



Të folurit me fëmijët rreth

# SJELLJES AGRESIVE





## SJELLJA AGRESIVE

Vajza juaj 5-vjeçare Sara futet në një grindje në parkun e lojërave me Matisin, një djalë i së njëjtës moshë. Ajo që filloi si një zënkë me fjalë, së shpejti përshkallëzohet në një grindje të nxehtë fizike. Ju dhe nëna e Matisit jeni po ashtu në park, duke vrojtuar skenën. Si do të reagonit? Çfarë lloj mundësish reagimi ka, për të promovuar zhvillimin e kompetencës demokratike?

Si të rritur dhe veçanërisht si edukatorë dhe persona referues, fëmijët na sfidojnë vazhdimisht me sjelljen e tyre. Shpesh shfaqin modele sjelljeje që nuk janë në përputhje me vlerat tona dhe madje janë në kundërshtim me ato. Ndoshta shembulli më dramatik për këtë është “sjellja agresive”.

Në këtë kapitull do të gjeni informacion për sjelljen agresive ([faqe 2](#)), do të merrni këshilla për t'u marrë me të ([faqe 3](#)) dhe mund të lexoni për disa nga mundësitë për ta parandaluar atë ([faqe 8](#)).

### **Informata të dobishme shtesë:**

Qendra për komunikim pa dhunë: <https://www.cnvc.org/>

Omer, Haim (2011). The new authority: Family, school and community. Cambridge University Press.



***Pse është fëmija im agresiv? – Të kuptuarit e shkaqeve të agresivitetit.***

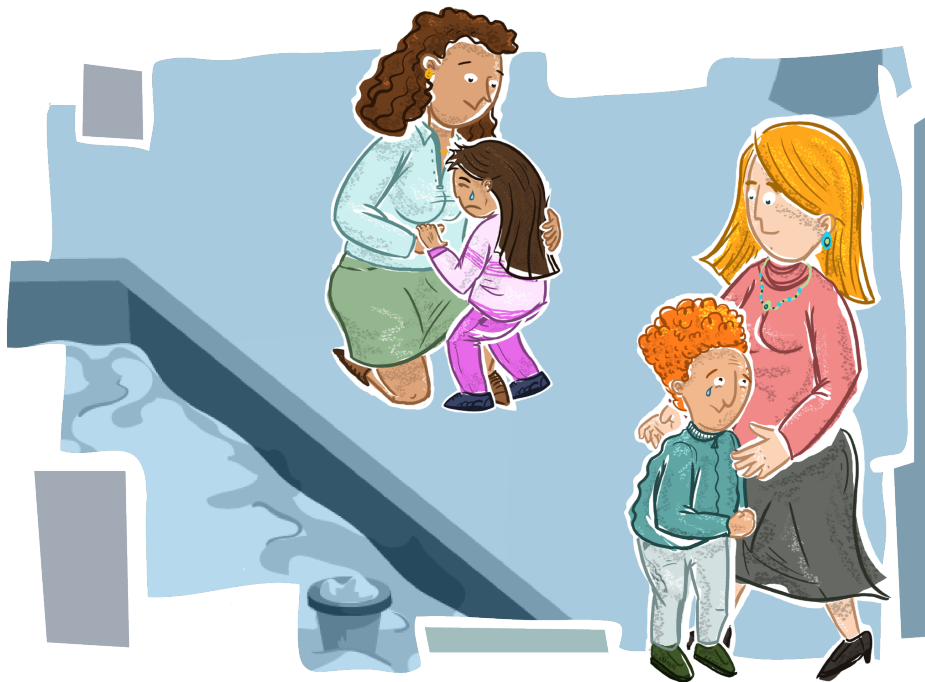
Në kundërshtim me besimin e përgjithshëm, agresiviteti nuk është tipar i lindur i karakterit. Është më tepër sjellje e brendshme që mund të shfaqet në situata të caktuara ose ngjarje që konsiderohen të rrezikshme nga truri ynë. Kjo ndonjëherë është thelbësore për mbijetesë dhe sigurisht ishte e këtille për paraardhësit tanë të epokës së gurit.

Çdo sjellje agresive ka një arsye, e cila rrjedh nga vlerësimi që i bën truri ynë një situatë. Kjo shkelje e kufirit, e perceptuar individualisht, është përgjegjëse për sjelljen agresive të një personi. Shkaku më i qartë për dhunën është dhimbja fizike. Një person i cili është grushtuar ka shumë të ngjarë ta kthejë me grushtim. Sidoqoftë, dhimbja psikologjike, siç është marginalizimi social, padrejtësia apo përbuzja, përpunohet në të njëjtat fusha të trurit si edhe dhimbja fizike dhe kështu konsiderohet si arsye për agresion. Pragu se kur shkelja e kufirit mendohet të ndodhë është tepër individual. Një vështrim i gabuar mund të mjaftojë që një fëmijë të acarohet, ndërsa një tjetër do të reagojë me dhunë vetëm nëse shtyhet dhe goditet nga të tjerët.

Agresioni si një reagim ndaj një shkeljeje të kufirit nuk duhet domosdoshmërisht ta shënjestrojë shkelësin që ka kaluar kufirin. Nëse një fëmijë është i poshtëruar nga një nxënës më i madh, reagimi agresiv i fëmijës me siguri nuk do të drejtohet kundër agresorit, i cili supozohet të jetë më i fortë, por ndoshta kundër vëllait më të ri dhe më të dobët. Agresioni gjithashtu mund të shfaqet në një moment të mëvonshëm, ashtu që lidhja me shkeljen origjinale të kufirit nuk mund të krijohet. Kështu, sjellja agresive mund të shfaqet thjesht prej asgjëje dhe ne kemi përshtypjen se fëmija është “thjesht ashtu” agresiv ndaj vetes apo fëmijëve të tjerë, pa asnjë arsye të qartë.

Kështu, sjellja agresive gjithmonë duhet të kuptohet si një lloj thirrjeje. Vlen të bëhet një vështrim më i afërt, veçanërisht fëmijëve që shpesh shfaqin sjellje agresive. Cilat vija vazhdimisht tejkalohen? Nga kush? Si janë shkelur kufijtë? Si mund ta mbështes fëmijën që ka përjetuar shkelje të kufirit? Si mund ta trajtonte ndryshe fëmija agresionin e tij?

Një detyrë e rëndësishme e edukimit është t’u ofrojë fëmijëve një mënyrë për t’u marrë me ndjenjat agresive. Në asnjë mënyrë ne nuk jemi pengje për trurin tonë dhe kemi aftësinë për t’iu përgjigjur shkeljeve të kufijve në mënyra të tjera e jo me dhunë. Qeniet njerëzore janë në gjendje të reflektojnë për veprimet dhe pasojat e tyre, prandaj mund të përcaktojnë nëse reagimi i tyre është i përshtatshëm për shoqërinë. Të rrënjosurit e kësaj në fëmijët tanë është një nga sfidat tona themelore si prindër. Videot dhe lojërat e dhunshme ku fëmijët e shohin dhunën si një mënyrë për të arritur sukses janë kundërproduktive nga këndvështrimi i edukimit, pasi fëmijët mësojnë shumë gjëra nga imitimi. Në lojëra të shumta, ata e përjetojnë dhunën si një rrugë përpara dhe mund ta transferojnë këtë qëndrim në jetën e tyre të përditshme. Për këtë arsye, prindërit duhet të jenë vigjilentë për lojërat që luajnë fëmijët e tyre, si dhe videot që ata shikojnë.



### **Çfarë mund të bëj? – Këshilla për t'u marrë me sjellje agresive.**

A jeni të gjithë ju të njohur me situatën fillestare nga parku i lojërave? Në vijim, kemi përpiluar disa udhëzime të sjelljes dhe këshilla për ju në lidhje me trajtimin e situatave të tilla në të ardhmen:

- Vëzhgoni situatën me kujdes: a është vetëm një përleshje e vogël, një përplasje mes moshatarëve? Si e tillë, do të ishte e mundur të lejohet situata të vazhdojë për momentin dhe të vëzhgohet me kujdes. Nëse gjithçka mbetet në suaza normale, ndoshta është vetëm një test i forcës dhe ndërhyrja e prindërve nuk është aspak e nevojshme. Sidoqoftë, nëse një fëmijë fillon të godet rëndë, vepron padrejtësisht, ose nëse njëri nga fëmijët është në rrezik, duhet të ndërhyni absolutisht dhe t'i ndani “grindavecët”.
- Tani, vononi reagimin tuaj ndaj sjelljes agresive të vajzës suaj. Toni i ngritur, kërcënimi, apo përfshirja në dhunë fizike kundër saj, nuk i kontribuon të kuptuarit nga ana e fëmijës se dhuna nuk zgjidh problemet. Sjelljet agresive, të zemëruara në përgjigje të dhunës nga ana e fëmijës, në fakt, nxisin një spirale të dhunës që mund të shkundë themelin e çdo edukimi të mirë, përkatësisht marrëdhënive të besueshme prind-fëmijë.

Kështu, sigurohuni që asnjë fëmijë të mos lëndohet, ndani ata, krijoni distancë fizike midis palëve kundërshtare, qëndroni të qetë dhe të përmbledhur dhe mësoni situatën të qetësohet. Siguroni veten dhe fëmijën tuaj se: “Kjo sjellje nuk është e pranueshme dhe ne do t'i kthehemi asaj në rrethana më të qeta”. Kështu, sjellja problematike nuk diskutohet në një gjendje emocionale, por lihet për t'u diskutuar më vonë, racionalisht dhe me ndihmën e mendjes.

- Kur emocionet të jenë larguar, rekomandojmë një diskutim mbi sjelljen agresive, duke ndjekur parimin e “komunikimit jo të dhunshëm” nga Marshall B. Rosenberg. (Për informata të mëtejme, ju lutemi vizitoni ueb faqen në vijim: <https://www.cnvc.org/>)

Supozimi themelor në modelin 4-hapësh të Rosenbergut është se prapa çdo veprimi njerëzor (pra edhe pas mosmarrëveshjes fëmijërore në shembullin e lartpërmendur të parkut) ekzistojnë ndjenja dhe nevoja të caktuara. Sikur tregohet nga shembulli i agresionit, prapa çdo veprimi agresiv është një shkelje e kufirit (shih kapitullin: Pse është fëmija im agresiv? - Të kuptuarit e shkaqeve të agresivitetit, [faqe 2](#)). Këto dhe ndjenjat e nevojat që lidhen me to mund të zbulohen përmes komunikimit të mëshirshëm. Mënyrat paqësore të zgjidhjes së konflikteve dhe plotësimit të nevojave tani mund të gjenden përmes dialogut. Në vijim, janë 4 hapat drejt një dialogu në kuptim të komunikimit jo të dhunshëm:

### 1. Vrojtimet

Fillimisht, përpiquni të përshkruani saktësisht se çfarë lloj sjelljesh keni parë. Sigurohuni që të mos interpretoni ose vlerësoni sjelljet. Fëmija juaj, marrësi i vrojtimit tuaj duhet ta dijë pikërisht në çfarë po referoheni.

Dëshironi ta dini se çfarë është një “marrës”? Shihni dokumentin [“Të folurit me fëmijët rreth trupit dhe seksualitetit të tyre” kapitulli “Bazat e komunikimit njerëzor”](#) në faqen 9.

### 2. Ndjenjat

Pastaj, tregojani fëmijës ndjenjat që vrojtimit tuaj kanë shkaktuar në ju. Nëse ju mungojnë fjalët për të përshkruar ndjenjat tuaja ose ato të fëmijës suaj, mund të gjeni një listë me përmbledhje të ndjenjave të ndryshme në [faqen 10](#). Këto ndjenja janë të lidhura drejtpërdrejt me një nevojë.

### 3. Nevojat

Këto përbëjnë cilësi esenciale, të cilat të gjitha qeniet njerëzore i dëshirojnë (ose dëshirojnë t'i kenë) në jetën e tyre. Ato përfshijnë nevoja themelore, të tilla si gjumi, ushqimi dhe pijet, por gjithashtu dëshirën e madhe për dashuri, siguri dhe vetëpërbushje.

Cilat janë nevojat tjera? Si i deklaroj ato me saktësi? Për informacion, konsultohuni me listën nga Qendra për Komunikim jo të Dhunshëm në [faqen 12](#). Tani, formuloni ato në lidhje me ndjenjën dhe deklaroni rezultatin e dëshiruar ose kërkesën.

### 4. Kërkesat

Me këtë kërkesë, ju formuloni një veprim ose sjellje që rezulton nga nevoja. Këtu, ju bëni dallimin midis kërkesës dhe dëshirës: kërkesat janë veprime konkrete, ndërsa dëshirat janë më të paqarta, të lidhura me kushtet e ardhshme (p.sh. “Bëhu më i sjellshëm me personat e moshuar”). Kërkesat kanë një mundësi më të lartë të suksesit, pasi ato përcaktojnë më konkretisht sjelljen e dëshiruar. Kështu, të kërkuarit është më i përshtatshëm, veçanërisht për edukimin e fëmijëve të vegjël.

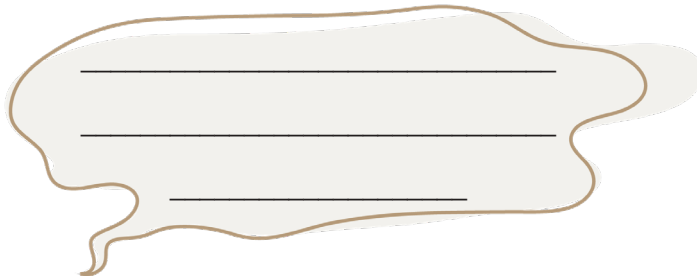
Meqë edhe për të rriturit është mjaft e vështirë që t'i artikulojnë ndjenjat dhe nevojat e tyre, nuk duhet të supozohet se fëmijët janë në gjendje t'i shprehin ato më lehtë. Prandaj, është edhe më e rëndësishme që ju, si prindër, të jeni të ndjeshëm ndaj mënyrës së të folurit të tyre. Me anë të dëgjimit empatik (sqarimi dhe përsëritja e asaj që është thënë është një koncept thelbësor i modelit), dëgjuesit mund t'u japin dërguesve mundësinë për të arritur qartësi për mendimet, ndjenjat dhe nevojat e tyre (Çfarë është dërguesi? Për informata bazë mbi komunikimin, ju lutemi lexoni dokumentin [“Të folurit me fëmijët rreth trupit dhe seksualitetit të tyre” kapitulli “Bazat e komunikimit njerëzor”](#) në faqen 9). Ky është kushti optimal për gjetjen e modeleve të përbashkëta, alternative të sjelljes që nuk kërkojnë dhunë fizike për t'i kënaqur nevojat.

## Shembull i dialogut

Saktësisht, si mund të bëhet një dialog i tillë pas përleshjes në parkun e lojërave? Imagjinoni që jeni nëna. Qëllimi juaj është t'i qartësoni nevojat e vajzës tuaj dhe t'i tregoni vajzës suaj mundësi të ndryshme se si t'i plotësojë këto nevoja në mënyrë jo të dhunshme. Proveni t'i plotësoni fluskat e fjalimit të nënës me ndihmën e këshillave dhe pyetjeve të dhëna. Po ashtu, kini parasysh përgjigjet e dhëna nga vajza juaj e imagjinuar.

Gati? Apo nuk keni ide se çfarë të thoni/plotësoni? Në [faqen 13](#) e gjeni sugjerimin për këtë dialog:

### Komunikoni vrojtimitet.

*“Po, por edhe unë dua të luaj me lopatën e kuqe. Unë kurrë nuk arrij ta përdor atë.”*





**Çfarë lloj ndjenjash / nevojash qëndrojnë prapa fjalëve të Sarës?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*“Të gjithë fëmijët tjerë luajnë me gjërat e Matisit, por mua nuk më lejohet.”*

**Çfarë lloj nevoje themelore qëndron prapa kësaj?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*“Po, mua asnjëherë nuk më lejohet të luaj me to.”*



**Ju lutemi, tregoni dhe formuloni ndjenjat tuaja**



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*“Edhe ashtu, nuk do të ma lejojë ta bëj këtë...”*



**Provoni t'i adresoni ndjenjat e Sarës edhe një herë dhe ofroni një propozim për zgjidhje**



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*“Në rregull, besoj se mund ta provoj këtë.”*







**Çfarë mund të bëj përpara shpërthimit të dhunës? - Sjellje parandaluese pedagogjike.**

Çfarë mund të bëni, thellësisht, që fëmija juaj të mos mbështetet kurrë në dhunë? Së pari, duhet të kihet parasysh se agresioni është një sjellje prej natyre, një reaksion që ndodh në situata të caktuara, siç e dinë vet të gjitha qeniet njerëzore. Kështu, është mjaft normale të zhvillohen ndjenja agresive që rezultojnë nga shkeljet e kufijve, siç e dimë nga kapitulli 1 “Pse është fëmija im agresiv?”.

Prandaj, kjo nuk është një çështje e ndalimit të ndjenjave agresive, por e gjetjes së mënyrave të duhura për t’u marrë me to dhe për t’i kaluar këto tek fëmijët.

**1. Funkzioni im si model i mirë:**

Fëmijët mësojnë shumë nga imitimi. Si prindër, ju gjithmonë përmbushni një funksion të modelit për fëmijët tuaj. Ata shohin se si modelet tuaja të sjelljes mund të çojnë në një shkallë më të madhe apo më të vogël suksesi në situata të caktuara. Prandaj, fëmijët do të duan t’i provojnë sjelljet e vëzhguara. Kështu, si hap i parë, ju duhet t’i shqyrtoni dhe t’i vlerësoni sjelljet tuaja. Konsideroni pyetjet e mëposhtme reflektive:

- Si e trajtojmë njëri-tjetrin brenda familjes në jetën e përditshme?
- Si e trajtojmë njëri-tjetrin si partnerë (martese)?
- Si merremi me fëmijët tanë? A përdorim mesazhe destruktive? Çfarë janë “mesazhet destruktive”? Shihni dokumentin [“Të folurit me fëmijët rreth rregullimit” kapitulli “Mesazhet destruktive”](#) në faqen 5.
- Si merrem me kalimin e kufijve si i rritur?
- Ku është pragu im personal i zemërimit, para se të shfaq sjellje agresive?

**2. Përkujdesja vigjilente**

Koncepti i përkujdesjes vigjilente përshkruan vetëdijen e të kujdesurit me të cilën prindërit i trajtojnë dhe kujdesen për fëmijët e tyre dhe për jetën e fëmijëve të tyre. Prindërit e përgjegjshëm dhe marrëdhëniet e forta prind-fëmijë janë thelbësore për një proces të suksesshëm edukimi. Rrini në kontakt me fëmijët tuaj, duke iu treguar kështu: “Unë të dua dhe ti je i rëndësishëm për mua.” Ju jeni përgjegjës për jetën e fëmijëve tuaj, prandaj, është detyra juaj prindërore që të interesoheni për fëmijët tuaj dhe jetën e tyre. Nëse keni frikë se fëmijët tuaj mund të bëhen agresivë në lojë, ju duhet t’i shoqëroni ata nga afër: Të luani aktivisht me ta ose të rrëshqitni në tobogan (kur të shkoni në park). Në këtë mënyrë, ju jeni në gjendje që menjëherë ta sqaroni dhe shpjegoni një situatë që fëmijët tuaj mund ta perceptojnë si shkelje kufijsh. Kështu, fëmijët tuaj mësojnë të vlerësojnë saktë një situatë dhe të merren me mendimet agresive.

Nëse merrni pjesë aktive në jetën e fëmijëve tuaj, ju jeni të informuar për interesat e tyre dhe jeni të vetëdi-

jshëm për ndjenjat dhe nevojat e tyre. Nëse diçka nuk del pikërisht ashtu si kanë shpresuar fëmijët tuaj, ju keni mundësi për të kërkuar zgjidhje alternative dhe rast për të vepruar së bashku. Nëse gjendja del jashtë kontrollit, ju si prindër nuk kapeni në befasi dhe në këtë mënyrë mund të ndërhyni në kohën e duhur për të mbrojtur fëmijët tuaj.

Për më shumë informacion lidhur me konceptin e përkujdesjes vigjilente, ju lutemi vizitoni ueb faqen në vijim: <http://www.newauthority.net/topics/parents/vigilantcare.aspx>

### 3. Shmangia e përshkallëzimeve

Kur vjen situata te fikja e televizorit ose mospërdorimi gjatë gjithë kohës i telefonave të mençur, një fjalë mund të çojë në një tjetër, siç e keni përjetuar me siguri, tashmë. Papritmas, ju e gjeni veten të ngatërruar në një spirale të përshkallëzimit e cila, në rastin më të keq, mund të përfundojë me dhunë fizike. Prandaj, ia vlen të bëhet përpjekje për të shmangur përshkallëzimin. Këtu janë disa sugjerime:

- Mos reagoni menjëherë ndaj provokimit. Në vend të kësaj, përpiquni të angazhoheni në dialog më vonë.
- Ju mund të mos jeni në gjendje ta kontrolloni sjelljen e fëmijëve tuaj, por me siguri mund ta kontrolloni tuajën. Një herë, përpiquni ta thyni këtë spirale të përshkallëzimit me heshtje.
- Nuk është çështja për të fituar në diskutim me fëmijët tuaj. Megjithatë, duhet t'u tregoni atyre qartë se cilat sjellje nuk do t'i lejoni (në këtë rast sjelljet e dhunshme) dhe se do t'i kundërshtoni ato.

Një formë e mundshme e rezistencës është e ashtuquajtura “ulja”. Ju shkoni në dhomën e fëmijëve tuaj për një kohë të përcaktuar më parë dhe deklaroni se tani jeni duke pritur në heshtje propozimin e tyre për mënyrën se si ata do të dëshironin ta modifikojnë sjelljen e tyre të shfaqur.

## Lista e ndjenjave

Ndjenjat kur nevojat tuaja janë plotësuar

### I DHEMBSHUR

i mëshirshëm  
miqësor  
i dashur  
i çiltër  
dashamirës  
i butë  
i ngrohtë

### I ANGAZHUAR

i thelluar  
vigjilent  
kureshtar  
i vëmendshëm  
i magjepsur  
i fascionuar  
i interesuar  
i përfshirë  
i stimuluar

### ME SHPRESË

me pritje  
i inkurajuar  
optimist

### ME VETËBESIM

i fuqizuar  
i hapur  
krenar  
i sigurt

### I NGAZËLLYER

i habitur  
i gjallëruar  
i zjarrtë  
i nxitur  
i joshur  
i etur  
energjik  
entuziast  
mendjelehtë  
i frymëzuar  
aktiv  
i pasionuar  
i befasuar  
kumbues

### MIRËNJOHËS

vlerësues  
falënderues  
i prekur  
i inspiruar  
i habitur  
i mrekulluar

### GAZMOR

i kënaqur  
i gëzuar  
i lumtur  
i ngazëllyer  
i gudulisur

### I DEHUR

i hareshëm  
në ekstazë  
në gjendje gëzimi  
i magjepsur  
i bollshëm  
rrezatues  
i ngazëllyer  
i pushtuar

### PAQËSOR

i qetë  
i qartë  
me drejtim  
i përqendruar  
i kënaqur  
i përmbajtur  
i përmbushur  
i butë  
i relaksuar  
i lehtësuar  
gjakftohtë  
i urtë  
i besueshëm

### I RIFRESKUAR

i gjallëruar  
i përtërirë  
i rinuar  
i çlodhur  
i restauruar

Ndjenjat kur nevojat tuaja nuk janë plotësuar

### I FRIKËSUAR

i shqetësuar  
i druajtur  
me parandjenjë  
i lemerisur  
mosbesues  
në panik  
i shtangur  
I trembur  
dyshues  
i tmerruar  
i pasigurt  
i brengosur

### I PEZMATUAR

I acaruar  
i tronditur  
i mërzhitur  
i pakënaqur  
i irrituar  
i frustruar  
i padurueshëm  
I lodhur

### I ZEMËRUAR

i tërbuar  
i gjindosur  
nevrik  
i skuqur  
i shkelur  
i nxehur

### NEVERI

armiqësor  
i tmerruar  
i përbuzur  
i neveritur  
i papëlqyer  
i urrejtur  
i revoltuar

### KONFUZ

në mëdyshje  
i habitur  
i hutuar  
i trullosur  
i lëkundur  
i humbur  
i shastisur  
i pështjelluar  
i shqyer

### I SHKËPUTUR

i tjetërsuar  
i përmbajtur  
apatik  
i mërzhitur  
i ftohtë  
i veçuar  
i largët  
i mospërfillur  
i mpirë  
i larguar  
i painteresuar  
i tërhequr

### I SHQETËSUAR

i alarmuar  
i dekurajuar  
i trazuar  
i tronditur  
i shokuar  
i trandur  
i befasuar  
i turbullt  
i parehatuar  
i merakosur  
i demoralizuar  
i paqëndrueshëm  
i mërzhitur

### I SIKLETOSUR

i turpëruar  
i shqetësuar  
me faj  
i ndrydhur  
i druajtur

### LODHJE

i rrahur  
i djegur  
i shterruar  
i raskapitur

i përgjumur

i topitur

i lodhur

i këputur

i ngrënë

### DHIMBJE

në agoni

me ankth

në zi

i shkretuar

në mjerim

zemërthyer

i lënduar

i vetmuar

i penduar

me keqardhje

### I TRISHTUAR

në depresion

zemërvrarë

i dëshpëruar

i dekurajuar

i mjerë

i ngrysur

i zhgënjyer

i pashpresë

melankolik

i palumtur

fatkeq

### I TENSIONUAR

i merakosur  
ters  
i hidhëruar  
i shqetësuar  
nevrik  
nervoz  
i raskapitur  
i irrituar  
i mbingarkuar  
i stresuar

### I LËNDUESHËM

i thyeshëm  
i mbikëqyrur  
pa përkrahje  
i pasigurt  
dyshues  
i rezervuar  
i ndieshëm  
i lëkundshëm

### I PËRMALLUAR

ziliqar  
xheloz  
i përgjëruar  
nostalgjik  
i etur

## Lista e nevojave

### LIDHJA

pranim  
tërheqje  
vlerësim  
përkatësi  
bashkëpunim  
komunikim  
afërsi  
komunitet  
shoqëri  
dhembshuri  
konsideratë  
konsistencë  
empati  
përfshirje  
lidhje e ngushtë  
dashuri  
reciprocitet  
kujdes  
respekt/vetërespekt  
siguri  
mbrojtje  
stabilitet  
mbështetje  
të njohësh dhe të jesh i njohur  
të shohësh dhe të jesh i parë  
të kuptosh dhe të jesh i kuptuar  
besim  
përzemërsi

### MIRËQENIA FIZIKE

ajër  
ushqim  
lëvizje/ushtrime  
pushim/gjumë  
strehë seksuale  
prekje  
shprehje  
siguri  
ujë

### NDERSHMËRIA

vërtetësi  
integritet  
paraqitje

### LOJA

gëzim  
humor

### PAQJA

bukuri  
lidhje shpirtërore  
lehtësi  
barazi  
harmoni  
inspirim  
rregull

### AUTONOMIA

zgjedhje  
liri  
pavarësi  
hapësirë  
spontanitet

### KUPTIMI

vetëdije  
kremtim i jetës  
sfidë  
qartësi  
kompetencë  
ndërgjegje  
kontribut  
kreativitet  
zbulim  
efikasitet  
efektshmëri  
rritje  
shpresë  
mësim  
vajtim  
pjesëmarrje  
qëllim  
vetëshprehje  
stimulim  
arsye  
mirëkuptim

## Shembull i dialogut - sugjerim

Tash ju mund ta krahasoni dialogun tuaj me këtë shembull. Ose mund t'i përdorni disa nga idetë për të formuluar se çfarë po thotë nëna:

### *Komunikoni vrojtimit.*



**SUGJERIM:**

*"Sara, këtë mëngjes në parkun e lojërave, ti po e godisje dhe po e kafshoje Matisin."*

*"Po, por edhe unë dua të luaj me lopatën e kuqe. Unë kurrë nuk arrij ta përdor atë."*





**Çfarë lloj ndjenjash / nevojash qëndrojnë prapa fjalëve të Sarës?****SUGJERIM:**

“A je e trishtuar sepse nuk mund të luash me lopatën e tij? A dëshiron ta sjellësh lopatën tënde herën tjetër?”

“Të gjithë fëmijët tjerë luajnë me gjërat e Matisit, por mua nuk më lejohet.”

**Çfarë lloj nevojë themelore qëndron prapa kësaj?****SUGJERIM:**

“Ti ndihesh se je trajtuar padrejtësisht dhe a do të doje që edhe ti të luash me lodrat e tij?”

“Po, mua asnjëherë nuk më lejohet të luaj me to.”



**Ju lutemi, tregoni dhe formuloni ndjenjat tuaja****SUGJERIM:**

“Sara, kur fillon t’i godasësh dhe t’i kafshosh të tjerët, kam frikë për fëmijët tjerë. Ti mund t’i lëndosh ata. Herën tjetër, pse nuk e pyet me mirësjellje nëse ai të lejon të luash me to?”

“Edhe ashtu, nuk do të ma lejojë ta bëj këtë...”

**Provoni t’i adresoni ndjenjat e Sarës edhe një herë dhe ofroni një propozim për zgjidhje****SUGJERIM:**

“Unë po e shoh se ti je ende shumë e zemëruar. Por, provo herën tjetër me fjalë të mira. Nëse kjo nuk funksionon, eja drejt tek unë dhe do të mendojmë se çfarë tjetër mund t’i thuash. Dakord?”

“Në rregull, besoj se mund ta provoj këtë.”



**“Të folurit me fëmijët rreth sjelljes agresive” është bazuar në referencat më poshtë:**

Casalini, Sandra. 2018 a. «Das aggressive Kind.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Mai, 10-31.

Casalini, Sandra. 2018 b. «Das Prinzip des gewaltlosen Widerstandes.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Mai, 26-27.

Omer, Haim und Philip Streit. 2018. *Neue Autorität: Das Geheimnis starker Eltern*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 37 ff, 62.

Zimet, Nadine. 2015 a. «Erziehen ohne Strafen- ja, das geht!» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember. retrieved 22.03.2019.

<https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/elternbildung/erziehen-ohne-strafen-ja-das-geht>

Zimet, Nadine. 2015 b. «Einen Konflikt ohne Strafe austragen- ein Beispiel.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember. retrieved 22.03.2019.

<https://www.fritzundfraenzi.ch/erziehung/elternbildung/einen-konflikt-ohne-strafe-austragen-ein-beispiel>