

KAUNSELING BANTU ANDA

- ☞ Memahami dan menyedari karektor dan nilai diri serta isu yang dialami.
- ☞ Menggilap minat dan potensi diri.
- ☞ Mengasah kemahiran daya tindak.
- ☞ Memandu ke arah pemikiran dan tingkahlaku positif.
- ☞ Menjana pilihan yang bijak dan keputusan yang terbaik.
- ☞ Mengurus emosi.
- ☞ Menggalakkan hubungan dan persekitaran yang sihat.

ANDA ADALAH KUNCI KEPADA PERUBAHAN ANDA

**ANDA MEMPUNYAI PELBAGAI PILIHAN
UNTUK MENENTUKAN KEHIDUPAN
ANDA...SETIAP PILIHAN ADA
RISKONYA..BUAT PILIHANYANG
BETUL DAN TERBAIK DAN
NIKMATILAH KEHIDUPAN ANDA
DENGAN PENUH KEPUASAN...**



UNIT PSIKOLOGI KAUNSELING
JABATAN KESIHATAN NEGERI KEDAH

PERKHIDMATAN PSIKOLOGI & KAUNSELING



04-7741000
samb : 1074/1075/1076/2339

"HIDUP SENGSARA KERANA DIA"

- ➡ Penyesuaian diri di tempat baru / apabila dinaikkan pangkat.
- ➡ Tekanan di tempat kerja.
- ➡ Kompetensi diri / keyakinan diri
- ➡ Hubungan kurang baik dengan pegawai atasan / rakan sekerja
- ➡ Komunikasi yang tidak berkesan
- ➡ Masalah rumahtangga / keluarga
- ➡ Kewangan
- ➡ Kerjaya

"PERITNYA RASA"

- . TERTEKAN
- . BUNTU
- . GELISAH YANG KETERLALUAN
- . SEDIH YANG BERPANJANGAN
- . PUTUS ASA
- . MARAH YANG TIDAK TERKAWAL

"GELAP MASA DEPANKU...TIADA SIAPA PEDULI"

JANGAN RISAU KAMI ADA UNTUK ANDA
KERAHSIAAN anda keutamaan kami


"JOM JUMPA KAMI"

Datang Ke Lokasi :


UNIT PSIKOLOGI KAUNSELING
JABATAN KESIHATAN NEGERI KEDAH
SIMPANG KUALA, JALAN KUALA KEDAH
05400 ALOR SETAR, KEDAH

Hubungi Kami :

No. Telefon :

 04-7741074/1075/1076/2339

No. Faks :

 04-7741073

Emel :

kaunselingjknkdh@moh.gov.my

Muat turun Borang Rujukan Kaunseling
(Sukarela/ Individu)

<http://jknkedah.moh.gov.my/v3/>

Masa Kami Untuk Anda







Sesi Individu

45 minit Hingga 60 minit

Sesi Kelompok

90 minit Hingga 120 minit

Khidmat Kami Untuk Anda

-  KAUNSELING INDIVIDU & KELOMPOK
-  PROGRAM PEMBIMBING RAKAN SEKERJA (AKRAB)
-  PROGRAM MENTORING
-  PROGRAM BIMBINGAN PENGURUSAN KEWANGAN
-  PROGRAM - PROGRAM BERKAITAN PSIKOLOGI & KAUNSELING
-  RUNDINGCARA



**BILIK SEMINAR/
KAUNSELING
KELOMPOK**



**BILIK
KAUNSELING
INDIVIDU**



**KERUSI TERAPI /
REFLEKSOLOGI**