



OCEAN INSIGHT

Let's Play

Trustpoly : Play, Trust, Heal

"At the bottom of the ocean lie treasures untold; so too lie the experiences and strengths within us."

Credit to:



D20212098683
WASYAHUL AFRAH BINTI
WAN ABDUL RASHID



D20211098589
SITI AMINAH HOO BINTI
MUHAMMAD ARIPIN HOO



D20212098687
MEOR AIMAN HAKIM
BIN ABD MUNIR



D20212101387
NOORFAZILA BINTI
MUHAMMAD AYUB



D20212098718
NOR AZLINA BINTI RAMLI



PENGENALAN **TRUSTPOLY:** Play , Trust , Heal



- Permainan kaunseling bertemakan lautan ini dibangunkan dengan mengaitkan perjalanan kehidupan manusia seperti sebuah pelayaran di lautan yang luas dan mendalam. Permukaan laut melambangkan keselamatan dan kestabilan, manakala lapisan yang lebih dalam mewakili emosi dan pengalaman klien.
- Trustpoly merupakan satu permainan terapeutik yang direka khusus untuk membantu kaunselor dan klien membina hubungan yang positif pada peringkat awal sesi kaunseling. Melalui aktiviti bermain yang tenang dan tidak mengancam, permainan ini dapat mewujudkan suasana yang selesa, mesra dan selamat supaya klien dapat menyesuaikan diri dengan persekitaran sesi serta mengenali kaunselor dengan lebih baik.





Panduan Pelaksanaan Permainan

Permainan ini boleh dimainkan oleh 2 hingga 6 orang pemain.

Setiap pemain akan diberikan:

- 1 penanda permainan
- 3 Trust Token sebagai permulaan

Giliran pemain ditentukan melalui balingan dadu.



Game Play Guidelines

This game can be played by 2 to 6 players.

Each player will receive:

- 1 game token
- 3 Trust Tokens as a starting amount

Player turns are determined by rolling the dice.



Panduan Pelaksanaan Permainan

1. Permainan bermula di Start Zone
2. Kaunselor membacakan Check-In Question dan/atau mengemukakan soalan terbuka spontan
3. Pemain membalik dadu dan bergerak mengikut nombor
4. Apabila mendarat di:
 - Inside Out Zone → Pemain mengambil kad dan menjawab soalan
 - Fun Zone → Kaunselor memberi ganjaran atau bermain permainan bersama pemain
5. Setiap soalan yang dijawab akan menerima 1 Trust Token
6. Permainan berakhir apabila pemain menamatkan pusingan
7. Pemain yang menamatkan permainan akan menerima Genie Wish Card, tertakluk kepada peraturan yang ditetapkan



Game Play Guidelines

1. The game starts at the Start Zone.
2. The counselor reads the Check-In Question and/or asks spontaneous open-ended questions.
3. Players roll the dice and move according to the number rolled.
4. When landing on:
 - Inside Out Zone → Players take a card and answer the question.
 - Fun Zone → The counselor can give rewards or play game with players
5. Each answered question earns 1 Trust Token.
6. The game ends when players complete the round.
7. Players who complete the game receive a Genie Wish Card, subject to the rules.



REWARD CARD



Trust Token



- Diberikan setiap kali pemain menjawab soalan
- Token ini melambangkan keberanian, keterbukaan dan kepercayaan.



Genie Wish Card

- Diperoleh selepas pemain menamatkan permainan
- Membolehkan satu permintaan logik kepada kaunselor
- Permintaan mesti dalam kemampuan kaunselor dan dipersetujui bersama
- Hanya boleh digunakan sekali sahaja



Pemain akan mendapat 3 Trust Token pada permulaan permainan.





REWARD CARD



Trust Token

- Given each time a player answers a question
- This token represents courage, openness, and trust



Genie Wish Card

- Earned after the player completes the game
- Allows one reasonable wish to the counselor
- The wish must be within the counselor's ability and mutually agreed upon
- Can only be used once



Each player starts the game with 3 Trust Tokens



Check in Question



Starter Card



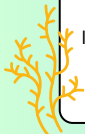
Kad ini digunakan pada permulaan permainan untuk membantu klien melakukan emotional check-in. Ia membantu kaunselor memahami keadaan emosi awal klien dan mewujudkan suasana selamat sebelum permainan bermula.

Kaunselor boleh mengemukakan soalan terbuka secara spontan berdasarkan:

- Pemerhatian terhadap emosi klien
- Keperluan sesi
- Dinamik kelompok



Ini memberi fleksibiliti kepada kaunselor untuk menyesuaikan proses permainan dengan keadaan sebenar klien



Check in Question



Starter Card



This card is used at the beginning of the game to help clients perform an emotional check-in. It helps the counselor understand the client's initial emotional state and create a safe environment before the game begins.

The counselor may ask spontaneous open-ended questions based on:

- Observations of the client's emotions
- The needs of the session
- Group dynamics



This provides flexibility for the counselor to adapt the game process to the client's real-time condition.



FUN ZONE



Energizer



Challenge Game



Rewards

Fun Zone direka untuk memberi rehat, tenaga dan motivasi kepada pemain sepanjang permainan. Zon ini membantu mengimbangi refleksi emosi dengan aktiviti ringan, interaktif dan menyeronokkan.

Fun Zone mengandungi 3 sub-zon:

1. Game Challenge / Cabaran Permainan
2. Energizer / Aktiviti Penyegaran
3. Rewards / Ganjaran



FUN ZONE



Energizer



Challenge Game



Rewards



The Fun Zone is designed to provide players with rest, energy, and motivation throughout the game. This zone helps balance emotional reflection with light, interactive, and enjoyable activities.

Fun Zone have 3 sub-zon:

1. Game Challenge
2. Energizer
3. Rewards



INSIDE OUT ZONE



Psychological Safety



Emotions

Kad dalam Inside Out Zone direka untuk membantu klien meneroka diri secara berperingkat dari tahap selamat ke tahap lebih mendalam. Soalan-soalan dalam zon ini bersifat reflektif dan bertujuan membina kesedaran sendiri, keterbukaan serta pemahaman terhadap emosi klien.

Kategori & Fokus:

- Psychological Safety – Membina rasa selamat, kepercayaan dan kesediaan untuk berkongsi
- Emotions – Mengenal pasti, menamakan dan memahami emosi

👉 Setiap jawapan yang diberikan akan menerima 1 Trust Token


INSIDE OUT ZONE



Psychological Safety




Emotions




Cards in the Inside Out Zone are designed to help clients explore themselves gradually, from a safe level to a deeper level. The questions in this zone are reflective and aim to build self-awareness, openness, and understanding of the client's emotions.

Categories & Focus:

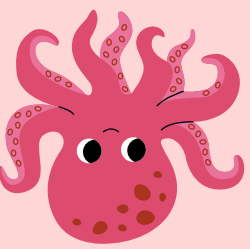
- Psychological Safety – Building a sense of safety, trust, and readiness to share
- Emotions – Identifying, naming, and understanding emotions



Each answered question will earn 1 Trust Token.




Challenge Game




20




21



22




23




24




25



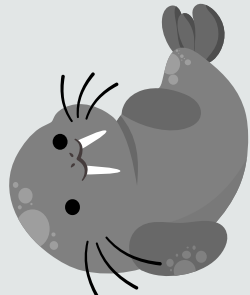
26




27



Rewards




18



17




16



15



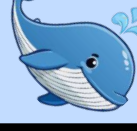
14



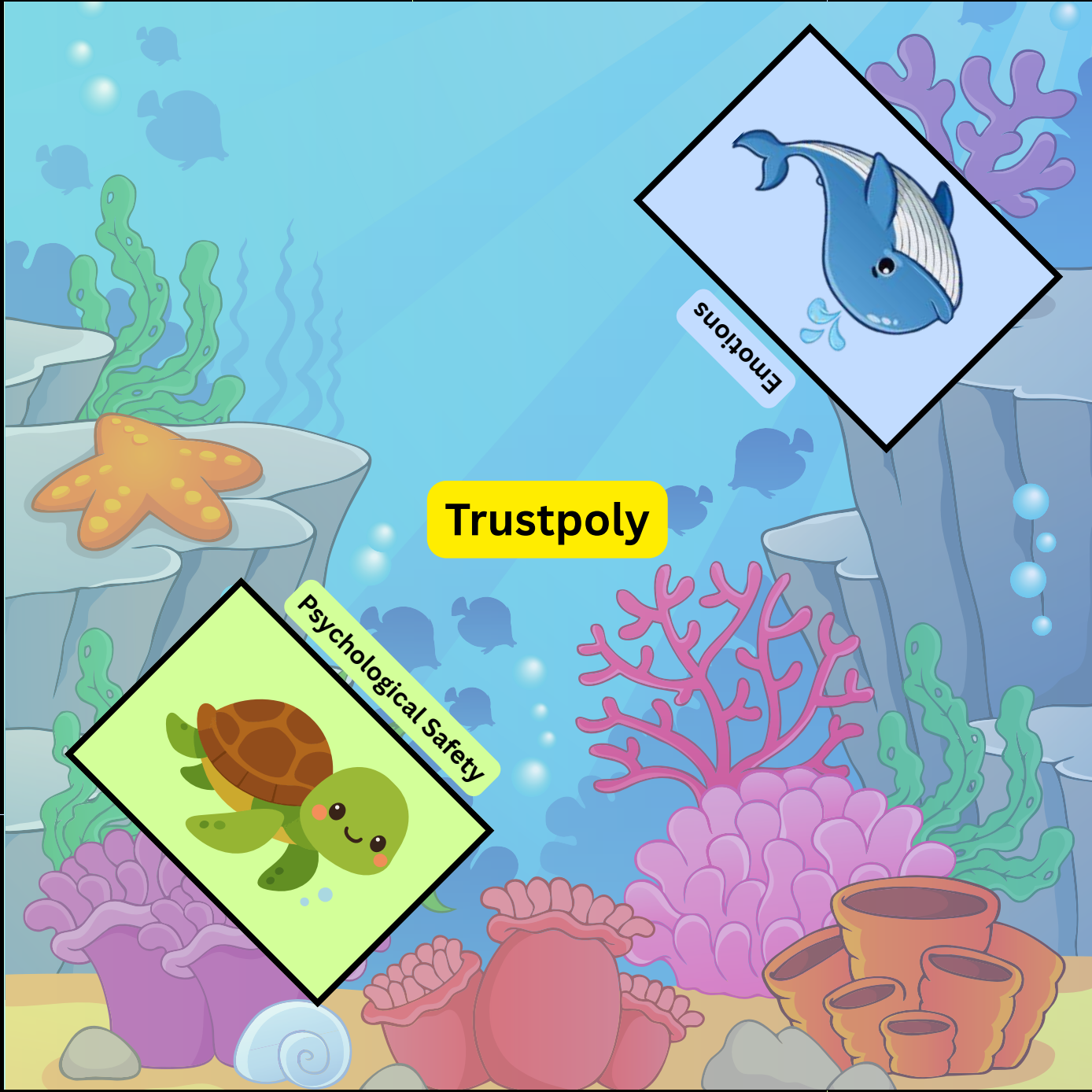
13



12



11

Trustpoly


Emotions

Psychological Safety

29




30



31



32




33




34



35



36



Energizer




9




8




7



6




5



4



3



2



START





🏆 "TAHANLAH KERANA BERANI BERKONGSI ANDA
MENERIMA TRUST TOKEN".

🏆 "CONGRATULATIONS FOR HAVING THE COURAGE TO SHARE
YOU HAVE RECEIVED A TRUST TOKEN."



🏆 "TAHANLAH KERANA BERANI BERKONGSI ANDA
MENERIMA TRUST TOKEN".

🏆 "CONGRATULATIONS FOR HAVING THE COURAGE TO SHARE
YOU HAVE RECEIVED A TRUST TOKEN."



🏆 "TAHANLAH KERANA BERANI BERKONGSI ANDA
MENERIMA TRUST TOKEN".

🏆 "CONGRATULATIONS FOR HAVING THE COURAGE TO SHARE
YOU HAVE RECEIVED A TRUST TOKEN."



🏆 "TAHANLAH KERANA BERANI BERKONGSI ANDA
MENERIMA TRUST TOKEN".

🏆 "CONGRATULATIONS FOR HAVING THE COURAGE TO SHARE
YOU HAVE RECEIVED A TRUST TOKEN."



🏆 "TAHANLAH KERANA BERANI BERKONGSI ANDA MENERIMA
TRUST TOKEN".

🏆 "CONGRATULATIONS FOR HAVING THE COURAGE TO SHARE
YOU HAVE RECEIVED A TRUST TOKEN."



🏆 "TAHANLAH KERANA BERANI BERKONGSI ANDA
MENERIMA TRUST TOKEN".

🏆 "CONGRATULATIONS FOR HAVING THE COURAGE TO SHARE
YOU HAVE RECEIVED A TRUST TOKEN."



🏆 "TAHANLAH KERANA BERANI BERKONGSI ANDA
MENERIMA TRUST TOKEN".

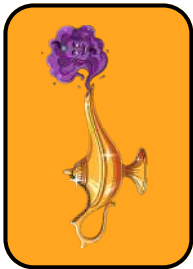
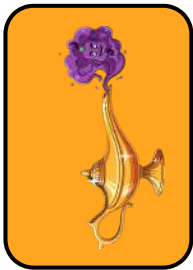
🏆 "CONGRATULATIONS FOR HAVING THE COURAGE TO SHARE
YOU HAVE RECEIVED A TRUST TOKEN."



🏆 "TAHANLAH KERANA BERANI BERKONGSI ANDA
MENERIMA TRUST TOKEN".

🏆 "CONGRATULATIONS FOR HAVING THE COURAGE TO SHARE
YOU HAVE RECEIVED A TRUST TOKEN."





Tahniah kerana menamatkan pusingan permainan! Anda berhak membuat satu permintaan kepada kaunselor.

- ◆ Peraturan:
- Permintaan anda mesti logik dan berada dalam kemampuan kaunselor.
- Permintaan mesti disetujui bersama sebelum dilaksanakan.
- Anda hanya boleh menggunakan Kad Permintaan Genie ini sekali sahaja sepanjang permainan.



Tahniah kerana menamatkan pusingan permainan! Anda berhak membuat satu permintaan kepada kaunselor.

- ◆ Peraturan:
- Permintaan anda mesti logik dan berada dalam kemampuan kaunselor.
- Permintaan mesti disetujui bersama sebelum dilaksanakan.
- Anda hanya boleh menggunakan Kad Permintaan Genie ini sekali sahaja sepanjang permainan.



Tahniah kerana menamatkan pusingan permainan! Anda berhak membuat satu permintaan kepada kaunselor.

- ◆ Peraturan:
- Permintaan anda mesti logik dan berada dalam kemampuan kaunselor.
- Permintaan mesti disetujui bersama sebelum dilaksanakan.
- Anda hanya boleh menggunakan Kad Permintaan Genie ini sekali sahaja sepanjang permainan.



Tahniah kerana menamatkan pusingan permainan! Anda berhak membuat satu permintaan kepada kaunselor.

- ◆ Peraturan:
- Permintaan anda mesti logik dan berada dalam kemampuan kaunselor.
- Permintaan mesti disetujui bersama sebelum dilaksanakan.
- Anda hanya boleh menggunakan Kad Permintaan Genie ini sekali sahaja sepanjang permainan.



Congratulations on completing the game round! You are entitled to make one wish to the counselor.

- ◆ Rules:
- Your wish must be reasonable and within the counselor's ability.
- The wish must be mutually agreed upon before being carried out.
- You may use this Genie Wish Card only once during the game.



Congratulations on completing the game round! You are entitled to make one wish to the counselor.

- ◆ Rules:
- Your wish must be reasonable and within the counselor's ability.
- The wish must be mutually agreed upon before being carried out.
- You may use this Genie Wish Card only once during the game.



Congratulations on completing the game round! You are entitled to make one wish to the counselor.

- ◆ Rules:
- Your wish must be reasonable and within the counselor's ability.
- The wish must be mutually agreed upon before being carried out.
- You may use this Genie Wish Card only once during the game.



Congratulations on completing the game round! You are entitled to make one wish to the counselor.

- ◆ Rules:
- Your wish must be reasonable and within the counselor's ability.
- The wish must be mutually agreed upon before being carried out.
- You may use this Genie Wish Card only once during the game.





START



START



START



START



START



START



START



START



Apakah perasaan yang paling anda sedari tentang diri anda ketika ini?

What feeling are you most aware of within yourself right now?



Bagaimana perasaan anda berada di ruang ini sekarang?

How do you feel being in this space right now?



Apakah kekuatan diri yang membantu anda berada di sini hari ini?

What personal strength helped you show up today?



Apakah yang anda perlukan untuk rasa lebih selamat untuk berkongsi hari ini?

What do you need to feel safer to share today?



Apakah yang membuatkan anda rasa selesa atau tidak selesa untuk bercakap?

What makes it easier or harder for you to speak openly?



Apakah perkara kecil yang ingin anda luahkan tanpa rasa dihakimi?

What small thing would you like to share without feeling judged?



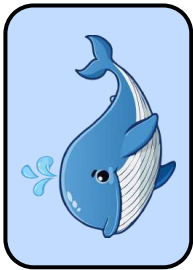
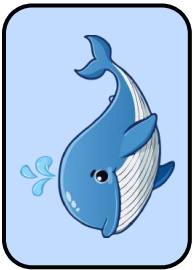
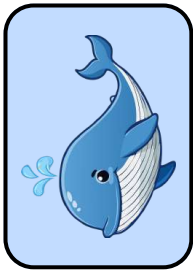
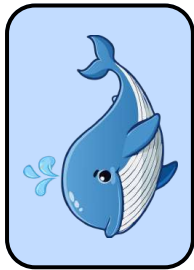
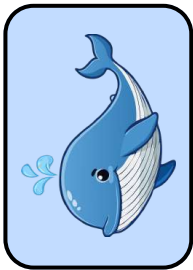
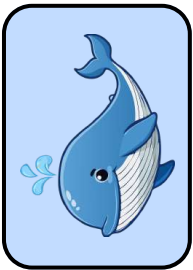
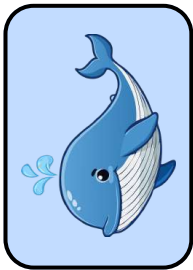
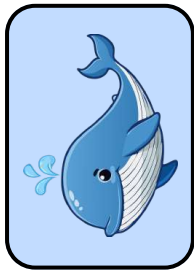
Jika anda boleh tetapkan satu batasan untuk diri anda hari ini, apakah ia?

If you could set one boundary for yourself today, what would it be?



Apakah harapan anda terhadap diri sendiri sepanjang permainan ini?

What do you hope for yourself during this game?



Apakah yang anda sering lakukan untuk menyembunyikan perasaan ini?

What do you often do to hide this feeling?



Apakah perasaan yang paling kerap anda rasai kebelakangan ini?

What emotion do you notice most often lately?



Perasaan apakah yang anda harap orang lain lebih memahami tentang diri anda?

What emotion do you wish people understood better about you?



Perasaan manakah yang paling sukar untuk anda kawal?

Which feeling is hardest for you to manage?



Perasaan apakah yang anda jarang atau sukar untuk ceritakan?

What feeling do you find hard to talk about?



Apakah yang biasanya mencetuskan perasaan tersebut?

What usually triggers that emotion?



Jika perasaan ini boleh bercakap, apakah yang ia ingin sampaikan?

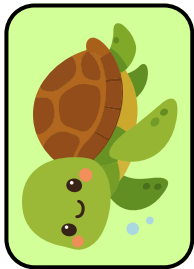
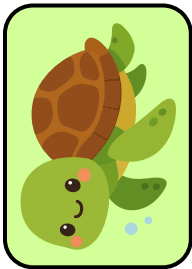
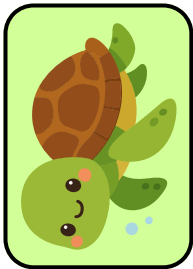
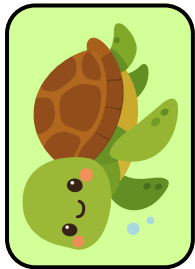
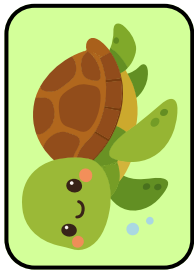
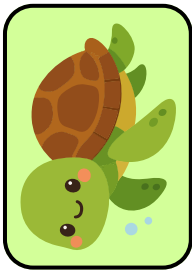
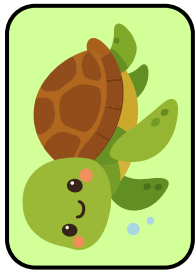
If this emotion could speak, what would it say?



Bagaimana tubuh anda bertindak balas apabila anda berasa begitu?

How does your body react when you feel this way?





Apakah yang membantu anda menenangkan diri apabila berasa tidak selesa?

What helps you calm yourself when you feel uneasy?



Apakah yang membantu anda rasa selamat untuk bercakap tentang diri anda?

What helps you feel safe when talking about yourself?



Bila kali terakhir anda berasa selamat dari segi emosi dengan seseorang?

When was the last time you felt emotionally safe with someone?



Bilakah anda biasanya berasa paling selesa untuk berkongsi?

When do you usually feel most comfortable opening up?



Apakah sempadan yang membantu melindungi keselamatan emosi anda?

What boundaries help protect your emotional safety?



Apakah yang membuatkan anda sukar berasa selamat dengan orang lain?

What makes it hard for you to feel safe around others?



Apakah yang boleh menjadikan ruang ini lebih selamat untuk anda sekarang?

What would make this space feel safer for you right now?



Apakah yang anda perlukan daripada orang lain untuk rasa dihormati dan didengar?

What do you need from others to feel heard and respected?



BORANG PENILAIAN KAUNSELOR

BORANG PENILAIAN TRUSTPOLY

Penilaian Keterbukaan dan Kepercayaan Klien

Nama Klien: _____

Tarikh: _____ Sesi ke: _____

Pemerhati (Kaunselor): _____

Arahan:

Tandakan (✓) pada tahap yang paling menggambarkan pemerhatian kaunselor.

Skala:

1 = Sangat rendah 2 = Rendah 3 = Sederhana 4 = Baik 5 = Sangat baik

Aspek Pemerhatian:

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 1. Klien menunjukkan kesediaan untuk menyertai permainan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Klien memberi respons apabila ditanya soalan ringan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Klien kelihatan selesa semasa aktiviti dijalankan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Klien berinteraksi dengan kaunselor | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Klien menunjukkan tanda-tanda kepercayaan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Klien memberi kerjasama sepanjang permainan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Pemerhatian Ringkas Kaunselor:

Cadangan Tindakan Seterusnya:

- Teruskan aktiviti membina hubungan
- Klien memerlukan masa untuk menyesuaikan diri
- Sedia beralih ke peringkat seterusnya
- Lain-lain: _____



KELEBIHAN INOVASI



■ Meningkatkan Kepercayaan dan Keterbukaan Klien

■ Menggalakkan Penerokaan Emosi Secara Terkawal

■ Fleksibel dan Boleh Disesuaikan Mengikut Keperluan Klien

■ Meningkatkan Penglibatan dan Motivasi Klien dalam Sesi

■ Menyokong Pendekatan Kaunseling Berpusatkan Klien

■ Berpotensi Digunakan sebagai Alat Intervensi Kreatif di Sekolah



The background is a vibrant blue underwater scene. At the top left, three small red fish with white spots swim upwards. Below them is a larger purple fish with long, thin fins. At the top right, a green sea turtle with a brown shell swims towards the left. Below the turtle is a group of five small yellow fish. Further down on the right is a single orange and white striped clownfish. The bottom of the image features a variety of colorful coral reefs: orange and yellow tube corals on the left, a large pink branching coral in the center, and purple tube corals on the right. A red crab is visible at the bottom center, partially obscured by the pink coral. Several light blue bubbles are scattered throughout the water.

PENUTUP

Trustpoly ini diharapkan dapat menjadi medium intervensi yang inovatif dan berkesan dalam membantu klien membina keterbukaan, kepercayaan dan kesedaran sendiri secara selamat.