

# JANGAN BIARKAN BERLARUTAN

Apabila konflik adik-beradik terlalu kerap atau berpanjangan, ia tidak boleh dipandang ringan



FOTO | DIJANA OLEH AI DAN SUMBER PEXELS

IBU bapa perlu elak terus menentukan siapa salah atau betul jika berlaku pertelingkahan.

Oleh Suliati Asri  
suliati@hmetro.com.my

Bagi sesetengah ibu bapa, pertelingkahan membabitkan anak perempuan sering dianggap perkara kecil, sekadar bertekak, merajuk atau saling menjauh.

Namun, apabila konflik berlaku berulang kali dan semakin sukar dikawal, ia sebenarnya memberi isyarat bahawa anak sedang bergelut mengurus emosi dan hubungan sosial mereka.

Pertelingkahan antara anak adalah sebahagian daripada proses pembesaran, dikenali sebagai 'sibling rivalry'.

Ia menjadi ruang untuk mereka belajar berkongsi, bersabar dan memahami perasaan sendiri serta orang lain.

Namun, apabila konflik berlaku terlalu kerap atau berpanjangan, ia tidak lagi boleh dipandang ringan.

## Kenapa anak perempuan juga boleh jadi agresif?

Walaupun sering dilihat lebih beremosi secara dalaman, remaja perempuan juga boleh menunjukkan reaksi konflik secara terbuka

apabila emosi tidak diurus dengan baik.

Antara punca utama termasuk:

### 1. Persaingan mendapatkan perhatian.

Anak mungkin merasakan perhatian atau kasih sayang ibu bapa tidak seimbang, lalu timbul rasa tidak puas hati yang mencetuskan pertelingkahan.

Perkara ini juga boleh mencetuskan konflik yang berulang.

### 2. Cemburu dan iri hati yang terpendam

Perasaan ini sering dipendam dan tidak diluahkan secara matang. Justeru, perselisihan atau pertelingkahan menjadi 'saluran' melepaskan rasa tidak puas hati.

Ibu bapa pilih kasih dan membanding-bandingkan anak secara terang-terangan juga akan membuatkan anak-anak merasa lebih sakit hati.

Anak juga akan rasa tercabar sebelum melepaskan geram terhadap adik-beradik lain.

### 3. Perbezaan personaliti

Pertelingkahan juga boleh disebabkan perbezaan cara berfikir dan bertindak antara

adik-beradik.

Ada anak yang dominan, ada yang sensitif. Apabila dua personaliti ini bertembung tanpa kemahiran komunikasi yang baik, konflik mudah tercetus.

### 4. Kurang kemahiran menyelesaikan konflik.

Ramai anak tidak diajar cara berunding, bertolak ansur atau meminta maaf dengan betul. Akhirnya, emosi diurus melalui tindakan fizikal.

### 5. Faktor didikan dan persekitaran.

Sikap ibu bapa yang terlalu mengkritik atau cepat menghukum siapa salah dan betul boleh memburukkan keadaan.

Malah, anak juga cenderung meniru tingkah laku agresif yang dilihat di rumah atau persekitaran.

### 6. Faktor fizikal dan emosi.

Tekanan sekolah, hubungan rakan sebaya, keletihan atau perubahan emosi boleh menjadikan mereka lebih sensitif dan mudah tercetus konflik.

### Peranan ibu bapa: Bimbing, bukan sekadar hentikan

Pertelingkahan bukan sesuatu yang boleh dielakkan sepenuhnya.



KASIH sayang sesama adik-beradik.

Namun, ibu bapa boleh memainkan peranan penting dalam membentuk cara remaja mengurus konflik dengan lebih sihat.

Antara pendekatan yang boleh diamalkan:

#### 1. Jangan terus jadi pengadil:

Elakkan terus menentukan siapa salah atau betul. Sebaliknya, bantu mereka duduk berbincang

dan mencari penyelesaian sendiri.

#### 2. Adil, bukan sama rata

Setiap anak ada keperluan mengikut keperluan, bukan sekadar membahagi masa secara sama rata.

#### 3. Ajar 'bahasa emosi'

Bantu anak menyebut apa yang mereka rasa seperti

marah, kecewa, cemburu supaya mereka tidak mengekspresikan emosi melalui kekerasan.

#### 4. Hentikan budaya membandingkan

Perbandingan hanya menambah luka dalaman dan menguatkan rasa tidak cukup baik.

#### 5. Luangkan masa berkualiti

Hubungan yang rapat dengan ibu bapa boleh mengurangkan keperluan anak 'berebut perhatian' melalui pertelingkahan.

#### 6. Kawal emosi sebagai ibu bapa.

Jika ibu bapa bertindak dengan jeritan atau kemarahan, anak akan belajar bahawa itu cara menyelesaikan konflik.

#### Walaupun pertelingkahan kecil itu adalah normal

Namun, ibu bapa perlu campur tangan jika ia membabitkan kecederaan, berlaku terlalu kerap, atau menunjukkan corak dendam berpanjangan.

Dalam keadaan ini, ia bukan lagi sekadar fasa tetapi petunjuk bahawa anak memerlukan bimbingan emosi yang lebih serius. [www.hmetro.com.my](http://www.hmetro.com.my)