

Jangan Dengar  
Ini Nasihat Jika  
Tak Mahu Jadi  
Ibubapa Yang  
Hebat



Dr. Taufiq Razif

# Teknik Komunikasi Efektif Dengan Anak

2 Cara Bercakap Dengan Anak

## Cara Pertama

Duduk sama level dengan anak. Gunakan ini ketika nak tunjuk kasih sayang atau penghargaan

## Cara Kedua

Berdiri supaya anak terpaksa pandang ke atas ketika bercakap dengan kita. Ini supaya Authority kita lebih tinggi dan percakapan kita lebih didengari. Sangat sesuai digunakan semasa nak beri anak arahan





# Teknik Ajar Anak Jujur

Ajar Anak Jujur Supaya Anak Tak Mudah Menipu

- ⊕ Tegur anak setiap kali anak menipu
- ⊕ Bagi denda ringan setiap kali anak menipu
- ⊕ Bacakan buku cerita yang menceritakan akibat buruk menipu

## Pantang larang!

- ⊕ Jangan hukum anak keterlaluan jika anak bercakap benar
- ⊕ Jangan lupa reward anak jika anak bercakap benar

*DR TAUFIQ RAZIF*  
NASIHAT  
PARENTING

25

# Teknik Nak Bagi Anak Keras Kepala Dengar Arahan

Ada anak keras kepala ( strong-willed child ) ?

- Anak keras kepala ni biasanya dia nak rasa dia yang buat keputusan ( autonomi )
- Caranya adalah bagi anak tu PILIHAN supaya dia rasa dia yang memilih
- Contoh nak suruh anak keras kepala ni makan. Bagi dia pilihan macam ni : **“Kakak nak makan SEKARANG ke 5 MINIT lagi?”**

Apa pun jawapan anak, samada makan sekarang atau 5 minit lagi, dia 'decide' untuk makan juga kan

# 5 Perkara Kena Buat Sebelum didik anak



1. Kita belajar kawal suasana hati dulu
2. Kita belajar untuk melihat potensi dan kecerdasan terpendam manusia
3. Kita belajar untuk melihat segalanya dari sudut positif
4. Kita belajar untuk berbaik sangka dengan takdir
5. Kita belajar untuk menjadi leader kepada diri sendiri sebelum kita menjadi leader kepada anak-anak kita



# Cara Nak Bagi Anak Minat Buku

Nak bagi anak minat buku?

- ✓ Kenalpasti dulu anak kita jenis dominan Auditory ke Visual ke Kinesthetic
- ✓ **Anak Visual** : Bagi buku yang colourful, penuh lukisan dan penuh corak
- ✓ **Anak Auditory** : Bacakan buku tu kat dia. Baca dengan intonasi yang menarik ye
- ✓ **Anak Kinesthetic** : Bacakan buku tu sambil buat pergerakan tangan ( hand gestures ) dan lakonkan watak dalam tu bersama-sama anak

## Paling penting

Kita sendiri kena selalu pegang buku depan anak-anak. Bukannya pegang handphone

# Teknik Pujuk Anak

Guna Teknik Ni Untuk Pujuk Anak Buat Sesuatu

Ni namanya Teknik Gradual Commitment. Nak anak buat benda yang besar, biarkan anak setuju untuk buat benda kecil dulu

Contoh nak pujuk anak mandi :

Ambil persetujuan anak dulu untuk

- bangun daripada tempat tidurnya
- buka bajunya
- buka pampersnya
- dan lain2

Kalau benda kecil ni semua anak dah setuju biasanya lagi mudah nak pujuk anak mandi. Kalau hal kecil pun kita dah memaksa, biasanya hal besar nanti anak kita akan lebih reject



# Latihlah diri jadi Mind Reader

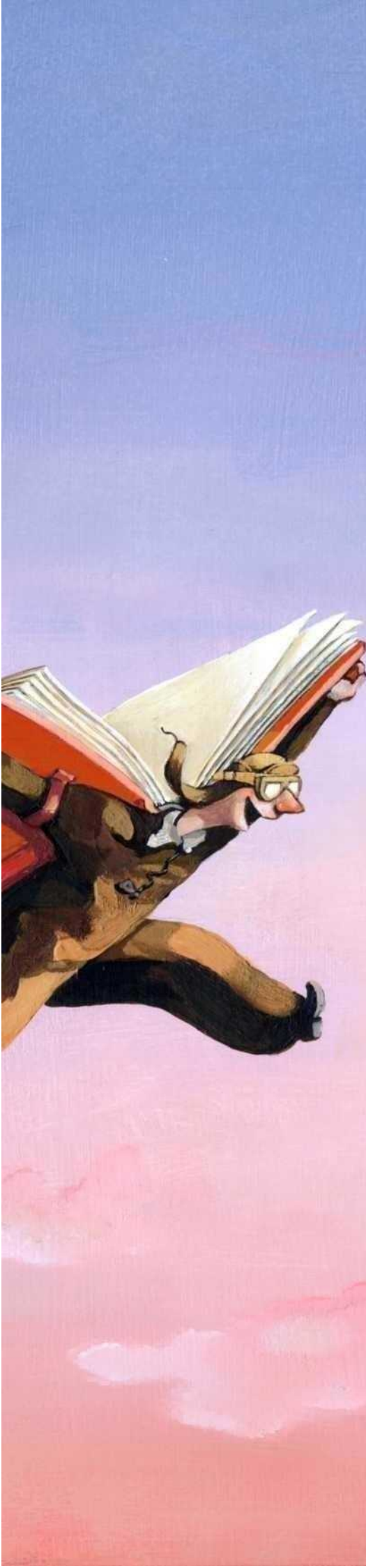
Nak jadi mak ayah yang hebat, kita  
kena jadi Mind Reader sikit

Kita kena :

- selami perasaan anak
- tahu baca bahasa tubuh anak
- tahu mesej apa sebenarnya anak  
kita cuba sampaikan

*DR TAUFIQ RAZIF*  
NASIHAT  
PARENTING

30



# Jauhi Kesalahan Ketika Berkomunikasi

Antara Kesalahan Kita Semasa Bercakap  
Dengan Anak

- melabel anak
- merendah rendahkan
- meremeh remehkan
- membanding bandingkan

Jangan tuding orang lain. Kita periksa diri kita  
masing-masing



# Jangan Seseekali Rampas barang Anak

Jangan Rampas Barang Anak

- Anak belajar hormat orang melalui kita
- Anak belajar hormat kepunyaan orang pun melalui kita
- Mintak izin elok-elok sebelum ambil apa yang di tangan anak
- Kita hormat anak, anak pun akan belajar untuk hormat kita kelak





# Cara Nak Hadapi Anak Yang Keras Kemahumannya

Ada anak yang kuat kemahumannya?

✔ Ganti TAK BOLEH kepada BOLEH dengan bersyarat

contohnya anak tengah mengamuk nak ikut naik kereta

✘ Jangan terus cakap TAK BOLEH

✔ Cakap je macam ni : Adik nak naik kereta ye? BOLEH tapi petang nanti ye

✔ anak yang 'keras' ni memang suka kita guna perkataan 'boleh' daripada 'tak boleh'

# Tingkatkan Kualiti Bersama Anak

Jadikan Waktu Bersama Anak Lebih Bernilai Tinggi

- sesekali tatap wajah anak dengan penuh perasaan
- sesekali hadirkan getaran syukur dalam hati atas kebahagiaan dan kesihatan yang diberikan pada anak kita
- sesekali tutup TV dan segala gadget supaya tumpuan kita pada anak menjadi lebih terfokus





# Pilih kata-kata yang positif dan menenangkan

Kata-Kata Kita Akan Mempunyai Pengaruh Pada Anak Bila :

- ✔ kita bercakap dalam keadaan tenang
- ✔ kita gunakan nada suara yang sederhana rendah
- ✔ tak mengaibkan dan menjatuhkan maruah anak
- ✔ selalu tepati janji
- ✔ kreatif memujuk tanpa berbohong
- ✔ kita buat apa yang kita cakap



# Disiplinkan Anak

Disiplin anak akan jadi lebih berkesan pada anak bila :

- ⊕ bonding kita dah cukup kuat dengan anak
- ⊕ kita dalam keadaan terkawal dan tenang
- ⊕ tidak menghukum untuk puaskan hati sendiri
- ⊕ si anak boleh rasakan hukuman kita adil dan berpatutan



# Tukarkan Konflik Menjadi Peluang Mendidik

Jangan terlalu sedih anak suka berebut barang

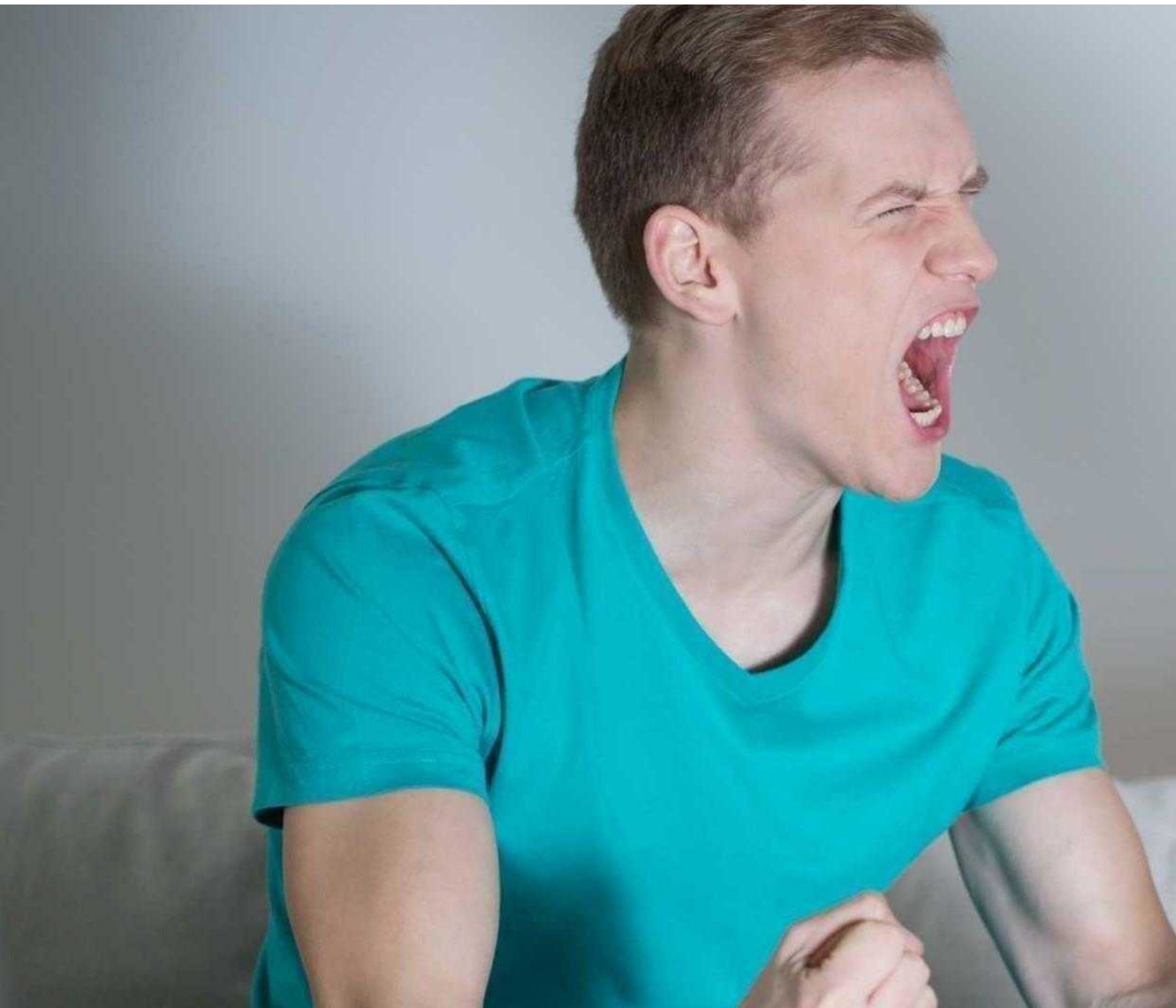
Masa tu la paling sesuai nak ajar anak skill berkawan dan skill berinteraksi

Ni namanya Interpersonal Skills

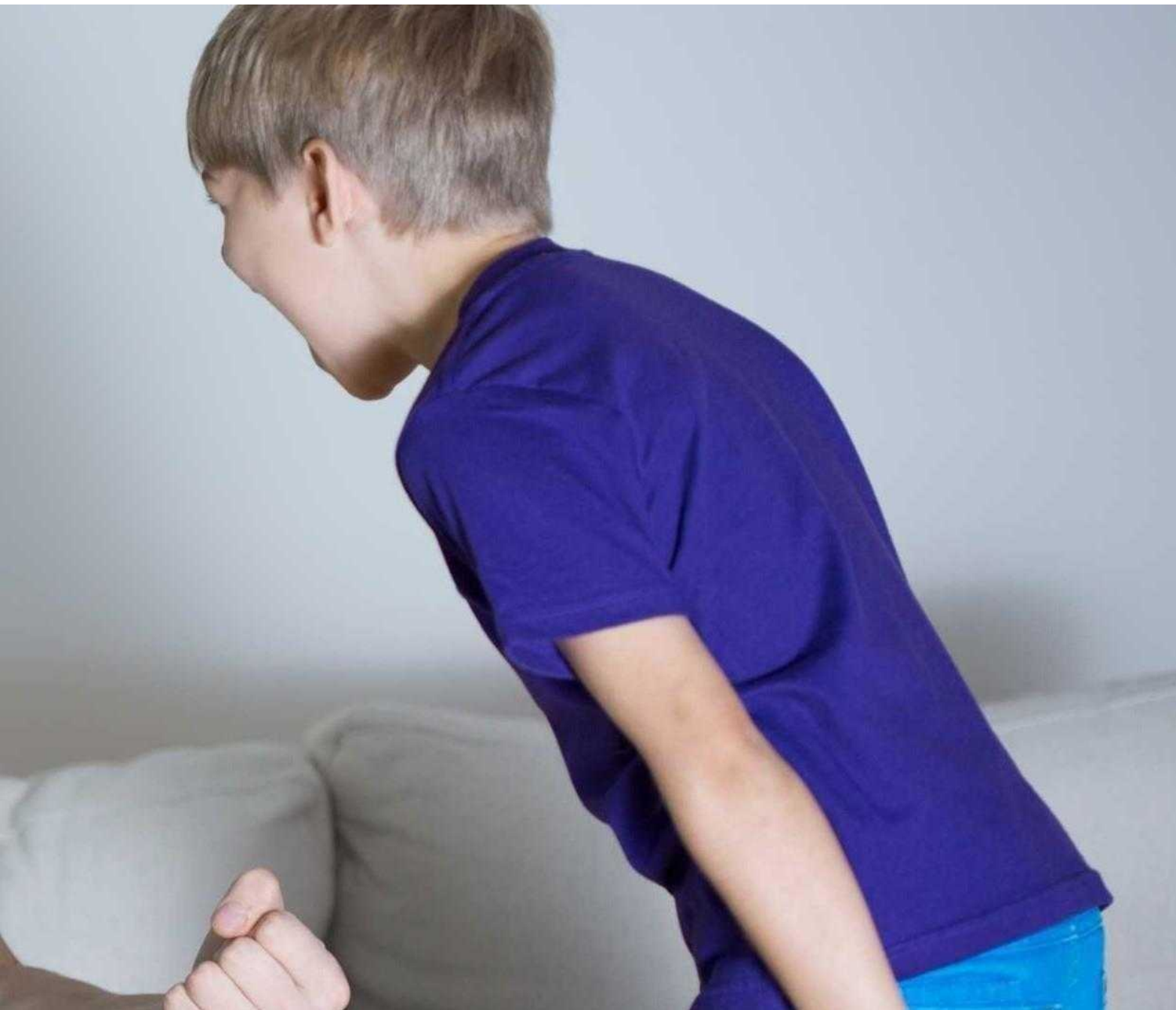
- ✓ ajar anak cara nak tegur kawan
- ✓ ajar anak cara nak mintak barang kawan
- ✓ ajar anak cara nak berkongsi barang
- ✓ bagitahu anak betapa Allah sayang orang yang berkongsi
- ✓ ajar anak hormat barang dan privasi orang lain
- ✓ ajar anak teknik dan skill bernegosiasi untuk mendapatkan barang

# Teknik Mencipta Bonding

Antara cara tercepat nak bonding dengan anak adalah kita samakan emosi kita dengan emosi anak.



- Anak senyum kita senyum
- Anak ketawa kita ketawa
- Anak excited kita excited
- Anak sedih, kita buat muka sedih seakan memahami perasaan dia lepastu kita ajak anak kita senyum bersama-sama kita



# Nasihatdantegur sebelumterlambat

Jangan Sampai Anak Naik Kepala

- Kita kena pimpin anak, bukannya dipimpin anak
- Kita kena pimpin anak buat keputusan
- Kita tak boleh ikut semua kemahuan anak
- Kita kena ajar anak buat pilihan
- Kita kena ajar anak untuk sesekali menahan keinginan
- Kita kena ajar anak untuk bertenang

# Bertenanglah wahai ibu

Ibu yang pandai bertenang adalah Ibu yang hebat

Ni saya nak ajar teknik nak tenangkan emosi yang tengah tinggi.  
Perasan tak masa kita marah pernafasan kita tak teratur?

Bila perasan je benda tu terus je :

- ✔ Tarik nafas dalam dalam melalui hidung
- ✔ Dan hembus nafas yang panjang melalui mulut

Hembusan nafas melalui mulut ni ada macam "calming effect" sikit.  
Memang rasa tenang. Buat berulang ulang kali ye. Ok, dah tahu ni  
terus amal ye.



# Ajarlah anak Empati

Ajar Anak Memahami Orang Lain Daripada Kecil. Memahami orang lain membuatkan anak kita mempunyai kemampuan yang hebat dalam organisasi dan pekerjaan

- ⊕ Ajar anak kita faham intonasi suara marah, sedih, geram dan gembira
- ⊕ Ajar anak untuk handle dan tenangkan emosi adik beradiknya
- ⊕ Ajar anak kita empati dengan menggunakan ayat " Apa yang adik rasa kalau adik jadi dia? ". Ni adalah teknik untuk kuatkan sifat empati dalam diri anak

# Fahamilah anak kita sedalam dalamnya



Kita mudah marah anak bila kita tak faham anak kita

➤ Kita tak faham anak kita masih tak pandai berkomunikasi

➤ Jeritan, tangisan dan regekan adalah tanda anak kita masih mahu berkomunikasi

➤ Selagi anak kita masih mahu berkomunikasi, itu adalah sesuatu yang kita kena belajar untuk syukuri

➤ Bila anak diam, itulah sebenarnya yang kita kena risaukan



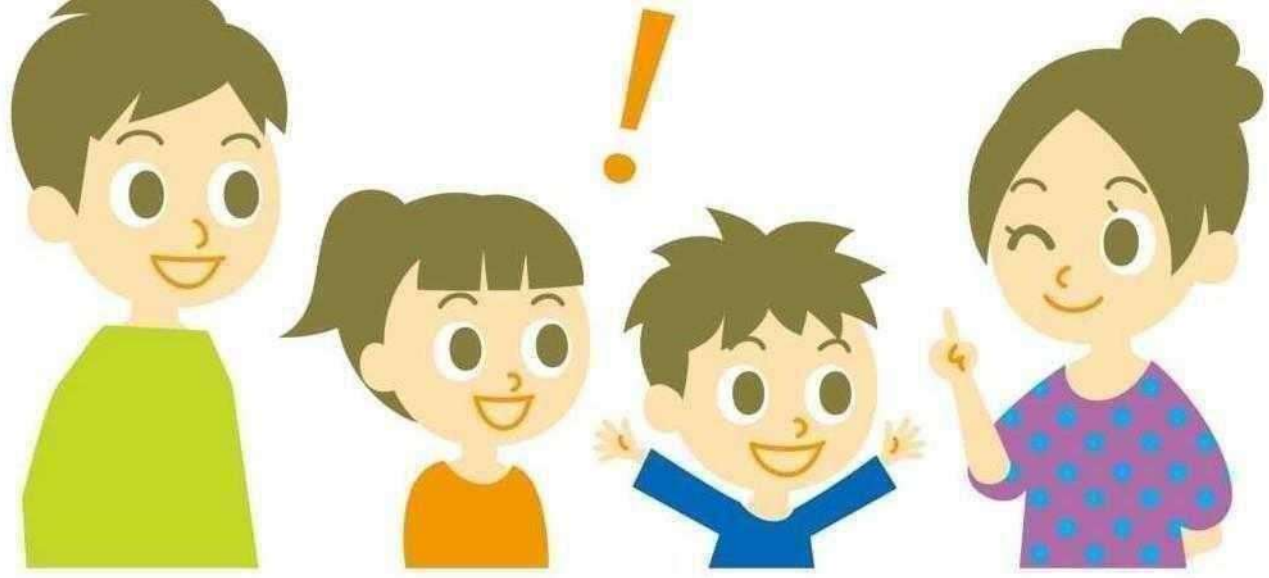
# Lembutkanlah hati anak

## Anak Memberontak

- Bila kurang sentuhan kasih sayang
- Bila keperluan emosi tak dipenuhi
- Bila dia rasa tak didengari
- Bila kita nak sangat ja i ibubapa tapi terlupa nak jadi kawan pada anak anak kita







# Teknik memberi arahan

Anak Lebih Suka Untuk Taat Kita Bila :

- ✔ Kita bagi sebab/reason pada setiap arahan dan suruhan kita
- ✔ Kita bagi arahan dengan nada suara yang dalam & rendah, bukannya nyaring
- ✔ Arahan kita kena jelas & ringkas. Anak susah nak faham arahan yang banyak dalam satu masa
- ✔ Banyakkan arahan berbentuk ajakan berbanding ugutan



# Teknik membuatkan anak lebih fokus

Cara Terbaik Nak Bagi Anak Fokus Belajar?

- ✔ Banyakkan free play dan juga play break
- ✔ Biarlah sesekali anak bermain tanpa kita tentukan jenis permainannya
- ✔ Biarlah sesekali anak berlari lari dan melompat selepas dah berjaya fokus walaupun sekejap sahaja
- ✔ Banyakkan makanan yang tinggi Omega 3 dalam diet anak kita seperti salmon dan juga ikan kembung

# Pilih mindset yang betul

Nak Anak Hebat Tak?

- ✗ Jangan sesekali tanam fixed mindset pada anak kita
- Fixed Mindset ni membuatkan anak percaya dia tak mampu berkembang

Contohnya :

- ✔ Selalu kritik idea anak
- ✔ Selalu cakap anak bising bila anak suka bertanya
- ✔ Suka bangkang pendapat anak tanpa sebab





# Kenali VAKanak

Nak Anak Skor Pelajaran?

- ⊕ Kenali dulu samada anak kita Visual, Kinesthetic ataupun Auditory
- ⊕ Variasikan juga cara anak kita belajar samada melalui Visual-nya, Auditory-nya mahupun melalui pergerakan badan
- ⊕ Bangkitkan motivasi dalaman ( intrinsic motivation ) anak, bukannya sekadar bagi anak ganjaran duit dan kemewahan



# Belajarlah menenangkananak

Anak lebih tenang bila kita :

- ⊕ Tahu baca emosi mereka
- ⊕ Tahu baca mimik muka mereka
- ⊕ Tahu nak guna nada suara memujuk
- ⊕ Pandai kawal emosi kita bila berhadapan dengan emosi mereka



# Anak & Tidur

- Pastikan Anak Kita Cukup Tidur
- Jangan cukup tidur je, tidur anak juga kena nyenyak ( tidur mati )
- Dalam tidur yang nyenyak tu la berlakunya proses self-healing pada anak
- Memori pun senang terbentuk bila anak tidur nyenyak
- Nak anak tidur nyenyak, jangan bagi anak main gajet sebelum tidur
- Tidur kena mengiring ke kanan

# Baiki diri itu lebih utama

Nasihat hati ke hati

Kalau dah bermacam cara kita buat tapi anak tetap taknak taat kita dan suka derhaka maka pergi lah jumpa mak ayah kita. Cium tangan mereka. Peluk mereka. Mintak maaf sungguh-sungguh pada mereka.

Ada kemungkinan, mereka masih ada sekelumit rasa 'tak redha' dengan diri kita. InsyaAllah bila mak ayah kita ikhlas & redha dengan kita, anak-anak kita pun akan taat dan ikhlas dengan kita









# Nasihat Penutup

Anak kita sebenarnya adalah ujian hidup bagi kita. Allah uji kita melalui anak kita dan Allah uji anak kita melalui kita. Tugas kita adalah untuk mengeluarkan segala potensi terpendam anak kita tanpa mencederakan dan merosakkan fitrah mereka dan juga untuk menjadikan mereka saham akhirat kita bila kita dah tiada lagi di dunia ini.

Paling membuatkan saya sebak adalah petikan ceramah daripada seorang ustaz. Nasihatnya lebih kurang seperti ini “  
Nak tengok kita berjaya didik anak ke tak, tengok masa kita dah meninggal dunia nanti. Adakah anak kita masih ingat untuk doakan kita walaupun kita dah di dalam kubur nanti ataupun dia akan lupakan kita padahal masa tu kita sangat perlukan pertolongan doa anak kita tu “

Ianya bukan satu tugas yang mudah tetapi kalau kita sanggup untuk belajar lebih mendalam dan belajar tanpa henti tentang ilmu mendidik anak anak ni insyaAllah saya yakin dan percaya kita semua akan mampu melakukannya! Pergilah ceramah, seminar, hadir kelas atau apa apa pun mengenai Ilmu Parenting ni selagi mana ianya untuk kebaikan kita dan anak anak kita sendiri insyaAllah ianya adalah pelaburan yang takkan pernah rugi.

**#Jom Belajar Tanpa Henti!**

*DR TAUFIQ RAZIF*

**NASIHAT  
PARENTING**