

Setiap orang tua atau pengasuh anak pasti ingin yang terbaik bagi anaknya atau asuhannya sehingga siap mandiri ketika dia dewasa. Mereka pasti sangat berharap bahwa nilai-nilai yang mereka inginkan dapat sampai dan diterima oleh anaknya. Untuk itu mereka berusaha memperdalam dan memperluas wawasan pengetahuan mereka mengenai pengasuhan anak dari berbagai sumber, seperti buku, seminar, psikolog, tokoh agama, dan sebagainya. Sumber-sumber tersebut, menurut saya pribadi, tidak ada yang jelek dan salah, semuanya bagus karena mereka pasti dapat mempertanggungjawabkan apa yang mereka sampaikan.

Sebagian besar dari orang tua dan pengasuh, dapat mengimplementasikan dengan baik dan benar dari apa yang mereka peroleh, namun banyak pula beberapa di antara mereka yang merasa kesulitan untuk mengimplementasikannya sehingga apa yang mereka inginkan tidak tersampaikan kepada anak, seperti dalam banyak pengalaman saya menangani kasus anak dan pengasuhan (parenting).

Banyak permasalahan anak dan remaja yang terjadi, yang menurut para orang tua atau pengasuhnya, seperti "bandel", tidak punya motivasi, malas, penakut, sulit konsentrasi, "blank" ketika ulangan, temperamen, takut sesuatu (topeng atau kucing misalnya), susah makan, takut ke sekolah, takut guru, dan sebagainya. Dan menariknya, meskipun kadang-kadang orang tua mengatakan demikian, si anak sendiri merasa baik-baik saja dengan perilakunya. Begitulah keluhan-keluhan yang saya sering dengar di klinik.

Kembali kepada definisi hypnosis dalam tulisan saya sebelumnya, selama anak sudah memberikan respon (mengikuti atau melawan), berarti orang tua tersebut **sudah menghypnosis anaknya**

. Dalam hal ini komunikasi orang tua sebenarnya sudah efektif, karena sudah ada efeknya yaitu mengikuti atau menolak. Hanya, apakah sudah tepat atau tidak dengan harapan orang tua,

itulah yang menjadi masalah. Saya sering menjumpai apa yang diharapkan orang tua malah diterima terbalik oleh anaknya. Maksud orang tua adalah memotivasi anak, tapi yang terjadi anaknya malah ter “de-motivasi”.

Berbeda lagi jika anak tidak memberikan reaksi apapun terhadap apa yang disampaikan orang tua. Hal ini terjadi biasanya karena orang tua tidak menyampaikannya secara sugestif, atau orang tua menggunakan bahasa komunikasi yang sama sekali belum dipahami anak. Jangan berharap apa yang kita sampaikan adalah efektif kalau tidak menyampaikan secara sugestif. Apalagi bagi seorang anak yang masih di bawah 10 tahun. Referensi dalam sistem nilai yang mereka miliki masih sangat sederhana sehingga kemampuan menganalisisnya (untuk menentukan mengikuti atau menolak) masih sederhana. Boleh dikatakan perlawanan mereka terhadap suatu sugesti sangat rendah. Sayangnya keadaan ini tidak dimanfaatkan orang tua untuk menyampaikan pesan secara sugestif, sehingga anak tidak menyerap pesan dengan baik untuk menindaklanjuti pesan tersebut.

Dalam kasus-kasus di atas, rata-rata orang tua mengatakan bahwa mereka sudah menggunakan berbagai cara, dari halus sampai kasar, toh tetap tidak ada hasilnya. Sebenarnya bukan masalah halus atau kasarnya, tetapi **sudah tepatkah** cara kita? Sudah tersampaikankah apa yang kita maksud kepada anak? Saya mengatakan “tepat” bukan “benar”, maksudnya apakah cara kita menyalurkan pesan sudah sesuai dengan keadaan anak atau tidak? Mengenai benar atau salah adalah masalah isi yang akan dikomunikasikan. Dan saya yakin, isi pesan yang dikomunikasikan orang tua kepada anak pastinya benar (karena pasti sesuai dengan nilai-nilai yang mereka miliki).

Ketika melakukan terapi, saya sering melihat gaya orang tua yang berbicara kepada anaknya persis seperti ketika mereka berbicara kepada anak buahnya atau orang seusia mereka. Mereka menganggap anaknya seolah seumur mereka. Mereka menganggap anaknya sudah tahu segalanya. Mereka menganggap anak sudah tahu atau langsung tahu apa-apa yang sudah pernah mereka sampaikan kepada anak. Dan yang lebih menyedihkan, apabila anaknya tidak bisa, mereka langsung menuduh anaknya punya kelainan jiwa, padahal belum ada bukti medisnya.

Berdasarkan pengalaman saya menangani ratusan anak, keadaan inilah yang utama sehingga orang tua menuduh anaknya memiliki masalah. Hampir 95% kasus anak berasal dari permasalahan komunikasi yang tidak efektif ini. Dalam hal ini, biasanya sumber permasalahan berasal dari orang tuanya, mungkin cara berkomunikasi kepada anak (verbal maupun non verbal) yang kurang efektif.

Sayangnya, ketidakpahaman anak tersebut ini pada umumnya ditanggapi lain oleh para orang tua atau pengasuh. Mereka langsung melabel anaknya sebagai "bodoh", "bandel", "tidak punya motivasi", "malas", "pembangkang", "maunya sendiri", "tidak mau mendengar", "tidak mau berpikir", "tidak mampu", atau sebaliknya, "anak saya tidak percaya diri", "dia tidak pernah mengungkapkan apa maunya", "dia selalu tergantung pada orang tua", dan sebagainya. Dan lebih jauh lagi, karena mereka sudah mencapnya demikian, maka tindakan mereka kepada anak mereka berdasarkan label yang mereka buat sendiri.

Misalnya orang tua, karena sudah mencap anaknya pembangkang, maka anak sering dibentak-bentak (atau bahkan orang tua "main tangan") supaya patuh, atau memaksakan anaknya mengikuti kehendaknya. Gaya orang tua atau pengasuh seperti ini, dimana si anak belum paham apa yang dimau orang tuanya, yang dia dengar hardikan orang tuanya, yang lama kelamaan dapat membuat anak merasa tidak nyaman. Dan berdasarkan nalurinya, anak akan berusaha untuk keluar dari keadaan tidak nyaman ini dalam bentuk tindakan yang radikal seperti berontak di setiap situasi yang sama. Di sisi lain, mungkin anaknya jadi "patuh". Kata patuh ini saya beri tanda kutip karena, anak melaksanakan perintah orang tuanya saja, tanpa tahu apa maksudnya. Berdasarkan pengalaman terapi menghadapi anak seperti ini, si anak menjadi "terlalu patuh", seperti robot, dimana si anak tidak memiliki motivasi sendiri dalam melakukan suatu hal. "Hanya melakukan bila disuruh atau ada yang menyuruh". Pertama orang tua menganggapnya seolah "baik" dan "penurut", tapi orang tua menjadi bingung karena anak tersebut tidak melakukan apa yang mereka perintahkan saat orangtua tidak berada di dekat si anak. Bahkan akhirnya mereka tidak punya pendirian atau tidak pernah mampu mengungkapkan keinginan mereka. Hal ini terjadi karena si anak selalu merasa tidak nyaman bila berbicara dengan orang tuanya. Dia akan menggeneralisasi keadaan ini menjadi *"percuma bicara sama orang tua, karena selalu merasa tidak nyaman"*. Si anak bisa menjadi pendiam seribu bahasa, tidak pernah mampu mengekspresikan diri. Di sinilah anehnya, orang tua jadi bingung karena anaknya diam terus dan tidak pernah bicara atau bahkan mengungkapkan keinginan mereka. Bahkan ketika ditanya apa kemauan mereka, si anak selalu menjawab dengan terserah pada kemauan orang tua saja.

Keadaan-keadaan seperti di atas itulah yang membuat orang tua menjadi merasa jengkel atau jadi menyerah, meskipun belum ada referensi medis apapun, mereka sudah menuduh anaknya termasuk ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) seperti, hiperaktif, autis, ADHD, lemah, sakit jiwa dan sebagainya. Padahal, untuk menentukan ini, seorang dokter syaraf ataupun psikiater membutuhkan diagnosa dan analisa yang mendalam.

Metoda Hipnosis

Sebelum kita bahas lebih lanjut, hipnosis mempunyai dua metode pendekatan. Pendekatan Tradisional/ Konvensional dan Pendekatan Moderen, dimana dalam hipnosis konvensional lebih diutamakan relaksasi dan sugesti ditanamkan, sedangkan dalam metoda moderen tidak diutamakan relaksasinya tetapi kepada proses teurapetikanya.

Sebenarnya tidak masalah, metoda manapun yang akan digunakan; karena yang mengendalikan proses hipnosis adalah orang yang dihipnosis sendiri. Hipnoterapi bukan bicara gagal atau berhasil, tapi lebih kepada keefektifannya. Proses hypnoterapi akan lebih efektif jika orang yang diterapi mau bekerjasama dengan terapistnya, dan lebih lagi jika orang tersebut mempunyai kemauan untuk menyelesaikan masalahnya. Maka, terlihat di sini yang menentukan keefektifan hipnoterapi adalah bagaimana hubungan antara terapis dengan orang yang diterapi. Kemauan untuk bekerjasama hanya didapatkan jika orang tersebut percaya pada terapisnya. Dalam kasus orang tua dengan anak, tentunya keefektifan hipnoterapi, pertama-tama, ditentukan oleh bagaimana hubungan antara orang tua dengan anak. Setelah itu, mengenai pemilihan metoda serta teknik mana yang akan digunakan (konvensional, moderen, atau gabungan keduanya) tergantung konteksnya pada saat permasalahan terjadi, karena sepertinya tidak mungkin kita menterapinya dengan gaya hipnosis konvensional (yaitu dengan membuat anak untuk rileks) sementara anak masih aktif bermain. Gaya seperti ini dapat dilakukan ketika anak menjelang tidur atau saat bangun, atau ketika anaknya sedang santai. Tapi pertanyaannya, sempatkah orang tua jaman sekarang sering-sering melakukan hal tersebut di jaman yang sangat sibuk ini? Untuk berjumpa anak ketika anak menjelang tidur merupakan kesempatan langka? Itupun hanya dapat dilakukan jika hubungan antara orang tua dengan anaknya kondusif.

Apakah lalu jadi kartu mati bahwa orang tua tidak mungkin menterapi anaknya sendiri dengan hipnosis jika hubungan orang tua dengan anak kurang baik? Tidak! Celah tersebut masih ada dan bisa dilakukan selama gaya orang tua mau berubah. Atau dengan kata lain, bila gaya hipnosis orang tua kepada anaknya berubah maka anak akan berubah.

Berubah seperti bagaimana? Yaitu intinya dengan cara **berkomunikasi**, baik secara verbal maupun non verbal yang

persuasif, sugestif dan efektif

, sehingga pesan dapat diterima dengan benar oleh anak.

Hypnotic Communication for Parenting (Pendidikan anak dan remaja)

Ditulis oleh Administrator

Senin, 23 Desember 2013 09:29 - Terakhir Diperbaharui Selasa, 05 Agustus 2014 12:00

Albert Mehrabian, seorang psikolog Amerika yang memperdalam komunikasi, dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dalam suatu komunikasi, kata-kata hanya terlibat 7% sedangkan sisanya, 55% adalah bahasa tubuh dan 38% adalah intonasi. Dalam penjelasan tulisan saya yang lain telah disebutkan bahwa dasar hipnosis adalah komunikasi, maka bahasa tubuh dan intonasi memegang peranan penting dalam proses hipnosis.

Banyak orang tua yang mengatakan bahwa mereka sudah menggunakan intonasi halus dan bahasa tubuh sebaik mungkin, namun belum berhasil juga. Jadi harus bagaimana lagi. Sekali lagi, saya perlu sampaikan bahwa hipnosis bukan bicara mengenai baik atau buruk, bagus atau jelek, tetapi berbicara mengenai suatu kecocokan. Dan yang dikatakan cocok adalah sesuai dengan sistem nilai dan referensi anak. Bukannya orang tua tidak boleh marah kepada anak atau keras kepada anak, tetapi kembali lagi ke pertanyaannya, apakah pesan kita tersampaikan dengan efektif kepada anak?

Selain itu, kalau kita cermati penelitian Mehrabian lebih dalam, dapat juga kita katakan bahwa orang lebih memperhatikan dan memahami apa yang mereka lihat dan apa yang mereka dengar dan rasakan dari orang yang mengajaknya bicara. Sehingga, dalam kasus anak di sini, ditambahkan bahwa anak lebih banyak bercermin (Role Play) kepada orang tuanya maka sikap orang itupun dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak.

Inilah yang biasa saya “share” dalam pelatihan Hypnotic Communication for Parenting yang saya berikan.

Berdasarkan pengalaman di klinik, untuk kasus-kasus 95% di atas dimana permasalahan terjadi karena masalah hubungan orang tua terhadap anak (verbal dan non verbal), ada yang menarik bahwa begitu orang tua merubah gayanya, secara otomatis anak juga berubah. Akibatnya pada beberapa kasus, secara tidak langsung permasalahan anak akhirnya berhasil diatasi.

Kesimpulan:

Hypnotic Communication for Parenting (Pendidikan anak dan remaja)

Ditulis oleh Administrator

Senin, 23 Desember 2013 09:29 - Terakhir Diperbaharui Selasa, 05 Agustus 2014 12:00

Permasalahan hubungan orang tua dengan anak ditentukan bagaimana tingkat efektifitas komunikasi yang terjadi di antara mereka. Berdasarkan pengalaman, semakin baik komunikasi yang terjadi, hubungan orang tua dengan anak semakin kondusif. Akibatnya, akan sangat lebih mudah bagi orang tua untuk menyelesaikan masalah mental pada anak. Anak akan lebih terbuka terhadap orang tua, sehingga orang tua dapat menyelesaikan permasalahan anak dengan tepat.

Sikap dan perilaku bukanlah turunan, tetapi terjadi karena proses hipnosis yang tidak sengaja dari orang tua. Anak hanyalah "victim" atau produk saja. Bagaimana mereka terbentuk, sangat tergantung pada cetakannya, dalam hal ini orang tuanya.

Nah, menurut anda sendiri apakah anda sudah menghipnosis anak anda dengan tepat?

"SPECIAL PROMO AWAL TAHUN"

Ikuti Pelatihan / Workshop:

"Hypnotic Communication for Parenting"
di Bandung

Administrasi Pendaftaran:

Ajeng : 085721247555

Ratna : 087825252630

Ganefianti : 087823640484

Melly Hartono : 08122309630