



Forconi kompetencat –  
Mbroni fëmijët



## Informacione për prindërit

Një projekt për nxitjen e kompetencave sociale të fëmijëve

Albanisch/albanais/albanese

# Përmbajtja

Kërkesa të arsyetuara – jo dënime fizike	4
Kritikoni sjelljen – mos e nënvlerësoni personin	6
Marrëdhënie – jo heqje e dashurisë	8
Rregulla të qarta – jo kërcënime	10
Respektoni kufijtë – mos shpërfillni	12
Respektoni nevojat e fëmijëve – mos i lini mënjane	14
Plotësoni nevojat bazë – mos i lini pas dore	16
Respektoni aftësinë frytdhënëse të fëmijës – mos ndërtoni presion për arritje	18
Stimulim të mësuarit – jo konsum i pakufizuar mediesh	20
Sjellje e kujdesshme prindërore – jo dhunë çifti	22

Kjo broshurë mund të merret në 13 gjuhë. Kjo mund të porositet ose të shkarkohet në formatin PDF: [www.comp-act.ch](http://www.comp-act.ch)

CompAct është një ofertë e fondacionit me dobi publike «Kinderschutz Schweiz» (Mbrojtja e fëmijëve Zvicër). Si zyrë e specializuar ai angazhohet në të gjithë Zvicrën që fëmijët të mund të rriten në mbrojtje dhe dinjitet dhe pa dhunë, që të respektohen të drejtat e tyre dhe të mbrohet integriteti i tyre.

Ilustrime: Marianne Kauer, Kinderschutz Schweiz

# Forconi kompetencat – mbroni fëmijët

Prindërit pothuajse pa përjashtim nuk dëshirojnë asgjë më zjarrtë sesa një të ardhme të mirë për fëmijët e tyre. Kjo dëshirë përmban, si rregull, që fëmijët të zhvillojnë në mënyrë optimale potencialin e tyre personal të aftësive dhe të krijojnë dhe përjetojnë pozitivisht bashkëjetesën me njerëz të tjerë. Prindërit japin ditë për ditë një kontribut thelbësor për nxitjen e kompetencave të fëmijës dhe kontribuojnë kështu për arritjen e këtyre qëllimeve. Duke i dhënë fëmijës përkushtim me plot dashuri, duke i perceptuar dhe duke i marrë parasysh në mënyrë të përshtatshme gjatë jetës së përditshme nevojat e tij, por edhe duke i vënë kufijtë e nevojshëm, ata ndikojnë pozitivisht në zhvillimin e tij.

Por në jetën e përditshme, ngandonjëherë të rrëmbyeshme, me fëmijë të vegjël, nuk është gjithmonë e lehtë t'i

përkushtohesh fëmijës apo të ruash gjakftohtësinë. Në faqet vijuese tematizohen konstelacione të tilla të lodhshme dhe propozohet që të zgjidhet një rrugë jo e dhunshme që e nxit fëmijën gjatë përballimit të situatave që paraqesin sfida. Zvicra e ka nënshkruar Konventën e Kombeve të Bashkuara për të drejtat e fëmijëve dhe ia pranon me këtë fëmijës, ndër të tjera, pretendimin për zhvillimin e personalitetit të tij si dhe të drejtën për rritjen pa dhunë. Me dhunë nënkuptohen jo vetëm rrahje, por edhe dënime psikike si poshtërime, frikësime, sharje ose

neglizhenca ndaj një fëmije dhe nevojave të tij.

Asnjë situatë konflikti me fëmijë nuk zhvillohet njëlojtë dhe nuk ka vetëm një strategji të drejtë për t'i përballuar pozitivisht grindjet dhe sfidat e tjera. Por dhunë asnjëherë nuk është një zgjidhje. Sepse fëmijët, për shkak të shkeljeve të përsëritura të kufijve ose refuzimeve, nuk mund të zhvillohen si personalitete të forta dhe të vetëvendosura, të cilët e përballojnë me sukses jetën e tyre siç e dëshirojnë prindërit në të vërtetë për ata.

**Zvicra e ka nënshkruar Konventën e Kombeve të Bashkuara për të drejtat e fëmijëve dhe ia pranon fëmijës pretendimin për zhvillimin e personalitetit të tij si dhe të drejtën për rritjen pa dhunë.**

# Kërkesa të arsyetuara – jo dënime fizike

**Fëmijët i përvetësojnë mënyrat e të vepruarit edhe nëpërmjet vëzhgimit të sjelljes së personave të tjerë. Kjo vlen si për kontaktin e kujdesshëm me njëri-tjetrin, ashtu edhe për sjellje të dhunshme. Të zgjidhen konflikte pa rrahje dhe në vend të këtyre t'i bëhet e kuptueshëm fëmijës qëllimi i një kërkesë dhe pasojat e veprimit të tij, ka prandaj më tepër ndikimin e dëshiruar nga prindërit.**

Ngandonjëherë fëmijët mund t'i tendosin mjaft nervat e prindërve. Një tubetë e shtrydhur pastë dhëmbësh, letër e çmbështjellë higjienike, një fëmijë kryeneç, i cili u kundërshton në mënyrë konsekuente udhëzimeve; të gjitha këto mund të durohen ngandonjëherë vetëm me zor. Megjithatë: Dënime fizike si rrahje, shkundje, shtyrje, shuplakë ose kapja për flokësh i

shkelin të drejtat e fëmijëve dhe nuk janë mjete të efektshme të edukimit me afat të gjatë. Nga frika nga dhuna e mëtejshme fëmija e mposht ndoshta sjelljen e padëshiruar. Por gjatë kësaj ai nuk mëson, pse kjo sjellje pengon dhe çfarë mund të bëjë ndryshe. Dhuna prodhon, përveç kësaj, dhunë të re, sepse fëmija juaj mëson duke e vëzhguar sjelljen e të tjerëve. Nëse fëmijët mësojnë që dënime fizike ose përdorimi i dhunës pranohen dhe janë të përshtatshme për të zgjidhur konflikte, atëherë ka shumë të ngjarë se ata do të sillen gjithashtu në mënyrë agresive; ose ndaj personave të tjerë, ose ndaj vetes. Ka një ndikim tjetër, nëse prindërit i shpjegojnë fëmijës me ton plot respekt, pse ata nuk e pranojnë sjelljen e tij dhe çfarë presin ata nga ai në vend të kësaj. Nëse fëmijët e kuptojnë qëllimin e një kërkesë dhe mësojnë të vlerësojnë pasojat e sjelljes

së tyre, ata me kalimin e kohës do t'i respektojnë rregullat e bashkëjetesës me iniciativën e tyre. Mbështet procesi i të mësuarit të fëmijës, nëse ai integrohet në mënjanimin e pasojave të veprimit të tij. Fëmijët mësojnë përveç kësaj nëpërmjet të përsëritjes. Ata duhet të përjetojnë përsëritshëm në situata të ndryshme të njëjtat rregulla dhe konsekuenca dhe po ashtu të mësojnë, se ka gjithmonë një rrugë tjetër se sa ajo e dhunës, për të zgjidhur një problem. Kjo sjellje me konfliktet ka nevojë për shumë durim, me afat të gjatë ajo të shpërblen.



**Nëse fëmijët e kuptojnë qëllimin e një kërkesë dhe mësojnë të vlerësojnë pasojat e sjelljes së tyre, ata me kalimin e kohës do t'i respektojnë rregullat e bashkëjetesës me iniciativën e tyre.**

# Kritikoni sjelljen – mos e nënvlerësoni personin

**Si e shikon një fëmijë veten e tij, varet nga kjo, se çfarë dëgjon ai për veten e tij. Përjeton një fëmijë, se mendimi i tij vlen, nevojat e tij perceptohen dhe se ai parimisht vlerësohet, ai mund të zhvillojë një pamje pozitive të vetvetes. Por nëse ai mëson poshtërime përsëritëse, ai do ta ngjyrosë negativisht pamjen e vetvetes.**

Fëmijët dëshirojnë të bëjnë shumë, për të cilat nuk mjaftojnë ndoshta aftësitë e tyre. Kështu zhvillohen ata gjithmonë e më tej dhe nga fëmija i vogël që zvarritej bëhet një fëmijë shkolle që vrapon, ngjitet, nget biçikletën dhe kërcen. Krahas sukseseve kjo çon po ashtu herë pas here në dështime, prapësi dhe nganjëherë në momente dëshpërimi për fëmijën dhe pjesërisht edhe për prindërit. Nëse një fëmijë në një situatë të tillë emërtohet rregull-

isht si «budalla», «i paaftë» ose «nervozues», kjo formon pamjen e vetvetes së tij dhe ai fillon të besojë vetë, se nuk qenka me shumë vlerë dhe i beson gjithmonë e më pak vetes. Sepse të gjitha që dëgjon një fëmijë për vetveten, ndikojnë perceptimin e tij të vetvetes.

Disa fëmijë bëhen nëpërmjet të poshtërimeve të tilla të frikshëm, kanë shqetësime fizike dhe tërhiqen mbrapa. Të tjerë zhvillojnë dashakeqësi dhe bëhen agresivë. Kështu mund të krijohet një rreth vicioz prej sjelljes së padëshiruar të fëmijës, zemërim dhe zhgënjim si dhe sërish sharje nëpërmjet të personit edukues. Prandaj nuk do të duhej të mos përulet kurrë si person një fëmijë («Ti je një fëmijë i ngathët!») por t'i drejtohet atij në mënyrë plot respekt vetëm për sjelljen e tij. Nëse një fëmijë jo vetëm nuk

dëgjon, çfarë nuk është e mirë, por edhe çfarë pritet prej tij, atëherë kjo e ndihmon atë të orientohet dhe të ndryshojë sjelljen e tij («Unë dëshiroj, që ti të qëndrosh qetë në tavolinë, me qëllim që të mos derdhet asgjë.»). Duhet të merret parasysh gjithmonë gjatë kësaj mosha e fëmijës. Sepse nuk mund të pritet nga një fëmijë shumë i vogël, që ai të qëndrojë i qetë në tavolinë për një kohë të gjatë.

Një vetëvlerësim i mirë është një kapitull i rëndësishëm fillimi, të cilin prindërit mund t'ia japin një fëmijë me vete për në rrugën e jetës. Fëmijë me një vetëbesim pozitiv ia arrijnë shumë më mirë, t'iu hyjnë me guxim sfidave të reja, të mos dorëzohen në rast të dështimeve dhe zhgënjimeve dhe ta përballojnë me këtë pozitivisht jetën.



**Një vetëvlerësim i mirë është një kapitull i rëndësishëm fillimi, të cilin prindërit mund t'ia japin një fëmije me vete për në rrugën e jetës.**

# Marrëdhënie – jo heqje e dashurisë

**Fëmijët nuk kanë nevojë për kaq shumë, përveçse të perceptohen dhe të ndjehen të dashur. Kjo vlen edhe për momentet, në të cilat ai ka bërë diçka, e cila i lëndon ose i pezmaton prindërit. Sepse vetëm fëmijë, të cilët e dinë se duhen pa kushte, mund të ndërtojnë marrëdhënie besimplota dhe të njerëzishme.**

Disa prindër përdorin injorimin në qëllim të fëmijës së tyre si një formë dënimi. Për shembull ata nuk flasin më për një farë kohe më me atë ose nuk e përfillin atë me qëllim. Për fëmijët janë heqje të tilla të dashurisë në shumicën e rasteve shumë më të këqija se sa mund t'i përfytyrojnë të rriturit. Fëmijë, të cilët provojnë përsëritshëm refuzime, mësojnë, që ata nuk duhen pa kushte. Ata zhvillojnë përfytyrimin, të duhen jo si person, por vetëm

për shkak të sjelljes së tyre të përshtatshme ose të bindur. Nëpërmjet besimit, që të duhet ta fitojnë me punë dashamirësinë dhe të ruajnë mbrojtjen nëpërmjet arritjeve, fëmijët mund të bien në stres. Fëmijë të cilët ndëshkohen rregullisht me heqje të dashurisë, ndihen të dorëzuar kundrejt personave të edukimit të tyre, e kanë të vështirë të mbajnë veten, të besojnë persona të tjerë dhe të lidhin marrëdhënie të njerëzishme.

Fëmijëve, si edhe të rriturve, do të duhet t'u jepej shansi, të mësojnë nga situatat e konflikteve. Prandaj është e rëndësishme, të qëndrohet me fëmijën në marrëdhënie dhe në bisedë, çfarëdo që po ashtu të ketë bërë fëmija. T'i shpjegohet në qetësi atij, pse rruga e zgjedhur nuk ishte e përshtatshme dhe e pranueshme dhe t'i bëhet e qartë atij, çfarë mund të bëjë ndryshe herën

tjetër, e ndihmon fëmijën, të zgjedhë në të ardhmen një sjellje tjetër duke u nisur nga bindja e brendshme dhe jo nga ndjenja e frikës.

Një fëmijë, të cili i dhurohet rregullisht dhe me bindje vëmendje, dhe i tregohet, se ai duhet, mund të ndërtojë besim në marrëdhëniet dhe në vetvete. Njëlloj sie veprimet nënvleftësues edhe këto mesazhe pozitive përvetësohen prej fëmijës dhe çojnë në një ndjenjë të mirë vetëvlerësimi dhe me këtë në një aftësinë për marrëdhënie.





**Vetëm fëmijë, të cilët e dinë se duhen pa kushte, mund të ndërtojnë marrëdhënie besimplota dhe të njerëzishme.**

# Rregulla të qarta – jo kërcënime

**Në çdo familje ka vlera dhe rregulla, në të cilat orientohet bashkëjetesa. Nëse fëmijët nuk iu përmbahen këtyre parimeve, kjo çon shpesh në konflikte, në të cilat nganjëherë shprehen kërcënime të rënda. Fëmijët mund të pranojnë më mirë rregulla të qarta, të arsyetuara dhe të njoftuara paraprakisht, por edhe të tilla, gjatë formulimit të të cilave ata lejohet të bashkëvendosin. Vendosja e shpejtë e kërkesave nën kërcënimin e dënimeve të ashpra çojnë megjithatë më tepër në luftime për pushtet dhe prandaj nuk ofrojnë një zgjidhje të efektshme.**

Sfida të mëdha në edukim janë ato momente, në të cilat fëmijët nuk iu përmbahen rregullave familjare ose thjesht nuk bëjnë pikërisht atë që pres-

in prindërit prej tyre. Kërkesat janë shpesh të lidhura me një kornizë të caktuar kohe, me qëllim që jeta e përditshme të ecë mundësisht pa ngërçe. Nëse fëmija atëherë nuk dëgjon menjëherë, vijnë kërcënime. Skenarë të tillë çojnë jo rrallë në luftime për pushtet ndërmjet prindërve dhe fëmijës dhe çlirojnë ndjenja jo të mira. Përveç kësaj fëmijët vënë re shpejt, nëse kërcënimet nuk mund të zbatohen dhe lënë gjithmonë e më pak t'iu bëjnë përshtypje këto.

Kufij dhe rregulla janë të rëndësishme për fëmijët, sepse ato iu japin fëmijëve siguri të mënyrës së sjelljes. Fëmijët e kanë më të lehtë të ndjekin rregullat e vendosura, nëse këto vlejnë përsëritshëm («Një herë në javë do të spastrohen dhomat.»), nëse do të merret parasysh respektimi i tyre dhe nëse ato do të komunikohen kuptueshëm. Përveç kësaj

ata kanë më pak mundim, t'i plotësojnë kërkesat, nëse ata përfshihen në vendosjen e tyre dhe në llojin e zbatimit («Nesër duhet të thith pluhurat. Kur mund të spastrosh ti? Sot në mbrëmje unë kisha kohë të të ndihmoja.»). Sepse kështu ata ndihen bashkëpërgjegjës për zgjidhjen e problemit dhe mund ta kuptojnë më herët, që këtu bëhet fjalë për baraspeshimin e nevojave të ndryshme, se sa nëse atyre thjeshtë do t'iu jepej një urdhër («Tani ti do të spastrosh menjëherë dhomën tënde!»). Nganjëherë fëmijët sillen po ashtu me kryeneçësi, sepse ata nuk e dinë, si ta trajtojnë një çështje. Atëherë ndihmon kjo, që fëmijët të drejtohen hap pas hapi dhe me plot dashuri gjatë kryerjes së një detyre.



**Kufij dhe rregulla janë të rëndësishme për fëmijët, sepse ato iu japin fëmijëve siguri të mënyrës së sjelljes.**

# Respektoni kufijtë – mos shpërfillni

**Fëmijët, të cilët mësojnë të dallojnë prekje të mira, të këqija ose të çuditshme dhe që lejohet të vendosin vetë mbi trupin e tyre, janë më tepër në gjendje, të mbrohen ndaj sulmeve (seksuale).**

**Prandaj është e rëndësishme, që të rriturit t'i mbështetin fëmijët gjatë kësaj, të perceptojnë kufijtë e trupit të tyre dhe t'i mbrojnë këto.**

Edhe të rriturit nuk i përshëndetin të gjithë të njohurit me një puthje ose me një përqafim. Kjo ngandonjëherë, sepse nuk përputhet me situatën sociale. Nganjëherë as ju nuk dëshironi po ashtu një kontakt fizik, sepse një person nuk iu qëndron juve mjaft afër. Fëmijët nuk ndihen ndryshe këtu. Pikërisht në situata përshëndetjeje fëmijët preken shpesh nga të rriturit, puthen, përqafohen ose ngrihen lart,

pa u marrë parasysh shenjat e tyre verbale ose jo verbale. Fëmijët megjithatë kanë të drejtën, të vendosin mbi trupin e tyre dhe të refuzojnë prekjet, nëse ato janë të tepruara për ta.

Shembulli i përshëndetjeje qartëson, sa e rëndësishme është, të flitet me fëmijën për këtë, cilat prekje ndihen si të këndshme dhe cilat si të pakëndshme. Kjo e ndihmon atë, të perceptojë kufijtë e trupin e të tij dhe të përgjigjet për këto. Gjatë kësaj mund të flitet, se sa me kënaqësi dëshiron të përshëndetet ose ndahet ai. Vendimi i bie mundësisht më lehtë atij, nëse atij i numërohen shumëllojshmëritë e mundësive: Mund të puthet në faqe, të përqafohet gjatë ose të merret shkurt përqafe, por është edhe e mundur, t'i jepet dora njëri-tjetrit ose thjesht t'i bëhet me dorë njëri-tjetrit. Kështu një fëmijë mund të sillet në mënyrë të përshtat-

shme me kontekstin social dhe të zgjedhë njëkohësisht formën më të përshtatshme për të.

Me qëllim që të vendosë kufijtë e tij të perceptuara, fëmijë ka nevojë për mbështetjen prindërore. Nëse fëmija do shtyhet nga të tjerët për prekje në mënyrë të padëshirueshme ose për një lloj të pakëndshëm përshëndetjeje, prindërit mund të mbajnë qëndrim si përfaqësues ose së bashku me fëmijën. Prindër, të cilët i mbështetin fëmijët në këtë mënyrë, të perceptojnë kufijtë e trupit të tyre, t'i ruajnë dhe, nëse e nevojshme, të përgjigjen për këto, japin një kontribut të rëndësishëm për mbrojtjen e fëmijëve nga sulmet (seksuale).



**Të flitet me fëmijën për këtë, se cilat prekje ndihen si të këndshme dhe cilat si të pakëndshme, është e rëndësishme. Kjo e ndihmon atë, të perceptojë kufijtë e trupit të tij dhe të përgjigjet për këto.**

# Respekti nevojat e fëmijëve – mos i lini mënjanë

**Përjetimi i vetëvendosjes është i rëndësishëm për zhvillimin fëmijëror, sepse nëpërmjet kësaj një fëmijë mëson të marrë përsipër përgjegjësi për të vepruarit e tij. Nëse nevojat e një fëmije lihen megjithatë përherë mënjanë, ai para së gjithash do të përshtatet, pa këtë që të forcohet personaliteti i tij me të gjitha aftësitë e tij. Prandaj është e rëndësishme, t'i jepet një hapësirë e përshtatshme përmbushjes së nevojave fëmijërore.**

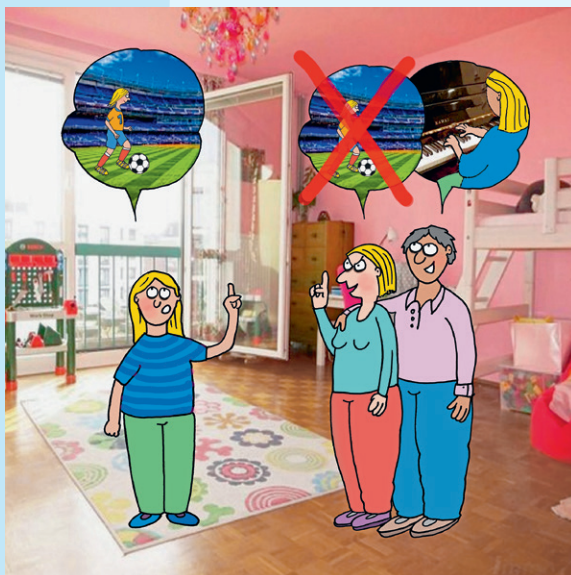
Njëlloj si të rriturit ashtu edhe fëmijët kanë interesa të ndryshme dhe nevoja të spikatura ndryshe. Për shembull për qetësi dhe tërheqje mbrapa. Disa fëmijë luajnë me dëshirë për një kohë të gjatë me veten e tyre, të tjerë preferojnë shumë ndërmarrje. Ndryshimet tregohen megjithatë edhe në prefer-

enca të tjera. Disa fëmijë preferojnë të shfrenjë me sport, të tjerë dëshirojnë të luajnë një instrument muzike ose ata sajojnë me dëshirë.

Prindërit përpiqen, si rregull, të nxitin aftësitë e veçanta të fëmijëve të tyre. Nganjëherë e kanë edhe ata të vështirë, të pranojnë nevojat e fëmijëve të tyre. Kështu p.sh. është e kuptueshme dëshira prindërore, që një fëmijë i turpshëm të mësojë të luajë me fëmijë të tjerë. Por nëse një fëmije do t'i mbushet rregullisht mendja për këtë, që t'i përshtatet një grupi fëmijësh të tjerë, megjithëse ai këtë nuk e dëshiron aspak, kjo është më tepër penguese për zhvillimin e tij. E njëjta vlen për mosmarrjen parasysht të interesave të tjera, të cilat ndoshta nuk iu përputhen patjetër atyre të prindërve. Nëse dëshirat e fëmijëve do të lihen përherë mënjanë, fëmija mëson se

nevojat e tij nuk janë të rëndësishme dhe se ai do të pranohet, vetëm nëse ai iu përgjigjet parashikimeve të të tjerëve. Sa më tepër të përshtatet fëmija, për të kënaqur nevoja të huaja, aq më tepër i bëhet ai i huaj vetes së tij. Kështu ai nuk mund të mësojë, të marrë vendime të veta dhe të marrë përsipër përgjegjësinë për këto.

Të merret seriozisht një fëmijë nuk do të thotë, të mos i besohen atij përvoja të reja ose të mos pritret prej tij një farë këmbënguljeje, nëse ai ka marrë një herë një vendim. Dhe nuk do të thotë, t'i plotësohet atij çdo dëshirë. Parimisht vlen megjithatë, të perceptohet personaliteti i fëmijës me nevojat e tij dhe të respektohet.



**Përjetimi i vetëvendosjes është i rëndësishëm për zhvillimin fëmijëror, sepse nëpërmjet kësaj një fëmijë mëson të marrë përsipër përgjegjësi për të vepruarit e tij.**

# Plotësoni nevojat bazë – mos i lini pas dore

**Për ndërtimin e një marrëdhënieje të qëndrueshme, besimplotë ndërmjet prindërit dhe fëmijës ka nevojë për kohë të përbashkët. Sepse nevoja fëmijërore bazë për dashurinë prindërore dhe përkushtimin mund të kënaqet vetëm nëpërmjet shkëmbimit aktiv dhe pjesëmarrjes me plot dashuri të prindërve në interesat dhe aktivitetet e fëmijëve. Ëmbëlsira dhe dhurata nuk mund ta zëvendësojnë këtë kohë me vlerë të lartë të lidhjeve.**

Shpesh herë jeta e përditshme familjare është e rrëmbyeshme dhe shumë prindër përballojnë ngarkesën e dyfishtë të profesionit dhe të familjes. Gjatë kësaj mund të ndodhë lehtë, që të mos mjaftojë koha për të gjitha nevojat e anëtarëve të familjes. Shumë prindër vuajnë vetë nën këtë situatë

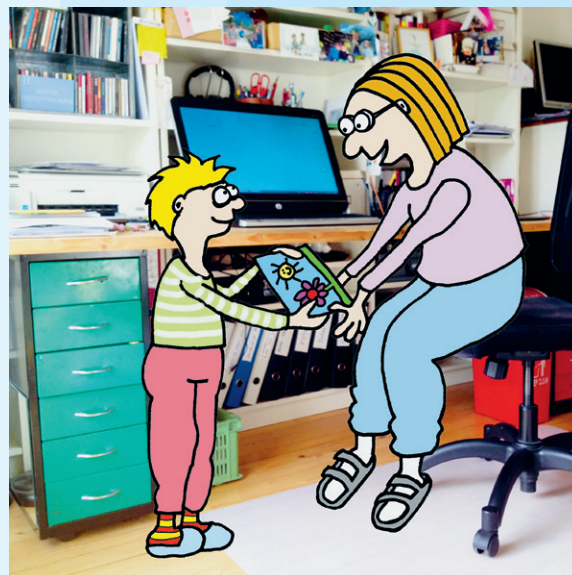
dhe disa përpiqen, të kompensojnë kohën e pakët me fëmijën nëpërmjet dhënies së ëmbëlsirave dhe sendeve për të luajtur, me qëllim që ta bëjnë fëmijën të gëzohet me afat të shkurtër. Dhurata mund të jenë me të vërtetë fakte dashurie, ato megjithatë nuk mjaftojnë, për të përmbushur nevojat bazë të një fëmije për përkushtim dhe dashuri.

Është shumë në rregull, nëse prindërit, me rritjen e pavarësisë së fëmijës, të marrin po ashtu përsëri më tepër kohë për veten e tyre ose për punën e tyre. Megjithatë: Edhe fëmijë në moshën e kopshtit dhe të shkollës, me gjithë rritjen mëtejshme të pavarësisë, kanë nevojë akoma për shumë përkushtim nga prindërit e tyre. Këtë ata për shembull e përjetojnë, nëse ata marrin një përkujdesje të pandërprerë nga prindërit e tyre dhe ndiejnë, që ata in-

teresohen për veprimtarinë dhe mirëqenien e tyre. Pjesa më e madhe e fëmijëve gëzojnë përveç kësaj afërsinë trupore dhe merren me kënaqësi në prehër ose më krah. Edhe aktivitete të përbashkëta iu ndërmjetësojnë fëmijëve përkushtimin prindëror.

Fëmijë, të cilët disponojnë një lidhje të fortë me prindërit e tyre ose me një person tjetër të besuar me lidhje të ngushta, ndihen të sigurt dhe të mbrojtur dhe i besojnë vetes dhe ambientit të tyre. Ky është një kushti paraprak, për ta zbuluar botën me guxim dhe për t'iu hyrë përherë sfidave të reja dhe për t'i përballuar ato me sukses.





**Fëmijë, të cilët disponojnë një lidhje të fortë me prindërit e tyre ose me një person tjetër të besuar me lidhje të ngushta, ndihen të sigurt dhe të mbrojtur dhe i besojnë vetes dhe ambientit të tyre.**

# Respektoni aftësinë frytdhënëse të fëmijës – mos ndërtoni presion për arritje

**Fëmijët janë nga natyra të etur dhe të motivuar për të mësuar. Por për të mësuarit me sukses duhet të jenë të përshtatshme kërkesat për arritje. Presion shumë i fortë nga shkolla dhe parashikime të larta nga prindërit mund të çojnë në bllokada të të mësuarit, humbje të motivacionit dhe mosarritje. Prandaj është e rëndësishme, të respektohet aftësia frytdhënëse individuale e fëmijës dhe të merren parasysh sinjalet e mbingarkesës së fëmijës.**

Prindërit dëshirojnë që fëmija i tyre të bëjë më të mirën nga potenciali i tij frytdhënës. Dëshira, që fëmija të arrijë një përfundim shkollor, i cili i lë të hapura atij shumë mundësi profesionale, është e kuptueshme. Dhe është po ashtu e rëndësishme, që prindërit të interesohen për interesat shkollore të

fëmijëve të tyre dhe t'i ndërmjetësojnë fëmijës, se suksesi shkollor nuk është i parëndësishëm për ta.

Prindër, të cilët parimisht kanë parashikime pozitive në rendimentin e fëmijëve të tyre, forcojnë besimin e fëmijëve në kapacitetin e tyre dhe nxitin kështu aftësinë e tij frytdhënëse. Parashikimet e prindërve duhet të jenë megjithatë të arritshme për fëmijën. Një fëmijë, i cili vendoset nën presion nëpërmjet parashikimeve jo realiste të prindërve, humb besimin në aftësitë e tij dhe motivimin për të mësuar. Krijohet kështu një rreth vicioz prej presionit, frikës dhe dështimeve dhe cenohet ndjenja fëmijërore e vetëvlerësimit. Ky proces negative forcohet edhe më tepër, nëse prindërit i dënojnë fëmijët për rezultatet e tyre në shkollë, të cilat sipas mendimit të tyre janë të pamjaftueshme ose të këqija.

Fëmijët kanë pastaj mundësinë, të zhvillojnë në përputhje potencialin e tyre, nëse nxitet kureshtja e tyre natyrore dhe iu parashtrihen atyre pretendime sfiduese por të arritshme. Fëmijët megjithatë nuk mësojnë vetëm në shkollë. Ata marrin shumë përvojë të rëndësishme të mësuarit edhe në kohën e lirë gjatë të luajturit. Prandaj është kaq e rëndësishme, që fëmijët të kenë kohë të lirë të cilën ta krijojnë lirshëm, ku ata nga përtej çdo lloj presioni të zbulojnë botën me të gjitha shumanshmëritë e saj dhe po ashtu të mund të çlodhen, për të qenë të përgatitur për sfida të reja.



**Fëmijët kanë pastaj mundësinë, të zhvillojnë në përputhje potencialin e tyre, nëse nxitet kureshtja e tyre natyrore dhe iu parashtrihen atyre pretendime sfiduese por të arritshme.**

# Stimulim të mësuari – jo konsum i pakufizuar mediesh

**Mediet digjitale bëjnë pjesë vetë-kuptueshëm në jetën tonë të përditshme. Megjithatë ato nuk duhet të përdoren pa kufizim, në veçanti jo nga fëmijë të vegjël në moshën parashkollore dhe të shkollës fillore. Sepse fëmijët mësojnë para së gjithash nëpërmjet komunikimit direkt dhe përvojave shqisore. Një konsumim i tepruar i ekranit i kundërvihet kësaj përvoje të mësuari dhe ndikon për këtë arsye negativisht mbi zhvillimin social dhe mendor të fëmijëve.**

Prindërit janë shembuj të rëndësishëm, edhe kur bëhet fjalë për përdorimin e mediave. Kalojnë personat edukues shumë kohë para ekranit, atëherë fëmijët e tyre do t'i imitojnë ata. Edhe nëse prindërit do të konsumojnë mediat digjitale vetëm me kufizim,

aparartet ushtrojnë një mahnitje të papërmbajtshme mbi shumë fëmijë. Dhe kush nuk e ka shfrytëzuar ndonjëherë tanimë forcën tërheqëse të një ekranit, për të kryer në qetësi një thirrje të ngutshme telefonike?

Një konsumim i pambikëqyrrur dhe i pakufizuar i mediave elektronike është megjithatë për shkaqe të ndryshme jo i këshillueshëm për fëmijë. Nëse fëmijët kalojnë shumë kohë para ekranit, smartfonit ose tabletit, kjo do të ndikojë negativisht mbi zhvillimin e tyre mendor, gjuhësor dhe fizik. Fëmijët duhet ta njohin botën me të gjitha shqisat e tyre, për të mësuar në mënyrë të vazhdueshme. Këtu bëjnë pjesë lojë me prindërit ose me fëmijë të tjerë, leximi i përbashkët i historive, sajime dhe vizatime ose bërja potere e zhurmshme në natyrë.

Kundër një konsumi të kufizuar të filmave të përshtatshëm për fëmijë, App-eve ose shikimit të librave digjitale dhe fotografive tek fëmijët nga mosha 3 vjeç nuk mund të thuhet asgjë. Fëmijë të shkollës primare mund të grumbullojnë edhe përvojat e para me kompjuterin. Prindërit megjithatë duhet t'i shoqërojnë fëmijët gjatë përvojes së tyre me mediat, sepse ata kanë nevojë për mbështetje në rast të përpunimit kritik të atyre që kanë parë dhe përjetuar.

Sipas këshillimit të personave të specializuar fëmijëve ndërmjet moshës 3 deri në 6 vjeç nuk duhet t'u vihet në dispozicion më tepër se 30 minuta në ditë kohë mediash dhe atyre në moshën 6 deri në 9 vjeç maksimumi 45 minuta, me qëllim që të mos rrezikohet zhvillimi i tyre i shëndetshëm.



**Fëmijët duhet ta njohin botën me të gjitha shqisat e tyre, për të mësuar në mënyrë të vazhdueshme.**

# Sjellje e kujdesshme prindërore – jo dhunë çifti

**Fëmijët e perceptojnë shumë saktë mënyrën e sjelljes ndërmjet të rriturve dhe atmosferën në familje. Nëse ata shohin, se prindërit sillen me njëri-tjetrin me kujdes, ata ndihen të sigurt dhe në duar të sigurta. Por nëse ata kanë për të përjetuar, se prindërit konfliktet e tyre i zgjidhin me dhunë, kjo çliron tek ata ndjenja të frikës dhe të mospërkrahjes. Prandaj është e rëndësishme që prindërit të jetojnë mundësisht edhe ndërmjet tyre një marrëdhënie pa dhunë dhe plot respekt.**

Fëmijëve nuk iu mbetet e fshehur se si sillen të rriturit me të rriturit e tjerë. Ata perceptojnë saktësisht, si është pra atmosfera ndërmjet prindërve, si bëhet zënia dhe nëse prindërit pajtohen përsëri. Nëse fëmijët e përjetojnë,

që prindërit i zgjidhin konfliktet e tyre në mënyrë të dhunshme, duke kërcënuar, sharë, përlulur, mos folur me njëri-tjetrin ose bile duke vepruar dhe goditur, kjo është për ata tronditëse. Fëmijët ndihen në momentin e përjetimit ose të dëgjimit të dhunës pa përkrahje dhe kanë shumë frikë dhe merak për prindin e prekur nga dhuna. Shpesh ata tregojnë po ashtu ndikime negative afatgjata në zhvillimin e tyre. Nëse fëmijët, në një vend, në të cilin ata do të duhej të ndjenin siguri dhe mbrojtje, përjetojnë një atmosferë prej tensioni, kërcënimi dhe brutaliteti, kjo çliron tek ata stres të madh i cili mund të çojë në ndrydhje, çrregullim, frikësim ose agresivitet. Përveç kësaj prindërit janë edhe në këtë situatë shembuj. Sepse fëmijët mësojnë edhe atëherë, kur prindërit nuk e duan këtë.

Nganjëherë dhuna ndërmjet prindërve vazhdon edhe në marrëdhëniet tanimë të ndara. Nëse fëmijët gjatë vizitave të kontaktit duhet të përjetojnë, se një prind e nënvleftëson prindin tjetër dhe nëpërmjet kësaj detyrohet, të marrë pozicion për një prind, kjo është jashtëzakonisht ngarkuese për fëmijën. Fëmijët si rregull kanë një marrëdhënie të ngushtë ndaj të dy prindërve dhe dëshirojnë të respektojnë të drejtën e tyre për kontakt. Kjo e drejtë duhet të kufizohet vetëm, nëse marrëdhënia nuk i shërben të mirës së fëmijës.

Nëse prindërit i përballojnë konfliktet e tyre në mënyrë konstruktive, kjo nuk i tregon fëmijës, jo vetëm se si mund t'i zgjidhë ai problemet e tij me të tjerët, por i jep atij po ashtu sigurinë e brendshme, e cila i nevojitet atij, për t'u zhvilluar në mënyrë optimale.



**Nëse prindërit i përballojnë konfliktet e tyre në mënyrë konstruktive, kjo nuk i tregon fëmijës, jo vetëm se si mund t'i zgjidhë ai problemet e tij me të tjerët, por i jep atij po ashtu sigurinë e brendshme, e cila i nevojitet atij, për t'u zhvilluar në mënyrë optimale.**

## **Kinderschutz Schweiz**

Seftigenstrasse 41 | 3007 Bern

Telefon +41 31 384 29 29

info@kinderschutz.ch | www.kinderschutz.ch

**Të mbrohen fëmijët, të forcohen fëmijët!**

**Ne i mbrojmë fëmijët nga dhuna.**

**Dhe forcojmë të drejtat e tyre.**

**Dhurimi juaj mbështet gjatë kësaj Kinderschutz Schweiz.**

**Llogaria-tek posta 30-12478-8**

**Falënderime të përzemërta!**



**[www.comp-act.ch](http://www.comp-act.ch)**