

# Panduan komunikasi berkesan dengan rakan dan pensyarah



## BICARA KAMPUS

Oleh ZAITON MOHAMAD  
zaitonmohamad@yahoo.com

**D**ALAM proses penyesuaian diri di kampus, kebanyakan para siswa-siswi akan berhadapan dengan masalah peribadi iaitu sikap introvert lebih dominan berbanding sifat ekstrovert. Malah merasakan diri tidak berkeupayaan untuk bercakap, berasa rendah diri, malu dan segan sebagai halangan untuk tampil memulakan percakapan. Mereka bukan sekadar malu untuk berbicara dengan pensyarah, malah dengan rakan-rakan juga bersikap dingin dan segan tanpa sebab. Dari pemerhatian ke atas golongan ini mereka lebih gemar menggunakan sistem pesanan khidmat ringkas(SMS) atau pun berbicara melalui telefon daripada bersemuka.

Sepatutnya sebagai pelajar yang baru memasuki alam universiti lebih peka dan sensitif kepada persekitaran mereka sendiri. Ini

disebabkan melalui kepekaan tersebut akan memberikan ruang kepada mereka untuk bertanya kepada senior-senior semasa berada dalam minggu Suai Mesra lagi, tetapi dari pemerhatian mereka tidak suka bertanya dan berkongsi pengalaman dengan senior-senior mereka sendiri, sebaliknya lebih suka mengambil sikap berdiam diri dan menjadi pasif sepanjang minggu tersebut. Keadaan sedemikian tidak dapat membantu mereka dalam menjalani proses kehidupan di kampus nanti.

Kehidupan dikampus memerlukan pergerakan yang cepat dan perlu bersedia dari sudut mental dan fizikal. Setiap siswa siswi perlulah mahir dalam memulakan perbincangan atau lebih sesuai perlu bijak menyesuaikan diri dengan alam persekitaran semasa. Sehubungan itu komunikasi adalah amat diperlukan. Mereka sepatutnya tidak perlu merasa malu dan segan untuk mendapatkan pengetahuan berkenaan dengan kehidupan dikampus, mereka perlu bertanya dengan abang-

abang dan kakak-kakak yang lebih senior daripada mereka tentang pengurusan diri, komunikasi dan kaedah belajar. Sekiranya mengikut pemikiran mereka kakak dan abang senior tidak dapat sepenuhnya membantu, mereka masih mempunyai pensyarah, mentor di sekolah, penasihat akademik dan di Hal Ehwal Pelajar juga menyediakan Bahagian Kaunseling dan Bimbingan Kerjaya untuk membantu para pelajar yang sukar untuk mengadaptasikan kehidupan di kampus.

Malah pelbagai program telah diatur antaranya Bengkel Pengurusan Diri, Komunikasi Pengikat Kasih Sayang, Menggapai Bintang dan sebagainya. Tujuan program sebegini diadakan adalah untuk membantu golongan yang sukar untuk menerima diri mereka tentang realiti kehidupan di kampus malah ada juga berasakan masih bermimpi tentang kehidupan di kampus dan seolah-olah tidak percaya yang realitinya mereka hampir mencapai

cita-cita mereka mendapatkan segulung ijazah. Apa yang perlu mereka hanya perlu hadir untuk mendapatkan tips-tips daripada program yang dianjurkan oleh pihak Bahagian Kaunseling dan Bimbingan Kerjaya. Bukan hanya sekadar memerhati dari jauh dan berasakan diri hebat dan akhirnya hanyut sendiri di alam kampus. Malah ada juga yang menganggap aktiviti yang dianjurkan oleh Bahagian ini adalah enteng dan sia-sia, dan mereka bukan termasuk dari golongan sasaran. Walau bagaimanapun kebanyakan daripada pengalaman, golongan sebeginilah yang mendapat keputusan peperiksaan hanya sekadar cukup makan sahaja.

Jadi sebagai pelajar baharu sahaja bergelar siswa siswi ayuh sedar dan kikislah sikap pemalu yang boleh dikatakan tidak bertempat supaya insaf bahawa mereka perlu aktif tanpa dipaksa untuk hidup dikampus, samada mahu aktif berpersatuan di sekolah mahupun bergiat aktif di bawah kelab-kelab yang ditubuhkan di bawah Hal Ehwal

Pelajar. Lantaran itu semuanya bermula dengan komunikasi, bak kata pepatah malu bertanya sesat jalan. Jadi sebagai seorang yang dahagakan ilmu perlulah bijak mengutarakan perbincangan dengan penuh adab dan sopan, supaya tidak dikatakan kurang beradab sopan, lagipun negara kita juga sentiasa menjalankan kempen, Berbudai Bahasa Budaya Kita.

Sehubungan itu para siswa-siswi yang baharu perlulah lebih peka dengan tingkah laku rakan-rakan dan juga pensyarah. Ini disebabkan dengan cara memahami dan menerima seadanya sikap mahupun kerenah rakan-rakan waima pensyarah seadanya tanpa syarat. Ini disebabkan dalam setiap individu telah dianugerahkan Tuhan dengan pelbagai sikap, sifat dan kerenah, Jadi untuk menjadi lebih mudah dan emosi lebih tenang untuk belajar gunakanlah perkataan yang tepat dan berkesan semasa bercakap. Sekiranya merasakan diri bersalah akui kesilapan diri dan jangan suka berdolak dalilk

kerana lama kelamaan sikap tersebut akan sebatu dalam diri sendiri. Justeru itu masyarakat sekitar akan melabelkan diri anda dengan benda-benda yang negatif. Jadi seboleh-bolehnya bersikap asertiflah dalam meluahkan pendapat kepada orang lain dan jangan terlalu merendah diri apabila beinteraksi.

Selain daripada itu sebagai siswa-siswi juga perlu mengawal tingkah laku dan berusaha mewujudkan suasana mesra, harmoni serta saling mengambil berat tentang rakan-rakan yang lain. Di samping itu juga perlulah sentiasa berfikiran positif dan husnu zon(berbaik sangka) dalam pergaulan harian. Oleh yang demikian mereka akan mudah diterima oleh rakan-rakan yang lain dan komunikasi dapat berjalan dengan lancar.

Penulis ialah Pegawai Psikologi, Bahagian Kaunseling dan Bimbingan Kerjaya, Jabatan Hal Ehwal Pelajar, Universiti Malaysia Sabah