

Marah bukan lesen untuk pukul orang

SIAPA sahaja yang tidak pernah berasa marah, bengang atau tidak puas hati, lebih-lebih lagi jika sesuatu perkara yang terjadi itu disebabkan kesalahan atau kecuaiannya individu lain.

Kebelakangan ini, terdapat beberapa insiden memaparkan kejadian pertelingkahan termasuk kekasaran fizikal sehingga mendatangkan kecederaan.

Ia dilakukan semata-mata untuk memuaskan hati dan ego sendiri selain gagal mengawal emosi ketika berdepan situasi sedemikian.

Baru-baru ini, kita digemparkan dengan tindakan seorang lelaki menampar pelajar sekolah ekoran perselisihan faham di jalan raya di Kajang. Dalam kejadian itu, mangsa mengalami kecederaan retak tulang batang hidung.

Meskipun, mangsa tidak mempunyai lesen memandu selain pemanduannya yang didakwa berbahaya, namun ramai yang beranggapan bahawa tindakan lelaki tersebut adalah melampau.

Pegawai Psikologi Kanan, Bahagian Perkhidmatan Sumber Manusia, Universiti Putra Malaysia, Siti Fatimah Abdul Ghani berkata, tingkah laku agresif dan ganas antaranya berpunca daripada



“

Sikap panas baran atau cepat melenting ini menimbulkan pelbagai kesan negatif, baik bagi diri sendiri mahupun orang lain. Bahkan, ia cenderung mengalami isu berkaitan undang-undang seperti keganasan, penderaan, atau pembunuhan.”

SITI FATIMAH

sikap panas baran seseorang individu.

Katanya, ia merupakan penyakit emosi yang berlaku disebabkan kekecewaan, trauma dan tekanan hidup.

“Sikap panas baran atau cepat melenting ini menimbulkan pelbagai kesan negatif, baik bagi diri sendiri mahupun orang lain. Bahkan,

ia cenderung mengalami isu berkaitan undang-undang seperti keganasan, penderaan, atau pembunuhan,” katanya kepada *Kosmo!* semalam.

Beliau memberitahu, marah atau tidak puas hati bukanlah lesen untuk seseorang individu memukul orang lain.

Ini kerana melakukan kekerasan dengan tujuan untuk ‘mengajar’ bukan pendekatan yang baik terutama bagi kanak-kanak atau remaja.

Jelasnya, tindakan itu boleh memupuk kebencian atau dendam terhadap pelaku selain menyebabkan mangsa mengalami gangguan psikologi seperti trauma atau kemurungan.

“Ia juga boleh memberikan pengaruh negatif kepada mereka untuk meniru tingkah laku panas baran dan melakukan perkara sama kepada orang lain,” ujarinya.

Secara kesimpulannya, sikap panas baran atau kekerasan tidak mendatangkan kebaikan kepada kedua-dua pihak, malah lebih teruk lagi ia boleh memakan diri sendiri.

Seperti peribahasa, ‘sesal dahulu pendapatan, sesal kemudian tiada gunanya’. Justeru, bersabar dan elakkan daripada beremosi untuk menghadapi sesuatu perkara.