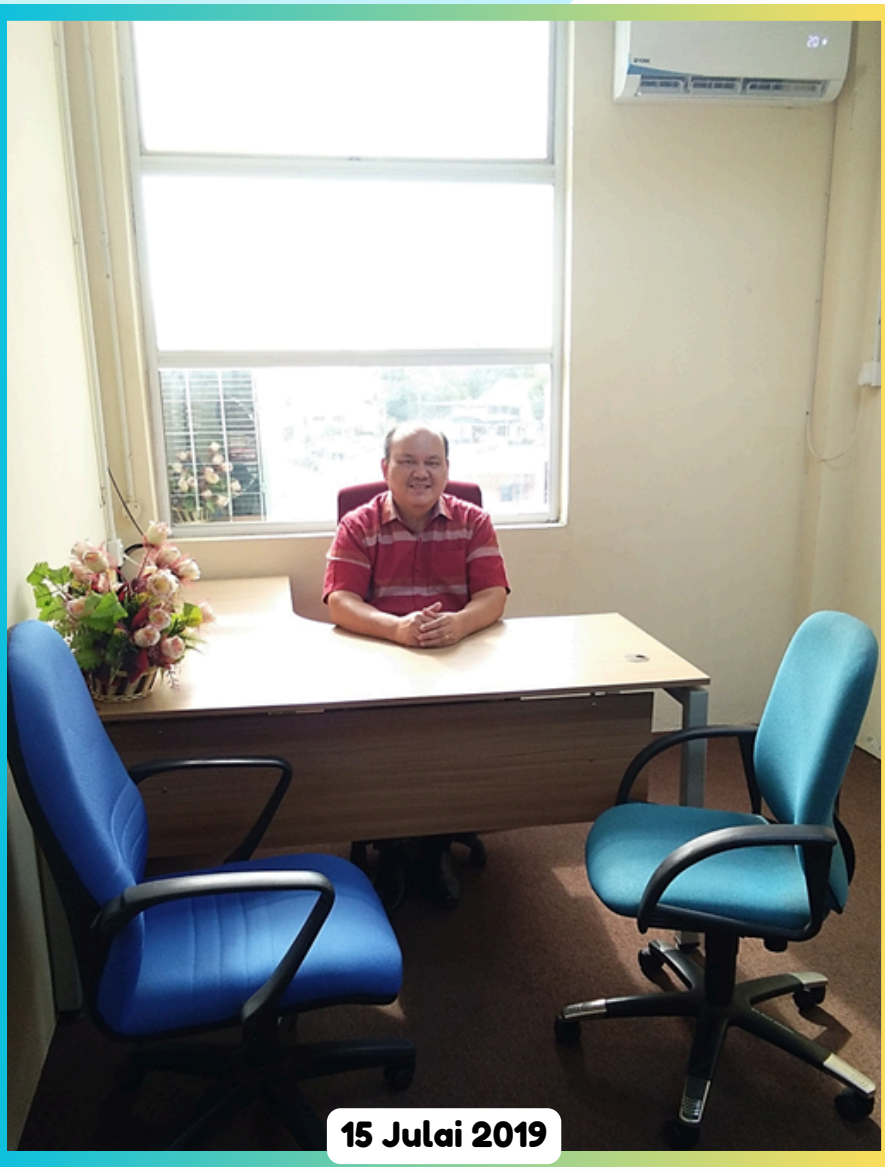
Profil ini diterbitkan dengan tujuan mendokumentasikan secara menyeluruh, khususnya dalam bentuk pictorial book, berkenaan perancangan, pelaksanaan, penilaian, dan pemantauan aktiviti tahunan yang dijalankan oleh UKP sejak tahun 2019 hingga 2025. Melalui penerbitan ini, setiap inisiatif yang dirancang dan dilaksanakan dapat dirakam secara sistematik sebagai rujukan dan bukti pencapaian perkhidmatan psikologi dan kaunseling.

Selain berfungsi sebagai rekod rasmi, kompendium ini menampilkan usaha proaktif UPK dalam merancang dan melaksanakan pelbagai inisiatif, aktiviti, program intervensi, serta sesi bimbingan psikologi dan kaunseling. Ia menjadi sumber rujukan penting bagi menilai keberkesanan tindakan yang diambil, mengenal pasti cabaran pelaksanaan, serta merancang langkah penambahbaikan perkhidmatan di masa hadapan. Secara keseluruhannya, penerbitan ini menyokong tadbir urus organisasi yang lebih berfokus, responsif, dan berimpak tinggi kepada staf dan komuniti yang dilayani.

Akhir kata, diharapkan penerbitan profil ini bukan sahaja menjadi bahan rujukan berkaitan dengan komitmen dan pencapaian UKP, tetapi juga menjadi sumber inspirasi kepada seluruh warga PANS untuk terus memperkukuh elemen kaunseling dan psikologi dalam proses tadbir urus yang diyakini dapat meningkatkan produktiviti, prestasi serta khususnya kesejahteraan psikologi kendiri dan organisasi secara menyeluruh.

JEFFREY JALONG
Pegawai Tadbir (Psikologi)
Unit Kaunseling dan Psikologi
Pentadbiran Bahagian
97000 Bintulu, Sarawak

IKHTISAR PERKHIDMATAN KAUNSELING



15 Julai 2019







Perjumpaan Pegawai Tadbir (Psikologi) bersama YBhg. Datu Jack Aman Residen Bahagian Bintulu untuk memohon pertimbangan dan kelulusan menggunakan salah satu dari bilik pejabat di Pejabat Residen sebagai bilik operasi & pentadbiran Unit Kaunseling-Psikologi.

Kronologi - Pada tarikh 4 Julai 2019, Bilik Kaunseling di Pentadbiran Bahagian Bintulu mula diwujudkan hasil perbincangan dan restu oleh YBhg. Datu Jack Aman Residen Bahagian Bintulu. Pewujudan bilik operasi dan pentadbiran Kaunseling ini bertujuan menyediakan persekitaran yang kondusif untuk sesi kaunseling yang berkesan. Ruang ini direka untuk memastikan privasi, ketenangan, dan keselesaan, lengkap dengan perabot yang sesuai seperti kerusi dan sofa yang selesa, pencahayaan lembut, serta suhu yang ideal. Suasana yang tenang dan bebas daripada gangguan membantu klien merasa selamat dan selesa untuk berkongsi perasaan mereka, sekali gus mengurangkan tekanan dan kecemasan. Selain itu, ruang yang profesional meningkatkan kepercayaan antara klien dan kaunselor, membolehkan kaunselor memberikan perhatian sepenuhnya dan menyesuaikan pendekatan berdasarkan keperluan individu klien. Semua elemen ini bersama-sama menyumbang kepada keberkesanan sesi kaunseling dan menyokong kesejahteraan mental serta emosi klien.



YBhg. Datu Nyurak Keti, selaku Residen Bahagian Bintulu, dengan penuh penghargaan dan tanggungjawab telah menerima Anugerah Sijil Kecemerlangan Pelaksanaan Inisiatif Perkhidmatan Psikologi, Kaunseling dan Kesejahteraan Perkhidmatan Awam Sarawak bagi tahun 2022. Pengiktirafan ini diberikan sebagai penghargaan terhadap usaha berterusan Perkhidmatan Awam Sarawak (PANS) dalam menyokong keberkesanan pelaksanaan perkhidmatan psikologi dan kaunseling serta kesejahteraan dalam kalangan warga perkhidmatan awam amnya, dan khususnya di Pentadbiran Bahagian Bintulu. Anugerah ini mencerminkan komitmen yang tinggi terhadap peningkatan mutu perkhidmatan dan kesejahteraan pekerja awam serta juga komuniti di Bahagian Bintulu.



Dari kiri: Encik Reynold Johnny Nagat Penolong Pengarah Bahagian Pembangunan Organisasi, Tuan Riziandy Nawawi Ketua Bahagian Khidmat Sokongan Pekerja, YBhg. Datu Jack Aman Luat Residen Bahagian Bintulu, Encik Chung Tze Jin BSP-UPPSM dan Encik Jeffrey Jalong PPSi Pentadbiran Bahagian Bintulu.





Sesi courtesy call rombongan Audit JD PPSi kepada Datu Residen Bahagian Bintulu.

AUDIT JD PPSI PBB Rabu, 13/7/2022, Pejabat Residen Bintulu – Pada Julai 2019, seramai 15 Pegawai PANS yang selesai pengajian Sarjana Sains Kaunseling sejak 2017 di UNIMAS telah ditempatkan di beberapa Kementarian, Jabatan dan Agensi yang berkenaan. Bagi melancarkan tugasan para Pegawai PPSi yang kini memfokus kepada aktiviti bimbingan kaunseling dan psikologi maka 10 senarai tugas (JD) turut diedarkan untuk perhatian susulan. Bagi memastikan aktiviti kaunseling dan psikologi yang telah, sedang dan akan dijalankan dipenemtapan PPSi masing-masing maka satu inisiatif Audit JD PPSi dirancang dan dijalankan bermula Julai 2022 dan PPSi Bahagian Bintulu antara lokasi awal yang dikunjungi untuk tujuan tersebut. Setelah selesai tugas audit JD, rombongan auditor yang diketuai oleh Tuan Riziandy Bin Nawawi Ketua Bahagian Khidmat Sokongan Pekerja UPPSM-JPS bersama-sama dengan Encik Reynold Johnny Nagat Penolong Pengarah Bahagian Pembangunan Organisasi dan Encik Chung Tze Jin Pasukan Penyelidikan Bahagian Sokongan Pekerja seterusnya mengadakan perbincangan lanjutan dengan Tuan Hussaini Hakim Timbalan Residen Bahagian Bintulu selaku HRC PPBB sebelum mengakhiri lawatan dengan mengadakan kunjungan hormat kepada YBhg. Datu Jack Aman Luat Residen Bahagian Bintulu.

PROFIL UNIT KAUNSELING & PSIKOLOGI

PENGENALAN

Unit Kaunseling dan Psikologi (UKP), Pejabat Residen Bahagian Bintulu telah ditubuhkan pada 4 Julai 2019 dan memulakan operasi rasmi dengan pelaksanaan aktiviti serta bimbingan kaunseling-psikologi pada 27 Julai 2019. Unit ini beroperasi di bawah Seksyen Pentadbiran dan Pengurusan, Pejabat Residen Bahagian Bintulu.

Terdahulu, pada 2 Julai 2019, satu sesi dialog khas telah dianjurkan oleh Unit Sumber Manusia Negeri (USMN), Jabatan Ketua Menteri Sarawak, yang dipengerusikan oleh Timbalan Setiausaha Kerajaan Negeri (Transformasi Pentadbiran). Dialog ini bertujuan untuk memperkenalkan serta melantik seramai 15 orang Pegawai Psikologi (PPSi) dalam kalangan Penjawat Awam Negeri Sarawak (PANS) yang telah menamatkan pengajian dalam Program Sarjana Sains Kaunseling (MSc Counseling) di Universiti Malaysia Sarawak (UNIMAS) sejak 23 Mac 2017.

Kesemua pegawai tersebut kemudiannya ditempatkan di pelbagai jabatan dan kementerian dalam perkhidmatan awam negeri. Seorang daripada mereka, Pegawai Psikologi Gred N44, telah ditugaskan di Pejabat Residen Bahagian Bintulu bagi melaksanakan pelbagai program, aktiviti dan perkhidmatan bimbingan kaunseling-psikologi. Skop tugasan adalah berpandukan kepada sepuluh senarai tugas utama (Job Description), yang merangkumi khidmat kepada warga kerja Pejabat Residen Bintulu secara khusus, dan secara umum kepada jabatan, agensi serta komuniti setempat di Bahagian Bintulu.



Anugerah Sijil Kecemerlangan Pelaksanaan Inisiatif Perkhidmatan Psikologi, Kaunseling dan Kesejahteraan Perkhidmatan Awam Sarawak daripada YB Setiausaha Kerajaan Sarawak sempena Konferen Psikologi PANS 2023

VISI

Menjadi pusat rujukan kaunseling dan psikologi yang unggul dalam memperkasa kesejahteraan mental, emosi dan sahsiah warga kerja serta komuniti di Pentadbiran Bahagian Bintulu.

MISI

1. Memberi perkhidmatan kaunseling dan intervensi psikologi yang profesional, mesra dan beretika kepada warga jabatan serta komuniti setempat.
2. Menyediakan program pembangunan kendiri yang menyeluruh bagi meningkatkan daya tahan mental, kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikososial.
3. Membangun budaya kerja sihat dan sokongan psikologi di tempat kerja melalui pendekatan holistik dan berfokuskan manusia.
4. Menjalin kerjasama strategik dengan pelbagai jabatan, agensi dan institusi kerajaan dan bukan kerajaan, bagi memperluas lagi akses kepada pendidikan dan sokongan kesihatan mental serta kesejahteraan psikologi.
5. Memperkukuh kesejahteraan mental, emosi, dan sosial komuniti melalui intervensi profesional, pendidikan, dan sokongan, demi membina masyarakat harmoni, berdaya tahan, dan berfungsi optimum.



Rabu, 10 Julai 2024, Bilik Perbincangan Pejabat Residen Bahagian Bintulu: Sesi Libat Urus Unit Kaunseling dan Psikologi Bersama Seksyen Pengurusan Psikologi, Unit Pengurusan dan Pembangunan Sumber Manusia, Jabatan Premier Sarawak - Sesi libat urus dalam konteks kaunseling dan psikologi dalam organisasi melibatkan Unit Kaunseling Pejabat Residen Bintulu bertujuan memberikan peluang kepada Pegawai Tadbir (Psikologi) PRB untuk membincangkan isu-isu dan cabaran pengurusan PPSi Pentadbiran Bahagian Bintulu. Objektif utama sesi ini adalah untuk menyediakan platform di mana PPSi dan staf jemputan meluahkan perasaan dengan selamat, menangani perasaan terkait keperluan perkhidmatan yang mereka perlukan, serta mengidentifikasi langkah-langkah yang perlu diambil untuk mencapai keadaan yang lebih baik ("way forward"). Melalui sesi ini, peserta dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang hala tuju perkhidatan kaunseling dalam organisasi, selain mengembangkan strategi penyelesaian masalah yang konstruktif.

OBJEKTIF UMUM PERKHIDMATAN KAUNSELING DAN PSIKOLOGI

1. Menyediakan perkhidmatan kaunseling dan psikologi yang mudah diakses, berkualiti dan mesra pelanggan.
2. Membantu individu menangani tekanan, kebimbangan, kemurungan dan cabaran psikososial.
3. Meningkatkan kesejahteraan psikologi dan emosi dalam kalangan penjawat awam dan komuniti.
4. Membina daya tindak dan ketahanan mental masyarakat tempatan.
5. Meningkatkan kesedaran dan kefahaman masyarakat terhadap isu kesihatan mental dan emosi.
6. Menggalakkan budaya tolong diri dan bantu bantu dalam kalangan masyarakat.
7. Menyediakan sokongan psikologi kepada mangsa bencana, trauma, keganasan rumah tangga dan kehilangan.
8. Menjalankan penilaian psikologi bagi tujuan pembangunan modal insan dan keseimbangan kerja-hidup (work-life balance).
9. Meningkatkan keberkesanan komunikasi, kepimpinan dan keseimbangan emosi dalam organisasi.
10. Mewujudkan sistem rujukan dan kolaborasi dengan agensi berkaitan seperti KKM, JKM, BDA, Institusi Pendidikan & Teknikal, agensi Swasta, Korporat & Industri (Bintulu), NGO, dll.
11. Membangunkan sistem dokumentasi dan pemantauan kes yang efisien dan beretika dengan memastikan semua sesi, kemajuan klien dan hasil intervensi direkodkan secara sistematik untuk tujuan penilaian dan peningkatan yang berterusan.
12. Mengintegrasikan nilai budaya tempatan dan sensitiviti etnik dalam pendekatan kaunseling agar perkhidmatan lebih diterima oleh komuniti pelbagai etnik seperti Iban, Melanau, Orang Ulu dan Cina di Bintulu.

PIAGAM PELANGGAN

Unit Kaunseling & Psikologi Pejabat Residen Bahagian Bintulu berikrar untuk memberikan perkhidmatan yang mesra, profesional dan beretika kepada semua pelanggan dengan komitmen seperti berikut:

1. Memberi layanan mesra, hormat dan penuh empati kepada setiap pelanggan tanpa mengira latar belakang, kedudukan atau kepercayaan.
2. Menjamin kerahsiaan maklumat peribadi dan perbincangan sepanjang sesi kaunseling dan psikologi, mengikut Kod Etika Kaunseling dan garis panduan profesional.
3. Memberi respon awal termasuk menetapkan janji temu sesi kepada permohonan perkhidmatan bimbingan kaunseling dan psikologi dalam tempoh tiga (3) hari bekerja selepas permohonan diterima.
4. Melaksanakan program intervensi psikologi, pembangunan dan kesejahteraan kendiri yang relevan dan berkesan, sekurang-kurangnya enam (6) kali pelaksanaan setahun bagi meningkatkan kesejahteraan psikologi warga jabatan, agensi dan komuniti.
5. Menangani sebarang aduan perkhidmatan yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologi dalam jabatan, agensi dan komuniti secara adil dan bertanggungjawab, dengan memberikan maklum balas dalam tempoh lima (5) hari bekerja.
6. Komited dalam pembangunan berterusan profesionalisme staf melalui latihan, penyelidikan dan jaringan kerjasama antara jabatan dan agensi kerajaan demi meningkatkan kualiti perkhidmatan yang cemerlang.

SENARAI TUGAS (JD) – PEGAWAI TADBIR (PSIKOLOGI) PANS (MEMORANDUM RASMI BIL.32/JKM/SHRU/EA/500-8/JILID 1, 28/8/2019)

1. Bertanggungjawab memantau pelaksanaan inisiatif-inisiatif dalam Pengurusan Perubahan Budaya melalui kaedah serampang tiga mata di peringkat individu, peringkat jabatan/agensi dan peringkat negeri yang dinyatakan dalam Pekeliling Perjawatan Negeri Sarawak Bilangan 24 Tahun 2016 – Pelaksanaan SCS Culture Rating Survey Dalam Perkhidmatan Awam Negeri Sarawak.
2. Merancang, melaksanakan, memantau dan bertindak sebagai perkhidmatan sokongan yang berperanan membantu Unit Sumber Manusia Negeri yang bertanggungjawab di dalam memantapkan pelaksanan perkhidmatan kaunseling dan psikologi dalam aspek sebagaimana yang ditetapkan dalam Pekeliling Perjawatan Negeri Sarawak Bil 12 tahun 2017 – Panduan Pengurusan Perubahan Budaya Melalui Aplikasi Psikologi Dalam Pengurusan Sumber Manusia Perkhidmatan Awam Negeri Sarawak; Pembangunan, Pencegahan dan Pemulihan.
3. Pelaksanaan Pekeliling Perjawatan Bil 2 Tahun 2019 – Pelaksanaan Program Pementoran Perkhidmatan Awam Negeri Sarawak di peringkat Kementerian/Jabatan iaitu menjadi tempat rujukan sekiranya terdapat kes-kes yang melibatkan isu-isu psikologi seperti pengenalpastian minat dan personaliti serta pembangunan kendiri.
4. Merancang, mengurus dan memantau pelaksanan program Khidmat Sokongan Pekerja (SCS KSP) di peringkat Kementerian/Jabatan.
5. Mengurus dan memberikan perkhidmatan sesi kaunseling rujukan dan kaunseling sukarela kepada Pegawai yang dirujuk oleh ketua Jabatan.
6. Merancang, melaksana dan memantau Program Kesejahteraan Pekerja.
7. Merancang, melaksana dan memantau Program peningkatan Motivasi Pekerja dan Program Berprestasi Rendah di peringkat Kementerian/Jabatan.
8. Melaksanakan ujian psikologi/psikometrik, menjalankan penyelidikan dan kajian yang lebih berkesan dalam konteks Kementerian/Jabatan.
9. Menyampaikan input psikologi dan kaunseling di peringkat kementerian/Jabatan.
10. Mengemukakan laporan, maklumat dan statistik kepada Unit Sumber Manusia Negeri berhubung pelaksanan dan status inisiatif dan program setiap tiga bulan.

OBJEKTIF STANDART KUALITI PERKHIDMATAN PSIKOLOGI DAN KAUNSELING PERKHIDMATAN AWAM SARAWAK (PANS) 2022

1. Penilaian Personel - Merancang/ melaksana/melapor/merekod ujian psikologi yang berkaitan, cth., borang DASS21 melibatkan peserta/klien.
2. Pembangunan Personel & Kesejahteraan Pekerja - Merancang/Melaksana/Melapor/Merekodkan aktiviti bimbingan pembangunan psikologi yang berkaitan cth., stres, keseronokkan bekerja, kesejahteraan psikologi dalam jabatan.
3. Penyelidikan Psikologi - Membangunkan instrumen/modul/ menjalankan penyelidikan/ menulis artikel dalam Buletin Psikologi PANS.
4. Intervensi Kaunseling & Psikologi - Merancang/Melaksana/Melapor/Merekod aktiviti bimbingan kaunseling individu/ kelompok serta lain-lain aktiviti/program intervensi kaunseling berkenaan.
5. Program SCS-KSP - Merancang/Melaksana/Melapor/Merekod aktiviti bimbingan pembangunan psikologi yang berkaitan, cth., program latihan kemahiran kauseling, pengurusan stres, keseronokkan bekerja, kesejahteraan psikologi dalam jabatan.
6. Program Gangguan Seksual & Keselamatan Psikologi di Tempat Kerja - Merancang/Melaksana/Melapor/Merekod aktiviti bimbingan berkaitan, cth., bengkel dan taklimat anti-gangguan seksual dan keselamatan psikologi di tempat kerja serta membantu HRC dalam mengendlaikan kes-kes gangguan seksual di tempat kerja.
7. Pengurusan Perubahan Budaya - Membantu HRC/HR(O) melaksana program CEB/SCS Borang A & B, anjurkan taklimat Enam Nilai Bersama, Budaya Organisasi Cemerlang
8. Program Pementoram - Membantu HRC/DO/HRO melaksana program Pementoran khususnya yang melibatkan elemen atau isu psikologi yang melibatkan mentor/mentee sepanjang masa pelaksanaan program pementoran.
9. Pencapaian & Pengiktirafan - Merancang/Melaksana/Melapor/Merekod program inisiatif CSR/aktiviti hybrid antara jabatan/inovasi/produk PPSi.

PENDEKATAN KAUNSELING DAN PSIKOLOGI

Perkhidmatan Kaunseling dan Psikologi dilaksanakan melalui pendekatan yang menyeluruh, berpusatkan klien serta berasaskan etika profesional dan sains psikologi. Antara pendekatan yang digunakan merangkumi:

1. Pendekatan Humanistik - Menekankan penerimaan tanpa syarat, empati, dan keaslian dalam hubungan kaunseling bagi membantu klien mengenali potensi diri dan mencapai kesejahteraan psikologi.
2. Pendekatan Kognitif-Perilaku (CBT) - Membantu klien mengenal pasti dan mengubah corak pemikiran negatif serta tingkah laku yang tidak berfungsi, ke arah membina gaya hidup lebih sihat dan produktif.
3. Pendekatan Psikodinamik - Digunakan secara terpilih untuk memahami konflik dalaman dan pengalaman masa lampau yang mempengaruhi tingkah laku dan emosi semasa.
4. Pendekatan Kaunseling Krisis dan Intervensi Psikologi - Menyediakan sokongan segera kepada individu atau organisasi yang mengalami tekanan atau trauma akibat bencana, konflik kerja atau peristiwa kehidupan kritikal.
5. Pendekatan Psikoedukasi dan Pembangunan Kendiri - Merangkumi ceramah, bengkel, dan latihan yang memberi pengetahuan serta kemahiran dalam bidang kesihatan mental, pengurusan emosi, stres dan komunikasi efektif.
6. Pendekatan Komuniti dan Kolaboratif - Melibatkan kerjasama dengan agensi lain dan komuniti setempat dalam membentuk sokongan psikososial yang berkesan dan inklusif.

TUGAS PEGAWAI PSIKOLOGI

1. Membantu melaksanakan program pembangunan modal insan berdasarkan pendekatan psikologi merangkumi aspek pembangunan, pencegahan, pemulihan dan intervensi.
2. Membantu membina modul program pembangunan insan
3. Membantu melaksanakan aktiviti pemantauan, penyelidikan dan kajian pembangunan modal insan.
4. Membantu memberi khidmat rundingan berkaitan perkhidmatan psikologi dan kaunseling.
5. Membantu membangun, mentadbir dan menyediakan laporan ujian psikologi.
6. Membantu memberi input psikologi untuk tujuan pembangunan, pencegahan dan pemulihan.
7. Membantu mengurus pegawai berprestasi rendah dan bermasalah.
8. Membantu memberi khidmat psikoterapi kepada klien.
9. Melaksanakan aktiviti kaunseling yang merangkumi aspek-aspek pertumbuhan dan perkembangan, intervensi, pencegahan dan pemulihan.
10. Menjalankan khidmat kaunseling secara individu dan kelompok, kaunseling keluarga, kaunseling perkahwinan, tele-kaunseling, khidmat perundingan dan intervensi krisis.
11. Menyediakan laporan sesi kaunseling dan pemantauan bagi tujuan rekod, pelaporan dan penambahbaikan kualiti perkhidmatan kaunseling sedia ada.
12. Menyelenggara, menyimpan dan mengedar alat-alat ujian dan inventori psikologi.
13. Menyediakan cadangan keperluan alat-alat ujian dan inventori yang sesuai.
14. Melaksanakan aktiviti atau program latihan dalam urusan pentadbiran, interprestasi alat ujian dan inventori psikologi.
15. Melaksanakan intervensi psikologikal atau psikoterapi dalam merawat kecelaruan mental dan masalah emosi klien.
16. Mendapatkan maklumat umum klien semasa preliminary-interview untuk mendapatkan pengetahuan asas mengenai klien dan latar belakang isu.
17. Menyelaras dan menyimpan statistik kes-kes yang dikendalikan.

SUMBER KUASA

Perkhidmatan psikologi kaunseling oleh Pegawai Psikologi kepada warga kerja di Pejabat Pentadbiran Bahagian Bintulu adalah mengikut Pekeliling Perkhidmatan Awam dan Surat Pekeliling Perkhidmatan berikut:

1. Pekeliling Perjawatan Negeri Sarawak Bilangan 12 tahun 2017 – Panduan Pengurusan Perubahan Budaya Melalui Aplikasi Psikologi Dalam Pengurusan Sumber Manusia Perkhidmatan Awam Negeri Sarawak (PANS)
2. Memorandum Rasmi Bil. 32/JKM/SHRU/EA/500-8/1/JILID 1 Bertarikh 28/8/2019 – Senarai Tugas & Peranan (Job Description) Pegawai Tadbir (Psikologi) Di Perkhidmatan Awam Negeri Sarawak.
3. Pekeliling Perjawatan Negeri Sarawak Bilangan 2 tahun 2019 – Pelaksanaan Program Pementoran Perkhidmatan Awam Negeri Sarawak (PANS).
4. PKPA Bil. 1/99 : Panduan Mewujudkan Perkhidmatan Kaunseling Di Agensi Awam
5. PKPA Bil18/2005: Panduan Aplikasi Psikologi dalam Pengurusan Sumber Manusia Sektor Awam
6. PKPA Bil.29/2007: Perubahan Skim-Skim Perkhidmatan Kaunselor Dan Penolong Kaunselor Kepada Skim Pegawai Psikologi Dan Penolong Pegawai Psikologi
7. SPP Bil.12/2009: Pelaksanaan Aplikasi Psikologi: Budaya Kerja Pencapaian Diutamakan
8. SPP Bil. 8/2010: Panduan Pelaksanaan Pementoran Dalam Pengurusan Sumber Manusia Sektor Awam

DEFINISI

Kaunseling

Menurut Akta Kaunselor 1998 (Akta 580) merupakan sesuatu proses sistematik untuk membantu perhubungan berdasarkan prinsip-prinsip psikologi yang dilaksanakan oleh Pegawai Psikologi mengikut kod etika kaunseling dan garis panduan Jabatan Perkhidmatan Awam untuk mencapai suatu perubahan, kemajuan dan penyesuaian yang holistik, baik dan sukarela pada diri klien supaya perubahan, kemajuan dan penyesuaian itu akan berterusan sepanjang hayat klien

Pegawai Psikologi

Pegawai Psikologi dilantik oleh Jabatan Perkhidmatan Awam, memiliki kelulusan ijazah sarjana muda psikologi, kaunseling atau klinikal psikologi pegawai yang memenuhi syarat lantikan merujuk kepada Pekeliling Perkhidmatan Bilangan 29 Tahun 2007.

Kaunselor Berdaftar

Seseorang yang memiliki ijazah Sarjana Muda, Sarjana, PhD dalam bidang kaunseling dan psikologi serta telah didaftarkan di bawah seksyen 26 atau 27 di dalam Akta Kaunselor 1998 (Akta 580) dengan Lembaga Kaunselor Malaysia, Kementerian Pembangunan Wanita Keluarga Dan Masyarakat.



Pelaksanaan program dan aktiviti untuk meningkatkan tahap kompetensi para Pegawai Tadbir (Psikologi) Perkhidmatan Awam Sarawak. Inisiatif ini amat perlu dalam usaha merancakkan lagi usaha ke arah mensejahterakan penjawat awam memikul tugas dengan rasa selamat, seronok dan progresif.

AKTA KAUNSELOR 1998 (Akta 580) menyatakan bahawa:

Tiada seorang pun boleh;

1. Mengamalkan atau menjalankan atau mengendalikan, atau mengemukakan dirinya sebagai mengamalkan atau menjalankan atau mengendalikan, amalan sebagai kaunselor atau bekerja sebagai kaunselor.
2. Menggunakan gelaran 'Kaunselor Berdaftar' atau apa-apa gelaran dalam apa-apa bahasa yang mungkin semunasabahnya ditafsirkan sebagai menunjukkan bahawa dia seorang kaunselor berdaftar; atau
3. Menggunakan atau mempamerkan apa-apa tanda, papan, kad atau reka bentuk lain yang menggambarkan atau menunjukkan bahawa dia seorang kaunselor berdaftar,

Melainkan jika dia didaftarkan dibawah Akta ini;

- Mana-mana orang yang melanggar subseksyen (1) adalah melakukan suatu kesalahan dan apabila disabitkan boleh didenda tidak melebihi tiga puluh ribu ringgit (RM30,000.00) atau dipenjarakan selama tempoh tidak melebihi tiga (3) tahun atau kedua-duanya.

Kerahsian - Berdasarkan kepada Kod Etika Kaunselor yang disediakan oleh Lembaga Kaunselor:

- Hubungan kaunseling dan maklumat yang diperolehi daripada klien mestilah dirahsiakan, kecuali jika keadaan klien menunjukkan tanda-tanda yang membahayakan klien atau orang-orang lain, di mana Pegawai Psikologi diharapkan mengambil tindakan secara langsung atau memaklumkan kepada pihak berkuasa yang bertanggungjawab.
- Pegawai Psikologi mestilah mendapat persetujuan yang sesuai daripada klien apabila menyampaikan hal-hal yang berkaitan dengan klien kepada pihak ketiga. Langkah-langkah yang berhati-hati hendaklah diambil apabila menyampaikan maklumat melalui faksimili, mel elektronik atau mana-mana cara menyampai maklumat untuk menjamin kerahsiaan.
- Dalam 'setting' rawatan dan perubatan, bagi setiap sesi yang dijalankan, Pegawai Psikologi akan membuat laporan sesi kaunseling secara umum di dalam rekod klien. Sekiranya mana-mana ahli Pengamal Perubatan memerlukan maklumat terperinci tentang klien, mereka boleh berhubung secara langsung dengan Pegawai Psikologi bagi mendapatkan maklumat tersebut mengikut tatacara kerahsiaan yang ditetapkan.

Klien Yang Dirujuk

Klien yang dirujuk oleh Ketua Jabatan (HR) PPBB atau dari mana-mana Jabatan yang memerlukan khidmat kaunseling dan psikologi

Klien Sukarela (Walk-In)

Klien yang hadir sukarela tanpa ada unsur paksaan menghadiri sesi. Objektif klien untuk meningkatkan celik akal dan kesedaran diri ke arahan perubahan yang diingini dan berlauk secara secara sukarela.

SISTEM PENYAMPAIAN PERKHIDMATAN

Proses kerja dan cara penyampaian perkhidmatan adalah berbeza mengikut jenis klien. Klien adalah dari kalangan klien baru atau klien susulan baik secara sukarela atau dirujuk. Sebelum klien diberi khidmat kaunseling dan psikologi, mereka akan diminta untuk mengisi borang maklumat klien bagi tujuan rujukan Pegawai Psikologi (Kaunselor).

Bagi staf, mereka perlu dirujuk oleh pihak penyelia atau ketua Jabatan yang didapati bermasalah ditempat kerja (displin, engkar perintah, tidak hadir kerja, masalah keluarga yang menjejaskan prestasi kerja dan sebagainya). Selain itu, staf boleh juga datang ke Unit ini secara sukarela dengan kebenaran ketuanya jika sesi tersebut melibatkan jam waktu bekerja rasmi.

Perkhidmatan Kepada Staf PPBB

Penyampaian perkhidmatan kaunseling & psikologi melibatkan staf PPBB khususnya yang memerlukan pemerhatian psikologi, menjadi keutamaan UKP. Staf PPBB boleh mendapatkan perkhidmatan kaunseling secara rujukan ataupun secara sukarela. Bagi kakitangan yang mendapatkan perkhidmatan kaunseling secara rujukan, rujukan tersebut akan dibuat melalui Ketua Jabatan/Pejabat/Seksyen/Unit (cth: Residen Bahagian; Pegawai Daerah; Ketua Seksyen/Unit). Tarikh temujanji kes rujukan akan diperolehi dari Pegawai Psikologi UKP, manakala sesi susulan akan ditetapkan dengan persetujuan klien.

Perkhidmatan Kaunseling & Psikologi Klien/Pelanggan Luar Jabatan PPBB

Penyampaian perkhidmatan UKP-PPBB tidak hanya tertakluk kepada klien dalaman jabatan sahaja, tetapi juga boleh melibatkan klien daripada jabatan dan agensi luar selain pelanggan orang perseorangan (orang awam) yang memerlukan sokongan perkhidmatan kaunseling dan psikologi.

SISTEM CARA MERUJUK KLIEN

Setiap kes yang dirujuk untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling UKP-PPBB perlu melalui proses berikut:

- Kes rujukan - dirujuk melalui surat rujukan/permohonan rasmi jabatan atau dengan menghubungi PPSi-PRBB melalui whatsapp/email/telefon.
- Permohonan ramsi/tidak rasmi daripada klien untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling & psikologi. Jika klien bekerja dengan kerajaan/swasta, dinasihatkan beliau terlebih dahulu mendapatkan kebenaran ketua jabatan/organisasi jika masa sesi bimbingan kaunseling berlaku semasa waktu bekerja rasmi.
- Klien ambil pendekatan "Walk-in" iaitu masuk ke bilik kaunseling secara sukarela pada bila-bila masa (waktu bekerja rasmi).

JENIS PERKHIDMATAN

a. Kaunseling individu
b. Kaunseling kelompok
c. Kaunseling keluarga/pasangan
d. Khidmat sokongan/rakan pembimbing individu
e. Khidmat sokongan/rakan pembimbing kelompok
f. Aktiviti bimbingan & motivasi
g. "Psycho-education" menerusi pelbagai aktiviti bimbingan kaunseling
h. Program Intervensi pembangunan, pencegahan & pemulihan (ceramah/kursus/ bengkel/seminar/perbincangan)
i. Ujian Psikometrik/Psikologi

KATEGORI ISU DAN MASALAH YANG DIRUJUK

Unit Kaunseling & Psikologi, Pejabat Residen Bahagian Bintulu
Perkhidmatan Kaunseling dan Psikologi menerima rujukan bagi pelbagai kategori isu melibatkan kesejahteraan emosi, tingkah laku dan hubungan interpersonal. Antara kategori utama yang dirujuk adalah seperti berikut:

1. Masalah Kendiri dan Emosi
   - Tekanan kerja (job stress)
   - Kebimbangan, keresahan dan kemurungan ringan
   - Hilang motivasi atau semangat kerja
   - Kesukaran membuat keputusan / krisis identiti
   - Isu harga diri dan keyakinan diri
2. Masalah Interpersonal dan Hubungan
   - Konflik antara rakan sekerja
   - Masalah komunikasi di tempat kerja
   - Isu rumah tangga dan kekeluargaan
   - Kesunyian atau pengasingan sosial
3. Isu Psikologi Berkaitan Prestasi Kerja
   - Burnout atau keletihan melampau
   - Masalah pengurusan masa dan tugasan
   - Ketidakstabilan emosi semasa melaksanakan tugas
   - Kesukaran menyesuaikan diri di tempat kerja baharu
4. Isu Peralihan Kehidupan dan Penyesuaian
   - Perpindahan kerja atau perubahan peranan
   - Persaraan (pre-retirement anxiety)
   - Kejadian traumatik (kemalangan, bencana, kehilangan)
5. Isu Kesihatan Mental Awal / Preventif
   - Risiko kemurungan / kebimbangan berulang
   - Isu keterasingan atau simptom awal tekanan jiwa
   - Keperluan sokongan psikososial pasca bencana
6. Rujukan Khusus
   - Cadangan intervensi berstruktur untuk staf bermasalah
   - Saringan awal kesihatan mental (Mental Health Screening)
   - Rujukan lanjut ke pakar psikiatri atau agensi berkaitan (jika perlu)

REKOD LAPORAN SESI KAUNSELING

1. Rekod laporan sesi kaunseling adalah SULIT.
2. Rekod laporan sesi kaunseling hanya boleh dilihat dan disimpan oleh Pegawai Psikologi yang mengendalikan sesi kaunseling bersama klien tersebut.
3. Rekod laporan sesi kaunseling tidak boleh diberikan kepada sesiapa kecuali dengan kebenaran bertulis dari klien sendiri.
4. Ringkasan setiap sesi kaunseling, perlu dicatit dalam rekod klien (jabatan yang rujuk) untuk tindakan pegawai yang dirujuk.

LAMPIRAN

(i) Carta Organisasi Unit

JADUAL PERKHIDMATAN

Jadual Perkhidmat Kaunseling & Psikologi,
Pejabat Residen Bahagian Bintulu:

Isnin - Khamis

Jam: 8.00 pagi hingga 1.00 petang
Jam: 2.00 petang hingga 5.00 petang

Jumaat:

Jam: 8.00 pagi hingga 11.30 pagi
Jam: 2.30 petang hingga 5.00 petang

LOKASI

Aras 2
Bangunan Sri Bintulu,
Pejabat Residen Bahagian Bintulu,
Jalan Pisang Keling Off Jalan Tun Razak,
97000 Bintulu, Sarawak.

Tel: 086-310281
H/P: 017-8558747 (Whatapps/e-Kaunseling)
email: jeffreyj@sarawak.gov.my

LAMPIRAN:

CARTA ORGANISASI
UNIT KAUNSELING DAN PSIKOLOGI
PENTADBIRAN BAHAGIAN BINTULU



Datu Nyurak Keti
Residen Bahagian Bintulu



Abang Zainuddin Bin Haji Abang Turkey
(Timbalan Residen Bahagian) (HRC)



Grace Telon Joseph
(Pegawai Tadbir)
Ketua Seskyen Khidmat Pengurusan
Pejabat Residen Bintulu



Jeffrey Jalong
Pegawai Tadbir (Psikologi)
Unit Kaunseling & Psikologi

SEJAHTERA BERSAMA

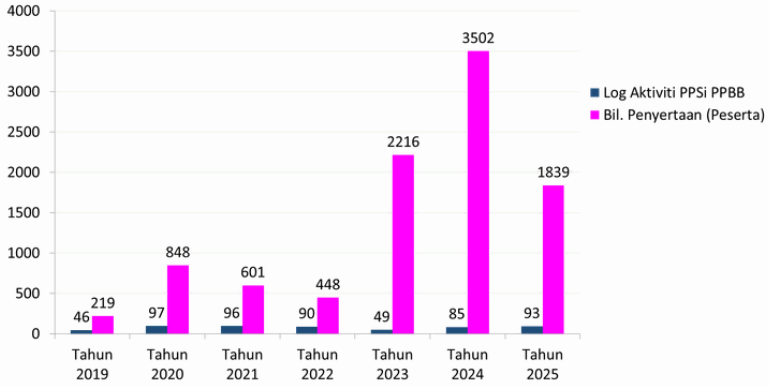
Bimbingan kaunseling dan psikologi bertujuan membantu individu mengurus cabaran mental, emosi, dan sosial. Memberi sokongan meningkatkan kesedaran diri, mengurus tekanan, dan membuat keputusan yang lebih baik. Manfaatnya termasuk meningkatkan kesejahteraan mental-psikologi, membangunkan kemahiran koping, tingkatkan resiliensi diri, serta memperbaiki hubungan intra-inter-personal, dan kualiti hidup. Dalam organisasi, aktiviti bimbingan kaunseling dan psikologi bertujuan meningkatkan kesejahteraan pekerja, mengurangkan stres, dan memperbaiki hubungan berkomunikasi serta kerjasama di antara pegawai dan staf dalam organisasi. Manfaatnya termasuk, meningkatkan kualiti kerja, produktiviti, mengurangkan impak negatif dalam persekitaran organisasi, tingkatkan motivasi, keseronokkan bekerja seterusnya membangunkan gaya kepimpinan yang lebih efektif dan persekitaran kerja yang lebih harmoni dan berprestasi tinggi.



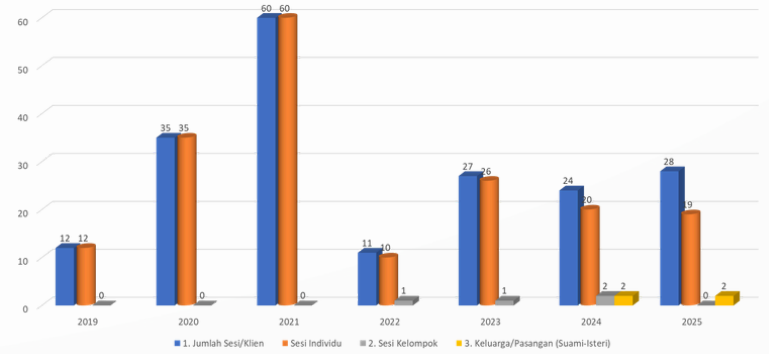


Dilantik sebagai Pegawai Sukarelawan Khidmat Sokongan Psikologikal Atlet Kontinjen Sarawak SUKMA XXI SARAWAK 2024

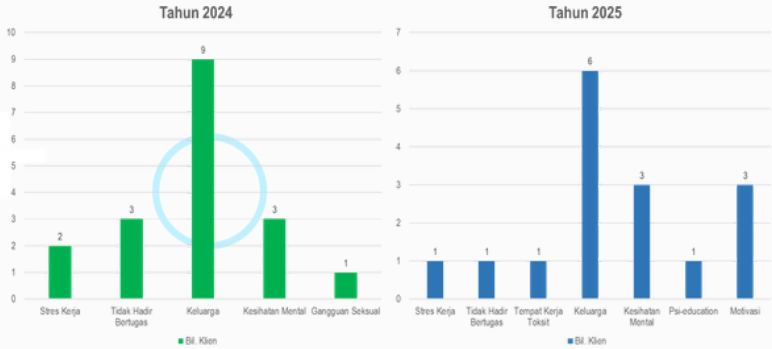
PENGLIBATAN AKTIVITI JABATAN & PELAKSANAAN INISIATIF PSIKOLOGI
UNIT KAUNSELING & PSIKOLOGI PBB TAHUN 2019 - 2025



STATISTIK KATEGORI PELAKSANAAN
SESI BIMBINGAN KAUNSELING & PSIKOLOGI 2019-2025



STATISTIK KATEGORI ISU SESI BIMBINGAN KAUNSELING
Unit Kaunseling & Psikologi 2024 - 2025

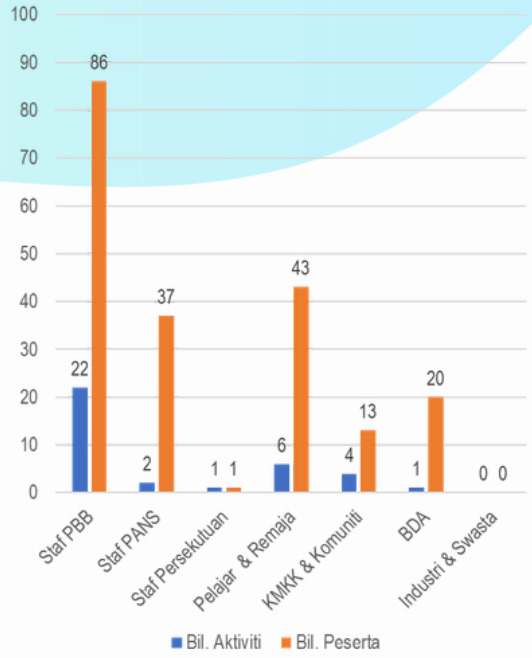


PENGLIBATAN & INISIATIF PELAKSANAAN

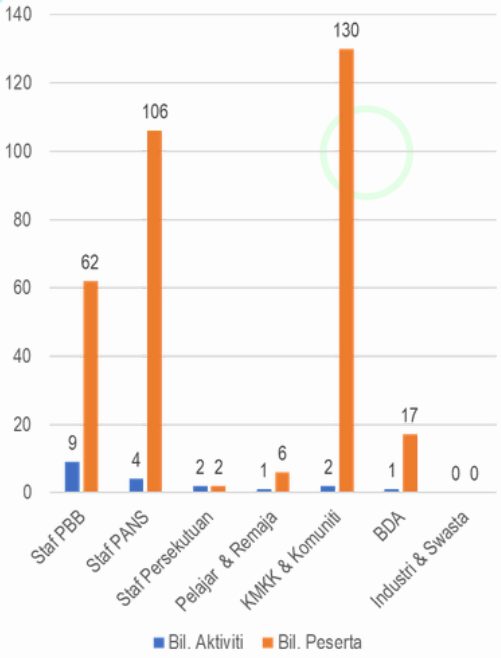
Analisis pelaksanaan inisitif & aktiviti psikologi, kaunseling dan kesejahteraan Unit Kaunseling & Psikologi, Pentadbiran Bahagian Bintulu - Sepanjang tempoh 2019 hingga 2024, jumlah aktiviti dan penyertaan menunjukkan pola yang berubah-ubah dengan beberapa lonjakan ketara. Pada tahun 2019, sebanyak 46 aktiviti dilaksanakan dengan 219 peserta, dan pada tahun 2020 berlaku peningkatan mendadak kepada 97 aktiviti (+111%) dan 848 peserta (+287%). Tahun 2021 mencatat sedikit penurunan dengan 96 aktiviti (-1%) dan 601 peserta (-29%), diikuti oleh penurunan berterusan pada 2022 dengan hanya 90 aktiviti (-6%) dan 448 peserta (-25%). Walaupun jumlah aktiviti merosot drastik pada 2023 kepada 49 aktiviti (-46%), bilangan peserta melonjak luar biasa kepada 2,216 orang (+395%), menunjukkan keberkesanan strategi pelibatan berskala besar. Pada tahun 2024, bilangan aktiviti pulih kepada 85 (+73%) dengan peningkatan ketara jumlah peserta kepada 3,502 orang (+58%), menjadikan tahun ini sebagai pencapaian tertinggi dari segi penglibatan peserta sepanjang enam tahun. Sepanjang tempoh enam tahun (2019–2024), terdapat turun naik dalam bilangan aktiviti dan penyertaan. Walaupun bilangan aktiviti menunjukkan pola yang tidak konsisten, penyertaan peserta pada tahun 2023 dan 2024 mencatat peningkatan yang sangat ketara. Ini memberi petunjuk bahawa keberkesanan sesuatu aktiviti tidak semestinya bergantung kepada kuantiti, tetapi juga kualiti, pendekatan pelaksanaan, dan strategi libat urus yang digunakan.

Anggaran Penyertaan Mengikut Kategori Jabatan/Agensi/Organisasi Unit Kaunseling & Psikologi 2019 - 2021

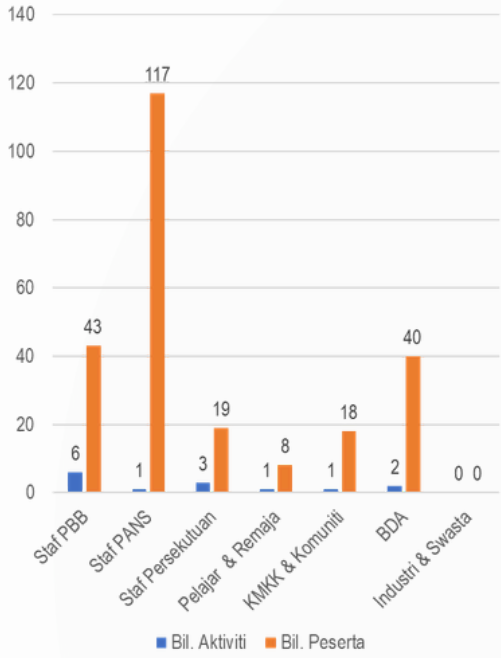
Tahun 2019



Tahun 2020

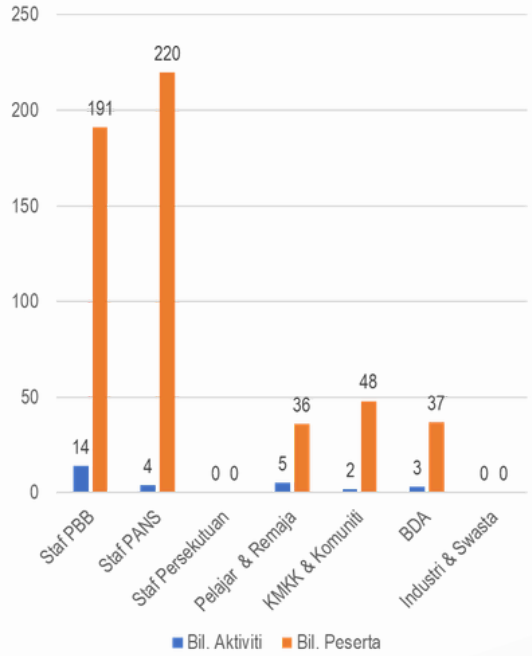


Tahun 2021

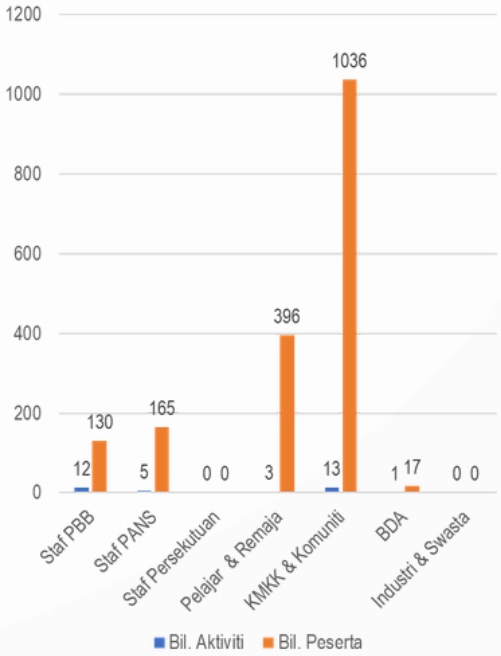


Anggaran Penyertaan Mengikut Kategori Jabatan/Agensi/Organisasi Unit Kaunseling & Psikologi 2022 - 2024

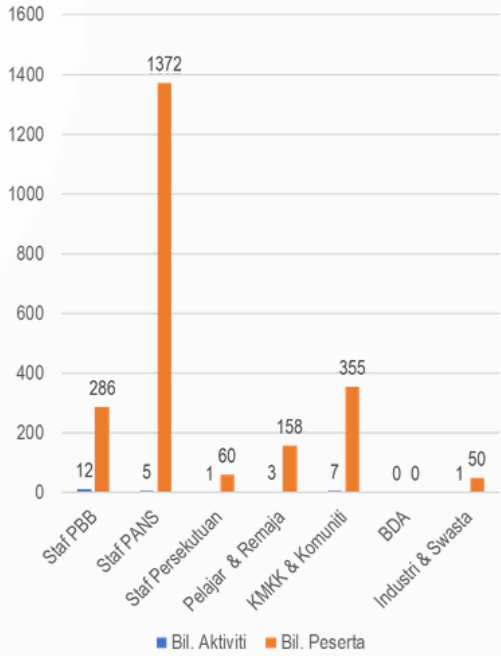
Tahun 2022



Tahun 2023



Tahun 2024



Anggaran Penyertaan Mengikut Kategori Jabatan/Agensi/Organisasi Unit Kaunseling & Psikologi 2025 -

Tahun 2025



Analisa perbandingan ringkas kategori program, aktiviti dan penyartaan bagi tahun 2019-2025:

Antara 2019 hingga 2025, data menunjukkan trend fluktuasi yang ketara dalam bilangan aktiviti dan peserta bagi semua kategori program. Staf PBB mencatat penurunan aktiviti sejak 2019 tetapi mengalami peningkatan peserta terutama pada 2022 dan 2024. Jab/Agensi PANS mencatat lonjakan besar peserta pada 2024 walaupun aktiviti agak stabil. Jab/Agensi Persekutuan dan BDA menunjukkan aktiviti dan peserta yang rendah dan tidak konsisten, manakala pelajar/remaja dan KMKK/Komuniti menunjukkan peningkatan peserta yang signifikan pada 2023, khususnya dalam KMKK/Komuniti yang mencatat aktiviti dan peserta tertinggi pada tahun tersebut. Industri/Swasta mula aktif pada 2024 dengan aktiviti dan peserta yang kecil. Secara keseluruhan, meskipun beberapa kategori mengalami pengurangan aktiviti, peningkatan peserta di beberapa kategori utama menunjukkan keberkesanan program yang semakin meningkat atau fokus kepada aktiviti berskala besar pada tahun-tahun tertentu





DEFINISI KAUNSELING

Menurut Persatuan Kaunseling Malaysia (PERKAMA) dan AKTA KAUNSELOR 1998 (Akta 580), kaunseling didefinisikan sebagai satu proses perhubungan menolong yang sistematik berasaskan "prinsip psikologi" (teori & konsep psikologi, penerima tanpa syarat, empati, komunikasi berkesan dan pembangunan diri) . Proses ini dilakukan oleh kaunselor profesional untuk menghasilkan perubahan, perkembangan, dan penyesuaian peribadi klien secara sukarela dan menyeluruh sepanjang hayat, berdasarkan etika kaunseling.

TUJUAN

Kaunseling bertujuan membantu individu memahami diri mereka dan persekitaran mereka, serta menangani isu-isu yang dihadapi dalam kehidupan. Proses ini melibatkan interaksi antara kaunselor dan klien untuk mencapai kesejahteraan mental dan emosi yang lebih baik.







Bilik Kaunseling dan Psikologi
Pejabat Residen Bahagian Bintulu.

MATLAMAT

- Menyediakan perubahan tingkahlaku
- Membantu membuat keputusan
- Membantu merasionalkan klien
- Membimbing klien bertanggungjawab
- Memperbaiki imej & pemikiran negatif

JENIS PERKHIDMATAN

- Kaunseling Individu
- Kaunseling Kelompok
- Kaunseling Keluarga/Pasangan
- Ujian Psikologi
- Khidmat Runding & Bimbingan Kaunseling
- Pembangunan Personel
- Pelaksanaan Program Pencegahan
- Pemulihan

BAGAIMANA KAUNSELING DIJALANKAN

- Pra-Sesi & Bina Hubungan
- Penerokaan
- Penetapan Objektif/Matlamat
- Perbincangan Intervensi/Solusi/Alternatif
- Pelan Tindakan Susulan
- Tamat Sesi ATAU Sesi Susulan
- Kompil Laporan & File

MANFAAT & KEBAIKAN

- Nikmati fasa kesedaran kendiri (celik akal)
- Kesejahteraan psikologi meningkat
- Keyakinan diri dan motivasi meningkat
- Perbaiki hubungan inter/intra personal
- Lebih mampu beradaptasi dengan krisis
- Rasa lebih lega dan gembira
- Lebih produktif
- Tujuan dan makna hidup yang lebih jelas

BAGAIMANA MENDAPATKAN PERKHIDMATAN

- Walk-in (Sukarela)
- Telefon/HP
- Rujukan/Surat Permohonan
- Email/Whatsapp

ALAMAT & NO. UNTUK DIHUBUNGI

Unit Kaunseling & Psikologi
Pejabat Residen Bahagian Bintulu
Jalan Pisang Keling Off Jalan Tun Razak
97000 Bintulu, Sarawak.
No. Tel.: 086-310281
No. HP.: 017-8558747
email: jeffreyj@sarawak@sarawak.gov.my

Unit Kaunseling & Psikologi, Pentadbiran Bahagian Bintulu - Inisiatif & Pelaksanaan 2019

Sepanjang tahun 2019, Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu telah berjaya terlibat dan melaksanakan pelbagai inisiatif, aktiviti, program yang menyasarkan aspek pembangunan dan kesejahteraan staf serta komuniti tempatan. Antara program dan aktiviti yang telah dijalankan adalah seperti berikut:

- Program Sembang Santai Kerjaya bersama para pelajar intern Pejabat Residen Bintulu
- Sembang Santai bersama Pegawai HR(O) Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Sesi Taklimat dan Pelaksanaan Program Mentor-Mentee Seksyen Pembangunan Pejabat Residen
- Program Pembangunan Kecemerlangan Pekerja Pejabat Residen Bintulu
- Sesi Sembang Santai bersama Ahli Sokongan Pekerja Pentadbiran Bahagian Bintulu (PBB)
- Sesi perbincangan psikologi & kaunseling bersama Ketua Masyarakat Bahagian Bintulu
- Program outreach bersama anak-anak pelajar Kampung Jepak, Bintulu
- Program Pengurusan Stres di Tempat Kerja staf PBB
- Sesi Bimbingan Kaunseling dan Psikologi bersama staf jabatan
- Sesi Sembang Santai berkaitan isu dan cabaran staf mengenai job rotation di Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Perbincangan dan laporan pelaksanaan inisiatif kaunseling dan psikologi bersama Pegawai Daerah Bintulu
- Program Kesejahteraan Pekerja bersama staf jabatan PBB
- Bengkel Pemantapan Rakan Pembimbing Sekerja RPS-BDA
- Sesi Perbincangan Meja Bulat "Intervensi Krisis" bersama Pegawai Psikologi Jabatan Kebajikan Masyarakat dan Pegawai HR(O) Jabatan serta BDA
- Bengkel Kesihatan Mental "Depresi" bersama staf GET Pejabat Residen Bintulu
- Bengkel Pengurusan Kewangan bersama staf jabatan PBB
- Program Sembang Santai Kaunseling dan Psikologi "Kesejahteraan Pekerja" bersama staf Jabatan Tanah & Survey Bahagian Bintulu
- Program Bual Bicara Kesihatan Mental bersama DJ dan Ketua Unit Radio Kayan MIRIfm RTM Miri
- Menulis 1 artikel jurnal dalam Buletin Psikologi & Kaunseling PANS Bil.-2019 m/s 86 "Relationship Between Wellbeing, Six Shared Values and Adaptive Performance, Among The State Civil Service (SCS) Sarawak

Umumnya, pelaksanaan program-program ini mencerminkan komitmen berterusan Unit Kaunseling & Psikologi dalam menyokong pembangunan profesional serta kesejahteraan mental staf dan masyarakat di Bahagian Bintulu.

















Unit Kaunseling & Psikologi, Pentadbiran Bahagian Bintulu - Inisiatif & Pelaksanaan 2020

Sepanjang tahun 2020, Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu telah berjaya terlibat dan melaksanakan pelbagai inisiatif, aktiviti dan program yang menyasarkan aspek pembangunan, kesejahteraan staf dan komuniti tempatan. Antara aktiviti dan program yang telah dijalankan adalah seperti berikut:

- Program Rejuvenasi Kakitangan Lembaga Kemajuan Bintulu (BDA)
- Bengkel Kesejahteraan Pekerja dan Kaunseling Kelompok bersama staf GET Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Program kaunseling dalam mengurus perubahan budaya bersama pegawai HR(O) PANS Bahagian Bintulu
- Intervensi Psikologi-Kaunseling Fasa COVID-19 di PPS Dewan Suarah Bintulu bersama para gelandangan Bintulu
- Program Happy Counselling Siri 1-4 bersama staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Program Pengurusan Stres bersama staf JKR Bahagian Sibu
- Program Pengurusan Stres bersama staf JKR Bahagian Miri
- Ceramah motivasi "Kesejahteraan Mental dan Psikologi" bersama belia dari DUN Jepak Bintulu
- Program Happy Counselling bersama MAKSAK Wanita Bahagian Bintulu
- Bengkel Psikologi Positif dan Pengurusan Stres di tempat kerja bersama staf Pentadbiran Bahagian Bintulu

Berdasarkan rekod log aktiviti rasmi Unit Kaunseling dan Psikologi PBB, sebanyak 97 aktiviti telah berjaya dilaksanakan pada tahun 2020 berbanding 46 aktiviti pada tahun 2019, dengan penglibatan seramai 848 peserta berbanding 219 peserta pada tahun sebelumnya. Pelaksanaan aktiviti dan program ini jelas menunjukkan komitmen berterusan Unit Kaunseling & Psikologi dalam menyokong pembangunan profesional serta kesejahteraan mental staf dan masyarakat di Bahagian Bintulu.

















Unit Kaunseling & Psikologi, Pentadbiran Bahagian Bintulu - Inisiatif & Pelaksanaan 2021

Sepanjang tahun 2021, Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu telah berjaya melaksanakan pelbagai inisiatif dan program yang menyasarkan pembangunan serta kesejahteraan staf dan komuniti. Antara program dan aktiviti yang telah dijalankan adalah seperti berikut:

- Sesi Perbincangan Psikologi-Kaunseling bersama staf HR(O) dan KSP Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Perbincangan tentang Pengurusan Stres Dalam Organisasi bersama Ketua-ketua Seksyen dan Pehawai HR(O)
- Bengkel Kesejahteraan Pekerja Fasa COVID-19 bersama staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Sesi ceramah keluarga "Family On Alert" anjuran AADK Daerah Bintulu
- Bengkel Webinar Work Life Balance dan Kesejahteraan Mental Staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Bengkel Webinar Kesejahteraan Pekerja Fasa COVID-19 Siri 2.0 bersama staf PBB
- Ceramah Sesi Wacana Ilmu Siri 5.0 bertajuk "Keseimbangan Kerja dan Hidup" anjuran Unit Pembangunan dan Pengurusan Sumber Manusia, Jabatan Premier Sarawak
- Bengkel Webinar Pemantapan Psikologi Kaunsleing bersama staf Lembaga Kemajuan Bintulu (BDA) Siri 1-2
- Bengkel Webinar Hybrid Pentadbiran Bahagian Bintulu bersama JPAM "Personaliti, Emosi dan Produktiviti Kerja Organisasi"
- Bengkel Parenting Styles dan Hubunganya dengan Pembentukkan Personaliti bersama pelajar intern Pentadbiran Bahagian Bintulu

Bagi tempoh tahun 2021, rekod log aktiviti Unit Kaunseling dan Psikologi mencatatkan sebanyak 96 aktiviti berbanding 97 aktiviti pada tahun 2020, dengan penglibatan seramai 601 peserta berbanding 848 peserta pada tahun sebelumnya. Pelaksanaan program-program ini membuktikan komitmen berterusan Unit Kaunseling & Psikologi dalam menyokong pembangunan profesional serta kesejahteraan mental staf dan masyarakat di Bahagian Bintulu.

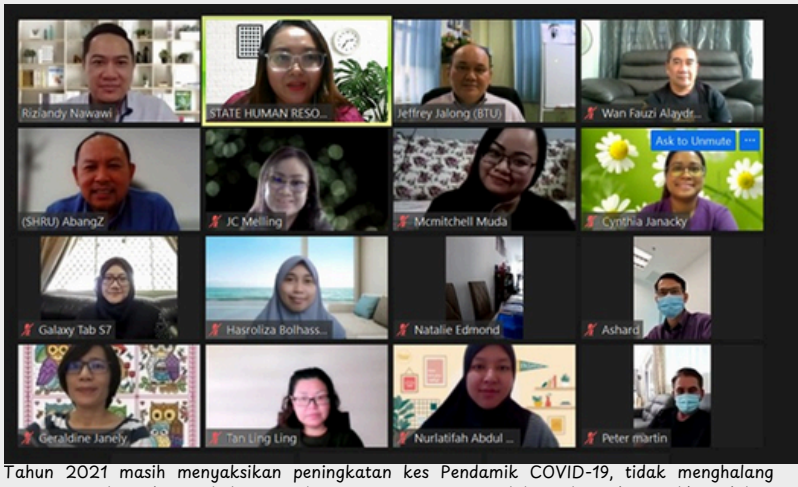

Mesyuarat dan perbincangan Pegawai Psikologi bersama Pegawai-pegawai HR(O) dan Ahli KSP Pejabat Pentadbiran Bahagian Bintulu Bil 1/2021











Tahun 2021 masih menyaksikan peningkatan kes Pendamik COVID-19, tidak menghalang Unit Kaunseling dan Psikologi untuk terus merancang, melaksanakan dan terlibat dalam pelbagai inisiatif dan aktiviti bimbingan kaunseling dan psikologi dijalankan secara fizikal dan khususnya secara webinar aplikasi zoom.

Unit Kaunseling & Psikologi, Pentadbiran Bahagian Bintulu - Inisiatif & Pelaksanaan 2022

Sepanjang tahun 2022, Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu telah berjaya melaksanakan pelbagai inisiatif dan program yang menyasarkan pembangunan serta kesejahteraan staf dan komuniti. Antara program dan aktiviti yang telah dijalankan adalah seperti berikut:

- Sesi Perbincangan Psikologi Kaunseling bersama Ahli Khidmat Sokongan Pekerja (KSP) Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Bengkel Pembangunan dan Kesejahteraan Kerjaya bersama Pelajar Intern (Latihan Industri) di Pejabat Residen Bintulu
- Fokus group berkaitan pembangunan dan kesejahteraan kerjaya bersama pelajar intern di Seksyen Pengurusan Pejabat Residen Bintulu
- Program Kesejahteraan Psikologi dalam Organisasi bersama staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Webinar "Keseronokan Bekerja" bersama staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Bengkel Kemahiran Mengendalikan Stres bersama staf dan pelajar latihan industri Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Program Keibubapaan Cemerlang Anak Gemilang anjuran AADK Daerah Bintulu
- Bengkel Pengurusan Stres Siri 2 staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Taklimat Program Pementoran staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Bengkel "Perkataan Mengubah Minda, Emosi dan Tingkahlaku" bersama staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Sumbangan artikel jurnal dalam Buletin Ilmiah Psikologi & Kaunseling Perkhidmatan Awam Sarawak Bil.1 Tahun 2022, m/s 36 "Work Attachment and Employee Wellbeing: A General Review
- Lawatan Audit Job Description (JD) Pegawai Tadbir (Psikologi) PBB oleh Bahagian Khidmat Sokongan Pekerja Unit Pembangunan dan Pengurusan Sumber Manusia Jabatan Premier Sarawak

Bagi tempoh pelaksanaan tahun 2022 rekod log aktiviti Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu mencatatkan sebanyak 90 aktiviti berbanding 96 (Tahun 2021) dengan jumlah penglibatan peserta seramai 448 orang peserta berbanding 601 (Tahun 2021). Program-program yang telah dilaksanakan memberi manfaat signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologi, pembangunan kerjaya, dan kemahiran pengurusan diri dalam kalangan staf dan pelajar latihan industri di Pentadbiran Bahagian Bintulu. Sesi bimbingan kaunseling ala fokus group, bengkel dan webinar yang dianjurkan membuka ruang kepada peserta untuk memahami kepentingan keseimbangan emosi, kemahiran menangani stres, serta nilai keseronokan dalam bekerja. Selain itu, pelaksanaan program pementoran dan keibubapaan turut menyokong pembentukan hubungan interpersonal yang sihat di tempat kerja dan dalam keluarga. Secara keseluruhan, program ini menyumbang ke arah mewujudkan persekitaran kerja yang lebih positif, produktif dan sejahtera.



Dari kiri: Encik Reynold Johnny Nagat Penolong Pengarah Bahagian Pembangunan Organisasi, Tuan Riziandy Nawawi Ketua Bahagian Khidmat Sokongan Pekerja, YBhg. Datu Jack Aman Luat Residen Bahagian Bintulu, Encik Chung Tze Jin BSP-UPPSM dan Encik Jeffrey Jalong PPSi Pentadbiran Bahagian Bintulu.





Sesi courtesy call rombongan Audit JD PPSi kepada Datu Residen Bahagian Bintulu.













Unit Kaunseling & Psikologi, Pentadbiran Bahagian Bintulu - Inisiatif & Pelaksanaan 2023

Sepanjang tahun 2023, Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu telah berjaya melaksanakan pelbagai inisiatif dan program yang menyasarkan pembangunan serta kesejahteraan staf dan komuniti. Antara program dan aktiviti yang telah dijalankan adalah seperti berikut:

- Sesi konsultasi individu berkaitan Pembangunan Kerjaya bersama anak staf Pentadbiran Bahagian Bintulu (PBB)
- Bengkel Keseronokan Bekerja (Siri 1-2) staf PBB
- Pembikinan Klip Video Siri 1-3 berkaitan Keseronokan Bekerja di PBB, melibatkan staf baru dan senior
- Sesi "Heart to Heart Talk" bersama staf Pejabat Residen Bintulu
- Bengkel Aplikasi Psikologi dan Saringan Kesihatan Mental bersama staff PBB
- Ceramah "Keluarga Terkesan" bersama keluarga AADK Daerah Bintulu
- Program "Parenting & Attachment styles" sempena sambutan Hari Wanita Peringkat Daerah Sebauh
- Meraikan hari jadi staff Pejabat Residen Bintulu (PRB)
- Bengkel Budaya Kerja Cemerlang anjuran bersama dengan Lembaga Kemajuan Binntulu (BDA)
- Bengkel Bimbingan Kesejahteraan Psikologi dan Kaunseling dalam Komuniti KMKK Peringkat Daerah Bintulu
- Bengkel "Jangan Stres, Santai Bah!" bersama staf PBB
- Ceramah "Bijak ParenTHINK 2023" anjuran Mentari, Hospital Bintulu
- Bengkel Pemantapan Kemahiran Kaunseling dan Psikologi Rakan Pembimbing Sekerja (RPS) Lembaga Kemajuan Bintulu (BDA)
- Bengkel Bimbingan Kesejahteraan Psikologi dan Kaunseling dalam Komuniti KMKK Peringkat Daerah Tatau
- Bengkel Bimbingan Kesejahteraan Psikologi dan Kaunseling dalam Komuniti KMKK Peringkat Daerah Sebauh
- Bengkel "Say No to Stress!" bersama staf dan pegawai PBB
- Meraikan harijadi staf Pejabat Residen Bintulu
- Program TOT Family On Alert anjuran AADK Daerah Bintulu
- Program Kemahiran Asas Kaunseling dan Organisasi bersama pegawai PANS Bahagian Bintulu
- Ceramah Motivasi dan Kesihatan Mental pelajar sempena program TEGAS Peringkat Bahagian Bintulu
- Sumbangan artikel jurnal dalam Buletin Ilmiah Psikologi & Kaunseling Perkhidmatan Awam Sarawak Bil.1 Tahun 2023, ms 18 "An Introduction To Workplace Issues On Psychosocial Safety Climate"



Aktiviti kaunseling & psikologi bersama komuniti

- Ceramah kesejahteraan psikologi dan kemahiran asas kaunseling komuniti bersama KK & JKKK Kampung Jabai dan Kampung Assyakirin Fasa 1, 2 & 3
- Bengkel keselamatan psikologi dalam organisasi bersama pegawai dan staf PANS Bahagian Bintulu
- Ceramah sempena Program Bintulu Suicide Prevention Campaign 2023 anjuran MENTARI Hospital Bintulu
- Program Perkasakan Psikologi Kendiri dan Sokongan Sosial dalam keluarga AADK Daerah Bintulu
- Ceramah program self-care dan work life balance bersama JAIS Bahagian Bintulu
- Bengkel worklife balance dan keselamatan psikologi bersama staf PBB
- Ceramah "Wanita Bangkit" bersama peserta (wanita) Yayasan Kebajikan Negara Malaysia, Kementarian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat
- Seminar kesihatan rohani, mental dan fizikal abad ke-21 bersama pelajar dan pelatih Institute Kemahiran MARA (IKM) Bintulu
- Program Kem Shields AADK Daerah Bintulu bersama pelajar SMK Sebauh

Bagi tempoh pelaksanaan tahun 2023 rekod log aktiviti Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu mencatatkan sebanyak 49 aktiviti berbanding 90 (Tahun 2022) dengan jumlah penglibatan peserta seramai 2,216 orang peserta berbanding 448 (Tahun 2022).

Program-program intervensi psikologi yang dilaksanakan memberi impak positif dalam memperkasakan kesejahteraan mental, emosi dan sosial komuniti pelbagai lapisan di Bintulu. Ceramah, bengkel dan seminar yang dianjurkan melibatkan pelbagai pihak seperti KK & JKKK, agensi kerajaan, pelajar, wanita serta keluarga berisiko, dengan penekanan kepada aspek keselamatan psikologi, sokongan sosial, keseimbangan hidup dan kemahiran asas kaunseling. Usaha ini membantu meningkatkan kesedaran tentang kepentingan penjagaan kesihatan mental, pencegahan bunuh diri, dan pemerkasaan kendiri. Secara keseluruhan, program ini menyumbang kepada pembangunan komuniti yang lebih sihat, berdaya tahan dan sejahtera dari sudut psikologi.



Sokongan psiko-sosial dalam kalangan staf Pentadbiran Bahagian Bintulu amat penting bagi meningkatkan kesejahteraan psikologi selain bertujuan memperkukuh hubungan mesra sesama rakan sekerja.

Unit Kaunseling & Psikologi, Pentadbiran Bahagian Bintulu - Inisiatif & Pelaksanaan 2024

Sepanjang tahun 2024, Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu telah berjaya melaksanakan pelbagai inisiatif dan program yang menyasarkan pembangunan serta kesejahteraan staf dan komuniti. Antara program dan aktiviti yang telah dijalankan adalah seperti berikut:

- Program Kelompok Sokongan Kepulihan Keluarga AADK Daerah Bintulu
- Program Budaya Kerja Cemerlang bersama staf Pentadbiran Bahagian Bintulu (PBB)
- Bengkel Meningkatkan Motivasi dan Semangat Bekerja staf PBB
- Sesi webinar "Pengamalan Nilai Baik Hati dan Prihatin" bersama staf Perkhidmatan Awam Sarawak
- Bengkel Amalan Budaya Kerja Cemerlang dalam Organisasi bersama staf Jabatan Pertanian Bahagian Bintulu
- Sesi Bimbingan Kaunseling Kelompok bersama kumpulan pemandu PBB
- Ceramah "Kenali Kesihatan Mental dan Kesejahteraan Psikologi" bersama ahli SIDS Cawangan Kemena, Bintulu
- Program "Fight Drugs To The End!" bersama AADK Daerah Bintulu dan penduduk Rh. Jakub Bt. 28 Jalan Bintulu/Miri
- Bengkel Kewangan, Kesihatan Mental dan Kesejahteraan Psikologi bersama staf PBB
- Kajiselidik Tinjauan Kesejahteraan Psikologi staf PBB
- Bengkel Personaliti, Kesihatan Mental dan Pembangunan Kerjaya bersama pelajar intern Pejabat Residen Bintulu (PRB)
- Ceramah "How I Feel" bersama Columbia Asia Hospital dan pekerja OM Materials Sdn. Bhd. Office Samalaju, Bintulu, Sarawak
- Sesi Bimbingan Kaunseling Kelompok bersama staf dan pelajar intern PBB
- Program Bimbingan Kepulihan Keluarga AADK Daerah Bintulu
- Program Jerayawara Budaya Kerja Cemerlang bersama staf dan pegawai JKR Bahagian Bintulu
- Program Anti-Gangguan Seksual dan Keselamatan Psikologi di tempat kerja bersama staf PBB
- Sesi Libat Urus PPSi-PBB bersama Unit Pembangunan dan Pengurusan Sumber Manusia Jabatan Premier Sarawak
- Program kesihatan Mental dan Mindfulness bersama staf PBB
- Retreat Budaya Kerja Organisasi Cemerlang dan Pembangunan Kesejahteraan Personel bersama Jabatan Hutan Wilayah Bintulu, Sarawak
- Ceramah Wanita Cemerlang sempena sambutan Hari Wanita Peringkat Daerah Bintulu 2024
- Ahli Panel sempena Hari Kesihatan Mental Sedunia Peringkat Bahagian Bintulu anjuran Hospital Bintulu
- Sebagai pembentang kertas kajian konseptual semasa Symposium Psikologi sempena Hari Psikologi Peringkat Sarawak
- Program Psikologikal untuk Atlet Kontinjen Sarawak SUKMA XXI Sarawak 2024
- Program "How to cope with Loss and Grief" bersama JAIS Bahagian Bintulu
- Program Outreach Bengkel Motivasi Pelajar SPM SMK Long Lama Baram, Miri Sarawak
- Taklimat Anti-Gangguan Seksual dan Hubungan Sulit di Tempat Kerja sempena Retreat R&DO Bahagian Bintulu
- Sumbangan artikel untuk Buletin Ilmiah Psikologi & Kaunseling Vol.7 No 1-2024
- Sumbangan artikel untuk Buletin Ilmiah Psikologi & Kaunseling Vol.7 No 2-2024

Bagi tempoh pelaksanaan tahun 2024 rekod log aktiviti Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu mencatatkan sebanyak 85 aktiviti berbanding 49 (Tahun 2023) dengan jumlah penglibatan peserta seramai 3,502 orang peserta berbanding 2,216 (Tahun 2023) iaitu peningkatan 58.04% penyertaan.

Pelaksanaan pelbagai program kesejahteraan psikologi dan pembangunan kendiri di Bahagian Bintulu telah memberi impak positif kepada penjawat awam dan komuniti setempat. Program yang merangkumi ceramah, bengkel, seminar dan sesi libat urus ini melibatkan pelbagai kumpulan sasaran seperti staf Pentadbiran Bahagian Bintulu, pelajar latihan industri, komuniti AADK, serta agensi seperti Jabatan Pertanian, JKR dan JAIS. Antara fokus utama program termasuklah peningkatan kesejahteraan mental, motivasi kerja, keselamatan psikologi, pencegahan gangguan seksual, pengurusan stres, sokongan sosial dan keseimbangan antara kerja dan kehidupan.

Usaha ini turut memperkenalkan elemen penting seperti kemahiran asas kaunseling, amalan "mindfulness", pengurusan kewangan berhemah dan nilai kekeluargaan dalam membentuk ketahanan psikologi serta budaya kerja positif. Program-program seperti retreat staf, jerayawara pementoran, dan ceramah komuniti juga membantu meningkatkan tahap kesedaran dan sokongan psikososial di peringkat organisasi dan komuniti.

Melalui kolaborasi strategik dengan pelbagai agensi, program ini bukan sahaja memperkukuh sistem sokongan dalam organisasi, malah membentuk persekitaran kerja yang lebih sihat, produktif dan beretika. Secara keseluruhannya, pendekatan holistik ini menyumbang kepada pembentukan budaya kerja cemerlang yang berasaskan empati, integriti dan kesejahteraan menyeluruh.



Unit Kaunseling & Psikologi, Pentadbiran Bahagian Bintulu - Inisiatif & Pelaksanaan 2025

Bermula Januari hingga September tahun 2025, Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu telah berjaya melaksanakan pelbagai inisiatif dan program yang menyasarkan pembangunan serta kesejahteraan staf dan komuniti. Antara program dan inisiatif yang telah dijalankan adalah seperti berikut:

- Bengkel Amalan Budaya Kerja Cemerlang dan Kesejahteraan Pekerja (Staf Pentadbiran Bahagian Bintulu)
- Sesi Bimbingan Kelompok Pasca Banjir 2025
- Creative Art Therapy - Perbadanan Sukan Sarawak (Sarawak Sport Corporation)
- Perbincangan Program SCS-KSP Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Mindset Profesional: Strategi Pengurusan Tekanan, Penyelesaian Masalah dan Komunikasi Berkesan di Tempat Kerja - Bintulu ADTEC
- Intervensi Bimbingan Kaunseling - Agensi Antidadah Kebangsaan (AADK) Daerah Bintulu, Kementeri Dalam Negeri
- Kursus Bijak ParenTHINK Siri 2.0-2025 - Persatuan Kebajikan Perkhidmatan Psikiatri dan Jabatan Psikiatri & Kesihatan Mental Hospital Bintulu serta Pusat Kesihatan Mental Masyarakat (MENTARI) Bintulu
- Bengkel Regulasi Emosi Staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Program Amalan Budaya Kerja Cemerlang Dalam Organisasi - Jabatan Pengairan dan Saliran (DID) Bintulu
- Bengkel Keselamatan Psikologi dan Anti-Gangguan Seksual serta Hubung Sulit di Tempat Kerja
- Bengkel Kesihatan Mental dan Kesejahteraan Psikologi Staf Pentadbiran Bahagian Bintulu
- Program Bersama Keluarga AADK Daerah Bintulu - Kepulihan Keluarga
- Kursus ParenTHNK 3.0 - Kesihatan Mental Kanak-kanak dan Remaja
- Program Motivasi Pelajar: Minoriti Hebat
- Bengkel Bimbingan Psikologi Positif Dalam Gaya Kepimpinan KMKK Daerah Bintulu
- Program Keselamatan Psikologi & Kesejahteraan Pekerja Peringkat Pentadbiran Bahagian Bintulu 2025

Bagi tempoh pelaksanaan bermula bulan Januari sehingga September tahun 2025 rekod log aktiviti Unit Kaunseling dan Psikologi Pentadbiran Bahagian Bintulu mencatatkan sebanyak 64 aktiviti berbanding 85 (Tahun 2024) dengan jumlah penglibatan peserta seramai 1,757 orang peserta berbanding 3,502 (Tahun 2024).









AUTOGRAF



PEJABAT RESIDEN BAHAGIAN BINTULU
Jalan Pisang Keling Off Jalan Tun Razak
97000 Bintulu, Sarawak.

No. Tel: +60 86 331 896
No. Fax: +60 86 336 620
https://pentadbiranbintulu.sarawak.gov.my/