



A Book for Parents (Malaysia)



教育部 發行

國立空中大學

健康家庭研究中心 編印



Anaku dengan saya

Buku panduan untuk ibu bapa

Abstrak

Buku panduan ini disediakan untuk ibu bapa terutamanya sesiapa yang anaknya belajar di tadika. Objektif buku panduan ini ialah:

1. Mengenal cara-cara untuk mengatasi masalah yang akan dihadapi oleh ibu bapa.
2. Memahami keperluan pendidikan keibubapaan melalui interaksi antara ibu bapa dan anak-anak.
3. Melalui arahan yang mudah, ibu bapa dapat mengetahui ilmu dan kaedah untuk mendidik anak pra-sekolah dengan tepat dan cepat.

Maklumat yang dinyatakan dalam buku panduan ini adalah dikumpul daripada ibu bapa, guru, penyelidik, serta profesional yang berkaitan dalam topik ini.

Visi dan misi kami ialah membantu ibu bapa mendapatkan lebih banyak inspirasi tentang pendidikan keluarga supaya anak-anak dapat dibesarkan dengan gembira dan sihat.



Isi Kandungan

Pembangunan Anak-Anak



Mengapakah ibu bapa perlu memahami ciri-ciri pembangunan anak semasa pra-sekolah?8



Bagaimana caranya menghadapi anak yang selalu enggan membuat sesuatu dengan mengatakan “tak mahu”?.....10



Bagaimana caranya untuk mengatasi masalah anak terlalu memilih makanan?12



Apakah langkah yang dapat diambil semasa anak mempunyai kelakuan perlahan-lahan?14



Perluakah memupuk nilai bertanggungjawab dalam kalangan anak yang masih kecil?16



Anak saya bersikap tidak sabar, bagaimana mengatasi masalah ini?19



Bagaimanakah memupuk sikap bersopan dalam kalangan kanak-kanak?21



Bagaimana caranya untuk mengatasi pergaduhan adik-beradik ?24



Peranan ibu bapa



Sebagai ibu bapa, bagaimanakah untuk memainkan peranan sendiri?28



Bagaimanakah cara untuk berkomunikasi serta bekerjasama dengan guru?30



Cenderung bertentangan antara pekerjaan and keluarga terjadi. Bagaimanakah kami menyelesaikan masalah ini?32



Bagaimanakah saya menguruskan emosi saya?35



Bagaimanakah saya dapat menjadi contoh teladan anak saya?37



Bagaimanakah kalau fikiran pasangan saya berbeza dengan saya?39



Interaksi antara ibu bapa dan anak



Kalau anak saya selalu berasa saya pilih kasih, bagaimanakah cara mengatasinya?46



Saya ingin rehat semasa cuti, bagaimana melayan anak saya?48



Bagaimanakah saya berkomunikasi dengan anak-anak yang masih kecil?50



Kadang-kadang saya tidak dapat membezakan sikap saya adalah menghormati fikiran anak atau memanjakan anak. Bagaimana mengatasi masalah ini?52



Cara mengatasi masalah anak-anak sering tidak mematuhi peraturan?54



Bagaimanakah saya dapat berinteraksi dengan anak yang masih kecil?56



Apakah cara untuk mengatasi masalah anak saya suka bermain telefon bimbit atau tablet?58



Bagaimana ibu bapa memilih tadika yang sesuai untuk anak?64



Kalau anak saya tidak suka pergi ke sekolah, bagaimanakah cara mengatasinya?67



Anak saya tidak tahu bagaimana bergaul dengan kanak-kanak lain, apakah cara yang boleh saya lakukan?69



Adakah kanak-kanak perlu belajar cara perlindungan diri?71



Bagaimanakah saya dapat menolong anak saya bersedia untuk masuk ke sekolah rendah ?74



MEMO





Pembangunan Anak- Anak

Masa yang terbaik untuk kanak-kanak belajar adalah semasa pra-sekolah, pembangunan mereka pada masa tersebut adalah paling cepat dan ketara. Demikian itu ibu bapa memainkan peranan yang sangat penting dan perlu bertanggungjawab untuk mengajar dan memberi arahan yang betul kepada anak mereka. Bagaimanakah memahami keperluan dan memberikan bantuan yang sesuai kepada anak mereka? Hal ini adalah isu besar yang perlu ibu bapa hadapi.

“Ini adalah untuk kebaikan anak” telah menjadi objektif setiap ibu bapa tetapi anak masih selalu pilih makanan, menolak arahan ibu bapa, ataupun tidak menumpukan perhatian semasa melakukan sesuatu. Apakah cara yang boleh diambil oleh ibu bapa supaya mengatasi situasi yang tidak dapat dijangka ini?





Mengapakah ibu bapa perlu memahami ciri-ciri pembangunan semasa anak pra-sekolah?



Semasa pra-sekolah, pembangunan kanak-kanak adalah sangat cepat, adakah para ibu bapa mengetahui orientasi yang tepat untuk anak-anak?

Situasi yang dinyatakan di bawah menunjukan tingkah laku anak-anak :

- ☐1. Tidak tahu cara menggunakan pinggan mangkuk.
- ☐2. Tidak tahu cara menggunakan gunting dan cara memakai pakaian yang mempunyai butang.
- ☐3. Tidak tahu cara melompat tali dan melompat dengan menggunakan satu kaki.
- ☐4. Masih tidak tahu pergi tandas sendiri.
- ☐5. Tidak dapat menumpu perhatian semasa bercakap dengan orang lain dan mempunyai prestasi yang terlalu impulsif.

Kalau sesuatu situasi telah berlaku maksudnya ibu bapa perlu lebih mengambil perhatian atas isu tentang pembangunan anak-anak.



Pembangunan kanak-kanak pra sekolah adalah komprehensif, hal ini termasuk fizikal, mental, kognitif, bahasa, sosial dan sebagainya. Oleh kerana ibu bapa memahami ciri-ciri pembangunan anak mereka, hal ini dapat mengelakkan tekanan dan dapat membimbing anak-anak mereka arah pembangunan yang positif.



Berikut ialah cara cadangan untuk membimbing anak-anak:

1. Sebagai ibu bapa, kita perlu memahami dan memeriksa tempoh kritikal untuk pembangunan. Melalui membaca, sukan atau permainan yang menarik dapat meningkatkan kemajuan pembangunan anak.
2. Dalam kehidupan harian, ibu bapa haruslah sentiasa menggalakkan anak sendiri melibatkan dalam pelbagai jenis aktiviti supaya menyihatkan fizikal dan mental mereka, memajukan pembangunan anak-anak.
3. Ibu bapa dapat memeriksa dan memahami kemajuan pembangunan anak mereka dengan mengikut Senarai Semak Pembangunan Kanak- Kanak yang boleh didapati dari <http://health.gov.taipei/Default.aspx?tabid=411>.
4. Setiap kanak mendapat ciri-ciri yang unik dan masa bermula pembangunan adalah turut berbeza.
5. Sekira menghadapi masalah, ibu bapa boleh mendapat bantuan daripada pakar, guru tadika, doktor ataupun dengan membaca buku.





Bagaimana caranya menghadapi anak selalu enggan membuat sesuatu dengan mengatakan “tak mahu”?



Semakin besar semakin biasanya anak enggan untuk membuat sesuatu. Terutamanya kanak-kanak berumur 2-3 tahun selalu menggunakan “tidak mahu” sebagai jawapan mereka. Ibu bapa mesti berasa pelik. Bagaimanakah ibu bapa boleh berkomunikasi dengan anak mereka? Apakah tindakan yang dapat diambil untuk mengatasi masalah ini?

Apabila menghadapi anak yang selalu mengatakan “tak mau” apakah tindakan dan sikap kamu?

- ☐ 1. Abaikan kelakuan anak dan tetap menjalani kerja mengikut fikiran kita sendiri.
- ☐ 2. Tidak berkompromi ataupun terus memerintah anak supaya mengikuti fikiran kita sendiri.
- ☐ 3. Kehilangan emosi dan memarahi anak.
- ☐ 4. Intimidasi dan mengancam serta mendenda anak.
- ☐ 5. Mengawal anak dengan norma yang lebih ketat.

Jika anda menyemak apa-apa pilihan di atas, maka anda harus menyesuaikan dan mengubah sikap sendiri.



Ibu bapa dapat merujuk kaedah berikut untuk membantu anak melalui peringkat ["NO-NO"] ini.

1. Kanak-kanak mengatakan "tak mahu" adalah satu daripada cara untuk meluahkan pendapat mereka sendiri, ibu bapa haruslah memberi perhatian terhadap pemikiran kanak-kanak, kemudian memberitahu kanak-kanak ungkapan dan amalan yang betul dan sesuai.
2. Dalam situasi yang selamat, ibu bapa dapat memberi peluang kepada anak supaya belajar nilai bertanggung jawab dan akibat mengatakan "tak mahu".
3. Ibu bapa dapat menyediakan beberapa pilihan supaya anak dapat membuat pilihan yang paling mengikut pendapat mereka.
4. Memberi peluang belajar kepada anak seperti menjadi penolong dalam rumah. Melalui aktiviti yang terlibat, dapat mengenalpastikan pemikiran anak sambil meningkatkan keupayaan mereka.

Pada peringkat ini, kanak-kanak pra-sekolah sedang dalam proses pembangunan kesedaran sendiri, oleh itu mereka selalu menggunakan "tak mahu" untuk memberikan pendapat sendiri atau untuk menarik perhatian ibu bapa supaya ibu bapa dapat menemani mereka. Ibu bapa hendaklah meluangkan masa untuk menemani dan memahami pendapat anak.





Bagaimana caranya untuk mengatasi masalah anak terlalu memilih makanan?



Anak selalu memilih makanan, hal ini telah menjadi masalah yang serius dan sering dihadapi oleh ibu bapa. Sebagai ibu bapa mestilah banyak mencemaskan tentang masalah ini akan mempengaruhi pembangunan intelektual dan kesihatan anak. Apakah cara dapat diambil untuk mengatasi masalah ini?

Mari kita lihat sama ada kanak-kanak mempunyai kelakuan berikut semasa makan makanan?

- ☐ 1. Hanya makan sedikit.
- ☐ 2. Hanya makan makanan yang mereka suka sahaja.
- ☐ 3. Hanya makan makanan yang mereka sering makan atau pernah makan sahaja, menolak makanan baru.
- ☐ 4. Hanya makan makanan yang rupanya cantik.
- ☐ 5. Ibu bapa sentiasa mengejar anak-anak semasa memberi makan.

Sekiranya keadaan di atas sering berlaku dalam kalangan anak, anda harus memberi perhatian terhadap keadaan pemakanan anak supaya memperbaiki sikap memilih makan.



Untuk membantu kanak-kanak mendapat pemakanan yang sempurna, ibu bapa boleh mencuba kaedah berikut:

1. Ibu bapa dapat mengubah bentuk makanan yang anak tidak suka dan menggunakan perkakas makan yang comel dan menarik.
2. Ibu bapa dapat menukar cara memasak dan cara menyediakan makanan yang baru supaya menukar rasa makanan.
3. Menggalak anak melibat dalam proses penyediaan makanan supaya mereka menikmati keseronokan menyedia makanan sendiri. Anak dapat mengenal lebih banyak bahan makanan dan hal ini dapat mengatasi masalah memilih makan.
4. Kapasiti perut kanak-kanak masih kecil, oleh itu ibu bapa patut mengawal anak mereka supaya tidak makan terlalu banyak makanan ringan.
5. Ibu bapa menyediakan permainan atau aktiviti yang dapat menghilangkan kalori badan anak. Hal ini dapat meningkatkan aktiviti anak pada masa yang sama selera makan dapat meningkat.
6. Ibu bapa patut menjadi model teladan anak, tidak memilih makan dan elakkan mengkritik makanan di hadapan anak.

Suasana yang harmoni boleh mengurangkan ketegangan kanak-kanak dengan itu meningkatkan selera makan anak.





Apakah langkah yang dapat diambil semasa anak mempunyai kelakuan perlahan-lahan?



“Bolehkah kamu cepat sikit?” perkataan ini selalu terdengar dalam kehidupan. Apakah cara yang dapat diambil semasa anak selalu membuat sesuatu contohnya semasa makan, memakai baju dan melukis gambar dengan perlahan-lahan?

Adakah anda bertindak seperti berikut semasa anak membuat sesuatu dengan perlahan-lahan?

- ☐ 1. Selalu memarahi anak kerana mereka bangun lewat tetapi masih bertindak dengan lambat.
- ☐ 2. Selalu marah mereka dengan “cepat sikit, kita sudah lewat!”
- ☐ 3. Sambil merungut dan menegur anak sambil menunggu.
- ☐ 4. Memarahi anak dengan suara yang kuat, menyebabkan anak berasa bosan.
- ☐ 5. Ketidaksabaran untuk menunggu anak, oleh itu terus membantu anak menyiapkan semua tugas.

Sekiranya anda mempunyai keadaan di atas, interaksi antara anda dengan anak perlu disemak dan diselaraskan!



Berikut adalah cara rujukan untuk mengatasi masalah ini:

1. Menyesuaikan kehidupan seharian anak, dan memastikan mereka mempunyai masa tidur yang cukup.
2. Ibu bapa harus menyesuaikan sikap sendiri, selalu saba dan toleransi untuk memperoleh keseimbangan yang dapat diterima.
3. Anak yang masih kecil mengurangkan konsep masa yang betul, oleh itu ibu bapa dapat ingatkan anak dahulu supaya mereka mempunyai masa yang cukup untuk sediakan diri.
4. Tindakan yang kurang mahir atau kurang kemampuan akan menyebabkan pergerakan anak menjadi lambat, ibu bapa dapat menyesuaikan kadar berdasarkan keupayaan anak seperti mengambil perhatian tentang jumlah makanan yang dapat dihabiskan oleh anak dan cara pemakanan mereka.
5. Ibu bapa boleh membimbing dan menunjukkan cara yang betul untuk melakukan sesuatu supaya meningkatkan kecekapan anak-anak.
6. Ibu bapa haruslah sebagai contoh anak, melakukan sesuatu dengan teratur dan cepat.

Pujian dan galakan yang sesuai dapat menjadikan kanak-kanak lebih canggih, yakin diri dan lebih suka belajar.



Perluah memupuk nilai bertanggungjawab dalam kalangan anak yang masih kecil.



Kemampuan anak berkembang dengan beransur-ansur, semua perkara yang muncul dalam kehidupan akan menjadi bahan belajar anak-anak. Mereka dapat memupuk sikap bertanggungjawab melalui apa yang telah berlaku dalam kehidupan. Kanak-kanak yang bertanggungjawab akan mempunyai prestasi yang baik dalam pelajaran dan kehidupan.

Fikirkan sama ada keadaan berikut berlaku antara anda dan anak?

- ☐ 1. Perlu mengulang banyak kali semasa meminta anak kemaskan mainan sendiri.
- ☐ 2. Anak selalu lupa membawa barang ke sekolah atau selalu lupa membawa barang balik ke rumah.
- ☐ 3. Anak sering bermain permainan sampai melupakan perkara yang ditetapkan oleh orang lain.
- ☐ 4. Anak sentiasa tidak menyelesaikan tugas yang ditetapkan.



- ☐ 5. Takut anak tidak mampu untuk siapkan tugas, oleh itu ibu bapa terus membantu mereka menyelesaikan tugas itu.
- ☐ 6. Selalu berfikir anak tidak dapat membuat tugas itu kerana mereka masih kecil.

Jika anak anda mempunyai kes 1 hingga 4 di atas, anda harus cuba mengajar dan memupuk sikap bertanggungjawab anak anda. Jika anda adalah fikiran 5 dan 6, cuba biarkan anak belajar dan berkembang dalam pengalaman, ibu bapa terlalu menolong anak-anak akan menjadi halangan mereka untuk belajar.



Oleh kerana memupuk tanggungjawab anak anda, anda boleh mengikut cara berikut:

1. Jangan menghalang anak untuk belajar dari pengalaman.
2. Jangan pandang rendah keupayaan anak, jangan terlalu menjaga mereka, supaya mengelakkan anak terlalu bergantung pada ibu bapa.
3. Menetapkan tugas yang mudah seperti mengemaskan pinggan selepas makan, mengelap meja dan meletakkan barang kembali ke tempatnya. Semakin besar semakin meningkatkan kesukaran tugas.
4. Selalu menggalakkan dan memuji mereka supaya menambah keyakinan mereka.



5. Biarkan anak bertanggungjawab atas tindakannya, menanggung akibatnya. Contohnya, anak tidak mengemaskan mainannya selepas main mengikut janjinya, ibu bapa haruslah menyimpan mainannya untuk sementara waktu sebagai akibat anak tidak mematuhi janji.

Keupayaan anak adalah dipupuk melalui apa-apa yang telah dibuat dalam kehidupan dan turut belajar dari kesilapan. Ibu bapa haruslah bersikap sabar dan selalu memberi peluang dan masa kepada anak untuk belajar.





Anak saya bersikap tidak sabar, bagaimana mengatasi masalah ini?



“Iaparnya! kenapa hidangan belum datang lagi?”, “mak, cepat sikit, saya sudah tunggu lama!” Kini, dialog seperti di atas sering muncul dalam kehidupan harian. Dalam kebanyakan keadaan yang perlu menunggu, anak sentiasa bersikap tidak sabar atau menangis. Hal ini menyebabkan ibu bapa sangat kecewa dan tidak tahu cara yang sesuai untuk mengajar anak.

Fikirkan, adakah anak-anak bersikap tidak sabar seperti berikut selalu berlaku?

- ☐ 1. Tidak dapat melengkapkan sesuatu perkara.
- ☐ 2. Sering marah dan menangis semasa menghadapi perkara yang dia tidak sukai.
- ☐ 3. Semasa menghadapi masalah, anak mudah menyerah dan segera meminta tolong daripada orang lain.
- ☐ 4. Suka menukar buku semasa membaca atau suka menukar mainan semasa bermain.
- ☐ 5. Tidak dapat menumpukan perhatian semasa mendengar guru bercakap.

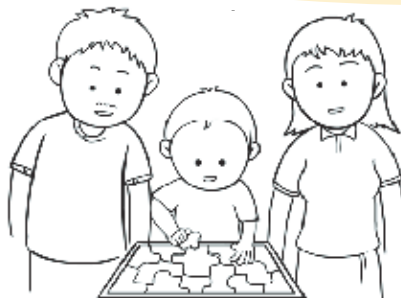
Sekiranya anda telah menyemak pilihan di atas, maka ibu bapa perlu memberi perhatian supaya memupuk kesabaran anak.



Apabila anak menghilangkan kesabaran, ibu bapa boleh berbuat demikian:

1. Bagi kanak yang masih kecil, kepekatan, ketekunan dan masa tunggu sesuatu adalah lebih kurang dan pendek. Ibu bapa dapat memberi peluang untuk melatih anak anda meningkatkan kesabaran.
2. Menyediakan permainan yang senang untuk menang dan senang mencapai. Perlahan-lahan meningkatkan kesusuhan permainan. Melalui cara ini dapat meningkatkan keyakinan diri anak.
3. Mengecualikan gangguan alam sekitar semasa anak sedang menjalani sesuatu aktiviti contohnya hanya diberi sebuah buku sekali semasa membaca.
4. Menggunakan alat seperti jam pasir, pemasa dan rujukan visual yang lain untuk memupuk konsep mengatur masa.
5. Menggalakkan dan memuji anak semasa mereka mempunyai kelakuan yang betul. Hal ini turut dapat meningkatkan keyakinan mereka dan dapat memupuk sikap kesabaran secara langsung.

Kesabaran dapat belajar dan melatih, ibu bapa hendaklah memupuk kesabaran anak dan turut banyak menemani mereka





Bagaimanakah memupuk sikap bersopan dalam kalangan kanak-kanak?



Kita berharap anak kita bersikap sopan, dapat selalu mengambil inisiatif untuk menyambut dan menyapa orang lain. Namun, anak-anak langsung tidak mengikut arahan malah tidak bertindak balas pertanyaan warga yang lebih tua. Oleh itu, bagaimana cara yang dapat mengajar ataupun memupuk sikap bersopan dalam kalangan kanak-kanak?

Anda boleh memeriksa sama ada anak anda mempunyai perkara berikut:

- ☐1. Keperibadian anak amat pendiam dan mudah merasa malu.
- ☐2. Anak tidak tahu cara yang betul untuk memanggil orang lain.
- ☐3. Anak sering tidak tahu cara untuk menyatakan pendapat sendiri, sukar untuk mengucapkan salam.
- ☐4. Anak berasa cemas dan tertekan semasa berinteraksi dengan orang lain.
- ☐5. Anak sukar mengatakan “Sila”, “Terima kasih” dan “Minta maaf” dalam kehidupan harian mereka.



- ☐ 6. Anak tidak mengambil inisiatif untuk mengucapkan salam dengan orang lain.
- ☐ 7. Anak tidak ada “eye contact” semasa bercakap dengan orang lain.

Jika anda menyemak pilihan di atas, maksudnya anda haruslah mula membimbing untuk memupuk kesopanan anak dan mengembangkan interaksi mereka dengan orang lain.



Nilai sopan dapat dipupukkan melalui cara berikut:

1. Ibu bapa mestilah menjadi teladan model kepada anak-anak dengan mengambil perhatian atas kelakuan sendiri dalam kehidupan. Seperti selalu menggunakan “Sila”, “terima kasih” dan “minta maaf”.
2. Apabila anak menghadapi orang yang tidak dikenali atau warga emas yang berjumpa pertama kali, ibu bapa haruslah memberi arahan yang betul dan menjadi contoh segera.
3. Memberitahu anak bahawa terdapat banyak cara untuk menyapa, seperti mengangguk, tersenyum atau melambai tangan, dan sebagainya.
4. Dengan menggunakan buku-buku gambar, situasi cerita atau bermain-main untuk mengajar kanak-kanak kepentingan dan ekspresi nilai sopan.



5. Mengulang kaji cara bercakap yang sopan dengan melalui bermain peranan supaya dapat membangun tabiat yang baik.
6. Ibu bapa haruslah sentiasa menggalakkan dan memuji anak- anak apabila kelakuan mereka adalah baik dan positif.

Peranan ibu bapa dalam memupuk kesopanan anak-anak adalah amat penting, oleh itu, ibu bapa haruslah menjadi contoh teladan anak sendiri.





Apakah Cara mengatasi masalah anak sering bergaduh dengan adik-beradiknya?



Bagaimanakah cara yang dapat saya ambil semasa melihat anak orang lain dapat menjaga adik-beradiknya, namun anak-anak saya selalu bergaduh?

Mari kita mengaji situasi antara anak- anak dengan ibu bapa!

- ☐ 1. Apabila adik-beradik bergaduh, ibu bapa hanya memarahi anak sulung.
- ☐ 2. Anak sulung selalu diberikan kuasa untuk mendisiplinkan adik meraka.
- ☐ 3. Selalu biarkan sahaja semasa anak-anak sedang bergaduh.
- ☐ 4. Denda anak-anak yang sedang bergaduh tanpa menanya sebabnya.

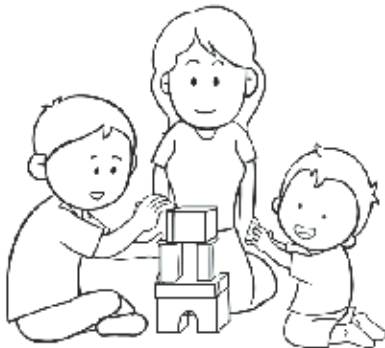
Sila ambil perhatian bahawa semua senario dinyatakan di atas dapat menyebabkan konflik antara adik-beradik.



Untuk mengeratkan hubungan antara adik-beradik, ibu bapa dapat mengikut cara berikut:

1. Apabila bergaduh, Ibu bapa perlulah mendengar pendapat dan idea anak-anak.
2. Ibu bapa haruslah membimbing anak-anak untuk memahami dan mengatasi masalah.
3. Ibu bapa dapat mengajar anak anda tentang bagaimana menyelesaikan konflik dan pemulihan emosi pasca konflik dengan melalui perbincangan cerita atau lukisan.
4. Melalui permainan untuk memupuk semangat perkongsian dan kerjasama antara adik-beradik, contohnya permainan teka-teki atau buasir.
5. Memupuk semangat saling menghormati dengan selalu bercakap dengan sopan, mengucapkan terima kasih dan meminta maaf.

Bergaduh ringan antara adik-beradik adalah biasa, ibu bapa hendaklah menerimanya. Bukan itu sahaja, anak turut dapat belajar cara mengatasi masalah semasa menghadapi konflik.







Peranan Ibu Bapa

Adakah anda berasa sakit kepala dan keliru sebab tidak mengenali cara untuk memainkan peranan sebagai ibu bapa yang betul? Kadangkala mempunyai gagasan tentang cara mendidik anak yang berbeza?

Marilah kita masuk tema buku panduan ini supaya memahami cara bergaul dengan ahli keluarga lain. Hal ini turut dapat membantu ibu bapa memainkan peranan mereka dengan sikap yang lebih positif.





Sebagai ibu bapa, bagaimanakah untuk memainkan peranan sendiri?



Setiap ibu bapa menghadapi cabaran segera selepas masa lahir anak mereka. Bagaimanakah untuk memainkan peranan sendiri supaya tidak kelam kabut semasa menghadapi cabaran dan turut tidak akan abaikan tanggungjawab sendiri. Pertama sekali, marilah kita memeriksa keadaan kita sendiri.

- ☐ 1. Saya tidak tahu bagaimana untuk memperkayakan pengetahuan ilmu sendiri.
- ☐ 2. Saya selalu tiada masa terluang untuk menemani anak kerana sibuk dalam membuat kerja lain.
- ☐ 3. Semasa menghadapi masalah, saya selalu meminta tolong ahli keluarga lain untuk mengatasi masalah anak saya.
- ☐ 4. Saya sering tidak dapat memahami keperibadian dan emosi anak.
- ☐ 5. Meminta tolong ahli keluarga lain untuk menjaga dan mendidik anak saya.

Kalau anda mendapat keadaan di atas, anda harus mula belajar bagaimana untuk memainkan peranan ibu bapa.



Untuk bermain peranan ibu bapa dengan baik, kita dapat melalui cara berikut:

1. Meluangkan sekurang-kurangnya 15 minit sehari untuk menemani kanak-kanak dan berkongsi aktiviti bersama-sama.
2. Menjalankan aktiviti bersama-sama. Kita dapat lebih memahami pembelajaran dan kebolehan sosial anak.
3. Memberi peluang belajar kepada anak-anak, melatih otonomi mereka, dan kita dapat memberikan bantuan yang diperlukan di sebelah mereka.
4. Menjadi contoh teladan anak dalam kehidupan.
5. Mengurus emosi diri dan belajar untuk melegakan tekanan antara anak dengan kita.
6. Berbincang dengan ahli keluarga lain supaya menyeragamkan cara pengajaran dan sikap semasa mendidik anak.
7. Selaras dengan ahli keluarga untuk mendidik dan mengiringi anak bersama-sama.

Pertumbuhan setiap anak hanya berlaku sekali dalam hayat, oleh itu ia adalah sangat penting dan berharga, Ibu bapa patut menghargai pengalaman dan proses ini.





Bagaimanakah cara untuk berkomunikasi serta bekerjasama dengan guru?



Dalam proses pertumbuhan anak, pernahkah anda tidak mampu menerangkan pendapat sendiri walaupun ingin berkomunikasi dengan guru tadika anak? Marilah kita lihat interaksi antara anda dengan guru tadika anak anda!

- ☐ 1. Saya tidak mengambil inisiatif untuk bertanya guru tentang keadaan anak semasa di tadika.
- ☐ 2. Sering ketidakhadiran aktiviti yang dianjurkan oleh pihak tadika kerana sibuk dalam kerja lain.
- ☐ 3. Saya menghormati profesional guru, oleh itu saya tidak akan mengemukakan pandangan saya.
- ☐ 4. Saya tidak akan memberitahu guru tentang keadaan anak semasa berada di rumah.
- ☐ 5. Saya tidak mengambil perhatian tentang makanan yang disediakan atau aktiviti yang dijalankan oleh pihak tadika.

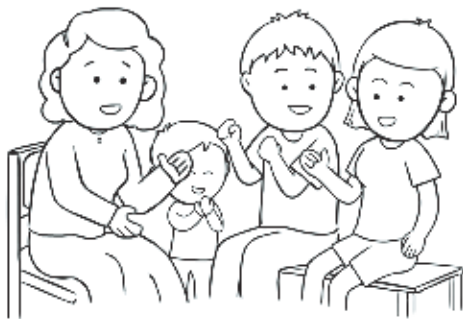
Jika anda telah memilih apa-apa saja perkara di atas, anda mungkin akan kehilangan maklumat penting yang ingin dikongsikan oleh anak dengan ibu bapanya. Selain itu, situasi ini turut akan menyebabkan ibu bapa tidak dapat mengenali kemajuan pembangunan anak dengan jelas kerana kurang berkomunikasi dengan guru tadika anak mereka.



Berikut adalah cara untuk bekerjasama dan berkomunikasi dengan guru :

1. Melalui cara yang sesuai, contohnya menggunakan buku kenalan ataupun menjumpa guru pada masa yang tidak menpengaruhi aktiviti harian anak.
2. Setiap ibu bapa mempunyai jangkaan yang berbeza terhadap anak, anda boleh menyuarakan keperluan dan harapan anda, dan turut dapat membincangkan caranya dengan guru dan ahli keluarga.
3. Membangun kepercayaan antara anda daan guru tadika, elakkan memberi komen buruk di hadapan anak. Apabila apa-apa masalah berlaku, anda harus bertanya guru tentang sebabnya sendiri.
4. Berkawan dengan guru, menolong guru supaya mengenal peribadi anak. Ibu bapa dapat selalu melibatkan diri dalam aktiviti tadika ataupun menghubungi guru dengan menggunakan sosial media dan buku kenalan.

Komunikasi antara guru dan ibu bapa yang baik, dapat membawa banyak manfaat positif kepada anak.





Cenderung bertentangan antara pekerjaan and keluarga terjadi. Bagaimanakah kami menyelesaikan masalah ini?



Dengan peningkatan tahap pendidikan wanita, perkadaran keluarga kerja berganda bertambah, wanita berkerja di luar telah menjadi keadaan yang biasa. Hal ini menyebabkan cenderung bertentangan antara pekerjaan and keluarga, adakah keadaan berikut selalunya berlaku dalam kehidupan.

- ☐ 1. Terburu-buru untuk mengambil anak sebelum dan selepas masa bekerja.
- ☐ 2. Perlulah menjaga anak, memasak makanan, membasuh baju dan lain-lain setiap hari selepas balik dari kerja.
- ☐ 3. Kurang masa untuk berkomunikasi dengan pasangan dan ahli keluarga lain kerana terlalu sibuk.
- ☐ 4. Sudah lama anda tidak meluangkan masa untuk melakukan aktiviti yang anda sukai.
- ☐ 5. Tidak mampu ambil cuti maka tidak mahu menghilangkan peluang untuk menjalankan aktiviti bersama dengan anak, hal ini sering membuat anda dilema.

Dengan keadaan di atas, anda perlu membuat beberapa pelarasan supaya dapat.



Langkah-langkah berikut mungkin dapat membantu ibu bapa yang menghadapi cenderung bertentangan antara pekerjaan dan keluarga!

1. Melatih anak supaya menjadi orang yang bertanggungjawab dan bebas.
2. Jangan terlalu mengejar kesempurnaan.
3. Memikir dari pandangan lain, hal ini dapat mengubah perasaan.
4. Bekerjasama dengan pasangan atau keluarga untuk menyelesaikan kerja rumah.
5. Memberikan masa rehat kepada keluarga dan sendiri.
6. Menggunakan sumber yang tersedia di sekitar kita.

Jadual berikut adalah jadual analisis sumber/ kemudahan yang berada.

Sumber/Kemudahan	perkhidmatan yang Diberikan.	Kesannya
Penjagaan	Perawat atau tadika.	Menjimatkan masa untuk trafik.
Ibu bapa yang lain	Bekerjasama Menghantar / menjemput anak.	Mengatasi keperluan Pengangkutan yang berbeza.
Rakan dan saudara	Penjagaan kecemasan dan penghantaran.	Mengurangkan tekanan untuk menjaga anak.



Sumber/Kemudahan	perkhidmatan yang Diberikan.	Kesannya
Restoran yang berkualiti	Sumber makan malam semasa perlu.	Menurunkan tekanan.
Perkhidmatan penolong rumah	Mengemaskan rumah dan menyediakan makanan.	Menjimatkan masa dan dapat meluangkan lebih banyak masa bersama dengan anak-anak.
Kemudahan penjagaan di tempat bekerja.	kakitangan, waktu kerja yang fleksibel.	Menyeimbangkan Pekerjaan dan keluarga.
Lain- lain sumber		

Bekerjasama dengan keluarga untuk menyiapkan kerja rumah, menggunakan sumber yang berada dengan bijak dapat membawa kita kehidupan yang lebih mudah dan selesa.



Bagaimanakah saya menguruskan emosi saya ?



Setiap orang mempunyai emosi sendiri dan emosi tidak mengirakan betul atau salah, tetapi ibu bapa meluahkan emosi dengan cara yang tidak sesuai akan mempengaruhi hubungan antara ibu bapa dan anak. Pertama sekali, kita perlulah melihat emosi sendiri, adakah keadaan berikut akan menjadikan anda sangat marah, dan akan memarahi dan denda anak:

- ☐ 1. Saya sangat sibuk melayan anak, tetapi mereka masih bising.
- ☐ 2. Anak tidak mendengar nasihat dan selalu bergaduh dengan adik-beradik.
- ☐ 3. Anak sering menangis.
- ☐ 4. Mainan tidak disimpan dalam di tempat asalnya dan diletak sesuka hati di mana- mana tempat.
- ☐ 5. Anak tidak mengikuti masa dan peraturan yang dipersetujui semasa bermain.

Jika anda telah menyemak apa-apa pilihan di atas, anda perlu mencari cara bantuan yang sesuai untuk menguruskan emosi sendiri.



Berikut adalah cara meningkatkan keupayaan pengurusan emosi:

1. Menyedari dan menerima emosi sendiri, menerangkan kepada pasangan atau keluarga, minta maaf dan harap mereka dapat memahami anda. "Saya berasa tidak baik hari ini dan saya ingin berehat."
2. Dalam situasi yang selamat, memberitahu anak, pasangan dan keluarga bahawa anda menguruskan emosi sendiri di tempat lain. Selepas menguruskan emosi, menyuarakan fikiran sendiri supaya pasangan dan anak dapat memahami.
3. Mengenali cara yang sesuai untuk menguruskan emosi sendiri, contohnya senaman, menonton TV, melukis gambar dan mendengar muzik, relaks otot dll.
4. Menggunakan sistem sokongan dengan bijak, apabila ada gangguan emosional, anda boleh berbual-bual dengan orang lain, menyuarakan pendapat anda.

Pengurusan emosi boleh dipelajari, marilah kita cuba mencari jalan sendiri untuk menyelesaikan kelegaan emosi!





Bagaimanakah saya dapat menjadi contoh teladan anak saya?



Rumah adalah bidang pertama di mana anak membesar. Ibu bapa mempunyai hubungan yang paling erat dengan anak, oleh itu ibu bapa memainkan peranan yang amat penting dan haruslah menjadi contoh baik kepada anak.

Sila semak kelakuan anda dalam kehidupan harian:

- ☐ 1. Mengingatkan anak haruslah fokus semasa makan, namun ahli keluarga dewasa selalu sambil makan sambil bermain telefon atau menonton TV.
- ☐ 2. Menegur anak supaya tidur awal, manakala sendiri sentiasa tidur lewat.
- ☐ 3. Melupakan perkara yang telah dijanji dengan anak.
- ☐ 4. Meminta anak supaya mengucapkan salam kepada orang lain, namun sendiri selalu mengabaikan orang lain.
- ☐ 5. Memarahi anak kerana bertengkar tetapi pasangan atau keluarga lain sering bertengkar di hadapan anak itu.

Semua di atas bukanlah tingkah laku yang baik, ibu bapa macam cermin anak, anak akan mengikut tingkah laku yang ditunjuk oleh ibu bapa.



Tetapkan contoh yang baik untuk anak anda, anda boleh menguasai prinsip berikut:

1. Mengawal kelakuan anak pada masa yang sama dan anda turut perlu mematuhi perkara yang dikawal supaya anak dapat mempercayai ibu bapa mereka.
2. Ibu bapa yang bersikap baik turut dapat mempengaruhi anak mereka supaya anak dapat memupuk tabiat yang baik.
3. Menetapkan norma untuk mematuhi, tidak seharusnya berubah walaupun piawai tidak konsisten. Sekiranya berbeza, anda perlu menerangkan perbedaannya dengan jelas.
4. Menubuhkan prestij ibu bapa, anak mestilah mematuhi komitmen mereka sendiri. Hal ini dapat memupuk sikap kejujuran dan turut dapat menimbulkan kepercayaan anak terhadap Ibu bapa.
5. Mewujudkan persekitaran pembelajaran yang baik, membimbing konsep yang betul dan pembelajaran kognitif. Sekiranya anda berharap anak anda makan seimbang, anda harus memilih diet seimbang.

Membangunkan contoh yang baik dalam kalangan anak dari kehidupan harian.





Bagaimanakah kalau fikiran pasangan saya berbeza dengan saya?



Sekiranya pandangan ibu bapa tentang cara mengajar anak adalah berbeza akan mudah menyebabkan konflik, dan hal ini akan mempengaruhi anak kerana membingungkan anak tentang arahan yang perlu dipatuhi.

Adakah situasi atau dialog berikut selalu berlaku apabila mengajar anak?

- ☐ 1. Pasangan menentang pendapat anda di hadapan anak.
- ☐ 2. Pasangan menyalahkan anda semasa anda sedang menyalahkan anak anda.
- ☐ 3. Sering bergaduh kerana cara mengajar anak yang tidak sama.
- ☐ 4. Sering berfikir bahawa tingkah laku pasangan dibesar-besarkan.
- ☐ 5. “Kalau kamu rasa kamu pandai, kamu ajar sendiri!” dialog seperti di atas pernah berlaku dalam kehidupan.

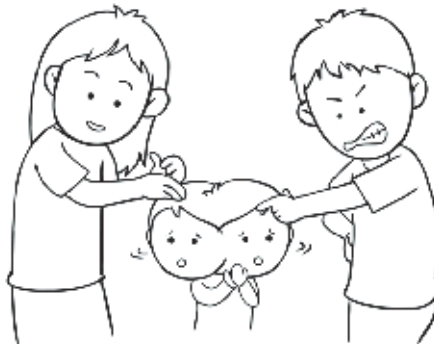
Sekiranya anda telah menyemak pilihan di atas, maka sikap anda dan pasangan anda terhadap pendidikan anak harus diselaraskan semula.



Semasa konsep pendidikan ibu bapa tidak konsisten, anda boleh mengikut kaedah berikut:

1. Cari perbezaan dalam pandangan, berkomunikasi dan berkoordinasi dengan pasangan, kemudian menghadapi anak dengan menggunakan sikap yang konsisten.
2. Saling menghormati pandangan pasangan dan berdiri atas fikiran yang sama supaya anak tidak bingung dengan arahan yang perlu dipatuhi.
3. Apabila terdapat konflik, memilih satu pandangan dahulu, kemudian berkomunikasi dan membincang pada masa yang sesuai, sila elakkan pertengkaran di hadapan anak.
4. Sering bekerjasama dengan pasangan, jika pasangan sedang memarahi anak, anda dapat berasa impati namun tidak dapat menyalahkan pasangan di hadapan anak.
5. Mencari sumber dan sokongan luaran untuk mengurangkan konflik dengan pasangan.

Ibu bapa boleh saling berkomunikasi antara satu sama lain, bekerjasama untuk mendidik anak. Hal ini adalah kebahagiaan terbesar anak-anak.







MEMO





MEMO





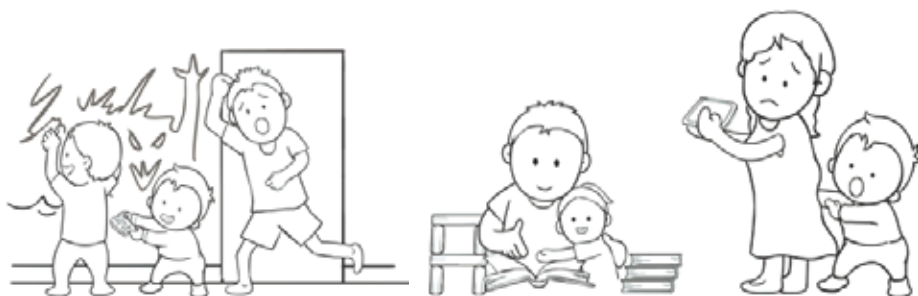
MEMO





Interaksi antara ibu bapa dan anak dan anak

Interaksi antara ibu bapa dan anak sejak kecil dapat membantu anak menghubungi dan memahami persekitaran luaran, turut dapat membantu anak supaya menyesuaikan diri sebelum masuk ke tadika. Namun kalau anak masih kecil bagaimana cara untuk bergaul dengan mereka? Bagaimanakah dapat berkomunikasi dengan mereka? Kanak-kanak sering perlu ditemani walaupun orang dewasa turut perlu masa sediri. Bagaimanakah kalau anak selalu tidak mematuhi peraturan dan berasa ibu bapa mereka pilih kasih?





Kalau anak saya selalu berasa saya pilih kasih, bagaimanakah cara mengatasinya?



Saya fikir saya adil terhadap anak-anak saya, sama ada sikap, pendedaran barang beli atau kerja akan mengambil kira keperluan kanak-kanak, tetapi mereka sering mengatakan "kamu sipi", bagaimana mengatasinya?

Marilah kita menyemak, adakah anak berasa anda adalah seorang yang pilih kasih.

- ☐ 1. Selalu berbanding anak dengan anak lain.
- ☐ 2. Meluangkan lebih banyak masa untuk salah satu anak sahaja.
- ☐ 3. Lebih bersabar terhadap salah satu anak sahaja.
- ☐ 4. Selalu mengatakan "kamu adalah abang/kakak, haruslah memberi keutamaan kepada adik" .
- ☐ 5. Memberikan pujian lebih banyak kepada anak yang lain.
- ☐ 6. Mengira salah anak di hadapan anak-anak yang lain.

Semua perkara yang dinyatakan di atas mudah menyebabkan anak berasa anda selalu memilih kasih and seorang yang tidak adil.



Untuk mengurangkan ketidakadilan atau mengadu, anda boleh mengikut cara seperti berikut:

1. Ibu bapa haruslah meluangkan masa setiap hari untuk semua anak secara individu. Maka ini anak dapat terasa sayang cinta daripada ibu bapa.
2. Elakkan perbandingan antara adik-beradik supaya mengurangkan persaingan atau konflik .
3. “Sebagai abang/kakak kamu haruslah.....” . Elakkan dialog seperti di atas, selalu mengamalkan sifat adil supaya mengurangkan konflik antara anak-anak.
4. Dengar pandangan anak supaya dapat mengetahui maksud “pilih kasih” yang mereka faham. Melalui kaedah ini Ibu-bapa dapat menyesuaikan diri tentang cara berkomunikasi dan interaksi antara sendiri dengan anak.
5. Berkomunikasi dan berkoordinasi dengan ahli keluarga lain supaya sama-sama mendidik anak, anak dapat berasa sayang cinta daripada semua ahli keluarga.

Setiap anak adalah unik, memahami ciri-ciri anak yang berbeza, menemani mereka dengan cara yang mereka suka supaya mereka dapat merasa prihatin daripada ibu bapa.





Saya ingin rehat semasa cuti, bagaimana melayan anak saya?



Anak-anak sentiasa bertenaga. hari biasa saya berasa letih kerja, saya ingin rehat semasa cuti minggu. Namun, anak mahu saya bermain dengan mereka, Bagaimana mengatasinya?

Pertamanya, kita memeriksa situasi yang berlaku semasa hari cuti:

- ☐ 1. Anak mahu saya membawa dia pergi bercuti namun saya selalu menolak permintaannya.
- ☐ 2. Rutin kanak-kanak tidak baik, saya berasa risau kalau membawa dia keluar.
- ☐ 3. Pada masa cuti saya harap bangun lewat.
- ☐ 4. Selalu bekerja atau OT pada hari cuti, oleh itu saya tidak dapat membawa anak saya pergi melancong.
- ☐ 5. Takut membawa anak keluar pada hari cuti kerana takut orang ramai.

Sekiranya keadaan di atas sering berlaku, anda mestilah menyesuaikan diri dan bertindak balas supaya mengelakkan hubungan antara anak dan anda menjadi kurang rapat.



Berikut adalah cara yang perlu diambil hati semasa menyusun aktiviti pada hari cuti:

1. Memahami kepentingan interaksi antara ahli keluarga, tidak boleh ada alasan seperti sibuk bekerja.
2. Menjemput kawan supaya anak-anak dapat bermain bersama-sama. Hal ini dapat meningkatkan kemahiran komunikasi anak, selalu saling membantu untuk menjaga dapat mengurangkan tekanan ibu bapa.
3. Membawa anak pergi tempat seperti taman, pasar pagi, pasar raya, kedai buku, perpustakaan atau pusat permainan.
4. Merancang aktiviti bersama dengan anak supaya dapat mendengar pandangan mereka. Hal ini dapat menambah minat mereka dan dapat mengeratkan hubungan ibu bapa dengan anak.
5. Membuat keterangan dan perjanjian dengan teliti sebelum keluar.

Hadiah paling bernilai yang dapat diberikan oleh ibu bapa kepada anak ialah sentiasa menemani anak. Jangan lupa meluangkan masa untuk bergaul dengan anak semasa cuti.





Bagaimanakah saya berkomunikasi dengan anak-anak yang masih kecil?



Bayi yang baru lahir selalu menangis untuk ekspresi emosi mereka. Kemudian mereka akan menerangkan fikiran mereka melalui tindakan dan bahasa secara beransur-ansur. Oleh kerana anak saya masih kecil, mereka susah untuk menerangkan fikiran dengan jelas dan saya turut tidak tahu sama ada anak saya dapat memahami apa yang saya cakap, bagaimana saya dapat berkomunikasi dengan anak saya?

Adakah situasi berikut berlaku semasa saya interaksi dengan anak saya?

- ☐1.Saya sangat sibuk dan tiada masa berbual-bual dengan anak saya.
- ☐2.Anak saya macam tidak faham apa yang saya cakap.
- ☐3.Anak suka menanya “kenapa” dan selalu berkata “ tidak mahu” , hal ini menyebabkan saya tidak bersabar.
- ☐4.Anak selalu melakukan sesuatu yang saya larangkan.
- ☐5.Saya tidak tahu sebab-sebab anak saya menangis.

Kalau situasi di atas berlaku, kita haruslah mengubah cara semasa berkomunikasi dengan anak.



Untuk meningkatkan kemahiran komunikasi anak, saya dapat:

1. Menstabilkan emosi anda sebelum berkomunikasi dengan anak.
2. Mengajar anak dengan sabar, berikan satu arahan sahaja pada satu masa
3. Mendengar pandangan anak dan menghormati fikiran mereka.
4. Jangan berfikir bahawa kanak-kanak masih kecil atau tidak faham, anda harus memupuk sikap baik semasa bercakap.
5. Belajar untuk mengekspresikan perhatian dan emosi anda, seperti memberitahu mereka bahawa perasaan anda sangat sedih kalau anak cedera.
6. Menggunakan empati dengan baik, supaya dapat berkomunikasi dengan lebih lancar.
7. Jangan menyalahkan anak sebaliknya memberikan panduan dan galakan. Contohnya mengemaskan alat selepas main bersama dengan anak dengan itu elakkan dari memarahi mereka.

Banyak berinteraksi dengan anak boleh lebih memahami keperluan anak.





**Kadang-kadang saya tidak dapat
membezakan sikap saya adalah menghormati
fikiran anak atau memanjakan anak.
Bagaimana mengatasi masalah ini?**



Kanak-kanak adalah anak emas ibu bapa, bagaimana mendisiplinkan anak telah menjadi satu isu terhadap ibu bapa.

Adakah fenomena berikut berlaku di rumah?

- ☐ 1. Oleh kerana anak masih kecil, anak suka menangis ialah fenomena yang biasa.
- ☐ 2. Untuk memudahkan sendiri, saya akan menggunakan wang, hadiah atau bermain komputer sebagai ganjaran, supaya anak dapat mematuhi peraturan.
- ☐ 3. Untuk menjimat masa saya akan menghalang anak makan nasi sendiri.
- ☐ 4. Sekali perkara tidak mengikut fikiran anak, mereka akan membuat tipu muslihat, akhirnya saya terpaksa mengikut fikirannya.
- ☐ 5. Setiap kali saya meminta anak supaya membuat sesuatu seperti pergi tidur dan makan, saya perlu tawar-menawar dengan mereka.



Keadaan di atas menunjukkan ibu bapa sedang memanjakan anak. Hal ini akan menyebabkan anak terlalu bergantung pada ibu bapa dan mempengaruhi interpersonal mereka.



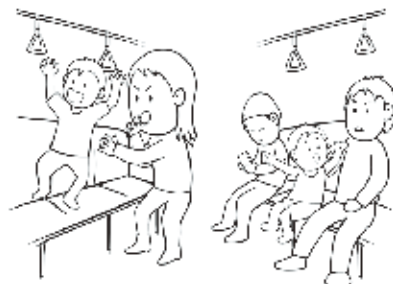
Berikut adalah cara-cara sebagai rujukan untuk ibu bapa yang ingin tahu "menghormati tetapi tidak memanjakan".

1. Ibu bapa mesti menyediakan norma-norma yang sesuai berdasarkan umur anak, memberitahu anak sikap yang betul, belajar menghormati diri dan orang lain.
2. Memberikan peluang untuk anak menyatakan pendapat mereka, dan ibu bapa harus bertindak positif untuk mengelakkan anak ekspresi emosi mereka dengan menangis.
3. Ibubapa harus mengambil peluang memberitahu anak mengenai kesan bersikap akan membawa risiko teruk. Contoh seperti, sekiranya anak tidak makan sarapan, mereka akan lapar sebelum tengah hari.
4. Ibu bapa harus meluangkan lebih banyak masa untuk menemani anak-anak mereka daripada memanjakan anak.





Cara mengatasi masalah anak-anak sering tidak mematuhi peraturan?



Anak jiran saya Hua Hua seorang yang selalu mematuhi peraturan manakala anak saya menimbulkan banyak masalah!

Adakah situasi di bawah pernah berlaku di rumah?

- ☐ 1. Anak suka bermain keterlaluan dan langsung tidak mematuhi arahan saya.
- ☐ 2. Anak sering bermain di ruang dapur dan ruang tamu tetapi tidak menyimpan barang pada tempatnya.
- ☐ 3. Anak selalu menangis dan tidak mematuhi tatakelakuan.
- ☐ 4. Anak suka berlari ke sana sini di luar dan ibu bapa tidak upaya mengawal anak.
- ☐ 5. Anak tidak mematuhi tatakelakuan di tadika dan tidak mendengar arahan guru.

Sebagai peringatan, sikap ibu bapa yang terlalu memanjakan anak akan mempengaruhi perkembangan anak.



Cara agar mengarah anak serta mematuhi peraturan.

1. Ibu bapa dan anak bersama-sama harus membincangkan untuk menetapkan peraturan keluarga berdasarkan keperluan anak-anak dan membuat penyelarasan berdasarkan umur anak ataupun situasi.
2. Berkomunikasi dengan kata yang lembut, tegas, dan ringkas untuk menerangkan perkara atau prinsip yang dipersetujui.
3. Ibu bapa harus beransur-ansur semasa pelaksanaan norma-norma, dan mengenalpasti anak-anak mempunyai peluang untuk belajar.
4. Memupuk tabiat yang baik melalui peraturan keluarga boleh membetulkan sikap kecuai.
5. Gunakan contoh-contoh dalam kehidupan dapat mengajar anak mematuhi peraturan. Ini dapat membantu mereka untuk menyesuaikan diri dalam hidup kumpulan di tadika pada masa yang akan datang.

Anak yang selalu mematuhi peraturan dan arahan dapat menjadi seorang yang bertanggungjawab pada masa depan.





Bagaimanakah saya dapat berinteraksi dengan anak yang masih kecil?



Saya faham bahawa menemani anak amat penting dalam pertumbuhan mereka, tetapi anak-anak masih kecil lagipun saya tidak tahu apa aktiviti yang sesuai semasa saya menemani anak-anak. Apa yang boleh saya lakukan untuk bermanfaat terhadap perkembangan anak saya?

Fikirkan, apa yang anda lakukan apabila anda bersama dengan anak anda?

- ☐ 1. Menonton TV atau telefon bimbit masing-masing.
- ☐ 2. Semasa anak sedang bermain, anda menggunakan telefon bimbit di sebelah mereka.
- ☐ 3. Membiarkan anak bermain sendiri selagi mereka tidak membuat bising.
- ☐ 4. Suka menegur anak.
- ☐ 5. Selalu cari peluang membetulkan tingkah laku anak.

Kajian menunjukkan bahawa interaksi yang baik antara ibu bapa dan anak-anak dapat menggalakkan perkembangan anak-anak dan meningkatkan kesedaran diri dan keyakinan diri yang positif.



Semasa berteman dengan anak haruslah fokus penuh:

1. Mendengar mereka berkongsi pengalaman mereka di sekolah setiap hari. Hal ini dapat mengetahui kehidupan tadika juga boleh melatih ungkapan bahasa lisan anak.
2. Permainan boleh membuat anak-anak berasa gembira, selain itu dapat mengeratkan hubungan antara ibu bapa dan anak-anak, seperti: bermain Lego, bermain teka-teki, bermain permainan meja dan lain-lain.
3. Membaca buku bersama dengan anak. Melalui bacaan boleh menambah kesayangan, dari cerita buku bacaan, sama-sama meningkat perbendaharaan anak dan konsep harian yang betul.
4. Pada masa cuti, ibu bapa boleh mengatur aktiviti luar supaya meningkatkan kualiti integrasi ibu bapa dengan anak. Seperti menunggang basikal, berkhemah, melawat zoo dan lain-lain.

Anak-anak belajar melalui aktiviti yang dijalankan dalam kehidupan, perlulah lebih sabar dan banyak menemani anak, anda akan lebih menikmati saat kenangan manis yang diberi oleh mereka.





Apakah cara untuk mengatasi masalah anak saya suka bermain telefon bimbit atau tablet?



Kini, telefon bimbit telah mengubahkan tabiat hidup orang ramai. Kita selalu melihat anak menggunakan produk 3C untuk “kawal” ibu bapa dalam kehidupan harian. Kalau ibu bapa tidak memberi mereka bermain telefon bimbit mereka akan marah dan menangis. Adakah anda berasa risau bahawa penggunaan berlebihan akan menjejaskan perkembangan fizikal dan mental anak?

Fikirkan adakah keadaan dalam penggunaan produk 3C berikut selalu berlaku di rumah?

- ☐ 1. Saya sendiri atau pasangan memakai produk 3C bersama-sama dengan anak.
- ☐ 2. Sering menggunakan telefon atau tablet sebagai alat pembelajaran.
- ☐ 3. Semasa sibuk dan tidak ada masa untuk menemani anak, menggunakan produk 3C sebagai penjaga sementara.



- ☐ 4. Anak selalu bising atau menangis kerana mahu bermain telefon bimbit, ibu bapa akan memberi mereka bermain supaya menenangkan hati mereka.
- ☐ 5. Sebagai ganjaran apabila anak mempunyai prestasi yang baik.

Jika anda telah menyemak pilihan di atas, maka anda dan anak anda harus menyesuaikan atau mengubah tabiat penggunaan produk 3C dalam kehidupan harian.



Kesan terlalu banyak menggunakan produk 3C:

1. Mempengaruhi perkembangan penglihatan anak.
2. Mempengaruhi pembelajaran konitif dan keupayaan untuk mengawal emosi anak.
3. Kurang interaksi dengan orang lain, mempengaruhi kemahiran interaksi sosial dan pengbahasaan mereka.
4. Suka menonton video yang rangsang, tidak dapat fokus atas aktiviti yang statik.



Apabila anak bising minta menggunakan telefon atau tablet, ibu bapa perlu mempunyai prinsip seperti berikut:

1. Ibu bapa dapat membantu kanak-kanak dengan menentukan penggunaan produk 3C, seperti tetapkan masa dan tempat yang boleh bermain produk 3C, menyemak kandungan isi yang dapat dilayari.
2. Ibu bapa harus sebagai contoh yang baik, kurang menggunakan telefon bimbit di hadapan anak dan banyak menemani anak dalam aktiviti di luar rumah.
3. Memupuk hobi anak selain produk 3C.
4. Semasa anak beremosi teruk, ibu bapa haruslah memahami sebabnya dengan sabar hati, membantu mereka untuk mengatasi masalah mereka, janganlah memberi mereka produk 3C untuk alasan menenangkan emosi mereka.

Di era dunia progresif ini, kita langsung tidak dapat menghalang anak kita dari menggunakan produk 3C, sikap yang penting adalah menggunakan telefon bimbit dengan cara yang betul.





MEMO





Kehidupan tadika

Tadika adalah sekolah pertama yang anak pergi. Oleh itu kehidupan di tadika akan banyak mempengaruhi anak-anak. Anak semakin besar, interaksi dengan orang ramai dan masyarakat akan menjadi semakin rumit.

Bukan sahaja ibu bapa perlu selalu menemani anak, ibu bapa turut perlu memberikan panduan yang sesuai kepada anak, supaya mereka dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik di tadika. Bagaimanakah ibu bapa memilih tadika yang sesuai untuk anak? Bagaimanakah kalau anak tidak suka pergi ke sekolah dan mereka tidak tahu cara untuk berkomunikasi dengan kanak-kanak lain?





Bagaimana ibu bapa memilih tadika yang sesuai untuk anak?



Anak telah bercapai umur yang sesuai untuk dihantar ke tadika. Ramai ibu bapa akan menghadapi masalah semasa memilih tadika. Oleh itu, bagaimana ibu bapa menentukan sama ada tadika ini sesuai untuk anak-anak mereka?

Sebelum memilih tadika, semakkan sama ada anak telah bersedia diri untuk pergi ke tadika?

- ☐ 1. Anak mempunyai kebolehan untuk menjaga sendiri seperti dapat minum dan makan sendiri.
- ☐ 2. Anak boleh memahami arahan yang diberi oleh dewasa, seperti mengemaskan alat mainan, minum air dan pergi ke tandas sendiri.
- ☐ 3. Anak dapat menjelaskan keperluan mereka seperti 'saya ingin pergi ke tandas', 'saya berasa lapar', 'saya ingin minum air' dan lain-lain.
- ☐ 4. Anak boleh atau suka bermain dengan rakan-rakan mereka.
- ☐ 5. Kanak-kanak boleh menjalankan aktiviti secara individu dan dapat fokus lebih 10 minit.
- ☐ 6. Anak mempunyai fizikal yang sihat dan dapat melibat diri dalam aktiviti sekurang-kurangnya setengah hari.



Jika anak-anak boleh memenuhi kebanyakan pilihan di atas, maksudnya ibu bapa dapat bermula untuk mencari tadika kepada anak mereka.

Kita sukar untuk menentukan sama ada tadika itu sesuai untuk anak dan membuat penilaian yang tepat melalui publisiti atau maklumat luaran.



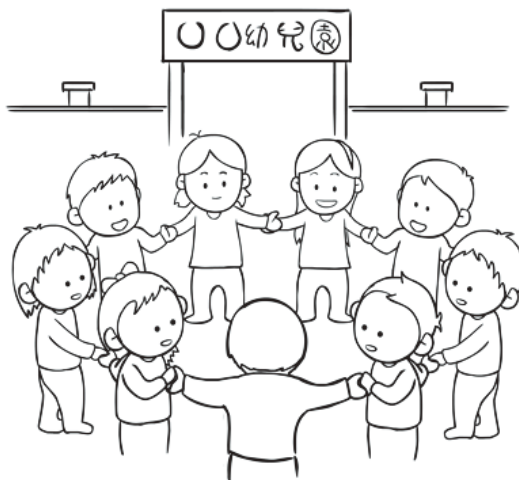
Ibu bapa dapat merujukkan cara berikut semasa memilih tadika:

1. Memilih tadika yang sah. Kita dapat menyemak dengan melayari laman web Jabatan Pendidikan.
2. Pertimbangkan masalah pengangkutan, selalu memilih tadika yang berhampiran dengan rumah atau tempat kerja. Laman web Jabatan Pendidikan (<http://www.ece.moe.edu.tw/>) mendapat maklumat berkaitan ajaran yang kaya dan praktikal.
3. Memahami dan mengenalpasti ciri-ciri pengajaran tadika, kandungan pengajaran, masa, yuran, nisbah guru dan pelajar, guru yang berkelayakan, keselamatan alam sekitar dan kualiti profesional dan lain-lain yang berkaitan supaya memastikan anak mendapat penjagaan dan perlindungan yang penuh dan baik.



4. Membawa anak pergi melawat tadika itu bersama-sama atau memberi peluang untuk mereka cuba belajar satu hari di tadika terlebih dahulu.
5. Dapat merujuk adakah anak suka dan menerima tadika itu, berbincang dengan anak sebelum membuat keputusan.

Mental yang sihat adalah sangat penting, hal ini dapat menolong anak untuk menyesuaikan diri dalam kehidupan tadika dengan lebih cepat.





Kalau anak saya tidak suka pergi ke sekolah, bagaimanakah cara mengatasinya?



Anak selalu tidak ingin bangun pada masa pagi dan menolak pergi ke tadika. Hal ini telah menyebabkan saya berasa marah dan sakit kepala setiap pagi. Bagaimanakah kalau anak saya tidak suka pergi ke sekolah?

Apabila anak memberitahu kita bahawa mereka tidak suka pergi ke sekolah, bagaimana anda akan membalas? Sila memeriksa sama ada keadaan berikut berlaku di rumah anda.

- ☐ 1. Mengabaikan perasaan anak, memaksa anak pergi ke sekolah.
- ☐ 2. Mengata 'kanak-kanak mesti pergi ke sekolah!' kepada anak.
- ☐ 3. Menggunakan perkataan yang terancam kepada kanak-kanak contohnya berkata "kamu bukan anak saya lagi kalau kamu tidak mahu pergi ke sekolah".
- ☐ 4. Selalu berkata: "Jika anda tidak pergi ke sekolah, saya akan denda kamu."
- ☐ 5. Anak masih dapat menonton TV, bermain alat 3c dan makan makanan ringan kalau mereka memberikan alasan untuk tidak hadir ke sekolah.

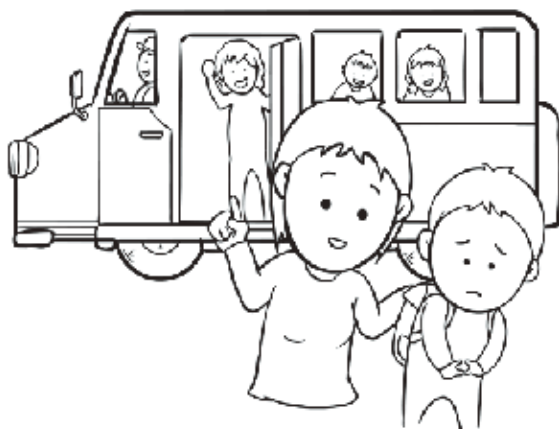


Apabila anak membenci untuk pergi ke sekolah, ibu bapa jangan melakukan perkara yang dinyatakan di atas!



Menghadapi anak yang tidak suka pergi ke sekolah, ibu bapa boleh merujuk kaedah berikut:

1. Mendengar pandangan anak dan memahami sebab mereka tidak ingin pergi ke sekolah.
2. Dari sudut pandang anak memahami perasaan dan pandangan anak.
3. Meluangkan masa untuk mendengar perkara yang berlaku di sekolah dan memuji mereka semasa mereka bersikap baik.
4. Ibu bapa dapat berkongsi pengalaman yang menarik dan positif sendiri dengan anak supaya meningkat minat anak pergi ke sekolah.
5. Bekerjasama dengan guru.





Anak saya tidak tahu bagaimana bergaul dengan kanak-kanak lain, apakah cara yang boleh saya lakukan?



Anak saya memberitahu saya bahawa tidak ada orang bermain dengannya semasa mereka berada di tadika, guru tadika mengatakan anak saya selalu melihat kanak-kanak lain di sebelah semasa mereka sedang bermain. Anak yang tidak akan mengambil inisiatif untuk melibat dalam aktiviti, Bagaimanakah saya boleh membantu kanak-kanak mengintegrasikan ke dalam kehidupan kumpulan?

Mari kita semakkan keadaan interpersonal anak.

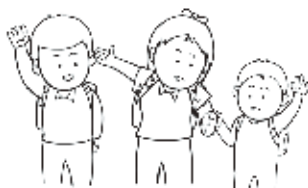
- ☐ 1. Semasa melibatkan aktiviti, sering mengekalkan jarak dengan kanak-kanak lain.
- ☐ 2. Anak jarang menceritakan tentang keadaan berinteraksi dengan murid lain.
- ☐ 3. Tidak akan berkongsi mainan mereka dan tidak suka berkawan dengan orang lain.
- ☐ 4. Tidak mengambil inisiatif untuk menyertai permainan atau aktiviti dengan kanak-kanak lain.
- ☐ 5. Tidak mengambil inisiatif untuk membantu atau menjaga orang lain.

Jika anak mempunyai keadaan di atas, dia mungkin menghadapi masalah interpersonal!



Untuk membantu anak anda membina hubungan yang baik dengan orang lain , anda boleh mengikut cara berikut:

1. Megenalpasti faktor-faktor yang mungkin menyebabkan anak tidak dapat membangun hubungan yang baik dengan orang lain, sepertinya sifat peribadi, kurang kemahiran sosial atau kurang pengalaman.
2. Jika anak anda mudah berasa malu, anda boleh memberikan peluang untuk anak-anak berinteraksi dengan orang lain, seperti pergi ke taman , muzium induk, dan meningkatkan peluang interpersonal dan pembelajaran.
3. Membantu anak anda mencari kawan, contohnya menjemput saudara mara, jiran, atau pelajar tadika ke rumah anda atau perjalanan bersama-sama. Ibu bapa juga dapat menunjukkan cara yang betul kepada anak-anak tentang bagaimana berkawan dengan orang lain.
4. Melalui buku cerita bergambar atau bermain peranan (role play) untuk membimbing anak dan mengajar mereka tingkah laku sosial yang positif, hal ini dapat mewujudkan interaksi antara anak dengan pelajar lain dan turut dapat memupuk sikap dan tingkah laku yang lebih sesuai.
5. Apabila anak-anak mempunyai perubahan tingkah laku yang positif, kita haruslah memuji mereka dan memberi ganjaran yang sesuai. Manakala semasa tingkah laku anak adalah negatif, kita haruslah menghalang mereka dan mengajar mereka cara interaksi yang betul.





Adakah kanak-kanak perlu belajar cara perlindungan diri?



Untuk membolehkan kanak-kanak tumbuh dengan selamat, kita haruslah mengajar kanak-kanak melindungi sendiri. Namun, bagaimana caranya?

Marilah kita lihat samada anak-anak kita mempunyai keupayaan tentang perlindungan diri?

- ☐ 1. Kanak-kanak tidak ingat nombor telefon rumah dan ibu bapa.
- ☐ 2. Anak bercakap dengan orang yang tidak kenal.
- ☐ 3. Semasa anak sedang bermain, mereka akan mengabaikan keselamatan sendiri.
- ☐ 4. Anak keluar untuk bermain seorang sendiri.
- ☐ 5. Anak suka menyentuh barang yang dia tidak kenal.
- ☐ 6. Kalau anak dijejaki, mereka tidak tahu boleh meminta tolong dengan siapa.
- ☐ 7. Anak pernah menerima makanan atau mainan dari orang yang tidak kenal.

Jika anak anda mempunyai keadaan di atas, maka anda harus mula mengajar anak cara perlindungan diri!



Sekiranya anak kurang keupayaan untuk melindungi diri sendiri, ibu bapa mungkin dapat mengajar pengetahuan kepada anak dengan cara berikut:

1. Mengajar anak-anak jangan jalan ke mana-mana secara seorang sendiri dan jangan pergi jauh dari pandangan keluarga semasa berada di luar.
2. Sekiranya anak terpisah dengan keluarga, anak harus meminta tolong daripada polis ataupun menunggu keluarganya di situ.
3. Mengajar anak tentang tidak bercakap dengan orang yang tidak kenal, jangan terima gula-gula, minuman atau mainan dari orang yang tidak kenal.
4. Mengajar anak agar tidak membiarkan orang lain menyentuh tubuhnya, jika orang lain menghampiri atau ingin menyentuh tubuhnya haruslah mengatakan "tidak", dan berlari sambil meminta bantuan.
5. Memaklum anak anda selalu memberi perhatian atas sikap dan kelakuan mereka contohnya, jangan memberitahu orang lain bahawa keadaan kewangan mereka supaya tidak menjadi sasaran orang jahat.
6. Melatih anak menekan nombor telefon rumah supaya mereka dapat mengingatkan nombor.



7. Menegur anak supaya tidak menyentuh barang yang tidak kenal (seperti haiwan dan tumbuhan yang tidak dikenali, sarang madu dan sebagainya) untuk menghalang diri dari bahaya.
8. Mengajar anak agar tidak menyentuh peralatan elektrik ketika tangan dalam keadaan yang basah; tidak mengambil barang-barang atau gunting ketika bermain-main.
9. Sekiranya anak menemui keadaan yang khusus, anak harus mengambil inisiatif untuk memberitahu keadaan kepada orang dewasa, contohnya, tercium bau gas.

Semasa mengembangkan keupayaan perlindungan diri anak, juga jangan lupa memberitahu mereka bahawa masih terdapat banyak orang yang baik dalam masyarakat.



Bagaimanakah saya dapat menolong anak saya bersedia untuk masuk ke sekolah rendah ?



Anak akan belajar di sekolah rendah tidak lama lagi, adakah ibu bapa dan anak mereka maklum bahawa ini adalah peringkat yang baru dan penting terhadap anak? Memupuk tabiat kehidupan dan sikap yang baik dalam kalangan kanak-kanak sebelum mereka masuk ke sekolah rendah supaya mereka adaptasi pendidikan dalam sekolah rendah dengan lebih cepat.

Marilah kita melihat dari perkara yang dinyatakan berikut, adakah anak bersiap sedia untuk pergi ke sekolah?

- ☐ 1. Anak tidak dapat bangun awal setiap pagi.
- ☐ 2. Kanak-kanak tidak dapat pergi ke tandas sendiri, turut tidak dapat memakai pakaian dan kasut sendiri.
- ☐ 3. Anak tidak tahu menyediakan pakaian yang akan dipakai pada hari berikutnya sebelum pergi tidur.
- ☐ 4. Anak tidak mengambil inisiatif untuk menyuara pandangannya dengan jelas.
- ☐ 5. Anak tidak kenal bahawa sekolah rendah tidak akan menyediakan jamuan ringan kepada mereka.
- ☐ 6. Kanak-kanak tidak tahu waktu kelas sekolah rendah.

Sekiranya anak anda mempunyai keadaan di atas, maka anda harus membantu anak bersiap sedia untuk masuk ke sekolah rendah.



Jika anak anda tidak mempunyai tabiat di atas, anda boleh menggunakan kaedah berikut untuk membantu dan menemani anak supaya berlatih bersama-sama:

1. Membantu anak untuk menyesuaikan masa rehat mereka, memupuk tabiat tidur awal dan bangun awal.
2. Memberi peluang kepada anak anda untuk berlatih memakai pakaian dan kasut.
3. Mengajarkan anak anda tentang cara menggunakan tandas dan membersihkan diri.
4. Memberi peluang kepada anak anda untuk mengembangkan kemampuan komunikasi dengan guru atau rakan sekelas, belajar menyampaikan serta menerima maklumat.
5. Meminta anak supaya mereka menyediakan pakaian yang akan dipakai pada hari esok.
6. Ibu bapa dapat membantu anak-anak mereka mengatur ruang belajar yang berdedikasi, supaya anak-anak dapat menumpukan perhatian semasa membaca, melukis atau mengulangkaji.
7. Memberi peluang kepada anak untuk mengenal persekitaran baru, memahami perbezaan persekitaran dan waktu kelas antara tadika dan sekolah rendah.





MEMO





MEMO





MEMO





MEMO





MEMO





MEMO





我和我的孩子：A Book for Parents (Malaysia) 幼兒篇

出版機關：教育部

發行人：姚代理部長立德

地址：臺北市中正區中山南路 5 號

網址：<http://www.edu.tw>

電話：02-7736-6666（代表號）

總編輯：唐先梅、陳若琳

總策畫：林立維

編撰單位：國立空中大學健康家庭研究中心

編撰人員：周麗端、李青芬、林立維、施惠玲、許瑜珍、戴麗娟

地址：新北市蘆洲區中正路 172 號

電話：02-2282-9355

封面設計、插畫：陳建霖

初版：107 年 06 月

其他類型出版品說明：本書同時登載於教育部家庭教育專網/出版品資源/親職教育類

定價：新臺幣 100 元

展售處：五南文化廣場

地址：400 臺中市中山路 6 號，電話：04-22260330#820、821

國家書店松江門市(秀威資訊科技公司)

地址：104 臺北市松江路 209 號，電話：02-25180207#17

國家教育研究院資源及出版中心

地址：106 臺北市和平東路一段 181 號，電話：02-33225558#173

三民書局

地址：100 臺北市重慶南路一段 61 號，電話：02-23617511#114

教育部員工消費合作社

地址：100 臺北市中山南路 5 號，電話：02-77366054

CPN：1010700801

ISBN：9789860559866（平裝附光碟）



著作財產權人：教育部

本著作係採用創用 CC「姓名標示-非商業性-禁止改作 3.5 臺灣」授權條款釋出。此授權條款的詳細內容請見：<http://creativecommons.tw/license>