



KEMENTERIAN PENGAJIAN TINGGI



SKEP 2022

SIMPOSIUM KEBANGSAAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI

Menelusuri SDG 3 : Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia

11-12 Oktober 2022
Arena Gemilang, DeTAR Putra UNIMAS

IMBAS SEKARANG



Menyokong:



Rakan Strategik :



Penaja :



FOLLOW | LIKE | SHARE : #skep2022

www.conference.unimas.my/skep2022

PRAKATA MENTERI SARAWAK

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh dan Salam Sejahtera.

Alhamdulillah, syukur ke hadrat Allah SWT kerana dengan limpah kurnia dan izinNya, Simposium Kebangsaan Kesejahteraan Psikologi 2022 (SKeP2022) yang julung kali diadakan di UNIMAS telah dilaksanakan dengan jayanya.

Oktober merupakan bulan istimewa yang ditunggu-tunggu oleh semua pengamal kaunseling di Malaysia kerana bulan Oktober telah diisytiharkan sebagai bulan kaunseling kebangsaan dalam usaha meningkatkan kesedaran masyarakat mengenai kepentingan menjaga kesihatan mental.

Selari dengan hasrat Kerajaan untuk meningkatkan penglibatan semua kementerian dan agensi termasuklah Institut Pengajian Tinggi, Universiti Malaysia Sarawak (UNIMAS) tidak terkecuali dalam penganjuran program-program berbentuk kesedaran bagi menangani isu kesihatan mental dalam masyarakat, mewujudkan langkah intervensi sosial, akses komuniti kepada perkhidmatan kaunseling dan merasai kepentingan perkhidmatan kaunseling profesional dalam komuniti.

Syabas dan tahniah diucapkan kepada Universiti Malaysia Sarawak dan Kementerian Pengajian Tinggi di atas penganjuran Simposium Kebangsaan Kesejahteraan Psikologi 2022 (SKeP2022) dengan tema Menelusuri SDG3: Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia bersempena dengan Sambutan Bulan Kaunseling Kebangsaan pada tahun ini.

Diharapkan penganjuran SKeP2022 ini dapat mencapai objektif utama yang disasarkan iaitu memberi pendedahan yang mencukupi tentang kepentingan penjagaan kesihatan mental dalam diri masing-masing serta dapat meneroka potensi dalam diri sebagai persiapan untuk menjadi modal insan yang berkualiti serta seimbang dari segi pemikiran dan emosi.

Sekian, Wabilahi Taufik Wal Hidayah. Assalamualaikum Warah Matullahi Wabarakatuh.



**YB DATO SRI HAJAH FATIMAH
ABDULLAH**

Menteri Pembangunan Wanita
Kanak-Kanak dan Kesejahteraan
Komuniti Sarawak

PRAKATA KETUA SETIAUSAHA KEMENTERIAN PENGAJIAN TINGGI



**YBHG. DATO' SERI ABDUL RAZAK
BIN JAAFAR**
Ketua Setiausaha
Kementerian Pengajian Tinggi

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Salam Sejahtera dan Salam Keluarga Malaysia.

Alhamdulillah, bersyukur kita ke hadrat Allah SWT kerana dengan limpah kurnia-Nya, Simposium Kebangsaan Kesejahteraan Psikologi 2022 atau SKeP 2022 telah berjaya diadakan di UNIMAS. Saya ingin mengucapkan tahniah dan syabas kepada Bahagian Pengurusan Sumber Manusia, Kementerian Pengajian Tinggi (BPSM, KPT) dan UNIMAS atas kejayaan menganjurkan SKeP 2022 secara hibrid (bersemuka dan atas talian) terutamanya setelah negara berdepan dengan pandemik COVID-19. Lebih bermakna, penganjuran simposium ini adalah bersempena dengan Sambutan Bulan Kaunseling Kebangsaan.

Menyedari akan kepentingan kesejahteraan psikologi individu dalam mencapai kehidupan yang berkualiti, SKeP 2022 dilihat sebagai alternatif yang baik dalam mewujudkan warga kerja yang sihat dari segi mental dan fizikal sekaligus dapat memperkasakan profesion kaunseling dan psikologi di Malaysia. Kredit juga harus diberikan kepada UNIMAS kerana memilih tema Menelusuri SDG 3: Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia yang bertepatan dengan aspirasi Keluarga Malaysia yang diperkenalkan oleh Yang Amat Berhormat Perdana Menteri. Malah, penganjuran simposium yang mengetengahkan konsep Keluarga Malaysia Bahagia ini juga adalah seiring dengan hasrat Kerajaan untuk menjadikan rakyat seperti berada dalam sebuah entiti yang digelar "Keluarga" ketika ramai antara kita diduga dengan kedukaan akibat pandemik yang secara tidak langsung meragut kebahagiaan yang dikecapi sebelum ini.

Malah dengan penganjuran simposium yang mensasarkan peserta dalam kalangan warga kerja Universiti Awam, agensi kerajaan dan mahasiswa dilihat berupaya menjadi pemangkin kepada tercapainya objektif penganjuran program yang berlandaskan aspirasi Keluarga Malaysia. Oleh itu, syabas dan tahniah saya ucapkan kepada semua pihak yang menyumbang kepada penganjuran dan kejayaan simposium ini.

Sekian, terima kasih.

Salam Keluarga Malaysia.

KATA ALU-ALUAN NAIB CANSOLOR

Assalamualaikum dan Salam Sejahtera,



**YBHG. PROF DATUK DR MOHAMAD
KADIM BIN SUAIDI**
Naib Canselor
Universiti Malaysia Sarawak

Pertama sekali, syukur ke hadirat Ilahi kerana Simposium Kebangsaan Kesejahteraan Psikologi 2022 atau SKeP 2022 telah berjaya dilaksanakan di UNIMAS dengan tema Menelusuri SDG 3: Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia. Pelaksanaan simposium ini begitu bermakna kerana diadakan bersempena dengan Sambutan Bulan Kaunseling Kebangsaan yang disambut pada bulan Oktober setiap tahun. Pada tahun ini juga, UNIMAS turut meraikan Sambutan Ulang Tahun ke-30 UNIMAS di Bumi Kenyalang, satu jangka masa yang amat signifikan buat warga UNIMAS.

Saya berharap agar peserta yang hadir ke simposium ini akan mendapat manfaat daripada pelaksanaan program yang sarat dengan pengisian yang menarik seperti bengkel kesejahteraan staf, sesi interaktif, ucap tuma, forum, pertandingan poster kreatif dan segmen *glitter* bersama selebriti. Selain itu, peserta juga boleh melawat tapak pameran bagi meningkatkan kesedaran penjagaan kesihatan dan turut serta dalam Program KPT Prihatin, Komuniti Sejahtera atau KRIS UNIMAS.

Saya juga ingin mengucapkan tahniah kepada Bahagian Pengurusan Sumber Manusia, Pejabat Pendaftar, UNIMAS terutamanya Jawatankuasa Pelaksana dan rakan strategik iaitu Kementerian Pengajian Tinggi (KPT), Kerajaan Negeri Sarawak, Majlis Persatuan Pentadbir Universiti Awam Malaysia (MASTI) serta Jawatankuasa Pengurusan Psikologi dan Kaunseling Staf Universiti Awam (JKPPSiKUA) yang telah berusaha dengan bersungguh-sungguh bagi menjayakan penganjuran SKeP 2022 di UNIMAS.

Akhir sekali, sekalung penghargaan kepada pihak KPT kerana memberi kepercayaan kepada UNIMAS untuk melaksanakan program yang amat bermanfaat ini. Semoga kerjasama sebegini dapat diteruskan pada masa akan datang, khususnya dalam memperkasakan profesion kaunseling dan psikologi serta menyumbang kepada kesejahteraan psikologi warga kerja dan organisasi.

Sekian, terima kasih.

Salam UNIMASku Sayang.



LATAR BELAKANG PROGRAM

Simposium Kesejahteraan Psikologi Peringkat Kebangsaan 2022 atau SKeP2022 memfokuskan kepada kesejahteraan psikologi warga kerja Kementerian Pengajian Tinggi (KPT) serta warga organisasi kerajaan dan bukan kerajaan di seluruh negara.

Setiap organisasi mempunyai hasrat untuk mempunyai warga kerja yang sihat dan seimbang dari segi jasmani, emosi, rohani dan intelek. Program ini berperanan untuk membimbing dan membantu setiap warga kerja organisasi akan kesedaran penjagaan kesihatan mental dan emosi ke arah Keluarga Malaysia bahagia.

Pelaksanaan simposium ini diadakan bersempena dengan sambutan Bulan Kaunseling Kebangsaan yang disambut pada bulan Oktober setiap tahun. Ia juga sebagai langkah untuk memperkasa peranan dan tanggungjawab profesion kaunseling dan psikologi dalam merancang, melaksana dan menyelaraskan aktiviti berkaitan kaunseling kepada staf/warga kerja supaya menjadi insan yang lebih sejahtera dalam kehidupan.

Peserta yang hadir ke simposium ini akan mendapat manfaat daripada pelaksanaan program ini dengan pengisian-pengisian yang telah dirancang. Simposium Kesejahteraan Psikologi Peringkat Kebangsaan 2022 pada kali ini akan dilaksanakan secara bersemuka (*face-to-face*). Pengisian-pengisian menarik telah dirancang selama dua (2) hari simposium untuk semua peserta dengan aktiviti sidang selari iaitu bengkel kesejahteraan staf, sesi interaktif, ucap tama, forum, segmen *glitter* bersama selebriti, program derma darah, pameran dan pertandingan poster kreatif.

OBJEKTIF PROGRAM

- Menjadi platform terbaik dalam mengetengahkan aspek kesejahteraan psikologi dalam kalangan warga organisasi kerajaan dan bukan kerajaan;
- Memberi pendedahan awal tentang kepentingan penjagaan kesihatan mental di kalangan warga sesebuah organisasi dalam mendepani cabaran kesihatan mental khususnya semasa endemik COVID-19;
- Menjadi medium untuk membuka ruang dan peluang bagi peserta meneroka potensi dalam diri agar menjadi insan yang lebih seimbang dari segi pemikiran dan emosi; dan
- Memperkasa fungsi dan peranan profesion kaunseling dan psikologi dalam usaha membantu warga sesebuah organisasi menjadi golongan yang celik ilmu khususnya dalam isu berkenaan kesihatan mental.

TEMA PROGRAM

"Menelusuri SDG 3: Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia"

Konsep Keluarga Malaysia diperkenalkan dengan mengajak rakyat pelbagai agama, bangsa dan kaum bersama-sama untuk memulihkan semula keadaan negara ini yang jelas menunjukkan kepentingan institusi keluarga dalam menghadapi situasi yang mencabar.

Konsep '**Keluarga Malaysia**' telah menggariskan tiga teras utama dan 20 pengkayaan nilai:

KETERANGKUMAN

Dalam konteks negara, kita adalah #KeluargaMalaysia yang terdiri daripada pelbagai agama, bangsa, kaum dan usia. Meskipun berbeza kepercayaan, latar belakang dan budaya, kita meraikan 'keterangan' (atau *inclusivity*) dalam perbezaan dan menjunjung semangat Malaysia sebagai sebuah negara bangsa.

KEBERSAMAAN

Pelbagai gerak kerja dan usaha merentas kementerian dan agensi diatur bagi memudah cara pelaksanaan program dan inisiatif untuk rakyat dengan pantas dan berkesan. Ini merupakan usaha mencari 'kebersamaan' (atau *common ground*) agar pemegang taruh utama iaitu #KeluargaMalaysia merasai nikmatnya.

KESYUKURAN

Toleransi masyarakat yang berbeza agama, bangsa dan kaum dalam kalangan #KeluargaMalaysia telah berlangsung selama puluhan tahun. Namun, tidak mudah mempertahankan payung toleransi andainya #KeluargaMalaysia meminggirkan nilai-nilai yang boleh mewujudkan konflik dan perbezaan. Rasa 'kesyukuran' (atau *contentment*) terhadap toleransi ini telah diterjemahkan sebagai salah satu ciri-ciri #KeluargaMalaysia.

Manakala antara pengkayaan nilai di bawah tiga teras ini adalah seperti berikut :

- Menyemai budaya integriti dalam keluarga
- Menjadikan budaya amanah sebagai budaya keluarga
- Menjadikan prinsip keadilan sebagai teras pengukuhan keluarga
- Menjadikan amalan bermusyawarah sebagai amalan keluarga
- Menerapkan budaya ilmu dalam keluarga dan masyarakat
- Menyuburkan budaya komunikasi berhemah dalam keluarga dan masyarakat
- Membina akhlak mulia seluruh anggota keluarga

Bersandarkan konsep ini, negara akan dipacu untuk keluar daripada krisis kesihatan dan ekonomi, seterusnya menjamin kesejahteraan setiap penduduk di negara bertuah ini. Manakala Matlamat Pembangunan Lestari (*Sustainable Development Goals, SDG*) merupakan 17 Matlamat yang dikemukakan oleh Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (PBB) pada bulan September 2015 untuk dicapai pada tahun 2030 sebagai agenda demi pembangunan dan kemaslahatan manusia dan bumi. Ia merupakan seruan untuk bertindak oleh semua negara baik yang maju dan yang sedang membangun, dalam kerjasama global dalam usaha untuk menghapuskan kemiskinan dan lain-lain kekurangan yang harus dilaksanakan bersama dengan strategi untuk memperbaiki kesihatan dan pendidikan, mengurangkan ketidaksaksamaan serta menjana pertumbuhan ekonomi sambil menangani perubahan iklim dan bekerjasama untuk memulihara hutan dan lautan.

Matlamat SDG3 iaitu Kesihatan Baik dan Kesejahteraan adalah untuk memastikan kehidupan sihat dan menggalakkan kesejahteraan kepada semua dalam semua lapisan umur. Kita perlu berusaha bukan sahaja untuk menangani penyakit tetapi mencapai masyarakat sihat untuk semua serta kita perlu bekerjasama sebagai sebuah komuniti setempat mahupun sebagai komuniti antarabangsa untuk mencapai SDG3. Setiap seorang daripada kita mempunyai peranan untuk dimainkan dalam SDG3, baik sebagai individu dan sebagai seorang warga global.



Simposium Kebangsaan Kesejahteraan Psikologi 2022 (SKeP2022) "Menelusuri SDG 3: Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia"

Hari Pertama
Selasa, 11 Oktober 2022
Dewan Tunku Abdul Rahman Putra, UNIMAS

- 0700 – 0830 : Persiapan Pameran dan Poster Pertandingan
- 0800 – 0830 : Pendaftaran Peserta
- 0830 – 1630 : Bengkel Selari 1
"Aplikasi Terapi Muzik Sebagai Rawatan Komplementari"
Penceramah: Dr Merikan Aren
- Bengkel Selari 2
"Aplikasi Terapi Seni Dalam Mengurus Tekanan"
Penceramah: Prof Madya Mohd Makhzan Musa
- Bengkel Selari 3
"Mindfulness Is The Secret To Effective Self-Care"
Penceramah: Puan Siti Norazilah bt Mohd Said
- 0900 – 1100 : *Hybrid Interactive Session 1*
"Work Life Balance"
Penceramah: Dr Edris bin Aden
- 1000 – 1030 : Kudapan
- 1030 – 1230 : Bengkel Selari
- 1230 – 1400 : Merarau / Rehat
- 1400 – 1630 : Bengkel
- 1400 – 1600 : *Hybrid Interactive Session 2*
"Resilient Me! Resilient Family! Resilient Community!"
Penceramah: Dr Amalia bt Madihie
- 1600 – 1630 : Cicipan / Bersurai



Simposium Kebangsaan Kesejahteraan Psikologi 2022 (SKeP2022) “Menelusuri SDG 3: Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia”

Hari Kedua
Rabu, 12 Oktober 2022
Dewan Tunku Abdul Rahman Putra, UNIMAS

- 0700 – 0830 : Persiapan Pameran
- 0800 – 0830 : Pendaftaran Peserta dan Minum Pagi
- 0830 – 0930 : Ucaptama
YBhg Prof Madya Dr Wan Marzuki bin Wan Jaafar,
Presiden Lembaga Kaunselor Malaysia
- 0930 – 1130 : Forum Kesejahteraan Psikologi
“Menelusuri SDG3 ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia”
- Moderator: Dr Nurnazarina binti Mahrif
Panel 1: Tuan Haji Azlan bin Ramli,
Pendaftar UNIMAS
Panel 2: Puan Fazelah bt Mohamad,
Pengerusi JKPPSiKUA
Panel 3: Encik Mohd Farid bin Atan,
Timbalan Pengarah Pusat Kelestarian Universiti, UNIMAS
Panel 4: Encik Rizandy bin Nawawi,
Jabatan Premier Sarawak
- 1130 – 1230 : Segmen *Glitter* Bersama Selebriti
- 1230 – 1430 : Merarau / Rehat
- 1430 – 1630 : Majlis Penutupan SKeP2022
- 1630 : Cicipan / Bersurai



Majlis Perasmian Penutupan SKeP2022

Hari Kedua
Rabu, 12 Oktober 2022
Arena Gemilang, DeTAR Putra UNIMAS

- 2.00 petang : Ketibaan Peserta
- 2.15 petang : Ketibaan YBhg Prof Datuk Dr Mohamad Kadim Bin Suaidi,
Naib Canselor UNIMAS
- 2.20 petang : Ketibaan YBhg Tan Sri Datuk Seri Panglima Sulong Matjeraie,
Pengerusi Lembaga Pengarah UNIMAS
- 2.45 petang : Ketibaan YB Dato Sri Hajah Fatimah Abdullah,
Menteri Pembangunan Wanita, Kanak-Kanak dan Kesejahteraan
Komuniti Sarawak
- 2.55 petang : Lawatan Ke Tapak Pameran
- 3.10 petang : Nyanyian Lagu Negaraku dan UNIMAS Gemilang
 - : Bacaan Doa
 - : Ucapan Aluan oleh YBhg Prof Datuk Dr Mohamad Kadim Bin Suaidi, Naib
Canselor UNIMAS
 - : Ucapan Perasmian Penutupan oleh YB Dato Sri Hajah Fatimah Abdullah,
Menteri Pembangunan Wanita, Kanak-Kanak dan Kesejahteraan
Komuniti Sarawak
 - : Acara Perasmian
 - : Pertukaran Dokumen Memorandum Persefahaman Di Antara UNIMAS dan
Plus Vibes (M) Sdn Bhd
 - : Penyampaian Sijil Penghargaan, Hadiah dan Cenderamata
- 5.00 petang : Bersurai

PANEL FORUM



Panel 1 :
Tuan Haji Azlan bin Ramli
Pendaftar UNIMAS



Panel 2 :
Puan Fazelah bt Mohamad
Pendaftar UPM merangkap
Pengerusi JKPPsiKUA



Panel 3 :
Encik Mohd Farid bin Atan
Timbalan Pengarah
Pusat Kelestarian Universiti,
UNIMAS



Panel 4 :
Encik Rizandy bin Nawawi
Ketua Bahagian
Bahagian Sokongan Pekerja
Unit Sumber Manusia Negeri

BENGKEL SELARI 1

Tajuk: Aplikasi Terapi Muzik Sebagai Rawatan Komplementari



Dr Merikan Aren
Pensyarah Fakulti Sains Kognitif
dan Pembangunan Manusia
Universiti Malaysia Sarawak

Sinopsis

Terapi muzik ialah rawatan psikososial yang merupakan proses interaksi dan intervensi secara klinikal yang menggabungkan elemen muzik untuk mencapai matlamat individu dalam situasi yang terapeutik oleh profesional bertauliah dalam terapi muzik. Terapi muzik mempunyai perancangan dan matlamat berdasarkan penilaian dan keperluan khusus klien bagi mempengaruhi perubahan positif di samping boleh membantu individu atau klien untuk melepaskan emosi dengan aktif, memperbaiki imej tubuh, meningkatkan kefungsian fizikal dan konsep pergerakan dalam terapi muzik merupakan salah satu bentuk latihan kardiovaskular serta membantu dalam pengurusan berat badan.

"Setiap organ tubuh manusia dihiasi irama kreatif dari susunan bintang-bintang. Degupan jantung, aliran darah, gerakan otot, hembusan nafas merupakan sebahagian dari simfoni tubuh yang mengagumkan"
(Mary Bassano, 1992)

Bengkel terapi muzik ini akan memberi pendedahan kepada peserta tentang pendekatan kreatif yang boleh digunakan sebagai medium untuk memperkayakan lagi kemahiran kaunselor atau pembantu profesional bagi membantu klien meningkatkan potensi dan kesejahteraan diri melalui aktiviti terapi muzik.

BENGKEL SELARI 2

Tajuk: Aplikasi Terapi Seni Dalam Mengurus Tekanan

Sinopsis



Prof Madya Mohd Makzan Musa
*Presiden Malaysian Expressive
Arts Therapy Association (MEATA)*

Bengkel ini menumpukan perhatian kepada aspek terapeutik rawatan dan pemulihan dalam usaha untuk menikmati kesejahteraan psikologikal menerusi pendekatan Terapi Seni. Peserta bengkel akan didedahkan dengan aspek konseptual dan teoritikal Terapi Seni serta aktiviti 'hands-on'. Pengisian bengkel Terapi Seni bersifat komplementeri kepada pendekatan rawatan dan pemulihan konvensional seperti kaunseling, psikologi, kerja sosial dan perubatan serta bidang bantuan menolong yang lain. Kemahiran dalam Terapi Seni membolehkan peserta bengkel dilengkapi dengan pendekatan rawatan dan pemulihan kreatif yang lebih holistik bagi meredakan pelbagai isu psikososial klien.

BENGKEL SELARI 3

Tajuk: *Mindfulness Is The Secret To Effective Self-Care*



Puan Siti Norazilah bt Mohd Said
Pensyarah Fakulti Sains Kognitif
dan Pembangunan Manusia
Universiti Malaysia Sarawak

Sinopsis

Mindfulness adalah satu keadaan di mana wujudnya kesedaran yang penuh dalam diri individu. Yakni, individu dapat menikmati apa yang berlaku pada diri sepenuh hati samaada dari segi pemikiran, emosi dan tingkahlaku pada masa kini serta tanpa menghukum. Ia adalah praktis yang boleh dijumpai dalam kebanyakan amalan kerohanian dan meditasi.

Terdapat pelbagai kajian terkini mengenai *Mindfulness* terutamanya dalam bidang neurosains dan psikoterapi untuk membantu individu meningkatkan daya tahan dan kesejahteraan hidup dari segi kesihatan fizikal dan kesihatan mental. Ia dapat membantu merendahkan tekanan, merawat penyakit kardiovaskular, memperbaiki masalah tidur, menambahbaik kualiti hubungan sesama insan, meningkatkan fokus, alternatif kepada pengurusan tekanan seterusnya membantu individu mencapai kualiti hidup yang lebih baik.

Intervensi psikoterapi yang menggunakan pendekatan *Mindfulness* seperti *Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR)*, *Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT)*, *Dialectical Behaviour Therapy (DBT)*, *MINDFULGym* adalah di antara intervensi saintifik yang digunakan sebagai kaedah rawatan untuk penyakit mental seperti kemurungan, keresahan, dan personaliti *borderline*.

Syarikat gergasi seperti Google dan Universiti Sains Malaysia (Mindful@Sejahtera) telah mengadaptasi dan membudayakan *Mindfulness* di dalam organisasi. Di dalam Bengkel ini, peserta dapat mempelajari konsep dan cara mudah serta praktikal untuk mengamalkan *Mindfulness* sebagai salah satu penjagaan diri dalam mencapai kesihatan yang optimum.

HYBRID INTERACTIVE SESSION



Session 1:

Dr Edris bin Aden

Pensyarah Fakulti Sains Kognitif dan
Pembangunan Manusia, UNIMAS
Tajuk: *Work Life Balance*



Session 2:

Dr Amalia bt Madihie

Pensyarah Fakulti Sains Kognitif dan
Pembangunan Manusia, UNIMAS
Tajuk: *"Resilient Me! Resilient Family!
Resilient Community!"*

“SEGMENT *GLITTER* BERSAMA SELEBRITI”



DR SOO WINCCI

Dr Soo Wincci merupakan seorang pensyarah, penerbit, penyanyi, pelakon, pengacara dan model. Beliau berkelulusan Doktor Falsafah dalam bidang *Business, Social Media Strategy and Personal Branding* dari *Open University Malaysia* dan akan menamatkan pengajian Doktor Falsafah kedua dalam bidang *Production and Research* di *University of Polytechnic Valencia, Sepanyol*. Pada tahun 2008, beliau telah dinobat sebagai *Miss World Malaysia 2008* dan mewakili Malaysia dalam pertandingan ratu cantik *Miss World 2008*. Beliau berjaya melakar nama dalam *Malaysia Book of Records* pada tahun 2022 setelah diiktiraf sebagai *Miss World Malaysia* pertama dilantik sebagai Profesor Madya dalam bidang muzik di Universiti Teknologi MARA (UiTM).

PERTANDINGAN POSTER



SIMPOSIUM KEBANGSAAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI
Menelusuri SDG 3 : Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia

Sempena Simposium Kebangsaan Kesejahteraan Psikologi (SKeP2022), pertandingan poster bertemakan psikologi kaunseling, kesihatan mental, psikologi klinikal, psikologi Pendidikan, kesejahteraan organisasi dan amalan terbaik telah diadakan. Pertandingan ini terbahagi kepada dua kategori iaitu abstrak dan inovasi.

Berikut adalah syarat am bagi pertandingan poster SKeP2022

1. Setiap penyertaan pertandingan dikenakan bayaran sebanyak RM50.00 sahaja.
2. Penyertaan adalah terbuka kepada semua.
3. Penyertaan boleh disertai secara individu mahupun berkumpulan (jumlah maksimum ahli kumpulan adalah 5 orang).
4. Karya yang dihasilkan untuk pertandingan poster hendaklah asli dan tidak pernah diterbitkan.
5. Penyertaan akan dinilai pada saringan pertama dan akan disenarai pendek untuk ke peringkat seterusnya.
6. Peserta yang telah disenarai pendek dikehendaki untuk membuat pembentangan poster secara dalam talian dan dijemput untuk hadir ke Majlis Penutupan Simposium Kebangsaan Kesejahteraan Psikologi, (SKeP) 2022.

SKeP 2022
SIMPOSIUM KEBANGSAAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI
Menelusuri SDG 3 : Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia

TEMA

- PSIKOLOGI KAUNSELING
- KESIHATAN MENTAL
- PSIKOLOGI KLINIKAL
- PSIKOLOGI PENDIDIKAN
- KESEJAHTERAAN ORGANISASI
- AMALAN TERBAIK

TARIKH PENTING

- Tarikh Akhir Penghantaran Poster: 28 SEPTEMBER 2022
- Pertandingan Poster: 6 OKTOBER 2022
- Pengumuman Peranan: 12 OKTOBER 2022

Penyertaan terbuka kepada semua

Yuran: RM50.00

HADIAH bagi setiap kategori

- GRAND PRIZE
- 1st PRIZE
- 2nd PRIZE
- 3rd PRIZE

Untuk pertanyaan lanjut, sila hubungi
Cik Umamahira Sefee binti Ja'afar
014-9581579
jusefee@unimas.my

Hasil Pertandingan akan diumumkan di
GOALS

FOLLOW | LIKE | SHARE | #skp2022
www.conference.unimas.my/skp2022

Slogan Strategik

SKOP 2022

SIMPOSIUM KEBANGSAAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI
Menelusuri SDG 3: Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia

JAWATANKUASA INDUK

PENAUNG



Prof Datuk Dr Mohamad Kadim bin Suaidi
(Naib Canselor)

PENASIHAT

UNIMAS



Tuan Haji Azlan bin Ramli
(Pendaftar)
Pejabat Pendaftar

KPT



Encik Mansor bin Ibrahim @ Abd. Hamid
(Setiausaha Bahagian)
Bahagian Pengurusan Sumber Manusia

PENGERUSI

UNIMAS



Puan Zuraidah binti Abas
(Timbalan Pendaftar)
Bahagian Pengurusan Sumber Manusia

KPT



Puan Noorul Akmal binti Sumiran
(Ketua Penolong Setiausaha Kanan)
Bahagian Pengurusan Sumber Manusia

PENYELARAS

UNIMAS



Encik Mohd Amin Bin Mohd Ismail
(Pegawai Psikologi)
Bahagian Pengurusan Sumber Manusia

KPT



Puan Rumaizah Binti Md. Rejab
(Penolong Setiausaha Kanan)
Bahagian Pengurusan Sumber Manusia

TIMBALAN PENYELARAS

UNIMAS



Encik Lawrence Sengkuai anak Henry
(Pegawai Psikologi)
Pusat Khidmat Pelajar

KPT



Puan Norashikin binti Mohd Yunus
(Penolong Setiausaha)
Bahagian Pengurusan Sumber Manusia

BENDAHARI



Puan Patemah Sulong
(Pengurus Kewangan dan Akaun)
UNIMAS Business School

SETIAUSAHA



Puan Saptuyah Binti Barahim
(Ketua Pegawai Psikologi)
Pusat Khidmat Pelajar

KRIS UNIMAS



Prof Madya Dr. Ehfa binti Bujang Safawi
(Pegawai)
Hospital Pengajar & Pusat Perubatan UNIMAS

TIMBALAN SETIAUSAHA

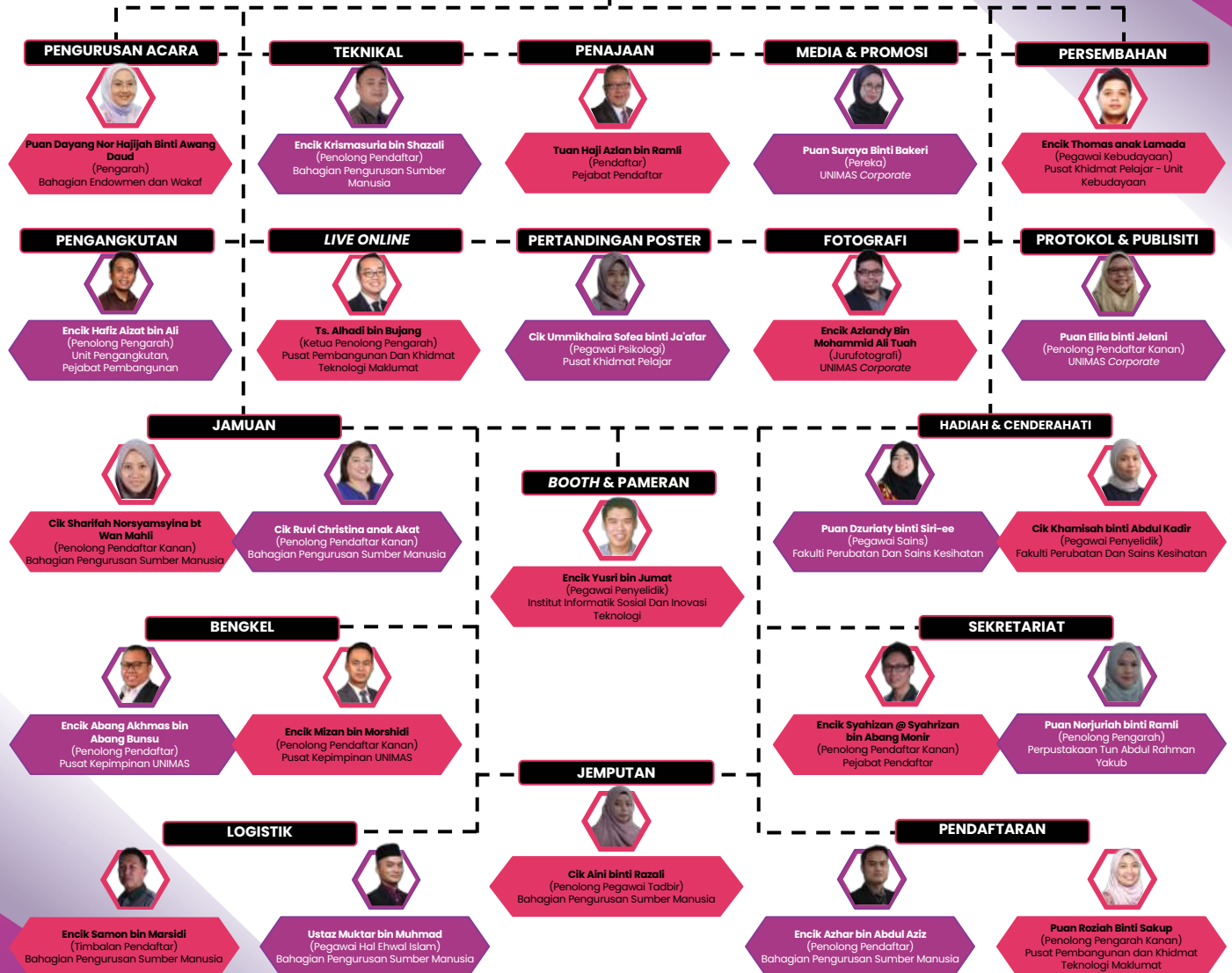


Puan Debra Adrian
(Pegawai Psikologi Kanan)
Pusat Khidmat Pelajar

SKOP 2022

SIMPOSIUM KEBANGSAAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI
Menelusuri SDG 3: Ke Arah Keluarga Malaysia Bahagia

JAWATANKUASA PELAKSANA



PENGHARGAAN

Penganjur Bersama dan Rakan Strategik



KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA



Penaja :



**TRIBE
LEGACY
SARAWAK
CAMPAIGN**

Sarawak
More to Discover



FOLLOW | LIKE | SHARE : #skep2022



www.conference.unimas.my/skep2022

UNIVERSITI MALAYSIA SARAWAK
94300 Kota Samarahan
Sarawak Malaysia
Tel : +60 82 581 000
Fax: +60 82 665 088
www.unimas.my