

Kesihatan mental: Wujud jurang pemahaman ibu bapa dengan anak-anak

SATU kajian yang diterbitkan baru-baru ini mengenai kesihatan mental belia telah menemui jurang dalam pemahaman ibu bapa berkaitan isu sedemikian.

Hanya sekitar satu daripada 10 ibu bapa telah memerhatikan tanda-tanda kesedihan dan keresahan pada anak mereka, meskipun satu dalam tiga belia melaporkan simptom sedemikian.

Penemuan daripada kajian Epidemiologi dan Daya Tahan Belia terhadap 3,336 responden berusia 10 hingga 18 tahun yang

diketuai Profesor Madya John Wong dari Sekolah Perubatan Yong Loo Lin di Universiti Nasional Singapura (NUS), dibentangkan di sebuah simposium pada Rabu.

Kajian tersebut merupakan yang pertama di seluruh negara berkaitan kesihatan mental dan daya tahan belia, menurut *The Straits Times*.

Data dikumpul dari 2020 hingga 2022.

Kajian itu, yang juga melihat pambangunan identiti dan aktiviti media, mendapati bahawa satu daripada tiga responden me-

laporkan simptom dalaman seperti kemurungan dan kebimbangan. Ini merujuk kepada perasaan individu tersebut.

Sekitar satu daripada enam responden berkata mereka mengalami simptom kesihatan mental luaran, atau tingkah laku luaran seperti hiperaktif, melanggar peraturan dan sifat agresif.

Secara keseluruhan, satu daripada 10 responden memenuhi kriteria sekurang-kurangnya satu gangguan kesihatan mental.

Profesor Wong yang merupakan penga-

rah Pusat Sains Minda NUS, berkata terdapat keperluan memberi perhatian kepada belia yang menunjukkan tanda-tanda kesedihan dan keresahan.

“Kita tidak mahu tunggu sampai simptom kesihatan mental itu menjadi gangguan.

“Kita mahu remaja, ibu bapa dan para pendidik bantu mengenali simptom-simpptom itu awal dan dapatkan bantuan profesional,” ujar beliau.

Profesor Wong mengusahakan projek tersebut bersama penyelidik dari Jabatan Pe-

rubatan Psikologi NUS, Pusat Sains Minda NUS, Institut Kesihatan Mental dan Pusat Perubatan Universiti Erasmus di Belanda, dengan kerjasama Kementerian Pendidikan (MOE).

Remaja berumur 14 hingga 16 tahun dilaporkan mengalami lebih banyak gejala kesihatan mental, kata Profesor Wong.

Remaja dari isi rumah ibu bapa tunggal juga mempunyai lebih banyak masalah berbanding mereka dari keluarga dengan ibu dan bapa.

Kajian itu juga mendapati bahawa ibu bapa kurang berkemungkinan dapat mengenal pasti simptom kesihatan mental pada anak-anak mereka.

Ibu bapa juga secara konsisten menganggar kurang masa yang dihabiskan anak mereka menggunakan alat elektronik.

Dengan penemuan yang menunjukkan bahawa ramai ibu bapa tidak begitu mengenali anak-anak mereka, Profesor Wong berkata ini adalah peringatan yang tepat pada masanya bagi ibu bapa membina hubungan dengan anak-anak mereka ketika mereka masih kecil agar apabila mereka sudah melangkah ke alam remaja, anak-anak ini mempunyai ruang untuk komunikasi, perbualan dan persefahaman.