

BILA MAMA SEDAR HAIKAL GIAN GAJET

PERTEMUAN DENGAN IBU
DAN ANAK INI CUKUP
MENYERONOKKAN. SI IBU
CERLA BERCELOTEH
MAKAMALA SI ANAK
BLAK BERAKSI. SANG
MAMA INI TIDAK ASING
LAGI DALAM DUNIA
BICARA KEIBUBAPAAN.
ADLIL RAJIAH MOHD.
NASIR, 29, BLOGGER YANG
KIAN DISANJUNG DI ALAM
MAYA KINI MELANGKAH
KE DUNIA NYATA DENGAN
AKTIF MEMENUHI
UNDANGAN BERKONGSI
TENTANG TIP
KEIBUBAPAAN.

FOTO SYAFIQ AFFENDY
TERIMA KASIH ADLIL RAJIAH FACEBOOK &
INSTAGRAM RAJIAHNASIR

Ajaibnya ujar ibu kepada Ashraf Haikal Hafily Zulhaimy yang berusia empat tahun ini, segala ilmu yang dikongsinya terbit setelah sedar kekhilafan diri memberi anak bujangnya itu leka berteman gajet sehingga ketagih.

"Semuanya bermula ketika Haikal berumur tujuh bulan. Waktu itu saya dalam pengajian di peringkat PhD. Kerana kesibukan berperang dengan pengajian dan cetek ilmu keibubapaan, saya hadapkan Haikal dengan tablet yang kebetulan saya menang selepas menyertai sebuah peraduan," ujarnya yang mesra disapa Jiji.

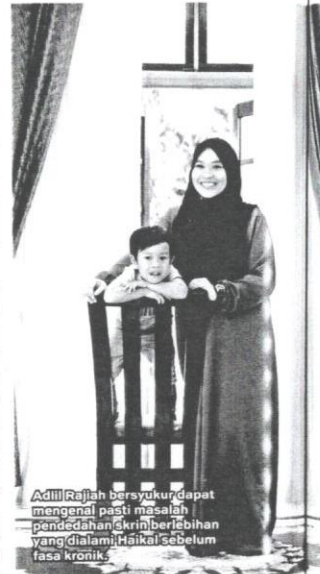
"Saya masih ingat saat itu Haikal baru pandai duduk, jadi saya sandarkan Haikal pada bantal menghadap tablet yang juga disandarkan pada bantal. Dalam sehari lebih kurang tiga jam Haikal pasti tidak lekap dengan tablet, manakala setiap sesi berlarutan sehingga sejam, biasanya waktu makan, sebelum tidur dan ketika berada di tempat yang memerlukan kami menunggu giliran," kata pemegang Ijazah Sarjana Teknologi dan Pengurusan Alam Sekitar, Universiti Malaysia Terengganu.

Menurutnya, tablet itu diisi dengan pelbagai video pendidikan, lagu-lagu fonik dan nursery rhymes yang difikir boleh membantu perkembangan anaknya. Padanya, gajet sangat memudahkan urusan hariannya kerana Haikal begitu behave bila dapat menggunakan tablet.

"Namun ia ternyata silap kerana setahun selepas itu saya perasan ada sesuatu yang tidak kena dengan tingkah laku Haikal. Dia mula tantrum, meragam tidak tentu pasal, cepat meradang, baran apabila diajak melakukan aktiviti lain, marah sambil baling barang, tidak boleh sabar, kurang fokus, cepat bosan dan sukar tidur. Kebetulan, anak lelaki abang saya hanya tua sehari daripada Haikal, jadi saya dapat melihat dengan jelas kelakuan Haikal tidak seperti kanak-kanak yang sebayanya dengannya," ujar ibu muda ini mencirikan tindakan segeranya membawa Haikal berjumpa pakar psikiatri.

BAGAIMANA MAMA RAWAT HAIKAL...

Sepanjang tempoh perjumpaan dengan pakar psikiatri, Haikal melalui tiga ujian penilaian. Walaupun Jiji mengesaki anaknya mungkin autistik, namun keputusan penilaian



Adlil Rajiah bersyukur dapat mengenal pasti masalah pendedahan skrin berlebihan yang dialami Haikal sebelum fasa kronik.



Haikal kini berupaya melupakan gajet dan leka dengan aktiviti yang serasi dengan minatnya.

mendapati Haikal mempunyai tanda-tanda sifat yang tidak jelas, berkeluaran dan bertindih antara autisme dan ADHD, lalu disahkan masalah anaknya itu berpunca daripada pendedahan skrin berlebihan (excessive screen exposure).

"Haikal dihantar untuk proses pemulihan di sebuah sekolah khas. Rupa-rupanya ramai lagi kanak-kanak yang senasib dengan Haikal di sekolah itu. Malah ada kes yang lebih serius sehingga cacat anggota kerana didedahkan terlalu lama dengan skrin sejak bayi tanpa ada pergerakan motor," terangnya bersyukur Haikal hanya perlu menghadiri sesi pemulihan selama tiga minggu sahaja.

Selepas tempoh tersebut, pakar psikiatri membenarkan Haikal melakukan aktiviti pemulihan di rumah. Antara arahan pertama pakar psikiatri adalah untuk mengurangkan tempoh pendedahan Haikal kepada skrin. Daripada tiga jam kepada dua jam kepada sejam secara perlahan-lahan.

"Ia tidak bermakna kini, saya tidak memberi Haikal tablet atau telefon pintar cuma saya menetapkan kawalan setiap sesi hanya 10 minit dan tidak boleh lebih sejam dalam sehari," katanya akur anaknya membesar pada zaman gajet dan mengakui Internet mempunyai kebaikan jika digunakan dengan bijak.

Bertemu dengan pakar psikiatri juga menyedarkannya untuk mula mengenali kecenderungan anaknya.

"Pada pendapat saya, ibu bapa perlu tahu tentang kepintaran pelbagai atau multiple intelligences

yang mewakili setiap anak masing-masing. Terdapat sembilan jenis kepintaran yang pasti salah satunya serasi dengan perwatakan anak anda. Melalui jenis kepintaran ini, dengan mudah saya dapat mencari minat yang serasi dengan Haikal, seterusnya mengalih pandangan Haikal daripada skrin bermula dengan pelbagai aktiviti berdasarkan minatnya."

Jelas Jiji yang kini hadir dengan buku khas berkongsi tentang tip keibubapaan bertajuk 3 Kertas, 3 Krayon, 3 Pensel Warna.

Melalui pengalaman berkongsi keluhan dengan ibu bapa senasib dengannya, dia mendapati kebanyakan mereka datang dari latar belakang pendidikan yang tinggi dan berkerjaya profesional.

Lantas Jiji menyedari, biarpun berkelulusan tinggi dalam bidang akademik, itu tidak menjamin dirinya daripada tersilap langkah dalam mendidik anak. Justeru melalui buku sulungnya itu, Jiji turut berkongsi cara mengawal anak daripada ketagihan tablet, langkah mengenali kepintaran dan kekuatan emosi anak serta idea aktiviti untuk anak-anak seperti yang dilakukan bersama Haikal.

TEORI KEPINTARAN

Verbal / linguistic intelligence
(word smart)

Logical / mathematical intelligence
(math smart)

Visual / spatial intelligence (picture smart)

Bodily / kinesthetic intelligence (body smart)

Musical / rhythmic intelligence (music smart)

Intrapersonal intelligence (self smart)

Interpersonal intelligent (people smart)

Naturalist intelligence (nature smart)

Spiritual intelligence