



Isu Remaja

Oleh **DR. RAHIMA DAHLAN @ MOHD. SHAFIE**

SETIAP remaja ada suara, termasuk remaja dengan autisme.

Pada hari ini, pelbagai inisiatif dijalankan di seluruh dunia untuk meningkatkan kefahaman dan empati terhadap individu dalam spektrum autisme. Di Malaysia, kita juga tidak ketinggalan dengan kempen-kempen kesedaran, seminar, program pendidikan dan pelbagai aktiviti lain yang bertujuan mendekatkan masyarakat dengan isu sebenar yang dihadapi oleh individu autisme.

Namun, apa yang jarang dibicarakan adalah tentang bagaimana autisme mempengaruhi kehidupan apabila individu itu melangkah ke alam remaja, satu fasa yang penuh perubahan, tekanan sosial dan pencarian identiti.

Sebagai seorang pakar psikiatri kanak-kanak dan remaja, saya telah menyaksikan sendiri betapa mencabarnya hidup sebagai seorang remaja dalam spektrum autisme. Mereka bukan sekadar kanak-kanak autistik yang membesar tetapi individu yang menghadapi pelbagai cabaran baharu dalam dunia yang semakin kompleks. Mereka juga berhak untuk didengar, difahami dan diberi ruang untuk berkembang dengan selamat dan bermaruah.

Autisme atau nama penuhnya gangguan spektrum autisme (autism spectrum disorder – ASD) adalah satu kondisi perkembangan neurologi yang mempengaruhi cara seseorang berfikir, berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Ia juga boleh memberi kesan kepada tingkah laku, minat dan cara seseorang menyesuaikan diri dengan persekitaran.

Autisme bukan penyakit yang boleh disembuhkan. Ia adalah sebahagian daripada keunikan cara otak seseorang berfungsi. Setiap individu dalam spektrum autisme adalah berbeza, ada yang mempunyai keperluan sokongan tinggi dan ada juga yang sangat berdikari, malah cemerlang dalam bidang tertentu seperti muzik, matematik atau seni digital.

Namun, apabila kanak-kanak ini meningkat usia menjadi remaja, mereka berhadapan dengan satu fasa kehidupan yang sangat mencabar. Remaja tanpa autisme pun boleh berasa tertekan dengan isu identiti, pergaulan sosial, perubahan hormon dan tekanan akademik apatah lagi bagi remaja dalam spektrum autisme.

Dalam kalangan remaja dengan autisme, kita sering melihat beberapa isu utama yang memerlukan perhatian.

Ramai remaja autistik mengalami kesukaran memahami isyarat sosial yang tersirat seperti nada suara, mimik muka atau sindiran. Ini menyebabkan mereka mudah disalah tafsir, ada yang dianggap sombong, kasar atau tidak mesra, walaupun mereka sebenarnya hanya keliru.

Tekanan untuk menyesuaikan diri boleh membawa kepada masalah seperti kebimbangan, kemurungan dan dalam



RAMAI remaja autisme menjadi mangsa buli kerana kelainan tingkah laku atau minat mereka. – GAMBAR HIASAN

Remaja autisme: Mereka juga mahu difahami



SEMUA lapisan masyarakat memainkan peranan penting dalam menyokong dan memahami remaja autisme. – GAMBAR HIASAN

kes yang lebih serius boleh menyebabkan pemikiran untuk mencederakan diri sendiri. Kesunyian sosial boleh menjadi sangat menyakitkan.

Ramai remaja dengan autisme menjadi mangsa buli kerana kelainan tingkah laku atau minat mereka. Mereka mungkin dilabel sebagai pelik, bosan atau menyusahkan. Ini menyebabkan mereka menarik diri, tidak mahu hadir ke sekolah atau menjadi terlalu tertekan.

Sistem pendidikan kita belum sepenuhnya inklusif dan mesra neurodivergen. Guru-guru mungkin tidak terlatih untuk mengenal pasti atau menyokong pelajar autistik secara berkesan. Remaja ini mungkin cemerlang dalam sesetengah mata pelajaran tetapi gagal menyerlah kerana kekangan dalam sistem penilaian yang kadangkala tidak fleksibel.

Izinkan saya berkongsi satu kisah yang sangat dekat di hati saya. Aiman (bukan

nama sebenar) adalah seorang remaja lelaki berusia 15 tahun yang dibawa oleh ibunya ke klinik saya kerana masalah kemurungan. Aiman disahkan sebagai individu dalam spektrum autisme sejak kecil dan mempunyai minat yang mendalam dalam seni lukis dan animasi.

Namun, di sekolah dia sering dipinggirkan kerana dianggap tidak pandai berbual, sukar bekerjasama dalam kumpulan dan tidak menunjukkan minat terhadap sukan atau aktiviti sosial. Malangnya, dia juga menjadi mangsa ejekan oleh rakan sebaya. Lama-kelamaan, Aiman mula kehilangan keyakinan diri, menolak untuk hadir ke sekolah dan menyuarakan rasa ingin 'menghilang'.

Namun sesuatu yang indah berlaku, seorang guru seni yang prihatin mula mendekati Aiman dan menawarkannya ruang untuk menyertai projek animasi sekolah. Guru ini bukan sahaja melihat

bakatnya tetapi turut menjadi jambatan antara Aiman dan rakan-rakan sekelas. Hasilnya, Aiman berjaya menghasilkan video animasi pendek yang memenangi pertandingan antara sekolah dan buat pertama kali dia berdiri di hadapan khalayak untuk menerima anugerah dengan senyuman yang saya takkan lupa.

Semua lapisan masyarakat memainkan peranan penting dalam menyokong dan memahami remaja dengan autisme. Berikut beberapa perkara yang boleh kita lakukan bersama.

Ibu bapa perlu berikan kasih sayang tanpa syarat dan belajar tentang autisme dari sumber yang sahih. Jangan bandingkan anak anda dengan orang lain. Kenali kekuatan unik mereka.

Guru perlu menggunakan pendekatan pendidikan yang inklusif dan fleksibel. Latih diri untuk memahami tingkah laku autisme sebagai satu bentuk komunikasi, bukan masalah disiplin. Selain itu, untuk rakan sebaya pula belajarliah untuk menghormati perbezaan. Persahabatan kecil anda boleh membawa perubahan besar dalam hidup seseorang.

Masyarakat juga perlu hentikan stigma. Gunakan bahasa yang tidak menghina atau mengejek. Sokong polisi yang menyokong pendidikan inklusif dan peluang pekerjaan bagi golongan neurodivergen. Kesedaran tentang autisme bukan sekadar untuk diperingati setahun sekali. Ia perlu diterjemahkan ke dalam tindakan seharian, dalam cara kita berinteraksi, menghormati dan memberi peluang kepada remaja dengan autisme untuk berkembang sebagai individu yang seimbang.

Marilah kita bersama-sama membina dunia yang lebih inklusif, penuh empati dan hormat, bukan hanya untuk mereka tetapi untuk kita semua. Hargai, fahami dan raikan kepelbagaian.

PENULIS merupakan Pakar Perunding Psikiatri Kanak-Kanak dan Remaja, Hospital Sultan Abdul Aziz Shah, Universiti Putra Malaysia.