

Teknik berkesan mendidik anak

Sinopsis:

Buku ini dapat memberikan pedoman kepada ibu bapa untuk mengasuh dan mendidik anak, khususnya dalam pembentukan tingkah laku dan jati diri mereka. Mendidik anak merupakan tanggungjawab dan amanah yang besar kepada ibu bapa. Justeru, persiapan mental, ilmu pengetahuan, dan kemahiran dalam mendidik anak wajar dipelajari oleh kedua ibu bapa kerana ia merupakan sesuatu yang sangat mencabar dalam era globalisasi pada masa kini. Mereka mudah terdedah kepada pelbagai anasir negatif yang dapat mempengaruhi pembentukan tingkah laku mereka. Didikan awal yang kukuh banyak memainkan peranan semasa proses tumbesaran. Oleh itu, selari dengan perkembangan pemikiran dan tingkah laku mereka, pendekatan dari sudut psikologi merupakan kaedah yang terbaik yang boleh dilaksanakan oleh kedua ibu bapa dalam mendidik dan membentuk anak-anak mereka supaya menjadi insan yang berintegriti, positif, dan berketerampilan tinggi pada masa hadapan. Antara perkara yang diketengahkan dalam buku ini ialah tingkah laku negatif anak yang lazim dan kaedah menanganinya, membentuk tingkah laku positif, dan teori-teori perkembangan remaja. Buku ini diharap dapat dijadikan panduan dan rujukan yang bermanfaat kepada masyarakat umum, ibu bapa khususnya, dan pihak-pihak yang terlibat dalam perkembangan dan pendidikan anak secara umumnya.

Teknik berkesan mendidik anak

Kandungan:

Prakata

BAB 1 SEJARAH PERKEMBANGAN PSIKOLOGI

Pengenalan

Kepentingan Mempelajari Psikologi

Pendekatan Psikologi

Pendekatan Behaviorisme

Pendekatan Kognitif

Pendekatan Humanis

Pendekatan Psikoanalisis

Pendekatan Neurobiologi

Konsep Asas Psikologi

Aplikasi Psikologi

Kesimpulan

BAB 2 MEMAHAMI PSIKOLOGI PERKEMBANGAN KANAK-KANAK

Pengenalan

Keperluan Mempelajari Psikologi Perkembangan

Teori-teori Perkembangan

Definisi Pertumbuhan

Ciri-ciri Pertumbuhan

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pertumbuhan

Definisi Perkembangan

Ciri-ciri Perkembangan

Prinsip Pertumbuhan dan Perkembangan

Perbedaan antara Pertumbuhan dengan Perkembangan

Kesimpulan

BAB 3 TEORI-TEORI PERKEMBANGAN REMAJA

Pengenalan

Teori Perkembangan Arnold Gesell

Teori Perkembangan Robert Havighurst

Teori Perkembangan Jean Piaget

Teori Perkembangan Sigmund Freud

Teori Perkembangan Erik Erikson

Kesimpulan

BAB 4 PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN SEPANJANG HAYAT

Pengenalan

Tempoh Perkembangan

Definisi Remaja

Ciri-ciri Remaja

Perkembangan Fizikal

Kematangan Diri

Baligh

Perubahan Hormon

Pertumbuhan dan Perubahan Fizikal

Perubahan pada Remaja Perempuan

Perubahan pada Remaja Lelaki
Perkembangan Fizikal Remaja
Remaja Lelaki yang Cepat Matang
Remaja Perempuan yang Cepat Matang
Remaja Lelaki yang Lambat Matang
Remaja Perempuan yang Lambat Matang
Akil Baligh yang Tidak Normal
Kematangan Seksual
Zaman Remaja
Emosi Remaja
Imej Diri
Kesan Imej Diri
Menangani Kesan Imej Diri
Kesimpulan

BAB 5 IBU BAPA DAN PERKEMBANGAN REMAJA

Pengenalan
Langkah Membendung Rasa Kecewa Ibu Bapa
Kaedah Membentuk Tingkah Laku Positif Anak Remaja
Antara Remaja dengan Ibu Bapa
Hubungan Remaja dengan Ibu Bapa dari Perspektif Islam
Kesimpulan

BAB 6 MEMBENTUK SIKAP POSITIF ANAK

Pengenalan
Prinsip Pengasuhan Anak

Prinsip 1: Contoh yang Baik

Prinsip 2: Dorongan

Prinsip 3: Keterampilan Sosial

Prinsip 4: Penerapan Disiplin

Prinsip 5: Pembahagian Tugas

Prinsip 6: Berbicara Lembut

Prinsip 7: Peluahan Perasaan

Prinsip 8: Penyelesaian Masalah

Prinsip 9: Bersikap Luwes

Prinsip 10: Bersikap Konsisten

Kesimpulan

BAB 7 MENANGANI TINGKAH LAKU NEGATIF

Pengenalan

Teknik Mengawal Emosi dan Amarah

Pengendalian Amarah Anak

Menghindari Tingkah Laku Negatif

Kesimpulan

BAB 8 SIKAP PEMALU

Pengenalan

Pendekatan Menangani Sikap Pemalu yang Melampau

Membantu Anak Meningkatkan Kepercayaannya Terhadap Masyarakat

Membantu Anak yang Lebih Tua dalam Bersosialisasi

Kekuatan Senyuman

Keterampilan Berkomunikasi

Ucapan dalam Majlis Ulang Tahun

Kesimpulan

BAB 9 SIKAP SUKA MERAJUK DAN MEMBANTAH

Pengenalan

Sikap Membantah dan Mengeluarkan Perkataan Biadap

Merajuk

Teladan yang Baik

'Loyar Buruk'

Perbuatan yang Boleh Melukai Perasaan Orang Lain

Sikap Tidak Peduli

Kesimpulan

BAB 10 TINGKAH LAKU AGRESIF

Pengenalan

Punca Tingkah Laku Agresif

Teladan yang Baik

Menangani Tingkah Laku Agresif Anak

Perlakuan Suka Menggigit

Memotivasikan Mangsa

Membendung Perlakuan Agresif

Perbuatan Menyakat

Kesimpulan

BAB 11 KETIDAKJUJURAN

Pengenalan

Punca Ketidakjujuran

Teladan oleh Ibu Bapa

Mendidik Supaya Tidak Berbohong

Teman Khayalan

Menghindari Penipuan

Membendung Perbuatan Mencuri

Kesimpulan

BAB 12 KERENAH SEHARI-HARI

Pengenalan

Kerenah Ketika di dalam Kereta

Menjaga Keselamatan dan Mematuhi Peraturan

Menghentikan Tabiat Buruk

Kerenah untuk Mendapatkan Perhatian

Tingkah Laku di Hadapan Ramai

Takut Berjumpa Doktor

Tataterbit Mengerjakan Ibadat

Memotivasikan Anak yang Kelesa

Tekanan Kesempurnaan

Kerenah Anak Orang

Kesimpulan

BAB 13 PEMBENTUKAN SIKAP ANAK PADA WAKTU MAKAN

Pengenalan

Makan Bersama-sama

Menyediakan Hidangan Makan

Dorongan Supaya Makan

Bertertib Ketika Makan

Perbincangan Semasa Makan

Makan di Restoran

Kesimpulan

BAB 14 TABIAT PEMAKANAN REMAJA

Pengenalan

Kepentingan Amalan Pemakanan yang Sihat

Keperluan Kalori (Tenaga) dan Zat Makanan

Imbangan Kalori dan Berat Badan

Nisbah Pinggang: Pingul (P:P)

Garis Panduan Pemakanan Sihat

Imbangan Pengambilan Makanan dengan Aktiviti Fizikal

Pilih Lebih Banyak Bijirin dan Kekacang dalam Makanan

Makan Lebih Buah-buahan dan Sayur-sayuran

Pilihlah Makanan yang Rendah Lemak dan Kolesterol

Mengurangkan Pengambilan Lemak

Semasa Penyediaan Makanan

Semasa Memasak

Mengurangkan Pengambilan Kolestrol

Pilih Makanan yang Sederhana Kandungan Gula dan Garam

Minum Air dengan Banyak

Makan Makanan yang Bersih dan Selamat

Obesiti

Faktor-faktor Obesiti

Masalah Obesiti di Kalangan Remaja

Peranan Pengeluar Makanan

Peranan Pengusaha Makanan

Kesimpulan

BAB 15 SIKAP HORMAT

Pengenalan

Membentuk Sikap Hormat

Hormati Maruah Diri dan Maruah Setiap Orang

Layani Orang Lain dengan Sikap Baik, Sopan-santun dan Beradap

Hormati Adat Resam dalam Masyarakat, Kepercayaan Serta Tradisi yang Penting bagi Orang Lain

Menjalani Hidup Sesuai dengan 'Peraturan Emas' (Golden Rule)

Hak Peribadi dan Peraturan Emas

Menerima Perbezaan dan Menilai Orang Lain Berdasarkan Sifat dan Kemampuannya

Menghormati Hak Orang Lain

Menghindari Kekerasan dalam Kata-kata

Mahupun Tindakan

Memperkukuh Sikap Hormat

Memperjuangkan Sikap Hormat

Sikap Hormat oleh Ibu Bapa

Kes: Menghormati Diri Sendiri dan Orang Lain

Kesimpulan

BAB 16 TANGGUNGJAWAB

Pengenalan

Membentuk Tanggungjawab

Berani Menanggung Akibat
Melatih Kawalan Diri
Merancang dan Menentukan Tujuan
Memilih Sikap Positif
Melaksanakan Kewajipan
Berdikari
Berusaha Mencapai Kesempurnaan
Bersikap Proaktif
Bersikap Tekun
Membuat Renungan
Memberikan Contoh yang Baik
Mempunyai Autonomi Moral
Mengenal Pasti dan Memberi Keutamaan Kepada Pilihan
Memperkukuh Tanggungjawab
Memperjuangkan Tanggungjawab Remaja
Menunjukkan Teladan Sikap Bertanggungjawab
Contoh Mengajarkan Tanggungjawab
Menggunakan Keputusan
Kesimpulan

BIBLIOGRAFI

INDEKS