



Të folurit me fëmijët rreth

**NGACMIMIT**





## NGACMIMI

Ju keni vënë re se sjellja e birit tuaj 10-vjeçar, Gjonit, ka ndryshuar shumë gjatë javëve të fundit. Ai nuk dëshiron të shkojë më në shkollë dhe rregullisht ankohet në mëngjes për dhimbje në stomak dhe të vjella. Ai nuk është ftuar në asnjë festë ditëlindjeje këtë vit, edhe pse vitin e kaluar kishte marrë shumë ftesa për festa ditëlindjesh. Ju dyshoni se Gjoni mund të jetë i ngacmuar nga shokët e shoqet e tij të klasës.

*Si reagoni ju? Zgjedhni njërin nga reagimet e mundshme dhe vazhdoni leximin në faqen e treguar:*



Shkoni te [faqja 3!](#)



Shkoni te [faqja 4!](#)



Shkoni te [faqja 5!](#)



Shkoni te [faqja 6!](#)

**Nëse dyshimet tuaja në lidhje me ngacmimin e fëmijës suaj janë të vërtetuara, ju duhet të veproni menjëherë.**

Kjo është ajo që mund të bëni:



- Rastet e ngacmimit në shkollë duhet të zgjidhen aty ku lindin. Flisni me mësuesin e fëmijës suaj, me një punonjës social ose një këshilltar shkolle për shqetësimet tuaja. Pyetni mësuesin ose zyrtarët e shkollës se si ata propozojnë të trajtohet ky rast i ngacmimit. Njerëz të tjerë që mund t'i konsultoni gjithashtu përfshijnë drejtorin e shkollës ose psikologun e shkollës.
- Bëjani të qartë fëmijës suaj: “Ne do ta kërkojmë një zgjidhje për këtë çështje për aq kohë sa do të duhet, për t’u siguruar që ti përsëri do të ndihesh mirë “.
- Sigurohuni që aspektet e kënaqshme dhe pozitive të jetës së përditshme të fëmijës suaj të mos ndikohen negativisht. Është e rëndësishme që ai të ndihet kësisoji: “mbështetem nga njerëz që më duan dhe më vlerësojnë dhe që kanë dëshirë të jenë me mua. Unë jam i rëndësishëm për këta individë, dhe kjo më forcon. Pavarësisht gjithçkaje, ka ende shumë gjëra në jetën time me të cilat unë mund të kënaqem.”



Nëse dyshoni se biri juaj është duke u ngacmuar, është shumë e dobishme ta diskutoni çështjen me mësuesin e tij. Mos u mundoni t'i bëni presion fëmijës suaj për t'i treguar mësuesit rreth problemeve të tij. Ai mund të ndihet i turpëruar për atë që ka përjetuar, ose mund të jetë i shqetësuar mos po e quajnë spiun. Të gjitha këto gjëra mund ta bëjnë edhe më të rëndë barrën emocionale të fëmijës suaj. Ngacmimi shpesh është i fshehur dhe madje edhe mësuesit mund të kenë vetëm dyshime të mjegullta. Sidoqoftë, kur i diskutoni shqetësimet tuaja me mësuesin, ka të ngjarë të qartësohet gjendja. Nëse mësuesi konfirmon se Gjoni është shpesh i vetëm, i ndarë nga grupi ose preferon të qëndrojë në klasë gjatë kohës së pushimit, atëherë ia vlen ta përcillni këtë me pyetje më të sakta:

- A ofshan klasa sapo Gjoni të thotë diçka në klasë?
- A i rrokullisin sytë nxënësit e tjerë?
- A ballafaqohen fjalët e tij në klasë shpesh me komente nënçmuese apo edhe tallje nga të tjerët?

Kini kujdes të mos shprehni akuza kundër mësuesit. Ngacmimi është diçka që shpesh ndodh jashtë sferës së ndikimit të mësuesit.

Nëse mësuesi ka vërejtur këtë lloj sjelljeje ndaj fëmijës suaj nga shokët e shoqet e klasës, atëherë hapi tjetër duhet të jetë një takim së bashku me fëmijën tuaj. Një këshillë mbi mënyrën e organizimit të një takimi të tillë mund të gjendet këtu në [faqen 5](#).

Pse ju të gjithë po e ngacmoni birin tim? Gjoni nuk ju ka bërë asgjë.

Nëse kjo vazhdon, do t'i tregoj drejtorit të shkollës se çfarë po bëni.



Nuk është ide e mirë të përpiqeni ta trajtoni drejtpërsëdrejti situatën e Gjonit. Kur ngacmimi përfshin një grup të tërë që sillen si bandë ndaj një nxënësi, masat disiplinore ose sanksionet ndaj një shoku a shoqeje të klasës nuk do ta zgjidhin problemin. Në të vërtetë, një reagim i ashpër dhe ekstrem nga ana juaj mund edhe ta përkeqësojë situatën.

Ndërsa ngacmimi në përgjithësi është një fenomen i grupit, problemi duhet të adresohet në burimin e tij. Mund ta përfshijë një klasë të caktuar, me implikime për të gjithë shkollën.

Si hap i parë, përpiquni të bëni një vlerësim më të saktë të gjendjes. Zbuloni nëse biri juaj me të vërtetë po ngacmohet, duke diskutuar çështjen me mësuesin e tij. Për këshilla se si ta bëni këtë, shkoni në [faqen 3](#). Pas kësaj, është e këshillueshme një bisedë e ndjeshme me fëmijën tuaj. Më shumë për këtë mund të gjeni në [faqen 5](#).



Është e rëndësishme që t'i komunikoni shqetësimet dhe vrojtimet tuaja me ndjeshmëri kur flisni me birin tuaj. Zgjedhni një mjedis të përshtatshëm për diskutimin tuaj të hapur, pasi shpesh është shumë më e lehtë për fëmijët të flasin për një temë në mënyrë rastësore dhe të natyrshme. Një shëtitje së bashku, një lojë enigmë, ose një shëti me makinë diku mund të jenë raste të mira për një shkëmbim të tillë.

Ju gjithashtu duhet të siguroheni që të ndani kohë të mjaftueshme, pasi presioni i kohës do ta bëjë më të vështirë për birin tuaj të flasë për këto çështje të ndjeshme.

Një mënyrë e mirë për të nisur bisedën mund të jetë shprehja e vrojtimeve tuaja rreth situatës aktuale të fëmijës suaj (shih shembullin). Përmendja e një përvoje ku keni pasur vështirësi me fëmijët e tjerë ose në shkollë mund të shërbejë gjithashtu si një fillim i mirë bisede.

Nëse Gjoni hapet dhe dëshiron të flasë me ju, kini kujdes të shmangni akuzat. Deklaratat e tilla si "Pse nuk më ke thënë më herët? Pse nuk i ke thënë mësuesit?", mund të duken si marrje në pyetje dhe lehtë mund të ndjellin ndjenjën e fajit, turpit dhe zemërimit.

Ju mund t'i ofroni përkrahje birit tuaj duke ia pohuar atij dhe duke marrë seriozisht ndjenjat e tij: "Unë mund të shoh se kjo duhet të të ketë bërë të ndihesh shumë i pikëlluar. Unë mund ta kuptoj se ti nuk dëshiron të shkosh më në shkollë".

Ju do të keni një pasqyrë më të qartë të situatës kur ta diskutoni çështjen me mësuesit e fëmijës suaj. Një këshillë se si t'i qasemi kësaj mund të gjendet në [faqen 3](#).





Ideja e diskutimit të çështjes me Gjonin është dukshëm më e mira. Megjithatë, duhet të keni kujdes të mos e vini birin tuaj në një pozicion mbrojtës dhe ta shmangni ndjenjën e tij të detyrimit për të arsyetuar veten. Edhe këshillat e mirëmbenduara, si: “Mos e merr shumë për zemër”, nuk do ta ndihmojnë Gjonin shumë nëse ai është me të vërtetë duke u ngacmuar.

Mundohuni ta arrini fëmijën tuaj *me komunikim të hapur, komunikim jo të dhunshëm ose mesazhe me “unë”*.

Dëshironi të mësoni më shumë për “komunikimin e hapur”? Shihni dokumentin [“Të folurit me fëmijët për detyrat e shtëpisë” kapitulli “Komunikimi i hapur”](#) në faqen 4.

Dëshironi të mësoni më shumë për “komunikimin jo të dhunshëm”? Shihni dokumentin [“Të folurit me fëmijët për sjelljen agresive” kapitulli “Çfarë mund të bëj? - Këshilla për trajtimin e sjelljes agresive”](#) në faqen 4.

Dëshironi të mësoni më shumë për mesazhet me “Unë”? Shihni dokumentin [“Të folurit me fëmijët rreth drogës” kapitulli “Mesazhet me „unë”](#) në faqen 6.

Ju mund të gjeni këshilla të veçanta për komunikimin me fëmijën tuaj lidhur me ngacmimin në [faqen 5](#).

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

<sup>1</sup> Heueck-Mauss, Doris. 2016. So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen. Hannover: Humboldt, 3

<sup>2</sup> Heueck-Mauss, Doris. 2016. So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen. Hannover: Humboldt, 44

<sup>3</sup> Gordon, Thomas. 2012. Familienkonferenz. Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind. 3. Aufl. München: Heyne, 143 ff

Gordon, Thomas. 2012. Familienkonferenz. Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind. 3. Aufl. München: Heyne.

Grolimund, Fabian. 2016. «... und alle schauen weg.» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, September, 11-27.

Grolimund, Fabian und Stefanie Rietzler. 2016. «Mein Kind wird gemobbt. Und jetzt?» Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi, September, 32-33.

Heueck-Mauss, Doris. 2016. So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen. Hannover: Humboldt, 25 ff.

Watzlawick, Paul, Janet H. Beavin und Don D. Jackson. 2017. Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien. 13. Aufl. Bern: Hogrefe.

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

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