



KEMENTERIAN PEMBANGUNAN WANITA,
KELUARGA DAN MASYARAKAT

MODUL SKUAD WAJA

SEKALUNG BUDI

Setinggi-tinggi penghargaan kepada semua pihak yang terlibat dalam sumbangan idea dan pandangan sehingga Modul Skwad WAJA ini diterbitkan bagi dimanfaatkan oleh masyarakat. Mereka adalah terdiri daripada;

PENASIHAT

Dr. Zurina Binti Abdul Hamid

PAKAR RUJUK

Dr Faridah Awang
Dr. Fazni binti Mat Arifin

JAWATAN KUASA PEMBANGUNAN MODUL

YM Dr. Raja Kamariah Raja Mohd Khalid
Puan Iliana binti Yussof
Puan Aisa Azira binti Abdul Aziz
Cik Kavaramma A/P Subramaniam
Puan Marhaini binti Abu Bakar
Puan Nooratika binti Zainal
Puan Azzyati binti Mat Zam
YM Tengku Amirul Azran bin Tengku Ahmad
Puan Siti Nur Ain binti Md Johari
Cik Siti Nur Ilyia binti Mamat
Encik Kee Jia Hong



Hak cipta dan cetakannya adalah terpelihara.

Cetakan pertama 2021

Diterbitkan Oleh :

Bahagian Pembangunan Psikologi
Jabatan Pembangunan Wanita
Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan
Masyarakat

ISBN : 978-967-44158
Telefon : 03-8323 1000
Fax : 03-8323 2035
Laman web : <https://www.jpw.gov.my/e-book/>





SEKAPUR SIREH

**Menteri
Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat**

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh Salam Sejahtera, dan Salam Malaysia Prihatin

Menangani keganasan terhadap wanita menerusi pemerksaan komuniti melalui aktiviti psikososial merupakan komitmen dan usaha berterusan Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat (KPWKM) yang tidak pernah bernoktah. Sesungguhnya keganasan terhadap wanita merupakan pencabulan hak asasi manusia dan penghalang kepada kesaksamaan gender. Menyedari hakikat ini, Skwad WAJA ditubuhkan bagi mewujudkan persekitaran yang kondusif dan harmoni kepada pembangunan wanita dalam semua aspek termasuk kesejahteraan emosi dan kesihatan mental ke arah Malaysia yang sejahtera.

Tahniah saya ucapkan kepada Jabatan Pembangunan Wanita (JPW) dan Institut Sosial Malaysia (ISM) serta semua yang terlibat dalam penerbitan Modul Skwad WAJA. Saya percaya modul ini mampu menjadi panduan ke arah melatih dan melahirkan lebih ramai sukarelawan yang menyertai Skwad WAJA, agar matlamat dan hala tuju kita sehaluan.

Saya berharap melalui penerbitan Modul Skwad WAJA ini, para Skwad WAJA khususnya di peringkat komuniti dapat menerima manfaat melalui pelaksanaannya terutamanya untuk menghentikan sebarang bentuk jenayah dan keganasan terhadap wanita di samping memberikan ilmu dan kemahiran psikososial dalam meningkatkan keseimbangan sendiri, keluarga, komuniti setempat dan masyarakat secara holistik.

Wanita Waja Negara,
Wanita Bangkit Mendepani Cabaran.

Sekian, terima kasih.

YB DATUK SERI RINA MOHD HARUN



SEULAS PINANG

**Ketua Setiausaha
Kementerian Pembangunan Wanita,
Keluarga dan Masyarakat**

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh dan Salam Sejahtera,

Alhamdulillah bersyukur kita ke hadrat Illahi kerana limpah kurnia dan izinNya Modul Skwad WAJA ini dapat diterbitkan untuk dimanfaatkan kepada golongan wanita khususnya di peringkat akar umbi dalam melahirkan komuniti yang harmoni melalui pendekatan keseimbangan psikologi. Saya mengucapkan tahniah dan syabas di atas usahasama Jabatan Pembangunan Wanita (JPW) dan Institut Sosial Malaysia (ISM), kerana berjaya menerbitkan naskah Modul Skwad WAJA ini yang mana penerbitan ini selaras dengan hasrat kerajaan untuk melahirkan komuniti yang harmoni dan sejahtera dalam semua aspek termasuk dalam usaha meningkatkan keseimbangan sendiri, keluarga, komuniti setempat dan akhirnya masyarakat keseluruhannya.

Penerbitan Modul Skwad WAJA ini diharapkan dapat dijadikan bahan rujukan kepada semua pihak dalam usaha meningkatkan kemahiran dan kesedaran terhadap wanita agar menjadi wanita yang lebih bijak dan *resilience* dalam aspek kesejahteraan psikologi. Seiring dengan aspirasi kerajaan melalui Dasar Kesihatan Mental Negara yang ingin melahirkan masyarakat yang seimbang dan sihat dari segi psikologi, memberikan penekanan terhadap promosi kesihatan mental dan pencegahan masalah-masalah psikososial, Modul Skwad WAJA telah dihasilkan yang mengandungi maklumat dan rujukan terbaik kepada semua kumpulan sasaran Kementerian terutamanya golongan wanita.

Syabas dan tahniah kepada semua pihak yang terlibat kerana telah berjaya melahirkan Modul Skwad WAJA ini. Diharap dengan adanya modul ini, dapat dimanfaatkan oleh semua golongan wanita samada di peringkat komuniti mahupun di peringkat agensi dan organisasi dalam melahirkan masyarakat yang berilmu dan mempunyai kesedaran seterusnya mencapai keseimbangan dalam kehidupan.

Sekian, terima kasih.

DATO' DR. JUNAIDAH KAMARRUDDIN



KATA ALU-ALUAN

**Ketua Pengarah
Jabatan Pembangunan Wanita**

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Perkembangan sesebuah negara amat bergantung kepada keseimbangan kesihatan psikologi komuniti. Sebagai Jabatan yang memainkan peranan penting dalam menjaga kesejahteraan wanita, elemen psikologi merupakan faktor penting bagi memastikan keluarga dan masyarakat dapat berfungsi secara optimum. Syukur ke hadrat Allah kerana akhirnya Modul Skuad WAJA ini dapat diterbitkan hasil dari sumbangan dan pandangan bernas berdasarkan pengalaman dan kepakaran masing-masing dalam bidang ini. Terima kasih dan tahniah kepada Institut Sosial Malaysia (ISM) kerana turut sama berganding bahu bersama Jabatan Pembangunan Wanita (JPW) merealisasikan penerbitan modul ini.

Di dalam konteks yang lebih jauh, Modul Skuad WAJA ini juga diharapkan memberi panduan kepada semua betapa pentingnya usaha menghentikan sebarang bentuk keganasan khususnya terhadap wanita. Semoga usaha ini dapat memberi manfaat kepada masyarakat dan komuniti khususnya dalam meningkatkan kesedaran dan bersama-sama berusaha menghentikan sebarang bentuk jenayah bagi melahirkan individu, masyarakat dan negara yang sejahtera.

Akhir kata, saya ingin mengucapkan tahniah dan syabas di atas segala komitmen serta kerjasama semua pihak dalam menyiapkan penerbitan Modul Skuad WAJA ini. Semoga Modul Skuad WAJA ini dapat memberi manfaat dan impak yang positif khususnya dalam penyampaian perkhidmatan kepada kumpulan sasaran Jabatan agar dapat melahirkan wanita yang bukan sahaja mempunyai kesedaran dari aspek kesedaran jenayah dan kesihatan psikologi malah berjaya mencapai keseimbangan dalam kehidupan.

Sekian, terima kasih.

DR. ZURINA ABDUL HAMID

KANDUNGAN

PERKARA

Sekapur Sireh	i
Seulas Pinang	ii
Kata-kata Aluan	iii
Kandungan	iv
Pengenalan Skwad WAJA	1 – 3

MUKA SURAT

BAHAGIAN I

E.A.R.S		
Slot 1	Pengenalan E.A.R.S Skwad WAJA	4 – 11
Slot 2	Pengenalan Asas Memahami Personaliti Manusia	12 – 14 8 – 19
Slot 3	Pengurusan Minda Sihat	15 – 17
Slot 4	Etika Kerja Kesukarelawananan	18 – 19
Rumusan		20 – 21

BAHAGIAN II

Wanita Anti-Jenayah (WAJA)		
Slot 1	Pengenalan WAJA	22 – 24
Slot 2	Peranan Gender Dalam kehidupan Wanita	25 – 28
Slot 3	Gangguan Seksual	29 – 31
Slot 4	Antipemerdagangan Orang	32 – 34
Slot 5	Jenayah Cyber	35 – 36
Slot 6	Keldai Dadah	37 – 40
Slot 7	Rogol dan Cabul	41 – 43
Penutup	Keganasan Rumah Tangga	44 – 46
Lampiran		47 48
	Senarai Semak Kendiri E.A.R.S.	49 – 51
	Ujian DASS21	52 – 53
	Borang Pelaporan Aktivii E.A.R.S	54 – 56
Poster		57 – 60
Lirik Lagu Skwad Waja		61 – 62
Rujukan		63



PENGENALAN SKUAD WAJA

PENGENALAN SKUAD WAJA

WAJA bermaksud Wanita Anti Jenayah adalah program bagi meningkatkan kesedaran seluruh masyarakat dunia untuk mengambil tindakan bagi menghentikan sebarang bentuk keganasan terhadap wanita. Isu keganasan terhadap wanita berlaku di dalam mana-mana negara di dunia melangkaui batas sempadan, agama, bangsa dan budaya.

Berdasarkan petikan daripada Ban Ki-Moon, mantan Setiausaha Agung Pertubuhan Bangsa-bangsa Bersatu (PBB), keganasan terhadap wanita merupakan pencabulan hak asasi dan penghalang kepada kesaksamaan gender. Justeru, keganasan terhadap wanita merupakan isu yang perlu ditangani kerana ia menjejaskan kemajuan dan kesejahteraan wanita.

Bagi memperhebatkan kempen ini dan memenuhi tuntutan perjanjian diperingkat antarabangsa, maka JPW telah mewujudkan Skwad WAJA.

Skuad WAJA adalah bertujuan untuk memperkasakan komuniti melalui psikososial dan aktiviti dalam komuniti khususnya wanita bagi meningkatkan kesedaran tentang isu-isu jenayah. Skwad WAJA juga berperanan memberi panduan kepada masyarakat tentang pentingnya usaha menghentikan sebarang bentuk keganasan terhadap wanita.

OBJEKTIF

Objektif dalam pelaksanaan program ini adalah untuk:

- 1) Menjadi agen WAJA (menangani keganasan terhadap wanita) dalam komuniti;
- 2) Memperkasa komuniti melalui aktiviti psikososial dalam menangani isu keganasan;
- 3) Membantu dalam membina sebuah masyarakat yang harmoni.

PERANAN SKUAD WAJA

Peranan Skwad WAJA ialah untuk menggunakan kemahiran yang di latih, iaitu E.A.R.S dan WAJA dalam komuniti. Skwad WAJA juga mematuhi nilai dan etika sebagai seorang sukarelawan iaitu:

- i) Menggunakan kemahiran E.A.R.S dan pastikan mematuhi nilai dan etika sebagai seorang sukarelawan;
- ii) Menerapkan amalan positif dalam diri, keluarga dan komuniti agar menjadi contoh teladan yang baik;
- iii) Membuat rujukan pakar hospital kerajaan atau mana mana agensi di bawah Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat sekiranya individu yang dibantu memerlukan bantuan segera.





PENGENALAN E.A.R.S

PENGENALAN E.A.R.S SKUAD WAJA

Kesejahteraan psikologi adalah satu aspek penting dalam kualiti kehidupan manusia. Manusia yang sejahtera adalah mereka yang mempunyai emosi yang positif dan bijak mengendalikan tekanan yang dihadapi. Oleh yang demikian, E.A.R.S diwujudkan sebagai panduan kepada Skwad WAJA untuk menguasai ilmu psikologi agar dapat diaplikasikan di peringkat akar umbi.

Pendekatan E.A.R.S akan memberi pendedahan kepada Skwad WAJA khususnya yang terlibat di dalam program sukarelawan, berkaitan kaedah terbaik dalam melaksanakan proses pertolongan dan bimbingan.

Terdapat empat (4) aspek utama telah dikenal pasti dalam proses membantu iaitu Empati (Empathy), Atensi (Attention), Respon (Response) dan Sokongan (Support). Keempat-empat elemen bantuan ini adalah sangat penting dan mudah untuk diaplikasikan oleh setiap Skwad WAJA.

- (i) Empati adalah keupayaan individu atau proses kognitif dalam memahami seseorang dari sudut pandangan individu tersebut.
- (ii) Atensi atau perhatian pula adalah keaktifan jiwa yang diperlukan untuk memusatkan konsentrasi kepada isu yang dikongsi.
- (iii) Respon digunakan untuk menjelaskan suatu hal yang dicetuskan dalam terjadinya respon tertentu, dan berbentuk gerak balas atau tingkah laku.
- (iv) Sokongan iaitu sokongan sosial yang merupakan kesamarataan maklumat yang mendorong individu mempercayai bahawa mereka dijaga, dihargai dan disayangi.

Selain empat (4) elemen di atas, pendekatan E.A.R.S ini akan mudah dilaksanakan dengan menggunakan lima (5) kitaran utama dalam proses membina keyakinan kepada mereka yang memerlukan bantuan. Kemahiran tersebut ialah kemahiran mendengar, kemahiran menenangkan, kemahiran meningkatkan jaringan, kemahiran memeriksa dan kemahiran merujuk. Kemahiran ini akan menjadi pemangkin kepada para sukarelawan untuk mengaplikasikan proses membantu dan menolong dalam kalangan kumpulan sasaran masing-masing atau pun dalam kalangan komuniti.



Kesimpulannya, Skwad WAJA yang mempunyai kemahiran E.A.R.S di atas akan mampu menguruskan emosi dengan bijak dan berkesan. Bahkan, akan dapat memberikan kesan kepada keluarga, seterusnya komuniti dan akhirnya melahirkan masyarakat yang sejahtera dari aspek psikologi dan cemerlang dalam kehidupan.

OBJEKTIF E.A.R.S SKUAD WAJA

Modul E.A.R.S ini diharapkan dapat mencapai objektif seperti berikut:

- i. Menggalakkan perkongsian masalah dan cabaran kehidupan secara betul dan selamat.
- ii. Meningkatkan kemahiran psikologi khususnya kemahiran empati dalam diri individu.
- iii. Memperkasakan kemahiran daya tindak yang berkesan dalam kalangan rakan sebaya.
- iv. Membina semangat sukarelawan dalam kalangan komuniti yang beretika.

RINGKASAN E.A.R.S SKUAD WAJA

Slot 1: Pengenalan asas tentang personaliti manusia di dalam bertindak balas (response) terhadap cabaran dan permasalahan harian

Slot 2: Pendedahan terhadap beberapa kemahiran psikologi (E.A.R.S) dengan latihan simulasi

Slot 3: Pemeraksanaan lima (5) kemahiran asas kitaran menolong di dalam proses membantu serta latihan simulasi

Slot 4: Etika kerja Kesukarelawan



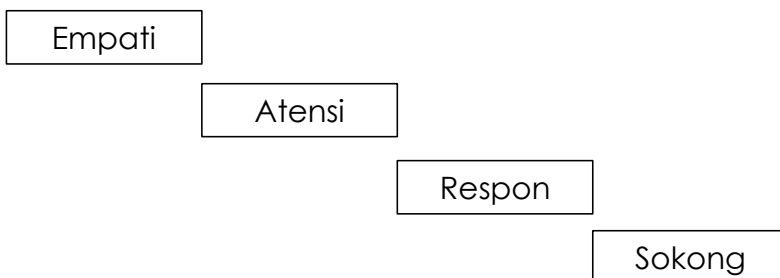
PENGISIAN E.A.R.S

SLOT 1: PENGENALAN E.A.R.S

Pendedahan terhadap beberapa kemahiran psikologi (E.A.R.S) dengan latihan simulasi

TAJUK	Pengenalan E.A.R.S
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Meningkatkan pengetahuan dan kemahiran psikologi dalam proses menolong.
HASILAN	Di akhir sesi, pelatih dapat mengetahui konsep E.A.R.S dan boleh mengaplikasikan dalam kehidupan seharian khususnya dalam proses menolong.
SIPNOSIS	Penerangan tentang konsep E.A.R.S dalam proses menolong: a. Menunjukkan empati (<i>Empathy</i>) b. Memberikan atensi (<i>Attention</i>) c. Memberi respon (<i>Response</i>) d. Menunjukkan sokongan (<i>Support</i>)
	Simulasi bagi setiap konsep E.A.R.S
	Memberi pendedahan terhadap kemahiran mendengar dengan betul.
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan pelatih• Sesi simulasi

E.A.R.S dibangunkan berdasarkan kepada empat elemen utama dalam proses membantu iaitu:



Empati:

Empati adalah penting dalam proses pertolongan dan bantuan. Zoll dan Enz (2012) menerangkan bahawa empati adalah keadaan di mana seseorang boleh memahami keadaan orang lain dari perspektif yang berbeza, secara kognitif (pemikiran) dan juga efektif (perasaan). Elemen ini perlu diutamakan di dalam Modul E.A.R.S kerana dengan mempunyai kemahiran empati, seseorang boleh mengurangkan prejudis atau persepsi negatif kepada klien / orang yang memerlukan bantuan (Kinman & Grant, 2016).

Atensi:

Atensi atau attention juga merupakan elemen utama kerana seseorang sukarelawan harus berupaya untuk memberikan atensi kepada klien / orang yang memerlukan bantuan, khususnya untuk meneroka keluhan dan permasalahan atau kesulitan yang sedang di hadapi. Cabaran yang dilalui oleh setiap individu tidak sama maka, seseorang sukarelawan perlu mampu untuk memberikan perhatian dan bertanya soalan (Ivey & Ivey, 2003) yang sesuai dengan penceritaan klien / orang yang memerlukan bantuan tersebut.

Respon:

Memberi respon adalah penting di dalam proses pertolongan dan membantu. Seorang sukarelawan harus bijak memberi respon positif dan membangun kepada klien / mereka yang memerlukan bantuan. Menurut Swan dan McCarthy (2013), memberi respon merupakan suatu kemahiran yang sangat perlu khususnya bagi melihat keberkesanan dalam proses membantu kerana dengan memberi respon yang positif, dapat mengembalikan semangat kepada klien / orang yang memerlukan bantuan agar lebih positif.

Sokongan:

Memberi sokongan kepada klien / orang yang memerlukan bantuan adalah salah satu kaedah di mana mereka tidak bersendirian di dalam menghadapi cabaran di dalam kehidupan. Kemahiran memberi sokongan inilah yang sebenarnya di perlukan oleh mereka yang sedang menghadapi cabaran dalam kehidupan. Dengan sokongan dari sukarelawan sekurang-kurangnya klien / orang yang memerlukan bantuan dapat meningkatkan keyakinan diri dan daya tahan agar mereka berusaha untuk keluar dari kepompong permasalahan (Southwick, Vythilingam & Charney, 2005).

Berdasarkan aspek di atas, maka slot di dalam E.A.R.S Skwad WAJA ini haruslah merangkumi elemen yang dinyatakan agar dalam membina semangat kesukarelawan yang positif dan berkemampuan untuk membantu mereka yang memerlukan bantuan.

SLOT 2: MEMAHAMI PERSONALITI MANUSIA

Pengenalan asas memahami personaliti manusia di dalam bertindakbalas (response) terhadap cabaran dan permasalahan harian

TAJUK	PENGENALAN ASAS MEMAHAMI PERSONALITI MANUSIA
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Memberi pendedahan dan pemahaman mengenai bagaimana seseorang memberi respon terhadap masalah yang dihadapi.
HASILAN	Di akhir sesi pelatih faham bahawa setiap manusia akan memberi respon/tindakbalas yang berbeza terhadap masalah yang dihadapi. Oleh itu kemahiran mengendalikan setiap isu juga berbeza.
PENGISIAN	Pengenalan kepada personaliti Manusia <ul style="list-style-type: none">- Menggunakan ujian personaliti bagi sesi interaktif dengan pelatih dan memahami bahawa personaliti manusia berbeza.- Penggunaan ujian psikologi adalah digalakkan. Contoh ujian psikologi yang boleh digunakan ialah seperti Kiersey, Personaliti Warna dan sebagainya.

	<p>Perubahan emosi dan fizikal apabila berhadapan dengan masalah</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menerangkan perubahan fizikal dan emosional apabila seseorang menghadapi masalah seperti tanda-tanda stress (tekanan) atau depress (tertekan) boleh dijelaskan dengan perinci.
	<p>Memberi pendedahan tentang konsep psikologi positif dan resiliensi</p>
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none"> • Ceramah secara interaktif dengan pelatih • Sesi simulasi

Setiap manusia mempunyai cara tersendiri dalam mengendalikan cabaran di dalam kehidupan. Apa yang membeza tindakan seseorang terhadap kehidupan yang dilalui ialah bergantung kepada tindak balas terhadap situasi respon yang diberikan (Schultz & Schultz 2009).

Oleh sebab itulah adakalanya situasi cabaran yang sama, tetapi ada yang mampu menghadapinya dengan baik, manakala ada yang mudah putus asa lalu mengambil jalan pintas terhadap penyelesaian permasalahan tersebut.

Adalah penting di dalam Modul E.A.R.S ini untuk mendedahkan jenis personaliti manusia paling asas agar sukarelawan lebih memahami apa yang menyebabkan tahap tindakbalas pada cabaran adalah berbeza bagi setiap individu.

Perubahan emosi juga mempengaruhi seseorang yang dilanda cabaran. Oleh itu, Modul E.A.R.S juga menitikberatkan aspek kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi penting kerana ia melibatkan kemampuan untuk memantau dan mengendalikan perasaan diri sendiri serta menggunakan perasaan tersebut untuk mengawal fikiran dan tindakan sendiri (Salovey, Mayer & Caruso, 2000).

Selain itu, aspek resilien seseorang juga memainkan peranan penting. Al Siebert (2004) sebagai contoh, melihat resilien ini sebagai kemampuan seseorang untuk bangkit semula setelah melalui cabaran dalam kehidupan.

Bahkan, di dalam aspek resilien ini, keupayaan untuk menyusun atur strategi, meningkatkan kepercayaan diri serta daya tahan yang kuat dapat membuatkan seseorang itu keluar dari cabaran tersebut malah mencipta positifiti dalam kehidupan.

Aspek/Dimensi Resiliensi
(Modified Connor Davidson Resilience Scale, Dong dkk, 2013)

- Elakibiliti untuk berdepan dengan cabaran
- Salonnan Lingkungan Sosial
- Kekuatan Spiritual (SQ)
- Tujuan Jelas tentang Kehidupan

Resiliensi:
"Kemampuan seseorang untuk menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari kesengsaraan dalam hidup. Kerana setiap orang itu pasti mengalami kesulitan ataupun sebuah masalah dan tidak ada seseorang yang hidup di dunia tanpa suatu masalah" Grotberg (1995)

SLOT 3: PENGURUSAN MINDA SIHAT

Pemeriksaan lima (5) kemahiran asas kitaran menolong di dalam proses membantu serta latihan simulasi.

TAJUK	PENGURUSAN MINDA SIHAT
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Meningkatkan celik akal dan daya tindak kepada pelatih sekiranya menghadapi cabaran. Aplikasi Ujian DASS.
HASILAN	Di akhir sesi, pelatih dapat mengetahui kepentingan jaringan komunikasi serta tindakan yang betul di dalam menghadapi sebarang kemungkinan sepanjang kehidupan.
SIPNOSIS	Memberi latihan kepada pelatih mengenai kaedah terbaik di dalam proses: i. Mendengar (<i>Listen</i>) ii. Menenangkan (<i>Console</i>) iii. Membuat hubungan (<i>Connect</i>) iv. Memeriksa (<i>Check</i>) v. Merujuk (<i>Refer</i>)
	Membuat latihan simulasi terhadap 5 kemahiran di atas
	Memberi pendedahan sumber yang boleh memberi bantuan lanjut seperti hospital, OSCC, Talian Kasih 15999, JKM- Kaunselor Berdaftar, LPPKN dan sebagainya.
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan pelatih• Sesi simulasi

Di dalam proses membantu, aspek minda sihat amat penting. Ini adalah bertujuan untuk melihat sama ada klien / individu yang ingin di bantu mendapat bantuan dari pihak yang sewajarnya. Oleh itu, aplikasi Ujian DASS-21 amat penting. Ujian tersebut boleh dilakukan secara dalam talian, atau melalui ujian bertulis (Rujuk Lampiran).

Selain itu, E.A.R.S juga memberi penekanan terhadap beberapa perkara yang perlu dilakukan oleh seorang sukarelawan melalui kaedah lima (5) perkara iaitu;

- i) Mendengar – bermaksud kemahiran mendengar dengan teliti dan berminat amat penting dalam proses membantu ini.
- ii) Menenangkan – bermaksud keupayaan untuk menenangkan keadaan sekiranya klien / orang yang ingin di bantu berada dalam keadaan panik.
- iii) Membuat hubungan – bermaksud memastikan bahawa sukarelawan dan klien / orang yang ingin di bantu dalam 'radar' agar mudah untuk membuat tindakan susulan.
- iv) Memeriksa – bermaksud sukarelawan perlu melakukan sedikit kajian mengenai kes yang sedang dibantu. Ini termasuklah melihat tahap keseriusan isu yang dibawa sama ada 'genuine' atau sebaliknya.

- iv) Merujuk – bermaksud sukarelawan perlu tahu agensi lain untuk dirujuk khususnya kes yang melibatkan perlunya perkhidmatan pakar seperti doktor, psikiatris, psikologis mahupun kaunselor berdaftar.



SLOT 4: ETIKA KERJA KESUKARELAWANAN

Memahami etika kerja kesukarelawan.

TAJUK	ETIKA KERJA KESUKARELAWANAN
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Memahami etika (adab) kerja kesukarelawan
HASILAN	Di akhir sesi, pelatih dapat mengetahui, memahami dan menghayati etika (adab) kerja kesukarelawan.
SIPNOSIS	Memberi penerangan kepada pelatih mengenai etika kerja kesukarelawan melalui tayangan video. Pelatih diminta membuat refleksi sebelum dan selepas tayangan
	Menerangkan etika utama yang perlu diberi penekanan dalam kerja kesukarelawan
	Membuat simulasi terhadap elemen etika yang bersesuaian (jika masa mencukupi)
KAEDAH / AKTIVITI	<ol style="list-style-type: none">1. Tayangan video2. Ceramah secara interaktif dengan pelatih3. Sesi simulasi (jika masa mencukupi)

Ini adalah asas kepada aspek kesukarelawan. Beberapa perkara yang perlu diberi perhatian ialah berkaitan dengan etika kerja sebagai seorang sukarela. Ini termasuklah elemen utama seperti:

- i) Memahami setiap manusia adalah unik
- ii) Mengutamakan amalan kerahsiaan
- iii) Menjaga emosi (*Non-Emotional*)
- iv) Memastikan tidak menghukum (*Non-Judgemental*)
- v) Menerima sesuatu seadanya (*Acceptance*)
- vi) Mengamalkan sikap tidak diskriminasi
- vii) Memastikan sikap keterbukaan sentiasa diamalkan



RUMUSAN E.A.R.S

RUMUSAN

E.A.R.S merupakan salah satu inisiatif kerajaan dalam membantu rakyat mencapai keseimbangan mental dengan memberi pendedahan kepada individu dan sukarelawan, khususnya wanita berkaitan kaedah terbaik untuk menangani masalah kesihatan mental secara am dalam menjalankan kehidupan seharian.

Ia menekankan melaksanakan empat (4) aspek utama dalam proses membantu iaitu Empati (*Empathy*), Atensi (*Attention*), Respon (*Response*) dan Sokongan (*Support*) supaya sesiapa sahaja dapat membantu jaringan sosial mereka sendiri dengan tepat dan betul.

Secara tidak langsung, individu yang dilatih dengan kemahiran E.A.R.S boleh menjadi agen kerajaan dalam membantu mempromosikan kesihatan mental positif dalam kalangan masyarakat.

Penerangan terhadap proses E.A.R.S juga menggunakan pendekatan yang amat mudah dengan hanya memberi tumpuan terhadap lima (5) kitaran utama dalam membina keyakinan diri sendiri dan orang lain terutama kepada mereka yang memerlukan. Adalah penting untuk difahami bahawa setiap manusia akan memberi respon/tindakbalas yang berbeza terhadap masalah yang dihadapi.

Kesimpulannya, memahami bahawa setiap individu adalah unik dan kebijaksanaan dalam mengendalikan emosi adalah perkara yang ditekankan dalam E.A.R.S ini. Diharapkan dengan adanya E.A.R.S ini lebih ramai rakyat terutamanya wanita dapat mendokong sistem sokongan mental dikalangan masyarakat tanpa mengira latarbelakang dan struktur sosial.



**+ PENGENALAN
WANITA
ANTI-JENAYAH
(WAJA)**

PENGENALAN WANITA ANTI-JENAYAH (WAJA)

Secara umumnya, lebih 80% mangsa keganasan adalah terdiri dari wanita. Ketidakseimbangan kefahaman fungsi gender di dalam masyarakat adalah penyumbang kepada berlakunya keganasan terhadap wanita.

Masyarakat menganggap kaum lelaki sebagai pihak yang lebih dominan dalam semua aspek manakala wanita dianggap sebagai golongan yang lemah dan sentiasa ditindas sama ada dalam institusi kekeluargaan mahupun dalam masyarakat. Keadaan ini meletakkan wanita seolah olah sebagai objek atau mangsa jenayah.

Melihat kepada perkembangan negatif di atas, modul ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai isu-isu keganasan khususnya terhadap wanita untuk memastikan wanita tidak berterusan menjadi mangsa keganasan dan menjadikan wanita lebih bijak.

Oleh yang demikian, penghasilan modul ini adalah bertujuan sebagai sumber rujukan dan panduan dalam keupayaan meningkatkan literasi terhadap isu-isu wanita khususnya isu keganasan terhadap wanita.

OBJEKTIF

Program Seminar Wanita Anti Jenayah ini diadakan bagi mencapai objektif seperti berikut:

- i. Meningkatkan kesedaran dan mengukuhkan kefahaman di kalangan individu dan masyarakat tanpa mengira jantina mengenai isu keganasan terhadap wanita;
- ii. Meningkatkan dan menambah pengetahuan di kalangan wanita yang terdedah dengan ancaman menjadi mangsa keganasan; dan
- iii. Memberi dan menyebarkan maklumat kepada masyarakat tentang saluran aduan dan bantuan yang disediakan untuk mangsa.

RINGKASAN MODUL

- ✓ Peranan gender
- ✓ Gangguan seksual
- ✓ Anti pemerdagangan
- ✓ Jenayah siber
- ✓ Keldai dadah
- ✓ Rogol dan cabul
- ✓ Keganasan Rumah Tangga

PESERTA

Individu berumur 18 tahun ke atas dan yang berminat

JANGKA MASA

Seminar (Ikut kesesuaian)

METODOLOGI

Ceramah (Fizikal atau secara dalam talian)

PERALATAN

- ✓ LCD Projektor dan Komputer Riba

PENGISIAN 1

TAJUK	PERANAN GENDER DALAM KEHIDUPAN WANITA
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Memberi pendedahan dan pemahaman mengenai gender secara umum dan hak-hak wanita serta isu-isu yang berkaitan;
HASILAN	Di akhir sesi peserta faham definisi gender dan hak –hak wanita secara umum.
SIPNOSIS	<ul style="list-style-type: none">• Pengenalan terhadap gender• Kesamarataan gender• Stereotaip gender• Isu-isu berkaitan dengan gender
BAHAN	Nota sebagai rujukan
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan peserta

PENGISIAN

Pengenalan terhadap gender.

Gender adalah perbezaan di antara wanita dan lelaki di dalam sesebuah budaya dan perbezaan ini memberi impak kepada:

- ✓ peranan
- ✓ tanggungjawab
- ✓ jangkauan
- ✓ Peluang
- ✓ keperluan
- ✓ persepsi

Gender sering dikelirukan dengan jantina, walau bagaimanapun jantina umumnya dirujuk kepada biologi dan automi struktur tubuh seperti:

- ✓ organ luaran jantina,
- ✓ organ dalaman jantina dan
- ✓ pembangunan wanita sekunder pada peringkat akil baligh.

Gender pula merujuk kepada:

- ✓ peranan dan jangkauan yang sering dikenal pasti sebagai faktor yang mengganggu hak kesamaan dan
- ✓ status wanita dengan kesan yang bertentangan yang mengesankan hidup, keluarga, status sosial ekonomi dan kesihatan.
- ✓ simbol budaya, struktur institusi dan imej-imej dalaman yang mentakrifkan peranan sifat kelakian dan kewanitaan serta meluahkan peranan tersebut melalui kuasa dalam perhubungan.

Kesamarataan Gender

- Membincangkan isu-isu berkaitan kedudukan, hak dan kewajipan kaum lelaki dan wanita.
- Memberi peluang kepada wanita dalam pelbagai sektor termasuklah dalam sektor ekonomi, politik, sosial, pendidikan, dan sebagainya.
- Pandangan kesamarataan gender dari aspek yang berbeza (seperti dari sudut budaya, agama dan peranan media)

Stereotaip Gender

- Memberi penjelasan kepada para peserta mengenai persepsi yang kuat dan bentuk keyakinan yang dimiliki oleh satu-satu gender berdasarkan kepada:
 - ✓ Karektor
 - ✓ ciri personaliti
 - ✓ Psikologi
 - ✓ dan sebagainya.
- Contoh aktiviti interaktif yang boleh dilakukan dalam sesi ini ialah dengan bertanyakan soalan seperti berikut:
 - ✓ Siapa menjaga anak-anak apabila mereka sakit dan jika ibubapa yang bekerja siapa yang akan mengambil cuti?
 - ✓ Peranan melakukan sesuatu kerja di rumah – siapa yang memasak, menggosok pakaian atau melipat pakaian? Atau mencuci kereta dan membaiki saluran paip yang rosak?

- ✓ Adakah lelaki dan perempuan sama-sama digalakkan melakukan kerja-kerja yang mencabar, terutama kerja-kerja yang memerlukan kemahiran teknikal?
- ✓ Bincangkan peranan media, penulis skrip dan pengarah drama/filem dan sebagainya dalam menghasilkan karya. Pilih satu atau dua drama yang menonjolkan wujudnya stereotaip gender.

Isu-Isu Berkaitan Dengan Gender

- o Wanita Dan Kemiskinan
- o Wanita, Pendidikan Dan Latihan
- o Wanita Dan Kesihatan
- o Kekerasan Terhadap Wanita
- o Wanita Dan Peperangan
- o Wanita Dan Ekonomi
- o Wanita Dan Kekuasaan Serta Membuat Keputusan
- o Mekanisma Memajukan Wanita
- o Hak Kemanusiaan Wanita
- o Wanita Dan Media
- o Wanita Dan Alam Sekitar
- o Kanak-Kanak Perempuan

PENGISIAN 2

TAJUK	GANGGUAN SEKSUAL
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Meningkatkan ilmu pengetahuan dan kefahaman mengenai ciri-ciri gangguan seksual yang terdapat di persekitaran masyarakat dan cara-cara mengatasi atau mengurangkannya dari berleluasa serta mengetahui akta berkaitan.
HASILAN	Di akhir sesi, peserta dapat mengetahui dan memahami bagaimana untuk mengambil tindakan terhadap pelaku gangguan seksual dan terapi kepada mangsa.
SIPNOSIS	<ul style="list-style-type: none">• Definisi• Bentuk gangguan seksual<ul style="list-style-type: none">-Di tempat kerja-Di tempat awam• Impak kepada mangsa, masyarakat & organisasi• Terapi kepada mangsa• Undang-undang• Pencegahan• Pelaporan & agensi berkaitan
BAHAN	Nota ceramah sebagai rujukan
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan peserta

Pengisian :

Pengenalan terhadap gangguan seksual.

- Gangguan seksual mengikut tafsiran Malaysia Code of Practice (1999)
- Akta Buruh (1955)
- Garis Panduan Pengendalian Kes Gangguan Seksual Di Tempat Kerja, Pekeliling Perkhidmatan Bil. 5 Tahun 2018

Kategori gangguan seksual

- Di tempat kerja
- Di tempat awam

Senario kes di Malaysia

- Mangsa majoritinya wanita (gangguan seksual di tempat kerja)
- Kejadian tidak dilaporkan

Impak kepada mangsa, masyarakat dan organisasi

- Malu dengan diri sendiri
- Malu berhadapan dengan rakan sekerja
- Malu kepada masyarakat
- Malu untuk menuduh rakan sekerja
- Takut status pekerjaan dan keselamatan terjejas oleh ancaman pelaku
- Kelemahan prosedur/ tiada prosedur *standard* operasi cara untuk melapor kes
- Produktiviti terjejas

Terapi Kepada Mangsa

- Kaunseling kepada mangsa
- Motivasi oleh organisasi kepada mangsa untuk keyakinan yang tinggi akan keselamatan dan pekerjaan yang dijamin
- Kerahsiaan
- Tindakan kepada pelaku

Undang-Undang

- Kanun Keseksaan, Akta Pekerjaan, Perintah Am Perkhidmatan Awam Bahagian II Kelakuan dalam Bab ke-4

Pencegahan

- Memberikan pendedahan kepada warga kerja mengenai isu gangguan seksual
- Mewujudkan polisi / operasi standard bagi pelaporan kes gangguan seksual
- Melaksanakan polisi dan mengambil tindakan segera apabila terdapat pelaporan kes gangguan seksual

Saluran

- Memberi maklumat yang tepat kepada peserta di mana boleh mendapat bantuan sekiranya berlaku kes gangguan seksual. Contohnya:-
- Siapa yang boleh dihubungi?
- Di mana boleh mendapat bantuan? (Agensi kerajaan / Agensi swasta / Badan bukan kerajaan)
- Jenis saluran (Nombor telefon / Alamat emel / Alamat pejabat)

PENGISIAN 3

TAJUK	ANTIPEMERDAGANGAN ORANG DAN ANTIPENYELUDUPAN MIGRAN
MASA	Mengikut Kesesuaian
TUJUAN	Meningkatkan ilmu pengetahuan dan kefahaman mengenai aktiviti pemerdagangan orang & penyeludupan migran, khususnya terhadap wanita tanpa mengira warganegara dan berusaha mengelakkan diri dari menjadi mangsa serta mengetahui akta berkaitan.
HASILAN	Di akhir sesi, peserta dapat mengetahui dan memahami modus operandi pemerdagangan orang & penyeludupan migran dan mampu menyelamatkan diri dan wanita lain dari menjadi mangsa.
SIPNOSIS	<ul style="list-style-type: none">• Mengapa memperdagangkan orang• Bentuk eksploitasi• Modus operandi• Beza pemerdagangan & penyeludupan• Perhambaan zaman moden adalah jenayah (Akta)• Impak kepada mangsa & Negara• Terapi kepada mangsa• Pencegahan• Pelaporan & agensi berkaitan
BAHAN	Nota ceramah sebagai rujukan
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan peserta

Pengisian:

Pengenalan terhadap antipemerdagangan orang dan antipenyeludupan migran.

- Akta Anti pemerdagangan Orang dan Anti Penyeludupan Migran 2007

Mengapa pemerdagangan orang

- Keuntungan dari segi hasil pemerdagangan
- Wang

Bentuk eksploitasi

- Seks
- Perkhidmatan paksa
- Perhambaan moden
- Pemindahan organ manusia
- Penjualan bayi

Siapa mangsa

- Lelaki
- Wanita
- Kanak-kanak
- Bayi

Modus operandi

- Perekrutan
- Pengangkutan/pemindahan
- Penipuan/eksploitasi

Beza pemerdagangan dan penyeludupan

Pemerdagangan adalah jenayah

- Tenaga buruh paksa
- Penjualan organ, bayi dan khidmat seks paksa
- Pasport dirampas
- Gaji tidak dibayar
- Membuat banyak kerja

- Tiada terma kontrak yang standard
- Tiada perlindungan
- Keuntungan berganda pelaku sedangkan mangsa menderita

Impak kepada mangsa & negara

- Penderaan fizikal – pukul, tidak diberi makan, tiada rawatan, dikurung dan ancaman bunuh
- Mangsa dirogol, suntikan dadah, seks paksa, kehamilan, kerosakan organ seksual, ketagihan seks (kanak-kanak)
- Akibatnya mangsa lemah, cacat anggota, trauma dan hilang nyawa
- Negara pengeluar orang dengan mudah
- Negara penerima orang tidak terkawal kerana adanya permintaan
- Pintu masuk tidak terkawal
- Keselamatan dalam Negara penerima terjejas
- Keluarga tidak terima mangsa
- Keluarga malu
- Pertambahan kemasukan warga asing dalam masyarakat
- Pencerobohan undang-undang negara

Terapi dan pencegahan kepada mangsa

- Segera memberi perlindungan kepada mangsa
- Membawa pelaku ke muka pengadilan
- Kaunseling
- Ceramah motivasi di rumah perlindungan
- Menggalakkan masyarakat membuat aduan dan laporan jika disyaki ada kes

Saluran

- Memberi maklumat yang tepat kepada peserta di mana oleh mendapat bantuan sekiranya berlaku kes Anti Penderaan Orang . Contohnya:
- Siapa yang boleh dihubungi?
- Di mana boleh mendapat bantuan? (Agensi kerajaan / Agensi swasta / Badan bukan kerajaan)
- Jenis saluran (Nombor telefon / Alamat emel / Alamat pejabat)

PENGISIAN 4

TAJUK	JENAYAH SIBER
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Meningkatkan ilmu pengetahuan dan kefahaman mengenai kewujudan jenayah siber di peringkat antarabangsa dan kebanyakan mangsa adalah wanita serta mendedahkan modus operandi pelaku dan akta berkaitan.
HASILAN	Di akhir sesi, peserta dapat mengetahui dan memahami kegiatan jenayah siber perlu dielakkan di zaman serba moden ini.
SIPNOSIS	<ul style="list-style-type: none">• Modus operandi<ul style="list-style-type: none">-Mangsa selalunya wanita-Kenapa wanita/Punca• Kategori keldai akaun• Bagaimana merekrut• Impak kepada mangsa & negara• Undang-undang• Pencegahan• Pelaporan & agensi berkaitan
BAHAN	Nota ceramah sebagai rujukan
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan peserta

Pengisian:

Pengenalan terhadap jenayah siber.

- Akta berkaitan penipuan, penipuan kewangan dan penipuan perdagangan

Modus operandi

- Perkenalan – *facebook, skype, tagged* dan lain-lain
- Memikat
- Penghantaran bungkusan
- Pembayaran
- Mangsa sedar telah ditipu
- Mangsa selalunya wanita yang kesunyian, tiada masa bersosial dengan masyarakat, terlalu mengabdikan diri dengan dunia internet dan mencari teman hidup

Kategori Keldai Akaun

- Bentuk fizikal kurang menarik
- Selalunya ibu tunggal/wanita bujang
- Fasih berbahasa Inggeris
- Mahir teknologi maklumat
- Mempunyai akaun bank

Bagaimana merekrut

- Berkenalan di internet atau pusat hiburan
- Pura-pura jatuh cinta
- Memujuk dan memperdaya
- Dijanjikan ganjaran jika berkahwin

Impak Kepada Mangsa & Negara

- Emosi terganggu
- Trauma dan fobia
- Beban hutang
- Rumah tangga bergolak
- Maruah diri terjejas
- Ekonomi negara terjejas – aliran wang ke luar negara tanpa kawalan
- Pelaburan merosot – pelabur asing merasa tidak selamat
- Imej Negara jatuh – gambaran tidak sihat kepada dunia

Undang-Undang berkaitan

Pencegahan

- Kerjasama dengan bank yang sentiasa membuat pemantauan ke atas akaun yang mencurigakan dengan memberitahu kepada pihak polis
- Mencadangkan agar bank memperketatkan proses pembukaan akaun bank
- Penguatkuasaan undang-undang dengan menuduh pelaku Keldai Akaun di mahkamah sebagai pengajaran
- Masyarakat didedahkan bahayanya jika terjebak kepada aktiviti tidak sihat ini

Saluran

- Memberi maklumat yang tepat kepada peserta di mana boleh mendapat bantuan sekiranya berlaku kes-kes keldai akaun. Contohnya:-
- Siapa yang boleh dihubungi?
- Di mana boleh mendapat bantuan? (Agensi kerajaan / Agensi swasta / Badan bukan kerajaan)
- Jenis saluran(Nombor telefon / Alamat emel / Alamat pejabat)

PENGISIAN 5

TAJUK	KELDAI DADAH
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Meningkatkan celik akal dan memberi maklumat kepada wanita dan masyarakat tentang aktiviti keldai dadah yang perlu dibendung dari terus berleluasa dan merosakkan generasi & negara
HASILAN	Di akhir sesi, peserta dapat mengetahui dan memahami kegiatan keldai dadah perlu dielakkan di zaman serba moden ini.
SIPNOSIS	<ul style="list-style-type: none">• Modus operandi<ul style="list-style-type: none">- Mangsa selalunya wanita- Kenapa wanita/Punca• Jenis dadah• Bagaimana merekrut• Impak kepada mangsa & negara• Terapi mangsa• Undang-undang• Pencegahan• Pelaporan & agensi berkaitan
BAHAN	Nota ceramah sebagai rujukan
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan peserta

Pengisian:

Pengenalan terhadap Keldai Dadah

- Akta Dadah Berbahaya 1952

Modus operandi

- Mangsa selalu wanita
- Mengapa wanita

Jenis-Jenis Dadah

- Amphetamines
- Pil ecstasy
- Kokain

Bagaimana Merekrut

- Berkenalan di *facebook*, *twitter* dan berbagai lagi media sosial
- Ditawarkan percutian ke luar negara
- Mangsa wanita dan ingin hidup mewah dengan cara mudah
- Pelaku menggunakan wajah palsu yang tampan untuk menawan mangsa agar bersetuju dengan tawaran
- Pelbagai taktik digunakan
- Overview kes

Impak Kepada Mangsa dan Negara

- Mangsa terpedaya kemudiannya diseksa
- Mangsa ditangkap di luar negara
- Mangsa diadili mengikut undang-undang luar negara tempat ditangkap dan kebiasaannya sukar untuk diadili di negara sendiri
- Mangsa dipenjarakan di negara tempat ditangkap dan tidak pasti boleh dipercepatkan keluar dari penjara atau tidak
- Mangsa terpisah terus dari keluarga dan rakan-rakan senegara
- Imej negara mangsa tercalar
- Negara yang menangkap tidak dapat berkompromi
- Perhubungan dua negara perlu masa yang panjang untuk membawa mangsa pulang jika mangsa tidak bersalah
- Perbelanjaan besar untuk mewujudkan *task force* pencegahan keldai dadah di pintu masuk negara

Terapi mangsa

- Segera memberi perlindungan kepada mangsa
- Membawa pelaku ke muka pengadilan
- Kaunseling individu
- Menggalakkan masyarakat sama-sama membantu mangsa untuk meneruskan kehidupan yang positif

Undang-undang dan Pencegahan

- Penguatkuasaan undang-undang
- Perkongsian maklumat antara agensi penguatkuasa dan orang awam
- Penyamaran pegawai penguatkuasa
- Melindungi saksi/mangsa yang memberi maklumat (saksi dan mangsa bimbang akan diugut oleh pelaku)

Impak kepada mangsa & negara

- Penderaan fizikal – pukul, tidak diberi makan, tiada rawatan, dikurung dan ancaman bunuh
- Pintu masuk tidak terkawal
- Keselamatan dalam Negara penerima terjejas
- Keluarga tidak terima mangsa
- Keluarga malu
- Pertambahan kemasukan warga asing dalam masyarakat
- Pencerobohan undang-undang negara
- Tidak mendapat pembelaan kerana tertakluk kepada undang – undang negara luar.

Saluran

- Memberi maklumat yang tepat kepada peserta di mana boleh mendapat bantuan sekiranya berlaku kes-kes keldai dadah. Contohnya:-
- Siapa yang boleh dihubungi?
- Di mana boleh mendapat bantuan? (Agensi kerajaan / Agensi swasta / Badan bukan kerajaan)
- Jenis saluran (Nombor telefon / Alamat emel / Alamat pejabat)

PENGISIAN 6

TAJUK	ROGOL & CABUL
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Meningkatkan ilmu pengetahuan dan kefahaman masyarakat mengenai mengapa kes rogol dan cabul terjadi di dalam kehidupan mereka.
HASILAN	Di akhir sesi, peserta dapat mengetahui dan memahami kepentingan kes rogol dan cabul dibasmi dan tidak dibiarkan terus berleluasa dan bagaimana membantu mangsa.
SIPNOSIS	<ul style="list-style-type: none">• Mengapa rogol terjadi• Siapa mangsa-wanita, lelaki, kanak-kanak• Undang-undang• Perlunya melapor kejadian• Kesan ke atas mangsa• Terapi mangsa• Pencegahan• Pelaporan & agensi berkaitan
BAHAN	Nota ceramah sebagai rujukan
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan peserta

Pengisian: Pengenalan terhadap rogol dan cabul

- Kanun Keseksaan

Mengapa rogol dan cabul terjadi

- Mengenal & tidak mengenali pelaku
- Secara paksa
- Secara sukarela (tetapi kerana takut)
- Ugutan
- Rogol
- Sumbang mahram
- Rogol perkahwinan

Mangsa – lelaki, wanita & kanak-kanak

- Lelaki
- Wanita
- Kanak – kanak

Undang-undang

- Pertuduhan
- Dipenjara
- Disebat

Perlunya melapor kejadian

- *One Stop Crisis Centre* di Jabatan Kecemasan Hospital kerajaan
- Dapatkan rawatan jika ada kecederaan
- Melapor secara rasmi kepada PDRM

Kesan ke atas mangsa

- Malu
- Takut berulang
- Takut keluarga diugut
- Trauma & fobia
- Mengasingkan diri dari keluarga dan masyarakat
- Kemurungan hingga membunuh diri
- Rendah diri yang terlampau

- Takut ditipu bila melapor

Terapi kepada mangsa

- Kaunseling
- Beribadah dengan bimbingan
- Berkawan
- Ada tempat mengadu masalah (teman atau keluarga yang dipercayai)

Terapi dan pencegahan kepada mangsa

- Segera memberi perlindungan kepada mangsa
- Membawa pelaku ke muka pengadilan
- Kaunseling
- Menggalakkan masyarakat membuat aduan dan laporan jika disyaki ada kes
- Menggalakkan masyarakat saling melindungi dalam komuniti dengan kerjasama agensi kerajaan

Saluran

- Memberi maklumat yang tepat kepada peserta di mana boleh mendapat bantuan sekiranya berlaku kes rogol dan cabul. Contohnya:-
- Siapa yang boleh dihubungi?
- Di mana boleh mendapat bantuan? (Agensi kerajaan / Agensi swasta / Badan bukan kerajaan)
- Jenis saluran (Nombor telefon / Alamat emel / Alamat pejabat)

PENGISIAN 7

TAJUK	KEGANASAN RUMAH TANGGA
MASA	Mengikut kesesuaian
TUJUAN	Meningkatkan celik akal dan kesedaran mengenai tentang perihal, hak-hak dan saluran aduan keganasan rumah tangga.
HASILAN	Di akhir sesi, peserta dapat mengetahui perkaitan serta peranan dn hak masing-masing dalam undang-undang demi kesejahteraan dalam kehidupan.
SIPNOSIS	<ul style="list-style-type: none">• Pengenalan kepada undang-undang yang berkaitan Keganasan Rumah Tangga• Jenis Keganasan Rumah Tangga• Hak Mangsa Dalam Keganasan Rumah Tangga• Mangsa Keganasan Rumah Tangga dan Pembubaran Perkahwinan• Saluran aduan
BAHAN	Nota ceramah sebagai rujukan
KAEDAH / AKTIVITI	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah secara interaktif dengan peserta

Pengisian:

Pengenalan kepada undang-undang yang berkaitan:-

- Enakmen Kesalahan Jenayah Syariah 1995
- Akta Memperbaharui Undang-Undang (Perkahwinan & Penceraihan) 1976 (Akta 164)
- Akta Keganasan Rumah Tangga 1994 (Akta 521)
- Akta Keganasan Rumah Tangga (Pindaan) 2012
- Akta Kanak-Kanak 2001
- Kanun Keseksaan Jenayah (Akta 574)
- Akta Anti Pmerdagangan Orang & Antipenyeludupan Migran 2007 (Akta 670)

Perihal Am Keganasan Rumah Tangga

➤ Memberi penjelasan mengenai keganasan rumah tangga seperti:-

- Siapa itu mangsa
- Apakah jenis-jenis keganasan rumah tangga
- Mengapakah keganasan rumah berlaku
- Di mana boleh berlaku keganasan rumah tangga
- Bila keganasan rumah tangga boleh berlaku
- Tindakan mangsa sekiranya keganasan rumah tangga berlaku

Hak Mangsa Dalam Keganasan Rumah Tangga

➤ Memberi penjelasan mengenai Emergency Protection Order (EPO), Interim Protection Order (IPO) dan Protection Order (PO) seperti:-

- Dimana boleh mendapatkan EPO, IPO dan PO
- Siapa yang boleh membantu mangsa mendapatkan EPO, IPO dan PO
- Siapa yang boleh dilindungi di bawah EPO, IPO dan PO
- Prosedur mendapatkan EPO, IPO dan PO
- Apa yang mangsa perlu buat setelah mendapat IPO dan PO
- Di mana mangsa dapat rumah perlindungan sementara
- Apa tindakan mangsa yang perlu dilakukan sekiranya keganasan rumah tangga berlaku lagi setelah mangsa mendapat IPO dan PO

Mangsa Keganasan Rumah Tangga dan Pembubaran Perkahwinan

- Memberi penjelasan apa itu pembubaran perkahwinan dan prosedur membuat pembubaran perkahwinan serta jenis pembubaran perkahwinan yang sah dari segi undang-undang.
- Membincangkan perkara-perkara yang perlu diambil kira sekiranya sesuatu perkahwinan mengikut syariah/ sivil/ adat berlaku penceraian di antara suami isteri. Contohnya:-
 - Fasakh'
 - Tuntutan harta sepencarian (cara pembahagian?)
 - Tuntutan nafkah anak dan iddah
 - Tuntutan muta'ah
 - Tuntutan asset matrimony
 - Tuntutan tunggakan hutang
 - Tempat tinggal
 - Hak penjagaan anak dan sebagainya

Saluran aduan

- Memberi maklumat yang tepat kepada peserta di mana boleh mendapat bantuan sekiranya berlaku keganasan rumah tangga. Contohnya:-
 - Siapa yang boleh dihubungi?
 - Di mana boleh mendapat bantuan?
 - (Agensi kerajaan / Agensi swasta / Badan bukan kerajaan)
 - Jenis saluran
 - (Nombor telefon / Alamat emel / Alamat pejabat)

PENUTUP

Kewujudan Modul Skwad WAJA yang telah dibangunkan oleh Bahagian Pembangunan Psikologi, Jabatan Pembangunan Wanita ini merupakan satu inisiatif jabatan dalam membantu agensi menyampaikan perkhidmatan dengan lebih menyeluruh, seragam dan berkesan. Modul ini diharap dapat dijadikan bahan rujukan dan panduan yang bermanfaat kepada semua agensi dalam mengendalikan program dan latihan berkaitan dengan kesejahteraan wanita.



LAMPIRAN

Senarai Semak Kendiri E.A.R.S

Baca pernyataan di bawah dan skor mengikut kesesuaian. Tiada jawapan benar atau salah, ia hanyalah pernyataan umum yang berkaitan dengan diri anda:

Read the statement below and give appropriate score. There is no right or wrong answer, is about general statement about yourself.

- | | |
|---|------------------------|
| 4 | Kerap / Always |
| 3 | Selalu/ Often |
| 2 | Kadang- kadang/ Seldom |
| 1 | Tidak pernah/ Never |

BIL.	PENYATAAN / STATEMENTS	SKOR/S CORE
1.	Saya pastikan posisi saya sesuai agar dapat mendengar dengan jelas <i>I position myself so that I can hear clearly</i>	
2.	Saya menggunakan parafrasa (mengulangi apa yang diucapkan) bagi memastikan saya memahami apa yang dikatakan oleh orang lain. <i>I paraphrase what the person has said to check my understanding</i>	
3.	Saya memerhati bahasa tubuh seseorang ketika berkomunikasi dengan seseorang <i>I observe the body language of the person I talking with.</i>	
4.	Saya selalunya membiarkan seseorang itu menghabiskan percakapannya sebelum memberi maklumbalas. <i>I let the client finish what they are saying before replying</i>	
5.	Saya menggunakan bahasa bukan lisan (gaya tubuh) bagi menggalakkan seseorang itu cakap. <i>I encourage the person to talk by non-verbal cues</i>	
6.	Faktor pemakaian dan penampilan seseorang tidak mempengaruhi minat saya untuk mendengar. <i>I disregard the person's dress and appearance</i>	

BIL.	PENYATAAN / STATEMENTS	SKOR/S CORE
7.	<p>Saya membuat kontak mata apabila berkomunikasi dengan seseorang.</p> <p><i>I make eye contact with the person I am talking with.</i></p>	
8.	<p>Saya peka terhadap emosi dan fakta yang tersembunyi apabila berkomunikasi</p> <p><i>I am alert to the person's underlying feelings as well as the facts</i></p>	
9.	<p>Saya menggunakan bahasa penegasan (seperti oooo yea ke?...hmmmmmm) bagi menggalakkan seseorang bercakap</p> <p><i>I make encouraging vocalization eg I see, uh-huh, yes, etc</i></p>	
10.	<p>Saya memastikan minda saya fokus dengan apa yang diperkatakan oleh seseorang</p> <p><i>I keep my mind what the person is saying</i></p>	
11.	<p>Saya mencatat isi penting bila berkomunikasi</p> <p><i>I take notes of key points when communicate</i></p>	
12.	<p>Saya membuat rumusan atas apa yang faham dalam perbualan.</p> <p><i>I summarize my understanding of the conversation</i></p>	
13.	<p>Saya menerima pandangan seseorang dalam berkomunikasi</p> <p><i>I consider the person's point of view in communication</i></p>	

Pemarkatan

Jumlahkan semua skor untuk mendapatkan skor tertinggi.

SKOR	PENYATAAN
0-20	Rendah – Anda perlu tingkatkan lagi kemahiran E.A.R.S
21-35	Sederhana – Anda mempunyai kemahiran E.A.R.S cuma perlu di tingkatkan lagi agar anda boleh kongsi pengalaman anda dengan orang lain.
36 dan ke atas	Tinggi – Tahniah, anda mempunyai kemahiran E.A.R.S dan kini tiba masa anda membantu orang lain juga!

Senarai Semak Emosi DASS21

Sila baca setiap kenyataan di bawah dan bulatkan pada nombor 0,1,2 atau 3 bagi menggambarkan keadaan anda sepanjang minggu yang lalu. Tiada jawapan yang betul atau salah. Jangan mengambil masa yang terlalu lama untuk menjawab mana-mana kenyataan.

Skala pemarkahan adalah seperti berikut:

1. **Tidak langsung** menggambarkan keadaan saya
2. **Sedikit atau jarang-jarang** menggambarkan keadaan saya.
3. **Banyak atau kerap kali** menggambarkan keadaan saya.
4. **Sangat banyak atau sangat kerap** menggambarkan keadaan saya

1	Saya dapati diri saya sukar ditenteramkan	0	1	2	3
2	Saya sedar mulut saya terasa kering	0	1	2	3
3	Saya tidak dapat mengalami perasaan positif sama sekali	0	1	2	3
4	Saya mengalami kesukaran bernafas (contohnya pernafasan yang laju, tercungap-cungap walaupun tidak melakukan senaman fizikal)	0	1	2	3
5	Saya sukar untuk mendapatkan semangat bagi melakukan sesuatu perkara	0	1	2	3
6	Saya cenderung untuk bertindak keterlaluan dalam sesuatu keadaan	0	1	2	3
7	Saya rasa menggegetar (contohnya pada tangan)	0	1	2	3
8	Saya rasa saya menggunakan banyak tenaga dalam keadaan cemas	0	1	2	3
9	Saya bimbang keadaan di mana saya mungkin menjadi panik dan melakukan perkara yang membodohkan diri sendiri	0	1	2	3
10	Saya rasa saya tidak mempunyai apa-apa untuk diharapkan	0	1	2	3
11	Saya dapati diri saya semakin gelisah	0	1	2	3
12	Saya rasa sukar untuk relaks	0	1	2	3
13	Saya rasa sedih dan murung	0	1	2	3
14	Saya tidak dapat menahan sabar dengan perkara yang menghalang saya meneruskan apa yang saya lakukan	0	1	2	3
15	Saya rasa hampir-hampir menjadi panik/cemas	0	1	2	3
16	Saya tidak bersemangat dengan apa jua yang saya lakukan.	0	1	2	3
17	Saya tidak begitu berharga sebagai seorang individu	0	1	2	3
18	Saya rasa yang saya mudah tersentuh	0	1	2	3
19	Saya sedar tindakbalas jantung saya walaupun tidak melakukan aktiviti fizikal (contohnya kadar denyutan jantung bertambah, atau denyutan jantung berkurangan)	0	1	2	3
20	Saya berasa takut tanpa sebab yang munasabah	0	1	2	3
21	Saya rasa hidup ini tidak bermakna	0	1	2	3

PENGIRAAN SKOR DASS21

Masukkan skala markah jawapan bagi soalan (S) bagi setiap kategori

STRESS (TEKANAN)								
Soalan	S1	S6	S8	S11	S12	S14	S18	Jumlah
Markah								
ANXIETY (KERISAUAN)								
Soalan	S2	S4	S7	S9	S15	S19	S20	Jumlah
Markah								
DEPRESSION (KEMURUNGAN)								
Soalan	S3	S5	S10	S13	S16	S17	S21	Jumlah
Markah								

	Kemurungan	Kebimbangan	Stress
Normal	0-5	0-4	0-7
Ringan	6-7	5-6	8-9
Sederhana	8-10	7-8	10-13
Teruk	11-14	9-10	14-17
Sangat Teruk	15+	11+	18+

KEPUTUSAN UJIAN DASS

Ujian	Tahap
Stress/ Tekanan	
Anxiety/ Kerisauan	
Depression/ Kemurungan	

**BORANG PELAPORAN AKTIVITI
SKUAD WAJA**

MAKLUMAT SKUAD WAJA :		
1	Nama	
2	No.Kad Pengenalan	
3	Alamat	
4	No Telefon	
5	Emel	
6	Nama Persatuan/ Pertubuhan	

MAKLUMAT AKTIVITI / PROGRAM :

1	Nama Program (jika berkaitan)	
2	Tarikh, Masa & Lokasi	
3	Aktiviti/Pengisian	
4	Kumpulan Sasar / klien	
5	Objektif	
6	Strategi Pelaksanaan	
7	Penilaian Program (sejauh mana program/aktiviti dapat dijalankan)	
8	Cadangan Penambahbaikan	

ULASAN TENTANG ISU DAN MASALAH KLIEN

Tandatangan Pelapor :

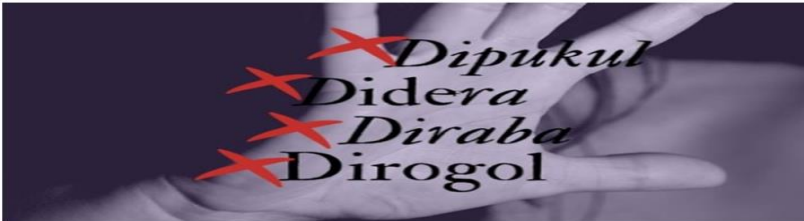
.....

()

Tarikh:

MALAYSIA PRIHATIN

Pilih Untuk Bertindak, Bukan Berdiam!



IPK PERLIS – 04-9082 222
IPK KEDAH – 04-7741 222
IPK P.PINANG – 04-2221 522
IPK PERAK – 05-2451 222
IPK SELANGOR – 03-5514 5222
IPK K. LUMPUR – 03-2146 0522
IPK N. SEMBILAN – 06-768 2222
IPK MELAKA – 06- 285 4222
IPK PAHANG – 09-505 2222
IPK TEREINGGANU – 09-635 4722
IPK KELANTAN – 09-745 5622
IPK JOHOR – 07- 225 4422
IPK SABAH – 088-450 222
IPK SARAWAK – 082-245 522

HOSP. KANGAR – 04-9738 000
HOSP. ALOR SETAR – 04-7406 233
HOSP. P. PINANG – 04-2225 333
HOSP. IPOH – 05- 540 5555
HOSP. TAR KLANG – 03- 3575 7000
HOSP. K. LUMPUR – 03-2615 5555
HOSP. SEREMBAN – 06-768 4000
HOSP. MELAKA – 06- 2892 344
HOSP. TAA KUANTAN – 09-557 2222
HOSP.KUALA TEREINGGANU- 09-6212 121
HOSP. KOTA BHARU – 09-745 2000
HOSP. S. AMINAH JOHOR – 07- 225 7000
HOSPITAL QEH KK SABAH – 088-517 555
HOSP. UMUM SARAWAK – 082-276 666



KEMENTERIAN PEMBANGUNAN WANITA,
KELUARGA DAN MASYARAKAT

TALIAN Kasih
15999

Aplikasi Whatsapp
019 26 15999

#MalaysiaPrihatin #KitaJagaKita #KitaJagaWanita #HormatiWanita

Mesej dari Jabatan Pembangunan Wanita

JABATAN PEMBANGUNAN WANITA

JPWANITA

JPWANITA

LAMPIRAN

**BERSAMA KEGANASAN
TERHADAP WANITA
DIHENTIKAN
KAMI SEDIA
MEMBANTU**



KEMENTERIAN PEMBANGUNAN WANITA,
KELUARGA DAN MASYARAKAT

TALIAN *Kasih*
15999 

Aplikasi Whatsapp
019 26 15999 

#MalaysiaPrihatin #KitaJagaKita #KitaJagaWanita #HormatiWanita
Mesej dari Jabatan Pembangunan Wanita

 JABATAN PEMBANGUNAN WANITA

 JPWANITA

 JPWANITA

LAMPIRAN



HENTIKAN DAN LAPORKAN GANGGUAN SEKSUAL



KEMENTERIAN PEMBANGUNAN WANITA,
KELUARGA DAN MASYARAKAT

TALIAN *Kasih*
15999 

Aplikasi Whatsapp
019 26 15999 

#MalaysiaPrihatin #KitaJagaKita #KitaJagaWanita #HormatiWanita
Mesej daripada Jabatan Pembangunan Wanita

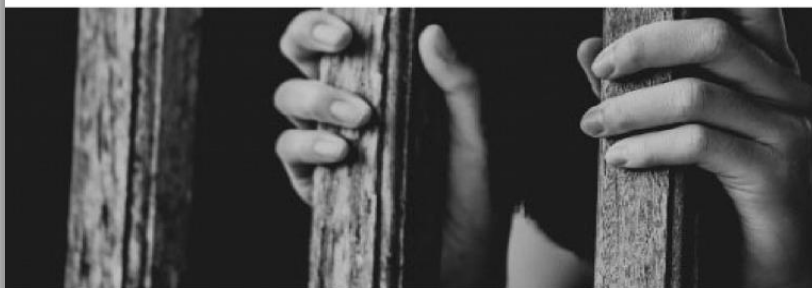
 JABATAN PEMBANGUNAN WANITA

 JPWANITA

 JPWANITA

**MALAYSIA PRIHATIN
BERSAMA
JENAYAH
PEMERDAGANGAN
ORANG**

DIHENTIKAN



KEMENTERIAN PEMBANGUNAN WANITA,
KELUARGA DAN MASYARAKAT

TALIAN *Kasih*
15999 

Aplikasi Whatsapp
019 26 15999 

#MalaysiaPrihatin #KitaJagaKita #KitaJagaWanita #HormatiWanita

Mesej dari Jabatan Pembangunan Wanita



JABATAN PEMBANGUNAN WANITA



JPWANITA



JPWANITA

LIRIK LAGU HARI WANITA

Di hati ini
Ada niat membara
Mendukung ikrar harapan bangsa

Wanita
Waja negara
Suka dan duka
Kami lalunya

Demi masa depan anak yang dibuaikan
Dengan kasih kasih sayang kita bangkit semua

Wanita waja
Hadapi cabaran
Bangkitlah bersama

Wanita waja
Impian kita
Malaysia Sejahtera

Wanita waja
Tua dan muda
Jasamu berharga
Bersama-sama hingga ke gerbang jaya

Wanita Waja
Hadapi cabaran
Bangkitlah bersama

Wanita waja
Impian kita
Malaysia Sejahtera

Wanita waja
Hadapi cabaran
Bangkitlah bersama

Wanita waja
Impian kita
Malaysia Sejahtera



WANITA WAJA NEGARA

Wanita Bangkit Mendepani Cabaran

RUJUKAN

Al Siebert. (2004). *The Resiliency Advantage*. San Francisco: BerretKoehle

Ivey, A., & Ivey M. (2003). *Intentional interviewing and counselling: Facilitating client development in a multicultural society*. California, USA: Brooks/Cole – Thomson Learning.

Kinman, G., & Grant, L. (2016). Enhancing empathy in the helping professions. In D. F. Watt & J. Panksepp (Eds.), *Psychology of emotions, motivations and actions. Psychology and neurobiology of empathy* (p. 297–319). Nova Biomedical Books.

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence* (p. 396–420). Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1017/CBO9780511807947.019>

Schultz, D. P. & Schultz, S. E. 2009. *Theories of Personality*. Edisi ke-9. Belmont: Cengage Learning.

Southwick SM, Vythilingam M, Charney DS. The psychobiology of depression and resilience to stress: Implications for prevention and treatment. *Annu Rev Clin Psychol*. 2005;1:255–91.

Swank, J. M., & McCarthy, S. (2013). The Counselor Feedback Training Model: A Developmental Approach to Teach Feedback Skills. *Adultspan*, 12, 100-112. doi: 10.1002/j.2161-0029.2013.00019.x

Zoll, C., dan S. Enz, 2012, *A Questionnaire to Assess Affective and Cognitive Empathy in Children*, OPUS publications server.

Bahagian Pembangunan Psikologi
Jabatan Pembangunan Wanita
Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat

Telefon :03-8323 1000

Fax :03-8323 2035

Laman web :<https://www.jpw.gov.my/e-book/>

e ISBN 978-983-44158-5-3

