

# Terlalu memaksa punca remaja alami tekanan mental

JM 17 JUN 2002

KUALA LUMPUR 16 Jun — Sikap ibu bapa yang terlalu menekan anak-anak mereka dalam pendidikan profesional dikenal pasti sebagai salah satu punca golongan remaja di negara ini mengalami masalah tekanan mental.

Pakar psikologi klinikal, Dr. Teoh Hsien-Jin berkata, remaja terbabit berhadapan masalah konflik untuk memenuhi kehendak ibu bapa dengan kerjaya yang diminati seterusnya akan bertindak agresif sebagai tanda **membereontak**.

"Sikap memaksa menerusi fizikal dan ugutan tidak akan membawa penyelesaian sebaliknya ibu bapa harus menggunakan pendekatan psikologi dengan membantu dan menyokong anak-anak memilih kerjaya yang **diminati**," katanya.

Beliau berkata demikian ketika ditemui pada **Bengkel Kemahiran Menangani Masalah Di Kalangan Remaja** di sini hari ini.

Bengkel sehari anjuran **Persatuan Kesihatan Mental Malaysia (PKMM)** dengan kerjasama **Majlis AIDS Malaysia (MAM)** dan **Pusat Sains Negara (PSN)** dirasmikan oleh Presiden MAM, Datin Paduka Marina Mahathir.

Turut hadir ialah Presiden PKMM, Dr. Rabindran Gonzaga dan Pegawai Penerbitan PSN., Wan Khazana Wan Abu Bakar.

Dr. Hsien Jin memberitahu, kajian bersama Kementerian Kesihatan pada tahun lalu menunjukkan 13 peratus daripada 400

remaja bandar dilanda tekanan mental dengan nisbah satu daripada lima mengalami **kemurungan**.

Daripada jumlah itu, sebanyak 23.2 peratus mengalami **kemurungan**, bertindak agresif (15.5 peratus), melakukan kesalahan kecil (8.4 peratus), kebimbangan (8.4 peratus) dan kerap mengadu mempunyai masalah seperti sakit, pening, migrain serta tulang belakang (27.7 peratus).

Masalah kemurungan remaja sehingga mengakibatkan tekanan mental katanya, semakin serius berikutan ramai yang tidak tampil **mendapatkan** rawatan selain kemudahan menangani masalah berkaitan tidak mencukupi.

Sementara itu, Marina berkata, bengkel kali kedua seumpama itu selepas November lalu dianjurkan **bertujuan** membantu para remaja mengendalikan situasi-situasi hidup dengan cara sihat dan **matang**.

"Antaranya bengkel **mendedahkan** remaja kepada pelbagai pilihan kerjaya dengan **memberi** penekanan bahawa **betapa** pentingnya mencari kerjaya yang memuaskan selain **kesedaran** menangani penyakit HIV/AIDS," katanya.

Bengkel yang disertai oleh 47 pelajar darinya 20 buah sekolah sekitar Lembah Klang itu merangkumi empat komponen modul iaitu **Perhubungan Lelaki-Perempuan**, **Eksplorasi Kerjaya**, **Perhubungan Anak-Ibu Bapa** serta **Komunikasi dan Rundingan**.