



**I/e fortë me marrëdhënie**





# Përmbajtje

Parathënie	1
Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...	2
...kontakt dhe afërsinë trupore	4
...mbrojtje dhe besueshmëri	6
...përkushtim dhe bashkëbisedim	8
...një lidhje e sigurtë	10
...pranim që jam i/e jashtëzakonëshëm/me	12
...besim në aftësitë e mia	13
...një mjedis nxitës për zhvillim	14
...orientim	16
Sqarime	18
I/e fortë me marrëdhëniet: çfarë i nevojitet nënave dhe baballarëve?	19
Edukim i prindërve CH „Elternbildung CH“	20
Jacobs Foundation	20
Linkët e vlefshme të internetit	21

# Parathënie

Në jetën e një fëmije që nga dita e parë, marrëdhëniet janë themelet e zhvillimit të tij. Të gjithë proceset e zhvillimit bazohen në marrëdhëniet me të paktën një person. Ju tregojmë me këtë broshurë se çfarë është e rëndësishme në trajtimin e kësaj marrëdhënieje. Broshura i drejtohet personave më të afërt të foshnjave, fëmijëve të vegjël dhe përmban tetë mesazhe, të cilat tregojnë se për çfarë ka nevojë fëmija që nga fillimi për tu bërë i fortë.

Me këto themele fëmijët marrin bagazhin e nevojshëm të njohurive për të përballuar sfidat dhe detyrat e zhvillimit në vitet e ardhshme.



„Unë dua të bëhem i/e fortë dhe

...kontakt dhe afërsinë trupore“

...mbrojtje dhe besueshmëri“

...përkushtim dhe bashkëbisedim“

...një lidhje e sigurtë“

...pranim që jam i/e jashtëzakonëshëm/me“

...besim në aftësitë e mia“

...një mjedis nxitës për zhvillim“

...orientim“

kam nevojë për...



# „Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...

## ...kontakt dhe afërsinë trupore“

**Jam në këtë botë. Unë marr frymë. Tani jam kureshtar/e dhe dua të hyj në kontrakt me mjedisin tim, kështu që të marr impulse të shumta dhe të domosdoshme për zhvillimin tim të ardhshëm.**

- Që para lindjes sime e dua zërin e prindërve të mi dhe e dua kur barku i nënës sime ledhatohet.
- Dua kontaktin me lëkurën e prindërve të mi dhe për më shumë kam nevojë për të.
- Edhe pa gjuhë tregoj se si jam, dhe unë dua që të më kuptojnë.
- Dua të mbaj kontakt me sy me nënën time ose me babanë tim kur dalim për shtetitje.
- Dua që nëna ime dhe babai im të merren me mua dhe unë mundëm të jap përgjigjet sipas mundësive të mia.

- Që në bark të nënës fëmija i palindur merr përshtypjet nga mjedisi. Kur dëgjon zërin e prindërve, fillon të hyjë në kontakt me ata.
- Që mos ndjehet veten të braktisur dhe të vetmuar është e rëndësishme që foshnja menjëherë pas lindjes të vihet sipër barkut e nënës. Ky kontakt me lëkurë ndikon shumë lidhjen emocionale të nënës me fëmijën. Ky kontakt trupor është i rëndësishëm në muajt e parë të jetës se foshnjës.
- Foshnja me mjedisin komunikon duke qarë, me tingujt foshnjorë, me mimikën e fytyrës dhe lëvizjet, dhe tregon kështu si ndjehet. Kur foshnja qan, merret menjëherë nëna ose babai me këtë dhe i tregojnë fëmijës që ata janë pranë dhe nuk e lënë vetëm. Ata japin foshnjes siguri, një siguri që më vonë mundëson fëmijën të ketë durim dhe të presë.
- Rrugës në karrocë, në qesën mbajtëse ose në „Snuggli“, foshnja ndjehet më mirë vetëm kur fytyra e tij/saj është drejtuar tek nëna ose tek babai për të siguruar kontaktin me një person të besuar. Mbjajtja anësore te ijtë është pozicioni më ideal, kështu që fëmija mund të zgjedhë vetë, a do të shikojë personin e besuar ose mjedisin. Në qoftë se fëmija nuk sheh personin e besuar, atëherë mund të ndjehet i pasigurtë dhe i lënë vetëm, duke pasur shumë përshtypje të panjohura dhe të pa para.

- Nëna dhe babai duhen të vazhdojnë kontaktin e krijuar me foshnjën gjatë shtatzënisë, duke folur, treguar, kënduar dhe qeshur. Këto i japin foshnjës mundësinë për tu përgjigjur dhe komunikuar me mimikë dhe me lëvizje. Kur foshnja heq sytë mënjanë, atëherë tregon që i duhet një pushim: Duhet të përpunojë informacionet e marra. Kur foshnja pyetet nga prindërit si ndjehet, atëherë nuk do ti përgjigjet pyetjes me fjalë, por me një mimikë të kënaqur dhe me gagarisje. Foshnja kupton zërin e prindit të kujdesshëm dhe të dashur.



# „Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...

## ...mbrojtje dhe besueshmëri“

**Për të arritur një zhvillim të mirë, dua si foshnjë dhe fëmijë i/e vogël të përjetoj një mbrojtje dhe besueshmëri të pakufizuar.**

- Dua që të ndjehem i/e mbrojtur dhe i/e sigurt.
- Gjendjen time nuk mund ta ndryshoj unë vet. Prandaj kam nevojë për përkushtim dhe besueshmëri, kur e kërkoj.
- Kam nevojë për një person të besuar, i cili merret me mua me ndjeshmëri.
- Unë kap çdo gjë me të gjitha shqisat e mia. Ndjenjat të cilat unë përjetoj kështu, më shoqërojnë gjatë gjithë jetës time.
- Herë-herë mezi qetësohem. Në këto momente kam nevojë për më shumë mbrojtje dhe besueshmëri.

- Kërkesa për siguri, besueshmëri dhe mbrojtje rrjedh nga një nevojë e vetëkuptueshme, që ekziston në çdo njeri. Në duart e nënës ose të një personi të besuar foshnja ndjen veten të mbrojtur dhe të sigurtë. Nga duart e nënës hyrja në një botë të re, të panjohur dhe të pamësuar, është më e thjeshtë.
- Foshnjat fillojnë të mësojnë të sistemojnë ndjenjat e tyre dhe nuk arrijnë dot ti bëjnë vet ato. Përveç kësaj nuk kanë akoma mundësi të ndryshojnë vetë situatën e tyre.
- Foshnjat që qajnë ose ankohen, kanë menjëherë nevojë për një person të besuar, që i jep foshnjës siguri dhe mbrojtje. Foshnjat nuk duhen qortuar për qaravitjet ose ankimet, as nuk i duhet hequr vëmendje. Një sjellje e tillë është e dëmshme për zhvillimin e fëmijës.
- Në muajt e parë të jetës së një fëmije zhvillohet komunikimi emocional. Kjo ndodhet nëpërmjet një personi të besuar, të disponueshëm, të njohur dhe të besueshëm, normalisht nëna ose babai, i cili me shumë ndjeshmëri merr vesh sinjalet e fëmijës, mundohet ti kuptojë ato dhe i përgjigjet.
- Që në kohën kur nuk di të flasë akoma, fëmija merr vesh sjelljen dhe trajtimin e personave të besuar me të gjitha shqisat. Ndjenjat e përjetuara lenë gjurmë në tru. Në jetën e mëtejshme ndjenjat e regjistruara mund të dikojnë në jetën e përditshme të fëmijët e vegjël dhe të rritur.





Lidhjet me ngjarjet e përjetuara në të kaluarën janë në mënyrë të pavetëdijshme. Për këtë arsye ka nevojë që fëmija të ndjehet sa më i mbrojtur.

- Ka dhe foshnje që mezi qetësohen. Nëna dhe babai arrinë në një kufi të durimit. Veçanërisht ato foshnje kanë shumë nevojë që të marrin besueshmëri dhe mbrojtje. Për të arritur këtë, prindërve i duhen mundësitë në çdo kohë për të kërkuar lehtësim dhe përkrahje nga jashtë.

# „Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...

## ...përkushtim dhe bashkë-bisedim“

**Unë si foshnje dua, kur nëna dhe babai im më japin përkushtim të plotë, si dhe në kujdesjen, në të ushqyer ose në momente kur unë zbuloj se çfarë më rrethon. Kur nëna dhe babai flasin me mua, mësoj gjuhën dhe kuptoj se sa i rëndësishëm jam unë dhe lajmet e mia.**

- Unë dua fytyrën e personit tim të besuar dhe kam qejf të imitoj mimikën ose zërin e tij.
- Më pëlqen kur nëna ose babai më shpjegojnë se çfarë janë dukë bërë, megjithëse nuk kuptoj çdo gjë.
- Kur unë zbuloj gjëra të reja, kërkoj kontakt me sy me personin e besuar dhe kjo më ndihmon, më jep siguri.
- Personi im i besuar emërton shumë sende të cilat unë prek ose tregoj me gisht.
- Në qoftë se unë për një farë kohe marr përkushtimin e plotë, atëherë me qejf mund të merrëm me vetën time i qetë.
- Kur komunikoni me mua, ktheni kokën tek unë dhe më shikoni në sy.

- Foshnjat duan të shikojnë fytyra njerëzore. Kjo ndodh shpesh herë kur kujdeseni për foshnjën ose kur ndërroni pelenat. Foshnja ka shumë qejf të shikojë fytyrën e personit të besuar, të imitojë mimikën e tij dhe të lëshojë zërin. Personi i besuar mund ti përgjigjet zërit dhe mimikës së fëmijës si dhe mund të vazhdojë të përdorë ato, kështukrijohet një bazë e rëndësishme për mësimin e gjuhës.
- Kur veprimet shoqërohen me fjalë përkatëse në gjuhën e nënës, fëmija shikon dhe ndjen një lidhje midis veprimit dhe fjalës, kështu krijohet një bazë tjetër për zhvillimin e gjuhës.
- Sa fillon fëmija të lëvizë në mënyrë aktive, të fillojë të zbulojë gjërat e reja dhe të provojë ato, atëherë fëmija do të kërkojë përkushtimin e personit të besuar me kontakte syri. Fëmija do të dijë se çfarë mendon personi i besuar për veprimet e tij. Fëmija orientohet tek mimika e fytyrës dhe tek mënyra e foljes.
- Kur fëmija fillon të tregojë gjërat me gisht, atëherë personi i besuar duhet të emërtojë ato dhe të flasë me fëmijën për to. Në qoftë se fëmija emërton gjërat me fjalët e tij

fëminore, atëherë personi i besuar i përdor ato dhe tregon në gjuhën e nënës ose të babait fjalët përkatëse, kështu që fëmija e ndjen vetën të marrë seriozisht. Me këtë mënyrë fëmija mëson gjuhën në mënyrë të natyrshme.

- Fëmijët, të cilët kanë marrë një përkushtim të plotë dhe një bashkëbisedim intensiv për një kohë të caktuar, janë të kënaqur në kërkesat e këmbimit të kontaktit. Kjo dhe kërkesa natyrore për të aktivizuar veten, bëjnë të mundur, që fëmijët të merrën me vetën e tyre duke ndenjur për një kohë të caktuar në vendin që i rrethon.
- Të ballafaqohesh parimisht sy më sy me fëmijën, do të thotë, që i rrituri merr seriozisht atë dhe pranon një kontakt personal.



# „Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...

## ...një lidhje e sigurtë“

**Nëna dhe babai që në fillim i kanë perceptuar nevojat e mia, i kanë interpretuar mirë dhe kanë reaguar pa vonesë. Janë sjellë plotësisht me ndjeshmëri me mua. Tani unë e di, që mund ti besoj ata. Kam krijuar një lidhje të sigurtë me ta dhe një besim themelor.**

**Tani mund të bej përvoja të reja dhe jashtë familjes sime dhe mund të bëhem më shumë i pavarur.**

- Nganjëherë unë ndjehem i turpshëm në takim me njerëz të panjohur dhe jam i gëzuar kur ata më afrohen me kujdes.
- Dua të zbuloj dhe gjurmoj mjedisin, por ka shumë rëndësi që mund të kthehem shpejt tek nëna ose babai.
- Kam nevojë që të më rrinë pranë persona të afërt të sigurtë.
- Mund të tregoj te cili dua të rri. Më merrni mua seriozisht.
- Në qoftë se unë duhet të rri mes njerëzish të panjohur, atëherë mos ikni dhe rrini me mua deri sa unë ndjehem i sigurtë.

- Sjellja e turpshme e foshnjës që shfaqet në fundin e vitit të parë të jetës së tij tregon, që tani mund të dallojë personat e njohur të besuar nga personat e panjohur. Njerëzit e ri që duan të lidhin një kontakt më afër duhen ti afrohen fëmijës hap pas hapi dhe me kujdes.
- Që fëmija të arrijë të bejë hapat e para për zbulimin e vëndit që e rrethon larg personave të besuar, fëmija në çdo kohë duhet të ketë mundësi që të kthehet tek ata.
- Ndjenjat i kujtohen që nga fillimi i jetës. Bagazhi themelor i njeriut për të përballuar jetën, krijohet në tre vitet e para. Prandaj ka rëndësi që nënat, baballarët dhe personat e besuar në familje dhe jashtë saj, ti përkushohen plotësisht marrëdhënjeve dhe ndjenjave të fëmijës në lidhje me sigurinë.

- Kur fëmija do të vërë kufi me persona të tjerë, atëherë kjo duhet marrë seriozisht. Në qoftë se nuk pranohet kjo kërkesë atëherë fëmija mund të ndjehet i pafuqishëm dhe pa përkrahje dhe ndjenjat themelore të jetës ndikohen.
- Në qoftë se një fëmijë shoqërohet nga një kujdestare ditore ose i besohet një çerdhe fëmijësh, prania e nënës ose e babait është e nevojshme, deri sa fëmija ndjen sigurinë e personave të ri të besuar. Në çdo rast duhet të ketë një kohë ambientimi të orientuar të nevojës së fëmijës.



# „Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...

## ...pranim që jam i/e jashtëzakonëshëm/me“

**Jam i/e jashtëzakonëshëm/me. Temperamentin tim dhe prirjet e mia i kam sjellë me vete në këtë botë. Këto krijojnë gjithë zhvillimin tim. Unë merrem me zhvillimin tim të varur nga mjedisi që më rrethon me menyren time të veçant dhe individuale.**

- Unë dua që të pranohet që jam i jashtëzakonëshëm.
- Unë nuk dua që të më krahasoni me të tjerët.
- Më duhet kohë për zhvillim.
- Në qoftë se ju zemëroheni me mua, atëherë me tregoni se çfarë ju ka zemëruar dhe mos më vini në pyetje si person.
- Kur ju kuptoni forcat e mia, atëherë ndjehem i dashuruar dhe rritem me kënaqësi.

- Pranimi që jam i/e jashtëzakonëshëm/me parandalon te të rriturit të zotërojnë një fëmijë sikur të jetë një objekt.
- Pranimi që fëmija është i/e jashtëzakonëshëm/me përjash-ton krahasimin me fëmijët e tjerë, qoftë më të mirë ose më të këqj, sepse me krahasime të tilla mund të fusni fëmijën nën një presion që nuk sjell përparim. Kjo shkatërron krijimin e vetësigurisë së fëmijës.
- Pranimi që fëmija është i/e jashtëzakonëshëm/me, i jep kohë për zhvillim individual. Një fjalë e urtë thotë: Bari nuk rritet më shpejt duke e tërhequr.
- Vërejtjet përbuzëse që prekin fëmijën si person, japin te fëmija ndjenjen e mospranimit. Fëmija duhet të kuptojë që „veprimi im shqetëson prindërit e mi dhe ata për këtë zemërohen. Ata nuk zemërohen me mua si person.“
- Kur vlerësimi është në qëndër të vemëndjes, dhe nena, babai e persona të tjerë vështrojnë forcat, burimet e jo dobësitë e fëmijës, atëherë fëmija ndjehet i dashuruar dhe i pranuar.



# „Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...

## ...besim në aftësitë e mia“

**Unë kam vetëbesim dhe jam i bindur që me fuqitë e mia mund të ndryshoj çdo gjë. Këtë kam mësuar nga juve. Unë i besoj nënës dhe babai tim, dhe kështu ndjehem i përkrahur e i mbështetur.**

- Kur unë sinjalizoj që kam nevojë për diçka është mirë që menjëherë dikush më vjen pranë.
- Dua të jem aktiv, të marr pjesë në jetën e përditëshme dhe të zbuloj vetë se çfarë dua të bëj.
- Unë gjurmoj, imituj, përsëris dhe bëj sikur di si bëhet. Më përkrahni mundimet e mia, sepse kështu unë mësoj.
- Kam zbuluar vetë diçka dhe dua t'jua tregoj atë. Gëzohuni bashkë me mua, kjo më nxit për më shumë.
- Kur foshnja në muajt e parë të jetës sinjalizojnë që ka nevojë për një njeri, nëna, babai ose një person tjetër i afrohet, atëherë foshnja merr përvojën e efektshmërisë së tij.
- Fëmija përfiton besim në aktivitetin e tij, kur merr pjesë gjatë kujdesjes ose kur mund të zgjedhë vetë se çfarë do për të

ngrënë, si dhe në qoftë se fëmijës i jepet gjatë ditës mundësi të përsëritura, të gjëjë vetë sesi do të kalojë një pjesë të kohës. Përvoja të tilla forcojnë vetëbesimin dhe ndërgjegjen e fëmijës.

- Sjelljet tipike femënore të fëmijës së vogël janë: gjurmimi, kontrollimi, zbulime dhe përsëritje të veprimeve, si imitime. Fëmija këshku mëson vetë dhe krijon historinë e tij të mësimet. Ky mësim ndryshon nga mësimet që vijnë nga jashtë dhe pa marrë parasysh parimet e fëmijës.
- Duke gjetur vetë diçka, të merret me atë, të tregojë për atë, dhe të gjëjë mirëkuptimin e njerëzve që e rrethojnë, pra këto ngrejnë vetëvlerësimin. Kjo krijon gatishmërinë në një rrethanë pozitive, për marrjen e njohurive që vijnë nga jashtë dhe përpunimin e tyre në mënyrë vetjake. Fëmijët që janë vetë aktiv nuk pengohen që të kërkojnë botën e tyre. Ata kanë një vullnet të vetëkuptueshëm.



# „Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...

## ...një mjedis nxitës për zhvillim“

**Për të pasur një zhvillim të mirë, kam nevojë për përkushtim dhe një mjedis nxitës, i cili përkrah etjen time për dije. Kam nevojë të më rrethojnë fëmijë dhe të rritur, si dhe materiale me të cilat mund të punoj dhe eksperimentoj sipas mënyrës simë.**

- Dua të nxis dhe mpreh të gjitha shqisat e mia. Më jepni mundësi për këto.
- Më jepni materialët e jetës së përditëshme. Jam kureshtar dhe dua të kërkoj.
- Kam nevojë për rrethana të cilat nxisin shqisat e mia dhe kërkesën time për lëvizje, kështu që mund të zhvillohem me fuqitë e mia.
- Flisni dhe qeshni me mua, merruni me mua. Shikoni që mund të jem bashkë me fëmijët dhe të rriturit e tjerë.
- Kam nevojë që një person i besuar të jetë afër, edhe në momentet kur jam duke zbuluar gjëra të reja ose bashkë me fëmijët dhe të rriturit e tjerë.
- Sfidoni kureshtjen time, unë zbuloj mjedisin në mënyrë aktive.

- Në fillimin e jetës fëmija ka nevojë që të mbahet i sigurtë, të përkrahet dhe të mbrohet nga ngërkesat e mëdhaja mendore. Me rritjen fëmija ka nevojë për një mjedis të përshtatshëm për zhvillim, i cili nxit të gjitha shqisat – dëgimin, shikimin, nuhatjen, shijimin, ndjenjat – si dhe mundëson lëvizjet.
- Televizori dhe kompjuteri nuk kanë vënd në rrethin e zhvillimit të foshnjës ose fëmijës.
- Nuk ka rëndësi në çfarë mjedisi ka lindur fëmija, po ekzistojnë gjithëmonë materiale të cilat ngrenë kureshtjen dhe fëmija mund të zgjedhë dhe provojë ato sipas interesit të tij. Gjërat pa qëllim të caktuar, të cilat gjenden në çdo shtëpi, nxisin fantazinë dhe sfidojnë kreativitetin e fëmijës.



- Në rrethana të cilat nxisin shqisat dhe mundësohen lëvizjet, fëmija zgjeth vetë kur është gati për një hap tjetër të zhvillimit. P.sh. kur do të ketë fuqi të ngrejë dhe të ulë veten, si dhe kur do të bëjë vetë hapat e para të ecjes.
- Rrethana nxitëse të përshtatëshme për zhvillimin e fëmijës, përfshin në radhë të parë nënën dhe baban. Ata e mbajnë dhe përkundin fëmijën në krah, flasin, qeshin dhe gëzohen me fëmijën. Ata këndojnë, kërcëjnë, dëgjojnë muzik bashkë, shikojnë libra me piktura, tregojnë përralla dhe i japin fëmijës hapësirën për të zbuluar në mënyrën aktive botën e tij. Me kohë fëmija duhet të njihet me persona të tjerë të besuar, me fëmijë të tjerë dhe të merrët me ta. Fëmija do të dojë të merrët me njerës shumë të ndryshëm, si në shtëpi, jashtë dhe në rrethana të panjohura.
- Ka rëndësi që fëmija mund të mbështetet tek një person i besuar, duke u marrë me zbulimet e një ambienti të ri dhe njohjen e njerëzve të tjerë. Prania e personit të besuar i shërben fëmijës si një baze e sigurtë dhe i jep mundësi fëmijës të shikojë rreth e rrotull dhe të zbulojë gjëra të reja.
- Nëna dhe babai sfidojnë kureshtjen e fëmijës me një rreth nxitës, kështu që ata ndikojnë në mënyrë vendimtare zhvillimin e fëmijës. Fëmija do të fillojë aktivitetet me inisjativën e tij dhe nuk pret më vetëm për nxitjet dhe ofertat që vijnë nga jashtë.



# „Unë dua të bëhem i/e fortë dhe kam nevojë për...

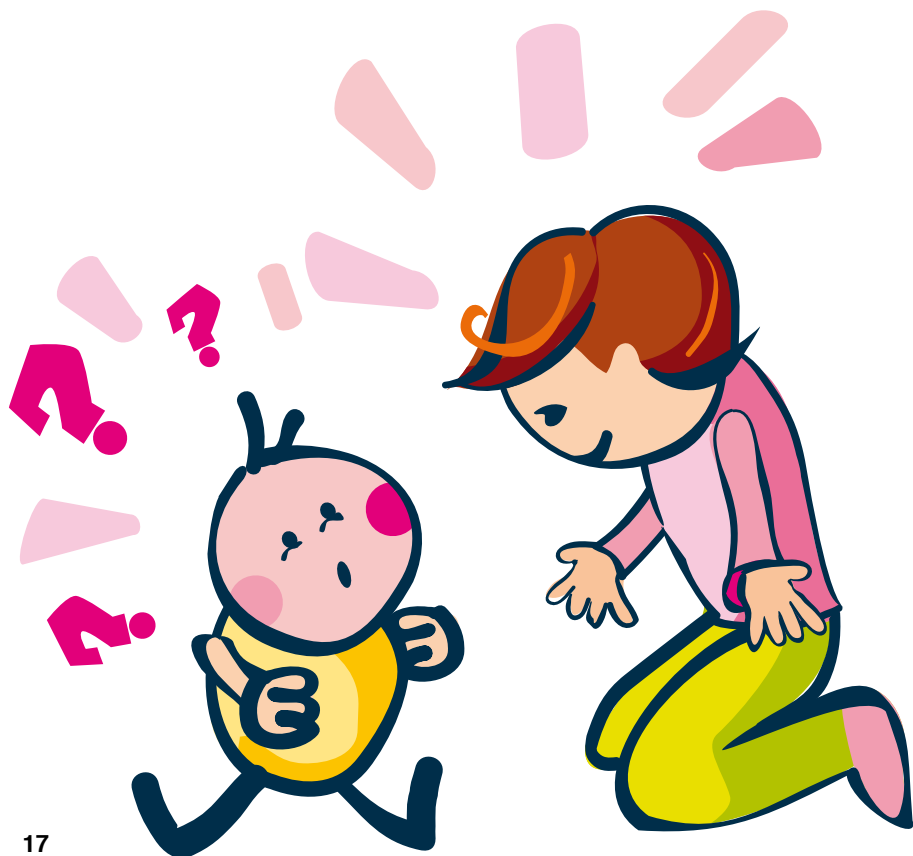
## ...orientim“

**Kam nevojë për persona të besuar të cilët merrën me mua, kështu që mund të orientohe në jetën e përditëshme. Kam nevojë për strukturat e rregullta ditore, për rregulla dhe mënyrën e bashkëjetesës, si dhe për ritualet. Kështu mundëm të bëhem i/e fortë.**

- Fati im është që mundëm të orientohe plotësisht tek nëna dhe babai në muajt e parë të jetës sime.
- Përvojat që bëj përditë, nguliten thellë në mëndjen time.
- Kam nevojë për një send të njohur, të cilin mund ta ndiej dhe ta nuhas. Kjo më qetëson dhe më jep siguri.
- Nëse ju më përfshijni në aktivitetet tuaja të përditëshme hap pas hapi, mund të marr pjesë dhe kam qejf.
- Një strukturë e rregullt ditore më jep mua siguri.
- Unë jap rëndësi një rrethane të njerëzishme, e cila përshtatet zhvillimit tim dhe që të mund të orientohe dhe të lëviz i lirëshëm.
- Unë do të filloj të përdor „po“ dhe „jo“. Më jepni mbështetje dhe më lini kohë për të mësuar, se si mundëm të zhvilloj dhe të mbroj pavarësinë time.

- Pas lindjes foshnja zhytet në një ambient plotësisht të pa njohur. Foshnja duhet të mësojë dallimin e ditës dhe natës. Foshnja i ekspozohet zhurmave të panjohura dhe aromave të ndryshme të reja. Por në çdo rast nëna dhe babai janë pranë. Pranimi i tyre do të jetë pika e parë në orientimin e jetës së re.
- Përkushtimi i rregullt, ngjarjet konstante të përsëritura, përvoja e përditëshme e kujdesjes, ngrënjes janë ngjarje të cilat nguliten thellë dhe lejnë gjurmë në mëndjen dhe trurin e foshnjës ose të fëmijës së vogël.
- Foshnja vetë zbulon veprimet e ngjashme – si thithja e gishtit të madh, fërkimi i majës së hundës, mbajtja fortë në krah e një kafsheje me pellush. Këto veprime mund ti japin qetësi dhe orientim foshnjës.
- Veprimet e përditëshme si ndërrimin e pelenave, banjo, veshja dhe zhveshja duhen të zhvillohen në mënyrë të qetë dhe të njellojtë, si dhe të orientohe tek sinialet e fëmijës. Kështu mund të ketë fëmija mundësi për të ndihmuar vetë dhe të argëtohet me keto veprime.

- Kalimi i ditës pak a shumë i rregullt, me ritualët e njellojta si ngrënia, gjumi, veprimtari të tjera në lidhje me leximin e një përralle para gjumit etj., japën fëmijës një ndjenjë sigurie.
- Në vitin e dytë të jetës është e rëndësishme, që në familje të ketë parime të qarta. Çdo gjë që është krijuar në vitin e parë të jetës së fëmijës, si program ditor, ritualet dhe strukturat etj., bëhen të detyrueshme nga ana pedagogjike dhe zgjerohen në përputhje me moshën e fëmijës.
- Fëmija, me pjekjen e aftësive mendore dhe me krijimin e vetëdijes, zbulon fjalën „po“ dhe „jo“ dhe provon kufitë e veprimeve të tij, sfidon dhe kontrollon prindërit e tij për sjelljen e tyre konsekuente. Këtu ka rëndësi që respektimi i rregullave është një proces mësimi, i cili ka nevojë për kohë dhe një sjellje konsekuente.
- Stadi i pavarësisë që fillon tani është plotësisht normal dhe shumë i rëndësishëm për zhvillimin e personalitetit të fëmijës. Nga ana e prindërve tani ka nevojë për një „liri me kufi“, i cili jep orientim si dhe përkrahje, por edhe nxit autonominë e fëmijës.



# Sqarime

**Për një zhvillim të suksesshëm, çdo foshnje dhe çdo fëmijë i vogël ka nevojë të paktën për një person të besuar, i cili mundëson krijimin e një lidhje të sigurtë. Ky person i besuar sjell një qëndrim pedagogjik i cili është ndikuar nga ndjeshmëria. Ai drejtohet nga individualiteti i fëmijës dhe i jep atij/asaj hapësirë për vetëaktivizim.**

Përvojat e gjurmimit shkencor të 30 vjetve të kaluara krijojnë bazën për këto tetë mesazhe në këtë broshurë. Këto mesazhe tregojnë, se për çfarë ka nevojë që një fëmijë gjatë shtatzënisë dhe tre viteve të para të jetës të bëhet i/e fortë.

Kërkimet në lidhje me zhvillimin fillestar janë bërë në kultura dhe vënde të ndryshme të botës. Konsekuencat e rrjedhura nga këto kërkime kanë vlerë për të gjithë fëmijët, pa marrë parasysh ku rriten ata/ato.

Që në çastin e parë të jetës së tij/saj, foshnja kërkon të lidhë marrëdhënje me njerëz. Përvojat më të reja tregojnë që kujdesje, edukimi dhe vetëmësimi i fëmijës bëhet parimisht nëpërmjet marrëdhënjeve. Të tre termat sot janë themeluar në pedagogjinë e foshnjave dhe fëmijëve të vegjël. Ato tregojnë qartë, se për çfarë diskutohet në për bisedat e ndryshme.

Me „**Kujdesje**“ kuptojmë përkushtim, ushqimin, kujdesje. Me një kujdesje të ndjeshme krijojmë një lidhje të sigurtë me fëmijën dhe i japim atij/asaj mbrojtje trupore dhe shpirtërore.

Me „**Edukim**“ kuptojmë ato aktivitete të personave të besuar, me të cilat nxiten proceset e zhvillimit individual, social-emocional, trupor dhe kognitiv të një fëmije, dhe e mbajnë zhvillimin e mëtejshëm në lëvizje. Këto aktivitete përbajnë si dhe formimin e rrethanave të afërsisë dhe largsisë.

Me edukim i japim fëmijës bagazhin me vete, me të cilën mund të zgjëroj aftësitë individuale. Ai duhet të përballojë vetë sfidat me vendosmëri dhe në mënyrë të dallueshme.

Kur prindërit i sigurojnë fëmijës kujdesjen dhe edukimin në këtë mënyrë, atëherë krijojnë bazën më të mirë për zhvillimin e fuqive për vetëmësimin të fëmijës: ai mund të mësojë vetë sipas rrethanave shoqërore.

„**Mësimi**“ tek foshnja dhe fëmija i/e vogël ndodh nëpërmjet të gjithë shqisave. Fëmija merret me „botën“ në mënyrë vetë aktive. Përvojat e përsëritura – bashkë me përshtypjet dhe ndjenjat në lidhje me to – rregjistrohen.

Mësime të tilla – këtu flitet për **vetëmësim** – janë themelet të cilët tregojnë se si fëmija në të ardhmen do të përjetojë, të kuptojë dhe të përballojë marrëdhënjet me njerëz të tjerë si dhe me botën e tij përreth.

# I/e fortë me marrëdhënjet: çfarë i nevojitet nënave dhe baballarëve?

## Nënat dhe baballarët sjellin shumë gjëra me vete

Nënat dhe baballarët kanë aftësitë natyrore, për t'u orientuar te fëmija për sjelljen e tyre.

- Ata mbajnë fytyrën nja 20 cm larg – kështu mundet foshnja ti shikojë ata qartë;
- Ata imitojnë zërin fëminor dhe flasin në mënyrë melodike – kjo është shumë e rëndësishme për zhvillimin e gjuhës së foshnjës;
- Pamje e lezetshme e fëmijës së vogël nxit një sjellje spontane për kujdesje.

## Nënave dhe baballarëve i duhet kohë

Kohë, për t'u ambientuar si prindër me detyra të shumëllojta. Kohë për të mësuar fëmijën dhe për t'u njohur më mirë me veçantinë e tij.

- Çdo fëmijë merr nga prinderit kohën që i duhet. Kohëzgjatja është e ndryshme për çdo fëmijë dhe varet nga fakti, nëse është fëmija e parë apo ka dhe motra e vëllezër të tjerë.
- Nëna dhe babai kanë nevojë për kohë, për përbalimin e sfidave të shumëllojta, për vetën e tyre si dhe për jetën e tyre bashkëshortore.
- Shoqërimi dhe forcimi i marrëdhënjeve kërkon kënaqësi, interes dhe besimi në vetvete „me qënë mjaftueshëm“

## Nënat dhe baballarët kanë nevojë për vlerësim dhe inkurajim

Shoqërimi i foshnjave dhe fëmijëve të vegjël është një detyrë përbushese dhe e gëzueshme. Por ajo sjell nënave dhe baballarëve situata sfiduese. Gjumi i prindërve ndërpritet shpesh dhe prindërit nuk mund të kuptojnë përse foshnja qan dhe përse nuk mund ta qetësojnë menjëherë. Atëherë i duhet prindërve një mjedis i kuptueshëm, ngushëllues, inkurajues dhe mundësisht ti ofrojë prindërve heqjen e ngarkesave.

## Nënat dhe baballarët kanë nevojë për një rrjetë

Rrjeti mundëson shkëmbimin e informacioneve, shkarkimin dhe ofertat për shoqërimin profesional. Bisedat e hapura në mënyrë spontane me nënat dhe baballarët e tjerë kanë efektin e përkrahjes.

Të mbështetur nga një mjedis të kuptueshëm, nënat dhe baballarët përfitojnë besim në aftësitë e tyre të kujdesjes dhe të edukimit. Ata mësonë të kuptojnë instinktivisht ndjenjen e tyre për vlerësimin e situatave.

Sipas rrethanave të jetës së një familjeje, përkrahje janë marrja përsipër të detyrave në shtëpi ose të kujdesjes së përditëshme të fëmijës.

Nëse prindërit ndodhen në situata të vështira dhe nuk dinë më, së çfarë duhet të bëjnë mëtej, dhe janë te kufiri i tyre, atëherë ekzistojnë persona profesional të cilët informojnë, dhe sjellin shkarkimin me bisedime. Ata shoqërojnë nënat dhe baballarët në mënyrë profesionale gjatë kohës së ngarkesës.

# Elternbildung CH

## Përkraja më e mirë për prindërit

**Papritur arriti foshnja, dhe asgjë nuk është më si më përpara.**

Gjatë shtatzënësisë çdo gjë ishte akoma larg dhe vështirë për ta kapur. Por tani? Çdo gjë ndryshon, jeta e tërë, profesioni, rrethanat. Foshnja është kaq i/e ëmbël, por çfarë ndodh, kur ai/ajo qan për njëfarë kohe më të gjatë, nëse nuk qetësohet, dhe neve arrimë tek kufiri jonë? Çfarë duhet të bëjmë në të vërtetë, që të jemi prindër të mirë?

Shkollimi i prindërve mund ti përgjigjet shumë pyetjeve, i tregon prindërve forcat e tyre, i jep inkurajim, i krijon lidhje, nxit gjëra të reja dhe bën që prindërit të ndjehen më të sigurtë në jetën e përditëshme të edukimit. Shkollimi i prindërve është i shumëlloshëm: Organizimet e veçanta, kurse me shumë seanca, oferta për biseda dhe grupe, këshillëtore, si dhe oferta interneti që merren me nevojat e ndryshme të prindërve. „Elternbildung CH“ si shoqata kryesore me rreth 1000 organizata, të cilat ofrojnë shkollime për prindërit, mbledh dhe koordinon punët në fusha mësimore, punë publike dhe pyetje për cilësinë. „Elternbildung CH“ ofron një platform informimi me organizatat, boton publikime dhe merret me punën publike për prindërit, personat profesional dhe mediat.

Informohuni mbi ofertat ose kurset e ndryshme në rrethin tuaj: [www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)

## Jacobs Foundation

Fondacioni privat „Jacobs Foundation“ me seli në Zürich është themeluar në vitin 1988 prej ndërmarrësit Klaus J. Jacobs. Që nga fillimi fondacioni i kushtohet temës „zhvillimi produktiv i të rinjve“ (Productive Youth Development PYD) dhe ka një përvojë disa dhjetëvjeçare në mbështetje të shkencës, si dhe në programet intervenuse konkrete dhe në vënjen në jetë të tyre në fushën e zhvillimit të fëmijëve dhe të të rinjëve. Kuptimi i „zhvillimit produktiv i të rinjve“ (Productive Youth Development) sipas fondacionit është një konceptim i zhvillimit të fëmijëve dhe të të rinjëve, i cili nënvizon mundësitë pozitive të zhvillimit të tyre. Fondacioni me metodat dhe zanafillën e tyre, i është detyruar në mënyrë të veçantë, shkëlqësisë së shkencës si dhe bazimit të evidencës. Me investimet e tyre prej 200 milion Euro Jacobs University Bremen (2006) sjell një shëmbull të ri në fushën e mbështetjes private.

Duke u nisur nga bindja që një nxitje e shpejtë e fëmijëve ka një ndikim të rëndësishëm në shanset e mëvonëshme të zhvillimit, mësimi dhe edukimi në moshën fëmimore të fëmijëve më zhvilliminin e tyre në rrezik, është një nga temat kryesore të Jacobs Foundation. Në lidhje me këtë ka disa vite që fondacioni mbështet projekte të ndryshme të gjurmimit dhe të intervenimit që përfshinë këto tema, në zonën gjermanofolëse.

Roli kryesor i prindërve dhe i familjes për një zhvillim të shëndosh të fëmijëve në vitet e para të jetës së tyre është i pakundërshtueshëm. Me këtë kuptim fondacioni vihet në shërbimin e një programi për nxitjen në moshën e re që përfshin gjithë familjën, si p.sh. duke u forcuar kompetecat e edukimit të prindërve – veçanërisht për familjet e shpërfilluara dhe larg edukimit.

Fushata „I/e fortë me marrëdhënje“ është një hap i rëndësishëm në këtë drejtim.

# Linkët të vlefshme

Organizimet e shkollimeve për prindërit

Këshillëtoreset për nënat dhe baballarët

Telefoni i urgjencës për prindërit

Mbrojtja e fëmijëve në Zvicër

Pro Juventute

Pro Familia

Shoqata e kopshteve ditore për fëmijët

Qëndrat familjare

Organizacioni i prindërve

Përputhja profesioni dhe familja

Familje me një prind

Baballarët

Grup interesash për fëmijët në Zvicër

Pyetjet për buxhetin

Familjet interkulturale

Pyetjet e ndryshme

Test për forcat e prindërve

Familje ditore në Zvicër

Binjakë

Foshnje qaraman

Prindërit në mjerim

Fondacion fëmijët dhe dhuna

[www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)

[www.muetterberatung.ch](http://www.muetterberatung.ch)

[www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch), Tel. 044 261 88 66

[www.kinderschutz.ch](http://www.kinderschutz.ch)

[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)

[www.profamilia.ch](http://www.profamilia.ch)

[www.kitas.ch](http://www.kitas.ch)

[www.muetterzentrum.ch](http://www.muetterzentrum.ch)

[www.sveo.ch](http://www.sveo.ch)

[www.plusplus.ch](http://www.plusplus.ch)

[www.einelternfamilie.ch](http://www.einelternfamilie.ch)

[www.vaeter.ch](http://www.vaeter.ch)

[www.kinderlobby.ch](http://www.kinderlobby.ch)

[www.budgetberatung.ch](http://www.budgetberatung.ch)

[www.binational.ch](http://www.binational.ch)

[www.familienhandbuch.ch](http://www.familienhandbuch.ch)

[www.elternbildung.zh.ch/elternstaerkentest](http://www.elternbildung.zh.ch/elternstaerkentest)

[www.tagesfamilien.ch](http://www.tagesfamilien.ch)

[www.zwillinge.ch](http://www.zwillinge.ch)

[www.schreibbabyhilfe.ch](http://www.schreibbabyhilfe.ch)

[www.muetterhilfe.ch](http://www.muetterhilfe.ch)

[www.kinderundgewalt.ch](http://www.kinderundgewalt.ch)

**Ju mund të gjeni një listë me libra interesante për të lexuar në faqen e internetit [www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)**

## Botimi:

Idea, koncept i përgjithshëm dhe realizimi: edukimi i prindërve „Elternbildung CH“, Zürich  
Koncept dhe tekste: f-netz.ch, Kathrin Keller-Schuhmacher, Margrit Hungerbühler-Räber, Ueli Gröbli, Lupsingen

Ekspertizë specialiste: Dr. Joachim Bensele, Dr. Julia Berkic, Dr. Rüdiger Posth

Përkthim: Interserv AG, Zürich

Grafika: Peter Lichtensteiger, Zürich

Ilustrimi: Agjencia reklamash Schultze, Walther und Zahel, Nürnberg

Shtypi: Triner AG, Schwyz

Në krijimin e broshurës kanë marrë pjesë: Marlies Bieri, Rita Bieri, Sabine Brunner, Adelheid Debrunner, Viviane Fenter, Pia Fontana, Margrit Geertsens, Sandro Giuliani, Gaston Haas, Daniel Habegger, Madeleine Lüdi, Maya Mülle, Elisabeth Schneider, Andy Tschümperlin, Urs Ziegler

© 2010



**Një projekt partneriteti për shkollimin e prindërve „Elternbildung CH“ bashkë me Jacobs Foundation**

Jacobs Foundation  
Seefeldquai 17  
P.O. Box  
CH-8034 Zürich

Elternbildung CH  
Steinwiesstrasse 2  
CH-8032 Zürich

Tel.: +41 44 388 61 26  
Fax: +41 44 388 61 37

+41 44 253 60 60  
+41 44 253 60 66

[www.jacobsfoundation.org](http://www.jacobsfoundation.org)

[info@elternbildung.ch](mailto:info@elternbildung.ch)  
[www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)



*elternbildung ch*  
*formation des parents ch*  
*formazione dei genitori ch*

Falendërojmë organizatave vijuese për mbështetjen e fushatës „I/e fortë me marrëdhënje“.

Zyra Federale për Migrim, Zyra Federale për Siguracione shoqërore, SevenOne Media (Schweiz) AG, Victorinox,  
Mbështetur nga kredia e integritit të qeverisë zvicerane, e mbështetur nga Kantonit Zug.

