



"Kiara makin lancar main piano, bangganya..."

**4 DUDUK TENANG PADA WAKTUNYA**

Urusan duduk tenang sebenarnya bergantung kepada temperamen masing-masing anak. Tentu akan lebih sulit bagi anak ekstrovert untuk duduk tenang sementara di ruangan itu ada hal yang menarik perhatiannya. Sebaliknya, justru sulit mengajak anak introvert untuk seru-seruan. Selain temperamen, hal ini juga berkaitan dengan tingkat konsentrasi dan disiplin yang berbanding lurus dengan usia si anak. Anak berusia dua tahun biasanya sudah bisa berkonsentrasi untuk waktu yang singkat. Ia akan dapat menyaring suara-suara bising dari tempat lain dan tidak mudah teralihkan perhatiannya. Semakin besar, ia akan mengerti jika Anda menjelaskan mengapa ia perlu duduk

tenang: agar bisa menonton film dengan jelas, agar tidak mengganggu acara yang sedang berlangsung, agar bisa mendengarkan cerita guru dengan baik, karena tidak sopan jika ia memotong pembicaraan orang lain.

Untuk anak-anak prasekolah, triknya adalah memberi mereka suatu hal menarik yang bisa dilakukan sambil duduk tenang, misalnya puzzle atau lilin parafin. Jika si kecil sedang berkumpul dengan sepupu-sepupunya di rumah dan mereka semua berteriak dan berlarian tidak karuan, Anda bisa memberikan tantangan. "Siapa yang bisa duduk tenang di karpet tanpa mengeluarkan suara selama sepuluh hitungan akan mendapatkan kertas mewarnai!" Setelah itu, iming-imingi hadiah bagi siapa yang gambarnya paling bagus.

Foto: Leanny of www.careerandfamilytips.com



"Ia tak pernah lupa cium tangan, bangga saya"

**5 MENYIKAT GIGI SEBELUM TIDUR**

Menyikat gigi anak kadang bisa menjadi sulit karena si kecil bahkan tidak mau membuka mulutnya. Agar ia tertarik dengan kegiatan ini, ajak si kecil ke supermarket untuk memilih sikat giginya sendiri. Sebenarnya Anda sudah bisa memulai membersihkan mulut si kecil sejak bayi dengan kain kasa. Kemudian, pada saat anak berusia satu tahun, biasanya ia sudah bisa menggenggam sikat giginya sendiri sehingga Anda tinggal memegang tangannya untuk menggerakkan sikat giginya dengan gerakan memutar. Semakin lama, saat ia sudah terbiasa menyikat gigi, Anda perlu awasi sampai si kecil berusia setidaknya tujuh tahun. Untuk menjadikan menyikat gigi sebagai suatu kebiasaan, milikilah jadwal menyikat gigi bersama si kecil di pagi hari.

**6 MENGUCAPKAN "TOLONG" DAN "TERIMA KASIH"**

Tanpa mengucapkan dua kata ajaib ini, seseorang seolah berhati dingin. Sebaliknya, tidak ada istilah terlalu banyak dalam mengucapkan "tolong" dan "terima kasih". Anda sendiri perlu selalu mengucapkannya kepada si kecil jika ia melakukan sesuatu untuk Anda, terutama ketika Anda sedang mengajari seluruh poin kebiasaan baik ini.

Kondisikan agar si kecil mendengar Anda mengucapkan kata-kata itu sesering mungkin agar ia terbiasa dan mengikuti. Ucapkan kata "tolong" dan "terima kasih" bahkan kepada pembantu Anda. Jika si kecil yang menyuruh si *nanny*, Anda koreksi kalimatnya dengan menambahkan kata "tolong" dan "terima kasih". Sabarlah untuk terus mengulang-ulang kata-kata ini karena anak-anak memang belajar dari pengulangan.

««« telapak (tos!) dengan teman Anda. Bagi beberapa anak, aktivitas ini lebih menyenangkan daripada salaman.

"Kalau belum mau salam, Kayla tos saja deh sama tante Mira." Kalau ia sudah mulai akrab, kembali ajak ia bersalaman saat Anda akan berpisah dengan teman Anda.

**3 MEMBERESKAN MAINAN SETELAH SELESAI MAIN**

Anda bisa bayangkan betapa repotnya membereskan kamar si kecil bila Anda tidak memulai kebiasaan ini sejak dini. Mungkin adanya pembantu membuat Anda tidak merasakan akibat langsung dari berantakannya mainan si kecil, tetapi kebiasaan rapi adalah sesuatu yang harus dimiliki setiap anak karena akan terbawa hingga ia dewasa nanti. Selain itu, orang yang rapi memiliki kecenderungan untuk lebih disiplin dan lebih sehat, karena kerapian lekat

dengan kebersihan. Jelaskan kepada si kecil mengapa kerapian itu penting bagi dirinya. Dengan menyimpan kembali mainan ke tempatnya, ia tidak akan mudah kehilangan mainan tersebut. Dengan tidak membiarkan mainan berserakan di lantai, mainan tersebut tidak akan terinjak lalu rusak.

Sekali lagi, triknya adalah membuat kegiatan ini menyenangkan. Buat acara bebers sebagai bagian dari permainan. Pilih lagu khusus yang akan dinyanyikan bersama saat tiba waktunya membereskan mainan. Untuk menjaga agar kebiasaan ini berjalan terus, jangan perintahkan pembantu untuk membereskan mainan si kecil. Kalaupun bantuan tetap diperlukan, tetap libatkan si kecil dalam acara bebers ini. Jika suatu hari ia malas bebers, ajak ia melakukan sesuatu yang lebih menyenangkan di ruangan lain sesudah ia membereskan kamarnya.



"Saya bangga, Rico makin cepat berhitung"



"Kami bangga dengan si buah hati"

Seperti kami bangga dengan Vitalac 1+, susu pertumbuhan dengan paduan nutrisi tepat untuk mendukung perkembangan bakat anak. Vitalac 1+ dilengkapi dengan:

-  **DHA** ▶ Mengoptimalkan perkembangan otak anak (sampai usia 2 tahun).
-  **Kolin** ▶ Berperan sebagai bahan pembentuk fosfatidilkolin, bagian penting dari membran sel.
-  **Sukrosa** ▶ Membantu menjaga daya tahan tubuh.



Perkembangan bakat buah hati merupakan kebanggaan para ibu, pastikan Vitalac 1+ untuk si buah hati.

Anak berbakat, kebanggaan para Ibu