

Ibu bapa 'guru digital' pertama anak di rumah

Kuala Lumpur: Pembentukan emosi, kemahiran komunikasi dan hubungan interpersonal yang sihat sebenarnya perlu lebih banyak dipupuk melalui interaksi secara bersemuka dalam kalangan kanak-kanak, bukannya bergantung kepada media sosial sebagai keperluan asas.

Biarpun platform digital boleh membantu komunikasi dan kreativiti, manfaatnya sering dibesar-besarkan sehingga mengabaikan kepentingan pengalaman dunia sebenar dalam perkembangan kanak-kanak dan remaja.

Pakar Perunding Psikiatri Kanak-kanak dan Remaja, Hospital Sultan Abdul Aziz Shah (HSAAS), Universiti Putra Malaysia (UPM), Prof Madya Dr Rahima Dahlan, berkata penggunaan media sosial pada usia yang terlalu muda mendedahkan kanak-kanak kepada pelbagai risiko psikologi, termasuk masalah emosi, harga diri dan pembentukan identiti diri.

"Awal perkembangan, kanak-kanak dan remaja masih dalam proses me-



ngenali diri serta sangat sensitif terhadap penerimaan sosial, sekali gus menjadikan mereka lebih mudah terpengaruh dengan budaya perbandingan dan keinginan mendapatkan pengiktirafan melalui tanda suka serta komen di media sosial.

"Pendedahan berlebihan juga boleh menyebabkan sebahagian kanak-kanak mengalami tekanan emosi, kebimbangan, rendah diri dan gangguan imej badan.

"Selain itu, risiko seperti buli siber, ketagihan skrin dan gangguan tidur juga semakin membimbangkan kerana ia memberi kesan langsung terhadap kesejahteraan mental dan fungsi harian mereka," katanya di sini, semalam.

Dr Rahima berkata, ibu bapa juga dianggap sebagai 'guru digital' pertama anak di rumah bukan ha-

nya menetapkan had masa skrin tetapi perlu membimbing anak memahami keselamatan dalam talian, privasi dan penggunaan teknologi secara bertanggungjawab.

"Yang lebih penting ialah ibu bapa perlu membina komunikasi terbuka supaya anak selesa berkongsi pengalaman mereka di alam maya.

"Dalam banyak keadaan, hubungan yang rapat lebih berkesan daripada kawalan yang terlalu ketat," katanya.

Beliau tidak menafikan sekiranya terdapat sesetengah kanak-kanak berkeungkinan akan terasa tersisih jika tidak mempunyai akses kepada media sosial, terutama apabila media sosial menjadi medium utama komunikasi dalam kelompok rakan sebaya.

"Mereka mungkin rasa 'ketinggalan' daripada perbualan, trend atau aktiviti sosial tertentu. Namun begitu, rasa tersisih ini perlu dilihat secara seimbang. Kehadiran media sosial tidak semestinya menjamin hubungan sosial yang sihat," katanya.