

8 tema për bashkëveprim të mirë



Broshurë diskutimi për prindër
dhe të tjerë të rritur



Kjo broshurë bën pjesë në një seri materialesh në lidhje me programin për udhëzim të prindërve. Broshura është botuar nga Drejtoria për Femijë, të Rinj, dhe Famili. Për vështrim të materialeve tjera shiko www.bufetat.no/foreldreveileitung

Sinkimtar esite peggħejja p'sper pembajjen. Informatat p'loros b'lejje tħalli materiali u jañi nafha eż-żejt. Niegħi kien materiali u esist il-madja n-dispozizzjoni n-nat. Tidher kien minn tħalli materiali u jañi nafha eż-żejt. Niegħi kien materiali u esist il-madja n-dispozizzjoni n-nat. Tidher kien minn tħalli materiali u jañi nafha eż-żejt.

Nummilparosilse Q-0923

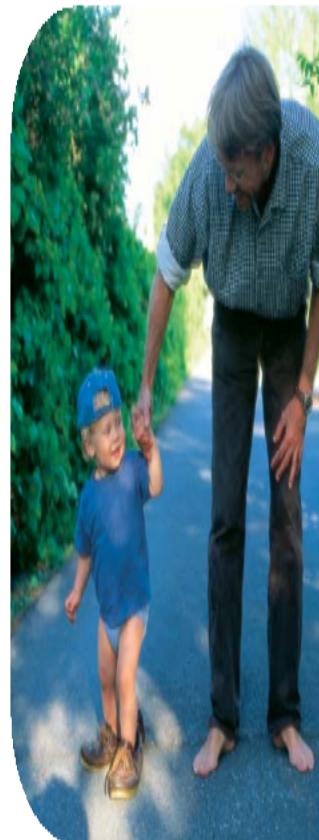
PROGRAM I CDP PËR UDHEZIM TË PRINDËRVE

ICDP është një themelatë Norvegjeze që bashkëpunon me një rrjet të kombëtar të humtuesve dhe bashkëpunëtorëve për të zhvilluar masa për fëmijë dhe kujdestarë. ICDP mban kurse për grupe të sferave të ndryshme.

Për informata më të hollëshme ju lutem kontaktoni:
ICDP, Anne Maries vei 14b, 0373 Oslo
Telefon: 21 30 34 16, posta elektronike: icdp@icdp.no

Simboli pér udhëtim tè prindarë eshtë stil zu ar spas një figure të kohës së lahtë e ghendur në gur nga l'bi «Helleristinjene i Alta»
nga kout Heller.

Dizajn: Virtual Garden Design
Foto: Johs Bae, Scanpix Creative
Shtyp: www.kursiv.no
2005



Kur ju éshë dhënë forma e caktuar këtyre temave për bashkëveprim të mirë, ikem kushtuar rënës që temat të formulohen sa thjeshtë aq edhe në mënyrë të përgjithshme, ashtu që ato të mund të përdoren në shkallë të ndryshme të moshaës, dhe që ato të jepin mundësi për forma individuale - mënyra si një kujdestar shpreh dashuri dhe mirenjohje për fëmijen e vet mund të ndryshojë si ndërmjet individëve ashtu edhe përmirësoj kulturën e ndryshme.

Temat janë mendur të jetën si përkension për bised, të marin shembuj dhe të aktivizojnë mënyrën që është më e natyрishme për shprehjen e dashurisë pindore, për përcjelljen e mendimit, për zgjerimin e përvjes së fëmijës, si dhe për regjulumin e vendosjen e kufijve të sjelljes në një mënyrë pozitive. Temat përbëjnë përvaja që janë të njohura për të gjithë. Aty ka shumë pak gjëra të rëja, megjithatë ato përvaja janë vet qëles për kujdesin të mirë. Temat për bashkëveprimin të mirë nuk janë mendur të jetë detyrim që duhet ti përbaheni, por si një paralajmërim dhe përkension për aktivizimin e përvijave të dlat shumica e pindore tashmë i kanë, por që mund të kalonë në haresë për shkak të stressit të jetës.

Pas punës me këtë temanë në kontekst të rishqimeve kulturore në Afrikë, Amerikë Latine dhe vendet têndhyshme evropiane, kemi rënë në përfundim se tema shprehin përvja të përbashkëta të njohura për shumicën, të cilat pëvojnë përfshirjen së të rendësishme në kujdesin tyrës së famjeve të moshaive têndhyshme.

Karsten Hundeide
profesor i psykologi  en Universitetet    Oslo

Shprehni emocione pozitive - tregoni që e doni fëmijën tuaj



Është me rëndësi për sigurinë e fëmijës që ju të tregoheni që e doni fëmijën tuaj, ledhatoni dhe shprehni gjëzim e entuziazëm. Fëmijët e vegjel që ende nuk mund të kuptojnë të folurit e zakonshëm, megjithatë mund të kuptojnë dashurinë e refuzimit, gjëzim e hidherim. Ekzistojnë mënyra të rëndësishme për ta bërë këtë, dhe mënyra ndry-

- shon natyrisht sipas moshës së fëmijës.
- Buqëgeshi dhe qeshni së bashku
- Përgafoni
- Prekni pozitivisht
- Bëni shaka dhe qeshni së bashku
- Fohni me zë të butë dhe dashamirës
- Thuan fëmijës që e doni kur është enatyshme

Detyra

- A. Jepni shembuj si e bëni këtë në praktikë.
Si reagon fëmija juaj?
- B. Qka mendoni, si reagon një fëmijë që ndeshet vetëm me indiferencë dhe emocione negative nga më të afërmit?
- C. Clat clësi i çmoni më së tepërmëti te fëmija juaj?
- D. Si mund ta gëzoni fëmijën tua?

Përshtatjuni fëmijës dhe vazhdoni iniciativën e tij/saj



Kuri jeni së bashku me fëmijën tuaj, është me rëndësi të jeni të vëmendshëm për atë që ka fëmja dëshiron, qka vepron dhe qka nden ai/ajo, ashtu që ju të përjeton si ndihet fëmija dhe të përpinqi t'i përshtateni fëmijës dhe të përollni atë që e prekupon fëmjen. Atëherë fëmja do të nden që jeni i interesuar për të. Të gjithë - fëmijë dhe të mtrur - kanë nevojë që të "shhën" dhe të kuptohen!

Për zhvillimin e fëmijës është me rëndësi që, brenda disa kufive të caktuar, t'i vazhdoj idetë e veta në vend që t'i imponohen aktivitetet nga të tjera. Keri kujdes që të mos nxitonit dhe ta "mbkalon" fëmijën. Jepni kohë që fëmija vjet të merr iniciativë. Kjo nuk do të thotë që fëmija t'ju udhëheq!

- Përgjigjuni kur ju drejtoshet fëmija
- Përcillni aktivitetet dhe veprimet e fëmijës

- Shiko qka bën fëmijë, qka ai/ajo dëshiron
- Interpretoni gjithë trupore të fëmijës
- Qello qka dëshiron dhe nden fëmja
- Përgjigjuni në atë që fëmija dëshiron dhe nden
- Përshtatni veprimet tua me gjendjen e fëmijës
- Trego interes për atë që bën fëmija

Detyra

- A. Jepni shembuj si e bëni këtë në praktikë.
- B. Si reagon fëmija juaj kui i përshtateni atij/asi/dhe përcilleni iniciativën e tij/saj?
- C. Si i nden veten fëmija që kur nuk merr përgjegje në iniciativën e tij/saj?
- D. Si i vëreni emocionet dhe gjendjen e fëmijës përmes gjuhës trupore të tij/saj?

Folni me fëmijën tuaj për gjëra që ai/ajo është i/e preokupuar, dhe provoni të filloni një «bisedë emocionale».



Qysmë kohë të shkurtë pas lindjes është e mundshme fillimi i një «bisedë» emocionale përmes kontaktit me sy, buzoqshjes dhe shkëmbimit të lëvizjeve e shprehjeve të gjazimit, ku kujdestari në mënyrë pozitive komenton atë që bën fëmijë, ose atë që e preokupon fëmijën, dhe ku fëmija «përgjegjet» me zëra gjëzimi. Kjo «bisedë» është me rëndësi që fëmija të mund të lidhet me ju, që të mësojë të jetë së bashku me tjerët, dhe që të zhvillojë gjuhë të mirë. Gjithashtu edhe fëmijët më të mëdhenj kanë nevojë për kontakt intim përmes bisedave private ku

mund të kenë besim për të biseduar së bashku për gjëra private:

- Biseda intime
- Kontakti afërm
- Besueshmëria dhe «fshëhtësia»
- Kontakti me sy
- Bashkëveprim ritmik përmes gjuhës trupore
- Intimi dhe shkëmbimi i lëvizjeve pozitive
- Biseda me shkëmbim pozitiv të mendimeve, fjalëve dhe emocioneve

Detyra

- Jepni shembuj si e bën këtë në praktikë.
- Si zhvillohet kjo bisedë emocionale me fëmijë të moshavë të ndryshme (foshnjë, 3-vjeçar, 8-vjeçar, vajzë 13 vjeçë dhe djallë 16 vjeç)?
- Si do të zhvillohet një fëmijë që nuk ka kontakt të afërm dhe rast të këtë besueshmëri te të tjerët?
- Si ja arrini në përditshmërinë e ngutshme që të gjeni kohë për kontakt të afërm dhe qaste argëtimi?

Lavdëro dhe mirato sukseset e fëmijës

Që një fëmijë të zhvilloj besim në vetveten dhe guxim për të pruar gjëra të reja është me rëndësi që diku shërbim fëmijë të nditet i vlerëshëm dhe i suksesshëm. Kjo ndodh duke reaguar diku shpeshish kur fëmija bën diçka të mirë: lavdëron, tregon çka ishte mirë dhe pse ishte mirë. Është me rëndësi që fëmija të fitoj një ndjenjë se "kondiderohet" si i suksesshëm. Atiherë fëmija zhvillohet një vettbesim realist.

«Shiko» fëmijën

- Kontakti me sy
- Me buzoqshje dhe përshtedjetë
- Prekje pozitive si përgjegje

Vertetim gjorë

- Lavdëroni dhe miratoni:
 - «Mirë është, burur!»
 - «Mirë është, se kur të bëjsh kështu, atëherë...»
 - me shqiprim se pse është mirë.

Detyra

- Jepni shembuj si e bën këtë në praktikë.
- Si reagon fëmija juaj kur merr lavdërim për një veprim të mirë?
- Si e ndien veten një fëmijë që kuri nuk merr lavdërim nga prindërit?
- Si i jepni miratim një foshnjeje?



Ndihmoni fëmijën që të përqendroj vëmendjen, ashtu që të keni përjetime të përbashkëta për atë që është rreth jush.



Fëmijët shpesh kanë nevojë ta përqendrojnë vëmendenjen. Për këtë mund të ndihmoni duke tjerhequr dhe drejtuar vëmendenjen në atë që ju rrethon. Mund të thoni «Shiko këtu!» dhe tregoni atë që deshironi ta përjetoi ose sheh fëmijët, apo mund t'i pershateni asaj që e prekupon fëmijën, ashtu që edhe ju të jeni të prekupuar me të njëjtën gjë. Shpesh njeriu mund të sheh që fëmija është i prekupuar me një gjë, e prindërit me dikë tjeter. Pa përjetime të përbashkëta të gjëra në mrethanë të caktuara është vështrë

të flitet ose të veprohet së bashku. Kjo është një përakusht për kontakt dhe komunikim të mirë.

- Fokusimi dhe vëmenda e përbashkët duke përcjellur atë që e prekupon fëmijën, si dhe atë që ai/ajo shikon dhe interesohet.
- Fokusimi duke e tjerhequr vëmendenjen e fëmijës dhe duke e drejtuar atë kundrejt gjëra, detaleve dhe olësive të interesave të përbashkëta: «Shik!» «Ejal!»

Detyra

- Jepni shembuj si e ndihmoni fëmijën tuaj që të përqendron vëmendenjen, ashtu që ju së bashku të përjetoni gjëra në mrethanë të caktuara. Si reagon fëmija ju?
- Si do të zhvillohet një fëmijë që tjerë kohën përjeton të jetë i/e hutuar nga ato gjëra të shumta që ndodhin në të njëjtën kohë, dhe që nallë merr ndihmë që të përqendroj vëmendenjen e vet, apo të zhvillohet?
- Akeni kohë së bashku me fëmijën për vëmendenje të përbashkët përgjëra që ju interesoj?

Jepni kuptim asaj që fëmija përjeton nga bota përreth duke përshkruar atë që përjetoni së bashku dhe duke shprehur emocione dhe entuziazëm.

Duke folur përgjërat, duke u dhënë emrin gjëra e qe duke treguar si funksioninë gjërat, njëkohësisht që shprehni emocione për atë që përjetoni së bashku, përjetim do të mbetet në kujtesë si dikja e rendësishme dhe e plotëkuptimit.

Që fëmija ta kuptojë atë që ndodh rreth tij/saj dhe të përjetoj atë si të plotëkuptimit e interesante, ai/ajo ka nevojë për një të ritur përfolur për përjetimet. Atëherë fëmija bëhet edhe më i sigurtë. Në këtë mënyrë a/ajo mëson për shembull gjithë, qe mund të funksionojë së bashku me të tjérat. Kip në të shumtën e rasteve ndodh kryqë automatisht qysh nga linda e fëmijës: «Shiko, tash do ta ndërojë pelenën, a tu ka skuqur bytha?»

- Folni me fëmijën për atë që e përjetoni së bashku
- Jepni emër dhe përshkruani atë që shihni
- Tregoni si funksioninë gjërat
- Shprehni entuziazëm dhe angazhim për atë që përjetoni së bashku.

Detyra

- Jepni shembuj si e bëni këtë në praktikë. Si reagon fëmija ju?
- Si endien veten një fëmijë që nuk përjeton që diku shpëtill kuptimin e përjetimeve të tij/saj?
- Si mundet njeriu ta përcjell mendimin te fëmija në mosha të ndryshme? (te foshnjë, te të mija 3-vjeç, 14-vjeç)



Thelloni dhe jepni shpjegime kur përjetoni diçka së bashku me fëmijën tuaj



Që fëmja t'ë kuptoj më shumë nëgës bota që e rethon, është me rrëndësi që diku shpët i jep shpjegime osë t'i tregoj nganjë mëth faktit pse ndodhin gjërat. Te fëmijet më të rinj njeri mund ta zgjeroj përjetimin dhe t'ë kuptuarit e fëmijës duke e kthesur atë që e përfjeton së bashku për momentin me diçka që fëmja ka përfjetuar më parë. «A t'ë kujtohet kur vizituan...? Atëherë ne pamë edhe...»

Kur fëmja bëhet më i vjetër, njeriu mund t'i tregoj nganjë, t'i jep shpjegime, t'i bëj pyjet, t'i gjen njëzësimet dhe ndyshimet, e kështu me radhë. Në këtë mënyrë ne dalim ja shëtë asaj që fëmja e

përfjeton për momentin.

Kip e tërë është me rrëndësi për zhvillimin intelektual të fëmijës.

- Jepni shpjegime, tregoni dhe gjeni arsyen pse ndodhin gjërat.
- Krahasoni njëashmëritë dhe ndyshimet në raport me një përfjetim tjeter.
- Gjeni ndalidhje me të kaluarën dhe të ardhmen.
- Thuni dhe tregoni nganjë per atë që përfjetoni së bashku
- Vizatoni, shikoni fotografi dhe bëni teater nga ai që e përfjetoni

Detyra

- Jepni shembuj si e bëni këtë në praktikë.
- Si është e mundur të pasurohen përfjetimet nga mijdisi të një fëmije 1-vjeç? Si mund ta thelloni një përfjetim nga mijdisi të një fëmije 7-vjeç?
- Si zhvillohet një fëmijë që rrallë merr shpjegime për atë që ndodhet?
- A gjeni kohë në përditshmërinë e ngutshme që të ndalonit dhe t'i jepni shpjegime fëmijës tuaj kur ai/ajo pyet?

Ndihmoni fëmijën tuaj që ta kontrolloj vetveten duke vendosur kufij të sjelljes në një mënyrë pozitive: duke drejtuar atë, duke treguar alternativa pozitive dhe duke planifikuar së bashku.

Fëmijët kanë nevojë për ndihmë përmes kontrolluar vetveten dhe përmes planifikuar. Ky ndodh në një shkallë të madhe kur t'ë riturit në një mënyrë pozitive drejt që fëmijen pa e okupuar iniativën e fëmijës. Kur fëmijët silen pa marrë në konsideratë të jetët, në mënyrë e vogla dhe thejnë rregullat përmes genës së bashku me fëmijët tjera dhe t'ë intuit, është me rrëndësi që kujdesat e t'ë intervenojë dhe t'ë vendosin kufij në një mënyrë pozitive dhe t'ë shpjegojë pse disa gjëra nuk janë t'ë lejuar. Në vend se t'ë kohët e venit nadesha dhe t'ë thoni jo që fëmijës është me rrëndësi të drejtati në një mënyrë pozitive, t'ë tregoni që është e lejuar t'ë vrohet, dhe gjithnjë tejini së bashku me fëmijën. Fëmijët shprehë kërkopë vërmendje pozitive nga prindërit kur atë silan keq.

- Rregulloni duke lejuar kushtet përmes aktivitetëve të fëmijës, përmes shembull duke larguar gjëra që nuk janë të përshtatshme kur fëmijët janë shume të veçaj.
- Drejtoni aktivitetin e fëmijës duke propozuar, treguar me gjithë dhe me fjalë përmes që mund t'ë vrohet.
- Ndihmoni në planifikim hap pas hapi.
- Ndhomonë vërashtit nga nevoja e fëmijës përmë - tërhiqni kur fëmija është e krye vet, ashtu që a/ajo të përfjetet se e kryen detyrën vet.
- Sfidoji fëmijën duke i dhënë detyra ku duhet t'i përdor t'ë gjitha shkaktat e tij.
- Vendosni kufij përmes që është e lejuar në një mënyrë pozitive. Shpjegoni që është e lejueshme t'ë vrohet dhe që nuk është e lejueshme.
- Shpjegoni kur i ndalonit fëmijës diçka. Zhvendosni vërmendjen e fëmijës kur ai/ajo vepron «gabim» duke treguar aktivitetet alternative.
- Me fëmijë më të mëdherët dhe të rinj mundi gjithashtu t'ë bës edoni, përmes shembull kur është fjalë përmes kohës e qëndrimit brenda një shtëpi.



Detyra

- Jepni shembuj si e bëni këtë në praktikë.
- Si e ndien veten një fëmijë që kurrë nuk përfjeton që prindërit t'ë vendosin kufij dhe t'ë drejtqen fëmijën? Apo që drejtqen një gjithmonë duke ndaluar gjëra?
- Në situata zhgënjimi është lehta t'ë vendosen kufij duke bërtitur «jo» dhe duke genë i hidhuruar. Cilat janë mënyrat tjerë më pozitive që t'ë vendosni kufij?



Prindërit janë ekspert për fëmijët e vët. Është me rëndësi që ajo njojuri unike të ruhet, përforcohet dhe zhvillohet më tutje.

Qëllimi i «Programit për udhëzim të prindërve» është që prindërit të mund të takohen për të shkëmbyer përvoja dhe të shtjellojnë pyetje që kanë të bëjnë me edukim të fëmijëve. Temat në këto takime janë të shumëllojshme, dhe prindërit janë ata që vendosin agjendën. Ne kemi ekspert të njojur që shkruajnë libra, broshura udhëzuese, broshura temash, video dhe dvd. Kjo broshurë që tani keni në dorë është e shkruar nga Karsten Hundeide, profesor i psikologjisë. Kjo është një nga shumë botime që shtjellojnë anë të ndryshme të të qenit prindër. Së bashku me disa broshura dhe video tjera të ndryshme që dalin, në disa komuna kanë filluar aktivitete të ndryshme që kanë lidhmëri me këtë material të shkruar. Stacioni shëndetësor, kopshiti i fëmijëve apo shkolla mund të jep informata për atë që ndodh në rethin tuaj lokal.

Për më tepër informacion në lidhje me programin për udhëzim të prindërve shiko www.bufetat.no/foreldreveiledning/. Këtu gjithashtu mund të gjeni një botim elektronik të kësaj broshure.