



Ibu bapa perlu jaga emosi anak daripada cedera, elak masalah mental - Pakar Psikologi

Oleh Suzalina Halid - Jun 17, 2023 @ 1:55pm
suzalina@bh.com.my

KUALA LUMPUR: Ibu bapa perlu memainkan peranan dengan turut 'menjaga' emosi anak-anak supaya tidak 'cedera', sekali gus menyebabkan kesihatan mental mereka terjejas.

Pakar Psikologi, Prof Datin Dr Mariani Md Nor, berkata ibu bapa tidak boleh hanya menyempurnakan keperluan fizikal anak mereka seperti wang ringgit atau gajet, namun lebih penting adalah belaian emosi dan kasih sayang.

Katanya, ekosistem boleh menyumbang terjejasnya kesihatan mental golongan kanak-kanak dan remaja, namun perlu ada perlindungan daripada ibu bapa.

"Hak mereka perlu dijaga dengan tidak membiarkan anak itu tanpa belaian emosi dan kasih sayang kerana pergi (kerja) pagi dan balik malam.

"Ibu bapa bukan setakat bagi makan, minum, dan pakaian yang cukup buat anak, namun keperluan asas kedua iaitu kasih sayang, pengiktirafan dan keselamatan mereka juga penting," katanya kepada BH, di sini.

Beliau berkata demikian bagi mengulas kenyataan Menteri Kesihatan, Dr Zaliha Mustafa bahawa kes kesihatan mental dalam kalangan penduduk berusia 16 tahun ke atas merekodkan peningkatan hampir tiga kali ganda.

Dr Zaliha dilaporkan berkata, peningkatan daripada 11 peratus pada 1996 kepada 29 peratus pada 2015 itu, menunjukkan masalah kesihatan mental bagi penduduk berusia 16 tahun ke atas semakin melarat.

Selain itu, 12 peratus kanak-kanak berumur lima hingga 15 tahun didapati mengalami masalah kesihatan mental pada 2015.

Pada masa sama, Dr Mariani berkata, di peringkat kanak-kanak dan remaja, kedua-dua kumpulan berbeza ini berdepan cabaran berbeza yang boleh menyebabkan mereka berdepan tekanan antaranya aspek akademik, desakan daripada ibu bapa yang mahu terbaik dalam pendidikan.

Beliau berkata, ibu bapa perlu mengetahui bahawa setiap anak mempunyai tahap perkembangan, kebijaksanaan dan kecerdasan berbeza yang tidak boleh dianggap sama dengan saudara kandung yang lain.

"Jika anak dipaksa untuk dapat pencapaian tertentu yang tidak dapat diikuti mereka, pastinya emosi akan tercalar dan rasa dibandingkan dengan adik beradik yang lain.

"Ibu bapa perlu pahat dalam minda tidak semua anak mempunyai kecerdasan yang tinggi dan perlu fikir apa kekuatannya, mungkin bukan pada akademik tetapi pada vokasional," katanya.