

MEMAHAMI PERKEMBANGAN ANAK REMAJA ANDA

Sebagai ibumama dan orang dewasa kita sewajarnya menyedari perkembangan dan pertumbuhan remaja. Beberapa aspek perlu difahami :

PERUBAHAN FIZIKAL

- Permulaan Proses Baligh
 - Mimpi basah (lelaki)
 - Haid pertama (perempuan)
- Pertumbuhan remaja perempuan
 - Ketinggian meningkat
 - Pertumbuhan payu dara, jerawat dll
 - Bulu ketiak dan bulu tundun
 - Punggung melebar
 - Pinggang mengecil
- Pertumbuhan remaja lelaki
 - Ketinggian meningkat
 - Perkembangan otot
 - Misai, bulu ketiak, bulu tundun, jerawat dll

PERUBAHAN KOGNITIF

- Perkembangan pemikiran
- Kemahiran baru berfikir di tahap lebih tinggi
- Berfikir mengenai idea-idea baru
- Berfikir mengenai masa hadapan/menjangkakan masa depan
- Mempersoalkan kepercayaan lama dan mendalami kepercayaan baru
- Mengkritik orang dewasa dalam hidup mereka

PERUBAHAN SOSIAL

- Rakan sebaya
 - Pengaruh besar dalam mengurangkan pergantungan terhadap ibu bapa
 - Memilih rakan sebaya berlainan jantina
 - Permulaan perhubungan lelaki dan perempuan

PERUBAHAN EMOSI

- Mengalami perubahan emosi
- Perasaan tidak yakin pada diri sendiri
- Suka bersendirian
- Sukar menyatakan pendirian dan perasaan kepada ibu bapa
- Memerlukan bantuan orang dewasa untuk bimbingan
- Adakalanya kurang meluahkan perasaan kepada ibu bapa tetapi selesa bersama rakan sebaya

Remaja melalui beberapa peringkat perkembangan di antara usia 12 tahun hingga 21 tahun. Adalah perlu ibumama memahami masa peralihan ini iaitu dari alam kanak-kanak ke alam dewasa. Pada masa ini remaja mengalami perubahan fizikal yang sangat cepat, perkembangan seksual yang menonjol, emosi yang tidak stabil, cara berfikir berlandaskan sebab dan akibat serta terikat kepada kelompok. Jika ibumama tidak menyedari akan pentingnya tugas perkembangan ini, anak remaja anda akan mengalami kesulitan melalui tahap perkembangan berikutnya. Oleh itu ibumama yang peka akan dapat mengenalpasti kesulitan dan perubahan yang dialami oleh remaja, justeru anak remaja dapat dibimbing agar tidak mengambil tindakan yang merosakkan masa hadapan mereka.

MAKLUMAT LANJUT

AADK menganjurkan Program "Family On Alert" bagi memberi pengetahuan dan kemahiran caragaya keibumamaan dalam membentuk sahsiah anak-anak kepada keluarga yang berminat.

Sebarang pertanyaan lanjut sila hubungi Cawangan Pendidikan Pencegahan, Bahagian Pencegahan di talian 03-89112410, 03-89112403 atau 03-89112411