

Program Keibubapaan Positif Hibrid Naungan Kasih – Manual Fasilitator

EDISI KEDUA JULAI 2024



unicef
for every child



Versi Asal Oleh: Jamie M. Lachman, Francesca Stuer, Rumaya Binti Juhari, Siti Nor Binti Yaacob, Zainal Bin Madon, Zarinah Binti Arshat, Mariani Binti Mansor, and Rojanah Binti Kahar

Versi Hibrid Oleh: Deepali Barapatre, Jamie M. Lachman, Laurie Markle, Durgesh Rajandiran, Hal Cooper, Wan Nur Baiti Binti Sudin, Rumaya Binti Juhari, Farah Zeehan Binti Mohd Nadzri, Nurhilmayani Binti Ismail, Zainal Binti Madon, Zarinah Binti Arshat, Muslihah Binti Hasbullah, Nellie Binti Ismail, Mohd Najmi Bin Daud, Mohamad Naquiddin Bin Dahamat Azam, Rojanah Binti Kahar, Amy Bala, Rodhiah Zakaria, Noralina Omar, Laila Nasuha, Sarah Norton-Staal, Saskia Blume, Amalina Annuar, Inge Vallance, Saara Thakur, Peter Burr, Francesca Stuer.

Ilustrasi oleh: Orli Setton **Direka oleh:** Leah de Jager

BAHAGIAN DUA:

Sesi Penyampaian Secara Bersemuka

Pautan Segera

[3.1 Gambaran Keseluruhan](#)

[3.2 Sebelum anda Mulakan](#)

[3.3 Menyampaikan Sesi](#)

3| Sesi Pengenalan

3.1. Gambaran Keseluruhan

Sesi Pengenalan – Gambaran Keseluruhan	
Matlamat	<ul style="list-style-type: none">• Peserta membina asas untuk bekerja bersama dengan baik dalam kumpulan sokongan WhatsApp.• Peserta mempunyai kemahiran asas penggunaan telefon untuk mengakses semua kandungan NKText yang berkaitan, dan mengambil bahagian dalam kumpulan sokongan WhatsApp.• Ibu bapa/penjaga belajar kemahiran cara untuk berinteraksi dengan anak-anak mereka semasa aktiviti Bersama Seorang Dengan Seorang untuk membina hubungan/rasa kasih sayang yang utuh antara ibu bapa dan anak
Bahan	<ul style="list-style-type: none">• Pita pelekat, pen, kertas, carta selak, jamuan ringan (sekiranya berkenaan)• Telefon• Sambungan Wi-Fi• Skrin dan Projektor
Persediaan	<ul style="list-style-type: none">• Sediakan bilik dengan kerusi dalam bulatan.• Sediakan bahan dan jamuan ringan semasa rehat (jika berkaitan)• Simpan nombor WhatsApp pada telefon anda dan wujudkan kumpulan sokongan WhatsApp untuk peserta yang terpilih

Agenda Sesi		
Pra-Sesi Pendaftaran	<ul style="list-style-type: none"> • Mengumpulkan nama dan nombor telefon • Jamuan ringan 	30 min
Aluan	<ul style="list-style-type: none"> • Aluan • Permainan Nama • Gambaran keseluruhan program Naungan Kasih (termasuk NKText dan kumpulan WhatsApp) • Peraturan Asas 	20 min
Memulakan NKText	<ul style="list-style-type: none"> • Penerokaan fungsi asas telefon untuk berinteraksi dengan Chatbot NKText • Melengkapkan Pengenalan, Aluan (<i>Welcome Flow</i>) dan Meluangkan masa bersama seorang dengan seorang di dalam NKText bersama-sama. • Menyelesaikan cabaran dalam NKText 	40 min
Meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan Anak Anda	<ul style="list-style-type: none"> • Matlamat dan Kuiz NKText • Komik NKText • Perbincangan: Masa Seorang Dengan Seorang bersama Anak Anda • Perbincangan Berpasangan: Aktiviti untuk dilakukan bersama Anak anda • Berlatih menggunakan kemahiran • Tip bagi Meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan anak anda 	50 min
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Refleksi • Mengenal pasti Matlamat Seterusnya dalam NKText • Aktiviti Salam Perpisahan 	10 min

3.2. Sebelum anda mulakan

Matlamat Sesi Pengenalan

Sesi Pengenalan menetapkan nada untuk program Naungan Kasih secara keseluruhannya. Kewujudan ruang yang mesra dan selamat untuk para peserta adalah penting supaya mereka berasa selesa dan dapat membiasakan diri mereka untuk menggunakan kotak sembang NKText dan menyertai kumpulan sokongan WhatsApp.

Mulakan dengan mengalu-alukan dan mengucapkan terima kasih kepada ibu bapa atas penyertaan dan komitmen mereka untuk membaiki hubungan dan menyokong antara satu sama lain. Kemudian, perkenalkan program Naungan Kasih supaya mereka tahu apa yang boleh dijangkakan.

Benarkan peserta untuk mengekspresikan sebab dan matlamat mereka menyertai program ini. Ini akan membuatkan mereka merasakan mereka sebahagian daripada program dan juga dapat membantu kita untuk lebih memahami tentang setiap ibu bapa.

Semasa sesi pengenalan, anda ingin mencapai 5 perkara:

1. Memperkenalkan NKText kepada ibu bapa.
2. Menetapkan peraturan asas untuk interaksi dalam NKText dan WhatsApp
3. Memastikan peserta memahami cara untuk menggunakan telefon mereka bagi aktiviti yang berkaitan dengan NKText, dengan membimbing mereka melalui Aliran Selamat Datang (*Welcome Flow*) NKText
4. Peserta berlatih cara untuk meluangkan masa bersama anak mereka semasa sesi main peranan (*role play*).
5. Beri tugas aktiviti di rumah untuk ibu bapa lakukan selepas sesi.

Ingat bahawa ibu bapa merupakan pakar, dan anda adalah pembimbingnya!



Cara menggunakan telefon dalam Naungan Kasih

Adalah penting bagi para peserta untuk mengetahui cara menggunakan telefon mereka bagi melakukan perkara berikut supaya peserta dan keluarga mereka mendapat manfaat daripada kandungan yang disampaikan oleh Chatbot NKText:

1. Mengakses semua kandungan NKText yang berkaitan dan
2. Berinteraksi bersama peserta lain dalam sesi sembang WhatsApp.

Semasa sesi Pengenalan, anda akan meneroka beberapa fungsi asas telefon dan melakukan beberapa aktiviti awal NKText bagi memastikan semua peserta dapat sama-sama mengikuti. Jika ada ibu bapa yang mengalami kesulitan dengan penggunaan telefon, rakan mereka boleh membantu!



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.
- Wujudkan kumpulan WhatsApp anda (dengan nama sementara kumpulan, ikon, penerangan). Nama bagi setiap kumpulan WhatsApp mempunyai struktur yang sama:
 1. “Naungan Kasih”
 2. Nama yang dipilih oleh kumpulan.

Apabila anda mencipta nama sementara kumpulan anda, anda akan menggunakan “Naungan Kasih”.

Anda boleh kekalkan nama kumpulan sementara anda atau anda boleh menambah nama kepada nama kumpulan sementara anda. Sebagai contoh, “Naungan Kasih_KeluargaBahagia”.

Apakah Masa Bersama Seorang dengan Seorang?

Kemahiran keibubapaan yang dipanggil "Masa Bersama Seorang dengan Seorang" diperkenalkan kepada ibu bapa semasa sesi pengenalan. Masa Bersama Seorang dengan Seorang bermakna ibu bapa meluangkan masa yang berkualiti dengan anak mereka untuk membina rasa selamat dan jalinan ikatan yang kukuh, yang akan membawa perubahan positif kepada hubungan antara ibu bapa dan anak. Masa Bersama Seorang dengan Seorang antara ibu bapa dan anak merupakan saat penting bagi kanak-kanak, terutamanya apabila ibu bapa membenarkan anak-anak untuk meneroka dunia melalui bermain semasa aktiviti. .

Masa Bersama Seorang dengan Seorang membolehkan kanak-kanak tahu bahawa ibu bapa memberi perhatian kepada mereka dan berminat dengan apa yang mereka lakukan.

Masa Bersama Seorang dengan Seorang **BUKAN** tentang memantau tingkah laku anak untuk memastikan mereka berkelakuan dengan baik, ini adalah kemahiran penting lain yang akan dipelajari oleh ibu bapa dalam program.

Mengapakah Masa Bersama Seorang dengan Seorang itu penting?

Hubungan positif antara ibu bapa dan anak-anak dapat dibina melalui Masa Bersama Seorang dengan Seorang. 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 lebih banyak meluangkan masa untuk menghentikan mereka daripada berkelakuan negatif.

Apabila anak-anak sedang bermain sendiri atau melakukan aktiviti mereka secara tenang, ibu bapa sering menghela nafas lega dan meninggalkan mereka seorang diri. 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.

Masa bersama seorang dengan seorang membantu anak-anak merasakan bahawa ibu bapa menghargai mereka sebagai individu, menghargai perkara yang mereka

lakukan, dan tidak hanya bimbang supaya mereka patuh pada arahan. Sebagai hasilnya, Masa Bersama Seorang dengan Seorang juga dapat membina harga diri kanak-kanak dan merasakan diri mereka penting.

Apabila anak-anak leka bermain, ia dapat membantu meningkatkan kreativiti mereka dan memahami dunia persekitaran. Sekiranya ibu bapa menggunakan perkataan untuk menerangkan apa yang anak mereka lakukan, ianya akan membantu anak mereka membina kemahiran bahasa dan kemahiran pemerhatian.

Maklumat penting Semasa Masa Bersama Seorang dengan Seorang

A. Dengar Anak Anda

Pabila seseorang benar-benar mendengar anda dan memerhatikan apa yang anda lakukan, ia menjadikan anda berasa lebih baik kerana anda berasa dihargai.

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

Ketika mendengar dan bercakap dengan anak, ibu bapa perlu pastikan mereka berada pada paras yang sama dengan anak dan memandang 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

Membenarkan Anak Anda Memimpin bermakna ibu bapa perlu membenarkan anak mereka memimpin aktiviti yang dilakukan sewaktu Masa Bersama Seorang dengan Seorang.

Dengan hanya berkata seperti ini, "saya mempunyai 5 hingga 15 minit untuk meluangkan Masa Bersama Seorang dengan Seorang bersama kamu, apa yang kamu ingin lakukan?", ibu bapa dapat menerapkan nilai kepimpinan dalam diri anak mereka.

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!
- Adalah penting untuk mengingatkan ibu bapa bahawa mereka masih dapat mengawal waktu bermula dan berakhirnya Masa Bersama Seorang dengan Seorang. Sewaktu Masa Bersama Seorang dengan Seorang, mereka juga dapat menetapkan had seberapa banyak aktiviti yang boleh dipilih oleh kanak-kanak.
- Ini adalah penting untuk ditekankan terutamanya dalam budaya di mana kuasa seorang ibu bapa perlu dihormati oleh anak-anak mereka.

- Anda boleh meyakinkan ibu bapa bahawa mereka masih ada kuasa untuk membenarkan anak mereka memimpin jika berasa tidak selesa tentang Membenarkan Anak Anda Memimpin.
- Ramai kanak-kanak tidak pernah diberi peluang untuk memilih aktiviti atau memimpin aktiviti. Mungkin mereka akan berasa pelik pada awalnya!
- Ibu bapa atau penjaga boleh membantu anak-anak mereka dengan mencadangkan beberapa aktiviti yang selamat dan sesuai untuk perkembangan yang boleh dipilih oleh anak-anak.
- 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



Sorotan Keupayaan

- 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 sedang 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.

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 dan bagaimana kehendak atau keperluan seorang kanak-kanak dapat 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, 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 minta bantuan atau berterima kasih kepada mereka kerana bertanya kemudian tawarkan bantuan ataupun beri penjelasan.

- Berikan tempoh masa yang mencukupi 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 menunjukkan teladan komunikasi yang baik



Nota

Membenarkan anak anda memimpin tidak semestinya mereka boleh lakukan apa sahaja yang mereka suka!

Sila semak semula Panduan yang diterangkan dalam manual ini untuk bimbingan lanjut tentang Masa Bersama Seorang dengan Seorang

Pemberi tenaga - *Energisers*

Anda boleh memimpin aktiviti yang bertenaga bersama ibu bapa jika kumpulan menjadi kurang bersemangat. Ini dapat menjadikan para peserta kekal aktif dan peka untuk bahagian program yang seterusnya.

Anda boleh menggunakan sebarang pemberi tenaga yang disarankan dalam FaciNK atau meminta saranan dalam kumpulan.

3.3. Menyampaikan Sesi

Agenda Sesi		
Pra-Sesi Pendaftaran	<ul style="list-style-type: none">• Mengumpulkan nama dan nombor telefon• Jamuan ringan	30 min
Aluan	<ul style="list-style-type: none">• Aluan• Permainan Nama• Gambaran keseluruhan program Naungan Kasih (termasuk NKText dan kumpulan WhatsApp)• Peraturan Asas	20 min
Memulakan NKText	<ul style="list-style-type: none">• Penerokaan fungsi asas telefon untuk berinteraksi dengan Chatbot NKText• Melengkapkan Pengenalan, Aluan (<i>Welcome Flow</i>) dan Meluangkan masa bersama seorang dengan seorang di dalam NKText bersama-sama.• Menyelesaikan cabaran dalam NKText	40 min
Meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan Anak Anda	<ul style="list-style-type: none">• Matlamat dan Kuiz NKText• Komik NKText• Perbincangan: Masa Seorang Dengan Seorang bersama Anak Anda• Perbincangan Berpasangan: Aktiviti untuk dilakukan bersama Anak anda• Berlatih menggunakan kemahiran• Tip bagi Meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan anak anda	50 min
Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Refleksi• Mengenal pasti Matlamat Seterusnya dalam NKText• Aktiviti Salam Perpisahan	10 min



Selamat datang

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

Anda boleh mengalu-alukan kumpulan kepada sesi pengenalan NKText secara rasmi jika semua peserta sudah tiba. [\(Slaid 2\)](#)

Permainan Nama (5 min)



Gambaran keseluruhan

Permainan ini membantu para peserta mengenali antara satu sama lain.



Arahan [\(Slaid 3\)](#)

- Peserta berdiri dalam bulatan.
- 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.
- Orang yang duduk di sebelahnya menyebut namanya dan membuat satu bentuk.
- Ulangi untuk setiap orang dalam bulatan!

Memperkenalkan Program Naungan Kasih (5 min)



Gambaran keseluruhan

Gambaran keseluruhan program Naungan Kasih bersama NKText disediakan melalui aktiviti ini. Ia seperti memberi peta perjalanan kepada keluarga yang melancong bersama-sama untuk beberapa minggu akan datang



Arahan ([Slaid 4-6](#))

Tujuan dan Manfaat Program Naungan Kasih

Kongsikan tujuan dan manfaat menjadi sebahagian daripada Program Naungan Kasih kepada ibu bapa.

Program Naungan Kasih adalah untuk ibu bapa yang mempunyai anak berumur 4 hingga 6 tahun yang menghadiri prasekolah KEMAS.

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, yang bertanggungjawab untuk kesejahteraan kanak-kanak itu.

Matlamat Naungan Kasih adalah untuk membantu membina hubungan terbuka, penyayang dan saling percaya antara penjaga dan anak-anak mereka. Apabila kita mempunyai hubungan yang sihat dan positif, ianya membantu ibu bapa untuk memastikan anak-anak mereka selamat dan menyokong pertumbuhan dan perkembangan mereka.

Keibubapaan yang positif juga membantu ibu bapa mengajar anak-anak mereka tingkah laku yang bertanggungjawab, tingkah laku hormat-menghormati dan menyemai nilai keibubapaan.

Komponen utama Program Naungan Kasih

Jelaskan bahawa peserta akan menerima kandungan dan sokongan Naungan Kasih Hibrid dalam tiga cara utama:



1. Chatbot NKText

Ibu bapa menerima tip keibubapaan setiap hari melalui WhatsApp untuk membantu mereka dan hubungan mereka dengan anak dan keluarga mereka (hanya memerlukan 5 minit setiap hari). Ibu bapa boleh mencapai matlamat Naungan Kasih dalam sebarang urutan yang mereka kehendaki:

- Perbaiki Hubungan Saya dengan Anak Saya

- Persiapkan diri Anak Saya untuk Menempa Kejayaan di Sekolah
- Memahami Perkembangan Anak
- Memberikan Persekitaran yang Seimbang kepada Anak Saya
- Menyokong Tingkah Laku Positif Anak Saya
- Pastikan Anak Saya Selamat dan Sihat
- Jalinkan Hubungan Sihat dengan Pasangan Saya
- Merancang Perbelanjaan Keluarga dan Menjimatkan Wang



2. Kumpulan Sokongan WhatsApp

Ibu bapa mengambil bahagian dalam sesi sembang WhatsApp untuk berkongsi pengalaman mereka dan menyelesaikan cabaran mengenai kemahiran yang ditawarkan melalui Chatbot NKText.

Fasilitator hanya akan berkongsi panduan perbincangan mingguan dalam kumpulan sokongan WhatsApp. Fasilitator **bukan moderator**, mereka hanya akan campur tangan jika kandungan yang dibincangkan bertentangan dengan amalan keibubapaan yang positif.



3. Sesi Bersemuka

Ibu bapa akan mengambil bahagian dalam satu sesi bersemuka: satu yang sedang mereka hadiri. Sesi ini bertujuan untuk mengalu-alukan ibu bapa ke dalam program Naungan Kasih, dan memberikan sokongan untuk proses penyertaan mereka.

Apabila anda melengkapkan aktiviti NKText yang pertama bersama-sama, para peserta akan mengetahui bagaimana Chatbot NKText ini berfungsi dalam sesi pengenalan sebentar lagi.

Menetapkan Beberapa Peraturan Asas (10 min)

Gambaran Keseluruhan

Mewujudkan Peraturan Asas membantu menjadikan program sebagai tempat yang selamat untuk belajar bersama-sama. Adalah penting 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.

Arahan ([Slaid 7](#))

Minta peserta memikirkan apa yang penting bagi mereka untuk berasa selesa, dihormati, berasa selamat dan disokong dalam kumpulan.

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

Apabila membincangkan Peraturan Asas, anda boleh menggunakan format berikut:

- Letakkan dua helai kertas selak dan tulis di bahagian atas:
- Peraturan asas untuk Chatbot NKText
- Peraturan asas untuk kumpulan sokongan WhatsApp
- Minta peserta berkongsi cadangan mereka.
- Tulis peraturan dan ulasan pada carta selak untuk disimpan sebagai rujukan kemudian.
- **Pastikan Peraturan Asas merupakan tingkah laku yang positif.** Anda boleh meminta peraturan tentang isu tertentu seperti penggunaan telefon bimbit, hormat-menghormati, dsb.

- Untuk memastikan semua orang dalam kumpulan bersetuju dan faham, anda boleh mengulang semula apa yang anda dengar dan teroka peraturan tersebut.
- Sebagai contoh, jika seseorang menyebut "Hormat", tanya apa maksudnya bagi dia. Apakah jenis tingkah laku yang menunjukkan "Hormat"?
- Pastikan semua orang bersetuju dan mempunyai peluang untuk menyumbang sebelum beralih kepada cadangan lain.



Note

Apabila peserta memahami tentang komponen program dengan lebih mendalam, anda boleh menambahkan lebih banyak peraturan asas ke dalam senarai sewaktu sesi nanti.

Berikut merupakan beberapa peraturan asas yang boleh membantu:

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).



Peraturan asas Chatbot NKText:

- Bersungguh-sungguh dalam melakukan aktiviti harian yang dicadangkan
- Minta bantuan sekiranya anda mengalami kesukaran untuk melakukan aktiviti.
- Pastikan anda mempunyai data untuk melakukan aktiviti NKText setiap hari.



Peraturan asas untuk kumpulan sokongan WhatsApp:

- Hormat privasi gambar dan video peribadi yang dihantar ke dalam kumpulan WhatsApp.
- Setiap individu itu berbeza dan akan mengalami pengalaman yang berbeza untuk dikongsi.
- Hormat satu sama lain dengan memberikan perhatian serta mengambil giliran untuk berkongsi dan mendengar.
- Apa yang dikongsi dalam kumpulan, kekal dalam kumpulan – sama ada secara bersemuka atau dalam talian.
- Hanya berkongsi perkara yang anda selesa sahaja.
- Jangan segan silu untuk bertanya sebarang soalan!



Note

Tangkap gambar Peraturan Asas pada carta selak dan kongsi dalam kumpulan WhatsApp.



Memulakan NKText

Aktiviti ini dapat membantu para peserta memahami asas-asas tentang cara menggunakan telefon bimbit (jika mereka tidak dapat melakukannya). Dengan menggunakan telefon masing-masing ketika sesi, mereka juga akan mulakan interaksi mereka bersama Chatbot NKText untuk melengkapkan aktiviti NKText yang pertama. Ini akan memberi mereka peluang untuk berkongsi pengalaman pertama mereka dan menyelesaikan sebarang masalah yang dihadapi.



Pengenalan kepada Penggunaan Telefon (5 min)



Gambaran Keseluruhan

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



Arahan [\(Slaid 8\)](#)

Untuk menjadikan aktiviti ini interaktif, minta peserta menunjukkan perkara berikut kepada kumpulan (dan betulkan/beri panduan mengikut keperluan):

1. Menghidupkan dan mematikan telefon

Tunjukkan kepada peserta:

- Bagaimana untuk menghidupkan dan mematikan telefon. Tunjukkan dengan jelas tiga butang di sisi (hidup/mati, volume naik/turun).
- Di mana dan bagaimana untuk memasukkan kad sim dan memastikan ia berfungsi dengan baik sebaik sahaja telefon dihidupkan.

Terangkan tentang PIN kad sim dan bagaimana kad sim anda boleh disekat jika PIN tidak dimasukkan dengan betul.

2. Menavigasi melalui tetapan telefon

Tunjukkan kepada peserta:

- Bagaimana untuk meningkatkan dan mengurangkan kecerahan telefon.
- Cara *install* dan *delete* aplikasi.
- Cara mengambil dan berkongsi tangkapan skrin (*Screenshot*) (ini adalah penting apabila mereka mengalami masalah teknikal).

3. Menavigasi melalui tetapan WhatsApp

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

Tunjukkan kepada peserta:

- Bagaimana untuk mencari dan membuka WhatsApp.
- Cara membalas mesej/prompt daripada NKText (untuk menerima kandungan seterusnya).
- Bagaimana untuk membuka imej.
- Bagaimana untuk membuka fail audio/video.

4. Mengecas telefon

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.

Gunakan pengecas telefon asal untuk mengecas telefon.

5. Menghidupkan dan mematikan data internet

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

Tegaskan bahawa data tidak boleh dibiarkan tanpa henti, untuk meminimumkan penggunaan data dan mengoptimumkan penggunaan bateri.

Tunjukkan peserta cara menyemak baki data dan/atau penggunaan data.

6. 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.
- Delete aplikasi

7. Kesedaran digital: Keselamatan Internet

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

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

8. Cara mengelakkan kerosakan telefon anda

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.



Memulakan NKText



Gambaran Keseluruhan

Peserta kini akan melakukan interaksi pertama mereka dengan Chatbot NKText pada telefon mereka



Arahan ([Slaid 9-10](#))

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

1. Mulakan sembang WhatsApp dengan NKText

Berikan peserta arahan yang berikut:

- Buka telefon anda
- Simpan nombor telefon NKText (+6-012-292-7434) sebagai kenalan
- Buka WhatsApp, cari 'NKText' dan mulakan sembang dengan menaip KEMASRCT

2. Tetapan

Beritahu peserta untuk ikuti *prompt* NKText. NKText akan meminta mereka untuk:

- Pilih bahasa
- Pilih cara mereka mahu menerima mesej:
 - Teks, imej, dan video
 - Teks, imej, dan audio
 - Teks dan imej sahaja

3. Video pengenalan

Minta peserta menonton video pengenalan 5 minit yang menerangkan cara NKText berfungsi.

Tanya peserta jika mereka mempunyai sebarang soalan.

4. Maklumat pengguna

Beritahu peserta untuk ikuti *prompt* NKText. NKText akan meminta mereka untuk:

- Jawab soalan ringkas tentang diri anda dan keluarga anda supaya NKText boleh menghantar kandungan yang disesuaikan (nama anak, umur, jantina dan status perhubungan penjaga)

5. Berhenti seketika

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.

Beritahu peserta untuk ikuti *prompt* NKText. NKText akan meminta mereka untuk:

- Lakukan latihan Berhenti Seketika.

6. Pilih matlamat pertama dan lalui kemahiran pertama

Peserta kini bersedia untuk memulakan Matlamat pertama mereka dalam NKText.

Beritahu peserta untuk ikuti *prompt* NKText. NKText akan meminta mereka untuk:

- Mulakan Matlamat 1 (“Perbaiki Hubungan Saya dengan Anak Saya”).

Untuk sesi pengenalan, semua peserta akan mengusahakan Matlamat 1 supaya mereka boleh berkongsi pengalaman dan soalan mereka. Selepas melengkapkan matlamat pertama ini, ibu bapa boleh melengkapkan sebarang matlamat yang mereka suka.

Jika peserta telah memilih Matlamat yang berbeza, beritahu mereka untuk menaip MENU dan bimbing mereka tentang cara mereka boleh menukar matlamat mereka: MENU > Jejak kemajuan saya > Lihat Matlamat untuk Mula > Mulakan matlamat baharu dan biarkan matlamat semasa saya tidak lengkap.

- Lengkapkan Kemahiran 5 minit pertama (“Meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan Anak Saya”) dalam Matlamat ini.

Beritahu peserta bahawa NKText akan mengingatkan mereka untuk melakukan Kemahiran seterusnya esok (dan setiap hari selepas itu sehingga mereka menyelesaikan program).

Tanya peserta jika mereka mempunyai sebarang soalan selepas melengkapkan Matlamat 1. Anda boleh menggesa mereka dengan bertanya perkara berikut:

- Bagaimanakah pengalaman anda berinteraksi dengan NKText?
- Adakah anda mempunyai sebarang soalan tentang cara berinteraksi dengan NKText?
- Anda ada apa-apa kebimbangan tentang cara anda berinteraksi dengan NKText semasa anda di rumah?

Berikan pujian kepada peserta kerana telah menyelesaikan aktiviti NKText pertama mereka!



Nota

Jika ada pertanyaan lanjut berkenaan Masa Bersama Seorang dengan Seorang, maklumkan kepada ibu bapa bahawa aktiviti seterusnya akan meneroka tdengan lebih mendalam.



Menyelesaikan cabaran bersama NKText (5 min)



Gambaran keseluruhan

Ketika berinteraksi dengan Chatbot NKText, para peserta mungkin menghadapi sedikit kesukaran.



Arahan

Minta para peserta untuk menunjukkan cara menyelesaikan cabaran berikut kepada satu sama lain:

- Saya tersekat dalam NKText atau butang 'Next' tidak muncul.
 - Untuk menavigasi ke aktiviti anda yang seterusnya, taip NEXT atau MENU.
- Saya tidak tahu cara mengakses Menu utama atau apa sebenarnya Menu itu.
 - Taip MENU pada bila-bila masa untuk:
 - Jejak kemajuan anda (dan ubah Matlamat yang anda sedang laksanakan)
 - Kongsi NKText bersama rakan
 - Tukar tetapan (bagaimana/bila anda menerima mesej, kemas kini butiran anda untuk kandungan yang disesuaikan)
 - Untuk membina perhubungan erat dengan anak anda, cari aktiviti baharu yang boleh dilakukan oleh anak anda bersama ibu bapa
 - Tonton semula video pengenalan dan dapatkan petua untuk menavigasi NKText
 - Dapatkan bantuan untuk menavigasi cabaran tertentu semasa menggunakan kemahiran baharu
- Berlaku kecemasan dan saya memerlukan bantuan segera.

→ Taip HELP pada bila-bila masa untuk mengakses sumber dan maklumat hubungan komuniti anda jika anda memerlukan bantuan berkenaan keganasan rumah tangga, gangguan seksual, kesihatan mental atau kecemasan lain.

- Tanya ibu bapa sekiranya mereka mempunyai sebarang soalan tentang cara menggunakan ChatBot NKText

Peraturan asas tambahan bagi NKText



Gambaran Keseluruhan

Apabila para peserta sudah memahami fungsi NKText, anda boleh membantu ibu bapa untuk melihat kembali peraturan asas tambahan yang anda boleh tambah ke dalam senarai yang telah anda rangka pada awal sesi ini.



Arahan

Tanya peserta:

- Perlukah apa-apa peraturan asas ditambah ke dalam senarai peraturan asas NKText?

Peraturan tambahan mungkin termasuk:

- Komitmen untuk melakukan aktiviti harian seperti yang dicadangkan oleh NKText.
- Komitmen untuk menyelesaikan keseluruhan Kemahiran 5-minit pada satu-satu masa, bagi mengelakkan masa NKText tamat.
- Komitmen untuk menyelesaikan kesemua 3-5 Kemahiran dalam sesuatu Matlamat sebelum memilih Matlamat yang seterusnya.
- Melakukan cadangan aktiviti di rumah bersama anak anda



Meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama Anak Saya

Matlamat NKText dan Soalan (10 min)

Gambaran Keseluruhan

Memperkenalkan kepada ibu bapa matlamat utama pembelajaran teras secara ringkas. Anda boleh berkata sesuatu seperti:

"Matlamat utama NKText hari ini adalah untuk kita mempelajari cara kita boleh membina hubungan positif dengan anak kita melalui Masa Bersama Seorang Dengan Seorang."

Arahan

Memulakan Matlamat (5 min)

Minta ibu bapa untuk memilih matlamat pertama dalam NKText: Memperbaiki Hubungan Saya dengan Anak Saya.

Peserta kini bersedia untuk memulakan Matlamat pertama mereka dalam NKText. Beritahu peserta untuk ikuti prompt NKText. NKText akan meminta mereka untuk:

- Mulakan Matlamat 1 ("Perbaiki Hubungan Saya dengan Anak Saya").

Untuk sesi pengenalan, semua peserta akan mengusahakan Matlamat 1 supaya mereka boleh berkongsi pengalaman dan soalan mereka. Selepas melengkapkan matlamat pertama ini, ibu bapa boleh melengkapkan sebarang matlamat yang mereka suka.

Jika peserta telah memilih Matlamat yang berbeza, beritahu mereka untuk menaip MENU dan bimbing mereka tentang cara mereka boleh menukar matlamat mereka: MENU > Jejak kemajuan saya > Lihat Matlamat untuk Mula > Mulakan matlamat baharu dan biarkan matlamat semasa saya tidak lengkap.

- Lengkapkan Kemahiran 5 minit pertama ("Meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan Anak Saya") dalam Matlamat ini.

Beritahu peserta bahawa Parent Text akan mengingatkan mereka untuk melakukan kemahiran seterusnya pada hari esok (dan setiap hari selepas itu sehingga mereka menyelesaikan program).

Soalan NKText (5 min)

Bahagian pertama bagi setiap kemahiran mempunyai beberapa soalan pendek:

Soalan 1: “Sepanjang minggu lepas, berapakah jumlah hari di mana anda dapat meluangkan masa bersama seorang dengan seorang bersama anak anda untuk sekurang-kurangnya 5 minit? Sila masukkan bilangan hari.”

Ini membantu ibu bapa membuat refleksi tentang seberapa kerap mereka meluangkan masa berkualiti khusus dengan anak mereka.

Ibu bapa harus menyatakan berapa hari mereka telah habiskan untuk Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak-anak mereka dalam seminggu yang lalu.

Ingatkan ibu bapa bahawa tiada jawapan yang betul atau salah bagi soalan ini. Mereka patut berikan jawapan sejujur yang mungkin.

Sebagai cara untuk melihat sama ada mereka telah bertambah baik semasa program Naungan Kasih, beritahu mereka bahawa mereka akan ditanya soalan yang sama apabila mereka melengkapkan matlamat mereka.

Soalan 2: “Betul atau Salah: Semasa saya meluangkan masa istimewa bersama anak saya, saya perlu mempunyai rancangan. Saya perlu tahu apa yang kami akan lakukan bersama.”

Soalan betul/salah ini menumpukan kepada prinsip utama bagi Masa Bersama Seorang dengan Seorang: Membenarkan anak menerajui ketika Masa Bersama Seorang dengan Seorang.

Ibu bapa mungkin tidak bersetuju dengan jawapan tersebut. Anda mungkin ingin bertanya kepada mereka bagaimana anak mereka mendapat manfaat daripada peluang mereka untuk memimpin dan memilih aktiviti semasa Masa Bersama Seorang Dengan Seorang.

Komik NKText (10 min)



Gabaran Keseluruhan

Ini adalah komik yang sama yang diterima oleh ibu bapa semasa aktiviti NKText. Ia memperkenalkan prinsip asas dan cara ibu bapa sepatutnya meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak mereka. Ia tentang seorang ibu yang bernama Farah, sedang meluangkan Masa Seorang Dengan Seorang bersama anak perempuannya, Mira.

Kisah ini menunjukkan prinsip teras Membenarkan Anak Memimpin, atau Permainan Dipimpin Anak, yang penting untuk Masa Bersama Seorang Dengan Seorang.



Arahan (Slaid 11)



Farah: Ibu ada 5 minit untuk meluangkan masa bersama seorang dengan seorang bersama kamu, Mira. Apakah yang kamu mahu lakukan?

Mira: Saya mahu bermain berdandan!



Mira: Ibu, ini untuk ibu.

Farah: Terima kasih, Ibu sukakannya!

Mira: Pakailah Ibu!



Farah: Itu idea yang bagus, Mira! Ibu nampak kamu keluarkan selendang kuning berjalur biru itu.



Farah: Kamu sudah besar, Mira dah pandai pakai baju sendiri!

Panduan Perbincangan untuk komik Masa Bersama Seorang Dengan Seorang:

Daripada komik, bantu ibu bapa mengenal pasti kemahiran berikut yang harus mereka gunakan semasa Masa Bersama Seorang Dengan Seorang:

- Duduk atau melutut separas dengan anak anda
- Pandang anak anda dan perhatikan apa yang dia sedang lakukan
- Gunakan nama anak anda semasa anda bercakap dengan mereka
- Terima apa yang ingin dilakukan oleh anak anda selagi aktiviti itu selamat
- Ikut arahan anak anda semasa dia memimpin aktiviti Masa Bersama Seorang Dengan Seorang
- Gunakan kata-kata untuk menerangkan apa yang sedang dilakukan oleh anak anda

Blok 1 memperkenalkan ibu bapa kepada cara memperkenalkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang kepada anak. Bimbing ibu bapa menggunakan soalan untuk memerhatikan cara ibu memperkenalkan kepada Mira tentang Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan berkata kepadanya, "Saya boleh luangkan masa selama 5 minit untuk Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama kamu, apakah yang kamu mahu lakukan?"

Tanya kepada ibu bapa:

- Bagaimanakah cara ibu memperkenalkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang kepada Mira? Apakah yang dikatakan oleh Ibu kepada Mira? Berapa lamakah masa untuk sesi Masa Bersama Seorang Dengan Seorang?

(Jawapan yang mungkin diberikan oleh ibu bapa: Dia menyebut nama Mira. Dia duduk sama paras dengan Mira. Dia memandang Mira. Dia bertanya apa yang Mira mahu lakukan. Dia benarkan Mira untuk memilih aktiviti.)

- Bagaimanakah Mira tahu tempoh untuk Masa Bersama Seorang Dengan Seorang? Mengapakah ibunya perlu memberitahu Mira tempoh untuk Masa Bersama Seorang Dengan Seorang?

(Jawapan yang mungkin diberikan oleh ibu bapa: Ibu memberitahu dia mempunyai masa selama 5 minit untuk diluangkan bersama Mira. Ibunya mungkin ada perkara lain untuk diuruskan).

Blok 2 hingga Blok 3 juga menunjukkan bagaimana ibu membenarkan Mira memimpin. Tanya kepada ibu bapa:

- Apakah yang ibu lakukan secara fizikal untuk menunjukkan bahawa dia memberi perhatian kepada Mira?

(Jawapan yang mungkin diberikan oleh ibu bapa: Dia memandang Mira. Dia menyebut namanya).

- Bagaimanakah ibu membenarkan Mira menjadi pemimpin dalam aktiviti tersebut?

(Jawapan yang mungkin diberikan oleh ibu bapa: Dia membenarkan Mira untuk memilih aktiviti. Dia menerima cadangan Mira. Dia memerhatikan perbuatan Mira. Dia duduk dan membenarkan Mira untuk mengarahkan aktiviti ketika Masa Bersama Seorang Dengan Seorang).

Blok 3 juga menunjukkan cara ibu bapa boleh menggunakan perkataan untuk menjelaskan perkara yang dilakukan oleh anak-anak mereka. Tanya kepada ibu bapa:

- Apa kata ibu apabila Mira memakai pakaiannya sendiri?

(Jawapan yang mungkin diterima daripada ibu bapa: Dia menggunakan kata-kata untuk menerangkan apa perlakuan Mira yang dilihatnya.)

Blok 4 (dan semua blok lain) menunjukkan cara bagaimana anak-anak mungkin bertindak balas untuk menghabiskan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama ibu bapa mereka. Tanya kepada ibu bapa:

- Apakah perasaan Mira semasa meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama ibunya?

(Jawapan yang mungkin diberikan oleh ibu bapa: Mira gembira. Dia rasa disayangi. Dia rasa dirinya penting. Dia rasa dihargai. Dia rasa yakin. Mira rasa dirinya rapat dengan ibunya).



Nota

Pastikan anda gunakan soalan terbuka bagi membantu ibu bapa untuk menjawab soalan ini sendiri. Tugas anda adalah untuk bertanya soalan. Ibu bapa perlu memikirkan jawapannya sendiri!

Perbincangan: Masa Seorang Dengan Seorang bersama Anak Anda (5 min)



Arahan ([Slaid 12](#))

Pimpin peserta dalam perbincangan kumpulan tentang manfaat meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak mereka. Soalan yang berguna termasuk:

- Mengapa anda inginkan hubungan positif dengan anak anda?
- Bagaimana meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dapat membantu anda untuk menjalin hubungan positif dengan anak anda?
- Apakah manfaat untuk anak anda apabila mereka meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan anda? Apakah yang akan dipelajari oleh mereka?

Tuliskan idea ibu bapa, dan puji mereka kerana berkongsi idea.

Berikut adalah manfaat meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak anda:

- Anak-anak akan rasa diri mereka dihargai dan disayangi.
- Anda menunjukkan kepada anak anda bahawa apa yang mereka lakukan adalah penting.
- Membantu anak-anak rasa selamat dan terjamin.
- Membina kemahiran berbahasa dan memerhati.
- Membina kemahiran belajar dan menyelesaikan masalah.

- Meningkatkan kepercayaan dan menambah baik komunikasi anda dengan anak anda.
- Membantu anak-anak berkembang dan meneroka dunia.
- Menunjukkan kepada anak anda bahawa anda sentiasa ada bersama dan memberi tumpuan tentang perihal mereka.
- Anak-anak berasa lebih ikhlas untuk membantu membuat kerja rumah bersama-sama.
- Ibu bapa/penjaga merasakan bahawa susah payah mereka di rumah lebih berbaloi.
- Anak anda cenderung untuk memimpin apabila anda mendengar dan menghargai idea-idea anak anda seterusnya menggalakkan mereka untuk berfikir sendiri.
- Memberikan anda peluang untuk mengetahui minat dan kebolehan anak anda.



Nota

Senarai di atas hanyalah cadangan. Tidak mengapa jika anda tidak dapat mengenal pasti kesemuanya. Sebab lain juga mungkin diberikan oleh mereka tentang betapa pentingnya meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak-anak dapat membantu memperbaiki tingkah laku dan perkembangan anak-anak ini. Bagus

Perbincangan Berpasangan: Aktiviti untuk Dilakukan Bersama Anak Anda (10 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 tidak banyak masa untuk diluangkan bersama anak-anak mereka atau mereka tidak mempunyai hubungan yang baik dengan anak-anak mereka.

Arahan ([Slaid 13](#))

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.

Tulis semua cadangan pada carta selak!

Aktiviti yang boleh dilakukan termasuklah:

- Bermain dengan bola atau anak patung jika ada
- Menggayakan pakaian yang menyeronokkan atau memakai pakaian orang dewasa
- Bermain sorok-sorok – di luar rumah
- Main membeli-belah di dalam rumah
- Susun suai gambar

- Menyanyi bersama-sama
- Bercerita
- Menggalakkan anak untuk bercerita
- Menguruskan pakaian bersama-sama



Nota

Aktiviti haruslah berbeza mengikut umur anak dan juga mengikut kumpulan etnik dan agama yang berlainan. Pastikan cadangan anda bersesuaian untuk ibu bapa anda!

Berlatih Kemahiran (15 min)



Gambaran Keseluruhan

HARI, MAIN dan KEKAL

Berikut adalah latihan kumpulan pertama di mana ibu bapa diminta untuk berlatih melakukan Aktiviti Di Rumah.

Latihan Kumpulan membolehkan ibu bapa untuk mencuba Aktiviti di Rumah dalam persekitaran kumpulan yang selamat. Ibu bapa/penjaga juga mempunyai peluang untuk mengambil peranan sebagai "ibu bapa" dan "anak"

Ibu bapa dapat melihat dunia melalui kaca mata anak mereka semasa mereka memegang peranan sebagai anak.



Sorotan Keupayaan

Jika mana-mana ibu bapa mempunyai anak kurang upaya, pastikan latihan kumpulan melibatkan kanak-kanak kurang upaya.



Arahan ([Slaid 14](#))

Format untuk memimpin latihan kumpulan:

1. 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.

2. Latihan Kumpulan

- Pilih seorang peserta untuk menjadi "Ibu bapa" dan seorang lagi untuk menjadi "Anak".
- Tentukan umur Anak tersebut. Minta Anak untuk berkelakuan baik semasa lakonan.
- Ibu bapa hendaklah memperkenalkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang kepada anaknya dengan menyebut perkataan berikut:

“Saya boleh meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama kamu selama 5 minit. Apa yang kamu ingin lakukan?”

- Anak memberikan cadangan mudah: "Mari kita bermain dengan mainan saya."

- Ibu bapa berlatih menggunakan kata-kata untuk menerangkan perkara yang dilakukan oleh Anak semasa mengikut arahan Anak.
- Berdiri rapat dengan Ibu Bapa untuk memberi sokongan jika perlu. Anda mungkin perlu membisikkan perkataan yang boleh digunakan oleh Ibu Bapa untuk menerangkan apa yang dilakukan oleh anak itu.
- Ibu Bapa mungkin memerlukan sokongan tambahan semasa membenarkan anak-anak menjadi pemimpin dalam aktiviti tersebut. Jadilah penjaga yang bertanggungjawab!
- Biarkan latihan berlaku selama kira-kira 1 minit.
- Tanya apa perasaan ibu bapa yang telah berlatih semasa mereka melakonkan watak sebagai seorang Anak dan sebagai Ibu Bapa.
- Puji Ibu Bapa/Anak dengan penuh semangat kerana menjadi orang pertama yang melakukan Latihan!

3. Berlatih Secara Berpasangan

- Bahagikan ibu bapa kepada beberapa pasangan dan minta mereka berlatih membiarkan anak memimpin sewaktu Masa Bersama Seorang Dengan Seorang.
- Setiap orang harus berlatih untuk melakonkan kedua-dua peranan ibu bapa dan anak. Ingatkan anak-anak untuk berkelakuan baik!
- Kedua-dua fasilitator harus membantu semua ibu bapa dengan bergerak dari satu pasangan ke pasangan yang lain.
- Beritahu ibu bapa untuk bertukar peranan selepas satu minit. Panggil semua ahli kumpulan untuk berkumpul semula bagi sesi perbincangan.
- Minta maklum balas daripada setiap pasangan tentang hasil latihan tadi dalam perbincangan berkumpul.

Tip & Aktiviti Di Rumah (5 min)

Arahan [\(Slaid 15\)](#)

Semak semula petua berikut untuk Masa Bersama Seorang Dengan Seorang anak anda bersama ibu bapa:

1. **HARI:** Peruntukkan masa tertentu untuk meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak anda setiap hari.

Masa yang dipilih haruslah masa di mana anda tidak akan diganggu dan apabila anak anda tidak ada perkara lain untuk dilakukan, seperti menonton TV atau bermain telefon. ***Matikan televisyen dan ketepikan telefon.***

Beritahu anak anda bahawa anda ingin melihat mereka bermain dan mereka boleh pilih apa yang mereka ingin lakukan. Mungkin anak anda akan berasa pelik pada awalnya, tetapi lama-kelamaan dia akan menikmati masa yang diluangkan secara eksklusif bersama anda!

2. **MAIN:** Cuba lakukan sesuatu yang berbeza daripada menonton TV atau bermain dengan tablet/telefon.

Anak anda akan mendapat manfaat yang lebih berguna dan menyeronokkan berbanding hanya duduk bersama di hadapan televisyen atau bermain telefon pintar. Kadangkala, menonton program TV kegemaran anak anda bersamanya mungkin sudah mencukupi. Dia mungkin mengambil sedikit masa untuk berasa selesa melakukan aktiviti lain.

3. **KEKAL:**

Berikan semua perhatian anda terhadap anak anda.

Pastikan anda tidak akan diganggu oleh tanggungjawab atau anak-anak lain, jadi anda boleh menumpukan sepenuh perhatian anda kepada anak anda.

Beri arahan atau petunjuk seminum mungkin.

Semasa anda meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak anda, aktiviti harus dipimpin oleh anak anda.

Dengar apa yang dikatakan oleh anak anda dan **perhatikan** mereka.

Mendengar anak anda adalah lebih penting berbanding bercakap dengan mereka ketika ini. Jika anak anda bertanya soalan, anda boleh jawab, tetapi jangan pula anda memberitahu mereka apa yang perlu dilakukan. Berikan pilihan itu kepada anak anda: "Itu soalan yang menarik, apa pendapat kamu?"

Renung semula apa yang dikatakan oleh anak anda kepada anda.

Ulang semula apa yang dikatakan oleh anak anda semasa mereka bercakap dengan anda. Anda boleh gunakan perkataan berbeza bagi menunjukkan bahawa anda betul-betul mendengar apa yang anak anda katakan. Contohnya, Anak, "Soalan matematik ini sangat susah." Ibu bapa, " Ya, saya tahu kamu rasa soalan ini susah."

Hanya berikan komen positif dan bukannya komen mengkritik.

Ingat, ini adalah aktiviti anak anda. Bolehkah anda imbas kembali bagaimana perasaan anda apabila seseorang mengkritik anda baru-baru ini? Tiada betul atau salah sewaktu Masa Bersama Seorang Dengan Seorang. Tugas anda adalah untuk mempamerkan minat anda dan berkata sesuatu yang baik.

Aktiviti di Rumah [\(Slaid 16\)](#)

Aktiviti di Rumah untuk modul ini adalah untuk meluangkan masa selama kira-kira 5 hingga 15 minit untuk Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama dengan anak anda setiap hari. Pastikan setiap ibu bapa mengenal pasti matlamat khusus bagi diri mereka sendiri untuk Masa Bersama Seorang Dengan Seorang.

Pastikan mereka pulang ke rumah dengan mengetahui perkara yang berikut:

- Di mana mereka akan meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak mereka?
- Bila mereka akan meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak mereka?
- Apakah jenis aktiviti yang mereka boleh lakukan ketika Masa Bersama Seorang Dengan Seorang bersama anak mereka?

Tuliskan setiap satu Aktiviti di Rumah ibu bapa di atas sekeping kertas yang besar.



Refleksi

Gambaran Keseluruhan

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

Galakkan ibu bapa untuk bertanya soalan terbuka seperti, "Adakah anda ingin mengetahui apa-apa perkara khusus tentang Chatbot NKText dengan lebih lanjut?" atau "Pada awalnya, apakah pendapat anda semasa anda menyertai Kumpulan Sokongan WhatsApp?"

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

Arahan [\(Slaid 17\)](#)

Tanya ibu bapa jika mereka ada soalan tentang:

- Menggunakan ChatBot NKText
- Menyertai Kumpulan Sokongan WhatsApp. Ingatkan peserta bahawa anda akan berkongsi arahan untuk perbincangan dalam minggu ini nanti.
- Meluangkan Masa Bersama Seorang Dengan Seorang dengan anak mereka
- Aktiviti Di Rumah

Mengenal pasti Matlamat Seterusnya dalam NKText

Arahan [\(Slaid 18\)](#)

- 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.

- Pada hari-hari yang akan datang, NKText akan membimbing mereka melalui baki kemahiran dalam matlamat ini. Setelah semua 5 kemahiran dicapai, NKText kemudiannya akan menggesa mereka untuk memilih matlamat keibubapaan mereka yang seterusnya.
- Minta ibu bapa berfikir tentang matlamat mana yang mereka ingin amalkan seterusnya dalam Naungan Kasih
- Yakinkan peserta bahawa mungkin mengambil sedikit masa untuk mereka merealisasikan matlamat mereka. Galakkan mereka untuk terus berinteraksi dengan Chatbot NKText, menyertai Kumpulan Sokongan WhatsApp, dan melakukan aktiviti di rumah!

Aktiviti Selamat Tinggal

Gambaran Keseluruhan

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

Arahan

Ingatkan peserta untuk:

- Selesaikan tugas aktiviti di rumah mereka.
- Cari modul NKText seterusnya.
- Berkongsi pengalaman dan cabaran mereka di Kumpulan Sokongan WhatsApp.

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

Lampiran

Pemberi tenaga

Beri saya...

Nota: Nombor = tepuk tangan

Beri saya 1 = Tepuk

Beri saya 2 = Tepuk Tepuk

Beri saya 4 = Tepuk, tepuk tepuk, tepuk (mulakan semula dengan 1)

Lakukan gerakan goyang (menari)

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

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

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

(Teruskan dengan mana-mana bahagian badan pilihan lain.)

Gerakan Shake It Off:

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

Goncang kaki kanan, goyang kaki kiri, kanan, kiri dan goyangkannya

Goyang kepala, goyang pinggul, kepala, pinggul dan goyangkan semua

Teruskan dengan mana-mana bahagian badan lain yang anda suka.

Pergerakan Tarian Bernombor:

Tetapkan gerakan tarian yang berbeza dengan nombor (cth., 1 = berpusing, 2 = lompat, 3 = berputar).

Sebutkan nombor, dan peserta melakukan gerakan tarian yang sepadan.