



// Zukunftsministerium  
Was Menschen berührt.

I/e fortë me marrëdhënie.

# I/e fortë me marrëdhënie.

---

Qe nga lindja e tutje një fëmijë është i varur nga një marrëdhënie e ngushtë dhe e mirë me prindërit dhe me njerëzit e tjerë të cilëve u beson. Sa më shumë që ndjen veten të dashur dhe të kuptuar, aq më shumë edhe mund të zhvillohet, të mësojë dhe njëherësh të bëhet i pavarrur nga të tjerët.

"I/e fortë me marrëdhënie" tregon se për çfarë kanë nevojë fëmijët në vitet e para të jetës së tyre dhe si është e mundur që prindërit prej lindjes së fëmijës e në vazhdim të mund të zhvillojnë një marrëdhënie përforcuese me fëmijën e tyre – në mënyre që fëmijët të mund të shtegtojnë jetës duke qenë të fortë.

"I/e fortë me marrëdhënie" do të thotë, gjithashtu, që edhe prindërit të humbasin fare prej syve nevojat e tyre personale dhe marrëdhëniet e tyre . Kur kemi të bëjmë me atë që prindërit rregullisht i kushtojnë kohëvetvetes – vetëm për vete, si çift dhe me shoqe e me shokë-, ato përforcohen për përditshmërinë e tyre me fëmijën.

## Kontakt dhe afërsi trupore

Fëmijët e vegjël kanë nevojë për kontakt trupor me nënën, babanë dhe njerëzit e tjerë të njohur.

- ▶ Fëmijës i pëlqen të ndjejë ngrohtësinë tuaj, kur dëgjon zërin tuaj dhe kur shikon fytyrën tuaj. Mbajeni fëmijën tuaj sa më shumë në krah, ledhatojeni, shikojeni dhe flisni me të.
- ▶ Fëmija juaj ju tregon, kur i mjafton afërsia dhe kontakti me juve. Kur i

hapet goja, heq sytë mënjanë ose fërkon sytë, atëherë i duhet qetësi.

- ▶ Në kohën e parë karroca duhet të jetë drejtuar te ju, në mënyrë që fëmija mund t'ju shikojë në fytyrë gjatë shëtitjes.



## Mbrojtja dhe besueshmëria

Fëmijët e vegjël kanë përherë nevojë për një njeri të njohur, të gatshëm dhe të besueshëm, i cili merret me nevojat e tij.

- ▶ Fëmija juaj "flet" me ju që nga fillimi: me zë/ton, mimikë, lëvizje dhe me qarje. Merrni parasysh këto sinjale të fëmijës suaj.
- ▶ Mundohuni të kuptoni, se çfarë i duhet fëmijës dhe reagoni me ndjeshmëri, kështu që fëmija juaj e ndjen veten të sigurt dhe mëson që kështu mund të ndryshojë diçka.
- ▶ I sigurt në krahët e një personi të besuar, nisja në një botë të re dhe të panjohur shkon më mirë.

## Përkushtim dhe bashkëbisedim

Fëmijët e vegjël rregullisht kanë nevojë për përkushtimin e të rriturve.

- ▶ Kujdesuni në përditshmëri të merrni kohë rregullisht për t'ju përkushtuar plotësisht fëmijës suaj.
- ▶ Flisni me fëmijën tuaj. Emërtoni sendet që ai shikon, tregojini, se çfarë jeni duke bërë.
- ▶ Fëmija juaj që në moshën foshnjore ju dëgjon me vëmendje. Shikon fytyrën tuaj dhe mundohet herë-herë të kopjojë

zërat. Kopjoni zërat e fëmijës dhe përsërisni ato si lojë: kështu krijohen "bisedat" e para me fëmijën tuaj.



## Lidhja e sigurtë

Fëmijët e vegjël kanë nevojë për njerëz të besuar, të cilët i rrinë afër kur ata janë të pasigurt, të trishtuar ose kanë frikë.

- ▶ Përafërsisht pas tetë muajsh fëmijët fillojnë të dallojnë personat e njohur nga ata të panjohur.
- ▶ Fëmija juaj mundësisht mund të reagojë me frikë ose me mospranim ndaj personave të panjohur, të cilët mund të jenë edhe të afërmit.
- ▶ Merrni seriozisht ndjenjat e fëmijës dhe i jepi kohë atij për të krijuar besim. Për të bërë hapat e para për largimin nga personi i njohur, fëmijës i duhet guxim dhe mundësi për tu kthyer në çdo moment.

## Pranimi i jashtëzakonshmerisë

Fëmijët e vegjël kanë nevojë për mundësinë e një zhvillimi individual.

- ▶ Çdo fëmijë me lindjen e tij, sjell me vete prirjet dhe temperamentin individual. Pranojini këto veçanti. Mos e krahasoni fëmijën tuaj me fëmijët e tjerë.
- ▶ Jepini kohë fëmijës suaj, që të zhvillohet me shpejtësinë e vet, edhe në qoftë se nganjëherë e vështirë për ju.
- ▶ Jini të vëmendshëm të kuptoni atë që fëmija juaj di mirë dhe gëzohuni bashkë me të.



## Besim në aftësitë e veta

Fëmijët e vegjël kanë nevojë për eksperiencat e pavarura dhe për ndjenjën që mund të ndryshojnë diçka vetë.

- ▶ Fëmijët, që të vegjël, kanë dëshirën që të bëjnë shumë gjëra vetë. Lini fëmijën tuaj që të gurmtojë vetë mjedisin e tij,

në rrethana të sigurta, p.sh. në banesë ose në vendin e lodrave.

- ▶ Eksperiencat e bëra në mënyrë të pavarur i sjellin vetëbesim fëmijës suaj. Kjo është një bazë shumë e rëndësishme për një mësim të suksesshëm.
- ▶ Pranda, j jepini kohë fëmijës suaj që të provojë vetë edhe gjërat e përditshme si veshje dhe zhveshje.



## Një mjedis nxitës për zhvillim

Fëmijët kanë nevojë për eksperiencat të shumta e të ndryshme sensoriale, shumë lëvizje dhe aventura me fëmijët e tjerë.

- ▶ Lini fëmijën tuaj të lozi me sendet e përditshme të parrezikshme, si tenxhere, lugë druri, letër ose kuti dhe të eksperimentojë me sendet natyrore. Kështu mëson shumë.
- ▶ Fëmijët e vegjël kanë edhe një kërkesë të madhe për të lëvizur. Mirë është që fëmija juaj të ketë mundësi të lozi dhe lëvizti jashtë, minimumi një orë në ditë. Kjo nxit zhvillimin trupor dhe mendor.

- Jepini mundësi fëmijës që që i vogël të jetë rregullisht bashkë me fëmijët e tjerë.



## Orientim

Fëmijët e vegjël kanë nevojë për qartësi dhe shëmbuj, të cilët mund të orientohen.

- Kalimi i ditës i rregullt dhe ritualet e përsëritura sjellin rrethana të sigurta për fëmijën. Mundohuni rregullisht të hani bashkë me familjen dhe të keni orare të rregullta gjumi.
- Në vitin e dytë të jetës, fëmija juaj ka nevojë për parime të qarta: duhet të dijë, se çfarë mundet dhe çfarë s'mundet. Kur ju i shpjegoni rregullat fëmijës suaj, atëherë ai mund t'i zbatojë më mirë. Por: Kini durim! Fëmijës suaj i duhet shumë kohë për t'i mësuar rregullat dhe për ti zbatuar ato.
- Juve jeni shembulli i parë dhe më i rëndësishëm për fëmijët tuaj. Megjithatë, nuk duhet të jeni perfekt.

## LINKE-T E DOBISHME:

në Bayern:

[www.elternbriefe.bayern.de](http://www.elternbriefe.bayern.de)

[www.elternimnetz.de](http://www.elternimnetz.de)

[www.erziehungsberatung.bayern.de](http://www.erziehungsberatung.bayern.de)

[www.familienbildung.bayern.de](http://www.familienbildung.bayern.de)

[www.familienbildung-by.de](http://www.familienbildung-by.de)

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

[www.familienstuetzpunkte.bayern.de](http://www.familienstuetzpunkte.bayern.de)

[www.koki.bayern.de](http://www.koki.bayern.de)

[www.schwanger-in-bayern.de](http://www.schwanger-in-bayern.de)

[www.stmas.bayern.de](http://www.stmas.bayern.de)

[www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de)

në të gjithë shtetin

[www.bzga.de](http://www.bzga.de) (Qendra federale për sqarim shëndetësor)

[www.familien-wegweiser.de](http://www.familien-wegweiser.de)

## Sugjerim gjuhësor

Fëmijët e vegjël kanë nevojë për njerëz të cilët i flasin atyre që nga momenti i lindjes.

- ▶ Këndoni këngë fëmijës suaj, përshkruani veprimet që jeni duke bërë. Tregoni përralla dhe shikoni bashkë libra me vizatime.
- ▶ Kjo vlen për të gjithë prindërit: Më e mira është që të flisni në gjuhën tuaj me fëmijën. Gjuha e prindërve është baza, mbi të cilën fëmija mëson më vonë gjuhët e tjera.
- ▶ Në qoftë se prindërit flasin dy gjuhë të ndryshme, atëherë çdo prind duhet të flasë në gjuhën e tij me fëmijën.



## Sjellje e kujdesshme me mediat

Fëmijët e vegjël gjithmonë kanë nevojë për përkushtimin e plotë të prindërve.

- ▶ Kur jeni bashkë me fëmijën tuaj, atëherë bëni pushim nga mediat. Fikni televizorin, lini mënjana celularin, laptop-in etj.

- ▶ Fëmija nën tre vjeç nuk duhet të kalojë kohë me mediat me ekran, se mund të mbingarkohet dhe shqetësohet.
- ▶ Fëmija i vogël pa mediat me ekran nuk humb asgjë – në të kundërtën: për të mësuar fëmija ka nevojë për kontakt drejtpërdrejtë me njerëz, shumë lëvizje dhe kohë për të lozur.



## Shumë durim

Fëmijët e vegjël kanë nevojë për shumë durim dhe prindërit që dinë, si mund të shkarkojnë veten e tyre.

- ▶ Njanjë herë prindërit arrijnë në kufijtë e tyre duke u kujdesur për fëmijën e tyre dhe duan ta qëllojnë ose shkundin fëmijën. Por, kjo është shumë e rrezikshme, mos mos e qëlloni ose tundeni asnjë herë fëmijën tuaj!
- ▶ Në qoftë se fëmija juaj ju sjell deri në dëshpërim, atëherë bëni një pushim! Kujdesuni që fëmija juaj të jetë i sigurt dhe mundohuni që të qetësoheni.

- ▶ Në qoftë se ju në mënyrë të përsëritur arrini te kufiri juaj, atëherë është shumë e rëndësishme që të kërkonti ndihmë të përhershme.



### **NDIHMË E SHPEJTË DHE KËSHILLIM:**

Telefoni falas për prindërit  
0800 – 1110550  
(E hënë – E premte 9.00 – 11.00  
Marte/Ejte 17.00 – 19.00)

Oferta për prindërit për një  
këshillim në internet  
[www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)

## **Përkujdesje e njohur**

Fëmijët e vegjël kanë nevojë për nxitje si edhe njerëz të njohur nga jashtë familjes.

- ▶ Është një pasuri për fëmijën tuaj, nëse kujdeset edhe nga të afërmit, prindërit ditor ose në një çerdhe ditore. Kini kujdes që personat në fjalë të jenë të besueshëm dhe mos të ndërrohen shpesh.
- ▶ Fëmijës suaj i duhet kohë, për tu njohur me persona të ri të përkujdesjes dhe për ti besuar atyre. Për këtë shkak është e rëndësishme, që të njihet ngadalë dhe me kujdes.
- ▶ Bisedoni rregullisht me personat të cilët kujdesen për fëmijën tuaj.



Mundësia për porositjen në: [www.bestellen.bayern.de](http://www.bestellen.bayern.de)

„I/e fortë me marrëdhënie“ është një projekt partneriteti për shkollimin e prindërve „Elternbildung CH“ bashkë me Jacobs Foundation.



[www.zukunftsministerium.bayern.de](http://www.zukunftsministerium.bayern.de)

---



Dem Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration wurde durch die berufundfamilie gemeinnützige GmbH die erfolgreiche Durchführung des audits berufundfamilie® bescheinigt:  
[www.beruf-und-familie.de](http://www.beruf-und-familie.de).

---



Wollen Sie mehr über die Arbeit der Bayerischen Staatsregierung erfahren? BAYERN DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 122220 oder per E-Mail unter [direkt@bayern.de](mailto:direkt@bayern.de) erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

---



Bayerisches Staatsministerium für  
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Winzererstr. 9, 80797 München  
E-Mail: [oeffentlichkeitsarbeit@stmas.bayern.de](mailto:oeffentlichkeitsarbeit@stmas.bayern.de)  
Idee und Gesamtkonzept: Elternbildung CH, Zürich, 2014 Maya Mulle  
Konzept und Text: Katharina Wehrli  
Illustrationen: Jörg Saupe  
Mitglieder der Expertengruppe: Irma Bachmann, Dr. Julia Berkic,  
Marlies Bieri, Sabine Brunner, Viviane Fenter, Marianne Kunz,  
Gabriela Leuthard, Elisabeth Schneider, Dr. Dieter Schürch,  
Susanne Stefanoni, Urs Ziegler  
Übersetzung: Interserv AG  
Gestaltung: trio-group münchen  
Druck: Druckerei Schmerbeck GmbH  
Gedruckt auf umweltzertifiziertem Papier  
(FSC, PEFC oder vergleichbares Zertifikat)  
Stand: Dezember 2016  
Artikelnummer: I001 0553, Sprache: Albanisch

Bürgerbüro: Tel.: 089 1261-1660, Fax: 089 1261-1470  
Mo. bis Fr. 9.30 bis 11.30 Uhr, Mo. bis Do. 13.30 bis 15.00 Uhr  
E-Mail: [Buengerbuero@stmas.bayern.de](mailto:Buengerbuero@stmas.bayern.de)

---

Hinweis: Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien, sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.