

From: Hal Ehwal Pelajar
To: UUM - All Students; UUM - All Staff
Subject: SEJAHTERA MINDA: PUSAT KAUNSELING UUM DEKATI HAMPIR 5,000 PELAJAR BAHARU SESI A261
Date: Tuesday, 22 September, 2026 3:08:13 PM
Attachments: image001.png



Jabatan Hal Ehwal Pelajar
STUDENT AFFAIRS DEPARTMENT
Universiti Utara Malaysia

HEPA ONLINE



PRIHATIN | MESRA PELAJAR | KESERAKAAN | KEBERSAMAAN

22 SEPTEMBER 2026 / 10 RABIULAKHIR 1448H
=====

Berita dan Gambar oleh: Pusat Kaunseling

SEJAHTERA MINDA: PUSAT KAUNSELING UUM DEKATI HAMPIR 5,000 PELAJAR BAHARU SESI A261



HEPA ONLINE: SINTOK, 15 September 2026 - Pusat Kaunseling Universiti Utara Malaysia (UUM) terus memperkukuh usaha menyokong kesejahteraan psikologi dan penyesuaian diri pelajar baharu apabila dijemput oleh Pusat Kecemerlangan dan Kepimpinan Pelajar (SELECT HEP) untuk mengendalikan slot “Bual Bicara: Sejahtera Minda bersama Pusat Kaunseling” kepada hampir 5,000 pelajar baharu UUM sesi A261.

Program yang berlangsung di Dewan Muadzam Shah, UUM ini menjadi antara platform awal bagi memperkenalkan peranan serta perkhidmatan Pusat Kaunseling kepada pelajar baharu, khususnya dalam membantu mereka menyesuaikan diri dengan kehidupan di kampus dan menghadapi cabaran sepanjang tempoh pengajian.

Slot perkongsian tersebut disampaikan oleh Pengarah Pusat Kaunseling UUM, Puan Faezah Nayan, bersama Pegawai Psikologi Kanan Pusat Kaunseling, Encik Muhammad Noor Fitri bin Ahmad.

Perkongsian memberi fokus kepada aspek penyesuaian diri di kampus, homesickness, kesejahteraan mental, pembangunan diri serta cabaran akademik yang lazimnya dihadapi oleh pelajar ketika memulakan fasa baharu kehidupan sebagai mahasiswa.

Puan Faezah turut berkongsi bahawa kehidupan di universiti merupakan satu proses penyesuaian yang memerlukan pelajar mengenali diri, membina sokongan sosial serta mendapatkan bantuan apabila berhadapan dengan cabaran.

Dalam masa yang sama, pelajar turut diperkenalkan kepada pelbagai program pembangunan diri, intervensi psikologi dan perkhidmatan kaunseling yang disediakan oleh Pusat Kaunseling UUM sepanjang semester A261.

Penglibatan Pusat Kaunseling dalam program ini mencerminkan komitmen berterusan UUM dalam memastikan aspek kecemerlangan akademik bergerak seiring dengan kesejahteraan mental dan perkembangan peribadi pelajar.

Melalui pendekatan yang lebih dekat dan mesra dengan pelajar baharu, Pusat Kaunseling berharap agar mahasiswa tidak melihat mendapatkan bantuan sebagai sesuatu yang negatif, sebaliknya sebagai satu langkah positif dalam mengurus emosi, membuat

keputusan dan membina kehidupan kampus yang lebih sejahtera.

"Anda tidak perlu menghadapi semuanya seorang diri. Pusat Kaunseling UUM sentiasa bersedia menjadi ruang selamat untuk mahasiswa berkongsi, mendapatkan sokongan dan berkembang menjadi versi terbaik diri mereka."

Pusat Kaunseling UUM
Sejahtera Minda, Gemilang Potensi

#MalaysiaMadani
#UniversitiPengurusanTerkemuka
#IlmuBudiBakti #HEPprihatin
#MesraPelajar #Keserakanan #Kebersamaan

=====

Jabatan Hal Ehwal Pelajar
Universiti Utara Malaysia
06010 UUM Sintok, Kedah Darul Aman
Malaysia



Universiti Utara Malaysia Official Website <http://www.uum.edu.my>

Disclaimer: This e-mail (including any attachments) may contain confidential information. If you are not the intended recipient, you are hereby notified that any review, distribution, printing, copying or use of this e-mail is strictly prohibited. If you have received this e-mail in error, please notify the sender or Universiti Utara Malaysia (UUM) immediately and delete the original message. Opinions, conclusions and other information in this e-mail that do not relate to the official business of UUM and/or its group of companies shall be understood as neither given nor endorsed by UUM and UUM accepts no responsibility for the same. All liability arising from or in connection with computer viruses and/or corrupted e-mails is excluded to the fullest extent permitted by law.