

Sokongan keluarga pulihkan emosi

MEMILIKI kelainan rupa fizikal pastinya mendorong orang ramai untuk memberi lebih perhatian sehinggakan timbul rasa malu terhadap diri seseorang individu itu sekali gus mereka merasa rendah diri.

Menurut **Pensyarah Kanan Pusat Pengajian Psikologi dan Pembangunan Manusia, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Dr. Aizan Sofia Amin** berkata, sudah menjadi lumrah, manusia sukar menerima kelainan berbanding perkara normal.

“Pastinya akan ada mata yang memberi pandangan sinis

atau aneh jika melihat kecacatan atau kelainan sehinggakan individu tersebut mengasingkan diri dan terpinggir daripada kehidupan ini.

“Sokongan keluarga dan orang terdekat amat diperlukan bagi membina semula keyakinan diri dan rasa diterima dalam masyarakat agar dapat meneruskan kehidupan seperti manusia normal,” katanya ketika dihubungi *Kosmo!* baru-baru ini.

Selain itu, Aizan Sofia turut menyarankan kepada mereka yang mengalami kemurungan



AIZAN SOFIA

atau merasa rendah diri agar mendapatkan bimbingan kaunseling bagi mendapat motivasi untuk meneruskan kehidupan.

“Mereka yang diuji dengan kelainan fizikal tidak boleh mengurungkan diri di dalam rumah sebaliknya berani tampil bergaul dengan orang

ramai.

“Pada peringkat awal memang sukar tetapi lama-kelamaan masyarakat boleh menerima keadaan diri individu itu malah dia juga akan merasa lali sehingga mampu menjalani kehidupan

dengan lebih baik.

“Kita hendaklah sentiasa memotivasikan diri dan berpandangan positif kerana semua orang mempunyai hak yang sama seperti manusia lain,” tuturnya.

Tambahnya, pendekatan agama sangat penting dalam menghadapi sesuatu ujian agar lebih sabar dan percaya ganjaran besar menanti mereka dan mempunyai hikmah tersendiri.

Ujar Aizan Sofia, masyarakat juga perlu mempunyai empati yang tinggi dan menerima kelainan seseorang individu dengan hati terbuka tanpa prejudis.