

Dr Mastura Badzis →

bhnita@bharian.com



Ibu tiri kontemporari. Saya mempunyai anak angkat perempuan yang dijaga sejak usia 10 tahun dan kini 16 tahun. Saya menganggapnya seperti anak sendiri. Pada peringkat awal, dia memang mendengar kata dan tiada masalah dengannya.

Namun, kebelakangan ini, selepas dia terjumpa beberapa helai pakaian arwah ibunya yang saya simpan di dalam almari pakaian kami, dia berubah laku dan tidak mahu bercakap dengan saya. Adakah ini perkara biasa atau saya perlu memberinya lebih perhatian?

Anak kehilangan ibu atau ayah semasa kecil dikategorikan sebagai kanak-kanak atau remaja berisiko. Mereka sentiasa menghadapi tekanan perasaan dengan apa yang dialami, gangguan emosi dan memerlukan sokongan untuk membentuk daya ketahanan diri (*self resilience*) bagi menempuh kehidupan yang mencabar.

Kategori berisiko termasuklah anak yatim, anak yang datang daripada keluarga miskin, anak terbiar atau mangsa penderaan, anak berkeperluan khas, berhadapan dengan konflik kekeluargaan dan hadapi trauma seperti mangsa peperangan atau malapetaka.

Sokongan moral

Anak itu memerlukan sokongan moral dan kasih sayang tulus bagi membantu mereka membina kekuatan dan ketahanan diri serta memupuk kestabilan emosi.

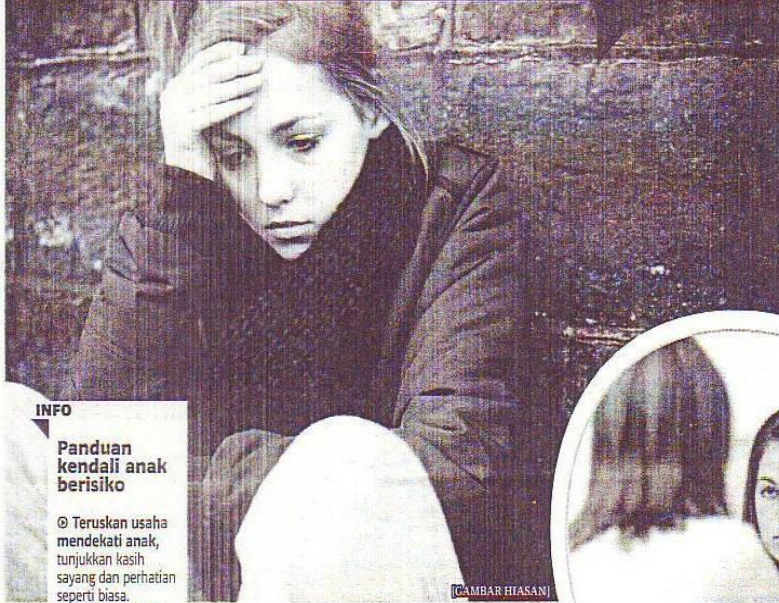
Daya ketahanan diri adalah keupayaan atau kebolehan menghadapi suasana sukar akibat tragedi, trauma dan apa juga cabaran dengan semangat kental. Ia sifat yang membolehkan kanak-kanak meneruskan kehidupan dengan penuh keyakinan dan bersikap optimistik meskipun dalam suasana sukar.

Faktor dalaman dan luaran kanak-kanak yang menyokongnya dapat membantu membentuk identiti serta ketinggian harga dirinya.

Anak yang mempunyai daya ketahanan diri tinggi dapat dikenal pasti melalui keperibadiannya yang selalu berpegang kepada prinsip dalam meniti kehidupan, berasa diri dihargai, gembira apabila boleh membantu orang lain, mengawal emosi, mengurus diri, berdiskari, cenia, bersikap optimistik dan sentiasa bersedia memikul tanggungjawab dan amanah. Menyedari kelemahan diri

Kembalikan keyakinan

» Anak angkat perlukan sokongan moral tanda sayang

**INFO****Panduan kendali anak berisiko**

⊙ Teruskan usaha mendekati anak, tunjukkan kasih sayang dan perhatian seperti biasa.

⊙ Nyatakan kepadanya kesedihan dialaminya apabila melihat barangan milik orang yang dikasihinya adalah suatu yang normal.

⊙ Tidak perlu berasa ragu menunjukkan atau menyuarakan kesedihan itu.

⊙ Beri galakan dan keyakinan supaya boleh bercakap mengenai apa yang dirasai dan difikirkannya.

⊙ Jika ada peluang cuba dekati kawan rapatnya.

⊙ Fahami dan selami permasalahan sebenar dialaminya.

dan risiko ditempuhi, tetapi pada waktu sama dapat mengenal pasti kekuatan diri, bakat dan kebolehan. Anak ini berjaya membina kemahiran *interpersonal* yang berkesan dengan rakan sebaya, orang dewasa dan dapat membina hubungan baik.

Tumpuan dapat diberikan dalam menentukan hala tuju kehidupannya, tidak mudah dipengaruhi, malah mempunyai autonomi dan kawalan diri yang mantap.

Kanak-kanak dan remaja boleh bertahan dalam

menghadapi suatu tekanan daripada yang rendah kepada sederhana, tapi akan menghadapi kesukaran untuk mengatasi atau mengendalikan tekanan dan krisis berganda yang terlalu membebankan.

Dalam erti kata lain, menungku anak sudah menunjukkan daya ketahanan diri dalam menghadapi kesukaran, namun 'timbunan' cabaran yang bertalu-talu menimpa anak boleh mengakibatkan ketidakupayaan emosi.

Pendekatan

Ada beberapa pendekatan boleh dilakukan bagi membantu memupuk dan membentuk daya ketahanan diri anak serta remaja normal dalam proses pembesaran mereka, apatah lagi bagi anak yang berisiko.

Bersikap empati dan meletakkan diri sebagai anak atau melihat cabaran yang dihadapi dari perspektif anak adalah asas kepada pembinaan daya ketahanan diri. Empati bukan bermaksud ibu bapa atau orang dewasa perlu bersetuju dengan apa saja yang dilakukan anak, tetapi berusaha untuk menghargai dan memberi nilai terhadap perspektif si anak.

Lazimnya, amat mudah untuk ibu bapa bersikap empati apabila si anak ikut cakap atau berjaya dengan apa yang dilakukan, tetapi sukar untuk ibu bapa berlaku empati apabila mereka marah, kecewa atau terkejut dengan tindakan anak.

Berkomunikasi secara efektif dan mendengar, memahami, memberi nilai serta tindak balas terhadap apa yang anak cuba sampaikan dalam situasi tidak menunjukkan kepada 'perebutan kuasa' atau 'aku saja yang betul', juga perkara asas dalam membina daya ketahanan diri anak.

Mengasih dan menyayangi anak dalam konteks anak merasakan dirinya dihargai tanpa ada prejudis menjadikan anak mengenali potensi diri serta mengesan kelemahan perlu diperbaiki.

'Menerima' bukan bermaksud membiarkan anak membuat apa saja sesuka hatinya, tetapi apabila anak merasakan dirinya 'diterima' maka amat mudah anak menuntut permintaan dan kehendak ibu bapa kerana dia mengalaminya dalam suasana penuh kasih sayang dan sokongan yang padu.

Anak-anak perlu diban-

tu untuk mengenalpasti bahawa seseorang itu harus belajar daripada kesilapan yang dilakukan dan seseorang itu juga perlu mengambil pengajaran dan berfikir positif terhadap kedudukan yang menimpa.

Pelbagai reaksi

Dalam menghadapi anak yang berisiko akibat kematian ibu atau ayahnya, memerlukan kesabaran tinggi kepada penjaga mengatasinya. Reaksi dan kekecewaan dialami itu ditangani dengan baik bagi mengelak tindakan agresif atau sikap pasif yang berlarutan jika tidak dibendung.

Remaja yang mengalami situasi ini selalu menghadapi masalah sakit kepala, kesukaran untuk tidur dan gangguan tabiat makan. Sejahtera mana dia dapat mengatasi kesedihan yang dialami bergantung kepada sejauh mana daya ketahanan dirinya dapat dipupuk terutamanya di saat-saat awal dia berhadapan

Anda ada masalah dengan anak?

Kongsi masalah bersama Pakar Perkembangan Pendidikan Kanak-Kanak yang juga Penolong Profesor di Institut Pendidikan Universiti Islam Antarabangsa Malaysia (UIAM), Dr Mastura Badzis. Hantar soalan anda ke e-mel bhnita@bharian.com. my atau melalui pos di alamat Unit Ratu, BH, 31, Jalan Riong, 59100 Bangsar, Kuala Lumpur.



[CAMPUR HIASAN]