COVER PAGE

Naungan Kasih Hybrid Parenting Programme   
– Facilitator Manual

FIRST EDITION MARCH 2024

Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih dibangunkan dengan kerjasama daripada Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN) di bawah Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat, Jabatan Kemajuan Masyarakat (KEMAS) di bawah Kementerian Kemajuan Desa Dan Wilayah, UNICEF Malaysia, Universiti Putra Malaysia (UPM), Persatuan Pekerja Sosial Malaysia (MASW), Universiti Oxford, IDEMS International, dan Parenting for Lifelong Health (PLH).

Lesen bagi Program Keibubapaan Positif Ibu Bapa Naungan Kasih dipegang oleh UNICEF Malaysia dan penulis asalnya melalui Lesen Awam Antarabangsa Atribusi-TiadaKaryaDerivatif dan BukanKomersial 4.0. Karya ini dilesenkan di bawah Creative Commons melainkan jika dinyatakan sebaliknya.



ATRIBUSI: Kredit yang sesuai harus diberikan apabila menggunakan Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih mengikut definisi Creative Commons, termasuk (a) nama penulis dan pihak-pihak atribusi, (b) notis hak cipta, (c) notis lesen, (d) notis penafian, dan (e) pautan ke bahan tersebut.

* BUKAN KOMERSIAL: Bahan Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih perlu disediakan secara percuma.
* BUKAN KOMERSIAL: Bahan Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih perlu disediakan secara percuma.
* TIADA KARYA DERIVATIF: Tiada perubahan dibenarkan untuk sebarang Bahan Berlesen tanpa kelulusan terlebih dahulu. Lesen ini tertakluk untuk sebarang perubahan, adaptasi, atau penterjemahan bahan-bahan Berlesen.

Penghargaan

## Perakuan

Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih dimaklumkan melalui saranan daripada penilaian modul latihan keibubapaan Belaian Kasih (anak kecil dari kelahiran hingga 13 tahun) dan Mutiara Kasih (remaja), dan Naungan Kasih (untuk 0 hingga 18 tahun) bagi ibu bapa dan penjaga di Malaysia, serta analisis pembelajaran daripada program keibubapaan berasaskan bukti dan amalan terbaik semasa, seperti yang diterangkan oleh Frances Gardner dalam garis panduan WHO mengenai intervensi untuk mencegah penganiayaan dan memperbaiki hubungan ibu bapa–anak bersama kanak-kanak berusia 0–17 tahun, UNICEF Innocenti Research Brief 2017-10 dan Seven Strategies to End Violence Against Children in low- and middle-income countries daripada UNICEF dan WHO. Kami turut berterima kasih atas sumbangan baharu daripada LPPKN dan KEMAS dalam modul Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih yang terpilih.

Struktur dan kandungan program ini telah diambil dan diubahsuai daripada tiga modul keibubapaan yang dihasilkan sebelum ini dan juga bahan sumber utama berikut:

* Lachman J.M. & Hutchings J. (2018). Parenting for Lifelong Health Programme for Young Children – Versi Eropah. Manual Fasilitator. Edisi Kelima
* Lachman J.N. & Hutchings J. (2017). Parenting for Lifelong Health Programme for Young Children. Buku Panduan Ibu Bapa. Edisi Keempat
* Doubt J., Tsoanyane S., Lachman J.M., Ward C. & Cluver L. (2015). Sinovuyo Caring Families Programme for Parents and Teens. Manual Fasilitator. Parenting for Lifelong Health for Teens. Edisi Ketiga
* Doubt J., Tsoanyane S., Lachman J.M., Ward C. & Cluver L. (2016). Sinovuyo Caring Families Programme for Parents and Teens. Buku Panduan Keluarga. Parenting for Lifelong Health for Teens. Edisi Pertama
* Landers C. (2005). Parenting with Confidence: Enhancing the Development of Young Children. Panduan untuk Fasilitator Ibu Bapa. International Step by Step Association
* UNICEF & WHO (2012). Care for Child Development: Improving the Care of Young Children
* Coordinating Comprehensive Care for Children (4Children) Nigeria (2018). Manual Fasilitator Keibubapaan Yang Lebih Baik
* Long S. & Stuer F. (2018). Training Course for Auxiliary Social Workers. HIV- Sensitive Child Protection
* Education Endowment Foundation. (2018). Preparing for Literacy: Improving Communication, Language and Literacy in the Early Years, London: Education Endowment Foundation.
* Education Endowment Foundation. (2021). Working with Parents to Support Children’s Learning, London: Education Endowment Foundation.
* Save the Children's Ready to Learn programming. Tindak balas berdasarkan bukti dan bermain sebagai cara mengatasi krisis pembelajaran global di mana jutaan kanak-kanak tidak memperoleh kemahiran yang diperlukan untuk berjaya di sekolah dan dalam kehidupan.
* Penemuan utama kajian penilaian formatif yang dijalankan oleh Maestral International dan Universiti Putra Malaysia dari Mac hingga Jun 2018.

## Index

[**PART ONE:   
Overview of Naungan Kasih Hybrid Parenting Programme 3**](#_2et92p0)

[1 | Introduction 4](#_3dy6vkm)

[1.1 Welcome](#_1t3h5sf) [5](#_1ksv4uv)

[1.2 What is Naungan Kasih Hybrid Positive Parenting Programme? 7](#_2jxsxqh)

[1.3 Who developed the Programme? 8](#_2xcytpi)

[2 | Programme Structure 10](#_2bn6wsx)

[2.1 NKText 10](#_qsh70q)

[2.2 In-person Onboarding Session and WhatsApp Check-ins 11](#_vx1227)

[2.3 Overview of How to Deliver the Programme 13](#_1mrcu09)

[**PART TWO:   
Facilitator Guide for In-person sessions** 17](#)

[3 | In-person Onboarding Session 18](#)

[3.1. Before you begin 19](#_1664s55)

[3.2. Delivering the Session 26](#_xvir7l)

[Session Agenda 26](#_1x0gk37)

[Welcome 28](#_4h042r0)

[Getting Started with NKText 35](#)

[NKText’s First Lesson: Spend One-on-one Time with My Child 41](#_1opuj5n)

[Closing 44](#_fekbxoeo3woa)

[4 | Parent Reflection and Celebration 47](#_haapch)

[4.1. Overview of the Session 47](#)

[4.2. Before you Begin 48](#_3ep43zb)

[4.3. Delivering the Session 50](#_279ka65)

[Welcome 51](#_vmpwj57kj7jk)

[Collaborative Art Activity 54](#_2koq656)

[Discussion on continuing support 56](#_bj5peppl1idx)

[Awareness Activity (10 min) 58](#_3jtnz0s)

[Closing (10 min)](#_4iylrwe)

[60](#_4iylrwe)

[**PART THREE:   
Facilitator Check-in Messages 61**](#_xorv4i1md3yr)

[5 | Sample Check-in Messages 62](#_ty3o9b4lnpkx)

[Day 1: After the Onboarding Session 62](#_aw6a3wd7jjnb)

[Day 3: Check-in 62](#_1yzo8jobjvta)

[Day 5: Check-in 62](#_ydoy2s2u1d2s)

[Day 7: Check-in 63](#_vsxbgd8uv8rb)

[Day 9: Check-in 63](#_gec1kznwzp79)

# BAHAGIAN SATU: Gambaran Keseluruhan Program Keibubapaan Hibrid Naungan Kasih

Pautan Segera

[1.1 Aluan](#_3dy6vkm)

[1.1 Welcome](#_1t3h5sf)

[Pengetahuan keibubapaan, kemahiran dan kecekapan](#_2jxsxqh)

[1.3 Siapa yang membangunkan Program ini?](#_2xcytpi)

[2.1 Chatbot ParentText](#_2bn6wsx)

[2.1 NKText](#_qsh70q)

[2.2 In-Person Session and WhatsApp Check-ins](#_vx1227)

[2.3 Overview of How to Deliver the Programme](#_1mrcu09)

## 1.1 Aluan

Pautan Segera

[1.1 Welcome](#_1t3h5sf)

[Pengetahuan keibubapaan, kemahiran dan kecekapan](#_2jxsxqh)

[1.3 Siapa yang membangunkan Program ini?](#_2xcytpi)

### Selamat Datang ke Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih!

#### Apakah Kandungannya?

#### Manual ini untuk ANDA!!

* Panduan lengkap yang dapat membantu anda menyampaikan Program Naungan Kasih kepada keluarga di sekeliling anda.
* Langkah-langkah tentang cara memperkenalkan program ini kepada penjaga dan menyokong mereka.
* Maklumat khusus mengenai kandungan program ini.
* Peringatan

#### Adalah penting untuk menggunakan manual ini setepat yang mungkin.- Walau bagaimanapun, manual ini hanya sebagai panduan untuk menyokong anda setelah apa yang anda pelajari dalam bengkel latihan.

* Adalah penting untuk mengikut manual ini sebaik mungkin. Walau bagaimanapun, manual ini hanya sebagai panduan untuk menyokong anda setelah apa yang anda pelajari dalam bengkel latihan.
* Kandungan manual yang anda sampaikan hanyalah 20% daripada program ini. 80% lagi? It’s all about **HOW** you facilitate the programme and behave towards the parents.

#### Kemahiran Yang Anda Perlukan

Kemahiran asas fasilitator merupakan cerminan kepada ibu bapa semasa mempelajari cara menggunakan pendekatan kerjasama dalam penyelesaian masalah dan membawa perubahan yang diingini dalam kalangan ibu bapa dan masyarakat. Ini termasuklah memahami tahap perkembangan anak, memuji dan menggalakkan ibu bapa, menggunakan kemahiran pendengaran yang aktif, sentiasa konsisten dan bertolak ansur, meneroka masalah dan mengamalkan jalan penyelesaian.

Objektif utama Naungan Kasih adalah untuk membantu memelihara keluarga, kebahagiaan, kesihatan dan keluarga yang penyayang.

#### 1.2 Apakah itu Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih?

| Ingat  Kita katakan kepada para ibu bapa, "**Perkara yang anda lakukan di rumah yang akan membawa perbezaan**," petua yang sama juga boleh digunakan oleh fasilitator: "**Cara anda berinteraksi dengan ibu bapa dalam kumpulan masing-masing juga akan turut membawa perubahan.**”  Anda akan menjadi lebih yakin dan mampu untuk menyampaikan isi program jika anda berlatih kemahiran fasilitasi sebelum sesi bermula. Berlatih dengan rakan fasilitator anda jika terdapat sebarang perkara yang anda tidak ingat atau tidak pasti. Ia juga penting untuk anda berlatih kemahiran program dengan anak anda sendiri (jika ada). Anda juga mungkin mendapati ia berguna dalam membina hubungan yang positif dengan orang lain – rakan sekerja, rakan dan orang tersayang! |
| --- |

| Nota  Kita sedia maklum bahawa ramai anak-anak yang dijaga oleh seseorang yang bukan ibu atau bapa kandung. Apabila kita bercakap tentang 'ibu bapa dan penjaga utama' ianya bermaksud penjaga utama atau penjaga anak-anak, sama ada mereka adalah ibu bapa kandung atau bukan. |
| --- |

### Pengetahuan keibubapaan, kemahiran dan kecekapan

The Naungan Kasih Hybrid Positive Parenting programme (Naungan Kasih) is a family strengthening programme for families with children ages 2 to 6. Program ini dibangunkan untuk disampaikan kepada ibu bapa melalui gabungan sesi bersemuka dan juga melalui chatbot.

Tema utama dalam program Naungan Kasih adalah “Membina Rumah yang Cekal (Resilien) untuk Anda dan Anak Anda.” Dengan membantu ibu bapa membina rumah sokongan untuk diri sendiri dan anak-anak mereka, kita membantu ibu bapa untuk menguruskan tingkah laku anak-anak dan pada masa yang sama mempromosikan hubungan yang sihat antara ibu bapa dengan anak.

Manual ini merupakan panduan untuk anda menyampaikan program ini. Dijangkakan anda telah pun menghadiri latihan fasilitator untuk penyampaian program sebelum anda menyampaikan program ini.

Matlamat keseluruhan Naungan Kasih adalah untuk menyediakan ibu bapa dengan kemahiran untuk mengalakkan kesejahteraan, perkembangan, dan pembelajaran kanak-kanak yang sihat. At this stage, Naungan Kasih tailored for Rohingya refugees in Malaysia is in the early phases of development and testing, with a specific focus on creating and evaluating the feasibility of a culturally and contextually adapted hybrid digital programme for Rohingya refugees in Malaysia.

### 1.3 Who developed the Programme?

#### Ramai individu yang terlibat!

Naungan Kasih diwujudkan dengan kerjasama Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN) di Kementerian Wanita, Keluarga, Jabatan Kemajuan Masyarakat (KEMAS) di Kementerian Pembangunan Luar Bandar, UNICEF Malaysia, Universiti Putra Malaysia (UPM), Universiti Oxford, Persatuan Pekerja Sosial Malaysia (MASW), IDEMS International, dan Parenting for Lifelong Health.

Pada tahun 2020, Parenting for Lifelong Health (PLH) bekerjasama dengan LPPKN, UPM, UNICEF, dan IDEMS International untuk menyesuai semula program-program bersemuka sebagai tindak balas dalam menangani sekatan yang dikenakan semasa pandemik COVID-19 dan menangani cabaran dan kekangan yang dilaporkan oleh rakan pelaksana semasa menjalankan program secara besar-besaran di kawasan yang mempunyai sumber terhad. One such PLH adaptation is ParentText, an interactive self-guided chatbot sent via instant messaging platforms like WhatsApp to parents of children aged 0-17 years, or in the case of Naungan Kasih, parents with children between 2 to 6 years old.

ParentText dibangunkan melalui adaptasi budaya yang meluas, ujian pengguna dan perintis bersama ibu bapa dan penyedia perkhidmatan, termasuk di Malaysia dengan kerjasama LPPKN, UPM dan UNICEF. Kandungan utama program ini diperoleh daripada program Naungan Kasih yang dijalankan secara bersemuka serta program PLH yang lain. Additional content has been developed to support mental health, educational, gender-based violence, and gender transformative outcomes.

Naungan Kasih for parents for Rohingya refugees was further adapted in collaboration with UNHCR Malaysia, HOST International Malaysia, and Rohingya community focal points.

ParentText in Naungan Kasih for parents for Rohingya refugees is called **NKText**. NKText includes five lessons delivered through a series of audio messages sent over ten days, focussing on building a positive parent-child relationship.

Given the low engagement of users in digital-only parenting interventions, we have developed a hybrid delivery package for Naungan Kasih that includes NKText, check-in by facilitators in WhatsApp support groups, and in-person sessions.

## 

## 2 | Struktur Program

Pautan Segera

[2.1 NKText](#_qsh70q)

[2.2 In-Person Session and WhatsApp Check-ins](#_vx1227)

[2.3 Overview of How to Deliver the Programme](#_1mrcu09)

Program Naungan Kasih yang anda akan sampaikan merupakan program 'hibrid'. This means some content is delivered in-person, some via WhatsApp chat groups, and some content via the NKText.

### 2.1 NKText

The main component of the programme is the online NKText chatbot. This chatbot sends participants parenting content via WhatsApp over a period of 10 days.

Parents begin NKText by answering a series of question about themselves:

* Is the adult a parent of a child between 2-6 years old?
* Is the parent a male or female?
* How many days in the last week (0-7) did you spend at least 5 minutes of one-on-one time with your child?

After this initial setup, they are introduced to the first positive parenting skill called “Take a Pause”. Take a Pause teaches parents to take care of themselves before focussing on supporting their children.

Once the parents are onboarded successfully onto NKText, parents go through 5 lessons, spread over 10 days, delivered through a series of audio messages. Each lesson’s audio messages contain 3-6 tips for different positive parenting skills. Parents receive a new lesson every 2 days (every 48 hours).

The 5 lessons are:

1. Spend one-on-one time with my child.
2. Give praise.
3. Create a routine for one-on-one time.
4. Noticing feelings during one-on-one time.
5. Keeping calm when we are stressed.

Once the parents complete all 5 lessons, they receive a completion badge as a recognition of their efforts!

### 2.2 In-person Session and WhatsApp Check-ins

In addition to the content that is offered directly through the NKText every 2 days, participants receive the following additional support:

* **In-person onboarding session:** This session introduces the Naungan Kasih programme to all parents and helps them get started with the NKText on WhatsApp.
* **WhatsApp check-ins:** You will check-in on the parents’ progress in a dedicated WhatsApp support group every 2 days. This group also serves as a space for parents to support each other throughout the programme.
* **Parent celebration and reflection:** This session allows for reflection on the programme and certificate distribution.

Here is a daily schedule for the programme:

|  | In-person Session | WhatsApp Check-in | NKText |
| --- | --- | --- | --- |
| Day 1 | Sesi Bersemuka 1 (Pengenalan) Bermula dengan ParentText | Check-in 1 | Berhenti seketika  Spend one-on-one time with my child |
| Day 2 |  |  |  |
| Day 3 |  | Check-in 2 | Nilai Keibubapaan dan Kerohanian |
| Day 4 |  |  |  |
| Day 5 |  | Check-in 3 | Create a routine around one-on-one time |
| Day 6 |  |  |  |
| Day 7 |  | Check-in 4 | Noticing feelings during one-on-one time |
| Day 8 |  |  |  |
| Day 9 |  | Check-in 5 | Keeping calm when we are stressed |
| Closing Day | Ini bermakna: |  |  |

### Pastikan anda peka terhadap Matlamat dan Kemahiran ParentText yang berkaitan.

#### Persediaan Program

Adalah penting untuk **bersedia sepenuhnya.** Ini menunjukkan sikap hormat kepada ibu bapa dan memastikan bahawa mereka mendapat sokongan sepenuhnya. Pastikan anda peka terhadap semua perkara yang perlu disediakan untuk melangsungkan pogram ini dengan baik.

Pastikan semua bahan dan tempat disediakan lebih awal sebelum sesi bersemuka.

* Baca manual fasilitator ini! Kami telah cuba untuk merangkumi semua yang anda perlu tahu untuk menyampaikan program ini.
* Make sure you are aware of relevant positive parenting skills in NKText.
* Berlatih menyampaikan sesi pengenalan dan bahagian sesi program yang lain bersama pasangan. Alah bisa tegal biasa!
* Pastikan semua teknologi yang anda perlukan telah disediakan: telefon dicas penuh, sambungan internet yang selamat. Buat pelan sokongan jika berlakunya sebarang kegagalan teknologi – termasuklah cara alternatif untuk berkomunikasi dengan ibu bapa.
* Pastikan semua bahan dan tempat disediakan lebih awal sebelum sesi bersemuka.

#### Hormati perkongsian daripada peserta lain dan peka terhadap perbezaan umur, jantina, nilai dan persekitaran.

* Menggalakkan ibu bapa untuk berkongsi dan memberi maklum balas  sesama mereka - serta puji mereka jika mereka melakukannya!
* Ingatkan ibu bapa tentang peraturan kumpulan jika perlu.
* Memahami hubungan antara ibu bapa dan anak mereka. Ketahui bahawa setiap hubungan itu adalah berbeza.
* Tunjukkan teladan tingkah laku yang anda ingin lihat dalam kalangan ibu bapa.
* Gunakan pemberi semangat (energizers) untuk pastikan interaksi secara langsung menjadi lebih menyeronokkan.
* Aplikasi Fasilitator: Minggu 5
* Petua untuk menyampaikan sesi bersemuka dengan berkesan
* Notice when a parent is quiet or struggles with something and provides support.
* Dalam kebanyakan program, fasilitator akan memberitahu para peserta apa yang perlu dilakukan dan mengapa ianya penting.
* Gunakan pemberi semangat (energizers) untuk pastikan interaksi secara langsung menjadi lebih menyeronokkan.

#### 

#### Tips for effective facilitation for in-person sessions

##### Sesi Bersemuka 2 (Sambutan dan Renungan Ibu Bapa)

Apabila ibu bapa mengajar diri mereka sendiri, mereka mempelajari kemahiran yang akan membantu mereka untuk jangka masa yang panjang walaupun selepas program berakhir.

Kita menggunakan proses yang berbeza dalam Naungan Kasih. Kami lebih gemar untuk menganggap perkara ini sebagai pendekatan penyertaan untuk pembelajaran. Sebagai fasilitator, anda ialah seorang rakan usaha sama atau rakan kongsi yang bekerja dengan ibu bapa untuk mengenal pasti rancangan dan mengamalkan penyelesaian yang akan membantu mereka untuk meningkatkan taraf hidup di rumah.

Fikirkan bahawa ibu bapa merupakan pakar yang mengetahui anak mereka sendiri dan persekitarannya. Ianya dapat membantu. Many parents will already be practising lots of positive ways of parenting their children. Yang lain mungkin dapat mengenal pasti cara-cara untuk meningkatkan penjagaan anak-anak mereka sendiri dengan panduan.

Tugas kami adalah untuk membantu ibu bapa mempelajari tentang cara mencapai matlamat mereka sendiri. Adakalanya, ini bermaksud kita perlu bekerja lebih keras untuk bertanya soalan yang sesuai dan bersifat terbuka yang akan membantu ibu bapa memahami manfaat keibubapaan yang positif dan disiplin tanpa keganasan untuk anak-anak mereka.

Apabila ibu bapa mengajar diri mereka sendiri, mereka mempelajari kemahiran yang akan membantu mereka untuk jangka masa yang panjang walaupun selepas program berakhir.

##### Pastikan anda peka terhadap Matlamat dan Kemahiran ParentText yang berkaitan.

Ikut rentak atau keupayaan ibu bapa dan pastikan penglibatan semua orang dalam kumpulan

If we lead sessions in a collaborative approach, praise parents often, practise active listening, and use positive instructions, parents will do the same with their children.

Ini mungkin bermaksud, anda perlu meluangkan lebih banyak masa untuk menyelesaikan masalah yang timbul semasa sesi berlangsung.

Practise the relaxation activities to help reduce your own stress. Menarik nafas dengan panjang juga sesuatu yang boleh dilakukan. Ibu bapa akan belajar daripada contoh anda dan mula mencerminkan tingkah laku anda.

Dalam kata lain, anda sememangnya sedang menjadi ibu bapa kepada ibu bapa dengan cara yang anda harapkan mereka mendidik anak-anak mereka. **Ia sememangnya berkesan!**

##### Bertegur sapa dengan ibu bapa apabila mereka tiba untuk sesi tersebut.

Anda perlu sentiasa mengikut rentak atau keupayaan mereka semasa menyampaikan program. Pastikan ibu bapa dalam kumpulan anda memahami kandungan semasa sebelum beralih ke kandungan yang seterusnya.

Ingatlah bahawa setiap anak mempunyai tahap perkembangan yang berbeza.

##### Wujudkan tempat yang selesa dan mesra untuk bertemu ibu bapa.

Semua orang suka akan tempat yang tenang dan mendamaikan. Tip untuk para fasilitator untuk menjadikan Naungan Kasih sebagai sebuah tempat yang menyeronokkan untuk belajar:

1. Menentukan keperluan bahasa para peserta.
2. Hormati apa sahaja yang dikongsi oleh ibu bapa dalam kumpulan.
3. Duduk ketika anda bercakap. Berada pada paras yang sama dengan ibu bapa dan duduk di antara mereka. Cuba untuk duduk bersama ibu bapa daripada duduk di hadapan mereka jika boleh.
4. Puji ibu bapa atas usaha dan dedikasi mereka.
5. Pastikan terdapat kerusi yang mencukupi dan bilik yang bersih, gunakan kipas atau penyaman udara (jika ada) pada musim panas. Anda juga boleh menghias bilik jika anda mahu!
6. Puji, hormat, dan buat refleksi terhadap sumbangan ibu bapa.
7. Fasilitator akan memberitahu para peserta apa yang perlu dilakukan dan mengapa ia penting dalam kebanyakan program lain.
8. Kita pasti akan bergelak tawa dalam kumpulan tetapi cuba untuk tidak ketawa jika ibu bapa berkata sesuatu walaupun kedengaran seperti tidak masuk akal.
9. Cara memberikan sokongan dalam talian menggunakan FaciNK
10. Untuk membantu anda berkongsi mesej yang telah dirangka ke dalam kumpulan WhatsApp anda, kami telah mencipta Aplikasi FaciNK.
11. Puji, hormat, dan buat refleksi terhadap sumbangan ibu bapa.

# PART TWO: Facilitator Guide for In-person Sessions

Pautan Segera

[3 | In-person Onboarding Session](#_7e6jkbnyprzv)

[3.1. Gambaran Keseluruhan Sesi Ini](#_814zgmhqqklf)

[3.2. Sebelum anda Mulakan](#_1664s55)

[3.3. Menyampaikan Sesi](#_xvir7l)

[4 | Parent Reflection and Celebration](#_haapch)

[4.1. Gambaran Keseluruhan Sesi Ini](#_tu6wyfszww2y)

[4.2. Sebelum anda Mulakan](#_3ep43zb)

[4.3. Menyampaikan Sesi](#_279ka65)

## 3 | In-person Onboarding Session

### 3.1. Gambaran Keseluruhan Sesi Ini

| Telefon | |
| --- | --- |
| Sambungan Wi-Fi | * Participants learn about Naungan Kasih, its objectives, and its structure. * Participants have basic phone use skills to access all relevant NKText content and participate in the WhatsApp support group. * Skrin dan Projektor * Participants are onboarded onto NKText and complete the onboarding, Take a Pause skill, and the first lesson. * Parents/caregivers learn skills on how to engage with their children during one-on-one time to develop strong attachment/relationships between them and their children. |
| Refleksi Senyap | * Tunjukkan tingkah laku yang anda ingin daripada ibu bapa dengan cara anda melayan mereka. * Agenda Sesi * Skrin dan Projektor * Laptop |
| Pembentangan | * Rehat * Prepare materials and refreshments for break (if relevant). * Save WhatsApp numbers to your phone and create a WhatsApp group for selected participants. |

### 3.2. Sebelum anda mulakan

#### Pendaftaran PraSesi

Sesi Pengenalan menetapkan nada untuk program Naungan Kasih secara keseluruhannya. It is important to create a space that is welcoming and safe for the participants to feel at ease and familiarise themselves with using NKText and joining the WhatsApp support group.

Mulakan dengan aluan dan ucapan terima kasih kepada keluarga atas penyertaan dan komitmen mereka untuk membaiki hubungan dan menyokong antara satu sama lain. Kemudian, program Naungan Kasih diperkenalkan supaya mereka tahu apa yang boleh dijangkakan.

Peserta dibenarkan untuk mengekspresikan sebab dan matlamat mereka menyertai program ini. Hal ini memberikan rasa pemilikan kepada para peserta dan membantu kami untuk mengetahui dengan lebih banyak tentang setiap ibu bapa.

During the onboarding session, you want to accomplish 4 things:

1. Introduce Naungan Kasih to the families.
2. Establish ground rules for the interaction with NKText and on WhatsApp.
3. Ensure participants understand how to use their phone to do NKText-related activities by guiding them through onboarding questions, Take a Pause skill, and the first lesson of NKText.
4. Participants discuss the benefits of one-on-one time and brainstorm activities for one-on-one time.

Menyediakan Kumpulan Sokongan WhatsApp

#### Jika kumpulan anda akan menerima kumpulan sokongan WhatsApp, sila pastikan anda telah melakukan perkara berikut sebelum sesi Pengenalan bermula:

Simpan nama dan nombor WhatsApp para ibu bapa yang telah diserahkan kepada anda dalam telefon anda (jika telah sedia), jadi anda dapat mengesahkan butiran dengan mudah semasa sesi Pengenalan.

1. Bermula dengan ParentText
2. Penerokaan fungsi telefon asas untuk berinteraksi dengan bot sembang ParentText

During the onboarding session, you will explore several basic phone functions and do some first NKText activities to ensure everyone is able to follow along. Rakan mereka yang lain dapat membantu jika ada ibu bapa yang mengalami kesulitan dengan penggunaan telefon!

#### Preparation Checklist

##### Preparing your WhatsApp Support Group

Before you begin the onboarding session, please make sure you have done the following before the onboarding session starts:

* Apakah itu Masa Bersama Seorang dengan Seorang?
* Wujudkan kumpulan WhatsApp anda (dengan nama kumpulan, ikon, penerangan sementara). Nama bagi setiap kumpulan WhatsApp mempunyai struktur yang sama:
  1. “Naungan Kasih”
  2. Mengapakah Masa Bersama Seorang dengan Seorang itu penting?

When you create your temporary group name, you will use "Naungan Kasih”

Anda boleh kekalkan nama kumpulan sementara anda atau anda boleh menambah nama kepada nama kumpulan sementara anda.   
For example, “Naungan Kasih\_HappyFamilies”.

##### 1 week before the onboarding session

* Read the facilitator manual.
* Practise the onboarding session with a peer.

##### 1 hour before the onboarding session

* Set up the room.
* Test-run the technology - slides, videos, and audios.

#### Perbincangan Berpasangan: Aktiviti untuk dilakukan bersama Anak anda

During the onboarding session, parents are introduced to the parenting skill called “one-on-one time”. One-on-one time means parents spending quality time with their children to develop a strong sense of security and attachment that will lead to positive parent-child relationships. One-on-one time between parents and children is very important for children, especially when parents allow children to explore the world through play during this time.

One-on-one time lets children know that parents are giving them attention and are interested in what they are doing.

One-on-one time is **NOT** about keeping track of a child's behaviour to make sure that they are behaving properly, which is another important skill that parents will learn later in the programme.

#### Why is One-on-one Time Important?

One-on-one time builds positive relationships between parents and their children. Ramai ibu bapa dengan anak-anak yang berkelakuan negatif tidak mendapat banyak keseronokan daripada hubungan mereka dengan anak-anak. Ibu bapa dengan anak yang sukar dikawal meluangkan banyak masa untuk menghentikannya daripada berkelakuan negatif.

Ibu bapa sering menghela nafas lega dan tinggalkan mereka seorang diri apabila anak-anak sedang bermain atau melakukan aktiviti mereka secara tenang. Tetapi ini hanya berlaku apabila kita memberi perhatian kepada anak dan memerhatikan apa yang mereka sedang lakukan. Ibu bapa berpeluang untuk mempelajari minat dan kemampuan anak mereka jika meluangkan masa yang berkualiti dengan mereka.

One-on-one time helps children feel that their parents value them as individuals, appreciate the things that they do, and are not only concerned with getting them to do as they are told. As a result, one-on-one time also builds self-esteem of children and makes them feel important.

Ia dapat membantu meningkatkan kreativiti mereka dan memahami dunia apabila mereka hanyut ketika bermain. Sekiranya ibu bapa menggunakan perkataan untuk menerangkan apa yang anak mereka lakukan, ianya akan membantu anak mereka membina kemahiran bahasa dan kemahiran pemerhatian.

#### Important points to Remember while Spending One-on-One Time

A. Dengar Your Child

Biarkan Anak Anda Memimpin:

Fikirkan mereka yang menyayangi diri anda. Anda mengetahuinya kerana mereka menunjukkan minat terhadap anda dan memberitahu bahawa pandangan anda sangat penting bagi mereka.

Ibu bapa perlu pastikan mereka berada pada paras yang sama dan memandang mereka ketika bercakap dan mendengar anak mereka.

Ini sangat penting bagi semua anak-anak terutama mereka yang menggunakan kerusi roda untuk menunjukkan bahawa ibu bapa mengambil peduli dan ingin mendengar anak mereka.

Ini berlaku secara semula jadi apabila hubungan antara ibu bapa dan anak berjalan dengan baik. Kanak-kanak menyedari akan perhatian ibu bapa mereka dan sebagai gantinya, mereka bertindak balas dengan lebih positif.

B. Biarkan Anak Anda Memimpin

Letting your child lead means that parents should allow their children to take the lead in the activity during one-on-one time.

Parents can introduce this to children by simply saying, “I have 5 to 15 minutes to spend one-on-one time with you, what would you like to do?”

Biarkan Anak Anda Memimpin:

* Membina keyakinan dan harga diri kanak-kanak. Ia juga menunjukkan bahawa cadangan mereka sangat penting bagi ibu bapa mereka.
* Berikan mereka peluang untuk membuat pilihan mereka sendiri dan membantu mereka membina autonomi. Ramai kanak-kanak menghabiskan hidup mereka dengan mengikut arahan apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan.
* Ia juga membenarkan ibu bapa untuk melepaskan beban daripada berfikir tentang aktiviti yang ingin dilakukan bersama anak mereka. Sesetengah ibu bapa dan penjaga kadangkala mati akal atau buntu untuk mengetahui cara bermain atau meluangkan masa bersama anak mereka.
* Berikan mereka peluang untuk melihat apa yang anak mereka ingin lakukan dan mengikut sahaja aktiviti mereka dengan berkata, "Ya, mari kita lakukan!" – sudah tentu dengan had tertentu!
* It is important to remind parents that they are still in control of when one-on-one time begins and ends. They can also set limits on the types of activities that children are allowed to choose during one-on-one time.
* Anda boleh menggunakan sebarang pemberi tenaga yang disarankan dalam Aplikasi FaciNK atau meminta saranan dalam kumpulan.
* If parents feel uncomfortable about letting your child lead, you can reassure them that they still have the authority to allow their child to take the lead.
* Ramai kanak-kanak tidak pernah diberi peluang untuk memilih aktiviti atau memimpin aktiviti. Mungkin mereka akan berasa pelik pada awalnya!
* Agenda Sesi

Adalah penting jika aktiviti tersebut merupakan aktiviti yang disukai oleh anak. Anda akan membantu ibu bapa berfikir tentang aktiviti yang sesuai untuk dilakukan oleh anak mereka sepanjang sesi ini.

| Spotlighting Ability  Kekalkan nada dan bahasa yang sama seperti bercakap dengan kanak-kanak sebaya apabila bercakap dengan anak kurang upaya kerana mereka juga adalah kanak-kanak. Jika mereka tidak dapat mendengar, adalah penting untuk anda duduk tidak bergerak, termasuk kepala anda ketika bercakap dengan kanak-kanak tersebut. Pastikan anda memandang mereka ketika bercakap, dan pastikan mereka boleh melihat wajah dan mulut anda. Gunakan ayat yang ringkas dan bercakap dengan jelas jika berinteraksi bersama anak yang mempunyai ketidakupayaan intelektual. Panggil nama mereka supaya mereka tahu bahawa anda bercakap dengan mereka.  Supaya mereka dapat memahami keberkesanan dan kepentingan komunikasi, adalah penting untuk bertindak balas semasa kanak-kanak cuba untuk berkomunikasi. Jika kanak-kanak menunjukkan ke arah objek yang diminati, anda boleh tunjukkan ke arahnya dan namakan objek tersebut dengan jelas supaya mereka mengetahui bahawa anda faham dan sedang mendengar.  Kanak-kanak kelainan upaya dan tidak biasa memberi pendapat mereka atau didengari akan memerlukan lebih banyak masa untuk membina keyakinan dan kepercayaan.  Ia mungkin mengambil sedikit masa untuk meneroka cara terbaik semasa berkomunikasi dengan kanak-kanak tertentu. Ketika meluangkan Masa Bersama Seorang dengan Seorang bersama anak mereka, ibu bapa perlu meningkatkan tahap kesabaran mereka dengan diri sendiri dan anak mereka.  Amalan berikut dapat membantu ibu bapa menjadikan anak kurang upaya rasa lebih diterima dan yakin sewaktu Masa Bersama Seorang dengan Seorang begitu juga pada waktu lain:  Sentiasa bertanya kepada anak kelainan upaya tersebut tentang cara terbaik untuk memenuhi keperluan mereka: pertimbangkan kanak-kanak tersebut sebagai pakar terbaik yang mengetahui ketidakupayaan mereka.  Sering bertanya jika kanak-kanak tersebut mempunyai kehendak atau keperluaan dan bagaimana dia ingin dibantu. Jika tawaran anda tidak diterima, hormati kemahuan kanak-kanak tersebut.  Demi membantu mereka mendapatkan keyakinan, benarkan kanak-kanak kelainan upaya untuk mengambil risiko yang sama dengan kanak-kanak yang lain. Melindungi secara berlebihan tidak memberi mereka peluang untuk meneroka, sebaliknya mengambil tahu apa yang mungkin berlaku dan mengetahui cara mengekalkan keselamatan mereka.  Hanya bantu kanak-kanak kelainan upaya jika mereka memerlukan. Terlalu banyak sokongan menjadikan mereka tidak mampu berdikari dan rasa direndah-rendahkan.  Bersikap terbuka dan mudah menyesuaikan diri untuk membantu kanak-kanak melibatkan diri.  Tumpukan perhatian kepada mengasah kekuatan dan kebolehan setiap kanak-kanak berbanding perkara yang mereka tidak boleh lakukan, sebagai contoh, seorang pengguna kerusi roda mungkin mempunyai lengan dan tangan yang kuat, seorang kanak-kanak pekak mungkin hebat dalam melukis.  Membina kekuatan kanak-kanak dengan memuji anak-anak yang berkata, "saya tidak faham" atau meminta bantuan atau berterima kasih kepada mereka kerana bertanya dan hulurkan bantuan mahupun memberi penjelasan.  Berikan tempoh masa yang lama untuk kanak-kanak supaya mereka dapat menghadam apa yang telah diperkatakan serta merangka tindak balas mereka.  Supaya kanak-kanak dapat mempelajari apa yang mereka lihat dan dengar, anda boleh menjadi teladan komunikasi yang baik. |
| --- |

### 3.3. Menyampaikan Sesi

| 20 minit | | |
| --- | --- | --- |
| Permainan Nama | * Peraturan Asas * Pre-test survey * Signing of consent forms * Penerokaan fungsi asas telefon untuk berinteraksi dengan Chatbot ParentText | 30 Min |
| [Perbincangan untuk sokongan berterusan](#_4h042r0) | * Aktiviti Kesedaran * Menyelesaikan cabaran bersama ParentText * Introducing The Naungan Kasih Programme * Setting Up Ground Rules | 30 Min |
| [Getting Started With Parenttext](#_2afmg28) | * Introduction To Phone Use * Onboarding Nktext * First Skill - Take A Pause * First Parenting Skill: Take A Pause | 40 Min |
| Nktext’s First Lesson: Spend One-On-One Time With My Child | * Walkthrough The First Lesson * Discussion On The First Lesson * Discussion: One-On-One Time With Your Child * Group Discussion: Activities To Do With Your Child | 35 Min |
| [Mengalu-alukan para ibu bapa dengan mesra dan bersemangat apabila mereka tiba untuk sesi Puji mereka kerana menghadiri program ini!](#_1302m92) | * Getting Support Via Nktext * Terangkan kepada ibu bapa bahawa mereka telah memilih matlamat pertama mereka, Memperbaiki Hubungan Saya dengan Anak Saya, dan menyelesaikan kemahiran pertama, Meluangkan Masa Seorang Dengan Seorang bersama Anak Saya. * Next Steps In Nktext * Bagi meraikan ibu bapa menamatkan Naungan Kasih | 15 Min |

Total Time = 2 hours 30 min

Aktiviti Kesedaran

Mengalu-alukan para ibu bapa dengan mesra dan bersemangat apabila mereka tiba di sesi itu. Puji mereka kerana menghadiri program ini!

Once all the participants have arrived, you can formally welcome the group to the onboarding session of Naungan Kasih.

##### Orang yang duduk di sebelah mereka menyebut nama mereka dan membuat bentuk.

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka** 

Permainan ini membantu para peserta mengenali antara satu sama lain. 

Instructions

* Gambaran Keseluruhan
* Mulakan dengan seorang peserta menyebut namanya dan membuat satu bentuk/gerakan badan.
* Kesemua peserta dalam bulatan kemudian mengulangi nama orang itu dan membuat bentuk yang sama.
* Tujuan dan Manfaat Program Naungan Kasih
* Kongsikan tujuan dan manfaat menjadi sebahagian daripada Program Naungan Kasih kepada ibu bapa.

##### Introducing the Naungan Kasih Programme (10 min)

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka** 

This activity provides an overall picture of the Naungan Kasih programme with NKText. It is like giving a map of the journey that the families travel on together over the next 10 days.

**Daftar kehadiran, tanda nama, sijil, hadiah untuk kehadiran, sijil** 

**What is Naungan Kasih Hybrid Positive Parenting Programme?**

Naungan Kasih Hybrid Positive Parenting Programme, or ‘Naungan Kasih’ is for parents, like you, who have children between 2 to 6 years old.

Sekarang, apabila kita sebut 'ibu bapa' dan 'keibubapaan', kita maksudkan seseorang yang menjaga anak-anak, sama ada orang itu adalah ibu bapa kandung mereka atau tidak. Ini termasuk mana-mana orang yang merupakan penjaga utama, bertanggungjawab untuk kesejahteraan kanak-kanak itu.

The goal of Naungan Kasih is to help build open, caring, and trusting relationships between caregivers and their children. When caregivers have healthy and positive relations with their children, they can:

* better support their child’s growth and development.
* help their child behave responsibly and respectfully.
* instil their values in their children.

While you can use what you learn in Naungan Kasih for all your children, it’s recommended to focus on one child during the programme to better understand the parenting skills. After finishing the programme, you can practise what you’ve learned with your other children as well.

#### Testimonials

Play the video in the [slide](https://docs.google.com/presentation/d/155kHdFf0jbxv7ZrHRRHMbiuZefdDB5LolIjDzbJxXzY/edit#slide=id.g2c8b43ae7bc_0_0) to hear the testimonials of the participants who participated in Naungan Kasih in early 2019, organised by UNICEF and LPPKN.

#### Who are we?

You and your co-facilitator will introduce yourselves. Share the details about the organisation you represent. Additionally, explain how your organisation is involved with Naungan Kasih and supported by UNHCR.

Share that you, along with everyone involved in Naungan Kasih, is committed to supporting parents to build strong and positive relationships with their children.

#### Why are we gathered here?

Naungan Kasih is currently developing a version of the programme that is specifically tailored for YOU, the Rohingya refugee community in Malaysia. Today, we’re here to welcome you to Naungan Kasih. At the end of the programme, we would like to learn from you how your experience was with the programme. By sharing what you liked and didn’t like, you will help us improve the programme and make it better suited to your needs.

What to expect from the programme?

Explain that participants will receive Naungan Kasih content and support in three main ways:

**Mengurus Tingkah Laku Anak Saya**

1. NKText

Parents receive parenting tips every two days (every 48 hours) via WhatsApp to help them with their relationship with their child and families (requiring only 5 minutes per day). Parents will receive 5 lessons on building a healthy and positive relationship with their child:

* Spend one-on-one time with my child
* Give praise
* Create a routine for one-on-one time
* Noticing feelings during one-on-one time
* Keeping calm when we are stressed

After completing all the lessons, parents will receive a positive parenting badge in NKText.

1. Jamuan ringan

Parents will be a part of a WhatsApp group with other parents participating in Naungan Kasih. Facilitators will check-in with the parent every two days reminding them to do their lesson on NKText.

The Facilitator will only check-in in the WhatsApp support group. Fasilitator **bukan moderator**; mereka hanya akan campur tangan jika kandungan yang dibincangkan bertentangan dengan amalan keibubapaan yang positif.

1. **Sesi Bersemuka**

Ibu bapa akan mengambil bahagian dalam dua sesi bersemuka: satu yang sedang mereka hadiri dan satu lagi pada akhir program. Sesi ini bertujuan untuk mengalu-alukan ibu bapa ke dalam program Naungan Kasih, memberikan sokongan untuk proses penyertaan mereka, dan memberi peluang untuk refleksi dan meraikan selepas menamatkan program.

Participants will experience how the NKText chatbot works later in this onboarding session when you will complete the first NKText activities together.

Here is a daily schedule for the programme:

|  | **In-person Session** | WhatsApp  Check-in | **NKText** |
| --- | --- | --- | --- |
| Day 1 | Sesi Bersemuka 1 (Pengenalan) Bermula dengan ParentText | Check-in 1 | Take a Pause   Spend one-on-one time with my child |
| Day 2 |  |  |  |
| Day 3 |  | Check-in 2 | Nilai Keibubapaan dan Kerohanian |
| Day 4 |  |  |  |
| Day 5 |  | Check-in 3 | Create a routine around one-on-one time |
| Day 6 |  |  |  |
| Day 7 |  | Check-in 4 | Noticing feelings during one-on-one time |
| Day 8 |  |  |  |
| Day 9 |  | Check-in 5 | Keeping calm when we are stressed |
| Closing Day | Ini bermakna: |  |  |

##### Setting up Ground Rules (10 min)

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka**

Establish ground rules to help make the programme a safe place to learn together. Adalah penting bahawa kumpulan menetapkan peraturan asas tentang bagaimana mereka dapat memastikan masa dan pengalaman dapat membuahkan hasil bersama-sama. Peraturan ini perlu dibangunkan sebagai satu kumpulan dan dimiliki oleh kumpulan tersebut.

Peraturan asas juga sememangnya berguna untuk membantu anda menjalankan sesi ini sebagai seorang fasilitator. Ingatkan para peserta bahawa **mereka** yang mencipta peraturan supaya sesi berjalan dengan lancar, peraturan ini sememangnya sangat berguna.

**Daftar kehadiran, tanda nama, sijil, hadiah untuk kehadiran, sijil** 

Bermula dengan ParentText

Naungan Kasih ialah program istimewa! Ia membawa keluarga bersama untuk belajar dan berkongsi pengalaman antara satu sama lain.

Melengkapkan Pengenalan Bersama-sama, Aliran Selamat Datang dan Luangkan masa bersama seorang dengan seorang di ParentText

* Anda boleh menambah peraturan setelah peserta berkongsi peraturan mereka sendiri (sekarang atau akan datang dalam sesi di mana peserta belajar lebih mendalam mengenai komponen program).
* **Pastikan Peraturan Asas menerangkan tingkah laku yang positif.** Anda boleh meminta peraturan tentang isu tertentu seperti penggunaan telefon bimbit, hormat-menghormati, dsb.
* Minta bantuan sekiranya anda mengalami kesukaran untuk melakukan aktiviti.
* Sebagai contoh, jika seseorang menyebut "Hormat", tanya apa maksudnya bagi dia. Apakah jenis tingkah laku yang menunjukkan "Hormat"?
* Komik ParentText
* This program is for the benefit of their children and not about UNHCR registration or financial support. You can suggest this as one ground rule.

**Some helpful ground rules may include:**

*Setiap individu itu berbeza dan akan mengalami pengalaman yang berbeza untuk dikongsi.*

Ground rules for doing lessons on NKText:

* Commit to doing the suggested daily activities.
* Hanya berkongsi perkara yang anda selesa sahaja.
* Ensure you have data to do the NKText lessons.

Peraturan asas bagi kumpulan sokongan WhatsApp:

* Prioritise your safety and refrain from discussing sensitive or personal matters that are not related to positive parenting.
* Focus on positive parenting, and don’t ask questions about the UNHCR registration process.
* ⏱️45 min
* Pengenalan kepada Penggunaan Telefon (5 min)
* Gambaran Keseluruhan
* Mengenal pasti Matlamat Seterusnya dalam ParentText
* Aktiviti Salam Perpisahan
* Untuk menjadikan aktiviti ini interaktif, minta peserta menunjukkan perkara berikut kepada kumpulan (dan betulkan/beri panduan mengikut keperluan):

#### 

#### 

#### 

#### Getting Started with NKText

Aktiviti ini dapat membantu para peserta memahami asas-asas tentang cara menggunakan telefon bimbit (jika mereka tidak dapat melakukannya). They will also start their interaction with the NKText completing the first NKText activities on their individual phones during the session. Ini akan memberi mereka peluang untuk berkongsi pengalaman pertama mereka dan menyelesaikan sebarang cabaran yang dihadapi.

##### Introduction to Phone Use (10 min)

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka**

Beberapa peserta mungkin lebih arif tentang penggunaan telefon mereka berbanding orang lain. Cuba untuk mengenal pasti jurang dalam ilmu tentang penggunaan telefon dan sediakan sokongan tertentu seperti yang diperlukan. Ini akan membenarkan lebih ramai ibu bapa untuk mengakses kandungan ParentText.

**Daftar kehadiran, tanda nama, sijil, hadiah untuk kehadiran, sijil** 

Bagaimana untuk meningkatkan dan mengurangkan kecerahan telefon.

1. Cara install dan delete aplikasi.

Bagaimana untuk mencari dan membuka WhatsApp.

* Bagaimana untuk menghidupkan dan mematikan telefon. Tunjukkan dengan jelas tiga butang di sisi (hidup/mati, kelantangan naik/turun).
* Menavigasi melalui tetapan WhatsApp

Ingatkan peserta bahawa mereka akan menerima kandungan ParentText mereka melalui WhatsApp.

1. Tunjukkan kepada peserta:

Bagaimana untuk mencari dan membuka WhatsApp.

* Cara membalas mesej/prompt daripada ParentText (untuk menerima kandungan seterusnya).
* Bagaimana untuk membuka imej.
* Bagaimana untuk membuka fail audio/video.

1. Tunjukkan cara memasukkan pengecas telefon dengan betul untuk mengelakkan sistem pengecasan rosak.

Tekankan kepentingan untuk memutuskan sambungan telefon daripada pengecas sebaik sahaja ia dicas sepenuhnya untuk mengelakkan pengecasan berlebihan.

Bagaimana untuk mencari dan membuka WhatsApp.

* Menghidupkan dan mematikan data internet
* Cara membalas mesej/prompt daripada ParentText (untuk menerima kandungan seterusnya).
* Tegaskan bahawa data tidak boleh dibiarkan tanpa henti, untuk meminimumkan penggunaan berkas data dan mengoptimumkan penggunaan bateri.
* Tunjukkan peserta cara menyemak baki data dan/atau penggunaan data.

1. Menguruskan storan telefon dalaman

Pastikan peserta memahami bahawa aplikasi, video, muzik dan imej semuanya menggunakan storan pada telefon dan telefon mereka tidak akan berfungsi dengan baik apabila storan terlalu penuh.

Tunjukkan peserta cara mengosongkan ruang storan jika diperlukan dengan:

Memadam fail seperti video, audio, imej, dsb.

1. Delete aplikasi

Tunjukkan kepada peserta cara menghidupkan dan mematikan data. Tunjukkan perubahan dalam bar status apabila data dihidupkan atau dimatikan (H+/3G/4G pada bar rangkaian).

Kesedaran digital: Keselamatan Internet

Bincangkan risiko mengklik pada pautan data dan pautan internet yang mencurigakan.

1. Pastikan peserta memahami bahawa maklumat peribadi khusus tidak boleh dikongsi dengan orang atau sumber yang tidak dikenali, contohnya:

Kata laluan

Maklumat akaun bank

* Lokasi
* Imej/video peribadi atau sensitif

1. Tunjukkan peserta cara mengakses kata laluan/kunci corak untuk melindungi telefon mereka daripada pengguna lain yang tidak dibenarkan.

Bincangkan cara-cara pengendalian telefon secara berhati-hati, contohnya:

Menjauhkan telefon daripada anak-anak mereka

* Menjauhkan telefon daripada cahaya matahari secara langsung
* Menjauhkan telefon daripada stesen kerja yang boleh menyebabkan kerosakan pada telefon contohnya, air, kebakaran dsb.
* Lokasi
* Memulakan ParentText

1. Gambaran Keseluruhan

Peserta kini akan melakukan interaksi pertama mereka dengan Chatbot ParentText pada telefon mereka.

Apabila membincangkan Peraturan Asas, anda boleh menggunakan format berikut:

* Letakkan dua helai kertas selak dan tulis di bahagian atas:
* Mulakan sembang WhatsApp dengan ParentText
* Berikan peserta arahan yang berikut:

##### Onboarding NKText (20 min)

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka**

Participants will now have their first interaction with the NKText chatbot on their phones.

**Instructions** 

Divide the parents into smaller groups, in such a way that those who may need additional assistance are paired with parents who can offer technical and literacy-based guidance and support as required.

Terangkan secara ringkas langkah-langkah berikut dan balas sebarang soalan atau cabaran yang timbul. Pastikan semua orang telah menyelesaikan langkah sebelumnya sebelum beralih ke langkah seterusnya.

Show the visuals on the slide on a projector, or print them out beforehand to guide the parents through the onboarding process.

1. Start a WhatsApp chat with NKText [(Slide)](https://docs.google.com/presentation/d/155kHdFf0jbxv7ZrHRRHMbiuZefdDB5LolIjDzbJxXzY/edit#slide=id.p)

Teks, imej, dan video

* Teks, imej, dan audio
* Save the ParentText phone number (TBD) as a contact.
* Open WhatsApp, search for ‘NKText’ and start a chat by typing START.

1. Answer the questions asked [(Slide)](https://docs.google.com/presentation/d/155kHdFf0jbxv7ZrHRRHMbiuZefdDB5LolIjDzbJxXzY/edit#slide=id.g2c6c37ebad8_0_0)

Beritahu peserta untuk ikuti prompt ParentText. ParentText akan meminta mereka untuk:

* Is the adult a parent of a child between 2-6 years old?
  + If the parent answers incorrectly, they can type START to start over.
* Is the parent a male or female?
  + Parents choose either male or female
* How many days in the last week (0-7) did you spend at least 5 minutes of one-on-one time with your child?
  + This helps parents reflect about if they spent dedicated quality time with their children.
  + One-on-one time means parents spending quality time with their children to develop a strong sense of security and attachment that will lead to positive parent-child relationships.
  + Ingatkan ibu bapa bahawa tiada jawapan yang betul atau salah bagi soalan ini. Mereka patut berikan jawapan sejujur yang mungkin.

Pause here, and ask the parents:

* How was their experience onboarding NKText?
* Do they have any questions?

##### First Skill – Take a Pause (10 min) Postit Notes with solid fill

Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka

Berhenti seketika ialah latihan menenangkan diri singkat yang boleh digunakan oleh peserta apabila mereka berasa tertekan atau marah. Ini adalah alat keibubapaan dan kemahiran hidup yang hebat. 

Instructions [(Slide)](https://docs.google.com/presentation/d/155kHdFf0jbxv7ZrHRRHMbiuZefdDB5LolIjDzbJxXzY/edit#slide=id.g2c6c37ebad8_0_5)

Play the audio to take a pause, or ask the participants to play the audio, and do the exercise.

Pause here, and **a**sk participants if they have any questions before moving to the first lesson. Anda boleh menggalakkan perkongsian dengan bertanya perkara berikut:

* How was your experience interacting with NKText?
* Do you have any questions about how to interact with NKText?
* Do you have any concerns with how you will interact with NKText when you are at home?

Praise participants for completing their first NKText activity!

#### NKText’s First Lesson: Spend One-on-one Time with My Child

##### 

##### Walkthrough the First Lesson (5 min)

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka**

Parents will explore the first lesson together.

Instructions [(Slide)](https://docs.google.com/presentation/d/155kHdFf0jbxv7ZrHRRHMbiuZefdDB5LolIjDzbJxXzY/edit#slide=id.g2c6c37ebad8_0_10)

Ask the parents to take a moment and complete the first lesson ‘Spend one-on-one time with my child’ on their phones. They can either listen to the audio on their phone, or you could play audio for the whole group.

##### Discussion on the First Lesson (10 min)

Lead participants in a group discussion about the audio lesson they heard. Kenapa anda berfikir Mira memberikan selendangnya kepada ibunya??

* How was your experience listening to the first lesson of NKText?
* Do you have any questions about how to navigate the lesson?
* What was the lesson about? What were the three tips mentioned in the lesson?

##### 

##### Discussion: One-on-one Time with Your Child (10 min)

Lead participants in a group discussion about the benefits of spending one-on-one time with their children. Soalan yang berguna termasuk:

* Menunjukkan kepada anak anda bahawa anda sentiasa ada bersama dan memberi tumpuan tentang perihal mereka.
* How would spending one-on-one time help you develop a positive relationship with your child?
* Apakah manfaat untuk anak anda apabila mereka meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anda? Apakah yang akan dipelajari oleh mereka?

Repeat back the parents’ ideas and praise them for sharing.

Memberikan anda peluang untuk mengetahui minat dan kebolehan anak anda.

* Komitmen untuk menyelesaikan kesemua 3-5 Kemahiran dalam sesuatu Matlamat sebelum memilih Matlamat yang seterusnya.
* Perbincangan Berkumpulan: Aktiviti untuk Dilakukan Bersama Anak Anda (5 min)
* Gambaran Keseluruhan
* Perbincangan kumpulan ini akan membantu ibu bapa untuk mengenal pasti aktiviti yang boleh mereka lakukan bersama anak-anak mereka sewaktu Masa Bersama Seorang Dengan Seorang.
* Ibu bapa juga menghadapi cabaran untuk mengetahui perkara yang perlu dilakukan dengan anak-anak mereka – terutamanya jika hanya tidak banyak masa untuk diluangkan bersama anak-anak mereka atau mereka tidak mempunyai hubungan yang baik dengan anak-anak mereka.
* Meningkatkan kepercayaan dan meningkatkan komunikasi dengan anda dan anak anda.
* Kemudian teruskan ke komik.
* Komik ParentText (⏱️10 min)
* 💡Gambaran Keseluruhan
* Tulis semua cadangan pada carta selak!
* Aktiviti yang boleh dilakukan termasuklah:
* Bermain dengan bola atau anak patung jika anak memilikinya.

##### Group Discussion: Activities To Do With Your Child (10 Min)

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka**

This group discussion will help parents identify possible activities they can do with their children during one-on-one time.

Menyanyi bersama-sama

**Instructions** 

Minta ibu bapa memikirkan aktiviti yang boleh mereka lakukan bersama anak mereka. Ini mungkin perkara yang mereka tahu anak mereka suka lakukan.

Benarkan ibu bapa berkongsi secara berpasangan terlebih dahulu. Setiap pasangan harus menyenaraikan sekurang-kurangnya 3 aktiviti berbeza yang boleh mereka lakukan bersama anak-anak mereka.

Benarkan ibu bapa bercakap dengan pasangan selama kira-kira satu atau dua minit. Kemudian barulah dikongsikan dalam kumpulan besar.

HARI, MAIN dan KEKAL

* Berikut adalah latihan kumpulan pertama di mana ibu bapa diminta untuk berlatih melakukan Aktiviti Di Rumah.
* Melutut separas dengan anak anda
* Cooking together
* Pengenalan
* Perkenalkan kepada ibu bapa bahawa kini mereka akan berlatih untuk membenarkan anak-anak mereka memimpin dan mengatakan perkara yang mereka lihat semasa Masa Bersama Seorang Dengan Seorang.
* Jelaskan bahawa berlatih sekarang akan memudahkan aktiviti tersebut dilakukan di rumah, terutamanya kerana Membiarkan Anak Anda Memimpin dan Sebutkan Apa Yang Anda Nampak adalah kemahiran baharu.
* Jelaskan bahawa setiap orang akan mendapat peluang untuk berlatih kemahiran baharu sebelum menggunakannya di rumah.

#### 

#### Closing

##### Getting Support via NKText (5 min) Postit Notes with solid fill

Gambaran Keseluruhan

In case of emergency, parents can get support by typing 111 to NKText. Upon doing so, they will receive an audio message containing information about resources available to assist them during their situation. 

**Instructions (**[**Slide**](https://docs.google.com/presentation/d/155kHdFf0jbxv7ZrHRRHMbiuZefdDB5LolIjDzbJxXzY/edit#slide=id.g2c6c37ebad8_0_15)**)**

Ask the parents to open NKText and type 111. Either play the audio for the whole group, or ask the parents to listen to the audio in their small groups.

##### Reflection (5 min)

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka** 

Minta ibu bapa berfikir tentang matlamat mana yang mereka ingin amalkan seterusnya dalam Naungan Kasih

Encourage parents by using open ended questions, like, “Is there anything specific about using the NKText that you'd like to know more about?" or "What are your initial thoughts on participating in the WhatsApp Support Groups?"

Untuk menjawab soalan ibu bapa, berikan maklumat yang jelas dan padat. Berikan panduan langkah demi langkah jika perlu.

**Daftar kehadiran, tanda nama, sijil, hadiah untuk kehadiran, sijil**

HARI, MAIN dan KEKAL

* Arahan
* Menyertai Kumpulan Sokongan WhatsApp. Ingatkan peserta bahawa anda akan berkongsi arahan untuk perbincangan dalam minggu ini nanti.
* Ibu bapa dapat melihat dunia melalui kaca mata anak mereka semasa mereka memegang peranan sebagai anak.

##### Next Steps in NKText (5 min)

**Instructions (Slide)**

Next lesson:

* In 2 days, parents will get a notification when their next lesson is ready on NKText.
* To go through the lesson, they should follow the same steps as before.
* If they don't get the notification, they can open NKText and type 1.
* If they want the new lesson, they can choose 👍. If they're not ready, they can choose 👎, and NKText will check in again after 2 days.
* When they finish all 5 lessons, they'll get a positive parenting badge in NKText.

Remember to complete the current lesson:

* Parents must finish listening to all the audio recordings for their current lesson before getting the next one.
* If they haven't finished, they'll be asked if they want to restart their lesson after 2 days.
* If they choose 👍, they'll get the current lesson. If they choose 👎, NKText will check in again after 2 days.

Encourage the parents to practise what they learn with their children. Change may not happen immediately, but if they keep spending one-on-one time, they’ll see progress.

Tell the parents that you will check in with them every 2 days until the end of the program on your WhatsApp Support Group, reminding them to complete the lesson. If they have any questions about using NKText, they can send voice messages in the group.

Remind the parents that you will meet again for the closing session to discuss your experience and end this phase of the programme.

##### Bagi meraikan ibu bapa menamatkan Naungan Kasih

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka** 

Tutup dengan aktiviti selamat tinggal. Benarkan peserta memutuskan cara mereka ingin menamatkan sesi. Ini mungkin doa atau tepukan kumpulan.

**Daftar kehadiran, tanda nama, sijil, hadiah untuk kehadiran, sijil**

Jamuan ringan dan/atau makan tengah hari (jika berkaitan)

* Sediakan bilik dengan kerusi dalam bulatan.
* Sediakan bahan untuk tanda nama.

Berterima kasih kepada peserta atas komitmen yang telah mereka berikan antara satu sama lain dengan hadir ke kumpulan!

## Agenda Sesi

Pautan Segera

[4 | Parent Reflection and Celebration](#_haapch)

[4.1. Gambaran Keseluruhan Sesi Ini](#_tu6wyfszww2y)

[4.2. Sebelum anda Mulakan](#_3ep43zb)

[4.3. Menyampaikan Sesi](#_279ka65)

### 4.1. Gambaran Keseluruhan Sesi Ini

| Aluan | |
| --- | --- |
| Sambungan Wi-Fi | * Berhenti Seketika * To give parents an opportunity to share their experiences. |
| Refleksi Senyap | * Daftar kehadiran, tanda nama, sijil, hadiah untuk kehadiran, sijil * Aktiviti Seni |
| Pembentangan | * Rehat * Sediakan bahan dan minuman semasa rehat  (jika perlu) |

### 4.2. Sebelum anda Mulakan

#### Renungan

Ibu bapa diberi peluang untuk merenung kembali perubahan yang dialami oleh ibu bapa dan anak-anak semasa menyertai kursus program ini.

Renungkan bersama ibu bapa untuk mana-mana bahagian khusus Program Naungan Kasih yang memerlukan sokongan.

Ibu bapa diberi peluang untuk merenung pengalaman mereka semasa menyertai program. Mereka akan berkongsi bagaimana mereka berubah dan apakah perubahan yang mereka lihat pada tingkah laku anak-anak mereka serta kehidupan mereka di rumah.

#### Aktiviti Kesedaran - Kiriman Kasih Sayang

Sesi program yang terakhir kadang-kadang sangat mencabar emosi kebanyakan ibu bapa (dan juga diri anda). It has provided them with a source of support and sense of community that many parents will have found helpful and nourishing. Menggunakan Bot Sembang ParentText

Ibu bapa adalah pakar yang sebenar-benarnya! Tugas anda adalah untuk menggalakkan mereka supaya berbincang tentang cara yang mereka rasa boleh diteruskan bagi mengintegrasikan amalan dan blok binaan dalam hidup mereka sehari-hari.

Ibu bapa juga mempunyai pilihan untuk meneroka cara alternatif untuk mengekalkan kumpulan sokongan. Penting untuk anda menyokong tindakan yang diambil oleh ibu bapa. Mereka juga boleh menyemak sumber-sumber yang ada termasuk berjumpa sekali-sekala dengan kumpulan, menyediakan bilik untuk perjumpaan akan datang, dsb.

#### 

#### Berhenti Seketika

Taking a pause is an activity parents first experienced in the first in-person onboarding session. They may have also done it a different time throughout the programme.

* Berhenti seketika ialah aktiviti mudah yang membolehkan ibu bapa berhenti dan bertenang melalui pernafasan mereka. Ia memberi mereka kestabilan dalam kehidupan sibuk mereka dan mengembalikan tumpuan kita apabila keadaan menjadi sukar.
* Boleh digunakan pada bila-bila masa sepanjang hari. Ia juga boleh menjadi aktiviti singkat (30 saat) atau selama 3 minit.
* Dengan berhenti seketika, ia boleh membantu apabila ibu bapa mendapati anak mereka menjengkelkan mereka atau telah melakukan kesilapan. Ia memberi mereka peluang untuk bertindak balas dengan cara yang lebih memupuk dan bukannya bertindak balas secara negatif.
* Aktiviti Seni

#### 

#### Pembentangan

Ibu bapa mempelajari satu lagi aktiviti penenang yang dipanggil "Mengirim Kasih Sayang." Aktiviti ini boleh membantu terutamanya apabila ibu bapa berasa keseorangan dan memerlukan sokongan.

✏️Arahan

Mereka juga belajar bahawa mereka boleh menghantar kiriman ini kepada orang yang mereka sayang, terutamanya anak-anak mereka. Anda juga harus mengamalkan aktiviti ini untuk diri sendiri kerana anda juga berhak untuk turut menerima banyak Kasih Sayang!

### 4.3. Menyampaikan Sesi

| 20 minit | | |
| --- | --- | --- |
| [Perbincangan untuk sokongan berterusan](#_4h042r0) | * Aktiviti Kesedaran * Berikan semua perhatian anda terhadap anak anda. | 10 min |
| [Penutup](#_2koq656) | * Salam perpisahan * Aluan * Sharing | 50 min |
| Moving Forward | * Perbincangan untuk sokongan berterusan * Aktiviti Kesedaran * Penutup   Note: Parents will participate in post-test and focus group discussions after the closing session with the research team. | Memulakan ParentText |

Total Time = 1 hour 30 min

#### 

#### Welcome

⏱️10 min

When you start the session, praise the group for coming to the session and congratulate them for making it to the final group session for Naungan Kasih!

##### Mengumpul Perhatian

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka** 

Berhenti seketika bersama peserta. Anda boleh menjadikannya ringkas (kira-kira seminit).

⏱️5 min

Anda harus berhenti seketika selama kira-kira 5 saat setiap kali [Pause] muncul dalam teks. Ia akan menjadi lebih bermakna jika anda Berhenti seketika dengan kumpulan anda pada masa yang sama.

**Daftar kehadiran, tanda nama, sijil, hadiah untuk kehadiran, sijil** 

1. Pembentangan

* Cari posisi duduk yang selesa, kaki bersimpuh di atas lantai, tangan anda diletakkan di pangkuan anda. [Pause]
* Tutup mata anda jika anda berasa lebih selesa begitu. [Pause]

1. Menjadi Sedar

* Tanya diri anda, "Apakah yang saya alami pada masa ini?" [Pause]
* Perhatikan apa yang sedang anda fikirkan. Perhatikan jika ia adalah pemikiran negatif atau positif. [Pause]
* Perhatikan juga emosi yang sedang anda alami. Perhatikan sama ada perasaan anda menyenangkan atau kurang menyenangkan. [Pause]
* Perhatikan keadaan badan anda. Perhatikan jika anda mempunyai sebarang ketidakselesaan atau ketegangan. [Pause]

1. Mengumpul Perhatian

* Berikan tumpuan anda kepada nafas anda. [Pause]
* Anda mungkin mahu meletakkan satu tangan di atas perut anda untuk merasa perut anda kembang dan kuncup setiap kali anda bernafas. [Pause]
* Tumpukan pada nafas anda semasa anda menarik nafas, bagaimana ia berhenti, dan bagaimana ia dihembus keluar. [Pause]
* Jika anda menyedari bahawa fikiran anda mula menerawang, ini perkara biasa. [Pause]
* Jika anda menyedari bahawa anda berasa sangat tertekan, anda boleh meyakinkan diri anda dengan berkata "Tidak mengapa. Apa-apa pun, saya okey.” [Pause]
* Kemudian kembalikan kesedaran anda dengan menumpukan kepada nafas anda. [Pause]
* Pastikan anda beri tumpuan kepada nafas anda untuk beberapa saat. [Pause]

1. Pemberi tenaga - Energisers

* Benarkan tumpuan anda meluas ke seluruh badan. [Pause]
* Benarkan tumpuan anda berkembang kepada bunyi di dalam bilik. [Pause]

1. Memperbaiki Hubungan Saya dengan Anak Saya: Kita mulakan dengan memberi tumpuan terhadap memperbaiki hubungan kita dengan anak-anak kita dengan meluangkan masa bersama seorang dengan seorang, memberi pujian, bercakap tentang perasaan dan nilai kita.

* Mempersiapkan Anak Saya untuk Menempa Kejayaan di Sekolah: Dalam matlamat ini, kita mempersiapkan anak-anak kita untuk berjaya di sekolah dengan menyokong aktiviti membaca dan Matematik mereka.
* Apabila anda sudah bersedia, buka mata anda semula. [Pause]

##### 

##### 

##### End of course check-in (5 min)

**Untuk memberi peluang kepada ibu bapa berkongsi pengalaman mereka** 

Parents are asked the same question at the end of the course, that they are asked at the beginning of the course, “How many days in the last week (0-7) did you spend at least 5 minutes of one-on-one time with your child?”

**Instructions** [**(Slide)**](https://docs.google.com/presentation/d/155kHdFf0jbxv7ZrHRRHMbiuZefdDB5LolIjDzbJxXzY/edit#slide=id.g2c6c37ebad8_0_20)

* Ask the parents to type “CLOSE” in their NKText
* Ask the parents to reflect on the question “How many days in the last week (0-7) did you spend at least 5 minutes of one-on-one time with your child?
  + Parents should type the number of days (0=did not spend one-on-one time on any day, and 7=everyday). There is no right or wrong answer, ask the parents to answer truthfully.
  + If the parent has not completed the course, this question will not appear. Ask the parents to complete the course, and then type CLOSE to answer the question.
  + If the parent has already answered the question before coming to the session, they will be asked if they would like to change their answer. They can choose “Yes” and respond to the question, or choose “No” to keep their old response.

#### Collaborative Art Activity

Postit Notes with solid fill

Gambaran Keseluruhan

Minta ibu bapa untuk memikirkan tentang pengalaman mereka semasa sesi tersebut dan semasa mereka mengamalkan kemahiran di rumah.

Ingatkan ibu bapa bahawa ia tidak mengapa jika mereka belum menyelesaikan semua matlamat.

##### Silent Reflection (5 min)

**Arahan** 

Aktiviti Seni (15 min)

* Minta ibu bapa menutup mata dan duduk dalam keadaan selesa.
* Selepas sesi renungan, edarkan kertas dan krayon untuk Aktiviti Seni.
* Guide parents through each lesson of NKText:
  + Spend one-on-one time: We started with learning about one-on-one time to make our children feel valued and loved.
  + Give praise: In this lesson, we learnt to praise our child during one-on-one time. Praising our children creates a positive and loving relationship between you and your child.
  + Create a routine for one-on-one time: Next, we heard how to make one-on-one time part of our daily routines. We learnt it is important to be a team and involve our children in making routines, being consistent in following routines, and praising our children when they follow a routine.
  + Noticing feelings during one-on-one time: We also learnt how to notice and talk about our feelings and emotions during one-on-one time with our children. Noticing and talking about feelings allows our children to share their feelings with us. We learnt the six basic emotions, how to notice them, and talk about them.
  + Keeping calm when we are stressed: Finally, we all know parenting can be stressful. In our last lesson, we heard how we can stay calm and manage our anger when dealing with stressful moments with our children by being quick, clear and positive in telling our children what we want them to do, instead of what we don’t want them to do.
* Selepas semua peserta selesai berkongsi, mereka akan meletakkan gambar mereka di tengah-tengah bulatan untuk menunjukkan visi komuniti keibubapaan positif.
* Remind the parents that it is okay if they have not finished all the lessons yet.
* Agenda Sesi
* Kekalkan Momentum

##### Cerita – Sup Batu (15 min)

**Arahan** 

* ⏱️5 min
* ⏱️5 min
  + Aktiviti seterusnya membantu ibu bapa mengenal pasti cara untuk terus menyokong antara satu sama lain.
  + Bagaimanakah hubungan itu berubah? Apakah perubahan pada diri anda? Anak anda? Keluarga kamu?
  + Apakah perkara paling mustahak/penting yang anda pelajari? Mengapa perkara ini penting?

##### Membaca cerita yang berikut:

**Arahan** 

* ⏱️5 min
* ⏱️15 min

#### 

#### Moving Forward

##### Discussion on continuing support (10 min)Pencil with solid fill

Instruction

Tempat di mana ibu bapa boleh bertemu dan jika bantuan boleh diberikan oleh organisasi.

Masa dan hari yang paling sesuai untuk semua orang

* Sama ada fasilitator boleh berjumpa mereka dari semasa ke semasa
* Petua untuk Meneruskan Sokongan untuk Kumpulan Sokongan Secara Bersemuka atau Dalam Talian:

Some ideas:

* You, as a facilitator, can continue to participate in the WhatsApp Support group, if you would like. You are welcome to leave the group at the end of the programme.
* Once you leave, parents can continue using the WhatsApp Support group to continue supporting each other. Remind the parents of the ground rules they agreed to during the onboarding session.
* Parents can also continue supporting each other through parent-led in-person peer support groups. For these groups, it is important to identify the following:
  + Pada penghujung sesi, ibu bapa mempelajari satu aktiviti mengurangkan tekanan yang terakhir - amalan Kebaikan Kasih Sayang.
  + Aktiviti ini membantu para peserta untuk berhubung dengan rasa kasih sayang terhadap diri sendiri dan keluarga mereka.
  + Ia adalah penutup kepada aktiviti kemuncak dan pada masa sama mewujudkan kembali perasaan kesejahteraan dan ketenangan selepas semua keterujaan dan jangkaan untuk penutupan kepada semua peserta.
  + Gunakan teks di bawah sebagai panduan untuk memimpin aktiviti.

Petua untuk Meneruskan Sokongan untuk Kumpulan Sokongan Secara Bersemuka atau Dalam Talian:

1. Mempersiapkan Anak Saya untuk Berjaya di Sekolah: Dalam matlamat ini, kita mempersiapkan anak-anak kita untuk berjaya di sekolah dengan menyokong aktiviti membaca dan Matematik mereka.
2. Mungkin ada ibu bapa lain yang mempunyai pengalaman menyertai program Naungan Kasih di kawasan kejiranan anda. Mulakan Kumpulan Sokongan Naungan Kasih anda sendiri!
3. Kadang-kadang apabila kita mengalami tekanan, berasa keseorangan, atau sekadar memerlukan sokongan, hantarlah kiriman kasih sayang kepada diri kita sendiri untuk membantu.
4. Menyokong Tingkah Laku Positif Anak-Anak: Kini, kita juga mempunyai kemahiran untuk mengurus salah laku anak-anak kita dengan mengalihkan perhatian mereka, mengabaikan tingkah laku yang mendesak dan menguruskan akibat.
5. Tegaskan sekali lagi, di dalam situasi yang mengungkit kerisauan mengenai perlindungan atau kerahsiaan, ibu bapa boleh mengeluarkan ahli kumpulan itu daripada kumpulan serta-merta.
6. Mempunyai Hubungan Sihat dengan Anak Saya: Kita membina hubungan yang sihat dengan memberi tumpuan kepada rasa hormat, tanggungjawab dan penyelesaian konflik bersama pasangan.

#### 

##### Aktiviti Kesedaran (10 min)Postit Notes with solid fill

Gambaran Keseluruhan

Minta mereka berfikir tentang bagaimana mereka telah berubah, apakah perubahan pada anak-anak dan tingkah laku anak-anak mereka, dan juga perubahan pada keluarga mereka.

Peserta juga harus dijemput untuk memberi pendapat tentang apa yang mereka fikir berkesan semasa program, dan bagaimana program ini telah memberi kesan kepada kehidupan dan rumah tangga mereka.

Terbuka kepada sifat Kasih Sayang

Gunakan teks di bawah sebagai panduan untuk memimpin aktiviti.

**Arahan** 

Just like taking a pause, you can pause for about 5 seconds at each [Pause] in the text. Semasa berhenti seketika, ia mungkin membantu jika anda mengikut arahan anda sendiri.

1. Pembentangan

* Kadang-kadang apabila kita mengalami tekanan, berasa keseorangan, atau sekadar memerlukan sokongan, hantarlah kiriman kasih sayang kepada diri kita sendiri untuk membantu.
* Latihan ini membantu kita menjadi lebih tenang dan hadir, yang dapat meningkatkan kesejahteraan dan keseimbangan, dan membantu kita menguruskan tekanan, penyakit dan kesukaran. [Pause]
* Cari posisi duduk yang selesa, kaki bersimpuh di atas lantai, tangan anda diletakkan di pangkuan anda. [Pause]
* Tutup mata anda jika anda berasa lebih selesa begitu. [Pause]

1. Menjadi Sedar

* Tanya diri anda, "Apakah yang saya alami pada masa ini?" [Pause]
* Perhatikan apa yang sedang anda fikirkan. Perhatikan jika ia adalah pemikiran negatif atau positif. [Pause]
* Perhatikan juga emosi yang sedang anda alami. Perhatikan sama ada perasaan anda menyenangkan atau kurang menyenangkan. [Pause]
* Perhatikan keadaan badan anda. Perhatikan jika anda mempunyai sebarang ketidakselesaan atau ketegangan. [Pause]

1. Meluaskan Kesedaran

* Berhubung ke hati anda dengan cara yang baik dan lembut. Anda boleh meletakkan satu tangan pada jantung atau dada anda. [Pause]
* Anda kemudiannya boleh menyebut perkataan berikut secara senyap kepada diri sendiri [Pause]

Semoga saya tenteram. [Pause]

Semoga saya selamat. [Pause]

Semoga saya sihat. [Pause]

Semoga saya gembira. [Pause]

Semoga saya rasa disayangi. [Pause]

Lampiran

* Jika anda berasa selesa, anda juga boleh menghantar kiriman kasih sayang kepada anak anda, pasangan, keluarga anda dan sesiapa sahaja yang rapat dengan anda dalam hidup anda. [Pause]

Semoga anda dalam perasaan yang tenang. [Pause]

Semoga anda selamat. [Pause]

Semoga sihat hendaknya. [Pause]

Semoga anda bahagia. [Pause] Semoga anda berasa disayangi. [Pause]

Lampiran

1. Pemberi tenaga - Energisers

* Benarkan tumpuan anda meluas ke seluruh badan. [Pause]
* Benarkan tumpuan anda berkembang kepada bunyi di dalam bilik. [Pause]
* Apabila anda sudah bersedia, buka mata anda semula. [Pause]

1. Memperbaiki Hubungan Saya dengan Anak Saya: Kita mulakan dengan memberi tumpuan terhadap memperbaiki hubungan kita dengan anak-anak kita dengan meluangkan masa bersama seorang dengan seorang, memberi pujian, bercakap tentang perasaan dan nilai kita.

* Beri saya 4 = Tepuk, tepuk tepuk, tepuk (mulakan semula dengan 1)
* Apabila anda sudah bersedia, buka mata anda semula. [Pause]

Keluarkan tangan anda, letakkan tangan anda ke dalam, keluar, ke dalam dan lakukan goyang-goyang

##### Letakkan kaki kiri anda keluar, masukkan kaki kiri anda ke dalam, masuk, keluar dan lakukan goyang-goyang

Close out the session with an activity or prayer. Hand out the certificates, token money, and food.

Goncang tangan kanan, goncang tangan kiri, kanan, kiri dan goncang.

Goyang kaki kanan, goyang kaki kiri, kanan, kiri dan goyangkannya.

# PART THREE: Facilitator Check-in Messages

# 

Pautan Segera

#### [5 | Sample Check-in Messages](#_ty3o9b4lnpkx)

[Day 1: After the Onboarding Session](#_aw6a3wd7jjnb)

[Day 3: Check-in](#_1yzo8jobjvta) [Day 5: Check-in](#_ydoy2s2u1d2s)

[Day 7: Check-in](#_vsxbgd8uv8rb)

[Day 9: Check-in](#_gec1kznwzp79)

## 5 | Sample Check-in Messages

As part of your responsibility as a facilitator, you will check-in with the parents every two days on your WhatsApp Support group. The goal is to support parents to be on track with their positive parenting journey on NKText. By doing so, you are motivating the parents, and reminding the parents to apply the positive parenting skills they are learning with their children.

These are sample check-in messages that you can record and send on your WhatsApp Support Group.

### Day 1: After the Onboarding Session

“Hello everyone! Welcome to our Naungan Kasih WhatsApp Group! Today let us introduce ourselves. I’ll begin. My name is [INSERT NAME] and it was really nice to meet you all during our onboarding session. Please share your name using voice message.”

### Day 3: Check-in

“Hello! Congratulations on making it this far into the programme! How is everybody doing? Happy? Stressed? Angry? Annoyed? Peaceful? Whatever emotion you are feeling..it’s okay! Remember to go to NKText to learn a new positive parenting skill, and don’t forget to apply what you’ve learned with your children.”

### Day 5: Check-in

“Hello! Can you believe 5 days have already passed? Time has flown so quickly! How are you doing today? Excited? Anxious about parenting? Curious? Whatever emotion you’re experiencing is okay. Don’t forget to check NKText for your new parenting lesson, and remember to apply these new skills with your children.”

### Day 7: Check-in

“Hello! You’ve come a long way in the program! Congratulate yourself for showing up for your children. Keep up the good work and remember to visit NKText for your new parenting lesson. Also, continue applying the positive parenting skills you’re learning on NKText with your children.”

### Day 9: Check-in

“Hello everyone! Just a quick reminder that this is the last message. Our closing session is on [ENTER DATE OF CLOSING SESSION]. Whether you’ve completed all the lessons or not, it’s totally okay! We'd love to see you there and hear about your experience. Looking forward to our final session together! If you have any remaining lessons, feel free to check NKText. Also, don't forget to keep practising the positive parenting skills you've learned with your children. See you on [ENTER DATE OF CLOSING SESSION]!”