

UNIT 1: HUBUNGAN KEKELUARGAAN

Ahli Keluarga/ Family members

ahli/anggota keluarga	family members
penting	important
bernilai	value/ precious
hubungan/ pertalian/ ikatan	relationship
mengeratkan hubungan	strengthen relationship
merapatkan pertalian	close relationship
menguatkan/ menguatkan ikatan	strengthen relationship
rapat/ erat/ akrab	closer (relationship)
mesra	friendly/ warm (in terms of relationship and personality-wise)
bermesra dengan keluarga	bonding with family
berseronok dengan	having fun with
berbual-bual dengan	having conversation with
berjenaka dengan	joking with
berbincang tentang	having discussion about/ discussing
berkomunikasi dengan	communicating with
berinteraksi dengan	interacting with
berkongsi (cerita/ pengalaman/ masalah)	share (story, experience, problems)
meluangkan masa dengan	spend time with
melakukan aktiviti/ kegiatan bersama-sama	do activity together
kegiatan yang (menyeronokkan/ berfaedah/ menghiburkan)	activity which is (fun/ beneficial/ entertaining)
menyayangi/ mencintai/ mengasihi sayang-menyayangi/ saling menyayangi	love (verb)
menolong/ membantu menghulurkan bantuan tolong-menolong/ saling menolong bantu-membantu/ saling membantu	help extend a helping hand help each other
memahami (perasaan / pendapat/ prinsip/ perbezaan) faham memahami/ saling memahami	understand (feelings/ opinions/ principles/ differences) understand each other
menghormati hormat-menghormati/ saling menghormati (perasaan/ pendapat/ prinsip/ pendapat)	respect respect each other

bekerjasama	work together
bergotong-royong	work as a team/ community
berkorban demi	sacrifice for the sake of
pengorbanan	sacrifices
menasihati memberi nasihat	advise giving advice
menyokong memberi sokongan	supporting
mempromosikan/ menggalakkan/ mendorong memberi galakan/ dorongan	promote/ encourage/ support
membimbing memberi bimbingan	guiding
memberi panduan	give guidance
mengambil berat terhadap menunjukkan keprihatinan terhadap	show concern towards
meluahkan (perasaan/ masalah)	voice out/ express
menghargai keluarga/ pengorbanan	value family
membina hubungan yang baik	build relationship which is good
mewujudkan komunikasi yang berkesan mewujudkan perhubungan yang baik	create/ foster
menyemai/ memupuk nilai murni	to sole noble/ exalted values
bergantung pada keluarga kami	rely on our family
merapatkan jurang generasi	close generation gap
bertambah erat/ rapat/ kukuh/ kuat	increasingly close/ strong
merapatkan/ mengeratkan hubungan	close relationship
kemahiran komunikasi	communication skills
mengatasi masalah komunikasi	overcome communication problems
sokongan/ dorongan/ galakan	support/ encouragement
terus berhubung melalui panggilan	stay connected

Peribahasa

‘menatang minyak yang penuh’, memelihara anak dengan penuh kasih sayang maksud: Menjaga ataupun memperlakukan (treat) seseorang dengan berhati-hati ayat: Ibu bapa selalunya menyayangi dan menjaga anak-anak mereka bagai menatang	Like carrying a cupful of oil, caring for children lovingly Meaning: A person who is extremely cautious in doing something. Often used to describe one's love for a child.
--	--

minyak yang penuh sehingga mereka dewasa.	
"air yang dicincang tidak akan putus, Biduk berlalu kiambang bertaut." Ayat: Ahmad yang tidak bertegur sapa dengan abangnya selama setahun, sekarang telah berbaik-baik semula kerana air dicincang tidak akan putus.	Water which is cut will not get separated, water plant will form again after the boat rides through Meaning: a family will come together with the passing of each crisis. Blood is thicker than water
ringan sama dijinjing, berat sama diikul', mewujudkan keluarga yang aman dan damai (peaceful and harmonious) maksud: Saling menolong ketika senang atau susah, melalui <u>susah dan senang</u> Ayat: "Berat sama dipikul, ringan sama dijinjing" merupakan peribahasa yang menceritakan suasana hidup bermasyarakat.	A trouble shared is a troubled halved, be there through thick and thin,

KOMUNIKASI YANG BAIK

1. Apakah kepentingan hubungan kekeluargaan yang rapat?

Komunikasi penting kerana.../ Komunikasi penting sebab

- mengelakkan salah faham → avoid any misunderstandings
- membina hubungan yang erat/ rapat/akrab dan mewujudkan hubungan keluarga yang baik
→ build relationship which is close and bring into existence good family relationships
- dapat mengetahui tentang apa yang berlaku di luar lingkungan keluarga
→ able to know what is happening outside family circle
- perkara itu penting kerana kita perlu memahami keluarga kita untuk hidup bersama dengan bahagia dan hidup lebih tenang
→ important because we need to understand our family to live together happily and life is more calm
- perlu berkomunikasi yang berkesan apabila bekerjasama dalam melakukan sesuatu
→ need to communicate when working together
- jika kita menghadapi masalah/ cabaran, kita dapat meluahkan masalah dan kekecewaan kita kepada keluarga kita tanpa berasa kekok dan mereka juga dapat memahami apa yang kita alami dan memberi kita nasihat
→ if we face problems/ challenges, we are able to share our problems and frustration to them without feeling awkward and they are also able to understand what we are experiencing and give us advice

2. Komunikasi yang tidak baik atau kurangnya komunikasi tentu (of course) akan mengakibatkan (lead to)...

- salah faham dan konflik di antara anggota keluarga
- dapat memicu masalah keluarga → trigger family problems

3. Cara-cara kita boleh merapatkan hubungan kekeluargaan

- mendengar masalah keluarga dengan sabar dan hormat/ ada kemahiran mendengar yang baik, menunjukkan prihatin/ bersikap empati dan cuba memberi penyelesaian yang sesuai
 - kemahiran mewujudkan hubungan mesra → skill of establishing friendly relationship
- kerap (often) meluangkan masa bersama-sama seperti makan dan berbual bersama
→ pada masa lapang boleh pergi ke pantai untuk berkhemah, ketika makan bersama, jangan asyik (don't engross) dengan telefon bimbit

→ meluangkan waktu 15 menit sehari dengan duduk santai (relax) bersama sambil berbilang-bincang untuk memperbaiki (fix) komunikasi yang mungkin hilang (lost) kerana semua sibuk dengan kesibukan masing-masing (respective)

- minta penjelasan jika tidak memahami maksud seseorang
- ahli keluarga harus berfikir terbuka dan tidak menyampuk ketika orang lain bercakap
- gunakan kata-kata yang santun dan saling memahami dan menghormati, bersopan santun ketika berkomunikasi

HUBUNGAN MESRA UNTUK KELUARGA BAHAGIA/ MENYAYANGI KELUARGA KITA/ MEMBINA KELUARGA YANG BAHAGIA

1. Kepentingan menyayangi keluarga

- kita berjasa (indebted) kepada keluarga/ ibu bapa kita, mereka banyak berkorban (sacrifice a lot) untuk kita
- jadi kita tidak berasa sunyi dan terganggu, dapat mengurangkan tekanan yang dihadapi di samping itu menenangkan fikiran → so we don't feel lonely and sad, can reduce stress, in addition, calm mind

2. Cara-cara menunjukkan kita menyayangi anggota keluarga kita

- saling menghormati dan layanan → respect one another and treat with respect/ polite
- menetapkan prioriti dan mempertimbangkan/ patut keluarga sarana dan nasihat (consider/ follow family opinions and advice) ketika membuat keputusan yang penting
- berkongsi masa suka dan duka dengan keluarga → share happy and sad moments with family
- berkongsi masalah dan cabaran yang awak menghadapi dan ahli keluarga boleh memberi sokongan (support) moral, fizikal emosi
- membahagikan masa untuk melakukan aktiviti riang/ bergotong-royong dengan keluarga/ meluangkan lebih masa dengan keluarga, boleh menyambut/ meraikan hari istimewa bersama seperti hari lahir atau hari tahun baru cina
 - juga boleh memupuk sikap saling menyayangi antara satu sama lain
- mengambil berat terhadap ahli keluarga melalui memberi hadiah atau kad ucapan

3. Apakah yang akan terjadi (happen) jika ahli keluarga tidak peduli mengenai (about) satu sama lain

- mudah berasa tekanan/ stres kerana tidak mempunyai sokongan daripada anggota keluarga
- tidak dapat mewujudkan kemesraan anggota keluarga → not able to have camaraderie
- boleh menyinggung perasaan atau menyakiti seseorang → can offend or hurt someone

Karangan

- Komunikasi dalam keluarga merupakan suatu sarana (a means) untuk menjembatani perbedaan dan meningkatkan pemahaman (bridging differences and improving understanding) antara anggota keluarga.
- Kunci sukses untuk membina rumah tangga (household) yang bahagia berawal (start) dari hubungan keluarga yang baik. Bila hubungan dalam keluarga tidak sihat, bagaimana keluarga tersebut tidak dapat dinyatakan sebagai sebuah keluarga yang bahagia?

Keluarga yang bahagia merupakan **kunci utama** kepada kesejahteraan hidup. Keluarga yang menyayangi satu sama lain boleh pastikan (make sure) fizikal, emosi dan sosial yang tidak terganggu (disturbed). Ahli keluarga akan selalu berkongsi suka dan duka dengan kita dan menolong kita melalui senang dan susah. Seperti kata peribahasa, 'air yang dicincang tidak akan putus, biduk berlalu kiambang

bertaut. Hubungan kekeluargaan yang erat sangat penting. Jadi, bagaimana kita boleh merapatkan hubungan kekeluargaan?

Cara pertama, kita dapat meluangkan lebih masa dengan keluarga sendiri (own). Dalam kalangan masyarakat kini, ramai orang kerap mengabaikan/ mengorbankan (often neglect/ sacrifice) masa dengan keluarga dan terus (continue) bekerja tanpa (without) mempedulikan (caring) tentang keluarga mereka. Tren keluarga zaman ini merupakan bahawa banyak keluarga tidak aman dan damai kerana orang sangat sibuk dengan kerja. Jadi untuk mengelakkan perkara ini daripada terus berlaku, ahli keluarga harus berusaha (put in effort) untuk meluangkan masa melakukan kegiatan bersama-sama. Contohnya, anda (you) boleh melakukan kerja sukarela atau menyertai projek kemanusiaan. Apabila melakukan kerja sukarela, kita tidak hanya dapat menolong orang yang terbian susah dan menyumbang kepada masyarakat, tetapi kita juga dapat mengeratkan hubungan kekeluargaan dan mendapat tahu tentang satu sama lain lebih baik. Selain itu, aktiviti lain yang keluarga awak boleh mengambil bahagian dalam seperti bersenam, menonton wayang, memasak atau membuat kek bersama-sama. Daripada kegiatan-kegiatan ini, kita boleh menciptakan memori yang istimewa dan memahami satu sama lain dengan lebih baik. Oleh itu, kita boleh mengukuhkan hubungan baik di antara anggota keluarga.

Selain itu/ Kedua, kita harus berkongsi masalah atau masalah dalam hidup kita. Juga, ketika ahli keluarga mengadu (confide) bahawa mereka sedang bergelut dan ada masalah, kita harus memberi nasihat kepada ahli keluarga. Pada masa kini, semua orang sangat sibuk dengan bekerja seperti kanak-kanak perlu menyelesaikan banyak kerja sekolah dan ibu bapa sibuk dengan pekerjaan mereka. Oleh sebab itu (Because of that), siapa ada masa berkongsi masalah mereka. Hal ini sangat tidak sihat untuk kesejahteraan orang, kerana semasa tidak berkongsi masalah kita dengan orang lain, tentu mengakibatkan kita berasa tertekan dan sunyi, Jadi, kita harus berkongsi masalah kita dengan ahli keluarga kita. Semua orang perlu berusaha untuk berbual- bual dengan keluarga sendiri sekurang-kurangnya (at least) 15 minit sehari. Selanjutnya, kita harus berkongsi cabaran yang kita menghadapi dan meminta nasihat atau cadangan daripada ibu bapa. Di samping itu, semasa ahli keluarga berkongsi masalahnya, kita harus cuba memberi nasihat yang terbaik dan membuat berasa selesai. Sebagai contoh, kita tidak harus marah akan mereka, tetapi menunjukkan kita prihatin dan peduli terhadap mereka dan bersikap prihatin. Ketika kita dapat berkongsi masalah kita dengan selesai bersama keluarga kita, kita boleh mengurangkan stres, menenangkan fikiran dan berasa lebih bahagia dan riang. Pepatah mengatakan, 'ringan sama dijinjing, berat sama dipikul.' Justeru, dari berkongsi masalah dan memberi nasihat dan peduli melalui suka dan duka, kita boleh membuat hubungan kekeluargaan lebih akrab.

Akhir sekali, satu lagi cara untuk mengeratkan pertalian kekeluargaan ialah saling memahami dan memberi dorongan dan menggalakkan ahli keluarga pencapaian kejayaan (achieve success). Kita harus cuba memahami perbezaan satu sama lain. Apabila mempunyai konflik dan salah faham antara anggota keluarga, kita harus cuba memahami pendapat mereka dan tidak menyinggung dan memalu dengan mereka. Selain itu, ahli keluarga boleh menyokong satu sama lain dan berasa bangga terhadap pencapaian (achievement) mereka. Ketika seseorang dalam keluarga menghadapi masalah, semua anggota keluarga harus menunjukkan cinta mereka dan memberinya dorongan. Hal ini demikian kerana mengambil berat terhadapnya akan memberinya berasa lebih riang. Kita juga boleh mendengar masalahnya dengan sabar dan hormat. Oleh itu, kita dapat menguatkan perhubungan dengan ahli keluarga kita.

Natijahnya, untuk merapatkan hubungan kekeluargaan tidak susah. Kita harus pastikan kita meluangkan lebih masa dengan keluarga, berkongsi masalah kita, memberi nasihat dan berusaha untuk memahami dan memberi sokongan kepada satu sama lain. Dengan cara ini, kita menunjukkan kita menghargai dan mencintai ahli keluarga kita. Apabila keluarga kita iaitu (that is) unit terkecil di dalam masyarakat riang, masyarakat kita akan hidup dalam harmoni dan aman.