

Belajar Menjadi Orang Tua Dari “The Dog Whisperer”

Ditulis Oleh DR. Adi W Gunawan, CCH.



Kemarin malam saya nonton tayangan The Dog Whisperer, Cesar Milan, di saluran National Geography. Sudah lama saya tidak menikmati acara ini.

Pendekatan Cesar Milan dalam menangani anjing bermasalah adalah pertama mengecek kualitas emosi, relasi, dan sikap pemilik anjing. Milan, dari pengalamannya menangani sangat banyak anjing bermasalah, menyatakan bahwa kondisi emosi pemilik anjing sangat memengaruhi anjingnya.

Dengan kata lain, bila emosi yang mendominasi pikiran dan perasaan si pemilik adalah emosi takut, cemas, khawatir, tidak percaya diri, atau emosi negatif lainnya maka ini akan tampak dalam pola perilaku anjing karena anjing menangkap vibrasi energi pemiliknya.

Milan mengajari si pemilik cara mengatur energi emosi, sikap, ketenangan, serta kendali diri yang selanjutnya memengaruhi si anjing. Dan dengan cepat anjing ini berubah menjadi manis dan penurut, tidak lagi agresif.

Bila anjingnya masuk kategori sangat bermasalah maka Milan akan melakukan "terapi" pada anjing ini dengan membawanya ke Pusat Psikologi Anjing miliknya. Di sini anjing bermasalah ini dididik ulang sehingga punya pola perilaku baru yang baik, santun, dan manis.

Di lain kesempatan, saya melihat bagaimana Milan menangani anjing yang sangat aktif, tidak bisa duduk diam, suka menggonggong, lari ke sana ke mari, menggigit barang-barang di rumah. Pola perilaku ini mirip dengan ADHD (attention deficit with hyperactivity disorder) atau gangguan pemusatan perhatian dengan kecenderungan hiperkinetik.

Bagaimana caranya Milan menyembuhkan anjing ini?

Ternyata sangat mudah. Ia membimbing si anjing ke atas treadmill dan membuat si anjing lari selama setengah jam. Setelahnya, si anjing langsung tenang dan rileks.

Apa yang terjadi? Ternyata dalam diri anjing ini terakumulasi energi yang cukup besar. Si pemilik jarang atau bahkan hampir tidak pernah membiarkan anjing ini bermain, berlari-lari di halaman luar. Secara alamiah, energi yang ada di dalam diri anjing perlu dikeluarkan dan keluaranya dalam bentuk yang tidak seperti yang diharapkan si pemilik.

Saya melihat kesamaan yang sangat mirip dalam menangani kasus anak atau keluarga. Apapun yang terjadi pada anak, disadari atau tidak, diakui atau tidak, pasti ada hubungan dengan orangtuanya.

Sebelumnya, mohon maaf ya, jangan sampai ada mispersepsi. Saya tidak bermaksud mengatakan anak-anak kita, anak manusia, sama dengan hewan peliharaan. Yang saya ingin sampaikan melalui status ini adalah adanya pola yang mirip dalam penanganan kasus anak dan keluarga. Saya bahkan minta kedua orangtua, dari klien saya yang anak-anak, untuk nonton Dog Whisperer minimal 10 sesi untuk bisa memahami maksud saya.

Kondisi pikiran, emosi, sikap, perilaku, kepercayaan, dan kebiasaan orangtua sangat memengaruhi anak. Anak, tanpa perlu komunikasi verbal, sangat bisa merasakan dan terpengaruh oleh vibrasi orangtuanya, terutama ibu. Ini karena adanya kedekatan batin antara ibu dan anak.

Dalam sangat banyak kasus anak yang saya tangani, seringkali saya tidak langsung menangani si anak. Biasanya saat orangtua menjalani sesi konseling dan memahami bahwa bila mereka berubah maka anak mereka juga berubah, dan mereka sungguh-sungguh bersedia menjalankan yang saya sarankan dan tentunya berubah, anak mereka turut berubah.

Saya ingat beberapa tahun lalu saat sesi break di seminar, seorang ibu mendekati saya dan berkata, *"Pak Adi, saya sedih melihat anak saya berubah setelah kepergian ayahnya. Ayahnya baru meninggal tiga bulan lalu. Dan*

sejak itu anak ini mudah menangis dan gelisah. Bagaimana caranya untuk bisa membantu anak saya ini?"

"Bisa Ibu jelaskan lebih detil apa yang terjadi pada anak Ibu sejak kepergian ayahnya?" tanya saya.

"Anak saya dulunya ceria. Sekarang jadi pemurung. Di sekolah juga rewel, padahal sebelumnya tidak seperti ini. Setiap kali saya sholat tahajud di tengah malam, saya mengeluh pada Alloh, mengapa suami saya begitu cepat pergi, saya menangis dalam sholat saya. Tiba-tiba anak saya, yang tadinya tidur pulas, bangun dan ikut menangis" jelasnya.

"Anak Ibu usianya berapa?" tanya saya lagi.

"Tiga tahun Pak" jawab si Ibu.

"Hmm... sepertinya yang belum ikhlas ini Ibu, bukan anak Ibu" jawab saya.

Mendengar jawaban ini si Ibu langsung menangis terisak dan mengakui memang ia belum bisa merelakan kepergian suaminya.

"Ibu perlu mengikhlaskan kepergian suami. Percayalah bahwa apapun yang terjadi adalah yang terbaik. Saat ini mungkin Ibu belum bisa memahami atau menerimanya. Pasrahkan semuanya pada Tuhan dan mohon kekuatan dariNYA untuk bisa melewati ini semua. Dan bila Ibu bisa melakukannya maka anak ibu pasti juga bisa kembali normal" jawab saya.

Di lain kesempatan saya pernah meminta seorang Ibu untuk mengubah persepsinya terhadap anaknya. Ibu ini selalu mengeluh kalau anaknya malas, tidak bisa diatur, tidak mau mendengar ucapannya, dll... dll.

Saya katakan pada Ibu ini bahwa selama ia tetap mempertahankan sikap dan kepercayaan negatif seperti ini terhadap anaknya, walau memang anaknya seperti ini, maka anak tidak akan berubah. Bila cara pandang si Ibu berubah maka ini akan memengaruhi cara ia berkomunikasi, pengharapannya terhadap anak, kata-kata yang ia gunakan, tekanan suara, sikap, bahasa tubuh, dan semua ini pasti akan memengaruhi si anak menjadi lebih baik.



*Untuk mempelajari lebih detail tentang Aplikasi Ilmu Hipnoterapi dalam mendidik Anak, Anda bisa mengikuti Acara **"Hypnotherapy for Children"** Seminar, Acara ini dibawakan oleh **Yuan Yudistira**, Certified Clinical Hypnotherapy & Certified Trainer Adi W Gunawan Institute of Mind Technology.*

Informasi lebih lanjut tentang Acara ini bisa lihat di link ini

<http://hipnoterapi.ws/hfc>