

Kursus Pengurusan Bencana

Adakah anda sebagai ‘frontliner’ berdepan dengan pelbagai cabaran?
Ingin mengetahui cara untuk berkomunikasi secara efektif?

Pengenalan

Sejak penubuhannya pada 11 Januari 1972, RELA Malaysia telah menempuh pelbagai cabaran, dan sehingga ke hari ini masih lagi utuh berdiri dan berkembang dengan majunya. Bermula dengan Pasukan Home Guard, yang menggembelng tenaga sukarelawan di seluruh negara bagi membantu kerajaan menangani masalah pengganas komunis, pasukan ini telah berkembang menjadi sebuah Jabatan yang menguruskan tenaga sukarelawan seramai 3.1 juta anggota.

Pegawai RELA merupakan kumpulan profesional yang berdepan dengan pelbagai cabaran setiap hari. Ini kerana kewujudan pasukan ini adalah untuk memberi ruang kepada seluruh warga Malaysia untuk bersama-sama menyumbang bakti kepada masyarakat dan negara dalam mempertahankan tanah air dan juga menjaga kesejahteraan serta keamanan setempat. Dalam memelihara kesejahteraan dan keselamatan masyarakat setempat, peranan para pegawai dan anggota RELA Malaysia perlu dikembangi luaskan lagi dengan penglibatan bersama agensi-agensi lain dalam menguruskan insiden-insiden bencana dan kecemasan. Pegawai RELA berupaya menjadi pasukan yang paling awal tiba di tempat kejadian sebelum ketibaan pasukan Polis, Bomba atau ambulans kerana pegawai RELA berada di mana-mana sahaja.

Oleh itu, cabaran kerja dan tugas seorang pegawai RELA bukan sahaja bergantung kepada keupayaan kognitifnya malahan bergantung kepada teknik pengenalanpastian risiko, ketertiban emosi dan juga tingkah laku kumpulan sasar. Keupayaan kognitif (Cognitive Ability) merujuk kepada teknik-teknik mengenal pasti sesuatu masalah, kaedah menimbangi, perancangan dan pengendalian masalah tersebut secara efektif dan optimum. Teknik pengendalian profesional membolehkan pegawai RELA meningkatkan produktiviti mereka malah berupaya untuk mengurangkan aduan semasa terhadap etika kerja dan profesionalisme dari segi pengurusan kemarahan (anger management) serta pengurusan emosi dan stress (emotional & stress management). Dengan adanya panduan profesionalisme yang berkesan ini, pegawai RELA akan dapat bertindak dengan lebih yakin dan tabah semasa menjalankan tugas dan tanggungjawab mereka kepada masyarakat dan negara.

Objektif Program

Program ini bertujuan untuk

- Menyampaikan konsep pegawai RELA dapat menjalankan tugas dan tanggungjawab dengan lebih profesional, berintegriti dan beretika

- Mendedahkan pegawai RELA dengan konsep tingkah laku, emosi dan perlakuan manusia secara tertib dan profesional
- Meningkatkan keupayaan kognitif pegawai RELA semasa menjalankan tugas dan tanggungjawab harian
- Mendedahkan teknik-teknik menangani kemarahan serta pengurusan emosi dan stress yang optimum semasa bencana dan situasi berisiko tinggi

Hasil Pembelajaran

Selepas menghadiri kursus ini, para peserta akan dapat mengenal pasti, mempunyai pengetahuan dan berupaya untuk

- Mengenal pasti tanda-tanda berisiko semasa menjalankan tugas
- Bertindak sebagai pemimpin dan mempunyai interaksi berkesan dengan kumpulan sasaran
- Mengatasi segala rintangan yang berlaku semasa bencana situasi berisiko tinggi

Siapa Yang Patut Hadir?

Pegawai yang berhadapan dengan kumpulan sasaran

Metodologi

Ceramah, latihan dan penilaian, kajian kes, perbincangan forum, 'role-play', perbincangan dan pembentangan individu/kumpulan, bantuan audio & visual, aktiviti interaktif dan gamifikasi

Tempoh masa

Kursus ini adalah selama 3 hari 2 malam (24 jam keseluruhannya)

Penilaian

- Ujian bertulis Pra-Penilaian (Hari Pertama sebelum Topik 1 bermula)
- Ujian bertulis Pasca Penilaian (Hari Kedua selepas Topik 10 tamat)
- Penilaian Berterusan di Pejabat (Setiap 3 bulan oleh Penyelia)

Kerangka Latihan

Masa	Hari Pertama
2:30 petang – 4:30 petang	Topik 1: Pengenalan kepada Profesionalisme, Integriti dan Etika Kerja

(2 Jam)	Topik ini merangkumi keperluan sikap profesionalisme, nilai, etika dan integriti pegawai RELA menjalankan tugas dan tanggungjawab harian secara optimum dan cemerlang. Amalan etika baik menyumbang kepada integriti pasukan dan keberkesanan menjalankan tugas. Perubahan dari segi kesedaran diri dan transformasi minda membantu pegawai menjadi proaktif
4:30 petang - 5:00 petang	Minum Petang & Solat Asar
5:00 petang – 7:00 petang (2 Jam)	Topik 2: Tanda-Tanda Berisiko: Pengenalan Bahasa Tubuh Peserta akan didedahkan kepada konsep bahasa tubuh (body language) yang merangkumi postur badan, pergerakan tangan, pergerakan/lirikan mata, pergerakan kaki dan ruang komunikasi. Para peserta akan diajar konsep menggunakan lima deria semasa berkomunikasi dengan kumpulan sasar. Sebahagian besar ketidakberkesanan komunikasi berpunca daripada membuat kesimpulan salah akibat tidak menganalisis keadaan dengan betul dan sepenuhnya.
7:00 malam - 8:30 malam	Makan Malam & Solat Maghrib
8:30 malam- 10:30 malam (2 Jam)	Topik 3: Tanda-Tanda Berisiko: Pengenalan Emosi Manusia Modul ini membantu peserta memahami jenis ekspresi wajah, dahi, kening, dagu dan bibir. Rujukan wajah yang berbeza memberi pelbagai tips untuk mencapai komunikasi berkesan. Di samping itu, pelbagai konsep dan cara pengendalian emosi betul akan diterapkan juga
Masa	Hari Kedua
7:30 pagi – 8:30 pagi (1 Jam)	Topik 4: Pengenalan Tingkah Laku Berisiko Topik ini akan mendedahkan peserta kepada konsep kriminologi asas dan tingkah laku seorang penjenayah. Ini membantu pegawai RELA untuk berkomunikasi dengan lebih efektif dan menghubungi pihak atasan semasa berhadapan dengan kes/orang yang berisiko tinggi.
8:30 pagi - 9:00 pagi	Sarapan Pagi
9:00 pagi - 11:00 pagi	Topik 5: Penyediaan Pengendalian Tingkah Laku Berisiko

(2 Jam)	Peserta akan mempelajari terapi tingkah laku kognitif (cognitive behavioural therapy CBT) yang membantu pegawai RELA semasa menjalankan tugas dan tanggung jawab harian dengan lebih efektif dan optimum. CBT merupakan satu bentuk psikoterapi yang mensasarkan penukaran bagaimana manusia berfikir (kognitif) dan bertindak laku, dengan tujuan menjadikan manusia merasa lebih baik dengan tindakan dan keputusan yang dibuat.
11:00 pagi – 1.00 petang (3 Jam)	Topik 6: Teknik Pengendalian Kumpulan Sasar yang Berkesan Melalui Teknik Tingkah Laku Kognitif Model ABCDE akan didedahkan kepada peserta iaitu A (antecedent), B (belief), C (consequences), D (dispute) dan E (effective new belief). CBT berasaskan model bahawa perasaan dan tindakan kumpulan sasar dipengaruhi oleh gaya pemikiran, dan bukan faktor luaran. CBT memberi fokus dengan menggantikan bentuk pemikiran dan tingkah laku negatif kepada bentuk pemikiran dan tingkah laku positif
1.00 petang – 2:00 petang	Makan Tengahari & Solat Zohor
2:00 petang – 4:30 petang (2.5 Jam)	Sesi Praktikal: Teknik Tingkah Laku Kognitif Peserta program akan mengenal pasti dan dapat membezakan pemikiran, emosi dan tingkah laku kumpulan sasar yang berisiko mahupun yang normal. Teknik CBT main peranan (role-play), analisis kelebihan dan kekurangan (advantage and disadvantage analysis) dan teknik 'video recording' berpasangan digunakan untuk pemahaman lebih kepada peserta
4:30 petang – 5.00 petang	Minum Petang & Solat Asar
5.00 petang – 7:00 malam (2 Jam)	Topik 7: Pengendalian Emosi & Tekanan Secara Berkesan Dalam Situasi Tertekan Peserta akan didedahkan kepada pemahaman asas pengurusan tekanan iaitu mengenali pencetus tekanan dan bagaimana untuk menguruskannya secara efektif dan optimum tanpa mengganggu emosi dan keputusan. Ini dapat membantu peserta memberi respon proaktif semasa berhadapan dengan situasi yang teruk/tertekan
7:00 malam – 8:30	Makan Malam & Solat Maghrib

malam	
8:30 malam - 10:00 malam (1.5 Jam)	Topik 8: Pengendalian Situasi Bencana Secara Berkesan Pegawai RELA yang bertanggungjawab di kawasan kejadian bencana hendaklah membuat penilaian tahap bencana yang berlaku, menyelaraskan segala tindakan yang diambil dengan operasi mencari dan menyelamatkan dan bantuan kecemasan kepada mangsa – mangsa. Oleh itu peserta program akan didedahkan kepada teknik-teknik berkesan semasa mengendalikan situasi berkenaan
Masa	Hari Ketiga
7:30 pagi – 8:30 pagi (1 Jam)	Topik 9: Teknik Berpasukan: Pengendalian Bencana dan Risiko Pegawai RELA didedahkan kepada kepentingan semangat berpasukan yang terdiri daripada gabungan individu yang mempunyai kompetensi yang saling bergantung dari segi keupayaan, kepakaran, kemahiran dan pengetahuan serta mempunyai akauntabiliti dan komitmen terhadap prestasi pasukan serta bersedia melaksanakan tugas dan tanggungjawab harian Bersama. Konflik dalam dan antara pasukan perlu dititik berat dan diurus dengan baik demi kebaikan dan peningkatan prestasi pasukan dan organisasi
8:30 pagi - 9:00 pagi	Sarapan Pagi
9:00 pagi - 11:00 pagi (2 Jam)	Topik 10: Masalah Manusia? Manusia Bermasalah? Topik ini mengenal pasti masalah yang berlaku. Ada masanya pegawai RELA tidak bersalah dan tidak bermasalah tetapi berada pada masa dan tempat salah. Oleh itu peserta perlu tahu cara pengendalian terbaik kepada kumpulan sasar yang bermasalah. Ini termasuk cara terbaik ketika berlaku masalah tingkah laku, sikap agresif/keganasan, percanggahan pendapat dan persepsi
11:00 pagi – 1.00 petang (3 Jam)	Topik 11: Inovasi dan Kreativiti Untuk Penyelesaian Masalah Modul penutup ini adalah mengenai konsep ‘no right formula’. Peserta program akan diajar dan didedahkan kepada pelbagai kemahiran asas yang perlu ada pada seorang pegawai RELA. Kemahiran pemerhatian (observational skills), fokus kepada perhatian (focusing on paying attention) dan paradigma pemikiran luar kotak (out-of-the-box thinking paradigm) wajib ada ketika menyelesaikan masalah untuk keputusan yang lebih efektif dan optimum

1.00 petang	Kursus Tamat (Sesi bergambar)
--------------------	--------------------------------------