



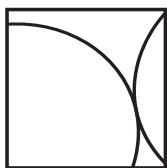
MARRËDHËNIET PRIND-FËMIJË

UDHËZUES PËR RITJEN E FËMIJËVE



HISHAM ALTALIB • ABDULHAMID EBUSULEJMAN • OMAR ALTALIB

MARRËDHËNIET PRIND-FËMIJË



© LOGOS·A
S H K U P
PRISHTINË
T I R A N Ë
2 0 2 2

Boton: LOGOS-A
Biblioteka: BOTIME TË VEÇANTA

Për botuesin: Adnan Ismaili
Kryeredaktor: Husamedin Abazi
Redaktor biblioteke: Muhamed Jashari

Redaktor teknik: Halil Berisha
Mbikëqyrës i shtypit: Kemal Ismaili
Përgatitja kompjuterike: Focus Pro - Shkup
Shtypi: Focus Print
rr. Pellagonia 3 Shkup

ISBN: 978-9989-58-777-1 Hardback

www.logos-a.com

Tirazhi: 1500

Copyright©Logos-A, 2022

Të gjitha të drejtat janë të rezervuara.

Ky libër mund të kopjohet pjesërisht për përdorim personal dhe jofitimprurës.

Kjo rekomandohet për qëllime promovuese të librit apo edhe për afirmim

të kulturës së leximit në përgjithësi. Por, nuk lejohet riprodhimi,

transmetimi apo kopjimi i këtij libri në tërësi pa lejen paraprake të Logos-A.



TITULLI I ORIGINALIT:

Marrëdhëniet prind-fëmijë: udhëzues për rritjen e fëmijëve (Albanian)

Hisham Altalib • AbdulHamid EbuSulejman • Omar Altalib

Copyright © Logos-A, Center for Advanced Studies and International Institute of Islamic Thought (IIIT),

First Edition, 1443AH / 2022CE

ISBN: 978-9989-58-777-1 Hardback

Translated into Albanian from the English Title:

Parent-Child Relations: A Guide to Raising Children

Hisham Altalib • AbdulHamid AbuSulayman • Omar Altalib

Copyright © The International Institute of Islamic Thought (IIIT), First Edition, 1434AH / 2013CE

ISBN: 978-1-56564-582-0 Hardback

IIIT

P.O. Box 669

Herndon, VA 20172, USA

www.iiit.org

IIIT London Office

P.O. Box 126

Richmond, Surrey

TW9 2UD, UK

www.iiituk.com



Ky libër u botua me mbështetje të
Institutit Ndërkombëtar të Mendimit Islam

MARRËDHËNIET PRIND-FËMIJË

UDHËZUES PËR RRITJEN E FËMIJËVE

Hisham Altalib
AbdulHamid EbuSulejman
Omar Altalib

Nga anglishtja: Urim Poshka



BOTIME TË VEÇANTA

Dy fjalë për botimin shqip

Lexues të dashur!

Libri që keni në duar përbën një vepër madhore mbi një tematikë jashtëzakonisht të rëndësishme, siç janë relacionet prind-fëmijë. Në të vërtetë, rritja dhe edukimi i fëmijëve të vetëdijshëm, të moralshëm dhe të suksesshëm e me një ndjenjë përgjegjësie qytetare, në botën e sotme nuk është edhe një detyrë e lehtë, por jo edhe diçka e pamundur. Pikërisht këtë synon ta ofrojë ky libër – një kuadër metodologjik se si prindërit t'u qasen fëmijëve të tyre. Vepra në fjalë, pra, u dedikohet të gjithë atyre që duan t'i edukojnë e pajisin gjeneratat e së nesërme me vlerat universale etike dhe morale.

Ky libër i vëllimshëm, i ndarë në 23 kapituj dhe i lehtë për t'u lexuar e kuptuar, i trajton thuajse të gjitha aspektet që kanë të bëjnë me familjen, përkatësisht fëmijët! Lexuesi në të do të gjejë trajtesa të shumta në këtë temë, duke filluar nga themelet e prindërimit, rëndësia e familjes, ndërtimi i karakterit të fëmijës, lidhjet emocionale të tij, përzgjedhja e shoqërisë, e deri te kujdesi që prindërit duhet të kenë nga përdorimi i mjeteve teknologjike nga fëmijët e tyre.

Libri është bërë i veçantë edhe për shkak të ilustrimeve dhe fotografive të jashtëzakonshme, që s'do mend se ia kanë shtuar vlerën e përgjithshme veprës. Që të jenë më të përafërta me mjedisin tonë, ndërsa në konsultim me botuesin e veprës origjinale, jemi përpjekur që fotografitë të jenë sa më ilustruese për rrethanat tona gjeografike dhe kulturore.

Ardhja e kësaj vepre në gjuhën shqipe paraqet një festë jo vetëm për botuesin, ku detyrimisht e ka vlerën e tillë, por kjo vepër synon të jetë edhe një plotësim i boshllëkut që e ka shkaktuar zhvillimi tekniko-teknologjik në edukimin e përgjithshëm, si edhe një mundësi për ta marrë më seriozisht marrëdhënien prind-fëmijë, që është strumbullari i ndërtimit të një personaliteti të shëndoshë e të suksesshëm.

Meqë ky mund të jetë libri i parë i këtij formati dhe i këtyre përmasave në gjuhën shqipe, për botuesin do të ishte mirënjohja më e madhe përhapja dhe pranimi i kësaj vepre në komunitetin e lexuesve, si edhe në qarqet profesionale, por edhe nga ata që u dedikohet – prindërit.

Sigurisht që për këtë vepër janë meritore plot njerëz që kanë dhënë ndihmesë të rëndësishme, që nga përkthyesi Urim Poshka, redaktorët gjuhësorë, teknikë e artistikë, ndërsa ndjejmë për detyrim ta falënderojmë veçmas Institutin Ndërkombëtar të Mendimit Islam (IIIT) dhe Qendrën për Studime të Avancuara (CNS) - Sarajevë, që na mbështetën për ta sjellë këtë vepër në gjuhën shqipe.

*Botuesi
Korrik, 2019*

Autorët

Hisham Jahja Altalib



Dr. Hisham Jahja Altalib lindi në Mosul, Ninivë, Irak më 1940. U diplomua në inxhinierinë elektrike në Universitetin e Liverpoolit (1962), ndërsa fitoi titullin e Doktorit të shkencave nga Universiteti Purdue në Lafayette, Indiana, SHBA (1974).

Gjatë punës së tij si inxhinier elektrik, dr. Altalib shpejt u bë aktiv në veprimtarinë islame në Amerikën Veriore, që vazhdon deri në ditët e sotme. Ai ka mbajtur disa poste në organizata të ndryshme, përfshirë atë të Drejtorit të Departamentit të Trajnimit për Udhëheqje të Asociacionit të Studentëve Muslimanë të Shteteve të Bashkuara dhe Kanadasë (Muslim Students Association – MSA) (1975-1977) dhe Sekretarit të Përgjithshëm të Federatës Islame Ndërkombëtare të organizatave Studentore (International Islamic Federation of Student Organizations – IIFSO) më 1976. Ai ka administruar shumë kampe stërvitëse dhe seminare në Amerikë dhe jashtë vendit.

Anëtar themeltar dhe Drejtor i Fondacionit SAAR (1983-1995), si dhe anëtar themeltar i Institutit Ndërkombëtar të Mendimit Islam (International Institute of Islamic Thought – IIIT) më 1981, ai është autor i *Mithak esh-Sheref ed-Da'avi* (arabisht) dhe i librit të mirënjohur *Udhëzues Përgatitor për punonjësit islamikë*, që deri sot është përkthyer në mbi 20 gjuhë. Aktualisht është Drejtor Financiar i IIIT-së.

Është baba dhe gjysh.

AbdulHamid Ahmed EbuSulejman



Dr. AbdulHamid Ahmed EbuSulejman lindi në Meke më 1936, ku e kreu arsimimin e tij të mesëm. Diplomoi në tregti në Universitetin e Kajros (1959), fitoi titullin magjistër në Shkencat Politike nga Universiteti i Kajros (1963) dhe atë të doktorit të shkencave në Marrëdhëniet Ndërkombëtare nga Universiteti i Pennsylvanias (1973).

Ai ka zënë poste të ndryshme gjatë karrierës së tij, përfshirë atë të Sekretarit të Komitetit për Planifikim Shtetëror, Arabia Saudite (1963-1964); anëtar themeltar i Asociacionit të Shkencëtarëve Shoqërorë Muslimanë (Association of Muslim Social Scientists – AMSS) (1972); shef i Departamentit të Shkencave Politike pranë Universitetit Mbreti Saud, Rijad, Arabia Saudite (1982-1984); dhe Rektor i Universitetit Islamik Ndërkombëtar (International Islamic University – IIT), Malajzi (1988-1998).

Si person me peshë në organizimin e shumë konferencave dhe seminareve akademike ndërkombëtare, dr. EbuSulejman është aktualisht President i Institutit Ndërkombëtar të Mendimit Islam (IIIT) dhe autor i shumë artikujve dhe librave për reformimin e shoqërive muslimane, përfshirë: *Teoria islame e marrëdhënieve ndërkombëtare: Drejtime të reja për metodologjinë dhe mendimin islam*; *Kriza në mendjen muslimane*; *Mosmarrëveshja martesore: Rigjetja e frymës së plotë islame të dinjitetit njerëzor*; *Rigjallërimi i arsimimit të lartë në botën muslimane dhe botëkuptimi kur'anor: Një trampolinë për reformë kulturore*.

Është baba dhe gjysh.

Omar Hisham Altalib



Dr. Omar Hisham Altalib lindi në Kirkuk, Irak më 1967 dhe u largua për në SHBA me prindërit më 1968. U diplomua në Universitetin George Mason më 1989 në Ekonomi dhe në Sociologji, ndërsa mori titullin magjistër (1993) dhe doktor shkencash (2004) në Sociologji nga Universiteti i Chicagos. Atij iu nda një Bursë për Studentët e Diplomuar nga Fondacioni Kombëtar për Shkencë (1989-1992) dhe u bë Ndhimës Profesor i Sociologjisë në Kolegjin Daley, Chicago (1998) dhe në Indiana University Northwest, Gary, Indiana (1999).

Ai ishte Asistent Profesor i Sociologjisë dhe Kriminologjisë në Universitetin Ashland, Ohio (2000-2003) dhe shërbeu si Inxhinier i Lartë i Diturisë në Korporatën Ndërkombëtare për Aplikimin e Shkencës në Alexandria, Virginia (2005-2006). Ishte Asistent Profesor në Universitetin Ndërkombëtar Islam, Malajzi (2009-2011). Dr. Altalib është autor i disa artikujve mbi familjen, arsimin, fondacionet, organizatat e bamirësisë dhe punën shoqërore. Është pjesëmarrës i shpeshtë i konferencave akademike dhe udhëton anembanë botës.

Mirënjohje

Çfarë bekimi ishte kur Bordi i Administratorëve të Institutit Ndërkombëtar të Mendimit Islam (IIIT), vendosi t'ua besonte autorëve përgjegjës në madhe të shkrimit të kësaj vepre.

Dr. Ahmed Totonxhi-ut, dr. Fa'hi Malkawi-ut, dr. Xhemal Barzinxi-ut dhe dr. Jakub Mirzas ua ofrojmë falënderimet e përzemërta për mbajtjen në lëvizje të rrotave të IIIT-së, derisa ne punonim në kompletimin e këtij libri.

Mirënjohjet tona ua shprehim edhe recensuesve, të cilët dhanë sugjerimet e vlefshme për përmirësimin e tekstit, e në veçanti Batul Tu'meh, Zejneb Alevi, Michele Messaoudi, Wanda Krause, Maida Malik, Sara Mirza dhe Gasser Auda. Dr. Ikbal Unusit i cili e rishikoi Përmbajtjen e parë. Lina Malkawi dhe Zeena Altalib që e përgatitën dhe formatuan dizajnin e parë dhe dhanë kontribute të vlefshme për dorëshkrimin.

Falënderimet tona janë edhe për:

Akbar Ali Mir, Ashraf Sabrin, Saif Altalib, Zaid Altalib, Noha Altalib dhe Mahmoud Sherif që i daktilografuan dhe i kopjuan disa drafte të librit.

Dr. Tanveer Mirza dhe Salma Ashmawi, që siguruan shembuj të vërtetë jete përmes punëtorive për prindërim të mbajtura në ADAMS (All Dulles Area Muslim Society – Shoqëria Muslimane e Zonës Dulles) në Herndon, Virginia, SHBA.

Xhunejne Abdullah, që ndihmoi në rishikimin e një vargu videosh mbi prindërimin, dhe Lejla Sein për komentet e saja të mprehta.

Hasan Altalib, për furnizimin me shumë referenca pasuruese dhe komente të dobishme për prezantimin, përbërjen dhe formatin e tekstit.

Kemi pasur fatin ta kemi Salwa Madani në zyrën tonë, e cila punoi me zell rreth dorëshkrimit dhe e përmirësoi atë në baza ditore. Një bekim i madh ra mbi ne në personin e Shiraz Khan në zyrën tonë në Londër. Ajo është një redaktore shumë e veçantë dhe e jashtëzakonshme, që është një minierë ari për kreativitet dhe informacione kthyesë kritike, si dhe një burim i mrekullueshëm inkurajimi.

I jemi thëllësisht të detyruar dr. Imad-ed-Din Ahmed, kryetar i Fondacionit Minarja e Lirisë (Minaret of Freedom Foundation), për redaktimin e tij pedant dhe sugjerimet përmirësuese.

I jemi jashtëzakonisht falënderues Sylvia Hunt për redaktimin rigoroz të kopjes, Salma Mirza për korrekturën e bocave dhe Abdallatif Whiteman për dizajnin dhe faqosjen e tij të admirueshme.

Falënderime të veçanta i shkojnë po ashtu edhe Hanna, bijës së Abdallatifit, për ilustrimet elegante të saja të vizatuara me dorë.

Vlerësimi ynë më i thellë i takon edhe stafit të zyrës së Londrës të IIIT për cilësinë e punës së tyre dhe mbikëqyrjen e prodhimit të versionit final.

U falënderohemi edhe sugjerimeve të paçmueshme dhe mprehtësisë intelektuale të ekspertëve të arsimit dhe psikologjisë, dr. Ishak Farhan, dr. Abdul Latif Arabijjat, dr. Mahmoud Rashdan, dr. Fathi Malkawi, dhe dr. Abdul Rahman en-Nakib që kontribuan në mënyrë domethënëse për cilësinë e librit.

U falënderojmë familjeve tona që na mundësuan një ambient inkurajues dhe përkrahës për lehtësimin e presioneve rreth nesh, teksa ishim duke punuar në dorëshkrimin. Vlerësim i veçantë i takon dr. Ilham Altalib, partnerit të jetës të dr. Hishamit për 46 vjet, pa inkurajimin dhe sakrificën e pakufishme të së cilës kjo vepër nuk do ta shihte dritën e ditës. Mendjemprehtësia e saj dhe komentet e paçmueshme mbi prindërimin ishin burim i vazhdueshëm frymëzimi për realizimin e kësaj pune. Pjesa më e madhe e harxhuar për këtë vepër u “huazua” nga koha familjare e kaluar së bashku, e në veçanti me nipërit tanë Jusufin dhe Aminin, shtatë dhe pesëvjeçar.

I gjithë lavdërimi i takon të Gjithëdijshmit dhe të Plotfuqishmit, i Cili na dha forcë për ta përmbushur këtë detyrë.

Përkushtim

Nënave dhe baballarëve tanë të dashur, që na kanë vërsuar me dashuri, sakrificë dhe dhembshuri gjatë gjithë jetëve tona, duke e ushqyer zhvillimin tonë dhe duke na rritur dhe edukuar në mënyrën më të mirë të mundshme. Ndonëse me mangësi në kualifikimin dhe arsimimin e rregullt, ata mateshin me praktikën e prindërve të tyre para tyre, duke përdorur urtësinë, mendimin praktik, dhe përvojat e verifikuara të brezave dhe qytetërimeve të shkuara, për të na e mësuar drejtësinë, besimin dhe vetë-mbështetjen. Zoti derdhtë bekime mbi shpirtrat e tyre.

Të gjithë prindërve në planetë sot, që përpiqen të rrisin fëmijë të suksesshëm, të cilët, ndonëse mendojnë mirë, megjithatë kanë nevojë për dituri dhe shkathtësi të domosdoshme për të komunikuar me mençuri me fëmijët e tyre, dhe për të krijuar marrëdhënie të përzemërta të lumtura familjare dhe ambient familjar për të cilin të gjithë ne kemi aq shumë nevojë.

Të gjitha familjet që dëshirojnë t'i rrisin fëmijët e tyre për t'u bërë burra dhe gra me peshë, me vlera dhe cilësi drejtësie, ndershmërie, guximi, dhembshurie, kreativiteti dhe besimi, si dhe fuqi mendore dhe një ndjenjë pavarësie të përgjegjshme.

Bashkëshorteve dhe fëmijëve tanë, që kanë duruar shumë vështirësi dhe tendosje gjatë viteve, duke shfaqur durim të pafundmë dhe inkurajim të vërtetë teksa ne ishim duke punuar në kërkimin tonë dhe shkrimin e këtij libri.

Të gjithë të sipërpërmendurve ua përkushtojmë këtë përpjekje modeste.

I Plotfuqishmi i Gjithmëshirshëm, Një dhe i Vetëm, na i pranofte përpjekjet tona të sinqerta në orvatjen për të sjellë harmoni, paqe dhe përmirësim të njerëzimit.

Përmbajtja

HISTORIKU I KËTIJ LIBRI **XX**
 SYNIMET DHE OBJEKTIVAT **XXii**
 HYRJE **XXiv**

PJESA E PARË [Kapitulli 1-7]

Prindërimi: Vendosja e themelit 1

1

KAPITULLI 1

3

Prindërimi i mirë: Çfarë është ai dhe si t'ia nisim?

Hyrje 4

Fazat e zhvillimit të fëmijës 5

Mënyra se si i rrisim fëmijët tanë: Stile të ndryshme prindërimi 6

Çfarë mund ta parashikojë stilin e prindërimit? 9

Fillimi i prindërimit të mirë: Një pasqyrë e detyrës që qëndron para nesh 10

Shfrytëzimi i burimeve të informacionit mbi prindërimin 14

A duhet të mësohet prindërimi në shkollat e mesme? 16

Udhëzime britanike për lëndët e shkollave të mesme 17

Përfundime 19

Aktivitete 1–7 20

KAPITULLI 2

23

Njësia familjare: Përse është e rëndësishme? Cilët janë funksionet e saj?

Hyrje 24

Kalimi në prindëri 24

Efektet e fëmijëve mbi stabilitetin martesor 25

Madhësia e familjes tani dhe dikur në Shtetet e Bashkuara 29

Njësia familjare me një prind 30

Parimet që duhen aplikuar për të qenë prindër të vetëm të suksesshëm 33

Ndikimi i amësisë së vetme mbi profetët: Ismaili, Musa, Isai dhe Muhammedi a.s. 34

A mundet njëri prind ta zëvendësojë tjetrin? 35

Një shënim mbi Islamit dhe shkurorëzimin 36

Rëndësia e njësisë familjare në Islam 38

Objektivat familjare sipas Kur'anit 41

Çfarë shkoi keq me familjen muslimane? 43

Zhvillimi i fëmijës dhe sistemi arsimor i shëndoshë 45

- Një shikim më i përafërt i nevojës për sistem arsimor të shëndoshë* 47
- Njësia familjare në Amerikë **49**
- Mitet e zakonshme të prindërimit në Amerikë 50
- Mësime nga masakra në Shkollën e Mesme Columbine* 53
- Mësimi i vlerave fëmijëve: Debati – konservator-liberal* 54
- Familjet në vendet muslimane kundrejt Shteteve të Bashkuara **55**
- Ndikimi perëndimor mbi prindërimin musliman* 57
- Prindërimi në Britani dhe Shtetet e Bashkuara **58**
- Liria apo e Vërteta? **58**
- Ku të rriten fëmijët: Studim rasti i tronditjes kulturore të lëvizjes midis Lindjes dhe Perëndimit **62**
- Dy koncepte që mungojnë në mendimin perëndimor **63**
- Vlerat e kredos kundrejt vlerave funksionale **64**
- Modeli bujqësor i familjes: Fëmijët janë si bimë, prindërit janë si kopshtarë **66**
- Aktivitete 8–15 **67**

KAPITULLI 3

71

Prindërimi i mirë: Caktimi i qëllimeve të duhura

- Caktimi i qëllimeve të duhura: Hapi i parë në zbatimin e prindërimit të mirë **72**
- Një vështrim më i afërt i qëllimeve **74**
- Qëllimet e marra nga ajeti kur'anor: Lutja e besimtarëve* 74
- Qëllimet e marra nga Hadithi i Profetit a.s.* 76
- Kafeja dhe përparësitë familjare **78**
- Përfundim **78**
- Aktivitete 16–20 **80**

KAPITULLI 4

83

Qëllimi më i rëndësishëm: Rritja e fëmijëve që e duan Zotin

- Hyrje **84**
- Qasja e tashme e rrënjës së besimit te fëmijët tanë **85**
- Kultura e vetëdashjes: Mungesa e pjesëmarrjes në punët publike **86**
- Mungesa e përgjegjësisë personale **89**
- Kultura e shfityruar: Prapambetja dhe besëtytnia **90**
- Rruga e drejtpeshuar: Qasja e urtë **92**
- Mësojuani fëmijëve dashurinë për Kur'anin **93**
- Mësojuani fëmijëve lutjet: Kujtimi i vazhdueshëm i Zotit **95**
- Mësojuani fëmijëve *tevben* (pendimin) **96**
- Mësojini fëmijët për Profetin Muhammed a.s. dhe për profetët e tjerë **96**
- Mësojuani fëmijëve *adab*-ët (mirësjelljet) **97**
- Çfarë duhet t'iu tregoni fëmijëve fillimisht: Ata e duan Zotin apo Zoti i do ata? **97**
- Aktivitetet 21–25 **99**

KAPITULLI 5

103

Adresimi i sfidave dhe grackave të përbashkëta

Hyrje 104

Sfidat kryesore me të cilat përballen prindërit 104

*Mungesa e përvojës 105**Presionet e përditshme 105**Monotonia ditore: Pranimi se detyra e prindërimit është 24/7 105**Prindërimi është një detyrë e paepur 105**Prindërimi është një “investim” afatgjatë i kohës, përpjekjes dhe parave 106**Prindërit janë vetëm një nga shumë ndikimet mbi fëmijët e tyre 106**Bebet nuk janë në gjendje të flasin 106**Prindërimi është ndërdisiplinor 107**Babai dhe nëna duhet të veprojnë si ekip 107**Prindërimi është shkathtësi që kërkon menaxhim të mirë të resurseve 108**Perceptimi i fëmijëve për prindërit e tyre mund të jenë e kundërta e asaj që e kanë për qëllim prindërit e tyre 108**Dijeni çfarë t’iu thoni fëmijëve dhe kur 108**Ngulitja pa qëllim e koncepteve të gabuara te fëmijët 109**Sfida e krijimit të vetë-imazhit pozitiv 109*

Mësime mbi prindërimin nga Mojsiu në Bibël: Çfarë ka për të thënë Mojsiu 110

Përfundim 110

Aktivitete 26 111

KAPITULLI 6

113

Idetë e gabuara, grackat dhe mitet e zakonshme që duhen shmangur

Hyrje 114

Demaskimi i ideve të gabuara dhe grackave të zakonshme 114

*Përdorimi verbërisht i metodave të trashëguara 114**Imitimi i verbër i të tjerëve 114**Plotësimi i dëshirave të paplotësuara nëpërmjet fëmijëve tanë 114**Delegimi i prindërisë 115**Supozimi se logjika mjafton me fëmijët 115**Supozimi se mund të fitohet lufta me fëmijët 115**Prindërit që mbështeten në faktin se ata janë më të mëdhenj dhe në kontroll 115**Prindërit që hamendësojnë se mund t’i trajtojnë të gjithë fëmijët njësoj 116**Trajtimi i fëmijës si një i rritur i vogël 116**Blerja fëmijëve çfarëdo që dëshirojnë 116*

Demaskimi i disa miteve për prindërimin 117

Aktivitete 27–28 120

KAPITULLI 7

121

Kur gjërat shkojnë keq

Hyrje 122

Zemërim, rebelim, zemërimet e çastit dhe lot 123

Disa mënyra për ta disiplinuar një fëmijë të pashtruar 123

- Bulizmi (mujshia): Fëmija juaj dhe ju **124**
 Nëse fëmija juaj është mujshuar, çfarë vijon pas kësaj? **124**
 Adoleshentët: Kritikë e nocionit të adoleshencës **125**
 Zemërimi te adoleshentët tanë dhe te ne **127**
 Të qenët prind i një adoleshenti të zemëruar ngjall zemërim edhe brenda nesh **128**
 Ç'mund të bëjmë ne për adoleshentin tonë dhe për veten tonë? **128**
 Disa parime për komunikim të mirë **128**
 Aktivitete 29–30 **130**

PJESA E DYTË [Kapitulli 8-13]

Zhvillimi i fëmijës **133**

2

KAPITULLI 8

135

Ndërtimi i karakterit nuk mund të presë

- Hyrje **136**
 Fazat e zhvillimit **138**
 Deri në ç'masë mund t'i besohet psikologjisë së popullarizuar? **138**
 Fazat e zhvillimit njerëzor në Kur'an **140**
 Mrekullia e ngjizjes, shtatzënisë dhe lindjes **142**
 Faza të ndryshme të zhvillimit njerëzor: nga lindja deri në pleqëri **143**
- Lindja – 4 muajsh* **143**
 - 5–18 muajsh* **144**
 - 18–36 muajsh* **145**
 - 4–7 vjeç* **146**
 - 7–14 vjeç* **147**
 - 11–13 vjeç: Menstruacioni për vajzat* **148**
 - 13–15 vjeç: Kur djemtë bëhen burra* **149**
 - 14–21 vjeç* **150**
 - T'i kuptosh adoleshentët* **150**
 - 21–35 vjeç: Moshë madhore e re* **153**
 - 35–50 (ndoshta 60) vjeç: Moshë e mesme* **153**
 - 60 vjeç e më të moshuar: Shejhūheh (Plakja)* **154**
- Përfitimi nga fazat e zhvillimit **155**
- Gjdhënia gjatë dy viteve të para* **155**
 - Dashuria dhe frika nga Zoti* **155**
 - Mësimi përmendësh* **155**
 - Aspektet e da'ves* **155**
 - Ndjeshmëria ndaj kritikës gjatë adoleshencës* **156**
 - Ndërtimi i identitetit duhet intensifikuar* **156**
 - Mësimi i një gjuhe të dytë* **156**
- Mësimi përmendësh midis Lindjes dhe Perëndimit **157**
 Aktiviteti 31 **158**

Rruga për një fëmijë të shëndetshëm: higjiena, të ushqyerit, ushtrimet fizike dhe gjumi

Hyrje: Shëndeti është në vend të parë **160**

Koha e shtatzënisë **160**

Pas lindjes: Debati rreth vaksinimit **161**

Rasti kundër vaksinimeve 162

Pastërtia dhe higjiena **163**

Shëndeti: Disa praktika islame **164**

Pastërtia në nevojtoje 165

Flokët dhe thonjtë 165

Të ushqyerit **167**

Ngrënia e tepërt 168

Pikëpamjet e Imamit Gazali për shprehinë e ngrënies 170

Fakte për fëmijët dhe të ushqyerit **170**

Koha e shtatzënisë 170

Mes lindjes dhe moshës para-adoleshente 170

Vitet para-adoleshente dhe adoleshente 170

Shembull diete për moshat 2 deri 10 vjeç 171

Pyetjet që zakonisht parashtrihen 171

Direktivat kur'anore rreth ushqimit **175**

Fëmijët dhe ushtrimet fizike **177**

Fëmijët dhe këpucët 177

Mënyra për ta promovuar aktivitetin të fëmijët 178

Orari i rekomanduar për ushtrime 179

Gjumi **180**

Efektet mjekësore nga humbja e gjumit 181

Pijet dehëse: Parandalimi i alkoolizmit dhe drogës **183**

Fëmijët dhe joshja 183

Shenjat e hershme të përdorimit të drogës që duhen kërkuar: Çfarë mund të bëjnë prindërit? 184

Lidhja – varësi kundrejt familjes së shëndoshë 187

Programet e përkujdesjes së mëtejshme: Feja si parandalim 188

Shkelja e ligjit **188**

Aktivitetet 32–38 **190**

Gjdhënia

Hyrje **194**

Gjdhënia në Kur'an **196**

Përparësitë mjekësore dhe psikologjike të gjdhënies **197**

Biznesi amerikan dhe gjdhënia **199**

Bota muslimane dhe gjdhënia **200**

Mendimet e Imamit Ali dhe të Ibn Hazmit për gjdhënien **201**

Kohëzgjatja e gjdhënies **201**

Këshilla të dobishme për nënat që u japin gji fëmijëve 202

Dieta ditore e nënave: Një shembull 203

Komb i fuqishëm: Fizikisht 203

Aktiviteti 39 206

KAPITULLI 11

209

Truri i fëmijës: Përdoreni ose humbeni!

Hyrje 210

Dritare mundësish 210

Zhvillimi i neuroneve dhe rrjeteve të trurit 211

Shikimi 212

Dëgjimi 212

Muzika 213

Lindja dhe terapia muzikore 214

Emocionet 214

Stresi mund t'i rivendosë qarqet e emocionit 215

Lëvizja 215

Fjalori dhe mbajtja në mend në fëmijëri 216

Si ndryshon truri 216

Prindërit duhet t'i flasin bebes së tyre pozitivisht 216

“Head Start” Programi Parashkollor në Shtetet e Bashkuara 217

Çfarë mund të bëjnë prindërit? 218

Truri logjik 218

Truri muzikor 218

Truri gjuhësor 219

Islami, këndimi dhe muzika 219

Pikturat dhe skulpturat në Islam 220

Zhvillimi i trurit të kalamajtë 221

Tërheqja e vëmendjes për shabllonet e rëndësishme në mjedisin 221

Inkurajimi i pjesëmarrjes fizike të fëmijëve në aktivitete 221

Të folurit fëmijëve dhe shtjellimi i asaj që u thuhet atyre 222

Ruajtja e një atmosfere pozitive, të parashikueshme dhe shpërblyese 222

Inkurajimi i praktikës dhe mirëpritja e përsëritjes 222

Si emocionet e nëpërkëmbin arsytjen 223

Kujdesi i nënës është i pazëvendësueshëm 224

Çfarë na bën ajo që jemi? Natyra, ushqimi apo fati? 224

Rritja e trurit: Ndikimi emocional mbi djemtë dhe vajzat 226

A është sukcesi i njerëzimit i përcaktuar para moshës pesëvjeçare?! 227

Aktiviteti 40 228

KAPITULLI 12

229

Rritja e djemve dhe vajzave: A janë ata të ndryshëm?

Hyrje 230

Dallimet specifike: Logjika kundrejt emocioneve 230

- Lidhja emocionale 232
- Shqisat 233
- Statusi 233
- Shprehjet e fytyrës 234
- Stereotipizimi kulturor i djemve dhe vajzave 234
- Pikëllimi 235
- Dallimet seksuale 235
- Urtësia e dallimeve gjinore: Rolet, jo preferencat 235
- Prioriteti i amerikanëve dhe amerikaneve: Studim 237
- Kur fillon ndasia gjinore? 238
- Gratë mashkullore dhe burrat femërorë 240*
- Statusi i prindërimit: Urtësia e gjinisë 241
- Përse mosbalancimi? 241
- Mitet dhe realitetet për baballarët si kujdestarë 242
- Efekti i baballarëve që mungojnë mbi fëmijët 243
- Nevojat e ndryshme të djemve dhe vajzave 243
- Ajo çka i duhet një vajze të vogël 244*
- Ajo çka i duhet një djali të vogël 245*
- Reagimet racionale ndaj dallimeve gjinore 246
- Ngatërrimi i gjinisë me temperamentin 246
- Djemtë dhe vajzat mësojnë ndryshe 247
- Ndarja e djemve dhe vajzave në shkollat dhe klasat 249
- Prindërimi dhe gjinitë: folur nga aspekti islam 251
- Mënyra e Zotit është mënyra më e mirë: Shembujt e Kinës, Gjermanisë dhe Indisë 254
- Aktivitetet 41–43 255

KAPITULLI 13

257

Seksi dhe edukimi seksual: çfarë iu tregojmë fëmijëve tanë?

- Hyrje 258
- Çështë edukimi seksual? 258
- Skena amerikane 259
- Perceptimet për nënat dhe bijat në SHBA 262
- Vlerat dhe seksi: sot dhe dje 262
- Përse edukimi seksual? A duhet ne ta ligjërojmë atë? 264
- Çfarë t'i mësojmë fëmijët? 265
- Abuzimi seksual! Sa serioz është ai? 266
- Traditat abrahamike e ndalojnë kurvërinë dhe kurorëshkeljen 268
- Shpjegimi i arsyeshëm që qëndron pas ndëshkimit ligjor të kurvërisë dhe kurorëshkeljes 269
- Sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale (SNS) 270
- Marrëdhëniet i dashur-e dashur 271
- Fëmijët me fëmijë: Aborti dhe birësimi në Islam 273
- Aborti 274*
- Birësimi në Islam 275*

- Homoseksualizmi dhe prindërit 276
- Edukimi seksual islam 279
- Detyra e prindërve ndaj fëmijëve 281
- Seksi dhe higjiena: menstruacioni, qimet pubike, synetimi, lëngu i farës 282
- Adoleshentët dhe përmbajtja 283
- Zgjidhja islame për dilemën seksuale: Një hartë rrugore për një qasje parandaluese 285
- Modestia (Heja) 287*
- Kodi i veshjes 291*
- Jo përzierjes së shpenguar, dhe jo Halveh (veçim) 291*
- Presioni nga moshatarët dhe faktorë të tjerë 292*
- Çduhet bërë 293*
- Martesa e hershme 293*
- Dilema e sistemit arsimor kundrejt martesës së hershme 295
- Mbrojtja e fëmijëve nga abuzimi seksual nga të rriturit 297
- Fëmijët në moshë të përshtatshme duhet të ndërgjegjësohen për prostitucionin 298*
- Kur fëmija i dikujt është viktimë incesti apo përdhunimi 299*
- Program mësimor për edukimin seksual islam 301
- Aktivitetet 44–45 303

PJESA E TRETË [Kapitulli 14-23]

Karakterit dhe personaliteti 305

3

KAPITULLI 14

307

Karakterit dhe personaliteti

- Hyrje 308
- Çfarë nënkuptohet me karakterin? 309
- Formimi i karakterit 310
- Karakterit nuk është sipërfaqësor, por ka rrënjë të thella 311
- Çështje personaliteti? 312
- Aktiviteti 46 313

KAPITULLI 15

315

Nxitja e guximit

- Hyrje 316
- Parimet kryesore të guximit dhe frikës 317
- Kuptimi i zhvillimit të frikës te fëmijët 319
- Fëmijët duhet ta mësojnë guximin emocional dhe atë fizik 321
- Midis guximit dhe përshtatjes 321
- Presioni nga moshatarët 321
- Prindërit, trimëria dhe praktikatat kulturore 323
- Aktivitetet 47–53 325

KAPITULLI 16**329****Mësimi i dashurisë**

Hyrje 330

Themeli i fuqizimit emocional 331

Dashuria: Koncepti i inteligjencës krijuese dhe Kur'ani 332

Këshilla të dobishme për prindërit 334

Çfarë nëse fëmija juaj thotë: "Të urrej!" 335

Fëmija i parë 335

Përse prindërit i duan fëmijët e tyre? 337

Dashuria dhe vetëbesimi i prindërve 338

Mënyra praktike për ta zhvilluar dhembshurinë 338

Studim: Shumë mënyra për t'i bërë fëmijët tuaj të ndjehen të dashur 341

A duhet prindërit të mësojnë urrejtjen? Ndonjëherë! 342

Aktiviteti 54 343

KAPITULLI 17**345****Mësimi i ndershmërisë dhe besueshmërisë**

Hyrje 346

Prindërit duhet t'iu besojnë fëmijëve të tyre, por ta verifikojnë vendndodhjen e tyre! 347

Parime të përgjithshme 348

Integrimi i karakterit me botëkuptimin e përgjithshëm 350

Përse gënjejnë fëmijët: Si të trajtohet gënjimi 351

Mënyra profetike për ta trajtuar gënjimin 354

Aktivitetet 55–56 355

KAPITULLI 18**357****Mësimi i përgjegjësisë**

Hyrje 358

Hedhja e themelit: Qëndrimet dhe botëkuptimi 359

Mundësitë në fazat e ndryshme zhvillimore 361

Parimet që duhen zhvilluar 362

Sugjerime praktike 365

Ndërlidheni privilegjin me përgjegjësinë: Shembuj 366

Aktivitetet 57–58 369

KAPITULLI 19**371****Mësimi i pavarësisë**

Rritja "në vartësi" në Amerikë 372

Mit 374

Arritjet specifike sipas moshës 375

Lini kalamajtë ta gjejnë rrugën e tyre 376

Ankthi i ndarjes: trajtimi i sjelljes ngjithëse 376

Adoleshentët – Realiteti 377

Ndikimi i stileve të prindërimit: bazuar mbi autoritetin përballë bazuar mbi fuqinë	379
Shkathësi për ndërtimin e autonomisë të fëmijët	381
Këshilla për prindërit	385
Këshilla kundrejt autonomisë: bija dhe nëna e saj	387
Nëse prindërit nuk i pëlqejnë shokët e fëmijëve	390
Ndihma fëmijëve për të marrë vendime e shton autonominë	390
Hapa për vendimmarrje	391
Aktivitetet 59–61	392

KAPITULLI 20
395**Nxitja e kreativitetit**

Hyrje	396
Konceptet e përgjithshme të kreativitetit	397
Shpikjet historike e mirëfillta	399
Ndrydhja e kreativitetit të fëmijëve	400
Qëndrime negative që e bllokojnë kreativitetin	401
Mënyra për zhvillimin e kreativitetit	402
<i>Pyetjet kreative</i>	402
<i>Aktivitete praktike</i>	402
<i>Përvoja e larmishme</i>	403
<i>Aktivitete të nxitjes së mendimeve</i>	403
<i>Loja kreative</i>	403
<i>Shkrimi i fëmijëve</i>	404
<i>Arti i fëmijëve</i>	404
Idetë e gabuara: Idetë e ‘çuditshme’ apo ‘joproduktive’	405
Çfarë mund të bëjnë prindërit?	406
Një shënim për lodrat	406
Aktivitetet 62–65	409

KAPITULLI 21
413**Vetëvlerësimi kundrejt fëmijëve të llastuar**

Vetëvlerësimi	414
Si t'i shmangemi rritjes së një fëmije “të llastuar”	416
Zemërimet e çastit: Mos lejoni që qarja të përdoret si mjet	417
Aktivitetet 66–68	418

KAPITULLI 22
421**Përzgjedhja e shokëve të duhur për fëmijën tuaj**

Shokët e fëmijës tuaj	422
Disa probleme me shokët e këqij	423
Presioni i përditshëm nga moshatarët në shkollë	424
Përzgjedhja e shokëve të duhur	424
Çka nëse fëmija juaj zgjedh shokë të padëshiruar?	425

Pse këto joshje të forta ndër adoleshentët? 426	
Familjet në lokacione të padëshiruara 428	
Aktivitetet 69–71 429	

KAPITULLI 23	431
---------------------	------------

Ndikimi shkatërrimtar i televizionit, video-lojërave dhe lojërave kompjuterike

Hyrje 432	
Pyetësor për prindërit 432	
Efektet negative të TV-së 433	
Shtëpi pa TV!? 438	
Ide për t'ju ndihmuar të lirohemi nga TV-ja 439	
Fakte të shpejta për TV-në 440	
Kultura jonë e TV-së 440	
I huaji 441	
Si ta ndryshojmë shprehinë e TV-së: përvoja të disa familjeve 442	
Një paralajmërim për TV-në 443	
Listë e alternativave familjare kundrejt shikimit të TV-së 444	
Opsione më serioze 446	
Dëmi nga përdorimi i tepërt i Internetit 449	
Lojërat kompjuterike 449	
Video-lojërat dhe fëmijët 450	
Në përmbledhje 452	
Aktivitetet 72–76 453	

PËRFUNDIM	456
------------------	------------

SHTOJCA 1	460
------------------	------------

Ajete kur'anore të përzgjedhura

SHTOJCA 2	464
------------------	------------

Lista e aktiviteteve

BIBLIOGRAFIA	467
---------------------	------------

BURIMET NGA FAQET E INTERNETIT DHE LEXIME TË TJERA PËR PRINDËRIT	480
---	------------

FJALORTHI	482
------------------	------------

TREGUESI	483
-----------------	------------

Historiku i këtij libri

KY LIBËR ËSHTË shkruar për të gjithë prindërit, kushdo që janë ata dhe kudo që mund të jenë ata. Megjithatë, koncepti i tij është pjesë e një vizioni afatgjatë të Institutit Ndërkombëtar të Mendimit Islam (IIIT), për ta zgjuar botën muslimane nga ngecja intelektuale dhe tatëpjeta në të cilën ka rënë, dhe për ta rigjetur dinamizmin intelektual që dikur e simbolizonte qytetërimin e saj madhështor. Për t'i dhënë shtysë vizionit të vet për prindërimin, ky libër përqendrohet mbi rigjenerimin intelektual dhe moral të mendjes dhe psikikës muslimane përmes mediumit të arsimit. Ndonëse një ekzaminim i metodologjisë pas rënies intelektuale të botës muslimane nuk është adresuar këtu, reforma e Mendimit Islam është tema kryesore e promovuar në publikimet dhe konferencat e IIIT-së për ta ndihmuar ringjalljen e intelektualizmit musliman.

Praktikisht, është imperativ që prindërit të dinë se si të rrisin fëmijë të mirë, ngaqë themelet psikologjike të vlerave dhe personalitetit në masë të madhe zhvillohen në shtëpi gjatë fëmijërisë. Prandaj ne do të fokusohemi në rend të parë mbi atë se si stërvitja e shkathtësive kulturore, arsimore dhe sociale në shtëpi është baza për zhvillimin e duhur intelektual, psikologjik dhe emocional të një fëmije. Edhe pse shtëpia është burim i modeleve të sjelljes që ndikojnë mbi proceset e të menduarit të fëmijët në përcaktimin e së drejtës nga e gabuara, nuk mjafton që thjesht të dihet se çfarë është e drejtë dhe mekanikisht të bëhet ajo. Vullneti dhe emocionin njerëzor duhet ta pranojnë dhe dëshirojnë atë që mendja e konsideron si të drejtë dhe të veprojnë në përputhje me të; pikërisht këtu roli i prindërve është boshtor. Shkollat dhe institucionet arsimore japin mës-

im për të dhëna historike, fakte, shkathtësi fizike dhe teknike, dhe sigurojnë informacione, që duhen plotësuar nga jeta shtëpiake dhe familjare e fëmijës, ngaqë kjo e fundit i zhvillon karakterin, shkathtësitë shoqërore dhe forcën emocionale.

Kjo vepër është paraparë të kontribuojë në zhvillimin dhe edukimin e fëmijës, si dhe formave të tjera të zhvillimit udhëheqës njerëzor. IIIT ka organizuar shumë konferenca dhe ka botuar vepra kyçe që i shërbejnë këtij qëllimi, përfshirë: *Training Guide for Islamic Workers* (“Udhëzues përgatitor për punonjësit islamikë”) (i përkthyer në më shumë se 20 gjuhë); *Delil Mektebet el-Usreh el-Muslimeh* (“Udhëzues për një bibliotekë të familjes muslimane”) dhe *Ezmet el-Israheh ve'l-Vuxhdan el-Muslim* (“Kriza në vullnetin dhe psikikën muslimane”).

Ideja për të shkruar një libër mbi marrëdhëniet prind-fëmijë u sugjerua gjatë një takimi të Bordit të Administratorëve të IIIT në gusht të vitit 1994, në Ishullin Tioman, Malajzi. Ky duhej të ishte i treti në serinë e librave që duhen botuar nga Instituti mbi zhvillimin njerëzor dhe komunikimin ndërpersonal. Shumë më herët, dhe si përgjigje ndaj një kërkesë të IIIT-së, dr. Ismail Raxhi Faruki më 1982 e përgatiti veprën: *Tawhid: Its Implications for Thought and Life (a Muslim Training Manual on the Issues of Belief and Aqidah)* [“Tevhidi: Implikimet e tij për mendimin dhe jetën (Manual përgatitor musliman mbi çështjet e besimit dhe të akides)”). Më pas, më 1991, IIIT dhe Federata Islame Ndërkombëtare e Organizatave Studentore (IIFSO), së bashku e botuan veprën shumë të suksesshme *Udhëzues përgatitor për punonjësit islamikë*, libri i dytë i kësaj serie, që kishte për qëllim t'i edukonte muslimanët

në shkathtësitë efektive personale, grupore dhe të udhëheqjes. Ky libër duhet konsideruar si i treti në atë seri.

Duke e njohur rëndësinë e njësisë familjare, Dr. AbdulHamid EbuSulejman, Rektor i Universitetit Islam Ndërkombëtar, Malajzi (1988-1998), themeloi një drejtim të ri të detyrueshëm (që arrin kulmin me Diplomë) mbi Familjen dhe Prindërimin, me synimin për ta përhapur përsiatjen dhe vlerën morale të prindërimit të mirë ndër studentët, si dhe për të prodhuar numër të mjaftueshëm mesimdhënësish për ta mbajtur kursin. Përveç kësaj, themeluesit e IIIT iniciuan një varg seminaresh për udhëheqje të organizuar në tri faza. Idesë për prodhimin e një libri mbi prindërimin iu dha përparësi gjatë fazës 3:

Faza 1 (1975-1990) përbëhej nga përkufizimi, përgatitja, propagandimi dhe mobilizimi. Ajo u mor me shkathtësitë dhe mjetet e aktivizmit, që janë të nevojshme për ta përmirësuar efikasitetin dhe ushtrimin e punës. Kjo fazë kulmoi me publikimin e *Udhëzuesit përgatitor për punonjësit islamikë* (1991), libri i dytë në serinë e përmendur më sipër.

Faza 2 (1991-2000) e institucionalizoi përgatitjen me përpjekjet e stërvitësve kompetentë, përfshirë dr. Omar Kasule në Kuala Lumpur, Dr. Iqbal Unus në Washington, dr. Enes el-Shejh Ali në Londër dhe dr. Manzoor Alam në New Delhi. Ata mbajtën programe stërvitore të shumtë anembanë botës.

Faza 3 duhej fokusuar mbi prindërimin në shekullin e njëzetentë. Derisa fazat 1 dhe 2 si objektivi i kishin aktivistët e rinj, u bë gjithnjë

e më e qartë se ndërtimi i karakterit ishte një komponentë po aq thelbësore që fillon me lindjen. Si të tillë, IIIT vendosi të vinte theksin mbi rolin e rëndësishëm që prindërit mund ta luajnë duke shfrytëzuar shkathtësitë e prindërimit të mirë për të rritur qytetarë të drejtë dhe prijës të ardhshëm, të mbajtur me tipare parimore të udhëheqjes brenda një ambienti shtëpiak të shëndoshë dhe të favorshëm për rritjen e fëmijëve. Që këtu edhe publikimi i kësaj vepre.

Prindërimi nuk është një punë që duhet nënvlerësuar apo marrë lehtësisht. Ai ka një ndikim të madh mbi llojin e fëmijëve që rrisim, mbi llojin e shoqërisë në të cilën jetojmë dhe, përfundimisht, mbi llojin e qytetërimit që ua lëmë brezave të ardhshëm. Si i tillë, atij i duhet dhënë konsiderata më e lartë dhe duhet bërë përparësi e lartë. Ne e ushqejmë thellësisht këtë besim dhe i inkurajojmë fuqimisht dhe i ftojme autorët e tjerë që më tutje ta zhvillojnë secilën nga temat e mbuluara në këtë libër me materiale të mëtejshme kërkimore dhe mesimore. IIIT tashmë ka krijuar disa ekipe akademike për zhvillim të mëtejshëm të materialeve mbi këto tema dhe i ka përkthyer ato në gjuhët kryesore botërore. Ky libër është vetëm hapi i parë në dhënien shtytëse çështjes së prindërimit të duhur në nivelin praktik.

Sipas shumë ekspertëve, “tregtia më e madhe në botë, detyra më e rëndësishme, detyra më madhore dhe investimi më i mirë i qenieve njerëzore është edukimi dhe rritja e fëmijëve”.

Synimet dhe objektivat

KY LIBËR i lehtë për lexim i adresohet një miliardë prindërve to botës sonë sot, si muslimanë ashtu edhe atyre të besimeve të tjera, si dhe jo-prindërve, gjyshërve dhe gjysheve dhe kushërinjve që dëshirojnë të përfitojnë nga këshillat e tij. Ai nuk u drejtohet dijetarëve dhe specialistëve në veçanti. Fokusi i veçantë i tij është mbi qëllimet e prindërimit, theksimi i problemeve dhe ofrimi i zgjidhjeve, si dhe përvijimi i metodave për zhvillim dhe rritje të njerëzve me ndershmëri, peshë morale dhe që do të shfaqin cilësi prijësish.

Objektivat kryesore të veprës janë:

- Ta theksojë rëndësinë e prindërimit të mirë në rritjen e fëmijëve dhe familjeve, duke e bërë përgjegjësinë prindërore detyrë dhe përparësi më të lartë, jo vetëm teorikisht, por edhe praktikisht.
- T'iu tregojë prindërve "si" ta përfitojnë edukimin dhe shkathtësitë e domosdoshme për zbatimin e teknikave të duhura të prindërimit, me qëllim të rritjes së qytetarëve të ndershëm me karakter të fortë dhe moral të shëndoshë, që i kanë cilësitë e duhura për t'u bërë blloqe ndërtimi të shoqërisë dhe të qytetërimit njerëzor të ardhshëm.
- Në fund, për t'iu ndihmuar prindërve të krijojnë një ambient shtëpiak familjar të lumtur, harmonik dhe funksional, me marrëdhënie mbështetëse në mesin e të gjithë anëtarëve të familjes.

Në Pjesën e Parë, merremi me përsiatjen për prindërimit, të mirë, duke përkufizuar se çfarë është ai dhe si mund të zbatohet për të formuar një zgjidhje shumë reale për rigjenerimin e botës muslimane, si dhe të shoqërisë në tërësi. Ne po ashtu e kemi për-

vijuar edhe statusin e prindërimit, ashtu siç praktikohet ai sot, përfshirë edhe shqyrtimin e burimeve të informacionit që janë në dispozicion për botën muslimane dhe vendet e industrializuara të botës, mbi prindërimin. Ne u përpoqëm të shqyrtojmë se si duhen rritur fëmijë me karakter moral të shëndoshë që posedojnë cilësi për ndryshim shoqëror aktiv. Metodrat dhe mjetet e duhura për t'i dhënë shtysë forcës fizike dhe emocionale janë theksuar në Pjesën e Dytë të librit. Pjesa e Tretë përqendrohet mbi ndërtimin e karakterit dhe e diskuton ndikimin e shikimit të tepërt të televizionit, si dhe të kompjuterit dhe video-lojërave mbi fëmijët dhe jetën familjare, duke ofruar alternativa praktike ndaj përdorimit të tepërt të tyre.

Në fund të çdo kapitulli, kemi përfshirë ushtrime të lehta që duhen kryer si nga prindërit, ashtu edhe nga fëmijët. Qëllimi kryesor është t'i jepet shtysë dialogut të vazhdueshëm dhe komunikimit midis anëtarëve të familjes, në mënyrë që ata ta njohin më mirë njëri-tjetrin, ta shijojnë kohën e kaluar së bashku, të marrin pjesë në vendimmarrjen dhe të shkëmbejnë shkathtësi. Kjo do të ndihmonte të vendosen marrëdhënie familjare dinamike të mira dhe një ambient shtëpiak i lumtur. Shumë pak veprimtari kërkojnë burime të jashtme, si shfrytëzimi i ndonjë biblioteke, konsultimi i prindërve të tjerë, apo kërkimi i këshillave profesionale. Ne rekomandojmë fuqimisht që familjet t'i kryejnë këto veprimtari në shtëpi, apo rreth tryezave të ngrënies jashtë shtëpisë. Shpresohet që këto diskutime/aktivitete pjesëmarrëse dhe bashkëvepruese do ta mbushin një boshllëk të rëndësishëm, por që nuk

dihet, në prindërimin e përditshëm, duke i lehtësuar diskutimet që kanë të bëjnë me çështje familjare të brendshme që rrallëherë trajtohen dhe që zakonisht lihen anash. Këto diskutime dhe reflektime familjare janë në vete një qëllim i vlefshëm.

Në fund, ky libër dhe çështjet që ai i trajton do të ndiqet nga publikimi i veprave të tjera rreth kësaj lënde, të kategorizuara nën dy tema kryesore:

1 (a) Kuptimi i rolit të prindërve në edukimin, besimin dhe stërvitjen e shkathtësive; (b) Familjet e lumtura: inkubatorë të domosdoshëm për zhvillimin e prijesve potencialë të ardhshëm.

Sipas 1(a) ideja është të ndihmohen prindërit ta kuptojnë dhe pranojnë rolin e tyre në zhvillimin e konceptit të besimit dhe shkathtësive prej prijesi të fëmijët e tyre. Sipas 1(b) fokusi do të ishte mbi krijimin e një mjedisi shtëpiak familjar të rehatshëm që do të vepronte si “inkubator” për rritjen e njerëzve fetarisht të devotshëm, që janë prijes potencialë me një ndjenjë përgjegjësie qytetare. Çështjet e komunikimit, lavdërimit, kritikës, zemërimit, dhe kohës familjare të kaluar së bashku paraqesin hapat praktikë të nevojshëm për ndërtimin dhe sigurimin e ambientit të duhur. Përveç kësaj, do të ilustron ideja se “fëmijët janë vëzhgues të mirë, por analistë të dobët”. Teste praktike do të sigurohen për prindërit për të parë se si sillen fëmijët në jetën reale me të tjerët, përfshirë edhe me njëri-tjetrin, me gjyshërit/gjyshet dhe kushërinjtë e tjerë, me mysafirët, me fqinjët, me të varfrit, me komunitetin,

me kafshët, me bimët, me mjedisin dhe me botën në përgjithësi.

2: Shembujt për t’u ndjekur për prindërimin e mirë janë domosdoshmëri: Prindërit – Profetët.

Prindërit do të ndërgjegjësohen për rëndësinë e sjelljes së tyre personale në lidhje me zhvillimin e fëmijës. Meqenëse fëmijët janë imitues, prindërit duhet të jenë shembujt më të mirë të mundshëm për t’u ndjekur, në mënyrë që duke i imituar ata fëmijët të mund të jenë më e mira e mundshme.

Jeta e Profetit Muhammed a.s. na e jep shembullin më të mirë për atë se si duhet imituar të qenit prind, gjysh/gjyshe, shok i madh i fëmijëve dhe prijes i madh. Në të vërtetë, në studimin e sjelljes së Profetit a.s. dhe shfrytëzimin e qëndrimit të tij si shembullor ne do të vendosim një standard sipas të cilit duhet zbatuar këshillat e dhëna në tërë këtë vepër. Në fund, nëse prindërit bëjnë maksimumin e tyre dhe do t’ia dalin mbanë t’i zbatojnë sugjerimet tona, ne shpresojmë të vëmë në lëvizje një cikël pozitiv: rritjen e fëmijëve të shëndoshë dhe të lumtur që janë pjesëmarrës aktivë në shoqëri dhe që edhe vetë do të bëhen prindër shembullorë.

Nëse në ndonjë fazë të jetës, nënat dhe baballarët do të pyeteshin ndonjëherë: “Çfarë keni bërë që jeta tuaj të ketë qenë e vlefshme?”, ata do të mund të përgjigjen me bindje: “Kam qenë një prind i mrekullueshëm”. Ndoshta edhe gjysh apo gjyshe të lumtur!

Hyrje

QENIET NJERËZORE JANË krijuar në format më të bukura dhe janë të aftë të jenë tejet të stërholluar. Si të tillë, rritja e një fëmije kërkon dituri teorike dhe praktike që ka të bëjë me zhvillimin e foshnjave dhe fëmijëve. Meqenëse prindërit e rinj në përgjithësi kanë pak përvojë të prindërimit, ata kanë nevojë të mësojnë se si të merren me fëmijët, madje edhe para mbarsjes së tyre.

Fatkeqësisht, edhe pse përpiqemi fort të grumbullojmë pasuri për të pasur shtëpi, vetura dhe mobilie të bukura, ne jemi mospërfillës që ta bëjmë të njëjtën përpjekje për edukimin e fëmijës, duke shpresuar apo supozuar se ato gjëra do të mbarojnë më së miri pa përgatitje të duhur. Prindërimi nuk duhet t'i lihet rastit, ngaqë rreziku është i madh, ndërsa investimet janë të larta.

Prindërit zakonisht përfitojnë dituri nga provat dhe gabimet dhe mund të bëhen më të efektshëm me fëmijët e tyre të mëvonshëm, sesa me të parëlindurit, duke mësuar nga përvoja e tyre fillestare. Megjithatë, problemi është se deri në kohën kur të mësohen këto leksione të paçmuara, shpesh do të jetë tepër vonë. Fëmijët e hershëm do të jenë rritur dhe do të jenë të pjekur, duke e bërë thuajse të pamundur që kjo e mësuar të vihet në zbatim.

Prindërimi i mirë vërtet ka rëndësi dhe nuk mund të lihet të zgjidhet vetvetiu. Është kjo një punë sfiduese që kërkon vëmendje konstante. Prandaj, duhet bërë një vlerësim i detyrës që qëndron para nesh, si dhe t'i jepet një zotim i ndershëm vetes sonë, bashkëshorteve tona dhe familjeve tona.

Një aspekt i rëndësishëm i rritjes së fëmijëve, të cilin e theksojmë përgjatë këtij punimi, është komunikimi. Komunikimi

efektiv me fëmijët do t'iu ndihmojë atyre të zhvillohen në të rritur të lumtur dhe të përgjegjshëm. Është vendimtare të dihet se si dhe kur duhet biseduar me fëmijët dhe, ç'është më e rëndësishmja, si t'i dëgjojmë ata me durim dhe mirëkuptim. Prindërit, ndërsa i duan fëmijët e tyre pa kushte, duhet të nisin t'i përmirësojnë shkathtësitë e tyre të komunikimit dhe dëgjimit me ta. Komunikimi është një akt me dy drejtime, dhe nuk duhet të ndalet. Prindërit duhet t'iu ndihmojnë fëmijëve të tyre ta zhvillojnë potencialin e tyre maksimal pa përdorur forcë. Ekspozimi i tyre ndaj situatave të jetës reale, apo nënave dhe baballarëve të tjerë, do t'iu ndihmojë prindërve të zbatojnë shkathtësi dhe teknika të reja në përbalimin me situatat e vështira.

Prindërit duhet po ashtu t'i rishqyrtojnë disa nga praktikat më të vjetra, ngaqë e vjetra nuk është gjithmonë e çmuar si floriri. Me ndryshimin e kohës, shfaqen rrethana të reja që kërkojnë trajtime dhe përgjigje të reja dhe kreative. Natyrisht, të gjithë prindërit shpresojnë që fëmijët e tyre të bëhen më të mirët. Ne do t'i theksojmë disa nga gabimet e përgjithshme të bëra patekeq nga prindërit, si dhe shumë probleme me të cilat zakonisht përballen ata.

Një fushë tjetër që e eksplorojmë në këtë vepër është zhvillimi i tipareve të "udhëheqjes" te fëmijët. Kjo mund të duket si njëfarë veçori e çuditshme për t'i kushtuar vëmendje. Megjithatë, në këtë drejtim, do të dëshironim të tregonim se kur i referohemi udhëheqjes, ne nuk nënkuptojmë gjahun ambicioz pas pushtetit, por më tepër zhvillimin e njerëzve me fuqi, karakter moral, vlerë, etikë dhe cilësi të tjera të domosdoshme për t'u bërë anëtarë aktivë të shoqërisë me një ndjenjë përgjegjësie qytetare.

Për shumë adoleshentë sot, shtëpia ka degjeneruar deri në një nivel të të qenit thjesht një hotel dhe restorant. Krijimi i një mjedisi shtëpiak më të lumtur dhe më paqësor si për prindërit, po ashtu edhe për fëmijët, është domosdoshmëri. Shtëpia nuk është vetëm vend, ajo është edhe inkubator, një platformë dhe një skenë ku anëtarët e familjes janë aktorë, ndërsa komunikimi është skenari. Çdokush duhet të mësojë si “ta luajë” rolin e vet. Është për të ardhur keq të shihet se shumë prindër dhe fëmijë sot nuk janë në gjendje t’ia kalojnë mirë me njëri-tjetrin, duke krijuar kështu një shtëpi jofunksionale. Disa prindër dhe fëmijë kanë frikë nga njëri-tjetri, apo janë dyshues ndaj njëri-tjetrit, dhe shumë syresh nuk dinë se si ta përmirësojnë marrëdhënien e tyre. Ata madje edhe mund të heqin dorë nga të kuptuarit e njëri-tjetrit dhe, të irrituar dhe të zemëruar, thjesht mund të tërhiqen emocionalisht, dhe përfundimisht të heqin dorë tërësisht nga marrëdhënia e tyre.

Ndonëse prindërimi është një përgjegjësi e stërmadhe, nga ajo nuk duhet hequr dorë të dëshpëruar. Kurrë nuk është tepër vonë për t’i kapërcyer sfidat, dhe ne mund t’i përmirësojmë edhe më shumë marrëdhëniet tona nëse e shmangim fajësimin e vetes sonë për gabimet trashanike të kaluara. Nuk ka dobi të themi: “Sikur vetëm ta kishim bërë këtë, e të mos e kishim bërë atë”. Keqardhjet dhe ndalja vazhdimisht mbi skenarin “vetëm sikur”, është shkatërrimtare dhe nuk i shërben asnjë qëllimi tjetër, pos që të vazhdojë të na lëndojë. Edhe pse mund të kemi bërë zgjedhje të gabuara që i kanë lënduar familjet tona, ne duhet ta mbajmë në mend se qëllimet tona kanë qenë për të mirë. Ne duhet të kalojmë

më pak kohë duke shikuar prapa, dhe shumë më tepër kohë duke shikuar përpara. Në vend që t’i mbushim mendjet tona me atë që kemi mundur apo është dashur ta bëjmë, ne duhet të përqendrohemi në atë që mund ta bëjmë pikërisht tani për një të nesërme më të ndritur. Ne mundemi po ashtu t’iu premtojmë fëmijëve tanë se do ta përmirësojmë veten duke u bërë prindër më të mirë, duke e konsideruar të kaluarën si një leksion të jetës, ndërsa të ardhmen si një shans për ndryshim. Do të mund të na ndihmonte nëse e përfytyrojmë të kaluarën si një mermer të skalitur apo beton të forcuar, ndërsa ardhmërinë si argjilë e butë, që mund të mbruhet.

Shumë prindër sot (përfshirë edhe veten tonë), dëshirojnë ta kishin ditur artin dhe shkencën e prindërimit të mirë, para se të kishin fëmijë. Sikur të kishin vepruar ashtu, do të kishte një përmirësim drastik në rritjen e fëmijëve të tyre. Shumica e prindërve do të ndjejnë se ka mundur të kalohet më shumë kohë në kultivimin e marrëdhënieve. Duke shikuar prapa në jetët tona personale, është dhimbshëm e qartë se ka qenë një pasuri përvojë që na është përvjedhur, dhe momente pasurimi të pa çmuara që kanë mundur të ndahen së bashku. Shpresojmë që fëmijët tanë do të na falin për gabimet tona, dhe shpresojmë se prindërit e rinj nga ana e tyre do t’iu shmangen këtyre gabimeve. Ne i lutemi po ashtu Zotit të Plotfuqishëm që ta mbrojë çdo prind nga mësimi i leksionit të tij/saj në mënyrën e vështirë, përmes përvojës nga dora e parë!

Qasja jonë në këtë punim është të japim udhëzime përmes përqendrimit mbi parandalimin, jo trajtimin. Ne nuk pohojmë se mund

t'i trajtojmë problemet si varësia nga droga, alkoolizmi, depresioni, krimi dhe sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale. Megjithatë, ne mund të sigurojmë një masë "parandaluese", një udhëzues familjar për t'i minimizuar përmes ndërjegjësimit gjasat e përjetimit të këtyre grackave.

Prindërimi i duhur kërkon shkathtësi dhe përgatitje, që fëmijët të mund të jenë të suksesshëm dhe t'i bëjnë prindërit e tyre krenarë me ta. Fatmirësisht, shumë më tepër informacione dhe teknika janë në dispozicion për prindërimin se kurdo më parë. Meqenëse nuk ka rrugë për t'i rënë shkurt prindërimin, njësoj siç nuk ka diçka të tillë për asgjë të vlefshme, kurrë nuk është tepër vonë për të filluar për t'u bërë prind më i mirë, ngaqë ju jeni prind tani dhe përgjithmonë, pavarësisht nëse fëmijët tuaj janë 4 apo 40-vjeç.

Rritja e një fëmije për të qenë një i rritur i lumtur dhe mirë i matur, është shpresë e të gjithë prindërve. Ky libër do t'i shumëfishojë gjasat tuaja për ta arritur këtë dhe për ta realizuar ëndrrën tuaj për një marrëdhënie të suksesshme, të shëndetshme me fëmijët tuaj. Një njeri i urtë njëherë ka thënë: "Nuk është çështja se ku ju çojnë juve ëndrrat tuaja, por ku i çoni ju ëndrrat tuaja". Ndonëse koha më e mirë për ta rritur adoleshentin tuaj ka qenë para një dhjetëvjeçari, koha e dytë më e mirë është sot, andaj shfrytëzoheni atë. Zoti i Plotfuqishëm do t'i bekojë qëllimet dhe përpjekjet tuaja të sinqerta.

Ne kemi përfshirë të dhëna statistikore nga shumë burime për t'i dhënë lexuesit një ndjenjë drejtimi dhe shprese. Statistikat ndryshojnë shpesh, ato janë paraparë të merren vetëm si udhëzues, e jo si realitet i fiksuar.

Shumë ekspertë kanë komentuar rreth formatit dhe prodhimit të kësaj serie. Disa recensues rekomandonin që vepra të publikohet në më shumë broshura, të tjerët sugjerorin ndarjen e teorisë nga zbatimi praktik, ndërsa të tjerë mendonin se ishte më mirë të prodhohej një udhëzues "BV" (Bëje vetë), ku teoria dhe zbatimi do të shkonin krahu për krahu. Ne i shohim meritat e të gjitha këtyre opsioneve. Megjithatë, për momentin, ne po e ofrojmë botimin e parë në këtë format. Shpresojmë të marrim reagime dhe komente të vlefshme nga lexuesit tanë për t'i përfshirë ato në botimet e ardhshme të veprës, që do të publikohet në përmasa dhe formate të ndryshme.

Nuk është njerëzisht e mundur t'i adresohet me sukses shumë kulturave etnike në një libër; sidoqoftë, është shpresuar se botimet e përkthyer në gjuhë të ndryshme do t'iu përshtaten atyre rrahëve lexuesish specifikë nga mësimdhënësit dhe prijësit lokalë.

Përkthimi në shqip i ajeteve nga Kur'ani i Shenjtë është marrë nga interpretimi i Sherif Ahmetit, me ca modifikime nga autorët aty ku ka qenë e domosdoshme.

Kjo vepër është kulmim i përvojave të autorëve në botën muslimane dhe në Perëndim. Ajo orvatet ta sintetizojë dhe ta rrokë urtësinë e shpalljes hyjnore, udhëzimit profetik dhe arritjeve njerëzore si nga trashëgimia muslimane, ashtu edhe nga kultura perëndimore. Është kjo një përpjekje për të treguar se si këto urtësi të mëdha e plotësojnë njëra-tjetrën kur analizohen dhe vlerësohen siç duhet. Kësisoj, ajo ofron një kontribut të veçantë dhe të përlulur për sferën e Marrëdhënies Prind-Fëmijë

AUTORËT

Janar 2013, Washington D.C, SHBA





Ajo erdhi duke qarë më 1969

ME LOT NË sytë e saj nëna tha: “Vëlla Altalib, të lutem më ndihmo. Bëhet fjalë për bijën time. Unë e rrita atë dhe i dhashë gjithçka që ajo kërkoi. Tani ajo është nëntëmbëdhjetëvjeçare dhe iku me të dashurin e saj mbrëmë. Nuk e di se ku është”.

Unë i thashë: “Motër, çfarë do të thuash me atë se i ke dhënë gjithçka?”

Ajo tha: “Ushqim, lodra, para – gjithçka që i nevojitej!”

Unë e pyeta: “A e mësove atë për fenë, Kur’anin, jetët e profetëve, historinë muslimane?”

Ajo tha: “Jo, por unë i dhashë asaj gjithçka!”

Thashë me vete: “Vaj halli! Ne i rrisim fëmijët tanë të pavëmendshëm për Zotin dhe të privuar nga përgatitja morale e fortë, ndërsa presim që ata të bëhen si të ndershmit Ebu Bekr, Umer dhe Ali! Portokajtë dhe mollët nuk rriten në pemë lisi! Ne jemi nëntëmbëdhjetë vjet vonë! Ne nuk jetojmë vetëm me bukë”.

Duhej një vit durim, dashuri dhe urtësi për t’i kthyer vajzën dhe bashkëshortin (ish të dashurin) e saj në bekimet e Zotit dhe kënaqësinë e jetës së virtytshme me katër fëmijë në vitet vijuese të martesës së tyre.

Nëse vërtet dëshironi t’iu përgjigjeni fëmijëve tuaj, ju duhet të keni marrëdhënie PERSONALE me ta. Ata duhet ta dinë që ju jeni i besueshëm dhe se do të jeni aty kurdo që ata të kenë nevojë për ju. Investimi i kohës, parave dhe përpjekjes te fëmijët tuaj është “investimi” më i mirë që mund ta bëni!! Fëmija juaj ju lutet juve, duke thënë me zë mami, babi, të lutem:

“Mos ec para meje, mbase nuk mund të të ndjek,

Mos ec pas meje, mbase nuk mund të të prij,

Ec pranë meje, dhe vetëm bëhu shoku im”. (Albert Camus)

A e dëgjoni thirrjen?

PJESA E PARË

Prindërimi: Vendorsja e themelit

- KAPITULLI 1:** Prindërimi i mirë: Çfarë është ai dhe si t'ia nisim? **3**
- KAPITULLI 2:** Njësia familjare: Përse është e rëndësishme? Cilat janë funksionet e saj? **25**
- KAPITULLI 3:** Prindërimi i mirë: Vendorsja e qëllimeve të duhura **75**
- KAPITULLI 4:** Qëllimi më i rëndësishëm: Rritja e fëmijëve që e duan Zotin **87**
- KAPITULLI 5:** Adresimi i sfidave dhe grackave të përbashkëta **107**
- KAPITULLI 6:** Idetë e gabuara të përbashkëta, grackat dhe mitet që duhen shmangur **117**
- KAPITULLI 7:** Kur gjërat shkojnë keq **125**



KAPITULLI 1

Prindërimi i mirë: Çfarë është ai dhe si duhet t'ia nisim?

- Hyrje **4**
- Fazat e zhvillimit të fëmijës **5**
- Mënyra se si i rrisim fëmijët tanë: Stile të ndryshme prindërimi **6**
- Çfarë mund ta parashikojë stilin e prindërimit? **9**
- Fillimi i prindërimit të mirë: Një pasqyrë e detyrës që qëndron para nesh **10**
- Shfrytëzimi i burimeve të informacionit mbi prindërimin **14**
- A duhet të mësohet prindërimi në shkollat e mesme? **16**
Udhëzime britanike për lëndët e shkollave të mesme 17
- Përfundime **19**
- Aktivitetet 1–7 **20**

Hyrje



KUR DIKUSH SHEH një familje të lumtur që jeton në harmoni, me një ambient shtëpiak paqësor dhe të rehatshëm, dhe (mbi të gjitha) të rregulluar mirë, me fëmijë besimtarë të devotshëm, ky nuk është rezultat rastësie. Ky është rezultat i punës së vështirë dhe përpjekjes për të zhvilluar marrëdhënie të mira prind-fëmijë. Prindërimi i mirë është një investim afatgjatë dhe është çelës për një sukses të madh në zhvillimin emocional, psikologjik dhe fizik të fëmijëve.

Në thelb, prindërimi i mirë siguron një ambient të ngrohtë, të përzemërt, në të cilin fëmijët mund të lulëzojnë. Një ambient i tillë është me rëndësi thelbësore për farkëtimin e marrëdhënieve që e përmirësojnë komunikimin dhe i afrojnë më shumë fëmijët dhe prindërit. Komunikimi i suksesshëm kërkon sjellje pozitive, jo të ashpra dhe gjykuese, që i inkurajojnë fëmijët të përpiqen për përsosmëri.

Prindërimi musliman sot është mjaft problematik. Shumica e prindërve nuk ndjekin kurse prindërimi dhe atyre u mungon dija, përvoja dhe shkathtësitë prindërore. Ata mbështeten vetëm mbi instinktin dhe mendimin praktik, i cili është zakonisht i vjetruar dhe i trashëguar nga stërgjyshërit të cilët janë

ose të painformuar, apo për të cilët prindërimi ka domethënie kulturore ndryshe. Ka të tjerë që janë të arsimuar, por që i imitojnë qorrazi kulturat perëndimore. Prindërit munden po ashtu të ndjekin prindër dhe fqinj të tjerë të keq-informuar. Disa prindër përpiqen t'i plotësojnë dëshirat e tyre të paplotësuara nëpërmjet fëmijëve të tyre. Ka disa që i shpërfillin apo i shtyjnë detyrat prindërore. Për shkak të mungesës së të kuptuarit, apo mungesës së kohës ata ia delegojnë prindërimin dadove, mësuesve, kushërinjve, televizionit dhe lojërave kompjuterike. Kjo është në veçanti karakteristike e disa vendeve të pasura me naftë ku "shpërdorimi" i importit të dadove ka patur ndikim negativ mbi karakteret e fëmijëve.

Ne synojmë t'i ndihmojmë prindërit t'i korrigojnë të gjitha të sipërpërmendurat dhe t'i eliminojnë apo reduktojnë gabimet e tyre të pafajshme. Në një kuptim, ne ofrojmë një "politikë sigurimi" të mirë kundër shumicës së grackave të përbashkëta në të cilat mund të hasin prindërit.

Fatkeqësisht, prindërimi sot në masë të madhe merret si i mirëqenë me pak vëmendje kushtuar asaj që detyron ky rol i llahtarshëm. Në fakt, sa nga ne prindërit kemi menduar seriozisht ndonjëherë për detyrën që na është besuar? Do të na ndihmonte nëse e bënim këtë, ngaqë do ta kuptonim se prindërimi kërkon strukturën e vet të shkathtësive, strategjive dhe planifikimit..

MERRINI PARASYSH PYETJET NË VIJIM:

Pyetja 1: Cila detyrë kërkon dije për menaxhimin, psikologjinë, sociologjinë, antropologjinë, kujdesin, artin e kuzhinës dhe komunikimin?

Pyetja 2: Cila detyrë nuk kërkon diplomë, certifikatë apo licencë për ta ushtruar?

Pyetja 3: Cila detyrë është njëra ndër më të keqkuptuarat dhe më të shpërfillurat?

Pyetja 4: Cila detyrë ka pësuar më së shumti abuzim dhe dhunë?

Pyetja 5: Cila detyrë është aq vendimtare që i prek jetët e njerëzve madje edhe si të rritur?

Pyetja 6: Cila detyrë është mësuesi më i rëndësishëm për një fëmijë?

Përgjigja: **Prindërimi.**

Mendoni rreth kësaj: ne nuk angazhojmë mekanikë, hidraulikë, elektrikistë apo mjekë po të mos jenë të kualifikuar ata për këtë punë, e megjithatë shumica prej nesh bëhemi prindër

pa kurrfarë trajnimi. Ne studiojmë 16 vjet për të fituar një diplomë universitare, e megjithatë mund të bëhemi lehtësisht prindër si adoleshentë, madje as pa u përgatitur për përgjegjësinë e madhe që shtrihet para nesh. Sërisht, edhe pse ne e dimë se duhet të kemi patentë për ta ngarë makinën, apo licencë për të gjuajtur kaproj, apo për të ngarë aeroplan, ne nuk e ndjejmë se është e domosdoshme që njerëzit të stërviten për të qenit prind.

Atëherë, çfarë është ajo që shumica prej nesh, natyrisht duke menduar mirë, bëjnë teksa i rrisin fëmijët? Ndonëse prindërit kanë në dispozicion teori prindërimi të shumta dhe këshilla të mira, ato në përgjithësi shpërfillen dhe prindërit lumturisht vazhdojnë me shpresën se gjithçka do të përfundojë më së miri. Ata mbase bëjnë njëfarë përpjekjeje, i ndjekin mbledhjet e Asociacionit Prind-Mësimdhënës (Parent-Teacher Association – PTA) në shkollë, i mbajnë përgjithësisht “nën vëzhgim gjërat”, kujdesen për notat, marrin pjesë në ekskursionet familjare sa për të qenë aty, dhe bëjnë përpjekje të tjera sipërfaqësore. Mirëpo, përveç kësaj, prindërit bëjnë shumë pak.

Ndonëse nuk ka ndonjë model gjithëpërfshirës të shpejtë që mund ta përdorim, ka disa procedura që mund të zbatohen për të na ndihmuar në arritjen e qëllimit tonë. Përgjatë udhës, fillojmë ta kuptojmë se rruga drejt prindërimit të mirë është gjithmonë në ndërtim e sipër, dhe ndonëse ne mund të bëjmë përmirësim, megjithatë nuk mund ta përshpejtojmë procesin. Mos kërkon “rrugë të shkurtra” për prindërim të suksesshëm, ngaqë ato nuk ekzistojnë.

GJASHTË TEORI, ASNJË FËMIJË; GJASHTË FËMIJË, ASNJË TEORI



Para se të marthoeha, unë kisha gjashtë teori për rritjen e fëmijëve; tani, kam gjashtë fëmijë dhe asnjë teori”.

JOHN WILMONT, KONTI I ROCHESTERIT
(Brown, 1994)

Fazat e zhvillimit të fëmijës

Le të fillojmë duke e kuptuar në radhë të parë se fëmijët kalojnë nëpër etapa të ndryshme zhvillimi. Është në dobi të prindërve që të familjarizohen me këto etapa, ngaqë në çdo fazë nevojat dhe kërkesat e të qenit prindër ndryshojnë. Fazat e zhvillimit të fëmijës mund të ndahen me sa vijon: foshnje, kalamaj (që sapo janë ngritur në këmbë) dhe parashkollorë (mosha 0-7 vjeç); para-adoleshentë (mosha 8-11 vjeç); adoleshentë të rinj (mosha 12-14 vjeç); dhe të rritur të rinj (mosha 15-22). Në çdonjërin nga këto etapa, fëmijët kërkojnë resurse të ndryshme fizike, emocionale, shoqërore dhe psikologjike nga prindërit.

Në fund, fëmija rritet nga gjendja e varësisë së plotë në atë të të pavarësisë gati të plotë. Është me rëndësi që prindërit dhe pinjollët t'i negociojnë me sukses këto kalime. Teoricienët e konfliktit vërejnë se si prindërit dhe të rriturit e rinj garojnë për pushtet dhe për resurset. Secili dëshiron ta kontrollojë tjetrin, dhe ata shpesh kanë ide të ndryshme për atë se si duhen shpërndarë resurset (paraja, hapësira dhe koha). Teksa fëmijët bëhen adoleshentë dhe të rritur, prindërit duhet t'i ridrejtojnë energjitë e tyre larg fëmijëve e drejt jetëve të veta. Pastaj ekuacioni kthehet mbrapsht kur prindërit bëhen pleq dhe ndofta të varur nga fëmijët e tyre. Pavarësia shndërrohet në ndërvarësi, ku do të ketë gjithmonë këshilla të ndërsjella, konsultim dhe pjesëmarrje e kujdes midis fëmijëve dhe prindërve.

Mënyra se si i rrisim fëmijët tanë: Stile të ndryshme prindërimi

Le ta pranojmë po ashtu se ka katër stile të gjera prindërimi që shumë prindër i përvetësojnë (natyrisht, stilet e prindërimin nuk ujdisen gjithmonë në këto kategori).

1) Autoritar/diktatorial: Prindërit kërkojnë bindje dhe e ndëshkojnë ashpër mosbindjen.

2) Me autoritet: Prindërit presin që fëmijët e tyre t'iu përgjigjen kërkesave të tyre, e megjithatë edhe ata u përgjigjen kërkesave të fëmijëve të tyre. Këta prindër i shpjegojnë qartësisht rregullat e tyre dhe ofrojnë arsye të ndryshme të menduara mirë për normat dhe rregullat, në mënyrë që fëmijët ta kuptojnë se kërkesat e prindërve nuk janë kuturu, arbitrare apo të pakuptimta.



3) Lejues: Prindërit iu lejojnë fëmijëve të tyre të bëjnë si t'iu dojë qejfi. Ka pak konflikt, ngaqë prindërit lejues lëshojnë pe para dëshirave të fëmijëve të tyre.

4) Demokratikë: Prindërit përpiqen të negociojnë me fëmijët e tyre, dhe i përfshijnë fëmijët në vendimmarrje.

Në përgjithësi sociologët e parapëlqejnë prindërimin me autoritet. Shqyrtoheni stilin tuaj të prindërimin dhe vendosni se nën cilin prej katër kategorive të

gjera do të mund të vendoseshit ju. Pyetni veten se përse keni zgjedhur ta përvetësoni një stil të caktuar, ose përse keni rënë brenda një "stili të veçantë". Vetë-analiza e këtij lloji do t'ju mundësojë t'i rimendoni metodat tuaja duke u përqendruar mbi fushat pozitive, dhe t'i përmirësoni ato që janë të mangëta.

Një shënim mbi prindërimin Autoritar/dominues: Kulturë detyrimi dhe frike

Ekziston një besim i përhapur, veçanërisht ndër prindërit muslimanë dhe disa minoretete, se stili Autoritar i prindërimin është një mënyrë e efektshme me të cilën mund të parandalohet sjellja devijante të fëmijët e tyre. Është interesante se ai bazohet te një mendësi që me sa duket përqendrohet mbi parandalimin e sjelljes së keqe, në vend të inkurajimit të qëndrimeve mendore pozitive dhe sjelljes së mirë. Kontrolli dhe frika kanë përparësi ndaj marrëdhënieve familjare harmonike, ndërsa rezultati mund të jetë fëmijë të keq përshtatur me pasojat e gjera për shoqërinë në përgjithësi. Për këtë arsye, dhe për shkak të popullaritetit të këtij stili, ne kemi vendosur të përqendrohemi pak më thellë në këtë çështje.

Sjellja mbizotëruese e prindërve muslimanë është ajo e zbatimit të paepur të rre

gullave dhe dominimit, dhe mungesa e dialogut, pjesëmarrjes dhe konsultimit. Farat e praktikave autoritare mbillen brenda familjes që në foshnjëri, dhe më pas përhapen jashtë shtëpisë për t'i pushtuar shkollat, institucionet shoqërore dhe në fund qeverinë dhe sistemet politike.

Brenda familjes, babai e ka autoritetin e fortë mbi fëmijët, vëllezërit më të mëdhenj mbi më të vegjlit, dhe djemtë mbi vajzat. Meshkujt janë në përgjithësi "bosët" dominues dhe tërë atmosferës i mungojnë konceptet e partneritetit dhe përgjegjësisë. Në kontrast me këtë, Profeti a.s., e ka inkurajuar konceptin e pastorisë (nga latinishtja për bar):

Që të gjithë ju jeni barinj (pastorë) dhe të gjithë ju jeni përgjegjës për atë për çka jeni caktuar. (EL-BUHARI)

Praktika e përgjithshme është se prindërit u lëshojnë urdhra dhe udhëzime të pashpjeguarra fëmijëve me një listë arbitrare të “bëj” dhe “mos bëj”-ave. Kur fëmijët kërkojnë shpjegime, përgjigjja rutine është “bëj si të thuhet”, “kështu duhet të jetë”, “bëj si të them unë, jo siç bëj unë”, ose “mos polemizo shumë”. Nganjëherë fëmijët kureshtarë mund të qortohen apo të akuzohen si të pasjellshëm, mosrespektues, apo të pabindur. Për t'i heshtur fëmijët kureshtarë, disa prindër mund t'iu japin përgjigje jo të sakta pyetjeve, në vend që të thonë se nuk e dinë përgjigjen.

Kjo nuk do të thotë se këta prindër nuk kujdesen për fëmijët e tyre; përkundrazi, ata i duan dhe kujdesen shumë për familjet e tyre. Megjithatë, duke u përpjekur për të qenë të rreptë dhe të kenë kontroll, ajo që ata për pasojë janë duke e bërë është autoritarizëm. Për më tepër, autoritarizmi nuk është e njëjtë si stërvitja, me të cilën disa herë ngatërrohet. Kjo praktikë e autoritarizmit nuk ndihmon të rriten fëmijë të cilët janë emocionalisht, psikologjikisht dhe mendërisht të shëndoshë. Për të rritur fëmijë të fortë, prindërit duhet t'i angazhojnë fëmijët në konsultim pjesëmarrës. Kur'ani thotë:

...ata që konsultohen mes vete për punë të përbashkëta. (Kur'an, 42:38).

Ti ishe i butë ndaj atyre, ngase Allahu të dhuroi mëshirë, e sikur të ishe i vrazhdë e zemërfortë, ata do shkapërderdheshin prej teje, andaj ti falju atyre dhe kërko ndjesë për ta, e konsultohu me ta në të gjitha çështjet, e kur të vendosësh, atëherë mbështetu tek Allahu, se Allahu i do ata që mbështeten.

(Kur'an, 3:159)

Ndonëse qasja detyruese mund të rezultojë në atë që fëmijët në dukje t'iu shprehin respekt prindërve të tyre, ai do të jetë një respekt i rremë i bazuar mbi frikë, më tepër sesa bindje dhe dashuri. Frika, si ajo e mësuar ashtu edhe instiktive, është diskutuar në më shumë detaje në Kapitullin 15. Kjo qasje autoritare shtrihet në sistemin arsimor, ku respekti i nxënësve për mësuesit nuk ndërtohet mbi dashurinë për të mësuar, por më tepër mbi frikën nga pakënaqësia e mësuesit dhe/ose ndëshkimi. Rezultat i kësaj është se fëmijët mund të mos ia dalin mirë në shkollë. Qasja detyruese është e përforcuar nga sistemi arsimor në disa vende, ku pjesa më e madhe e mësimdhënies bazohet në të mësuarit përmendësh, në vend se përmes të kuptuarit dhe pjesëmarrjes. Bazuar mbi këtë sistem, prindërit dhe shkollat kanë pak çka për t'ia uruar vetes. E gjithë ajo që ata kanë bërë është se kanë ndihmuar në kontributin për të “fabrikuar” individë, sjellja shoqërore e të cilëve është e lidhur me institucione diktatoriale dhe autoritare. Ky është një qëndrim prej skllavi që e gjejmë nëpër administratat qeveritare, partitë politike, lëvizjet shoqërore, departamentet e policisë, ushtritë kombëtare, korporatat dhe fabrikat. Ata individë të paktë që i shpëtojnë këtij sistemi arsimor dhe që nuk i dorëzohen tiranisë së shoqërisë, kanë pak mbështetje. Ata sillen me hipokrizi dhe e ndjekin turmën, apo bëhen njerëz të papërshtatshëm dhe gjembaçë në anën e një sistemit thellësisht me të meta, me vuajtje dhe zhgënjim pasues.

Ekziston një krizë në mendjen muslimane dhe në edukimin psikologjik dhe emocional të fëmijëve muslimanë. Mungesa e një qasjeje metodologjike koherente dhe fragmentimi dhe këmbimi i diturisë janë përgjegjëse për shtrembërimin e kulturës dhe mendimit musliman. Mungesa e vëmendjes kushtuar prindërimit të kualifikuar është njësoj përgjegjëse për privimin serioz emocional dhe psikologjik të fëmijëve të rinj. Qasja e tashme e shumë

muslimanëve ndaj prindërimit nuk e përmban vizionin kur'anor të *imran-it* (krijimi dhe zhvillimi i një qytetërimi), *itkan-it* (perfeksioni) dhe *tefekkur-it* (eksplorimit); më tepër ai është i fjalëpërfjalshëm, i skllavëruar dhe imitues. Në vend që të jenë shkencorë, objektivë dhe metodologjikë, muslimanët janë paragjykses. Ata janë të pushtuar nga ideja e xhinëve dhe magjisë, dhe i humbasin frutat e një mendësie shkencore.

Është një perceptim i gjerë se përgjegjësia për zgjidhjen e ngecjes intelektuale dhe krizës së mendjes që thajse e ka paralizuar Ummetin, bie drejtpërsëdrejti mbi supat e mendimtarëve dhe edukatorëve. Megjithatë, ndonëse ata kanë një rol të rëndësishëm për ta luajtur, përfundimisht ne duhet të kërkojmë zgjidhje te prindërit. Pasi të binden, prindërit gjithsesi do ta bëjnë maksimumin e tyre për të rritur fëmijë të shëndoshë, të lirë dhe mirë të përshtatur, të aftë për ta marrë mbi vete mantelin e udhëheqjes, dhe për të sjellë një ndryshim pozitiv në shoqëri, duke e ndryshuar përfundimisht paralizën e Ummetit.

Gjendja e sotme e zymtë e prindërimit mund të karakterizohet me sa vijon:

- Analfabetizmi dërrmues ndër prindërit, që është një pengesë për kërkimin e diturisë dhe mësimin e shkathtësive;
- Kultura e frikës që ngjall “mendësinë e skllavit” të privuar nga kreativiteti dhe iniciativa;
- Imitimi dhe bindja e verbër ndaj të tjerëve (“mendësia e kopësë”), pa analizë kritike; dhe
- Qasja autoritare dhe detyruese në shtëpi dhe në sferën publike.

Prindërimi mund të bëjë apo të zhbëjë një familje, një shoqëri dhe një qytetërim. Ndërtimi i qytetërimit nuk përfundon kurrë dhe nuk është punë e çastit; më tepër, ai është një mënyrë e jetës dhe një proces dinamik i vazhdueshëm. Ai ka fillim, por nuk ka fund. Qytetërimi vazhdon të rritet, përmirësohet dhe zhvillohet. Ai është një çështje eksplorimi, zbulimi dhe përmirësimi (*ihsan*) të vazhdueshëm. Ne i inkurajojmë prindërit të mendojnë për tablonë e madhe, si dhe të mendojnë për pasojat e praktikave të tyre të prindërimit mbi shoqërinë në përgjithësi.

Kur fëmijët rriten në një gjendje frike dhe shtypjeje, ata kanë frikë të ndërmarrin rreziqe dhe kanë frikë të marrin vendime. Në fund, ata përfundojnë me mungesë ndjenje për përgjegjësi dhe nuk janë në gjendje të marrin vendime. Fëmijët e frikësuar po ashtu pranojnë qëndrime vetë-tolerante që shpien në mungesë pjesëmarrjeje në punët publike, dhe kjo i frenon ata nga vënia në dyshim e autoritetit të prijësit, që rezulton me regjime autoritare dhe diktatoriale. Fëmijët e rritur kështu do të përfundojnë duke e toleruar korrupsionin dhe duke u larguar me turp nga përmbushja e detyrave të tyre ndaj shoqërisë. Fryma ekipore humbet në proces e sipër, duke e penguar themelimin e atyre institucioneve që janë të domosdoshme për ndërtimin e shoqërive. Shikimi prapa dhe kultura e ngurtë e besëtytnisë dhe iracionalitetit e rrënjësuar në mendjet e freskëta të të rinjve, garanton mungesën e zhvillimit në shkencë dhe teknologji.

Epoka e artë e qytetërimit islam lulëzoi për shkak se gjithë këta faktorë mbaheshin në mend teksa rriteshin fëmijët. Për shembull, praktika e gjidhënies shihej si një aspekt integral i rritjes së fëmijëve, ku vëmendja i kushtohej zhvillimit të domosdoshëm emocional e psikologjik të fëmijës. Në të vërtetë, përgjigjja ndaj pyetjes “përse një qytetërim i tillë madhështor u gremis për t’u bërë më i ulëti nga të ulëtët?” qëndron në një aspekt të rëndësishëm: mënyra se si i rrisim fëmijët tanë, duke filluar që nga lindja. Mungesa e përqendrimit mbi prindërimin e mirë është përmasa kyçe që mungon në përpjekjet reformuese të mëdha dhe të shumta në historinë muslimane.



Çfarë mund ta parashohë stilin e prindërimit?

A ka ndonjë lidhje midis bashkëveprimeve tona me prindërit tanë dhe mënyrës se si bashkëveprojmë ne me fëmijët tanë? Prindërit që i abuzojnë fëmijët e tyre shpesh thonë se edhe ata vetë janë abuzuar si fëmijë. A është e mundur që përvojat pozitive të fëmijërisë së një personi me prindërit e tij/saj ta parashikojnë zhvillimin e mundshëm të një stili prindërimi të ngrohtë, të ndjeshëm dhe stimulues? A ka ndonjë bartje ndërbreznore e stilit të prindërimit?

Historiku i rritjes së fëmijës nga një prind jep një kontribut të shtuar për stilin e tij/saj të mundshëm të prindërimit. Në përgjithësi, prindërit që kanë përjetuar një rritje të tyre më përkrahëse në cilëndo periudhë të fëmijërisë, bëhen prindër të ngrohtë, të ndjeshëm dhe stimulues për fëmijët e tyre. Prindërimi përkrahës është i shoqëruar me zhvillim njohës të përmirësuar që nga mosha trevjeçare. (Baumrind 2008)

Baballarët kanë prirje të bashkëveprojnë ndryshe nga nënat me foshnjat dhe të vegjlit e tyre. Derisa shumica e baballarëve dhe nënave janë të ngjashëm në reagimin, stimulimin, përzemërsinë dhe mësimin e tyre, baballarët tentojnë të futen në lojë më shumë fizike sesa nënat. Megjithatë, që të dy prindërit lozin më shumë fizikisht me bijtë sesa me bijat. Niveli

arsimor i nënave dhe baballarëve po ashtu është i ndërlidhur me performacën eventuale të fëmijëve në shkollë dhe në fusha të tjera. Është interesante se sa më shumë vite arsimimi të ketë babai, aq më përkrahëse tenton të bëhet nëna me fëmijët e tyre. (Ricks 1985)

Përveç pasqyrimin të stilit të prindërve tanë në rritjen e fëmijëve, ne nganjëherë e kundërshtojmë stilin e prindërve tanë në rritjen e fëmijëve. Mund të ketë disa dallime në praktikat e rritjes së fëmijëve nga brezi në brez. Gati gjysma e gjyshërve/gjysheve mendojnë se nipërit/mbesat e tyre janë duke u rritur ndryshe nga mënyra në të cilën ata i kanë rritur fëmijët e tyre. Gjysma e atij grupi thonë se pasardhësit e tyre janë më shpirtbutë me nipërit/mbesat e tyre, sesa kanë qenë ata si prindër. Më pak se gjysma thonë se fëmijët e tyre u japin nipërve/mbesave të tyre më pak përgjegjësi shtëpiake nga ato që u janë dhënë fëmijëve të tyre, dhe se nipërit/mbesat e tyre kanë më shumë mundësi se ato që ata ua kanë siguruar fëmijëve të tyre (Zogby International 2006).

Pavarësisht nga fëmijëria, “familja e origjinës”, arsimimi apo të ardhurat e prindërve, prindërit e shëndoshë zbulojnë se fakti që kanë fëmijë të vet është një mundësi që ata t'i rimendojnë mënyrat në të cilat ata janë rritur. Ata mund ta përsërisin apo ta përmirësojnë metodën e prindërve të tyre me fëmijët e vet teksa këta janë duke u rritur.



Përfundimisht, megjithatë, pavarësisht se sa bëjnë prindërit, fëmijët e tyre janë individë të pavarur dhe janë personalisht përgjegjës për veprimet e tyre. E gjithë ajo që mund ta ofrojnë prindërit është përkrahja dhe udhëzimi. Një ditë ata do të jenë shumë të lumtur dhe krenarë të deklarojnë: “Ne ishim prindër të mirë”

Fillimi i prindërimit të mirë: Një pasqyrë e detyrës që qëndron para nesh

Prindërimi i mirë fillon para se të ngjizet fëmija. Para martesës, personi duhet ta zgjedhë një bashkëshort/e të mirë. Pas martesës, nëna shtatzënë duhet të kujdeset për shëndetin e saj dhe për të ushqyerit e saj, dhe ta shmangë futjen e substancave të dëmshme në trupin e saj. Babai duhet të kujdeset për të sa më mirë që mundet, t’ia lehtësojë sa më shumë nga detyrat dhe punët e saj, dhe t’i mundësojë asaj mjaft pushim, gjumë dhe relaksim. Këtu ne u ofrojmë prindërve një pasqyrë të detyrës që i pret dhe ditorinë dhe shkathhtësitë për arritjen e një prindërimi të mirë. Është e dobishme të dihet shtrirja reale e sfidave me të cilat ballafaqohen prindërit, në mënyrë që ata të mos i mbivlerësojnë apo nënvlerësojnë vështirësitë në të cilat do të hasin. Nëse ata mendojnë se prindërimi është shumë i lehtë, ata nuk do ta ndjejnë nevojën që ta përgatisin veten për të. Nëse mendojnë se ai është shumë i vështirë, ata mund të dëshpërohen dhe të heqin dorë.

Ndonëse prindërimi mund të jetë përvojë më shpërblyese, stimuluese dhe përfundimisht dhe kënaqëse nëpër të cilën kalon një person ndonjëherë, ai mund të jetë edhe po aq kërkues.

E tërë jeta e një personi është një varg testesh, ndërsa rritja e fëmijëve është më sfiduesi. Prandaj, nocionet romantike do të duhet të lihen anash dhe të kuptohen disa realitete. Prindërimi i mirë nuk është i thjeshtë, dhe nuk është kurrë pa gabime. Fëmijët do ta vënë në provë durimin e prindërve të tyre dhe do ta testojnë qëndrueshmërinë e tyre, dhe madje edhe kur nuk janë afër, do t’i preokupojnë mendjet dhe zemrat e tyre. Jeta e një personi ndryshon në mënyrë dramatike me ardhjen në jetë të fëmijëve.

Të gjithë fëmijët kanë talent dhe potencial, siç i kanë edhe të gjithë prindërit. Prindërimi nuk është diçka që duhet përballur i vetëm. Shumë prindër kanë një rrjet mbështetjeje për t’iu ndihmuar të kujdesen për fëmijët e tyre, përfshirë mësues, dado, kushërinj, prijës fetarë dhe miq.

Sapo të ngjizen fëmijët, ne mund të fillojmë duke i aplikuar udhëzimet vijuese. Kjo na ndihmon ta kemi në mend tablonë më të gjerë për t’iu shmangur fundosjes me ngatërrimin e shumë “bëj” dhe “mos bëj”-ave. Fillojani duke u përpjekur t’i kuptoni tetë parimet vijuese për t’ju ndihmuar ta shihni jetën tuaj familjare dhe shtëpinë në një mënyrë të balancuar.

Mbajeni prindërimin gazmor. Thoni vetes se edhe pse ne mund të bëjmë gabime “trashaluqe” patëkeq, ju nuk mund ta gërmëzoni fjalën “TRASHALUQE” pa **T(i)** dhe **U(në)**.

1. KUPTOJENI SE ZHVILLIMI I FËMIJËS ËSHTË NJË PROCES I GJATË DHE I SOFISTIKUAR

Rritja e fëmijëve të ndershëm, qytetarë aktiv, dhe prijës të mirë të mundshëm është detyrë ditore që merr vite, jo vetëm muaj. Ndonëse romanca mund të na dështojë dhe miqësia jonë të marrë fund, lidhja prind-fëmijë është më e fuqishme dhe më e pathyeshme, duke u bërë ballë stuhive më të fuqishme për të mbetur njëra nga marrëdhëniet më të fuqishme dhe më të qëndrueshme mbi tokë.

2. VENDOSNI QËLLIMET E DUHURA DHE PËRPIQUNI VAZHDIMISHT TË PËRMIRËSOHENI

Qëllimet na ndihmojnë ta largojmë konfuzionin dhe ta përkufizojmë veprimin. Ata e bëjnë të qartë se ku duam të shkojmë dhe si të udhëtojmë deri atje (ne e kemi përpiluar një skicë të qëllimeve të prindërimit që do të diskutohet në kapitujt në vijim). Pa qëllime apo pa një hartë rrugore, prindërit mund të gabojnë me pahir, ngaqë ata nuk kanë objektiva të përkufizuar karshi të cilave do t'i matnin veprimet e tyre. Kjo nuk do të thotë se nuk do të ndodhin gabime; ato do të ndodhin! Ideja është të njihen gabimet dhe të mësohet nga ato duke u bërë më të përgjegjshëm. E njëjta gjë vlen edhe për fëmijët: a u kemi dhënë fëmijëve tanë udhëzime të qarta? A i kemi udhëzuar ata se si të jetojnë në harmoni me ne? A ua kemi dhënë atyre shkathtësitë e domosdoshme në mënyrë që t'i arrijnë pritshmëritë tona?

3. ZBATOJINI NË PRAKTIKË PARIMET E MËSUARA DHE NDAJINI PËRVOJAT PRAKTIKE ME PRINDËRIT E TJERË

Nëse kemi ekzaminuar literaturë mbi prindërimin, apo kemi kërkuar këshillim, ne do të gjejmë mjaft udhëzim që do të na ndihmonte. Ndonëse prindërit mund të pajtohen rreth parimeve të përgjithshme, ata shpesh nuk ia arrijnë që ato t'i zbatojnë në praktikë (për shkak të mungesës së shkathtësisë, përvojës, apo thjesht për shkak të punëve të përd-



itshme). Megjithatë, kur ata i ndajnë përvojat e tyre praktike me prindërit e tjerë, kjo mund t'iu ndihmojë të dyja palëve të arrijnë shkathtësi prindërimi më të mira. Qoftë nëse jemi beqarë, të martuar, në shtëpi, apo të punësuar jashtë shtëpisë, prindërimi është një punë tepër e rëndësishme për ta kryer atë të veçuar.

4. BËHUNI SHEMBULL I MIRË PËR T'U NDJEKUR DHE MËSOJANI FËMIJËVE VETË-MBËSHTETJEN

Njëra nga gjërat më me rëndësi që prindërit mund t'ua mësojnë fëmijëve të tyre është se si t'ia dalin mbanë pa ata. Pikërisht në shtëpi fëmijët e mësojnë dinjitetin, guximin, vetë-disiplinën, dashurinë, dhembshurinë, ndërvarësinë dhe përgjegjësinë. Ligjërimi nuk mjafton për t'ua siguruar fëmijëve mjetet e duhura për t'u bërë burra e gra me karakter të admirueshëm. Shembulli i mirë i një prindi është më i mirë se shumë predikime.

5. MËSOJINI FËMIJËT TA DALLOJNË TË DREJTËN NGA E GABUARA

Kur prindërit dëgjojnë rrëfime për sjelljen e dobët të fëmijëve të tjerë, ata shpesh herë bëjnë vërejtjen: "Fëmija im nuk mund ta bëjë atë. Fëmija im është ndryshe". Është e gabuar

të pretendojmë se fëmija ynë është imun nga sjellja e keqe dhe se natyrisht do të bëhet i suksesshëm. Në realitet, një fëmijë mund të sillet në kundërshtim me dëshirat tona. Kjo nuk duhet të na habisë, ngaqë fëmijët tanë në parim nuk dallojnë nga mijëra fëmijë të tjerë që shoqërizojnë dhe jetojnë rreth nesh. Meqenëse të gjithë ne jemi pasardhës të Ademit dhe Havvës (dhe në vete kemi gjenet e tyre), të gjithë ne jemi të aftë ta dallojmë të drejtën nga e gabuara dhe të veprojmë sipas kësaj dijeje të brendshme. Të ballafaquar me sfida të ngjashme dhe duke jetuar në një ambient të mbyllur, çdokush mund të bëjë gabime, më të vetmin dallim se dikush nga ne do të bëjë më shumë gabime se të tjerët, dhe se disa prej nesh do të pendohen dhe korrigojnë, ndërsa të tjerë jo. Edhe pse çdokush është i veçantë, ne ballafaqohemi me shumë përvoja të ngjashme. Vështirë se ka ndonjë çështje në jetët tona që nuk është përjetuar, në këtë apo atë mënyrë, nga dikush tjetër.

6. PUNONI ME ZELL PËR T'Ë ZHVILLUAR DHE NGULITUR TIPARET KYÇE TË KARAKTERIT

Nga aspekti i tablosë më të gjërë, rishfaqja e një qytetërimi vërtet njerëzor mund të arrihet vetëm me themelimin e institucioneve të shëndosha. Këto institucione duhet të përbëhen nga individë që posedojnë karakter të fortë dhe të pacen, të lirë nga egoizmi, makutëria dhe korruptimi. Këto personalitete duhet gjithashtu t'i posedojnë edhe cilësitë e ndershmërisë, përvuljes dhe dashurisë për të tjerët. Tiparet e karakterit të mirë janë rrallëherë prodhim i rastësisë; ata janë rezultat i familjeve të lumtura, ambienteve të qëndrueshme dhe prindërve të përkushtuar.

7. ZHVILLOJENI ARTIN E BASHKËBISEDIMIT

Flisni! Diskutoni me fëmijët tuaj për çfarëdo qoftë dhe për gjithçka, për atë se çfarë keni bërë gjatë ditës, për atë se si ndjeheni për disa çështje, dhe për atë se çfarë mendon fëmija juaj për x, y dhe z. Është me rëndësi që fëmijët të mësojnë se si ju i artikulonin mendimet tuaja. Bëjeni komunikimin prioritet dhe

filloni ta njihni dhe ta kuptoni fëmijën tuaj. Krahas zhvillimit të marrëdhënieve, të folurit është po ashtu vendimtare për zhvillimin dhe artikulin e gjuhës. Mos kërkonit strehim te televizori, Interneti dhe/apo lojërat kompjuterike për ta hequr qafe fëmijën. Mungesa e të folurit rezultojnë në intelekt të vdekur dhe pasivitet. Ne ia kemi kushtuar një kapitull ndikimit negativ shikimit të tepër të televizorit. Komunikimi përfshin diskutime serioze dhe shkëmbim me humor. Prindërit duhet të bëjnë shaka dhe të luajnë me fëmijët e tyre, ngaqë humori i forcon marrëdhëniet dhe e largon nga mendja mërzinë. Prindërit kalojnë aq shumë kohë në rritjen e fëmijëve saqë harrojnë të kënaqen me ta, dhe kjo është një humbje e madhe. Fëmijët gjenden në një botë tërësisht të tyre dhe kanë një kapacitet shumë të madh për lumturi dhe lojë. Është për keqardhje të shohësh prindër të zymtë, të mërzitshëm, që parapëlqejnë të shikojnë televizor në vend që të dalin jashtë dhe përreth me fëmijët e tyre, t'i bëjnë ata të qeshin dhe të argëtohen me ta. Meqenëse jeta është përplot presion dhe ankth, fëmijët mund ta ofrojnë ilaçin më të mirë për lehtësimin e stresit, duke iu ndihmuar prindërve të arratisen në botën e tyre fëmijërore, megjithëse vetëm për pak kohë. Disa prindër ndjejnë se lodrimi me fëmijë shpreh dobësi apo mungesë serioziteti për jetën. Realiteti është se kur qeshni me fëmijët, ju i lejoni atyre të ndjehen të sigurt dhe të mos frikësohen nga ju, nivelet e tensionit ulen, ndahet një lidhje e padukshme dashurie dhe fëmijët ndjehen të lirë ta shprehin veten. Bërja shaka dhe të qeshurit është një pjesë thelbësore e komunikimit.

8. KËNAQUNI ME PRINDËRIMIN E MIRË!

Kjo vijon nga pika paraprake. Parimet e përvijuara më sipër janë menduar të aplikohen me dhembshuri dhe dëfrim. Nganjëherë, prindërit që e kanë obsesionin suksesin janë aq të përqendruar mbi qëllimet, saqë lejojnë që kënaqësitë e thjeshta të jetës familjare t'iu rrëshqasin nga dora. Jini të vetëdijshëm për këtë. Prindërimi është koncept holistik dhe një detyrë e mëshirshme, sepse përvoja e prindërimit është po aq e rëndësishme sa edhe realizimi i qëllimeve.



Koha cilësore dhe **ANGAZHIMI AKTIV** me fëmijët

Prindërit shpesh mund të pretendojnë se kalojnë shumë kohë **ME** fëmijët e tyre. Faktikisht, ajo që mendojnë ata nuk është **ME**, por **në afërsi** të fëmijëve të tyre. Pra, ata mund të jenë në të njëjtën dhomë si fëmijët e tyre, por duke shikuar TV, duke lexuar, në telefon, duke i kontrolluar e-mailat, apo duke biseduar me mysafirë të tjerë. Ajo që nevojitet është **ANGAZHIMI AKTIV** me fëmijët. Kjo nënkupton leximin së bashku, luajtjen sport dhe lojëra të tjera së bashku, zgjidhjen e pazëllave së bashku, gatimin dhe ngrënien së bashku, diskutimi i gjërave së bashku, bërja shaka së bashku, bërja pazar së bashku, loja me kuba ndërtimi së bashku dhe larja e enëve së bashku. Me fjalë të tjera, jo thjesht të qenit në shoqërinë e një fëmije duke e lënë njëkohësisht fëmijën vetëm, por të qenit pjesëmarrës aktiv në aktivitete me fëmijën.

Kjo është kohë e mirë cilësore me mjaft kohë sasiore të kaluar përmes **ANGAZHIMIT AKTIV**. Kurrfarë kujdestarie për fëmijët, kurrfarë delegimi nuk mund ta zëvendësojë bashkëveprimin me prindërit, me të dy.

Shfrytëzimi i burimeve të informacionit mbi prindërimin

Njëra nga mënyrat për ta filluar prindërimin e mirë është të konsultohen burimet e këshillave dhe informatave të ekspertëve.

Burimet muslimane kundrejt burimeve perëndimore

Literatura për prindërimin është gjerësisht në dispozicion në Amerikën Veriore (Tabela 1.1). Për prindërit perëndimorë ka shumë informacione që mund të gjenden mbi prindërimin e mirë; dhe ka shumë libra, biblioteka dhe faqe Interneti që ofrojnë burime dhe informacione për të ndihmuar që prindërimin të bëhet më shpërblyes dhe më efektiv.

Tabela 1.1. Disponueshmëria e literaturës mbi prindërimin

Biblioteka	Nr. i titujve
Biblioteka e Kongresit	2 464
Konsorciumi i 6 Universiteteve, SHBA	3215
Biblioteka Publike e Qarkut Fairfax, Virginia	432
Biblioteka Kombëtare e Kanadasë	362

Burimet: Biblioteka e Kongresit e Shteteve të Bashkuara (www.loc.gov)
Biblioteka Publike e Qarkut Fairfax (www.fairfaxcounty.gov/library)
Biblioteka dhe Arkivat e Kanadasë (www.collectionscanada.gc.ca)

Në kontrast me këtë, kur prindërit e ardhshëm muslimanë kërkojnë këshillë mbi prindërimin nga burimet muslimane, çfarë kanë ata në dispozicion? Et-Tall dhe el-Kajsi (në arabisht 1999) e theksojnë mungesën e literaturës muslimane të cilësisë së lartë mbi prindërimin. Pak libra ofrojnë detaje praktike për atë se si të mbruhet vlera të pranueshme dhe karakter te fëmijët. Prindërit përballen me vështirësi në shfrytëzimin e librave klasikë mbi prindërimin. Të vjetrit merren me kohëra dhe sfida të ndryshme, dhe u mungon klasifikimi i qartë, indeksimi dhe referencat. Informacioni mbi prindërimin për muslimanët është i shpërndarë nëpër një mori shkrimesh, që përfshijnë: literaturën mbi jurisprudencën, komentet e Kur'anit (*tefsir*), veprat historike, poezia sufitë dhe libra këshillash.

Dr. ez-Zabalawi (në librin e tij në arabishte për rritjen e adoleshentëve) thotë se ka pak literaturë islame mbi rritjen e fëmijëve, dhe shumë pak shkrime të specializuara mbi adoleshencën. Asociacioni i Studentëve Muslimanë i Shteteve të Bashkuara dhe Kanadasë (Muslim Students Association – MSA), e publikoi të parin libër islami për ngjyrosje për fëmijë më 1973. Librat e tillë nuk ishin në dispozicion asokohe, dhe prindërit që u vendosën në Perëndim e ndjenin mungesën e literaturës për fëmijë.

Dr. Manazir Ahsen, Drejtor i Fondacionit Islamic (Islamic Foundation), në Leicester, Angli, përmend se edhe pse komunitetet muslimane në Perëndim kanë qenë në gjendje të themelojnë një numër të mirë institucionesh, xhamish dhe shkollash, ata nuk kanë qenë në gjendje “të prodhojnë literaturë të përshtatshme në anglisht për t’i plotësuar nevojat e mësimit të brezit të tyre më të ri, si në shtëpi ashtu edhe në shkollë” (D’Oyen 1996).

Literatura e prodhuar deri më tani është shumë e pakët dhe shumë më tepër nevojitet. Biblioteka islame sot është e mangët me libra mbi rritjen e fëmijëve dhe prindërimin. Pjesa më e madhe e literaturës i adresohet arsimit të të rriturve, ndërsa pak është shkruar mbi zhvillimin e fëmijës dhe psikologjinë adoleshente. Një masë e madhe literature është shkruar nga juristë mbi aspektin formal të kontratave martesore; të drejtat dhe detyrat e bashkëshortëve, bashkëshorteve dhe fëmijëve; çështjet teknike të divorcit dhe kalkulimi i trashëgimisë. Ka nevojë për më shumë libra islamikë që përqendrohen mbi familjen dhe marrëdhëniet midis vëllezërve e motrave, në veçanti aspektet shoqërore, psikologjike dhe zhvillimore. Kur prindërit kërkojnë këshillë mbi çështjet familjare, shumica e librave në të cilat ata hasin përqendrohen mbi çështjet formaliste dhe legaliste (*fikhi*).

Për më tepër, librat e historisë muslimane që mësohen në shkollat e mesme në botën

arabe tentojnë ta shpërfillin bashkëveprimin njerëzor dhe zhvillimin personal, dhe përqendrohen kryesisht mbi çështje politike dhe rregullimin e paqes dhe luftës midis kombeve. Pak hapësirë i kushtohet dashurisë njerëzore, dhembshurisë dhe respektit të treguar nga Profeti Muhammed a.s. ndaj fëmijëve, përzemërsisë së tij në raportet me ta, respektit të tij ndaj tyre dhe gatishmërisë së tij për t'iu bashkuar në lojërat e tyre. Profeti a.s. nuk e pati rastin t'ri rrisë djemtë e tij, ngaqë ata vdiqën duke qenë akoma foshnje, e megjithatë ai i rriti bijat e tij (Fatime, Zejneb, Rukajje dhe Umm Kulthum), dhe kontribuoi në rritjen e nipërve dhe mbesave të tij, dhe të fëmijëve të kushërinjve të tij dhe të komunitetit. Ai po ashtu e rriti edhe kushëririn e tij të ri, Ali ibn Ebi Talibin dhe të birësuarin e vet, Zejd ibn Harithe. Është e habitshme se si Profeti a.s. iu kushtoi aq shumë vëmendje fëmijëve dhe tregoi ndaj tyre kujdes, dashamirësi dhe respekt, duke qenë njëkohësisht tërësisht i pushtuar me themelimin e një shoqërie të re dhe shtetit të ri, që ishte në kërcënim të vazhdueshëm për zhdukje nga armiqtë e tij.

Pak vëmendje i është kushtuar rritjes së fëmijëve nga burrat, ngaqë, në pjesën më të madhe, kjo bëhej nga gratë. Eksplorimi dhe shtjellimi i veprimeve të muslimaneve, të njohura në literaturën islame si Nënata e Besimtarëve, nuk është ndërmarrë sa duhet. Në të vërtetë, pjesa më e madhe e saj është humbur apo zhvleftësuar. Ne duhet t'i inkurajojmë dijetarët të hetojnë dhe të zhvillojnë literaturë për atë se si bashkëshortet e Profetit a.s. dhe Shoqërueset e tij i rrisnin fëmijët. Kjo do të ndihmonte të prezantohej një përmasë e rëndësishme e rolit të grave në zhvillimin shoqëror dhe të zgjerohej biblioteka islame në studimet e grave. Për më tepër, kjo literaturë do të duhej të përfshinte një studim të veprimeve të grave që me sukses kanë rritur prijës të mundshëm, si meshkuj ashtu edhe femra, në kohët e fundit. Nëse nuk e bëjmë këtë, atëherë udhëzimi se “Parajsa shtrihet

nën këmbët e nënës” nuk do të jetë asgjë, veçse një banalitet fetar.

Theksi deri më sot është vënë mbi vlerat dhe qëllimet abstrakte, në vend se mbi mënyrat dhe mjetet praktike për zhvillimin e karakterit dhe vlerave të fëmijët. Vëmendje e mjaftueshme nuk i është kushtuar të kuptimit dhe analizës së zhvillimit dhe rritjes, duke e bërë të vështirë për prindërit që t'i aplikojnë parimet e prindërimit në jetët e tyre të përditshme. Nevojiten teknika praktike, shkathtësi përkatëse, dhe shembuj nga jeta reale. Një shpërqendrim ka qenë kolonizimi shekullor i vendeve muslimane, gjatë së cilës kohë përparësi kryesore i është dhënë çlirimit të vendit, ndërsa *terbija* (edukimi dhe stërvitja) është shpërfillur. Ndryshimi shoqëror, menaxhimi i mirë dhe zhvillimi ishin në fund të agjendës. Shkrimi mbi prindërimin nuk ishte përparësi dhe kurrfarë kërkimi serioz nuk u ndërmor në këtë temë për një kohë të gjatë.

Reformatorët muslimanë, si Ibn Sahnun, Ibn el-Xhezzar dhe Ali el-Kabsi, që të gjithë në Kejravan, Tunizi, theksin më të madh e kanë vënë mbi gjidhënie, dhe si të kontrollohen, disiplinohen dhe ndëshkohen fëmijët në klasë, si dhe kompensimi për mësimdhënësit. Nuk i është kushtuar vëmendje e mjaftueshme psikologjisë fëmijërore, zhvillimit të fëmijës, edukimit dhe të qenit prindër. Kjo pjesërisht mund ta shpjegojë përse lëvizjet reformiste të mëdha nuk mund ta ringjallnin qytetërimin musliman përkundër aftësisë gjeniale dhe përpjekjeve të sinqerta të prijësve të tyre. Për të qenë në gjendje të themelojmë një shoqëri të lulëzuar, ne duhet të kemi një njohuri të shkëlqyer për rritjen e fëmijëve dhe për ndërtimin e karakterit. Neve po ashtu na nevojitet arsimim i shëndoshë, besim i fortë dhe shkathtësi të duhura. Është interesante të vërehet se si Kur'ani i përshkruan profetët si shembuj për t'u ndjekur që duhen imituar. Cilësitë e udhëheqjes mund të zhvillohen herët në jetë nëse kemi një të kuptuar më të thellë të artit dhe shkencës së prindërimit.

Më 2002 profesori Mumtaz Anwar nga Universiteti i Kuvajtit u ngarkua nga IIIT për ta hulumtuar literaturën që ishte në dispozicion mbi prindërimin për muslimanët. Ai konstatoi mungesë të librave për prindërim të mirë për muslimanët, si dhe po ashtu se kishte nivele të ulëta të njohjes së shkrim-leximit në shumë pjesë të botës muslimane, veçanërisht ndër femrat. Shumica e prindërve muslimanë varen nga vrojtimi personal dhe përvoja në rritjen e fëmijëve, që nuk mjafton për rritje të suksesshme të fëmijëve. Madje edhe për prindër muslimanë të arsimuar, ndjehet

mungesë e literaturës së cilësisë së lartë mbi prindërimin e mirë, dhe nuk mund të gjendet kurrfarë trajnimi formal të vërtetë. Edhe pse është e vështirë të matet se sa literaturë mbi prindërimin është në dispozicion në të gjitha gjuhët e botës muslimane, ne vlerësojmë se ajo nuk mjafton. Është e qartë se ka një nevojë urgjente për prodhimin e literaturës së cilësisë së lartë mbi prindërimin, bazuar mbi ndërtimin e karakterit, vlerat dhe ndershmërinë, që merret po ashtu edhe me problemet relevante të komuniteteve sot, përfshirë edhe problemet në nivel lokal.

Cilësitë e profetëve (që gjenden në Kur'an)

Termet kur'anorë

I ndershëm

I mëshirshëm dhe i dhembshur

Dituri dhe urtësi

Rritja (duke iu referuar *Talut-it*) në forcë fizike dhe dituri

I fortë dhe i besueshëm

Profesional dhe i besueshëm

تعاير قرآنية

صديقاً

رؤوف رحيم

حُكماً وعلماً

زاده بسطة في العلم والجسم

القوي الأمين

حفيظ عليم

A duhet prindërimi të ligjërohet në shkollat e mesme?

Nëse prindërimi është detyrë me përgjegjësi, përse atëherë nuk japim mësim formale në shkolla? Shtatë nga dhjetë njerëz mendojnë se prindërimi është diçka që duhet ta mësojmë apo të na mësohet.

LONGFIELD DHE FITZPATRICK 1999



Bota ka ndryshuar që nga fundi i Luftës së Dytë Botërore. Brezat e mëparshëm të së njëjtës familje e kishin për zakon të jetonin në të njëjtin fshat apo qytezë. Gjyshet dhe gjyshërit, hallat, tezeta, dajallarët, xhaxhallarët dhe motrat e vëllezërit më të mëdhenj ishin aty për të dhënë këshilla dhe për të ndihmuar në përkujdesjen për fëmijët. Jeta familjare tani është duke u bërë

më sfiduese. Ka shumë familje me një prind dhe ka më shumë shkatërrime martesash dhe nëna që punojnë sesa më parë. Meqenëse marifeti i bartjes së prindërimit të mirë është fragmentuar, ne duhet ta plotësojmë rolin e “mësuesit të prindërimit” të lënë të zbrazët me tkurrjen e rritjes të familjes së zgjeruar. A duhet të shikojmë nga shkollat për ta bërë këtë? Për më tepër, rritja e fëmijës së dytë mund të jetë më e lehtë se e të parit, ngaqë mësojmë aq shumë. Nëse mund ta bartim më tutje këtë përvojë, zyrtarisht dhe/ose jozyrtarisht, a nuk do të duhej ta bënim këtë?

Ndonëse ofrimi i kurseve mbi prindërimin tingëllon logjike dhe tërheqëse, në realitet kjo është larg kësaj. Ne duhet ta kemi të qartë se çfarë kërkojmë ne që ato kurse të ligjërojnë. Roli i “mësuesit të prindërimit” paraqet po ashtu problem. Jeta familjare nuk është shkencë e pastër: ajo ka të bëjë po ashtu me ndjenjat, marrëdhëniet dhe intimitetin. Ata që polemizojnë kundër mësimit mbi prindërimin në shkollat e mesme pohojnë se prindërimi nuk duhet mësuar si formula të ngurta në klasa të drejtuara nga agjenci qeveritare. Institucionet arsimore që dëshirojnë të ndërhyjnë në jetën familjare private dhe politikanët që përzihen, nuk duhen lejuar t'i vënë duart e tyre mbi ngatërresat e marrëdhënieve familjare. Ndihma profesionale për prindërimin është e dobishme, por megjithatë prindërit nuk duhet të heqin dorë nga roli i tyre në favor të mësuesve dhe profesionistëve. Meqenëse çdo familje është e veçantë, prindërit këshillohen t'i drejtohen urtësisë së tyre, intuitës dhe gjykimit personal. Mësimi nga gabimet personale mund të ndihmojë mjaft dhe autonomia familjare duhet ruajtur. Të qenit prindër, ndryshe nga matematika, nuk është lëndë teorike. Mësuesit që janë të aftë të ligjërojnë teori mund të mos jenë aq të aftë të ligjërojnë një lëndë praktike mbi prindërimin.

Sipas psikoterapistit Donald Winnicott,

“Gjithë jetën time profesionale unë i jam shmangur dhënies së këshillave. Madje edhe me qëllimet më të mira, mjekët kanë qenë veçanërisht përgjegjës për të ndërhyrë midis nënave dhe foshnjave, prindërve dhe fëmijëve”.

WINNICOTT, 1992.

Për më tepër, gjatë dhënies së udhëzimeve për prindërimin, ne duhet të jemi të kujdesshëm që t'i shmangemi intervenimit të jashtëm në jetën familjare, si dhe të bëhemi autoritarë. Kjo mund ta minojë besimin dhe përgjegjësinë e prindërve. Mësues të papërgatitur nuk duhet të veprojnë si shërbim pajtimi apo arbitrariteti për t'iu adresuar konflikteve familjare.

Megjithatë, meqë e thamë këtë, ka elemente të dobishme nga një lëndë e strukturuar mirë që nuk mund të neglizhohen. Në vend që ta hedhim beben jashtë bashkë me ujin e govatës, ne duhet ta mësojmë vlerën e përgjegjësisë që rezulton nga nisja e familjes, si dhe kohën dhe koston e përfshirë. Shembulli i orëve të prindërimit që do të diskutohet më poshtë është marrë nga Mbretëria e Bashkuar, mirëpo edhe vetë bota muslimane po ashtu ka filluar të ligjërojë prindërimin. Për shembull, është inkurajuese të dihet që më 1998, Universiteti Islamik Ndërkombëtar në Malajzi prezantoi një lëndë mbi martesën dhe të qenit prindër për studentët, dhe një Diplomë në Edukimin Prindëror për përgatitjen e mësimitdhënësve.

UDHËZIMET BRITANIKE PËR KURSET E SHKOLLAVE TË MESME

Siç u diskutua, duhet të ketë një drejtpeshim delikat midis prindërve dhe shkollave, që nuk duhet prishur përmes futjes së lëndëve të detyrueshme. Për më tepër, ndonëse agjencitë e shëndetësisë dhe shoqatat e bamirësisë u ofrojnë ndihmë prindërve të rinj për shtatzëninë, lindjen dhe kujdesin për foshnjat, mësimi i aspekteve dhe vlerave shoqërore mund të jetë kontrovers.

Qeveria britanike filloi me mësimdhënie të një lënde të rregullt prindërimi për fëmijët shkollorë në vitin 2000. Shkatërrimi i familjes dhe prindërit e vetëm paraqesin problem serioz për Britaninë dhe kanë arritur nivele alarmante në Europë (Woolf 1999). Bazuar mbi një këshillë të dhënë nga edukuesit, nëpunësit civilë dhe psikologët, Qeveria britanike prezantoi udhëzime për t'ua mësuar fëmijëve temat vijuese: (Burges 2009)

- Marrja me konfliktet në martesë
- Ndëshkimi i fëmijëve në mënyrë të përshtatshme
- Këshilla praktike se si duhet përballuar zemërimi i çastit i fëmijës në supermarket
- Rolet e pritura të nënave dhe baballarëve
- Shpenzimet dhe çështjet praktike të rritjes së fëmijëve
- Ushqimi i vetëbesimit të fëmijët dhe prindërit përmes lavdërimit
- Vlera relative e gjësendeve materiale karshi dashurisë dhe sigurisë
- Përgjegjësitë krahas të drejtave dhe pavarësisë
- Vlera e martesës
- Shkathësitë për menaxhim me kohën
- Marrja me streset në jetën familjare

Qeveria britanike e ndjeu se ky program mësimor do të ndihmonte të reduktohej numri i shtatzënive adoleshente dhe sjelljes kriminale të fëmijët. Mësimi se si të jetohet me rregulla familjare është hapi i parë drejt mësimi se si të jetohet me ligjet e shoqërisë dhe si të shmanget burgosja.

Ndonëse prindërimi është sfidues, ai është përvoja më kënaqëse, shpërblyese, stimuluese dhe përfundimisht e pëlqyeshme që shumica nga ne do ta kenë ndonjëherë.

(BATUL ET-TUMA, AUTORE DHE NËNË, LETËR PERSONALE)

Një shkencë kërkon metodologji, struktura, strategji dhe supozime.

Një art kërkon urtësi, takt, intuitë, dashuri dhe arsye të shëndoshë.

Rritja e fëmijës është shkencë, art dhe përpjekje shpirtërore.

A janë fëmijët tanë jonormalë?

Për shkak të ndërlikimeve të rritjes së fëmijëve, disa prindër mendojnë se pasardhësit e tyre janë jonormalë. Një nënë tha: "Disa vite para se të kishim fëmijë, bashkëshorti im dhe unë u bëmë surprizë fqinjëve tanë ashtu që ua pastruam shtëpinë teksa ata nuk ishin aty. Ata kishin tre fëmijë të vegjël, të cilët kishin shumë lodra të shpërndara gjithandej nëpër shtëpi. Gjashtë orë pasi ia nisëm, ne ramë të rraskapitur mbi divanin e tyre, duke lëkundur kokat tona në mosbesim. Kjo nuk mund të jetë normale. Nëse është normale, ne kurrë nuk do të kemi fëmijë. Dy vjet dhe dy fëmijë më pas, unë tani e di se sa normale ishte shtëpia e fqinjit tonë. Dhoma jonë e ndenjes tani e ka të njëjtën 'këtu-jetojnë-fëmijë' pamje".

FABER dhe MAZLISH, 1982.

Fëmijët janë ardhmëria e njerëzimit – Përmes fëmijëve ne mund ta ndryshojmë botën

- Fëmijët ka mundësi ta arrijnë atë që ju besoni për ta: Nëse ju u thoni fëmijëve tuaj: “Ju mund ta bëni”, ata do ta bëjnë. Nëse iu thoni: “Ju nuk mund ta bëni”, ata nuk do ta bëjnë.
- Një komb është shuma e familjeve të tij dhe shuma e burrave dhe grave të tij.
- Nëse dëshirojmë ta ndryshojmë një komb, ne duhet ta ndryshojmë shtëpinë.
- I zgjuar nuk është thjesht diçka që jeni; por diçka që mund të bëheni.
- Për ta ndryshuar familjen, ne duhet ta ndryshojmë vetveten.
- Teksa fëmijët tuaj rriten, roli juaj si prind duhet të zhvillohet nga menaxher në konsulent, nga një mbikëqyrës në terren – në mentor.

Vërtet, Allahu nuk e ndryshon gjendjen e një populli, derisa ata ta ndryshojnë veten e tyre; dhe kur Allahu vendos ta ndëshkojë një popull (si pasojë e veprave të tyre të këqija), Atë nuk ka kush që ta sprapsë. Ata, (njerëzit) nuk kanë mbrojtës tjetër pos Tij. (Kur'an, 13:11)

Përfundim

Pavarësisht nëse kurset mbahen zyrtarisht ose jo, një gjë është e sigurt: Prindërimi i mirë dhe jehonat e tij mbi shoqërinë në përgjithësi do të njihen gjerësisht. Ballafaqimi i realiteteve të martesës, të të qenit prind, zhvillimi i fëmijës dhe kujdesi fëmijëror para se ata realisht të ndodhin, mund të jetë një masë efikase për të parandaluar çfarëdo dilemash me të cilat do të mund të ballafaqoheshin prindërit e ardhshëm. Megjithatë, ndërsa do të ishte një hap logjik të shkohej përtej mësimin të edukatës seksuale në mësimin e rezultatit të marrëdhënieve seksuale, në formën e bebeve dhe se si të rriten ato, kjo nuk duhet shikuar si zëvendësim i rolit të vetë prindërve. Nëse prindërit e kuptojnë potencialin e rolit të tyre dhe suksesin që kjo ua sjell atyre dhe shoqërisë, ata do të jenë të gatshëm ta kuptojnë artin dhe shkencën e prindërimit të mirë dhe të gëzuar do të flijonin gjithçka që mundën për hir të pasardhësve të tyre. Mbështetja mbi qeverinë, shkollat apo mediat për të prodhuar qytetarë shembullorë është, në rastin më të mirë, bixhoz, ndërsa, në rastin më të keq, një shmangie e ngathtë e detyrave të prindërve. Kush mund të bëjë përpjekje më të përzemërt në mirëqenien e fëmijëve sesa prindërit e tyre? Asnjë entitet tjetër nuk mund të matet me këtë!

Aktivite



AKTIVITETI 1: A JENI PYETUR NDOJËHERË PËRSE?

Diskutojeni vijuesen me fëmijët tuaj dhe përmendni përvoja personale nga farefisi dhe miqtë. Mendoni përse:

Dikush mund të jetë dijetar i madh, por dështim shoqëror

Një prind mund të jetë i dashur dhe i ngrohtë, por të mos kalojë shumë kohë me familjen

Një person mund të jetë fetar, por i paarsyeshëm

Një person mund të ketë vetëbesim të madh, por mosbesim ndaj të tjerëve

Një person mund të jetë mendimtar i madh, por tejet i çorganizuar

Një person mund të harxhojë bollshëm për veten, por të jetë koprrac ndaj të tjerëve

Një person mund të jetë i pasur, por i mjere

Prindërimi i duhur do të ketë mundur të luajë një rol të rëndësishëm në korrigjimin e këtyre çështjeve!

AKTIVITETI 2: STILI JUAJ I PRINDËRIMIT

Cila qasje e rritjes së fëmijës ju tërheq më së shumti? Identifikoni një dobësi në stilin tuaj të prindërimit dhe merrni hapat e duhur për ta përmirësuar atë. Diskutojeni këtë me fëmijët tuaj.

AKTIVITETI 3: NJË LISTË E SJELLJEVE TË KËQIJA TË ZAKONSHME TË FËMIJËVE

A është fëmija im i veçantë?

Disa prindër mendojnë se fëmijët e tyre janë ose shumë më të mirë se të tjetër, ose shumë më të këqij, sikur të ishin racë e veçantë. Në të vërtetë, fëmijët i ndajnë shumicën e tipareve me bashkëkohësit e tyre. Kështu, këmbimi i përvojave midis prindërve është i dobishëm. Përgatitni një listë të sjelljeve problematike që u përkasin fëmijëve tuaj dhe diskutoni se si ta përmirësoni secilën prej tyre. Për ta motivuar fëmijën, filloni me pikat që janë më të lehta për t'u përmirësuar.

BËNI NJË LISTË: “ÇFARË NUK ËSHTË NË RREGULL ME FËMIJËN TIM?”

Të numëruara në vijim janë disa nga sjelljet problematike të shfaqura nga disa fëmijë:

Mossuksesi në shkollë

Të qenit dembel

Ngrënia e paktë apo e tepërt

Modeli i flokëve që ju nuk e miratoni

Kthimi i fjalës

Të qenit me shokë që ju nuk i pëlqeni

Refuzimi për t'u falur

Refuzimi për të ndihmuar në shtëpi

Varja e turinjve në heshtje të gjatë

Refuzimi për t'u ndrequr

Ndërmarrja e rreziqeve të kota

Mosrespektimi i të moshuarve

Qëndrimi jashtë deri natën vonë

Mosdashja për të qenë në shtëpi

Mosdashja kurrë për të dalë jashtë

Vjedhja

Gënjimi

Pirja e duhanit

Sharja dhe mallkimi
Shikimi i tepërt i televizorit
Goditja e njerëzve të tjerë

Polemizimi
Shikimi i videove horror
Ngrënia e ushqimit pa vlerë

Të qenit i pasjellshëm me fqinjët/gjyshin apo
gjyshen
Veshja e rrobave që ju nuk i miratoni
Dëgjimi i muzikës/TV/radios me zë të lartë

Moslarja siç duhet
Qëndrimi i gjatë në banjë
Lënia e gjërave kudo nëpër shtëpi

Shënim për prindërit: *A ju lejojnë rrethanat tuaja ta ktheni mbrapsht ushtrimin dhe t'iu lejonit fëmijëve tuaj të bëjnë një listë të "çfarë nuk është në rregull me prindërit e mi?!" A keni guximin dhe urtësinë për t'i angazhuar ata në këtë ushtrim?!*

AKTIVITETI 4: PËRSIATJE RRETH NJË POEZIE

Kërkoni nga familja juaj të uleni së bashku dhe njëri nga fëmijët ta recitojë këtë poezi me zë. Kërkoni nga të gjithë anëtarët e familjes suaj të përsiasin rreth sjelljes së tyre personale ndaj njëri-tjetrit dhe të ofrojnë disa sugjerime konkrete për përmirësim.

Hasa në një të huaj teksa kalonte pranë
"Oh, më falni, ju lutem" ishte përgjigjja ime

Ai tha: "Ju lutem, më falni edhe ju;
unë nuk ju pashë juve"

Ne ishim të sjellshëm, ky i huaji dhe unë,
Vazhduam secili rrugës së vet, duke thënë
lamtumirë.

Por në shtëpi, tjetër histori tregohet,
Si i trajtojmë të dashurit tanë, të rinj dhe
pleq.

Më vonë atë ditë, duke gatuar ushqimin e
mbrëmjes
Djali im qëndronte pranë meje shumë i
qetë.

Kur u ktheva, sa nuk e hodha përtoke.
"Largohu nga udha", i thashë duke
rrudhur vetullat.

Ai u largua, me zemrën e tij të vogël të thyer.
Unë nuk e kuptova se sa ashpër i kisha folur.

Teksa qëndroja e shtrirë në shtrat,
Një zë i butë erdhi e më tha,

"Kur merresh me të huaj,
ke mirësjellje të zakonshme,
Por, familjen që e do, duket sikur e abuzon.

Shko dhe shiko në dyshe-menë e kuzhinës,
Do të gjesh ca lule aty pranë derës.

Këto janë lule që t'i solli biri yt për ty
Ai i mbledhi vetë ato: rozë, të verdha dhe blu

Ai qëndroi i qetë për të mos e prishur
surprizën,
Ti nuk i pe kurrë lotët që i pikuan nga
sytë e vegjël".

Në atë çast u ndjeva shumë e vogël,
Dhe tani filluan të më rridhnin lot.

Ngadalë shkova dhe u ula në gjuhë pranë
shtratit të tij;
"Zgjohu vogëlush, zgjohu", i thashë unë.

"A janë këto lulet që i mbledhe për mua?"
Ai buzëqeshi: "I gjeta aty, mu pranë drurit.

I mbledha se janë të bukura si ti.
E dija se do të të pëlqenin, sidomos ajo
ngjyrë blu".

Unë i thashë: “Bir im, më vjen shumë keq për mënyrën si u solla sot; Nuk duhej të të bërtisja ashtu”.

Unë thashë: “Bir, edhe unë ty të du, Dhe më pëlqejnë lulet, sidomos ajo ngjyrë mavi”.

ANONIM

Ai tha: “O mami, në rregull është. Unë të dua gjithsesi”.

AKTIVITETI 5: PRINDËRIT E SOTËM KUNDREJT ATYRE TË DJESHËM

Merrni në shqyrtim këto pyetje dhe diskutojini ato me fëmijët tuaj:

A jeni më të afërt me fëmijët tuaj, sesa që keni qenë me prindërit tuaj në atë moshë? (76% e prindërve amerikanë kanë thënë po.)

A flisni me fëmijët tuaj më shumë se ç’kanë folur me ju derisa keni qenë në kolegji? (71% e prindërve amerikanë kanë thënë po)

(Kantrowitz dhe Peg 2006)

Kërkoni nga e gjithë familja të mendojnë për mënyrat për t’i shtuar bashkëveprimet dhe kontaktet e tyre, duke rrëfyer histori të gjyshërve dhe farefisit sa më shumë që mundeni. Këto histori mund të ndihmojnë për argumentimin e identitetit familjar dhe origjinën e fëmijëve. Kjo po ashtu mund ta mësojë historinë kombëtare që nuk është qendëruar mbi një shikim kolonialist të ngjarjeve që shpesh gjendet në librat e historisë të vendeve të industrializuara.

AKTIVITETI 6: SI PRIND, JU MUND TË BËNI NDRYSHIM!!!

Diskutojeni vijuesen me fëmijët tuaj.

Një mik më tha: “Nuk ka rëndësi se çfarë bëj me fëmijën tim. Unë jam vetëm një person!”

Sikur çdo individ në botë të pushonte së përpjekuri për të bërë ndryshim, ngaqë ai/ajo është “vetëm një person”, kush do të mbetej për ta bërë atë ndryshim? Kjo është ide e gabuar. Ne e dimë që profetët e Zotit ishin individë, siç ishin edhe Shoqëruesit e mëdhenj, dijetarët dhe shumë burra dhe gra të urtë në histori. Ata e ndryshuan botën. Mendoni Steve Jobs-in dhe Bill Gates-in.

Pastaj pyeteni veten: kush ka bërë ndryshim në jetën tuaj? A është ndonjë kushëri, shok, mësues, trajner, apo prijës fetar? Tregojani historinë tuaj fëmijëve dhe kërkoni nga ata të tregojnë se kush ka shkaktuar ndryshim në jetën e tyre.

AKTIVITETI 7: FËMIJË: ÇFARË PRISNI JU NGA PRINDËRIT TUAJ?

Kërkoni nga njëri prej fëmijëve tuaj ta lexojë me zë tregimin “Pema dhënëse” (“The Giving Tree”), nga Shel Silverstein. Pastaj pyetni fëmijët se çfarë presin nga ju. Çfarë, kur dhe si? Pastaj thoni se çfarë prisni ju nga fëmijët tuaj!

“Pema dhënëse” nga Shel Silverstein është një përrallë për marrëdhënien midis një djali të ri dhe një pemë në pyll. Pema vazhdimisht ia siguron djalit atë që ai dëshiron. Në rininë e djalit pema ia siguron degët e saj që djali të luhetet në to. Më vonë pema i siguron hije nën të cilën mund të ulet, mollë për të ngrënë, dhe degët për të ndërtuar shtëpi. Ndërsa djali rritet në moshë ai kërkon gjithnjë e më shumë nga pema, por nuk i jep asgjë në kthim pemës së pikëlluar që e merr malli për shoqërinë e djalit. Në aktin e fundit të vetëflijimit, pema i lejon djalit, i cili tani është burrë, ta presë atë që djali të mund të ndërtojë varkë me të cilën mund të lundrojë. Djali e braktis pemën, që tani më është cung. Shumë vite më vonë, djali, tani më plak, kthehet tek pema duke kërkuar një vend të qetë për t’u ulur dhe për të pushuar. Pema ia ofron cungun dhe kënaqet që më në fund do ta gëzojë shoqërinë e djalit.

KAPITULLI 2

Njësia familjare: Përse është e rëndësishme? Cilët janë funksionet e saj?

- Hyrje **24**
- Kalimi në prindëri **24**
Efektet e fëmijëve mbi stabilitetin martesor 25
- Madhësia e familjes tani dhe dikur në Shtetet e Bashkuara **29**
- Njësia familjare me një prind **30**
Parimet që duhen aplikuar për të qenë prindër të vetëm të suksesshëm 33
Ndikimi i amësisë së vetme mbi profetët: Ismaili, Musai, Isa dhe Muhammedi a.s. 34
- A mundet njëri prind ta zëvendësojë tjetrin? **35**
Një shënim mbi Islamin dhe shkurorëzimin 36
- Rëndësia e njësisë familjare në Islam **38**
Objektivat familjare sipas Kur'anit 41
Çfarë shkoi keq me familjen muslimane? 43
Zhvillimi i fëmijës dhe sistemi arsimor i shëndoshë 45
Një shikim më i përafërt i nevojës për sistem arsimor të shëndoshë 47
- Njësia familjare në Amerikë **49**
Mitet e zakonshme të prindërimit në Amerikë 50
Mësime nga masakra në Shkollën e Mesme Columbine 53
Mësimi i vlerave fëmijëve: Debati – konservator-liberal 54
- Familjet në vendet muslimane kundrejt Shteteve të Bashkuara **55**
Ndikimi perëndimor mbi prindërimin musliman 57
- Prindërimi në Britani dhe Shtetet e Bashkuara **58**
- Liria apo e Vërteta? **58**
- Ku të rriten fëmijët: Studim rasti i tronditjes kulturore të lëvizjes midis Lindjes dhe Perëndimit **62**
- Dy koncepte që mungojnë në mendimin perëndimor **63**
- Vlerat e kredos kundrejt vlerave funksionale **64**
- Modeli bujqësor i familjes: Fëmijët janë si bimë, prindërit janë si kopshtarë **66**
- Aktivitetet 8–15 **67**

Hyrje

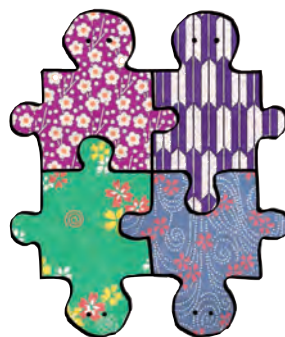
ÇFARË ËSHTË FAMILJA dhe për çfarë qëllimi shërben ajo? Si funksionon ajo? Cilat janë qëllimet e saj? Çfarë e bën atë të fortë? Çfarë e destabilizon atë? Çfarë duhet të kontribuojë secili anëtar për suksesin e saj? Si duhet matur sukcesi? Përgjigjet në të gjitha këto pyetje kanë ndikim të drejtpërdrejtë mbi prindërimin e mirë dhe mbi atë se si rriten fëmijët. Në këtë kapitull, ne orvatemi t'i shqyrtojmë këto dhe çështje të tjera. Ne gjithashtu do t'i bëjmë prindërit dhe lexuesit të ndërgjegjshëm për kapacitetin e madh të njësisë familjare për të shkaktuar ndryshim shoqëror pozitiv. Familja jo vetëm që i transformon anëtarët e saj, por përfundimisht edhe shoqërinë në tërësi. Ne po ashtu do të shqyrtojmë se si praktikohet prindërimi në botën muslimane dhe në Perëndim.

Në Kapitullin e Parë ne i njohëm prindërit me pyetjen se përse është me rëndësi prindërimi, si mësohet prindërimi dhe si stili i prindërimit që ne zgjedhim ta pranojmë ndikon mbi atë se çfarë lloji njerëzish bëhen fëmijët tanë. Të qenit prindër të mirë shkon përtej detajeve praktike të aplikimit të parimeve kyçe. Prindërimi kërkon një ndërgjegjësim për natyrën e njësisë familjare dhe ndërlidhjen e saj, që është fokusi kryesor i këtij kapitulli. Ky kapitull po ashtu do t'i referohet vazhdimisht dashurisë, kujdesit dhe sigurisë. Një mjedis familjar i përzemërt u përgjigjet si nevojave të fëmijëve ashtu edhe nevojave të prindërve. Prindërimi i mirë i përgatit fëmijët të bëhen të rritur të përgjegjshëm me një ndjenjë përgjegjësie qytetare.

Po ashtu i trajtojmë edhe çështjet e familjeve me një prind të vetëm, shkukurorëzimit, ndryshimet në madhësinë e familjes dhe kushtet familjare aktuale në botën muslimane. Paqëndrueshmëria me të cilën ballafaqohen shumë familje muslimane mund të duket se ka pak ndikim mbi rritjen e fëmijëve, por realiteti është se njësitë familjare të

qëndrueshme janë me rëndësi thelbësore për farkëtimin e shoqërive të qëndrueshme dhe dinamike. Shoqëri progresive nuk mund të ekzistojnë pa njësi familjare të shëndosha, dhe kjo vlen në veçanti për botën muslimane e cila i duhet akoma ta kthejë mbrapsht taktëpjetën e saj.

Disa e përkufizojnë “familjen” si një grup njerëzish të lidhur me njëri-tjetrin, të tjerë si njësi shoqërore, e të tretë si një grup që përbëhet nga prindër dhe fëmijë që jetojnë së bashku në një vatër shtëpiake. Ndonëse ka shumë pikëpamje për familjen, përkufizimet e familjes tradicionale janë shpesh të ndër-lidhura ngushtë me martesën dhe fëmijët. Po ashtu përmes martesës zhvillohet njësi familjare, ngaqë martesa nuk është thjesht një partneritet i dy individëve, por bashkim i dy



familjeve të zgjeruara. Njësi familjare moderne (veçanërisht në Perëndim) është transformuar konsiderueshëm gjatë viteve, duke ndryshuar nga një e zgjeruar në një strukturë bërthamore. Përveç kësaj, madhësia e familjes ka ndryshuar (njerëzit kanë më pak fëmijë).

Sidoqoftë, familja duhet të jetë diçka më shumë se thjesht shuma totale e pjesëve të saj. Një familje është pjesë e kulturës më të gjerë dhe, në rastin ideal, një kulturë e tërë në vete. Është me rëndësi për ne ta kuptojmë madhësitinë e roleve që ne i luajmë brenda familjes. Familja është një shtëpi adhurimi e vogël, një qeveri e vogël dhe një shkollë mirësie e vogël.

Kalimi në prindëri

Kur mendojmë për një familje, neve natyrshëm na shkon mendja për prindërit dhe fëmijët. Herën e parë prindërit pësojnë kalim nga dyshe (dy veta) në treshe (tre veta) me ardhjen në jetë të fëmijës së parë. Me ardhjen e fëmijëve prindërit futen në një fazë të re të jetës. Prindërit kalojnë nëpër një periudhë përshtatjeje për shkak të ndryshimeve në stilin e jetës që e sjellin fëmijët (përfshirë vështirësitë dhe tensionet, si dhe gëzimin dhe lumturinë). Kur lind një foshnje në një familje muslimane disa rite tradicionale kryhen për mirëseardhjen e të porsalindurit (Zejdan, Abdul Kerim, në arabisht, 1993):

- Thirreni ezanin në veshët e të porsalindurit. El-Hakimi transmeton nga Ebu Rafi se e ka parë Profetin a.s. duke ia recituar ezanin (*edhan*) (thirrjen e parë për lutje) në vesh Hasanit, të birit të Aliut, kur e ëma Fatimeja e lindi atë. Thirrja e ezanit në veshin e djathtë dhe *ikametit* (thirrja e menjëhershme për lutje), në veshin e majtë pas lindjes e deklaroi njëshmërinë e Zotit, e pohoi mesazhin e Profetit Muhammed a.s. dhe i përkujton besimtarët t'i kryejnë lutjet për foshnjën në të ardhmen.
- Emërojani foshnjën me ardhjen e tij/saj në këtë botë pa u vonuar. Është me rëndësi vendimtare t'i jepet foshnjës një emër i mirë kuptimplotë (ngaqë ju vendosni një shembull për t'u ndjekur që duhet ta aspirojë fëmija). Emri nuk duhet të jetë detyrimisht një emër arab apo historik, dhe mund të jetë emër i një jomuslimani që është model madhor për t'u imituar nga një fëmijë. Kuptimi i emrit duhet të jetë i mirë, dhe ia vlen të merret në konsideratë që të vihet një emër që mund të shkruhet dhe shqiptohet lehtë në më shumë se një gjuhë.
- Organizoni një *akike* (festim i lindjes) për foshnjën. *Akike* (në arabisht) i referohet therjes së një kafshe si flijim për foshnjën

e porsalindur. Profeti a.s. theri një dash për nipërit e tij Hasanin dhe Husejnin. Kjo duhet bërë ditën e shtatë pas lindjes, ose më vonë. Mishi mund të gatuhet dhe mund të ftohen njerëz për të ngrënë në një festë komuniteti (*velimeh*). Mishi duhet të përdoret për ta ushqyer familjen dhe njerëzit e komunitetit, si të varfër ashtu edhe të pasur. Kafsha duhet të jetë e shëndetshme dhe pa të meta. Gjatë therjes së kafshës thuhet lutja vijuese: “Në emër të Allahut, për hir Tëndin dhe nga Ti o Zot i Plotfuqishëm, kjo është *Akike* e foshnjës (emri)”.

- Ahmedi dhe Tirmidhiu transmetojnë se Profeti a.s. ka thënë: “Çdo fëmijë është peng i *akikes* së tij, që duhet therur shtatë ditë pas lindjes së foshnjës, flokët e foshnjës duhen rruar dhe foshnjës i duhet vënë emri”. Kjo është e këshillueshme dhe nuk është e detyrueshme. Përveç kësaj, Profeti a.s. i ka thënë të bijës, Fatimesë, që t'i peshojë flokët e rruara të foshnjës me argjend dhe t'ia dhurojë argjendin të varfërve. Hebrejtë kanë rite të ngjashme, por për të krishterët pagëzimi shpesh i plotëson kërkesat e tyre.

Efektet e fëmijëve mbi qëndrueshmërinë martesore

Njësia familjare menjëherë vihet nën presion me ardhjen e fëmijëve. Të qenit prind, ndonëse dhuratë e madhe, nuk është gjithmonë një ngjarje emocionuese siç mendohet nganjëherë. Me t'u bërë prindër, çiftet duhet ta kuptojnë që jeta nuk do të jetë më kurrë e njëjtë, dhe duhet të përgatiten në përputhje me rrethanat për sfidat që shtrihen përpara. Prindërit do të duhet të sakrifikojnë diçka nga interesat e tyre për ato të foshnjës, dhe do të vihet në pyetje aftësia për të qenë baba ose nënë. Nuk do të jetë e lehtë, sidomos për nënat, t'i bëjnë ballë lodhjes nga të qenit vazhdimisht në shërbim për foshnjën. Baballarët kur kthehen në shtëpi mund të mos e gjejnë



**Nëna: Ju nuk mund të jeni gjithçka gjatë gjithë kohës!
Nuk ka diçka të tillë si nënë që nuk ka punë.**

Mos u përpini të jeni në të njëjtën kohë bashkëshorte, prind, zonjë shtëpie, dhe person me karrierë të plotë e përkryer. Ju mund të bëni punë të ndryshme në kohë të ndryshme. Fëmijët ua ndryshojnë jetën në mënyrë të konsiderueshme, prandaj përqafoni ndryshimet, bëhuni miqësorë për familjen dhe bëhuni të ndryshueshme.

një grua gazmore, një fëmijë të lumtur, apo një shtëpi të pastër, dhe shumë baballarë mund t'i shohin bashkëshortet e tyre të rraskapitura nga puna, të pakënaqura dhe të paafta për t'u kujdesur për ta si më parë.

Amësia përfshin rraskapitje mendore, fizike dhe emocionale. Pak gjumë dhe kujdesi i vazhdueshëm për foshnjën do ta marrë tagrin madje edhe mbi marrëdhënien më të fortë, dhe përfundimisht mund të shkaktojë që martesë të vuajë.

Çështjet financiare bëhen më shprehëse teksa çiftet përpinqen me përgjegjësitë e shtëpisë dhe të punës, njëkohësisht duke u kujdesur për fëmijën. Kjo mund të ketë po ashtu edhe efekt të kundërt mbi jetën martesore. Jeta mund të jetë veçanërisht stresuese për prindërit që punojnë me orar të plotë. Disa prindër nuk e lënë fëmijën e tyre në agjencitë për përkujdesjen e fëmijëve dhe punojnë në turne ndërruese për t'i mundësuar njërit prind të jetë gjithmonë në shtëpi me fëmijën. Ndonëse kjo është mirë për fëmijën, një gjë e tillë nuk është optimale për burrin dhe gruan, që bëhen si dy anije që kalojnë pranë njëri-tjetrit natën. Në rast të tillë marrëdhënia mund të përkeqësohet shpejt. Prindërit mund të kenë mosmarrëveshje të parëndësishme apo grindje shkatërrimtare për atë se kush e ka radhën ta pastrojë shtëpinë apo t'i lajë pjatat. Prindërit që ndjejnë faj për mungesën e kohës së kaluar me fëmijët mund t'i acarojnë edhe

më shumë gjërat duke e shkurtuar “kohën për çiftin” në favor të “kohës me fëmijën”. Prindër të tjerë i llastojnë fëmijët e tyre me dhurata, para dhe ushqim jo të shëndetshëm (në vend që të kalojnë kohë me ta), duke vendosur presion akoma më të madh financiar e shoqëror mbi veten.

Presionet e tilla do ta vënë martesën nën sforcim, sidomos nëse koha e kufizuar e çiftit për të qenë bashkë kthehet në sesione ankesash, në vend se në biseda intime. Konflikti martesor midis prindërve ka ndikim negativ mbi fëmijët. Shumë prindër vuajnë nga mungesa e komunikimit, që shpie në keqkuptim dhe konflikt të pazgjidhshëm. Fëmijët nuk duhen trajtuar si “të rritur të vegjël”, nga të cilët pritet që gjithmonë të sillen si të pjekur. Është po ashtu gabim që fëmijët të trajtohen si të bezdisshëm, ata e kanë shprehur të jenë këmbëngulës dhe të pyesin. Nevojat e tyre fizike, emocionale dhe zhvillimore duhen plotësuar.

Në vijim janë dhënë disa sugjerime për t'iu ndihmuar prindërve ta menaxhojnë kalimin në prindëri. Ndryshimi në dinamikën familjare nga të qenit burrë dhe grua në të qenit baballarë dhe nëna me shpresë do të jetë më pak stresues.

**Lëri familjet të kujdesen për familjet,
dhe shoqëria do të kujdeset për veten.**

KONUÇI



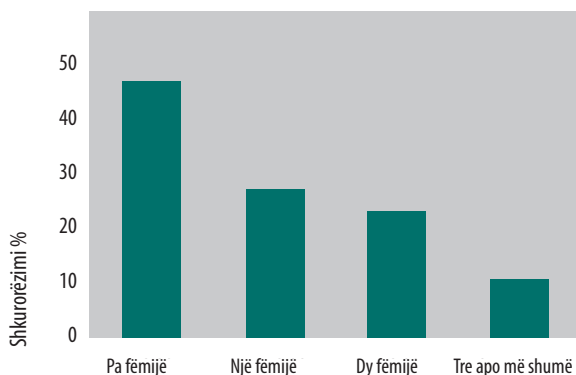
1. Programoni një kohë ditore apo javore për ta kaluar së bashku vetë si çift. Kjo do të mund të përfshinte shëtitje, kryerje të ca ushtrimeve, apo ngrënia e një vakti së bashku. Marrja me telefon gjatë ditës apo zgjimi disa minuta më herët për t'u fokusuar te njëri-tjetri po ashtu është e dobishme. Ndarja e kohës së kujdestarisë për fëmijët me prindër të tjerë të besuar është po ashtu një praktikë e mirë.
2. Ndarja e pritshmërive me bashkëshorte(i)n tuaj. Diskutoni shqetësimet që mund t'i keni në lidhje me rolin tuaj të ri si prindër. Flisni për ndikimin e prindërisë mbi shëndetin tuaj, marrëdhëniet tuaja dhe vendet tuaja të punës.
3. Kaloni kohën në ngrënien e vakteve së bashku, në adhurim së bashku, në marrëdhënie seksuale dhe ushtrime. Meqenëse kërkesat e foshnjës do t'ua marrin gjithë kohën, ndani kohë për komunikim madje edhe nëse rrobat e pista dhe pjatat e palara duhet të presin.
4. Shprehni mospajtimet tuaja dhe mos kini frikë nga konflikti. Shikojeni grindjen si tregues se diçka nuk është në rregull në marrëdhënien, dhe kërkoni këshillim së bashku.
5. Bisedoni me një mik të besuar apo koleg të urtë që e ka përjetuar kalimin nga bashkëshortësia në prind. Kjo ndihmon të lehtësohet ndjenja e izolimit. Sigurohuni të flisni me një person të së njëjtës gjini, dhe mos zbuloni asgjë për bashkëshorti(e)n tuaj që është private.

Prindërimi bazohet mbi një ortakëri të pashkëputshme midis babait dhe nënës – me atë që akëcili prej tyre ka detyrë të ndryshme, por rol plotësues. Madje edhe teksa luajnë me fëmijën e tyre, prindërit kujdesen për nevoja të ndryshme. Nëna e përqafton fëmijën, e rehaton atë në gjoksin e saj dhe e vërshon me dashuri dhe përzemërsi. Babai e mban atë larg krahavorit të tij, e hedh në ajër (vetëm pas moshës dyvjeçare) dhe e kap atë, e lë atë t'i hipë mbi shpinë, dhe mundet me të në dysheme. Të gjitha këto ushtrime ia mësojnë fëmijës vetë-mbështetjen dhe e ekspozojnë atë ndaj një niveli ashpërsie, agresiviteti dhe marrjes përsipër të rrezikut. Që të dy prindërit nevojitet t'i plotësojnë rolet e tyre për ta zhvilluar personalitetin e fëmijës. Si baba, prindërimi është ortakëri me bashkëshorten tuaj; detyra juaj si baba mbrojtës është e pazëvendësueshme. Ju duhet ta dini kur të “prindëroni” dhe kur të “bëheni shok” – pra, kur të ndërhyri për ta mbrojtur dhe kur ta lini fëmijën tuaj ta “mësojë leksionin”.

Pavarësisht asaj se sa fëmija ndikon mbi ndjenjat e prindërve për martesën, fëmijët sjellin më shumë zotim ndaj marrëdhënies martesore. Figura 2.1 ilustron se sa më shumë fëmijë që ka një çift, aq më të mëdha janë gjasat që ata të mbeten të martuar. Prindërit e fëmijëve të varur e ruajnë martesën e tyre së bashku për të mbajtur qasje në një standard jetese më të lartë për fëmijët e tyre. Prindërit (në veçanti nënat) me fëmijë të vegjël ndjejnë më shumë presion për të mbetur të martuar, madje edhe nëse janë të pakënaqur. Ndonëse fëmijët mund ta reduktojnë apo ta shtojnë lumturinë, ata gjithsesi e shtojnë stabilitetin, ngaqë ka më shumë presion për t'iu shmangur shkurorëzimit.

Efeku i fëmijëve mbi stabilitetin martesor

FIG 2.1 (KNOX DHE SCHACHT, 1997)



PËRQINDJA E ÇIFTEVE QË SHKURORËZOHEN SIPAS NUMRIT TË FËMIJËVE

Në librin e tij *Gross National Happiness* (“Lumturia Bruto Kombëtare”), Arthur Brooks shpjegon se në Shtetet e Bashkuara prindërit ka më shumë gjasa të jenë më të lumtur se jo-prindërit. Njëra nga arsyet është se fëmijët i japin kuptim jetës. Njerëzit fetarë të martuar (të cilët kanë dyfish më shumë gjasa ta frekuentojnë kishën çdo javë) ka më shumë gjasa të jenë më të lumtur se beqarët, jo ngaqë mund të jenë më të pasur, por për shkak se jeta e tyre është më e pasuruar. (Brooks 2008)



KUSH ÇFARË DUHET TË BËJË**Prindërit:** Krijoni një vatër familjare të lumtur.**Fëmijët:** Mësoni nga prindërit tuaj dhe mbështetni ata.**Gjyshërit/gjyshet:** Mbajeni familjen të bashkuar ndër breza.**Miqte:** Ndhimjoni prindërve.**Mësimdhënësit:** Edukoni fëmijët.**Reformuesit:** Tregojuni prindërve si të ushtrojnë prindërim të mirë.**Jeta me fëmijët është vetëm një fazë kalimtare***E, pa dyshim se pas vështirësisë është lehtësimi.**Vërtet, pas vështirësisë vjen lehtësimi. (Kur'an, 94 5:6)*

Ndonëse prindërit dhe foshnjat nganjëherë ndjejnë se netët pa gjumë nuk do të mbarojnë kurrë, sa hap e mbyll sytë, fëmijët e tyre janë rritur dhe janë larguar. Ndryshe nga marrëdhënia martesore, marrëdhënia prind-fëmijë pashmangshëm lëviz drejt ndarjes. Njësoj siç ishin bashkëshortët vetëm para se të vinte fëmija, ata do të jenë vetëm sërish pasi të largohet fëmija i tyre. Të qenit prind është vetëm një fazë e rëndësishme në martesë dhe në jetë. Për prindërit, kjo kohë e kaluar duke jetuar me fëmijët e përbën gati një të tretën e kohëzgjatjes së jetës së tyre dhe më shumë se gjysmën e jetës së tyre martesore. Megjithatë: njëherë prind – gjithmonë prind. Marrëdhënia vazhdon një kohë të pacaktuar madje edhe pasi fëmijët të martohen dhe ta braktisin shtëpinë. Po ashtu, marrëdhënia duhet të vazhdojë pavarësisht nëse fëmijët janë afër, apo me mijëra kilometra larg. Prindërit atëherë kalojnë në fazën e të qenit gjysh dhe gjyshe.

Madhësia e familjes tani dhe dikur në Shtetet e Bashkuara

Tkurrja e madhësisë së familjes ka ndikuar mbi raportet brenda njësisë familjare. Me më pak motra dhe vëllezër, fëmijët mund të marrin më shumë vëmendje nga prindërit. Lidhja familjare bëhet më e fuqishme dhe më intensive. Në të njëjtën kohë fëmijët mund të mos përfitojnë shkathësi që rrjedhin nga kujdesi ndaj vëllezërve apo motrave më të vegjël. Brezi i Shpërthimit të Fëmijëve (77 milionë amerikanë të lindur midis viteve 1946-1964), kanë rritur midis tyre, si prindër shpërthyes, një numër të vlerësuar prej vetëm 80 milionë fëmijë. Ndërkohë që të ardhurat dhe arsimiti i tyre është i lartë, madhësia e familjes së tyre është e vogël. Mënyrat për kontrollin e lindjeve dhe aborti janë gjithnjë e më shumë në dispozicion, duke e bërë më të lehtë të kihen më pak fëmijë. Në kohët e vjetra, prindërit i paramendonin fëmijët si ëmbëlsira gatimi: të parët mund të mos dalin si duhet, por ju gjithmonë mund të bëni më shumë!! Tani shumë familje kanë vetëm një apo dy fëmijë, ndaj përqendrohen mbi ata dhe u kushtojnë atyre shumë vëmendje. Madhësia e familjes po ashtu është zvogëluar për shkak të çifteve me dy karriera, normës më të lartë të lëvizshmërisë së familjes, dhe largësisë së madhe midis prindërve dhe farefisit të tyre.

Në vitin 1960, vetëm 77 për qind e grave amerikane e kanë braktisur shtëpinë, janë martuar dhe kanë pasur fëmijë nga mosha 30 vjeçare! Mosha mesatare e martesës në Shtetet e Bashkuara në vitin 2000 ishte 27 vjeç për burrat dhe 25 vjeç për gratë. Në vitin 1950 mosha mesatare e martesës në SHBA ka qenë 22 vjeç për burrat dhe 20 vjeç për gratë (KANTROWITZ DHE TYRE 2006).



Njësia familjare me një prind

Një në katër fëmijë jeton në një shtëpi me një prind në Shtetet e Bashkuara (12 milionë fëmijë). Rreth dy milionë prindër amerikanë janë nëna të vetme dhe një milion prindër janë baballarë të vetëm. Numri i baballarëve të vetëm thuhet se është dyfishuar në dhjetë vjet (Leland 1996). Familjet me një prind janë duke u shtuar dhe ka dy arsye kryesore për këtë: shkurorezimi dhe fëmijët e lindur jashtë martesës (të lindur jashtë martesës është term i përdorur për t'i përshkruar fëmijët e lindur nga prindër që nuk janë të martuar me njëri-tjetrin).

Martesa (dhe të gjitha zotimet e saj) është e padëshirueshme për disa çifte që parapë-

lqejnë të jetojnë bashkë pa qenë të martuar (bashkëjetesë). Gati 3 milionë fëmijë në Shtetet e Bashkuara jetojnë në shtëpi me prindër të pamartuar (rreth 4 për qind e fëmijëve, sipas Zyrës së Regjistrimit të SHBA): 1.8 milion fëmijë jetonin me mamanë e tyre dhe partnerin e saj, ndërsa 1.1 milion fëmijë jetonin me babanë dhe partneren e tij. (ZYRA E REGJISTRIMIT E SHBA, 2002)

Bashkëjetesa në perspektivë: Regjistrimi i vitit 2000 i Shteteve të Bashkuara numëroi 4.9 milion familje ku kreu i shtëpisë kishte një partner të pamartuar të gjinisë së kundërt. Kjo ishte një rritje prej 3 milionë familjesh ku kreu i shtëpisë kishte një partner të pamartuar të gjinisë së kundërt më 1990.

Nga 105.5 milionë familje në SHBA në vitin 2000:

- 54.5 milionë ishin çifte të martuara.
- 4.9 milionë ishin çifte të pamartuara me partnerë të gjinisë së kundërt.
- 0.6 milionë ishin çifte të pamartuara me partnerë të së njëjtës gjini.

Rasti i “Shkurorëzimit pa faj”

Shkurorëzimi pa faj është një formë shkurorëzimi ku të dy partnerët pajtohen t’i japin fund martesës, ndërsa gjykatësi nuk kërkon të jepet ndonjë arsye. Disa njerëz dëshirojnë t’i japin fund këtij lloji të shkurorëzimit. Si përgjigje ndaj normave në rritje të shkurorëzimit, Ronald Reagan, Guvernatori i Kalifornias, edhe vetë i shkurorëzuar, e firmosi ligjin e parë më 1969 që u lejonte çiftëve të kishin shkurorëzim pa faj. Deri në atë kohë, bashkëshortët duhej të jepnin prova se pala tjetër kishte gabuar, me qëllim që gjykatësi t’i jepte fund martesës së tyre (arsyet më të zakonshme të dhëna për shkurorëzim ishin kurorëshkelja, abuzimi apo braktisja). Çiftet në përpjekje të dëshpëruar për t’u larguar nga njëri-tjetri gënjenin në gjykatë, apo angazhonin detektivë privatë për ta spiunuar njëri-tjetrin. Ligji për shkurorëzim pa faj u përpilua për ta reduktuar mllefin dhe mashtrimet midis çiftëve që dëshironin shkurorëzim. Kjo u lejonte që të dy partnerëve që dëshironin t’i jepnin fund martesës të ishin në gjendje për ta bërë këtë miqësisht; edhe nëse njëri e konteston shkurorëzimin, tjetri të mund ta fitonte atë pa e akuzuar bashkëshorti(e)n për keqbërje. Çdo shtet, përveç Nju Jorkut e ndoqi Kalifornian dhe e lejoi shkurorëzimin pa faj. Tre vite pas lejimit të shkurorëzimit pa faj, normat e shkurorëzimit u shtuan.

LELAND, 1996.



Prindërit e vetëm e humbasin rehatinë e madhe dhe leverdinë e konsulentit besnik të sinqertë: prindit tjetër.

Ne theksojmë se vetëm për shkak se një fëmijë ka lindur jashtë lidhjes martesore, kjo nuk e bën asnjërin nga prindërit të jetë më pak prind. Rritja e fëmijëve si prind i vetëm kërkon mjaft qëndresë dhe vetëmbështetje, si dhe qëndrim mendor të fortë. Luajtja e lojës së zhonglerit me kërkesat e punës dhe shtëpisë nuk është e lehtë. Prindërimi i vetëm është i vështirë dhe rraskapitës, si mendërisht ashtu edhe emocionalisht. Prindërimi i vetëm është më kërkues sesa prindërimi në dyshe. Prindërit e vetëm duhet t’i plotësojnë dy role (atë të nënës dhe të babait): ata dorë më vete i bëjnë të gjitha vendimet financiare dhe rregullat e shtëpisë, dhe merren me konfliktet dhe sjelljen e keqe të fëmijëve, dhe madje edhe kur të arrihet e gjithë kjo, ata duhet t’i bëjnë ballë vetmisë. Kjo nuk do të thotë se gjërat janë gjithmonë më mirë në familjet me dy prindër (larg asaj), por puna është më e rëndë për prindërit e vetëm, ndërsa është më e vështirë të plotësohen nevojat e tyre emocionale. Të gjithë prindërit duhet të kenë pikëpamje pozitive, e sidomos prindërit e vetëm.

Për fëmijët, rritja me prind të vetëm do të thotë se atyre do t’iu mungojë kujdesi dhe mbrojtja e prindit të dytë (babait ose nënës). Natyrisht që prindi që nuk është nuk duhet medoemos të jetë prind mungestar. Ndonëse të shkurorëzuar, të dy prindërit mund të luajnë ende një rol aktiv në jetët e fëmijëve të tyre. Fëmijëve me një prind do t’iu mungojë po ashtu edhe sistemi i përkrahjes që e kanë fëmijët me dy prindër. Prindërit e vetmuar kujdesen për fëmijët e tyre, dhe sa më shumë arsimim, shkathtësi dhe ndërgjegjësim të kenë ata, aq më pak dhimbje do të ndjejnë fëmijët.

Në vijim janë disa fakte në lidhje me ndikimin negativ të familjeve me një prind të vetëm mbi fëmijët (HARPER DHE MCLANAHAN 2004):

- Familjet me një prind të vetëm janë më pak në gjendje ta mbrojnë mirëqenien e grave dhe të fëmijëve adoleshentë, krahasuar me çiftin e martuar tradicional.
- Vajzat që rriten pa të dy prindërit biologjikë më me gjasë do të bëhen seksualisht aktive si adoleshente.
- Fëmijët dhe adoleshentët që jetojnë pa baballarët e tyre biologjikë kanë rrezik më të madh të përjetojnë abuzim fizik, emocional apo seksual.
- Nxënësit e shkollave të mesme nga familjet e këtilla shkaktojnë më shumë probleme në shtëpi.
- Në disa komunitete, fëmijët me prindër të vetëm kryejnë më shumë krime.
- Fëmijët e prindërve të vetëm më me gjasë do të jenë të abuzuar apo të shpërfillur, dhe më me gjasë do të përfundojnë në burg.



Parimet e prindërimit të mirë të përvijuara në këtë libër u kushtohen po aq prindërve të vetëm, sa edhe familjeve me dy prindër. Të gjithë prindërit përballen me probleme të ngjashme, por familjet me një prind do të duhet t'i kushtojnë vëmendje shtesë çështjeve në vijim:

1. Shfaqja e forcës personale. Nëse prindi shkërmoqet, bota e fëmijës bëhet e paqëndrueshme ngaqë nuk ka prind të dytë nga të kthehet. Prandaj, prindërit e vetëm duhet ta vlerësojnë situatën dhe të qëndrojnë të qetë dhe me besim në vete. Gjendja mendore dhe gjendja emocionale e tyre duhet të jenë të forta.
2. Plotësimi i dy roleve. Roli i prindit që mungon duhet plotësuar. Baballarët, për shembull, duhet të bëhen emocionalisht dhe shpirtërisht më të afërt me fëmijët e tyre. Ka shumë libra për ndihmë vetvetes që mund t'i udhëzojnë prindërit si ta bëjnë këtë.
3. Rritja e vetëbesimit. Fëmijët nuk duhet të turpërohen pse kanë vetëm një prind, dhe ata duhet ta dinë se janë po aq të mirë, sa dikush nga familje me dy prindër. Prindërit e vetëm duhet t'iu sigurojnë fëmijëve të tyre me vatër familjare të mirë dhe me jetë familjare të lumtur. Mësojini fëmijët se Profeti Muhammed a.s. mbeti pa të dy prindërit e tij në moshë të re. Kini kujdes të mos i llastoni tepër fëmijët për t'ua "kompensuar" disi mungesën e prindit të dytë, dhe mos iu lejoni atyre t'ju manipulojnë duke ju bërë të ndjeheni fajtorë.
4. Komunikimi i mirë. Komunikimi i vazhdueshëm midis prindit dhe fëmijës është i domosdoshëm. Jetët edhe të prindit dhe të fëmijës do të bëhen më të lehta me krijimin e një marrëdhënieje të përzemërt dhe të dashur dhe një ambienti familjar mbështetës.

Tani që e thamë këtë, të qenit prind i vetëm nuk do të thotë që ne duhet t'i rrisim fëmijët tanë pa kurrfarë mbështetjeje. Kjo mund të jetë një përvojë po aq e lumtur dhe e suksesshme sa ajo e familjeve me dy prindër (apo mbase edhe më e mirë, duke pasur parasysh faktin që shumë familje me dy prindër kanë nivele më të larta konflikti dhe tensionesh).

PARIMET QË DUHEN ZBATUAR PËR TË QENË PRINDËR TË VETËM TË SUKSESSHËM

Më poshtë janë radhitur një sërë veprimesh që prindërit e vetëm mund t'i bëjnë për të rritur fëmijët të suksesshëm dhe për t'i minimizuar konfliktet prind-fëmijë.

- Lëvroni një rrjet miqsh dhe marrëdhëniesh. Bëni miq të mirë dhe ftoni ata dhe fëmijët e tyre në tubime shoqërore dhe vakte me fëmijët tuaj. Njihuni me familje të tjera me një prind (mbani në mend se ndonëse jeni prind i vetëm, ju nuk jeni të vetmuar). Miqtë e ngushtë mund t'ju sigurojnë mbështetje emocionale, shoqëri, ndihmë në raste emergjencash, kujdes fëmijëror dhe një vesh dashamirës për t'ju dëgjuar. Bëhuni mendjemprehtë për ata, miqësinë e të cilëve e kërkonti; zgjidhni njerëz të kujdesshëm, të besueshëm, që meritojnë besim dhe besnikë, që do të jenë aty për ju në kohë nevojë. Nëse keni një familje të zgjeruar, atëherë ruajini këto lidhje dhe vizitoni njëri-tjetrin rregullisht. Mos u ndjeni të bezdisur ta ndani barrën tuaj të prindërimit me anëtarë të familjes dhe kërkonti ndihmën e tyre kurdo që keni nevojë për diçka të tillë.
- Organizoni shëtitje të shumta dhe ditë gazmore me fëmijët tuaj. Ruani kujtime nga këto raste që t'ju përkujtojnë juve dhe fëmijët tuaj për kohërat dhe ngjarjet e gëzuara.
- Këmbeni diçka nga vendimmarrja dhe zgjidhja e problemeve me fëmijët tuaj. Kjo do ta rrisë vetëbesimin e tyre dhe ata do të ndjejnë se janë anëtarë të çmuar të familjes. Në familjet me një prind të vetëm, ndihma dhe bashkëpunimi i secilit fëmijë është e nevojshme për çdo ditë. Puna si ekip dhe ndarja e barrës së punës do t'i reduktojë presionet me të cilat ballafaqoheni.
- Mos lejoni që zemërimi juaj apo ankthet personale t'i prekin fëmijët tuaj. Nëse mund ta shihni botën nga këndvështrimi i tyre, do ta kuptonit se fëmijët ndjehen të prekshëm. Fëmijët kanë frikë se nëse diçka i ndodh prindit, ata do të mbeten vetëm në këtë botë. Mbajeni në mend t'i drejtoheni Zotit për të gjitha nevojat tuaja, dhe pasi të keni bërë gjithçka që mundeni, lërini problemet dhe frikët tuaja në duart dashamirëse të Tij.
- Nëse shkurorëzoheni, mos i detyroni fëmijët të marrin anë. Mos kërkonti nga fëmijët tuaj të zgjedhin midis “prindit të mirë dhe prindit të keq”. Fëmijët kanë besnikëri të pamasë ndaj të dy prindërve, dhe ndjehen fajtorë nëse duhet ta kundërshtojnë njërin në favor të tjetrit.
- Mbi të gjitha, jini pozitiv dhe i përqendruar te Zoti. Mbani në mend që prindërit e vetëm me shkathtësi të mira prindërimi mund t'i rrisin fëmijët po me aq sukses pa partner. Bëjeni këtë duke ndërtuar një sistem mbështetës të mirë – një rreth miqsh, kushërinjsh dhe fqinjësh. Rritja e fëmijëve të mirë nuk ka të bëjë me numrin e prindërve, por me cilësinë e prindërimit dhe cilësinë e botëkuptimit të prindit.



**NDIKIMI I AMËSISË SË VETME MBI PROFETËT:
ISMAILI, MUSA, ISAI DHE MUHAMMEDI A.S.**

Disa nga profetët më të mëdhenj të dërguar njerëzimit u rritën në familje me një prind. Më poshtë shkurtimisht do t'i rrëfejme historitë e nënave të këtyre katër profetëve. Forca dhe urtësia e këtyre grave madhështore është vërtet frymëzuese për të gjithë prindërit.

Profeti Ismaili a.s.

Kur'ani e rrëfen historinë e Ismailit:

Dhe kur arriti ai (djali) që së bashku me të (me Ibrahimin) të angazhohet në punë, ai (Ibrahimi) tha: "O djali im, unë kam parë (jam urdhëruar) në ëndërr të të ther ty. Shiko pra, çka mendon ti?" Ai tha: "O babai im, punoje atë që urdhërohesh, e ti do të më gjesh mua, nëse do Allahu, prej të durueshmëve! (Kur'ani, 37:102)

Ne e dimë që Profeti Ibrahim a.s. nuk qëndroi gjatë me të birin e tij më të madh, Ismailin, ngaqë u kumtonte mesazhin popujve të Irakut, Palestinës dhe Egjiptit. Ishte e ëma e Ismailit, Haxhere, që e rriti atë në luginat e thata të Mekës. Haxherja e mësoi Ismailin të jetë i urtë, i besueshëm dhe të ketë vetëbesim.

Profeti Musa a.s.

Ne nënën e Musait e inspiruam: t'i japësh atij gji, e kur të kesh frikë për të, atëherë atë hidhe në lumë, e mos u frikëso as mos u pikëllo, se Ne do ta kthejmë atë ty dhe do ta bëjmë atë nga të dërguarit. (Kur'ani, 28:7)

Ishte nëna e Musait, duke i besuar Zotit për kujdesin e foshnjës së saj, ajo që e hodhi Musain në lumë. Pastaj ajo vetë e rriti atë, pasi ai refuzoi të ushqej nga gjiri i mëndeshave në pallatin e Faraonit. Çfarë flijimi të jashtëzakonshëm bëri ajo! Ajo ia besoi Zotit jetën e një foshnje, dhe i brumosi cilësitë e udhëheqjes të një profeti të tillë të madh!

Profeti Isa a.s.

Përkujto kur engjëjt i thanë: "O Merjeme, Allahu të dalloj ty (me besim e karakter), të pastroi (nga shpifjet hebreje) dhe të lartësoi mbi gratë e botës". (Kur'ani, 3:42)

Isai ishte foshnjë pa baba i rritur nga Merjemi a.s.. Merjemi a.s. ishte nënë e vetme që i mishëronte standardet më të larta të mundshme të dashurisë, sakrificës dhe integritetit. Ajo u përshkrua nga Allahu në një kapitull të tërë të Kur'anit si gruaja më e pastër e zgjedhur dhe si më e larta në besim.

Profeti Muhammed a.s.

Muhammedi lindi jetim ndaj e ëma, Amine bint Vehab, ishte prind i vetëm. Ajo e rriti atë për gjashtë vjet, periudhë kjo gjatë së cilës u formuan karakteri dhe personaliteti i tij shembullor. Guximi, dashuria, ndershmëria, kreativiteti dhe vetëbesimi u mbrujtën tek ai nga e ëma.

Ndikimi i amësisë është i pamasë!

Sa nder mund t'i atribuojmë ne nënave tona për kontributet e tyre të paçmuara të prindërimit?

- Fëmijët vijnë në këtë botë duke e ditur se kush është nëna e tyre, nëna i tregon fëmijës se kush është i ati i tij.
- Imam Ahmedi transmeton se një burrë kishte ardhur te Profeti a.s. dhe i kishte thënë: “Unë kam ardhur të betohem për besnikëri ty për hixhretin (migrimin), dhe i kam lënë të dy prindërit pas duke qarë”. Profeti a.s. i tha: “Kthehu prapa, dhe ashtu siç i bëre të qajnë, bëji të qeshin”.
- Thuhet se gjatë varrimit të së ëmës, një musliman kishte qarë dhe kishte thënë: “Si të mos qaj kur një nga dyert për në Parajsë tani më u mbyll për mua?”

A mundet njëri prind ta zëvendësojë tjetrin?

Një nënë nuk mund ta zëvendësojë tërësisht babanë, dhe as një baba nuk mund ta zëvendësojë tërësisht nënën. Foshnjat që zhvillojnë një dashuri të sigurt ndaj të dy prindërve zhvillohen më së miri. Nënën ofrojnë dashuri të pakufizuar, butësi, gjidhënie, tolerancë dhe durim. Baballarët ofrojnë forcë, përgjegjësi, zëra më të lartë, aroma të ndryshme dhe faqe të gërvishtura: të gjithë stimujt e dobishëm për foshnjën. Përgjithësisht, humbja e nënës është më e rëndë për fëmijët sesa humbja e babait. Nëna mund të sigurojë mbrojtje dhe dashuri, dhe shpresat e saj priren të jenë më të përqendruara tek fëmijët. Amviset me orar të plotë tregojnë më shumë kujdes ndaj fëmijëve, ndërsa fëmijët në shumë drejtime janë më të lidhur për të. Fëmijët e plotësojnë orarin e saj ditor. Ajo e ka përkushtimin dhe aftësinë për t’i vërshuar fëmijët me dashuri dhe paqe, që ata të arrijnë sukses në jetë. (George Tremblay dhe Allen Israel, 1998)

Ekziston një keqkuptim se një djali babai i nevojitet më shumë sesa nëna, ndërsa vajzës i nevojitet nëna më shumë sesa babai. Babai është po aq i rëndësishëm për bijën sa edhe për birin, edhe pse në mënyra disi më ndryshe. Ngjashëm, nëna është vendimtare në rritjen e bijve të saj. Baballarët ua japin vajzave ndjenjat e forcës, mbështetjes dhe sigurisë. Një vajzë ka nevojë për babanë në mënyrë që të ketë raporte të suksesshme me meshkujt. Përndryshe, meshkujt do të mund t’i duken asaj si tepër të mistershëm, apo të frikshëm, apo magjepsës.

A mundën nënat ta luajnë rolin e baballarëve për fëmijët e tyre pa baba? Përgjigjja është se

ato nuk mund ta bëjnë këtë dhe se kjo nuk është e nevojshme. Personalitetet e fëmijëve janë asisoj të përbëra sa që edhe nëse atyre nuk iu kujtohet t’i kenë parë ndonjëherë babain apo nënën, ata mund ta përfytyrojnë gjallërisht si janë dukur prindërit e tyre dhe t’i përshkruajnë ata deri në detajin më të imët. Fëmijët mund ta “arrijnë” një prind ideal nga copëza dhe pjesë të personaliteteve të njerëzve të tjerë. Ajo që një nënë mund të bëjë për djalin e saj është që t’i ndihmojë atij ta ndërtojë një imazh për të atin, duke i mundësuar atij të jetë me gjyshërit apo gjyshet, xhaxhallarët dhe hallat në prani të saj. Po ashtu, ajo mund t’ia dorëzojë të birin e saj një mashkulli të besueshëm, qoftë ai mësues, pastor apo imam, në një ambient të sigurt dhe të mbikëqyrur. Nën udhëheqjen e saj këta burra mund t’i ofrojnë shembuj mashkullorë për t’u ndjekur djalit të saj.



Çfarë është vërtet me rëndësi?

Dyzet vjet prej tash nuk do të ketë rëndësi se sa ka pasur në llogarinë tuaj bankare, në çfarë shtëpie keni jetuar, apo çfarë lloj makine keni ngarë... Ajo që vërtet do të jetë me rëndësi është se sa i rëndësishëm keni qenë ju në jetën e një fëmije apo të një nipi/mbese



NJË SHËNIM MBI ISLAMIN DHE SHKURORËZIMIN

Njëra nga arsyt kryesore për shtimin e familjeve me një prind është rritja e normave të shkurorëzimit. Shkurorëzimi është i ndaluar në disa kultura dhe fe (shkurorëzimi ishte i paligjshëm në Brazil deri në vitin 1977, ligji hindus e kishte për zakon ta ndalojë shkurorëzimin, ndërsa shkurorëzimi është i ndaluar për katolikët në Filipine).

Islami e dekurajon shkurorëzimin, por megjithatë e lejon atë (sipas disa procedurave të rrepta). Para shkurorëzimit muslimanët duhet të kalojnë nëpër ndërmjetësim familjar dhe arbitrim midis bashkëshortëve. Islami kërkon që kushërinjtë e urtë dhe të besuar të përpiqen me shumë zell për ta shpëtuar martesën, sidomos nëse i prek fëmijët. Profeti a.s. ka thënë: “Akti më i urryer i ligjshëm në sytë e Zotit është shkurorëzimi”. (Ibn Maxheh). Meqë u tha kjo, Islami dhe fetë e tjera e pranojnë që martesat mund të dështojnë. Kjo është për të ardhur keq, por ndodh.

Prindërit duhet të bëjnë gjithçka të mundur për ta ruajtur martesën e tyre. Kur ndodh shkurorëzimi dhe fëmijët preken nga ai, prindërit duhet të jenë të sinqertë me fëmijët e tyre:

- Pas shkurorëzimit dhe rimartesës, fëmijëve duhet t’iu tregohen me kujdes faktet e asaj që është duke ndodhur në realitet, pa i mbuluar ato apo pa sajuar gjëra. Prindërit duhet ta bëjnë të qartë se përse janë duke u ndarë, dhe ta theksojnë se faji për këtë nuk është i fëmijëve dhe se ata vazhdojnë t’i duan fëmijët e tyre. Një prind nuk guxon kurrë që thjesht të zhduket pa dhënë asnjë shpjegim. Kjo mund t’i bëjë fëmijët të hidhëruar. Prindi mund të mendojë se është duke i ndihmuar fëmijët ta shmangin dhimbjen, por fëmijët arsyetojnë se prindi as që i ka dashur sa duhet që t’ua shpjegonte atyre se çfarë kishte ndodhur dhe të paktën t’iu thoshte lamtumirë.
- Mos i detyroni fëmijët ta pranojnë pikëpamjen e cilitdo qoftë prej prindërve ose të mbajë anë.

Kur janë të përfshirë njerku apo njerka dhe familjet e tyre, nuk ka dobi përpjekja të detyrohen fëmijët t’i pranojnë njerëzit që nuk janë kushërinj të tyre biologjikë sikur të ishin të tillë. Mund të ketë mjaft tension, xhelozitë dhe rivalitet për t’u marrë tekta përparojnë marrëdhëniet. Është

shumë më e mirë për një fëmijë ta pranojë një njerik apo njerikë “si burri i ri i nënës sime” (apo “gruaja e re e babait”), sesa të përpiqet të shtiret se ai/ajo është prindi i ri i tyre.

Ndikimi i shkurorëzimit mbi fëmijët

Menjëherë pas shkurorëzimit, të ardhurat e familjeve me fëmijë bien për 21 për qind. Tridhjetë e tetë për qind e grave të shkurorëzuara apo të ndara me fëmijë jetojnë në varfëri; kjo shifër kap 17 për qind për burrat që e marrin kujdestarinë. Fëmijët e të shkurorëzuarve më me gjasë do ta braktisin shkollën, do të kenë fëmijë jashtë lidhjes martesore dhe do të kenë shëndet mendor të dobët.

SELTZER, 1989

Prindërit dhe ish-bashkëshortët duhet të merren me të gjithë anëtarët e familjes në një mënyrë të sjellshme, të respektueshme dhe tolerante. Kur’ani na këshillon se duhet të sillemi siç duhet në rast shkurorëzimi:

“Lëshimi (pas të cilit mund të bëhet rikthimi) është dy herë, e (pastaj) ose jetë e njerëzishme (bashkëshortore) ose shkurorëzim me mirëkuptim. E juve (burrave) nuk u lejohet t’u merrni asnjë send nga ajo që u keni dhuruar (si nikah), vetëm nëse që të dy frikësoheni se nuk do të mund t’i ruani dispozitat e Allahut (në bashkëshortësi). E nëse keni frikë se ata të dy nuk do të mund t’i ruajnë dispozitat e Allahut, atëherë për atë, me çka ajo bën kompensim, për ata të dy nuk ka mëkate. Këto janë dispozita të Allahut, pra mos i kundërshtoni, sepse kush i tejkalon dispozitat e Allahut, pikërisht të tillët janë zullumçarët”.

(Kur’ani, 2:229)

Në rast shkurorëzimi nevojitet tolerancë e konsiderueshme. Disa fëmijë mund të mos i pranojnë kurrë njerikët apo njerikat e tyre; në raste të tilla, e gjithë ajo që mund të bëhet është të qenit të sjellshëm dhe të butë dhe “blerja” e kohës. Më vonë, fëmijët do ta braktisin familjen për të themeluar familjet e veta. Kur një martesë merr fund pas një kohe të gjatë telashesh, kjo është shpesh lehtësim për fëmijët. Fëmijët mund të përjetojnë ndjenja të përziera besnikërie. Edhe pse do të mund të ishte më mirë pa babanë e tyre, ata nuk mund ta pranojnë këtë teksa ende e duan atë dhe dëshirojnë që ai të ishte aty. Fëmijët shpresojnë që gjërat të kishin përfunduar më mirë. Një njerik apo njerikë mund të zhvillojë lidhje miqësore të mrekullueshme që zgjat gjatë gjithë jetës. Një njerik apo njerikë e mençur i thotë thjeshtit apo thjeshtres: “Unë nuk jam prindi yt, por bashkëshort apo bashkëshorte e prindit tënd dhe unë shqetësohem për ty”.



Një prind i vetëm me një adoleshent përballet me disa probleme të ndryshme. Prindi duhet të jetë i kujdesshëm që të mos e bëjë adoleshtin së tepërmi të varur, apo të orvatet ta vendosë adoleshtin në rolin e prindit që mungon. Bijtë adoleshentë NUK janë bashkëshortë, dhe bijat adoleshente NUK janë bashkëshorte. Ekziston po ashtu edhe rreziku i madh nga abuzimi seksual, abuzimi fizik dhe abuzimi mendor. Adoleshentët kanë shumë gjëra për t'iu dalë në krye në kohën kur duhet t'ia dalin me punët e shkollës. Prindërit e vetëm duhet të jenë të përgatitur t'ua mundësojnë atyre t'iu ndjekin dhe zhvillojnë interesat e ligjshme të tyre jashtë shtëpisë. Pavarësisht se sa të vetmuar mund të jenë prindërit, ata nuk duhet të jenë egoistë.

Fëmijët e jashtëligjshëm nuk janë njësoj si

fëmijët e një prindi të shkurorëzuar apo të mbetur i/e ve që jeton në një familje me një prind. Dallimi kryesor vjen nga ndjenja e përkatësisë një babai. Një baba i ndjerë vazhdon ta sigurojë ndjenjën e duhur të rehatisë për fëmijët e tij, të cilët ndjejnë se mund të identifikohen dhe të lidhen me të. Kjo i ndihmon nënës ta mbrujë tek fëmijët ndjenjën e sigurisë dhe të dashurisë. Ajo mund t'iu udhëzojë ata dhe të sigurojë ambient miqësor në të cilën ata mund t'iu lënë pas dhe t'iu kapërcejnë shokët apo shoqet e tyre, që mund t'iu kenë të dy prindërit dhe në dukje një jetesë më të mirë. Krahas mbështetjes së saj të vazhdueshme, ajo mund të rrisë fitues, nëse iu siguron fëmijëve sfida për t'iu kapërcyer vështirësitë. Këto nëna u ofrojnë mundësi fëmijëve të tyre për ta dëshmuar veten e tyre dhe për të ndërtuar vetëbesim.

Këshilla për prindër të shkurorëzuar

- Mos e njollosni perceptimin e fëmijës për prindin tjetër.
- Përpiquni të mbani një komunikim të shëndoshë midis fëmijëve dhe prindit tjetër dhe farefisën e tij apo të saj.
- Bëni fëmijët të ndjehen se janë të dashur nga të dy prindërit.
- Shpjegojuani fëmijëve se ndarja e prindërve të tyre nuk i dëmton marrëdhëniet e tyre me ta.

Rëndësia e njësisë familjare në Islam

Islami i ka kushtuar rëndësi të jashtëzakonshme ruajtjes së familjes. Para së gjithash, Kur'ani vlerëson se qeniet njerëzore janë më të nderuarit dhe më të denjë nga krijesat e Zotit, të cilëve u është besuar nga Krijuesi i tyre që të jenë kujdestarë të Tij mbi tokë. Prandaj, ata duhet të stërviten dhe të përgatiten për detyrën e kujdestarisë (*istihlaf*). Nuk është e rastësishme që foshnjëria ka kohëzgjatjen më të gjatë krahasuar me të gjitha kafshët. Pikënisja në këtë “shkollë familjare të edukimit”, është marrëdhënia e shëndoshë midis burrit dhe gruas. Kjo nuk duhet ndërtuar mbi “marrëveshje biznesi”, apo të drejtat dhe detyrat legaliste (ndonëse “ligjet familjare” janë të domosdoshme si mbrojtje minimale). Marrëdhënia burrëgrua duhet ndërtuar mbi *meveddeh* (dhembshuri) dhe *rahmeh* (mëshirë). Pa këtë themel, dy dëshirat e prindërve (të artikuluar në ajetin 25:74 të Kur'anit), për familje të lumtur dhe fëmijë të suksesshëm dhe të devotshëm, nuk do të realizohen. Familjet me një prind të vetëm duhet të jenë po ashtu të dhembshura dhe të mëshirshme me fëmijët e tyre.

Edhe ata që luten: “Zoti ynë, na bën që të jemi të gëzuar me (punën) e grave tona dhe pasardhësve tanë, e neve na bën shembull për të devotshmit”. (Kur'ani, 25:74)



Familja është e domosdoshme që qeniet njerëzore ta realizojnë zhvillimin e tyre të plotë psikologjik. Krijuesi na ka modeluar neve në mënyrën më të mirë, përfshirë aspektet tona fizike dhe jo-fizike. Forma jonë, lartësia, ngjyra, lëvizja dhe dukja, si dhe aspektet tona psikologjike, shpirtërore dhe mendore, që të gjitha këto janë krijuar në një mënyrë koherente. Zoti po ashtu na ka bekuar neve me fise, komunitete dhe kombe.

Vërtet, Ne e krijuam njeriun në formën më të bukur. (Kur'ani, 95:4)

Gjatë udhëtimit tonë jetësor, ne zhvillohemi në faza në mënyra madhështore dhe të jashtëzakonshme: që nga brishtësia dhe dobësia foshnjore, përmes fazave të rritjes dhe mësimi, deri në kulmin e fuqisë, dhe duke u kthyer përfundimisht në pafuqinë e moshës së pleqërisë (që sjell humbjen e fuqisë, dijes dhe kujtesës). Gjatë këtij procesi, prindërit vazhdojnë të rriten psikologjikisht,

duke u kontribuar mjaft fëmijëve të tyre, nipërve e mbesave dhe familjes së zgjeruar më të madhe. Nevoja për intimitet të shëndoshë do të mbetet e paplotësuar nëse individit nuk bëhet bashkëshort. Vetëm brenda shenjtërisë së martesës burrat dhe gratë janë në gjendje ta përjetojnë maksimumin e intimitetit psikologjik. Siç thotë Kur'ani:

... ato (gratë tuaja) janë prehje për ju (burrat) dhe ju jeni prehje për ato... (Kur'ani, 2:187)

Pas martesës, një faktor tjetër rritjeje hyn në lojë: dëshira për të pasur fëmijë dhe për të nisur një familje. Në këtë fazë, mund të shfaqen katër mundësi të ndryshme, secila me rezultate të veta psikologjike. Çifti ose do të mbetet shterp, ose do të ketë vetëm vajza, ose vetëm djem, ose edhe vajza edhe djem. Secili nga këta rezultate ka një efekt mbi prindërit dhe mbi fëmijët.

...Ai i falë vetëm femra atij që do; e i falë vetëm meshkuj atij që do. Ose u falë çift, meshkuj e femra, por atë që do e lë pa fëmijë (shterp); Ai është i dijshtëm, i fuqishëm. (Kur'ani, 42:49-50)

Shpërblimi psikologjik vazhdon me atë që prindërit e përjetojnë kënaqësinë t'i shohin fëmijët e tyre të martohen, dhe pastaj t'i shohin ata të kenë fëmijë të tyre (nipërit/mbesat e tyre), duke u lejuar atyre ta ndjejnë vazhdimësinë e ekzistimit të tyre në të ardhmen.

Ne e kuptojmë se sa e vështirë është kur e kemi vetëm një fëmijë (djalë apo vajzë) në familje. Nuk është ndjenja e njëjtë kur fëmija ka vëllezër apo motra. E as që është e njëjtë kur fëmija nuk ka halla, teze, dajallarë, xhaxhallarë, gjyshër apo gjyshe. Fëmijët janë të pasuruar kur ka një familje të zgjeruar, e madje edhe më shumë kur ka një familje të zgjeruar më të madhe (nga të dyja anët e babait dhe të nënës). Mundësitë për pasurim psikologjik shfaqen kur fëmijët kanë një

strukturë të shëndoshë marrëdhëniesh. Kjo shfaqet në kontekstin e roleve të ndryshme: për femrën: si bijë, si motër, si bashkëshorte, si nënë, si hallë, si teze dhe si gjyshe, ndërsa për mashkullin: si bir, si vëlla, si bashkëshort, si xhaxha, si dajë dhe si gjysh.

Njëherë familje, gjithmonë familje!

Nëse vdesim nesër, kompania apo organizata për të cilën punojmë mund të na zëvendësojë brenda ditësh. Megjithatë, familja që e lëmë pas nesh do ta ndjejë humbjen për pjesën e mbetur të jetës së tyre. Ne e derdhim veten më shumë në punë, sesa në familjet tona, vërtet një veprim i pamatur!

(Një postim anonim në Internet)

F A M I L J A

F Father (Baba)
A And (dhe)
M Mother (nënë)
I I (unë)
L Love (ju)
Y You (dua)

OBJEKTIVAT FAMILJARE SIPAS KUR'ANIT

Traditat e mira familjare u japin shtysë vlerave që fëmijët nuk mund t'i mësojnë në shkollë

Jeta familjare varet nga caktimi i objektivave të drejta familjare, të cilat janë mbi dhe përtej qëllimeve thjesht të të pasurit fëmijë. Familja nuk prodhon fëmijë vetëm për ta ruajtur njerëzimin nga zhdukja. Mirëmbajtja e familjes për hir të familjes nuk ka kuptim, ndaj kësajsoj objektivat familjare duhet të përfshijnë shumë më tepër sesa vetëm vetëruajtjen. Kur'ani thotë:

O ju njerëz! Kini frikë Zotin tuaj që ju ka krijuar prej një veteje (njeriu) dhe nga ajo krijoi palën (shoqen) e tij, e prej atyre dyve u shtuan burra shumë e gra. Dhe kini frikë Allahun që me emrin e Tij përбетoheni, ruajeni farefisn (akraballëkun), se Allahu është mbikëqyrës mbi ju. (Kur'an, 4:1)

Njerëzit janë krijuar nga një vete apo shpirt (*nefs*), nga ai shpirt pastaj u krijua një bashkëshorte, dhe nga ajo vete dhe bashkëshortja u krijuan shumë burra dhe gra. Ndonëse ajeti nuk është në numrin njëjës, i njëjti proces është theksuar edhe në numrin shumës:

Allahu krijoi për ju bashkëshorte nga vetë lloji juaj, e prej bashkëshorteve tuaja – fëmijë e nipa dhe ju furnizoi me (ushqime) të mira. A besojnë ata të pavërtetën, e të mirat e Allahut i mohojnë? (Kur'an, 16:72)

Ideja e vendosjes së qenieve njerëzore në tokë për të luajtur një rol të caktuar është përshkruar në ajetin vijues:

Kur Zoti yt u tha engjëjve: “Unë po krijoj (po përcaktoj) në tokë një mëkëmbës!” Ata thanë: “A do të vësh në te atë që bën çrregullime dhe që derdh gjaqet, e ne të madhërojmë Ty me lavdërimin Tënd dhe plotësisht të adhurojmë!” Ai tha: “Unë di atë që ju nuk e dini! (Kur'an, 2:30)

Ky varg e përkufizon rolin e çdo Qenieje Njerëzore në tokë: i Besuar dhe Mëkëmbës (*halife*). Roli i qenies njerëzore si mëkëmbës është që ta zhvillojë tokën (*imran*) dhe të përhapë drejtësinë (*adl*). Kur'ani thotë po ashtu se jeta është sprovë, dhe se ne jemi këtu për ta adhuroar Zotin dhe për t'i shërbyer vetëm Atij:

Unë nuk i krijova xhinët dhe njerëzit për tjetër, pos që të më adhurojnë.

(Kur'an, 51:56)

Pra, objektivat e familjes përfshijnë: Shërbimin ndaj Zotit, mëkëmbësinë, respektimin e furnizimit dhe bujarive të Zotit, mirëmbajtjen e lidhjeve farefisnore dhe ruajtjen e të drejtave të njëri-tjetrit.

Zoti po ashtu më pas e saktëson marrëdhënien midis bashkëshortëve në ajetin vijues, i cili përqendrohet mbi prehen, dashurinë dhe mëshirën midis anëtarëve të familjes:

Dhe nga faktet (e madhërisë së) e Tij është që për të mirën tuaj, Ai krijoi nga vetë lloji juaj palën (gratë), ashtu që të gjeni prehe tek ato dhe në mes jush krijoi dashuri dhe mëshirë. Në këtë ka argumente për njerëzit që mendojnë. (Kur'an, 30:21)

Ndonëse dashurisë brenda familjes i është dhënë një vend shumë i lartë, ajo nuk është dashuria më e lartë në jetë. Ndër atributet e

Allahut janë Mëshira, Drejtësia dhe Paqja. Dashuria për të Plotfuqishmin dhe të Dërguarin e Tij është vënë në vendin më të lartë:

Thuaj (o i dërguar): “Në qoftë se etërit tuaj, djemtë tuaj, vëllezërit tuaj, bashkëshortet tuaja, farefisi juaj, pasuria që e fituat, tregtia që frikoheni se do të dështojë, vendbanimet me të cilat jeni të kënaqur, (të gjitha këto) janë më të dashurra për ju se Allahu, se i dërguari i Tij dhe se lufta për në rrugën e Tij, atëherë, pritni derisa Allahu nuk vë në rrugën e drejtë njerëzit e prishur”. (Kur'an, 9:24)



Themeli i dashurisë është dashuria për Krijuesin tonë. Dashuria e Krijuesit është rendi më i lartë i dashurisë. Kështu, ju i doni prindërit tuaj, fëmijët tuaj dhe farefisin tuaj madje edhe kur ata ju bëjnë padrejtësi, ngaqë dashuria juaj për ta buron dhe varet nga dashuria juaj për Zotin e Plotfuqishëm. Bujaria e Tij për ju vazhdon madje edhe kur silleni keq. Dashuria brenda familjes është shpjeguar në Kur'an:

...Dhe kini frikë Allahun që me emrin e Tij përbetoheni, ruajeni farefisin (akraballëkun), se Allahu është mbikëqyrës mbi ju. (Kur'an, 4:1)

... Zoti yt ka dhënë urdhër të prerë që të mos adhuronit tjetër pos Tij, që të silleni në mënyrë bamirëse ndaj prindërve. (Kur'an, 17:23)

Në këtë rrjet dashurie dhe kujdesi, nëna vjen para babait, dhe ajo është e para për të cilën duhet kujdesur. Kur një burrë e pyeti Profetin a.s.: “Kush është i pari që meriton kujdesin dhe vlerësimin tim?”, ai u përgjigj: “Nëna jote, nëna jote, nëna jote, pastaj babait yt”. (EL-BUHARI)

Robërit e të Mëshirshmit (*ibadu-r- Rahman*) shpresojnë që t’iu plotësohen dy dëshira: një ambient familjar i lumtur dhe krijimi i prijësve të drejtë:

Edhe ata që thonë: “Zoti ynë, na bën që të jemi të gëzuar me (punën) e grave tona dhe pasardhësve tanë, e neve na bëj shembull (t’iu prijëmë) për të devotshmit”. (Kur'an, 25:74)

Lumturia dhe rehatia është objektiv i çdokujt në familje (përfshirë prindërit, gjyshërit/gjyshet, fëmijët dhe nipërit/mbesat). Krijimi i prijësve të drejtë është objektiv i dytë. Kjo mund të arrihet duke ua mësuar fëmijëve të jenë të besueshëm, adhurimin e Krijuesit, zhvillimin e tokës (*imran*), dhe dashurinë

për Zotin dhe të Dërguarit e Tij. Shpërfillja e këtyre parimeve thelbësore do ta privojë familjen nga lumturia e saj. Kënaqësia e prindërimit vjen nga ajo të shihen fëmijët teksa sillen korrekt dhe në përputhje me misionin e tyre të jetës mbi tokë.

Përthithini këto koncepte, plotësojini ato dhe shpjegojuani ato fëmijëve tuaj teksa piqen. Kjo është mënyra për ta mbjellë farën e virtytit dhe mirësisë në zemrën dhe mendjen e fëmijës. Madje edhe nëse fëmija rritet dhe e harron Zotin, një ditë fara e besimit do të rritet dhe do të japë fryt. Dëlirësia e fesë duhet që në mënyrë ideale të ushqehet me “dëlirësinë e qumështit të nënës për foshnjën”. Vendosemi thellë themelin për karakter të mirë. Caktojini përparësitë e fëmijës që në fillim.

Themeli i tillë i drejtësisë e forcon imunitetin e fëmijës ndaj joshjeve të shfrenuara përreth nesh. Ne nuk mund të mbështetemi vetëm mbi “patrullimin” e jashtëm për ta mbrojtur shoqërinë. Sistemi i brendshëm i vlerave i fëmijës, ndjenja e vetërespektit dhe fuqia për vetëkontroll janë mekanizmat më efektivë për mbrojtjen e shoqërisë. Prindërit nevojitet t’i ndihmojnë fëmijët që të përfitojnë nga urtësia e shpalljes hyjnore duke e theksuar besimin, fenë, ndershmërinë dhe mëshirën qysh herët në jetët e tyre.

ÇFARË SHKOI KEQ ME FAMILJEN MUSLIMANE?

Vlerat familjare kanë pësuar rënie gjatë dhjetëvjeçarëve. Rritja e numrit të shkurorëzimeve, familjeve me një prindër, çifteve që bashkëjetojnë, lindjet e paligjshme, varfëria dhe pasiguria i ka prekur si fëmijët ashtu edhe prindërit. Njësia familjare muslimane, fatkeqësisht, nuk ka qenë aspak më immune ndaj këtyre zhvillimeve, duke i vuajtur problemet dhe dobësitë e veta të veçanta. Familja muslimane supozohet ta mbajë planin e suksesit dhe qëndrueshmërisë. Përgjigjja në pyetjen se përse ka rënë është komplekse, por

qëndron pjesërisht në rënien e vetë Ummetit. Kushtet ekonomike të përkeqësuar, sistemi arsimor i mangët dhe marginalizimi i besimit të sinqertë – të gjithë këta faktorë kanë ndikuar negativisht mbi njësinë familjare muslimane.

Ndonëse trashëgimia e Ummetit është e pasur, ajo nuk ka qenë immune ndaj kontaminimit dhe mbizotërimit të praktikave të gabuara. Këto duhen identifikuar dhe larguar me kujdes për t'i rikthyer cilësitë e pacenuara që dikur i dhanë Ummetit një sukses të tillë. Ne duhet t'i shoshitim ndikimet e pavend mbi fëmijët tanë, përndryshe do të mbetemi me të rritur të çekuilibruar që ushqejnë të meta madhore të karakterit.

Kur'ani kërkon nga muslimanët që të lexojnë (*ikre*), të mendojnë (*jetefekkerun*), të përsiasin (*jetedebberun*) dhe të kuptojnë (*jefkahun*). Përse muslimanët kanë disa nga shkallët më të larta të analfabetizmit, dhe pse ata janë të zhytur në besëtytni? Muslimanët janë mposhtur, masakruar dhe poshtëruar gjatë disa shekujve të fundit. Përveç kësaj, me tokën, pasurinë dhe shpresat e grabitura, ata kanë zhvilluar një botëkuptim të shtrembëruar, një kulturë të ndotur, dhe një ndjenjë të dobët vetëbesimi. Ata kanë humbur aq shumë nga karakteri i tyre dhe i kanë zgjedhur paratë dhe pushtetin ndaj moralit dhe të mirës së përgjithshme. Dembelia dhe makutëria kanë zënë përparësi ndaj sigurisë

së përbashkët dhe interesit publik. Ummeti përballet me korrupsion, sëmundje, varfëri dhe uri.

Muslimanët janë të ndarë në 56 shtete, disa prej të cilëve grinden dhe luftojnë me njëri-tjetrin. Ata konsumojnë shumë, ndërsa prodhojnë pak, dhe jetojnë sa për të mbijetuar dhe ngrënë, në vend që të ndërtojnë dhe zhvillohen. Shekujt e rënies i kanë deformuar karakteret e tyre, e kanë shpërfytyruar pamjen e tyre universale, e kanë ndotur kulturën e tyre dhe kanë shkaktuar përhapje të një mendësie paragjyquese. Përveç kësaj, një sistem arsimor evropian i importuar është përhapur anembanë shoqërive muslimane. Brezat e rinj e kanë humbur vetëbesimin te vetvetja, te kultura e tyre, te feja e tyre dhe te stërgjyshërit e tyre. Fëmijët kanë filluar të kenë dyshime për identitetin e tyre, që edhe më shumë e ka dobësuar vetëvlerësimin, dinjitetin dhe ndërgjegjen e tyre. Ata janë bërë më servilë, ngaqë u mungon qëndresa morale dhe shpirtërore e domosdoshme për sjellje të përgjegjshme dhe konstruktive. Uniteti dhe harmonia u shkatërruan në shtëpi, në fqinjësi dhe në shoqërinë në përgjithësi.

Muslimanet dhe muslimanët filluan që verbërisht t'i imitojnë praktikën e pavend të kulturave të tjera, që përfshijnë lakuriqësinë, krekosjen (*teberruxh*), prirjet seksuale të pahijshme dhe shpërfilljen e detyrave fetare. Kjo rezultoi në sjellje konfliktuale, katastrofa



kulturore dhe një familje që nuk ishte as islame e as moderne.

Mësymbja mendjelehtë pas fitimit material dhe kënaqësisë fizike, i çshpirtëroi dhe demoralizoi edhe prindërit edhe fëmijët. Blloku ndërtimor i shoqërisë – familja – filloi të dështonte. Në vend të rritjes së qytetarëve të vlefshëm (të cilët janë guximtarë, kreativë, me vetëbesim dhe të përgjegjshëm), familjet muslimane filluan të prodhojnë fëmijët të llastuar dhe egocentrikë. Këta fëmijë ishin më tepër marrës, sesa dhënës, më tepër egocentrikë sesa anëtarë dhe shërbëtorë të kujdesshëm të komunitetit, dhe më shumë shkapërderdhës dhe të dëmshëm, sesa të dobishëm.

Shumë prindër muslimanë vuajnë nga analfabetizmi, injoranca dhe apatia. Shumë fëmijë muslimanë janë të ngulfatur në përpjekjet e tyre për të fituar dituri dhe shkathësi. Disa shoqëri muslimane vuajnë nga qeveri shtypëse tiranike. Shumë muslimanë ballafaqohen me problemet vijuese:

- Liria e kufizuar e të menduarit, për shkak të shtypjes dhe indoktrinimit;
- Liria e kufizuar për të pyetur, hetuar dhe folur;
- Liria e kufizuar për të bërë biznes dhe për të përparuar, për shkak të korrupsionit dhe keqmenaxhimit;
- Liria e kufizuar e grave, për shkak të injorancës dhe shtypjes nga burrat; dhe
- Liria e kufizuar e qytetarëve për t'i zgjedhur prijësit e tyre, për shkak të shtypjes dhe tiranisë.

Muslimanët nuk mund t'i trajtojnë të gjithë këta faktorë brenda natës. Megjithatë, ata mund t'ia nisin me diçka që është brenda kontrollit të tyre, e ky është prindërimi i mirë. Për të rritur fëmijë të drejtë, të suksesshëm dhe përfundimisht qytetarë të mirë, muslimanët duhet t'i ndryshojnë stilet autoritare dhe shtypëse të prindërimit, që janë aktualisht në modë në vendet e tyre, dhe seriozisht t'i reformojnë praktikatat e tyre të prindërimit.

ZHVILLIMI I FËMIJËS DHE SISTEMI NË KOHËN PARAPRAKE ARSIMOR I SHËNDOSHË

Ka pasur një përpjekje serioze reformimi për ta frenuar shkarjen në të cilën ka filluar të endet bota muslimane. Shuma plane janë vënë në fuqi. Megjithatë, edukimi i fëmijëve, një përmasë jashtëzakonisht e rëndësishme, mungonte në agjendat e reformuesve. Dije-tarë të mëdhenj mbuluan shumë disiplina (përfshirë teologjinë, filozofinë, politikën, sociologjinë dhe ekonominë), duke dhënë një kontribut të konsiderueshëm dhe të përkushtuar për ta sprapsur rënien e Ummitit, dhe për ta përmirësuar gjendjen e tij. Sidoqoftë, sëmundjet që e vështirësonin shfaqjen e një populli të drejtë nuk u shëruan. Potenciali dhe aftësitë e llahtarshme të individëve dhe shoqërive muslimane nuk janë shfrytëzuar në mënyrë efikase. Humnera midis kre-



PAPËRSHTATSHMËRIA E EDUKATORËVE MUSLIMANË

ativitetit, performancës dhe arritjeve (në shkencë dhe teknologji) të muslimanëve dhe të jomuslimanëve, është zgjeruar gjatë dhjetëvjeçarëve. Përgjegjësia mbi dijetarët dhe edukatorët është që ta eksplorojnë përmasën që mungon dhe të zhvillojnë një zgjidhje. Ata do të bënin mirë t'i ekzaminonin çështjet e rritjes së fëmijëve, zhvillimit të fëmijëve dhe edukimit të fëmijëve. Ata duhet t'ia nisin që nga prindërimi në shtëpi. Nëse psikika dhe mendësia e fëmijës nuk bëhen fokus i vëmendjes nga prindërit dhe refor-



muesit, bota muslimane do të vazhdojë të degjenerojë dhe të vuajë nga dekadencia dhe prapambetja.

Historikisht, shumë reformatorë tradicionalë janë përqendruar kryesisht mbi ritet fetare dhe aspektet e tyre ligjore dhe politike. Shumë reformatorë shekullarë modernë muslimanë kanë shkuar në drejtimin e kundërt, dhe janë përqendruar mbi imitimimin e pushtuesve të tyre të mëparshëm perëndimorë. Masat popullore u lanë me premtime boshe dhe shpresa të kota që nuk u sendërtuan kurrë. Shumë reformatorë fetarë ishin plot me emocione dhe ndjenja dhe propozuan zgjidhje të pakuptueshme që ishin të bazuara mbi imitimimin e epokës së artë të Islamit. Nuk kishte një fokus të vërtetë mbi rolin dhe përgjegjësinë e grave (bashkëshorteve dhe nënave), në rritjen e fëmijëve. Mungonte një dituri dhe literaturë gjithëpërfshirëse që merrej me zhvillimin e fëmijës, edukimin e fëmijës dhe prindërimin. Kishte një përgjigje të heshtur dhe inerte e masave ndaj thirrjes së sinqertë të reformuesve, qofshin ata tradicionalë fetarë, apo modernë shekullarë në qasjen e tyre. Shumica e muslimanëve ishin më shumë reaktivë sesa proaktivë. Nuk kishte veprime të planifikuara për shfrytëzimin e metodologjive të kujdesshme, të nxjerra nga

një analizë dhe të kuptuarit e thellë të problemit. Reformatorët nuk iu adresuan siç duhet as ligjeve hyjnore (*es-sunen el-Ilahijeh*), e as shkencave natyrore, shoqërore e humane.

Muslimanët duhet ta kuptojnë rëndësinë e rritjes së fëmijëve të mirë dhe efektet afatgjata të kësaj. Shoqëruesit kryesorë të Profetit a.s. ishin të rritur kur atyre iu drejtua Profeti a.s. Karakteret e tyre themelore ishin formuar tashmë që nga fëmijëria. Ata ishin rritur si njerëz të lirë, guximtarë dhe nuk ishin shtypur kurrë nga tiranë. Profeti a.s. e vuri në dukje rëndësinë e ndërtimit të karakterit të fëmijët: “Më i miri prej tyre para Islamit, është më i miri prej tyre pas Islamit, nëse e kuptojnë (Islamit)”. Cilësitë themelore të një personi vendosen qysh në fëmijëri, qoftë në periudhën para-islame, apo në periudhën pas-islame. Feja dhe shkathtësitë mund t’i mësohen më vonë fëmijës, ndërsa karakteri i mirë nuk mundet.

Kur Profeti a.s. e nisi misionin e tij, ai ishte 40-vjeç, Ebu Bekri ishte 37-vjeç, Osmani ishte 36-vjeç, Omeri 19-vjeç ndërsa Aliu 12-vjeç, ndërsa gruaja e Profetit a.s., Hadixheja, ishte 55-vjeçe. Qëllimet dhe vlerat fundamentale janë të vendosura nga Kur’ani, ndërsa hapat e parë drejt arritjes së tyre janë përgjegjësi e prindërve. Prindërit duhet të nisin ndërtim-

in e hershëm të karakterit, duke shfrytëzuar mjetet e psikologjisë, sociologjisë, komunikimit dhe edukimit. Ndonëse vlerat dhe nevojat themelore njerëzore nuk ndryshojnë, teknikat e të qenit prindër duhen hulumtuar, zhvilluar dhe përditësuar mirë.

Duke e kuptuar rëndësinë e prindërimit, dhe se pozita e kombeve është kryesisht e përcaktuar nga ajo se si i rrisim fëmijët, disa kurse u zhvilluan në mbarë botën për t'i zbatuar shkathhtësitë e prindërimit, dhe për ta sjellë këtë temë më gjerë në arenën publike. Shpërfillja e kësaj dritareje mundësisht kushton shumë, dhe asnjë komb nuk mund t'ia lejojë vetes një humbje të tillë. Shumë dobi mund të arrihet duke ofruar kurse mbi prindërimin për prindërit dhe prindërit e ardhshëm. Vendosija e veprimtarive komunitare për nxitjen e ndërgjegjësimit për rritjen e fëmijëve është mjaft dobiprurëse. Krijimi i një ministrie qeveritare të veçantë dhe/ose themelimi i institucioneve të specializuara për prindërim konstruktiv në vende të ndryshme do të ishte një shërbim i madh për njerëzimin.

NJË VËSHTRIM NGA AFËR NEVOJËS PËR NJË SISTEM ARSIMOR TË SHENDOSHË

Nëse dëshirojmë ta reformojmë arsimimin e fëmijëve tanë, ne duhet ta sodisim me vëmendje sistemin arsimor në botën muslimane. Disa shkolla muslimane sot kritikohen për mungesën prej tyre të të kuptuarit në raport me natyrën e fëmijës, për shembull, mënyra se si ata mund t'i konsiderojnë lojërat fëmijërore si vese. Programi mësimor nuk është i bazuar mbi fazat e zhvillimit të fëmijës, ngaqë është kryesisht detyrues, i thatë dhe jofleksibil. Ai e injoron kureshtjen e fëmijëve dhe prirjen e natyrshme të tyre për t'u marrë me sport dhe për të luajtur lojëra. Në vend të kësaj, ai mbështetet mbi të mësuarit rutinë dhe mbajtjen në mend.

Historikisht, dy lloje të shquara shkollimi mund të identifikohen në botën muslimane. Së pari, ishte stili i arsimimit

Nga një studim të mbajtur bashkërisht nga gazeta Washington Post dhe Universiteti Harvard rezultoi se prioritetet e shumë burrave dhe grave ishin: "përballja me presionet psikologjike dhe ekonomike; përforcimi i lidhjeve familjare; komunikimi efikas me fëmijët dhe parapëlqimi që nënat ta kalojnë pjesën më të madhe të kohës së tyre në shtëpi me fëmijët". Prindërimi i mirë padyshim është prioriteti më i lartë.

REVISTA AL-USRA 2005



privat, i shëndoshë dhe mirë i dizajnuar për fëmijët e elitës, siç ishin sundimtarët dhe të pasurit. Fëmijët mësoheshin nga mësimdhënës mjaft të kualifikuar dhe të ndjeshëm, të cilët thirreshin (*mu'addib*) në pallatet private. Këta mësimdhënës/tutorë ishin instruktuar të përgatisnin fëmijë për udhëheqje dhe përsosuri. Sundimtarët si Mu'avijeh ibn Ebu Sufjan, Abdu'l-Melik ibn

Mervan, el-Haxhxhaxh eth-Thekafi, Harun er-Reshid dhe të tjerë kishin mësimdhënës të mëdhenj. Këtyre mësimdhënësve u jepeshin lehtësirat e duhura për t'i edukuar fëmijët në disiplinat e fesë, kulturës dhe letërsisë, si dhe në disa shkathtësi dhe praktika të caktuara. Një disavantazh i sistemit të mësimi një-me-një është se fëmijët janë të privuar nga avantazhet e mësimi brenda një grupi nxënësish. Kjo është në kontrast të dukshëm me sistemin e dytë të *kuttab*, shkollat për masat e gjera, ku mësoheshin vetëm disa pjesë të Kur'anit dhe aritmetika bazë. As mësimdhënësit e as lehtësimet nuk ishin adekuate. Mësimdhënësit e shfrytëzonin ndëshkimin fizik si mjet disiplinimi për nxënësit, i ndalonin fëmijët të luanin, dhe e shfrytëzonin të mbajturit në mend si metodë bazë për mësim. Kjo dysi historike në sistemin e arsimit ekziston në një masë të madhe edhe sot në disa vende muslimane. Prindërit e pasur i dërgojnë fëmijët e tyre në shkolla private qoftë në nivel lokal apo jashtë vendit, ndërsa të varfrit i dërgojnë fëmijët e tyre në shkolla publike të pajisura dobët. Shkollat private kanë burime financiare për të punësuar mësimdhënës të kualifikuar dhe ndjekin si programe mësimore të huaja ashtu edhe të veçanta, si dhe sigurojnë pajisje të shkëlqyera, përfshirë laboratorë, ndihmesa vizuale, biblioteka, kompjuterë dhe fusha sporti që nuk janë në dispozicion në shkollat publike. Fatkeqësisht, këto shkolla private të shtrenjta në vendet muslimane zakonisht prodhojnë studentë me pikëpamje negative për kulturën, trashëgiminë dhe fenë vendëse.

Viktima e vërtetë e shkollimit joadekuat është fëmija. Kjo humbje e “dritares së mundësisë” për të rritur dhe edukuar shumicën e kombit është e vështirë për t'u ndrequr pasi të jenë formuar mendjet dhe zemrat e individëve. Nëse dëshirojmë ta ringjallim Ummetin, ne duhet ta ndryshojmë mënyrën tonë të rritjes së fëmijëve (prindërit), si dhe sistemin tonë të arsimit (shkollimit). Kështu, ekziston një nevojë e skajshme për t'u përqendruar mbi vi-

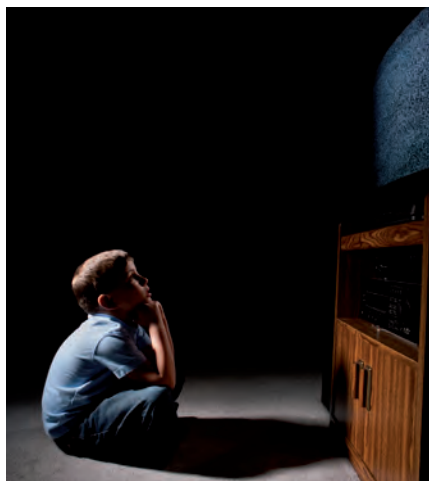
tet e hershme të fëmijërisë. Për të qenë të suksesshëm, ne duhet t'ia nisim duke iu drejtuar mësimdhënësve të parë: prindërve. Ata janë padyshim mësimdhënësit e shpirtit dhe zhvillues të karakterit.

Është e drejtë të thuhet se një model i mirë, i drejtpeshuar i prindërimit nuk ekziston sot në botën muslimane apo në Perëndim. Çdo shoqëri që kërkon ndryshim shoqëror duhet ta dijë se prindërimi është faktori kyç për arritjen e lumturisë – moralisht, shpirtërisht dhe materialisht. Në rend të parë, ne duhet t'i reformojmë konceptet dhe praktikat tona të prindërimit. Qasja ndaj prindërimit duhet t'i përfshijë si zemrën ashtu edhe mendjen. Mendja kërkon arsyetim, logjikë dhe strategji. Zemra kërkon ndjenja, dashuri, takt dhe frymë artistike.

Ndërtimi i qytetërimit (*imran*) kërkon shumë institucione, të cilat mund të jenë të suksesshme vetëm nëse menaxhohen nga individë që janë të ndershëm, kreativë, efektivë, të besueshëm dhe që punojnë brenda një ambienti konsultativ. Rritja e individëve të fortë në mendje, trup, shpirt dhe karakter më së miri i besohet institucionit të familjes – prindërve. Kjo detyrë nuk mund t'iu lihet shkollave, mediave dhe qeverive, ndonëse ata mund të ndihmojnë mjaft. Asnjë entitet nuk është më i aftë t'i mbrojë, apo nuk është natyrshëm i etur t'ia nxisë, interesat më të mira të fëmijëve se prindërit. Është një vetëmohim dhe dhembshuri e madhe që e shënon të qenit prindër sa që, aty ku çdo person do të dëshironte që ai/ajo të ishte më i miri në botë, janë vetëm prindërit ata që dëshirojnë që fëmijët e tyre të jenë më të mirë se ata vetë.

Nëse janë të bindur, prindërit sinqerisht do të sakrifikojnë dhe do të bëjnë gjithçka që duhet, për të rritur fëmijë në mënyrën më të mirë të mundshme. Kur dikush u flet prindërve për interesin më të mirë të fëmijëve të tyre, ata dëgjojnë. Ata vetëm nevojitet ta kuptojnë se si t'i njëmendësojnë ata. Ndërgjegjësimi i prindërve për përgjegjësinë e tyre është pikënisja. Prindërimi është një detyrë e përrjetshme, jo vetëm pesë vitet

e para, ndonëse kjo mund të jetë periudha më e rëndësishme. Në këtë fazë të hershme, prindërit janë lojtarët kryesorë, ndonëse më vonë ata kanë fuqinë të vazhdojnë të luajnë një rol efikas në formësimin e karakterit dhe stilit të jetesës të fëmijëve të tyre nëse dinë se si t'i udhëheqin ata siç duhet.



Njësia familjare në SHBA

Në librin e saj, *Duhet një fshat për të rritur fëmijë* ("It Takes a Village to Raise a Child"), Hillary Clinton (1996), Sekretare e Shtetit e SHBA thotë se 40 për qind e vajzave adoleshente mbeten shtatzëna para moshës 20-vjeçe, dhe se një milion e gjysmë aborte kryen çdo vit. Shumë amerikanë e planifikojnë zbatimjen e fundjavës së tyre më mirë seç i planifikojnë familjet e tyre. Clinton vazhdon: numri i lindjeve të paligjshme ka kërcyer nga pesë për qind më 1960 në 25 për qind më 1996. Njëzetë për qind e fëmijëve jetojnë në varfëri. Vrasja dhe vetëvrasja marrin thuajse 7.000 fëmijë çdo vit; ndërsa 135.000 fëmijë sjellin armë në shkollë çdo ditë. Fëmijët, të pasur dhe të varfër, vuajnë nga abuzimi, neglizhenca dhe probleme emocionale të evitueshme. Një në tre amerikanë ka mbipeshë, që është rritje nga një në katër gjatë viteve 1970-të.

Sekretarja Clinton shkruan se një 17-vjeç mesatar tashmë ka shikuar 18.000 vrasje në

TV. Studenti mesatar amerikan ka kaluar mes 15.000 deri 20.000 orë duke shikuar televizion, krahasuar me 11.000 orë në shkollë. Fëmija mesatar amerikan shikon çdo vit më shumë se një mijë përdhunime, vrasje, grabitje të armatosura dhe sulme të stilizuara apo eksplicite në televizion.

Përse një fëmijë që e shikon krizën Nixon Watergate më 1972, do të mendonte se është gabim për këdo që të futet me dhunë në zyrat e Partisë Demokratike, kur ai apo ajo do të kenë shikuar shumë të ngjashme në TV çdo natë dhe t'i kenë konsideruar ato si vepra heroike? Fëmijët bëhen të pandjeshëm kur shikojnë gjithë ato krime përditë dhe kjo bëhet pjesë normale e jetëve të tyre.

Prindërit duhet të bëhen të ndërgjegjshëm për porositë e gabuara ndaj të cilave janë të ekspozuar fëmijët e tyre, t'i mbrojnë ata kundër kësaj dhe të llobojnë në mënyrë aktive për pakësimin e këtyre dukurive negative. Sasitë e mëdha të literaturës amerikane për prindërimin që janë në dispozicion nuk e kanë pasur ndikimin e kërkuar. Ndaj, ne duhet të hulumtojmë se përse, me aq shumë këshillim dhe dekada kërkimesh, prindërimi duket sikur është duke e marrë kthesën nga më e keqja.

Theksi i përgjithshëm në Hollywood është mbi pamjen fizike, mbi trupin e jashtëm, në vend të arritjes intelektuale dhe bukurisë së moralit dhe etikës. Ka statuja lakuriqe burrash dhe grash në sheshet publike. Garat e bukurisë të përqendruara mbi trupat e grave janë të zakonshme dhe atyre u mungon moraliteti dhe përsëritshmëria. Kjo është komercializuar deri në atë masë, sa që ekzistojnë gara bukurie për qen dhe mace! Doktrina islame është se Zoti është i bukur, dhe Ai e do bukurinë të gjithçka; por fokusi më i madh është mbi bukurinë e karakterit, vlerave dhe moralitetit.

Kur bëhet fjalë për problemet familjare si drogat dhe çështjet e seksualizmit, mënyra se si ne i përkufizojmë problemet e dikton natyrën e zgjidhjes. Nëse ne i përkufizojmë çështjet si ekonomike, zgjidhja do të jetë

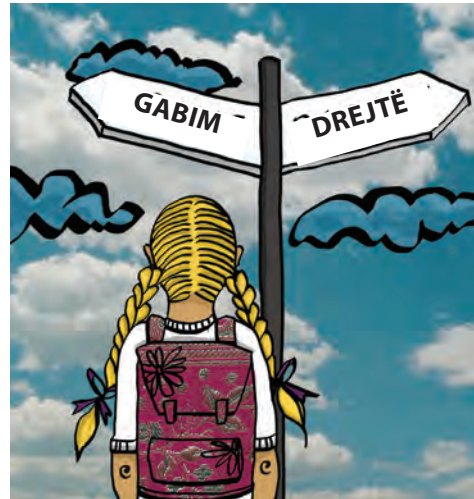
ekonomike. Nëse ato projektohen si të liga shoqërore, ilaçi do të jetë në parim shoqëror; nëse shikohen si fizike, përgjigja do të jetë e natyrës fizike. Për shembull, shpesh thuhet se problemi i drogës është ai i furnizimit dhe jo i kërkesës. Kjo ka çuar në një investim qeveritar të jashtëzakonshëm në pajisje, përfshirë anije dhe aeroplanë, për ta ndaluar furnizimin. Fokusi është mbi aspektin ekonomik të kësaj çështjeje. Megjithatë, në realitet, kjo nuk e ka zgjidhur problemin dhe të zotët e drogës vazhdojnë të përfitojnë jashtë mase shumë nga tregtia e tyre e pistë. Është koha që shoqëria t'iu referohet këtyre çështjeve po ashtu edhe si morale, shpirtërore dhe shoqërore, dhe t'i trajtojë ato në përputhje me to.

MITET E ZAKONSHME PËR PRINDËRIMIN NË AMERIKË

Konflikti midis qëllimeve dhe mjeteve në shoqërinë amerikane krijon një masë të madhe konfuzioni në mendjet e fëmijëve. Në librin e tij *Përse John nuk mund ta dallojë të mirën nga e keqja* ("Why John Can't Tell Right from Wrong"), William Kilpatrick (1993) shpjegon se prindërit dëshirojnë që fëmijët e tyre të jenë të ndershëm, të besueshëm, të drejtë, të kenë vetëkontroll dhe të jenë të respektueshëm. Çfarë i pengon prindërit t'i zhvillojnë këto tipare te fëmijët e tyre? Pjesë e përgjigjes shtrihet në ndikimin e miteve të fuqishme për rritjen e fëmijëve. Ne do t'i vështrojmë këto mite në më shumë detaje në kapitullin vijues, por megjithatë këtu kemi listuar disa mite të zakonshme që janë specifike për njësinë familjare në Amerikë. William Kilpatrick i kritikon vijueset:

a) **Për shkak se Shtetet e Bashkuara u ndërtuan kryesisht mbi idenë e individualizmit të fortë kur u themeluan SHBA-të, fëmijët duhet të rriten pa autoritet.** Një burrë shkoi në pyll, ndërtoi shtëpinë e tij, kultivoi ushqimin e tij dhe vendosi biznesin e vet, duke e mbrojtur gjatë gjithë kohës veten dhe familjen e tij nga bishat e egra, hajdutët

dhe qeveritë e huaja. Ai iku nga autoriteti. Pelegrinët e krishterë të hershëm nga bindje të ndryshme erdhën në atë që asokohe ishin Trembëdhjetë Kolonitë, një tokë e gjerë ku kishte pak, apo aspak qeverisje, për t'u arratisur nga ngacmimi i qeverive në Angli, Francë dhe Gjermani, të cilat i shtypnin të drejtat e tyre njerëzore dhe ua kishin marrë lirinë. Shumë amerikanë, që kanë përfituar nga ideja e autoritetit qeveritar të kufizuar, mendojnë se është më mirë të rriten fëmijët me pak, apo aspak autoritet. Megjithatë, fëmijët kanë nevojë për kujdes prindëror të shkathët dhe autoritet për t'i edukuar ata si njerëz të dashur, ndërsa të rriturit nuk kanë nevojë për këtë.



b) **Miti "Fëmija i keq i mirë".** Fëmijët e "këqij" janë të portretizuar si të dashur dhe të lumtur. Tom Sawyer dhe Buster Brown, dy personazhe popullore nga librat me tregime amerikane janë shembuj nga e kaluara; Dennis Trazovaçi, Bart Simpson, Maskarenjtë e vegjël dhe çamarokë të tjerë të "dashur", që paraqiten në rolet kryesore në filma dhe në televizion janë shembuj nga e tashmja. Kjo traditë ushtron një shtrëngim të fuqishëm mbi imagjinatën, ashtu që fjala "bindje" bëhet një fjalë e pisët në vokabularin e fëmijës.

c) **Miti se dashuria vetvetiu e ruan "mirësinë e natyrshme" të fëmijës.** Kjo është ideja e konceptuar nga Rousseau, se virtyti do të kuj-

Shtatë mëkatet e tmerrshme në Krishterim

Grykësia, babëzia, përtacia, zilia, zemërimi, mburra dhe epshi

deset për vete nëse fëmijët thjesht lejohen të rriten në mënyrën e tyre. E gjithë ajo që duhet ta bëjnë prindërit është “dashuria” për fëmijët e tyre; dashuria, sipas Rousseau, do të thotë mosndërhyrje dhe liri e plotë.

ç) **Miti për “dijen profesionale” që është gjithmonë e drejtë dhe nuk gabon kurrë.** Prindërit kanë hequr dorë nga përgjegjësia e tyre dhe atë ia kanë lënë “ekspertëve” për rritjen e fëmijëve të tyre. Shumica e ekspertëve për rritjen e fëmijëve pajtohen me mitin e mësipërm të “mirësisë së natyrshme”, ndaj kemi një situatë ku një mit e mbështet një tjetër. Ekspertët janë të prirë të vënë theks të tepruar mbi natyrën e veçantë, kreative dhe spontane të fëmijëve. Disa ekspertë thjesht dëshirojnë që prindërit t’ia përshtatin veten fëmijëve të tyre, në vend që prindërit t’i mësojnë fëmijët t’i ndjekin rregullat dhe t’i binden autoritetit.

d) **Miti se “problemet morale janë probleme psikologjike”.** Problemet e sjelljes shihen si probleme vetëvlerësimi apo si rezultat i nevojave psikologjike të paplotësuara. Shumë ekspertë për fëmijë nuk pajtohen me idenë se shumica e problemeve të sjelljes janë rezultat i dëshirave apo thjesht “tekave” të fëmijëve. Shumë libra i janë përkushtuar “vetëvlerësimit”, ndërsa fjala “karakter” nuk ka të ngjarë të gjendet askund. Vlen të shënohet se një studim i artikujve për rritjen e fëmijëve në revistat “The Ladies’ Home Journal”, “Women’s Home Companion” dhe “Good Housekeeping” për vitet 1900, 1910 dhe 1980, konstatoi se një e treta e tyre ishin për zhvillimin e karakterit.

dh) **Miti se “prindërit nuk kanë të drejtën t’i rrënjosin vlerat e tyre te fëmijët.** Disa njerëz polemizojnë se fëmijët duhet t’i krijojnë vlerat e veta. Në realitet, fëmijët

kanë pak gjasa për ta bërë këtë, ngaqë edhe njerëz të tjerë në shoqëri dëshirojnë t’i imponojnë vlerat e tyre. A ka kuptim për prindërit të mbeten vëzhgues neutralë kur çdokush tjetër (që nga skenaristët, te zbatimësit, te reklamuesit, te edukatorët seksualë), këmbëngulin për t’ua shitur vlerat e tyre fëmijëve? Njëra mënyrë për përkufizimin e vlerave është të mendohet për mëkatet.

e) **Miti “Familja me një prind është po aq e mirë sa edhe familja me dy prindër”.** Formimi i karakterit është një detyrë e vështirë, madje edhe kur dimë se si ta bëjmë këtë. Shkurorëzimi akoma më shumë e vështirëson formimin e karakterit. Norma e shkurorëzimit është shumë e lartë, duke prekur mbi gjysmën e familjeve amerikane. Fëmijët nga familjet me një prind janë më të rrezikuar për të rënë viktimat të përdorimit të drogave, delikuencës, problemeve emocionale dhe shtatzënive të padëshiruara. Kur themi këtë, ne nuk e mohojmë që fëmijët nga të gjitha familjet janë të aftë për përshtatje psikologjike të shëndoshë. Psikiatri britanik D.W. Winnicott njëherë e ka sajuar shprehjen “nënë mjaft-e-mirë”, në kuptimin se që një fëmijë të zhvillojë një vetë të shëndoshë, nëna duhet të jetë “nënë mjaft-e-mirë” që lidhet me fëmijën me “preokupim primar amënor”. Kjo vlen si për baballarët ashtu edhe për nënat në familjet me një apo me dy prindër. Një prind i kujdesshëm në një familje me një prind mundet vërtet të bëjë punë më të mirë për rritjen e fëmijëve, sesa prindërit e pakujdesshëm në familje me dy prindër. Për më tepër, nëse një prind i vetëm ka anëtarë të familjes së zgjeruar që ndihmojnë dhe një vend pune të favorshëm për familjen (nëse ai apo ajo punon), ai/ajo mund ta kryejë më mirë detyrën e prindërimit, sesa një prind i paditur i një familjeje me dy

prindër. (Ne diskutuam për prindërit e vetëm më sipër në këtë kapitull).

ë) **Miti i “familjes pastërtisht sekulare” si shembulli më i mirë për ta ndjekur.**

Në qytetërimet hebraike, romake dhe greke të së kaluarës, e madje edhe në Amerikë gjatë shekujve tetëmbëdhjetë dhe nëntëmbëdhjetë, ideja e shenjtërisë së familjes ka qenë rregull, jo përjashtim. Shumë rituale apo lexime të shkrimeve të shenjta janë bërë në shtëpi. Jeta në familje është ndërlidhur me diçka më të madhe se vetja, me një vizion dhe qëllim më madhor. Ky vizion i dyfishtë i familjes edhe si e shenjtë në vete, dhe si një strukturë bren-



da një kornize të shenjtë më të madhe, u ka dhënë autoritet të shtuar prindërve, dhe iu ka shtuar forcë lidhjeve familjare.

Familjet që gëzojnë besnikërinë e fëmijëve të tyre ia dalin të përçojnë një ndjenjë se ata janë të angazhuar në punë të rëndësishme: në vazhdimin e një besimi, tradite, zanati, filozofie, apo vizioni për atë se si duhet të jenë gjërat. Fatkeqësisht, shumë familje sot nuk përfaqësojnë asgjë. As “kisha të vogla”, as “qeveri të vogla”, ato janë më tepër si “hotele dhe restorante të vegjël”: vende ku dikush qëndron përkohësisht pa ndonjë ndjenjë të veçantë zotimi. Në thelb, vlerat dhe etika janë banalizuar dhe marginalizuar deri në atë masë sa “gjithçka kalon” dhe asgjë nuk ka rëndësi!

Çfarë e ndryshoi familjen nga një komunitet në një grumbull individësh, ku gjithsecili

e ndjek përmbushjen e vet? Shumë psikologë modernë amerikanë mund të fajësohen për këtë. Theksi i tyre nuk është vënë mbi familjen apo martesën, por më tepër mbi ndarjen dhe individualizimin. Alfred Adler, i konsideruar baba i vijës optimiste amerikane të psikologjisë, e ka quajtur teorinë e tij “psikologjia individuale” (studimi humanist i shtytjeve, ndjenjave, emocioneve dhe kujtesës në kontekst të planit jetësor të përgjithshëm të individit). Dr. Sardar Tanveer (profesor i edukimit në Universitetin e Cincinnati) thotë se konceptet “Unë” dhe “vetë” fuqishëm mbrohen nëpër klasat, ku mësimdhënësit u thonë studentëve: “ti vendos, jo prindërit e tu”, “ti bëje atë që të pëlqen”. Për shembull, një vajzë i tha gjyshes së saj: “Ti nuk mund të më urdhërosh, ti nuk je madje as nëna ime”. Atëherë gjyshja iu përgjigj: “Por unë jam nëna e nënës tënde”. (Seminar në Qendrën ADAMS, 1997).

Në një mjedis të përshpirtshëm, fëmijët nuk “marrin urdhra” nga prindërit, të gjithë frymëzohen nga Zoti, ashtu siç i kuptojnë urdhëresat e Zotit në librat e shenjtë. Prania e rregullave fetare të qarta pozitive që e tregojnë sjelljen e drejtë dhe të gabuar, e bën prindërimin fetar më me autoritet, sesa prindërimi nga prindër jo-fetarë.

Modelet fetare janë më të zakonshme në kulturat lindore, që kanë një ndjenjë të fuqishme të familjes dhe ritualit familjar. Në familjet amerikane nuk ka mbetur shumë nga tradita, ku rituali i vetëm ditor që praktikohet është rituali i shikimit të televizorit. Kjo është satirizuar nga titrat hapëse të programit televiziv të quajtur *The Simpsons*, i cili, për ironi, është një program televiziv. Megjithatë, do të ishte gabim të përgjithësohet dhe të vlerësohet se kulturat lindore janë më të mira se kulturat perëndimore. Lidhjet familjare në Shtetet e Bashkuara janë dobësuar nga shfaqja e një modeli të “kontratës shoqërore” të familjes, ku egoizmi racional e zëvendëson detyrimin absolut. Mendimi ynë është se këto familje nuk fun-

ksionojnë nëse anëtarët e tyre i shohin ato si kompani aksionare, të formuara për leverdi të tyre, më tepër se të qenit të bazuara mbi lidhje detyre dhe dashurie. Rritja e fëmijëve apo bërja që një martesë të ketë sukses gjatë gjithë jetës, kërkon sakrificë personale që mund të duken joracionale, nëse vështrohen nga baza kosto-përfitim.

Kur një burrë erdhi te Umer ibn Hattabi r.a., dhe i tha se dëshironte të shkurorëzohej nga e shoqja për shkak se ai nuk e dashuronte atë, Umer ibn Hattabi r.a., tha: "Mjerë ti! A janë familjet të ndërtuara vetëm mbi dashuri? Ku është detyra jote prej bariu dhe kujdesi?"

(AL-HASHMI, 1999)

Familja e krishterë amerikane me një zotim fetar të fortë e thotë lutjen e falënderimit para vaktit, dhe i bën lutjet e mbrëmjes dhe liturgjitë familjare të rregullta, që e ndjekin kalendarin liturgjik të Kishës. Këto veprime japin një ndjenjë qëllimi dhe misioni. Qendra e jetës fetare është shtëpia, që bëhet vend i shenjtë, ndërsa përparësi është zhvillimi moral dhe shpirtëror i fëmijëve. Theks i madh vendoset mbi respektin për prindërit dhe kushërinjtë më të vjetër, si gjyshërit/gjyshet, dajallarët/xhaxhallarët, hallat/tezet. Kontakt i afërt mbahet me kushërinjtë, ndërsa festat fetare kryesore janë raste për bashkime të

gëzuara. Prandaj, nuk duhet të na habitë se ndonëse grupet praktikuese çifute jetojnë në zona urbane të populluara dendësisht, fëmijët e tyre janë jashtëzakonisht të çliruar nga drogat, dhuna dhe seksi i papërgjegjshëm, të liga këto nga të cilat vuajnë fëmijët e tjerë urbanë. Vrojtme të ngjashme vlejné edhe për familjet muslimane amerikane.

MËSIMET NGA MASAKRA NGA SHKOLLA E MESME NË COLUMBINE

Masakra e 20 prillit të vitit 1999 në shkollën e mesme në Columbine, në Littleton, Colorado, rezultoi me 15 të vdekur, 26 të plagosur dhe qindra të traumatizuar. Disa incidente të dhunshme të tjera ndodhën më pas nëpër shkolla në Georgia, Kentucky, Arkansas dhe Virginia. I ndjeri Profesor Dirlawa Siddiki u përqendrua mbi problemin e karakterit të keq. Disa analistë e fajësonin sistemin e shpartalluar familjar, të tjerët flisnin për shumë dhunë në medie, ndërsa të tretët e fajësonin qasjen e lehtë ndaj revoleve dhe armëve kundër-personale të ngjashme me bombat thërrmuese. E megjithatë diçka domethënëse mungonte nga analiza, domethënë *përgjegjësia personale dhe llogaridhënia për veprimet*. Bindjet, qëllimet dhe qëndrimet, si dhe fjalët tona, kanë pasoja. Ne



do të mund ta përmbledhim këshillën e Sid-diqui-t për prindërit si vijon:

- Komunikimi njerëzor, arsimimi dhe ndërveprimet duhet t'i nxisin vlerat e duhura.
- Fëmijët duhet t'i mësojnë bindjet dhe standardet e të drejtës dhe të gabuarës.
- Interpretimet relativiste për atë se çfarë është e vërtetë rezultojnë me kaos në shoqëri. Një relativist pretendon se çka është e drejtë dhe e gabuar varet nga rrethanat (jo nga parimet e përhershme).
- Një fëmijë i shëndoshë duhet gjithsesi t'i mësojë vlerat thelbësore universale (si e vërteta, ndershmëria, drejtësia dhe paqja).
- E mira dhe e liga nuk duhet të kenë mundësi të barabartë për të përparuar kudo qoftë. Ne duhet t'iu mësojmë fëmijëve bindje pozitive, dhe të ndihmojmë në çrrënjosjen e atyre negativeve sa më shumë që të mundemi.

Në vend të mbrojtjes së kriminelëve si viktima të shoqërisë, ne duhet ta mbajmë çdonjërin përgjegjës për veprimet e tyre. Ne duhet t'i vlerësojmë veprimet tona të krahasuara me parimet tona. Ne nuk duhet të pohojmë se kushdo tjetër në gjendjen tonë do të sillte njësoj, apo mbase edhe më keq. Nëse nuk ndodh prindërimi i duhur, apo derisa të ndodh një i tillë, ne mund të presim që këto krime të dhunshme të vazhdojnë, në mos edhe të shtohen.

MËSIMI I VLERAVE FËMIJËVE: DEBATI KONSERVATOR-LIBERAL

Në një artikull: "Only Way to Teach Values: Help Kids Discover Them" ["E vetmja rrugë për t'i mësuar vlerat: Ndhmoni fëmijët që t'i zbulojnë ato" (*Chicago Tribune* 1998)], Eric Zorn vlerëson se: "e vetmja rrugë për t'ua mësuar vlerat është t'iu ndihmohet fëmijëve t'i zbulojnë ato. Konservatorët shoqërorë e vënë theksin mbi zhvillimin e virtytit, të menduarit etik dhe sjelljen morale. Fëmijët nuk i fitojnë në mënyrë magjike këto cilësi, hiç më shumë seç mund ta mësojnë matematikën në mënyrë magjike. Vënia e të gjitha

shpresave për edukimin e karakterit jashtë shkollës ka rezultuar si naive në një epokë të familjeve të përçara, të zëna me punë, dhe kulturës popullore me vlera të zbehta".

Eric Zorn e mbështet edukimin e karakterit në shkolla. Ai vëren se e majta i ka bërë ballë rikthimit të edukimit të karakterit në shkolla, ngaqë kjo do të mund të sugjeronte përshtatje të pamenduar, mendjengushtësi dhe intolerancë. Megjithatë, fëmijët që rriten pa edukim moral të mirë janë po aq të pafavorizuar sa edhe fëmijët që rriten të varfër, të sëmurë, të pastrehë apo të abuzuar.

Zorn e citon Larry Nucci-n: "Qëndrimi i

Fëmijët, njehsimi dhe etika

Nga fëmijët nuk pritet që t'i zbulojnë parimet e njehsimit vetë. Ngjashëm, kur bëhet fjalë për etikën, moralitetin dhe vlerat, prindërit duhet t'i mësojnë fëmijët e tyre.

kompromisit që po shfaqet, e pranon se fëmijët nuk mund të ushqehen me lugë me të vërtetën. Ata duhet të angazhohen të mendojnë shumë dhe ta zbulojnë atë. Mirëpo, në të njëjtën kohë, gjithsesi, ata nuk janë të rritur, prandaj edukatorët duhet ta luajnë rolin e përcaktuar në udhëzimin e tyre. Shoqëria duhet të ketë vlera të ndara si pikënisje – kjo nuk është thjesht falas-për-të-gjithë". Si të bëhet kjo pa e shndërruar edukimin e karakterit në thjesht "koleksion porosish dhe nxitjesh jo thelbësore, të përpiluara për t'i bërë fëmijët të punojnë më me zell dhe ta bëjnë atë që u thuhet", mbetet një problem sipas Alfie Kohn. Kohn ka treguar se qasja e karotës-dhe-shkopit ndaj edukimit moral (që tani është forma mbizotëruese), i lë fëmijët me një të kuptuar primitiv të virtytit si "pranim jokritik i të vërtetave të gatshme". Ky lloj i të kuptuarit realisht nuk lëshon rrënjë në karakterin e një personi, dhe nuk çon në empati, skepticizëm dhe cilësi të tjera moralisht të sofistikuar. Futja e edukimit të karakterit nëpër shkolla është një ide e mirë dhe e domosdoshme; kjo është gjithsesi më mirë se kurrfarë edukimi të karakterit! Me sa duket e me-

smja e kësaj do të ishte: Mos ia detyroni vlerat fëmijëve, por as mos ua lini ata të vetëm, ngaqë ata janë të rinj dhe kanë nevojë për udhëheqje. Prindërit e kanë përgjegjësinë për t'i udhëhequr fëmijët dhe për t'iu ndihmuar atyre t'i zbulojnë vlerat vetë kurdo që kjo të jetë e mundur.

Fëmijët që rriten pa edukim moral të mirë janë po aq të pafavorizuar sa edhe fëmijët që rriten të varfër, të sëmurë, të pastrehë apo të abuzuar.

Familjet në vendet muslimane kundrejt atyre në Shtetet e Bashkuara

Dija jonë njerëzore është e kufizuar, nuk është absolute. Ka shumë sfida me të cilat përballen familjet, pavarësisht se ku jetojnë ato. E megjithatë disa familje përballen me probleme më serioze se të tjerat. Urbanizimi, industrializimi dhe shekullarizimi kanë ndikim të madh mbi familjet që jetojnë në qytet. Disa nga problemet në qytetet e mëdha në Shtetet e Bashkuara janë të numëruar më poshtë:

- Seksi jo-martesor është bërë tërheqës, atraktiv dhe i arritshëm, që rezulton me shfrenim seksual më të madh.
- Vallëzimi i përzier, noti i përzier dhe muzika e nxitur që ka për orientim seksin janë të përhapura gjerë.
- Takimet e dashurisë, që detyrojnë kontakt fizik (puthje, përqaftime, përkëdhelje), është sistem i pranuar për burrat dhe gratë për ta njohur njëri-tjetrin, dhe u mësohet fëmijëve nga prindërit si një normë e pranueshme.
- Lakuriqësia në gardërobat publike me dollapë për veshje dhe banjat publike është e zakonshme. Nevojtoret mund të mos kenë dyer në disa shkolla; privatësia është humbur në banjë.
- Përmbajtja para martesës nuk është mjaft e theksuar. Prezervativë u shpërndahen nga disa shkolla, e madje edhe kisha të rinjve të pamartuar.
- Disa mësimdhënës u thonë fëmijëve “bëni si të doni dhe si të mendoni”, pa kufizime morale, dhe se epshi dhe dëshira duhen nxjerrë jashtë dhe nuk duhen shtypur. Ata po ashtu mësojnë se individi, e jo Zoti, është autoriteti i fundit.
- Pirja e alkoolit është e zakonshme dhe tolerohet, madje edhe nxitet.
- Abuzimi me drogë është i papërmbajtur. Armët dhe dhuna janë të zakonshme në shkolla dhe ndër fëmijët në vende publike. Shfaqjet televizive e promovojnë dhunën.
- Aborti është duke u praktikuar gjerësisht. Madhësia e familjes është duke u zvogëluar, me tendencë drejt familjes bërthamore, në kontrast me familjen e zgjeruar.
- Shumë burra veshin rroba të ngushta, ndërsa gratë vënë makijazh dhe parfum për t'u bërë tërheqëse. Shumë njerëz mbulojnë gjithnjë e më pak nga trupi i tyre për të qenë më joshës. Martesa e hershme nuk nxitet, që rezulton me praktika seksuale të papërgjegjshme.
- Norma e shkurorëzimit është e lartë dhe familjet me një prind janë duke u shtuar me të madhe.
- Fëmijë që kanë fëmijë është bërë dukuri gjithnjë e më e zakonshme, dhe ngaqë janë dekurajuar martesat e të rinjve, rezultati është nëna të pamartuara. Profesori Olasky thotë se 85 për qind i nënave në moshë të re në vitet 1950 ishin të martuara deri në kohën kur lindnin foshnjat (Olasky 1994).
- Homoseksualizmi po bëhet një praktikë e pranuar, normale dhe e përligjur. Gjithnjë e më shumë shtete janë duke e legalizuar martesën e së njëjtës gjini.
- Gjithnjë e më shumë qytetarë të moshuar mbahen në shtëpi pleqsh, në vend se të qëndrojnë me fëmijët dhe nipërit apo mbesat e tyre.
- Virgjëria para martesës është e rrallë. Një zonjë e virgjër në të 20-tat e saj mund

të konsiderohet si jotërheqëse dhe e padëshiruar. Shumica praktikojnë seks para martesës; përkora seksuale është në pakicë.

- Familja po çintegrohet shkallëshkallshëm, ndërsa lidhjet familjare (*silet er-rehm*) dhe vlerat janë duke u dobësuar.
- Kënaqësia seksuale me cilindo të rritur që pajtohet për të, konsiderohet si çështje thjesht personale.
- Sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale (SNS) janë të zakonshme, përfshirë edhe SIDA-n.
- Familjet i zhvendosin vendet e tyre të punës dhe vendet e qëndrimit më shpesh; ato janë bërë tejet të lëvizshme.
- Shumë gra duhet të mbështeten tek vetja dhe asnjë i afërm familjar nuk është i detyruar t'ia marrë mbi vete përgjegjësitë e tij ndaj saj si kujdestar dhe mbrojtës i saj, moralisht dhe financiarisht.
- Gratë dhe burrat janë më të pavarur dhe janë më të gatshëm për të marrë rreziqe mbi vete. Më shumë familje kanë dy bashkëshortë që punojnë.
- Është një dallim më i vogël midis roleve të meshkujve dhe të femrave.

Nga ana e plusit, familjet urbane në Shtetet e Bashkuara kanë shumë përfitime:

- Ka më shumë pjesëmarrje qytetare dhe respekt për të drejtat e të tjerëve.
- Ata gëzojnë standarde më të larta të jetesës.

- Ka nivel shumë më të lartë shkrimi e këndimi.
- Ka më shumë pjesëmarrje në shërbimet shoqërore dhe punët publike. Edhe pse lidhjet familjare janë të dobëta, mbështetja më e madhe mbi institucionet shoqërore është e zakonshme në Shtetet e Bashkuara.
- Ka më shumë liri dhe më shumë alternativa për arritjen e qëllimeve personale.

Nëse bëjmë krahasimin, familja në botën muslimane ka disa nga këto karakteristika:

- Familjet në përgjithësi janë më autoritare dhe mbrojtëse. Krahasuar me Shtetet e Bashkuara, fëmijëve u mungon vetëbesimi, guximi dhe inovacioni. Ata kanë frikë të ballafaqohen me prijësit dhe eprorët e tyre.
- Lidhjet më të forta familjare veprojnë si garanci për sigurinë në një shoqëri ku puna shoqërore dhe fryma ekipore janë të dobëta.
- Familja është një sistem i menaxhuar nga një njeri, ku konsultimi zë pak vend. Pabarazia gjinore ndër anëtarët e familjes është më e zakonshme.
- Shumë familje fetare muslimane janë jotërheqëse dhe jofunksionale. Ngjarjet fetare përjetojnë më shumë si rituale dhe urdhra, sesa si raste të lumtura shpirtërore.



Për shkak se gjithnjë e më shumë familje muslimane tani jetojnë në qytete, është me rëndësi të njihen vështirësitë në të cilat hasin njerëzit e qytetit. Prindërimi është më i vështirë në qytet.

Histori të muslimanëve që jetojnë në Britani

Z. Bekri, nga Mosuli, Irak, ndoqi një Kolegj Ushtarak të lartë në Angli. Në dhomën për dush të kolegjit, çdokush lahej lakuriq, përveç z. Bekrit, ngaqë ai i mbante veshur të brendshmet. Oficeri i tij e pyeti me habi: "Përse nuk i zhvesh brekët e tua?" Z. Bekri me kujdes ia shpjegoi se muslimanët nuk i nxjerrin në shesh pjesët private (avreh), ngaqë privatësia personale është me rëndësi madhore.

Z. Muhammedi, që studionte në Universitetin e Birminghamit, Angli, u pyet nga qiradhënësja e tij: Përse nuk ke të dashur? Mos je homoseksual?" Ai i shpjegoi asaj se seksi në Islam lejohet vetëm midis bashkëshortëve!

Përgjithësimet e mësipërme nuk kanë për qëllim të tregojnë se cili sistem familjar është më i mirë. Ato vetëm ngrenë çështje relevante që duhen menduar dhe studiuar me qëllim të zbatimit të mjeteve korrigjuese të prindërimin në të dy sistemet. Në realitet, ka pasur një ndikim të fuqishëm nga kultura perëndimore mbi familjet dhe prindërimin në botën muslimane. Këto ndikime kanë pasur rezultate të përziera: disa janë pozitive, të tjerat negative.

Në sistemet arsimore shekulare, njerëzit e kanë zëvendësuar Zotin si autoritet i fundit, ndërsa materializmi është bërë ideologji mbizotëruese. Të kuptuarit shkencor i gjithësisë varet vetëm mbi shkakun dhe pasojën. Ndonëse ky diskurs shkencor na pajis me shumë detaje magjepsëse për aspektet materiale të gjithësisë, ai nuk na ofron një botëkuptim gjithëpërfshirës të drejtpeshuar të asaj që ne e shohim dhe të asaj që qëndron prapa asaj që ne e shohim. Botëkuptimi musliman e pranon Njëshmërinë e Zotit (*tevhid*), amanetin njerëzor (*emaneh*) dhe përgjegjësinë për zhvillimin e tokës (*imran – istihlaf*), me llogaridhënien e plotë në Botën e Përtejme.

NDIKIMI PERËNDIMOR MBI PRINDËRIMIN MUSLIMAN

Me vërshimin e medieeve perëndimore dhe dominimin arsimor të Perëndimit, praktikat familjare shekulare kanë pasur një ndikim të konsiderueshëm mbi familjet muslimane. Në librin e tij (në arabisht) "Drejt arsimimit islam (*terbijeh*) të lirë në qeveritë dhe vendet muslimane", Ebu'l-Hasan en-Nedwi thërret për reformë gjithëpërfshirëse të sistemit arsimor. Ai e citon ndikimin negativ të programeve mësimore perëndimore, që e destabilizojnë personalitetin dhe e dobësojnë besimin. Një brez të diplomuarish është edukuar që është i pavlerë, me shkolla që prodhojnë sundimtarë dhe administratorë që e luftojnë fenë, i shtypin besimtarët dhe i detyrojnë vendet e tyre drejt gremisjes ekonomike. Arsimimi modern që iu është imponuar shoqërive muslimane prodhon të rinj që janë konfuz, të paaftë për të luftuar për një kauzë morale, apo për të zhvilluar një botëkuptim të drejtpeshuar që e përfshin materialen dhe shpirtëroren.

Ajo që mund të jetë e mirë për kulturat e tjera mund të mos jetë e përshtatshme për fëmijët muslimanë. Kur dijetarët amerikanë i komentojnë sukseset e mëdha të shkollave japoneze, ata theksojnë se pjesa më e madhe e asaj që është e mirë për Japoninë nuk është e përshtatshme për Shtetet e Bashkuara, për shkak se ato janë dy sisteme kulturore të ndryshme. Kopjimi i verbër i kulturave shkaktonte probleme të shumta. Prindërimi është një detyrë delikate dhe duhet trajtuar me dije dhe urtësi.

Kombet i përgjigjen perëndimorizimit dhe modernitetit në mënyra të ndryshme. Profesi Ali Mazrui (Universiteti Shtetëror i Nju Jorkut) shpjegon se kur çështja "a mund të modernizohemi ekonomikisht pa u dashur të perëndimorizohemi kulturalisht?" u parashtrua në Japoni, Turqi dhe Afrikë, u shfaqën tri skenarë të ndryshëm. Japonezët u përgjigjën: "Po. Ne mund t'i kemi teknikat perëndimore dhe ta ruajmë frymën japone-

ze. Turqit, të cilët e bartin trashëgiminë e Mustafa Kemal Atatürkut, u përgjigjën: “Jo, perëndimorizimi kulturor është e vetmja rrugë drejt modernizimit”. Turqia kemaliste gjatë gjithë shekullit të njëzetë bëri çmos për t’ia imponuar perëndimorizimin popullit të vet, përfshirë edhe shfuqizimin e alfabetit arab dhe pranimin e atij latin; nxjerrjen jashtë

ligji të fesit (kapelë burrash); detyrimin e grave t’i pranojnë kodet perëndimore të veshjes; dhe vendosjen e një shteti shekullar fanatik. Afrika koloniale dhe pas-koloniale u përgjigj: “Zbatimi i perëndimorizimit kulturor pa modernizim ekonomik”, që në fakt është më e keqja e dy botëve (The Association of Muslim Social Scientists Bulletin 2002).

Prindërimi në Britani dhe Shtetet e Bashkuara

Një studim i UNICEF-it, që i rendit 21 shtete të pasura në gjashtë kategori (mirëqenia materiale, shëndeti dhe siguria, arsimi, marrëdhëniet mes moshatarëve dhe ato familjare, sjelljet dhe rreziqet dhe ndjenja subjektive personale e të rinjve për mirëqenien), konstaton se edhe Shtetet e Bashkuara të Amerikës edhe Britania ishin në dy të tretat e fundit të gjashtë kategorive (Raporti i UNICEF 2007). Fëmijët kaluan edhe më keq, përkundër të gjitha niveleve të përgjithshme të larta të pasurisë kombëtare, për shkak të pabarazisë më të madhe ekonomike dhe niveleve të ulëta të mbështetjes publike për familjet në SHBA dhe Mbretërinë e Bashkuar, me shërbime të zhvilluara dobët për përmbushjen e nevojave të familjeve me fëmijë. Duket se Amerika dhe Britania nuk investojnë aq shumë te fëmijët sa e bëjnë këtë vendet kontinentale europiane. Në studim u përfshinë nënkategoritë vijuese:

NËNKATEGORITË E STUDIMIT TË UNICEF-it

Përqindja kush e ka ngrënë vaktin kryesor të ditës me familjet e tyre disa herë në javë	Përpjesëtimi i fëmijëve që kanë pasur marrëdhënie “të sjellshme” apo “të dobishme” me fëmijë të tjerë
Mbulimi shëndetësor	Shërbimet e përkujdesjes ditore
Kujdesi preventiv për fëmijët	Shëndeti dhe siguria
Shpeshësia e familjeve me një prind	Vdekshmëria e foshnjave
Sjelljet e rrezikshme ndër fëmijët	Vaksinimet për sëmundjet e fëmijërisë
Pirja e alkoolit	Vdekjet nga lëndimet dhe aksidentet para moshës 19-vjeçe
Aktivitet seksual i rrezikshëm	Përlëshjet në vitin e kaluar
Përqindja e fëmijëve që kanë jetuar në familje me një prind apo me njerkun/njerkën	Fëmijët që janë ngacmuar në dy muajt paraprakë

Liria apo e Vërteta?

Një çështje madhore në rritjen e fëmijëve është ajo e lirisë personale. Te kombet e industrializuara moderne, liria bëhet një qëllim më vete. Shumë prindër u japin thuajse liri të pakufizuar fëmijëve të tyre, që në fund dështon, ngaqë kjo i shërben inkurajimit të dëshirave egoiste të fëmijës. Dëshirat e pakontrolluara janë të rrezikshme, për shkak se ato mund ta lënë pas udhëzimin etik dhe të mëshirshëm të Zotit, duke i skllavëruar njerëzit ndaj kënaqësive të jetës materiale. Argëtimi dhe zbavitja bëhen varësi si “kuptimi i jetës” përfundimtar



për fëmijën. Në Islam, theksi është vënë mbi llogaridhënien dhe përgjegjësinë personale, që nuk duhet zëvendësuar me qëndrimin e shpenguar: “jeto për çastin, sepse nesër do të vdesim”. Kur’ani e përshkruan këtë fenomen njerëzor si vijon:

A e ke parë ti (Muhammed) atë që duke e ditur, dëshirën e vet e respekton si zot të vetin, atë Allahu e ka humbur, ia ka mbyllur të dëgjuarit dhe zemrën e tij, i ka vënë perde mbi të parit e tij, më thua, pos Allahut, kush mund ta udhëzojë atë? A nuk merrni mësim?

Ata edhe thanë: “Nuk ka tjetër, vetëm se kjo jetë jona në këtë botë, po vdesim dhe po lindemi dhe asgjë nuk na shkatërron tjetër pos kohës. Ata për këtë nuk dinë asgjë, ata vetëm fantazojnë.

(Kur’ani, 45: 23-24)

Liria nga dëshira shpie në paqe të brendshme.

LAO CU, THEMELUES I TAOIZMIT
– SHEK. 6. P.E.S.

Fitorja e parë dhe më e mirë është të mposhtet vetja.

PLATONI, FILOZOF GREK

Liria është një dhuratë e çmuar që nuk duhet përdorur me papërgjegjësi vetëm për qëllime kënaqësie, pavarësisht të drejtës apo të gabuarës. Liria është një ideal madhor, ngaqë me të ne mund ta kërkojmë TË VËRTETËN, ta gjejmë atë dhe pastaj të kapemi pas saj. Kërkimi përfundimtar njerëzor është për gjetjen e së vërtetës, që është një synim i lartë dhe i vlefshëm. Kur liria përdoret me urtësi për synime të dobishme, ajo bëhet një dhuratë e çmuar nga Krijuesi, që njerëzit të zgjedhin të bëjnë atë që është e drejtë dhe e rregullt, dhe me dëshirë t’i shmangen asaj që është e ligë dhe shkatërrimtare. Fëmijët duhet të udhëzohen të zhvillojnë shprehi të mira, t’i bëjnë zgjedhjet e duhura dhe ta konsiderojnë të vërtetën si vlerën më të lartë në ndërgjegjen e tyre – ajo vjen para lirisë. Çdo sistem në gjithësi i ka kufijtë e tij dhe liria njerëzore duhet të jetë e rregulluar dhe konstruktive, me kufij të caktuar sipas një udhëzimi moral, jo kaotike dhe shkatërrimtare. Prindërit janë përgjegjës për t’iu ndihmuar fëmijëve të zhvillojnë brenda vetes qëndrime dhe besime të duhura të bazuara mbi një sistem vlerash, burimet e të cilit janë Shkrimet e Shenjta autentike dhe traditat e të gjithë profetëve, paqja qoftë mbi të gjithë ata.

Për ta shfrytëzuar lirinë tonë për kënaqësi të Zotit, ne duhet të përfitojmë jo vetëm ditu-

ri hyjnore të vërtetë, por edhe dituri për natyrën njerëzore. Kombinimi i dy llojeve të diturisë do të na ruajë nga veprimi i verbër dhe nga shkatërrimi i mjedisit dhe vetes sonë. Krijuesi e di më së miri, dhe vetëm Ai është në pozitën më të mirë për të na udhëzuar rrugës së drejtë. Me kërkim, eksperimentim shkencor dhe dituri, ne do t'i afrohemi udhëzimit të vërtetë të Hyjnoses dhe do t'i zbulojmë me kohë përgjigjet e duhura për pyetjet tona.

Konsideroheni familjen si një shembull. Shumë psikologë dhe sociologë modernë na thonë se njësisia familjare është e domosdoshme dhe se shoqëria do të prishej pa të. Nëse njerëzimi nuk e ka kuptuar ende nevojën për strukturën familjare që nga fillimi i kohës, sot nuk do të mund të kishin ekzistuar shoqëri të shëndoshë. Vlera bazike të ndryshme si ndershmëria, besimi, respekti për jetën dhe pronën, përkora seksuale, barazia dhe liria nga shtypja, janë kërkesa fundamentale për ekzistencën njerëzore. Pa këto vlera shoqëria nuk mund të lulëzojë, ndërsa këto vlera ushqehen më së miri në njësinë familjare. Këto vlera janë aq të rëndësishme për njerëzimin, saqë në vend të pritjes që njerëzimi t'i zbulojë ato (nëse mund ta bëjë këtë), ato janë rrënjësor në vetë unin tonë të brendshëm, natyrën tonë të brendshme apo *fitreh*, si dhe i janë shpallur njerëzimit si vlera thelbësore që nga fillimi i ekzistencës njerëzore, me qëllim që jeta dhe shoqëria njerëzore të lulëzojnë mbi këtë planetë.

Pra, nuk është e rastit që Profetit Adem, i cili do të bëhej babai i njerëzimit në tokë, dhe Havës, nëna e njerëzimit, iu mësuan këto vlera themelore të amshuara në mënyrë që ata t'i mësonin fëmijët e tyre aty për aty, si edhe gjithë racën njerëzore në të ardhmen. Zoti e ilustron shenjtërinë e jetës në historinë e Kabililit dhe Habilit.

Vetëm imagjinoni sikur Ademi, Hava dhe fëmijët e tyre të kishin qenë alkoolikë, të varur nga droga apo seksualisht të shfrenuar, cili do të ishte rezultati?! Shpallja është e ngjash-

me me një udhëzues të mirinformuar që na e tregon rrugën nëpër një shkretëtirë; pa të, njerëzimi do të humbej dhe zhdukej. Liria e udhëzuar drejt prodhon fëmijë të qytetëruar dhe shoqëri qytetare, që mund të mbijetojnë për shkak se ata kanë vetëkontroll, shprehi të mira dhe zakone mjedisore të duhura.

Gjithësia është një sistem i përkryer: qelizat, atomet dhe galaktikat projektojnë një sistem të rendit më të lartë, dhe të gjitha këto sisteme të organizuara veprojnë brenda rregullave dhe kufijve të caktuar. Shpërfillja e këtyre kufijve i shpjen sistemet drejt shpërbërjes. Krijuesi e ka themeluar këtë gjithësi me një masë të përpiktë dhe të drejtpeshuar me theks të madh mbi komplementaritetin dhe integrimin. Ky koncept i drejtpeshimit është përmendur tri herë në *ajetet* vijuese:

Dielli dhe hëna udhëtojnë sipas një përcaktimi të saktë. Edhe yjet edhe bimët i bëjnë përulje (dëshirës së Rrahmanit). Ai e ngriti edhe qiellin dhe Ai vuri drejtësinë. Që të mos kaloni kufirin në drejtësi. Edhe ju mbani me drejtësi peshojën, e mos lëni mangu në peshojë! (Kur'ani, 55: 5-9).

Prandaj, vlerat kyçe duhen ruajtur me çdo kusht. Njerëzit nuk duhet të abuzojnë me jetën dhe të bëjnë vetëvrasje, madje edhe sikur vetëvrasja të jetë ajo që ata e dëshirojnë kur gjërat shkojnë shumë keq për ta. Njerëzit nuk duhet të bëjnë gjaktrazim (incest), madje edhe nëse kjo është ajo që ata e dëshirojnë. Njerëzit nuk duhet të bëhen alkoolikë apo vartës nga droga, duke e shkatërruar veten, familjet e tyre dhe shoqërinë e tyre. Njerëzve iu dha udhëzimi përmes shpalljes hyjnore që nga kohët e lashta. Dituria njerëzore është e kufizuar dhe mund të duhet shumë kohë para se shumica e njerëzve të mundën tërësisht ta çmojnë vlerën e familjes, dhe t'i kuptojnë problemet e shkaktuara nga racizmi, vetëvrasja, konsumimi i alkoolit, abuzimi me drogë dhe kurorëshkelja. Udhëzimi hyjnor që nga vetë fillimi i jetës njerëzore në tokë u përpoq të paralajmërojë kundër

Në zellin e tyre për ta nxjerrë fenë nga klasa, ata e hodhën moralitetin nga dritarja

këtyre zakoneve të liga dhe t'i lejojë njerëzimit t'i sendërtojë virtytet më të larta të tij.

Kleriku dhe autori Dr. Jerald F. Dirks, ish dhjak në Kishën e Bashkuar Metodiste, i cili e përqafoi Islamin më 1993, kur u pyet gjatë një seminari të INMI (IIIT) cila do të ishte reforma e vetme më e rëndësishme që ai do të dëshironte të prezantohej në programin mësimor fetar kishtar, u përgjigj: “Të largohet sëmundja e relativizmit në vlerat dhe moralin, që vazhdon të ndryshojë pa kufij në mënyrë të rrezikshme”. Porosia themelore mbetet konstante dhe e ruajtur dhe nuk ndryshon sipas dëshirave të brezit të ri. Tekefundit, nevojat thelbësore të qenieve njerëzore mbeten të njëjta. Sistemi familjar duhet ruajtur dhe mbrojtur për t’iu shmangur shpërbërjes së familjeve të urbanizuara dhe të industrializuara moderne. Muslimanët mund të mësojnë shumë nga aspektet pozitive të lirisë perëndimore, për t’i çliruar mënyrat shtypëse dhe autoritare të të menduarit dhe qeverisjes

që i kanë skllavëruar ata, dhe që ka bërë që ata të mbeten pas Perëndimit në zhvillim dhe përparim. Muslimanët e kanë humbur botëkuptimin e tyre si ndërtues qytetërimi. Sistemi *adl* dhe *shura* (sistemi i drejtësisë dhe këshillimit), që supozohet t’i drejtojë të gjitha çështjet e politikës dhe ekonomisë muslimane, dhe të solidaritetit shoqëror – përfshirë familjen dhe prindërimin – është zëvendësuar me sjellje tiranike.

Perëndimi ka nevojë për një vizion për ta disiplinuar sistemin e tij të lirisë së paudhëzuar, ndërsa shoqëritë muslimane kanë nevojë për çlirim nga disiplina e rreptë dhe shtypëse. Me fjalë të tjera, udhëzoheni lirinë në Perëndim dhe çlironi muslimanët nga prangat e zakoneve të tyre të keqdhëzuar. Që të dy shoqëritë duhet të mësojnë nga njëra-tjetra dhe t’i drejtpeshojnë konceptet dhe veprimet e tyre në vijë me shpalljen Hyjnore të vërtetë autentike.

RRËFIMI I RONALD KELLER

Neve na duhet një sistem i qëndrueshëm shpirtëror dhe vlerash për të jetuar të lumtur me disa standarde të qëndrueshme.

“I lindur më 1954 në një vend me ferma të Shteteve të Bashkuara veriperëndimore, unë u rrita në një familje fetare si katolik. Kisha siguroi një botë shpirtërore që ishte e padyshimtë në fëmijërinë time, më reale se bota fizike rreth meje; por teksa po rritesha, dhe sidomos pasi u futa në universitetin katolik dhe lexoja më shumë, raporti im ndaj fesë u vu gjithnjë e më shumë në pyetje, në besim dhe në praktikë. Një arsye për këtë ishin ndryshimet e shpeshta në liturgjinë dhe ritualet katolike që u shfaqën në prag të Koncilit të Dytë të Vatikanit më 1963, që u sugjeronte laikëve se Kisha nuk kishte standarde të qëndrueshme. Për njëri-tjetrin, klerikët flisnin për fleksibilitetin dhe relevancën liturgjike, por për katolikët e rëndomtë, ata dukej sikur po kërkonin kuturu në errësirë. Zoti nuk ndryshon, e as nevojat e shpirtit njerëzor, dhe nuk kishte ndonjë shpallje të re nga qielli. E megjithatë ne futeshim në ndryshime, javë pas javë, vit pas viti; duke shtuar, hequr, duke e ndryshuar gjuhën nga latinishtja në anglishte, dhe përfundimisht duke futur kitara dhe muzikë folklorike. Priftërinjtë shpjegonin e shpjegonin, teksa laikët i tundnin kokat e tyre. Kërkimi i lidhjes i la shumë njerëz të bindur se nuk paska pasur shumë as që në fillim”.

Ku të rriten fëmijët

Një studim rasti i tronditjes kulturore të lëvizjes midis Lindjes dhe Perëndimit

Kur familjet lëvizin nga Lindja në Perëndim, apo e kundërta, ato përjetojnë një tronditje kulturore në të dy drejtimet. Ja për shembull një rrëfim i vërtetë për një familje të pafat që u kthye në vendin e tyre musliman, pas përfundimit të studimeve në një kolegji në Shtetet e Bashkuara me dy fëmijë të rinj. Ndonëse ata e kishin opsionin të punonin në Amerikë, familja vendosi të kthehej në Lindjen e Mesme, në mënyrë që fëmijët ta mësonin arabishten dhe Kur'anin. Sapo zbarkuan, fëmijët filluan ta përjetonin tronditjen qytetëruese të një vendi të ri dhe komentuan: "Of, ky qenka një vend i pisët". Kur u futën në apartamentin e tyre, gjithçka ata preknin ua fëlliqtë duart. Edhe pse prindërit ishin siguruar se apartamenti ishte pastruar tërësisht, qilimat, muret, shkallët dhe ballkoni nuk ishin realisht të pastër. Problemi i vërtetë i tyre tani ishte se si të shpakohejshin në mes të gjithë atij pluhuri. E vetmja zgjidhje ishte që vetë ta pastronin apartamentin.

Tronditja e dytë ishte se ndërkohë që materialet ndërtimore ishin të shtrenjta, u stallëku

ishte mesatar. Dyert e banjës nuk mund të mbylleshin tërësisht. Pllakat ishin të bukurra, por jo të njëllojta dhe të rrëshqitshme. Pajisjet hidraulike shkëlqenin, por pikonin. Përkundër mungesës së ujit dhe ndërprerjeve ditore të furnizimit me ujë, rubinetet pikonin. Në katin e tretë, shtypja e ujit ishte e dobët dhe duheshin mbushur kovat me ujë dhe ai të ruhej gjatë natës.

Një tronditje tjetër ishte shkollimi. Shkollat private ishin të shtrenjta, ndërsa shkollat publike ishin një katastrofë arsimore. Mësimdhënësit kishin nevojë për përgatitje, ndërsa fëmijëve në shumë drejtime u mungonte sjellja dhe disiplina. Prindërit vetëm mund t'i matnin avantazhet dhe disavantazhet e dërgimit të fëmijëve të tyre në shkollë!!

Transporti ishte shumë i ngadaltë për shkak të ngarkimit dhe mungesës së mirëmbajtjes së rrugëve. Autobusët shkollorë të stërmbytur mund të bënin që fëmijët të kalonin orë të tëra duke udhëtuar për në shkollë dhe prapa. Për shumicën, ishte më e shpejtë të ecje në



këmbë sesa të vozitej. Të vizitoje një kushëri apo mik, duhej planifikuar udhëtimi sikur të ishte ndonjë rrugëtim nga një qytet në tjetër. Ngasja e makinës kërkonte shkathtësi të larta dhe nerva (ngjashëm sikur të futesh në një zonë lufte dhe të ballafaqohesh me manovrimet të mbrapshta të armiqve).

Përveç ndotjes së ajrit ishte edhe ndotja nga zhurma. Fëmijët e humbën privatësinë e tyre dhe paqen e mendjes për shkak të zhurmave të larta të vazhdueshme që i rrethonin ata, madje edhe brenda shtëpisë. Zhurmat në shkollë, rrugë dhe nga fqinjët ua pushtonin madje edhe dhomën e gjumit. E vetmja mënyrë për të pasur një çast të qetë ishte të udhëtohej në fshatrat fqinj, edhe ky një projekt i tërë në vete.

Ky është vetëm një shembull i tronditjes kulturore të mundshme që mund të shfaqet sa për t'i ilustruar çështjet me të cilat mund të ballafaqohen familjet që vendosin të zhvendosen (qoftë nga Perëndimi në Lindje apo e kundërta). Më shumë se kaq, secili vend ka ngashënjimet dhe problemet e veta, ndërsa çdo familje është e veçantë në rrethanat e saj. Nuk ka ndonjë direktivë e përgjithshme për atë se ku mundën më së miri të jetojnë fëmijët. Familjet që zgjedhin të zhvendosen duhet ta kuptojnë se kanë sjellë me vete një pako marrëveshjeje që do të përfshijë rezultate negative dhe pozitive (dhe një vendim i urtë për familjen duhet sjellë). Jeta është vërtetë një sprovë!

Dy koncepte që mungojnë në mendimin perëndimor

Në disa diskutime të mbajtura me autorë, Dr. Taha Elalwani, anëtar i Bordit të Administratorëve të IIIT, Virginia, shpjegoi se si Perëndimit i mungonin dy koncepte thelbësore: 1) Zoti është më i Madhi (*Allahu Ekber*); dhe 2) Zoti e di më së miri (*Allahu Alem*). Sipas konceptit të parë, kur njerëzit e shpërfillin urtësinë dhe autoritetin e Zotit të Plot-

fuqishëm në punët e tyre, ata në të vërtetë e kanë deklaruar veten për “zota” në vend të Krijuesit, Një dhe i Vetëm. Nëse njerëzit bëhen arrogantë, të devijuar, dhe pretendojnë se ata janë të lirë nga gabimi dhe burim përfundimtar i dijes, ata atëherë mund të justifikojnë të bëjnë çfarëdo që u pëlqen atyre, familjeve të tyre, shoqërisë së tyre, botës së tyre dhe mjedisit të tyre. Ata me apo pa dije mund ta shkatërrojnë mbretërinë shtazore dhe mbretërinë bimore, si dhe t'i ndotin tokën, detin, ajrin. Arroganca shpie në shkatërrim të rendit dhe drejtpeshimit të natyrës, dhe të qiejve dhe hapësirës rreth tyre (shtresa e ozonit). Për shkak se njerëzit e kanë zhvlef-tësuar atë që e ka krijuar Zoti, ata kanë futur duart në ekosistemin dhe natyrën (ndaj ajri i pastër, uji i pastër dhe mishi dhe perimet pa kimikate janë bërë gjë e rrallë). Ngrohja globale është një kërcënim i vërtetë ndaj ekzistencës njerëzore. Pavarësisht se sa do të përparojmë në shkencë dhe teknologji, ne megjithatë jemi një pjesë e parëndësishme e gjithësisë pafundësisht të gjerë të Krijuesit.

Modesti është të thuhet se Zoti e di më së miri (*Allahu Alem*). Zbulimet e jashtëzakonshme shkencore dhe teknologjike të njerëzimit, deri në shekullin e njëzetënjë, kanë bërë që shumë njerëz të mburren me diturinë njerëzore në mënyrë arrogante. Megjithatë, ironia është se sa më shumë që dimë, aq më shumë zbulojmë se sa akoma më shumë nuk dimë. Modestia ndaj të tjerëve dhe përlësia para Zotit janë përbërës thelbësorë të dijetarisë së respektueshme. Mendimtarët vërtet të mëdhenj e kuptojnë këtë. Njerëzit duhet që vazhdimisht të eksplorojnë dhe zbulojnë kufij të rinj të diturisë. Mbani në mend se dëshira jonë për të mësuar është për shkak të bekimit nga Krijuesi, Qenia Supreme, i Cili na ka pajisur me inteligjencë dhe na ka furnizuar me tokën dhe gjithësinë.

Duhet të jesh person i madh për të qenë vërtet i përlulur, dhe person i përlulur për të qenë vërtet i madh.

Kur'ani hedh dritë mbi çështjen e diturisë:

...e juve ju është dhënë fort pak dije.

(Kur'ani, 17:85)

... nga ajo që Ai di, të tjerët dinë vetëm aq sa Ai ka dëshiruar,...

(Kur'ani, 2:255)

Thuaj: "Sikur të ishte deti ngjyrë për t'i shkruar fjalët e Zotit tim, deti (uji i tij) do të shterej para se të përfundojnë fjalët e Zotit tim, e edhe sikur të sillnim shtesë edhe një si ai (deti)"

(Kur'ani, 18:109)

Vlerat e kredos kundrejt vlerave funksionale

Është familja ajo që i kultivon moralitetin dhe vlerat (si e vërteta, drejtësia, dashuria, guximi, ndershmëria dhe përgjegjësia). Të gjitha këto bazohen në konceptin e kredos (*akideh*), ku vlerat fundamentale janë vënë para vlerave funksionale. Këto dy nuk janë gjithmonë të pajtueshëm. Në disa shoqëri, kënaqësia e jetës në këtë botë është qëllimi përfundimtar. Megjithatë, për muslimanët, arritja e jetës së amshuar në Botën e Përtejme duke jetuar një jetë të mirë në këtë botë është qëllimi përfundimtar i drejtpeshuar. Kjo do të thotë se arritja e suksesit në jetën pas vdekjes nuk është në kundërshtim me të jetuarit e një jete të mirë në këtë botë; sukcesi në Botën e Përtejme mundet dhe duhet bërë pa e shpërfillur këtë botë. Të qenët i gjallë në këtë botë është vetëm mjet për arritjen e jetës së amshuar. Profeti a.s. e këshilloi një beduin se si duhet ai ta lërë amanetin në dorë të Zotit por, në të njëjtën kohë, t'i ndjekë ligjet e shkencave natyrore si dhe ligjet e shkencave shoqërore. "Lidhe pas hurit gamilen tënde (që ajo të mos shkojë rrugës së gabuar), dhe lëre atë ne amanet Zotit (duke kërkuar Mëshirën

e Tij derisa nuk je aty)". Drejtpeshimi është i domosdoshëm midis kësaj jete të përbotshme dhe Botës së Përtejme me sa vijon:

"Punoni për jetën tuaj në këtë botë sikur të jetoni përgjithmonë, ndërsa punoni për Botën e Përtejme sikur të vdisnit që nesër".

(EBU TALIB, 1996)

Dijetarët e Talmudit thonë: Jetoni çdo ditë sikur të ishte dita juaj e fundit, ngaqë askush nuk e di nëse nuk do të jetë ashtu.

Një shembull i mirë për këtë është të krahasohet gjendja e njerëzve që kanë jetuar në vendet ish-komuniste. Komunizmi supozohet të kujdeset për punëtorët më shumë se kapitalizmi, mirëpo në realitet punëtorët në vendet komuniste kanë përjetuar kushte më të vështira. Ndonëse vlerat funksionale në vendet komuniste pohohej se kujdeseshin për njerëzit, vlerat e rrënjësura thellë ishin ato të konfliktit, shtypjes dhe shkatërrimit për klasat e tjera të shoqërisë.

Vendet kapitaliste të Perëndimit të shtyra nga profiti bënë më shumë se regjimet komuniste, për shkak të mbizotërimit të vlerave të krishtera të rrënjësura thellë të dashurisë, bamirësisë dhe mëshirës. Kjo është përse këto vende zhvilluan më shumë dispozita për kujdes për të varfrit dhe nevojtarët, ndërsa masat nën komunizëm vuajtën më shumë.

Kolapsi përfundimtar i komunizmit ishte në masë të madhe për shkak të vlerave dhe botëkuptimit tiranik të tij. Ideologjia është e bazuar mbi konflikt, konfrontim dhe shkatërrim të të drejtave pronësore. Ndonëse këta regjime pretendonin ta vendosnin autoritetin e klasës punëtoare, në realitet, proletariati mbeti shumica e shtypur, në kundërshtim me synimet e deklaruara të ideologjisë marksiste.

Filozofia komuniste ishte sipërfaqësore, jofunksionale dhe utopike, ndërkohë që situata në Perëndim ishte shumë më e mirë. Kapitalizmi nuk realizon një formë utopie në tokë. Bazuar mbi konceptin e lirisë së paudhëzuar

në pronësinë personale dhe një filozofi e interesit personal të shtyrë nga profiti, ai u ka sjellë njerëzve që punojnë disa kushte të padrejta socio-ekonomike. Megjithatë, vlerat fetare të rrënjësura thellë dhe bamirësia e krishterë në Perëndim, kanë ndihmuar të lehtësohen disa nga efektet e dëmshme mbi klasën punëtore të varfër, duke i zvogëluar kështu disa nga dëmet e shkaktuara nga industrializimi. Kjo është në kontrast me elitat e partisë komuniste që punonin për interesat vetjake përmes makinerisë së stërmadhe burokratike që ata e krijuan. Ishin pikërisht klasat punëtore në komunizmin që ishin viktimat kryesore të këtyre regjimeve. Vlerat e bamirësisë dhe ato fetare të rrënjësura thellë janë vendimtare për dobinë e shoqërive dhe të individëve.

Ndonëse një masë e madhe literature dhe kërkimesh mbi prindërimin ekzistojnë në Perëndim, dija jonë njerëzore është vërtet shumë e kufizuar. Njerëzit nuk janë thjesht produkt “made in USA” apo “made in China”, për të cilat kemi dituri të mirë. Ne jemi bërë nga “Krijuesi i Gjithësisë”. Vetëm Bërë-

si dhe Modeluesi ynë di gjithçka për ne. Në librin e saj *Parenting Experts: Their Advice, the Research and Getting it Right* (“Ekspertët e prindërimit: Këshilla e tyre, kërkimet dhe bërja siç duhet”), Jane Rankin, psikologe, vlerëson se një plasartje e madhe ekziston midis asaj që e predikojnë gurutë e prindërimit, dhe asaj që e tregon kërkimi shkencor i vazhdueshëm i 30 viteve të fundit. Ekspertët e popullarizuar përëndimorë të prindërimit të shekullit të njëzetë, si Benjamin Spock, T. Berry Brazelton, James Dobson, Penelope Leach, John Rosemond dhe të tjerë dallojnë në shumë çështje të rëndësishme mbi prindërimin si goditja me shuplakë, vendosja e kufijve, nënat që punojnë, përkujdesja ditore, stërvitja për oturak, televizioni etj.

Edhe pse ne duhet ta inkurajojmë kërkimin e vazhdueshëm mbi prindërimin, shfrytëzimin e të gjitha veglave të shkencave shoqërore, natyrore dhe shpirtërore, megjithatë ne duhet të jemi modestë për rezultatit e kërkimit njerëzor. Ne duhet të kërkojmë udhëzim dhe urtësi nga Dija Hyjnore.

Arroganca + Dituria = Injorancë

Përrulja + Dituria = Ndriçim i mendjes

Para njëqind vitesh, Drejtori i Balliol College në Universitetin Oxford, Angli, ngjiti një shënim në derën e tij, ku thoshte:

“Unë jam Pronari i këtij kolegji; ajo që unë nuk e di, nuk është dituri”.

Njerëzit që shikojnë nga lart mbi njerëzit e tjerë nuk përfundojnë duke u parë përpjetë.



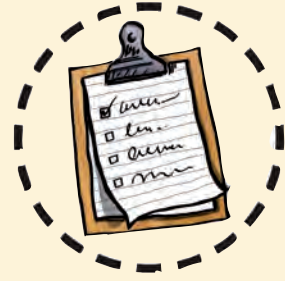
Modeli bujqësor i familjes

Fëmijët janë si bimë, prindërit janë si kopshtarë

“Kultura” rrjedh nga fjala “kultivim”. Njerëzit dhe qeniet njerëzore janë të ngjashëm me bimët në shumë mënyra. Që të dy kanë nevojë për përkujdesje dhe ruajtje, dhe do të rriten më së miri në një mjedis që është përgatitur në mënyrë të veçantë për ta. Për bimët më të reja, në zonat me ndotje të lartë, mjedisi më i mirë është serra, ngaqë bimët kanë nevojë të forcohen para se të tejmbillen jashtë. Kjo u jep përparësi, sepse sapo të tejmbillen këto bimë rriten më të mëdha, më të forta dhe më rezistuese ndaj sëmundjeve se bimët e tjera. Fëmijët kanë nevojë për mbrojtje dhe edukim për zhvillim moral të shëndoshë. “Atëherë fëmijët tanë në rininë e tyre do të jenë si bimë të kultivuara mirë” (Psalmet 144:12). Një fëmijë i rritur në një ambient familjar të mirë do të jetë më i fortë,

më i shëndoshë dhe më rezistues ndaj sëmundjeve morale që qarkullojnë në kulturën më të gjerë. Kjo analogji, aq e qartë për shoqëritë bujqësore, është më pak e qartë në shoqëritë industriale, ku shumica e njerëzve kanë pak përvojë në rritjen e bimëve. Megjithatë, kuptohet, fëmijët janë diçka më shumë se thjesht bimë. Bimët janë pasive, ndërsa fëmijët janë dengje aktive energjie, plot intelekt dhe vullnet. Ata kanë nevojë të luajnë një rol aktiv në zhvillimin e tyre dhe po ashtu kanë nevojë të mësojnë si t’i vendosin kufij sjelljes së tyre. Fëmijët akoma kanë nevojë për shumë ndihmë, ndërsa mënyra më e mirë që një prind ta sigurojë këtë, është që ta nxisë dhe shtojë zhvillimin e shprehive të mira që ndonjë ditë do të shndërrohen në karakter të shëndoshë dhe virtyte të larta.

Aktivite



AKTIVITETI 8: TRI BRENGAT KRYESORE TË SHEKULLIT NJËZETENJË

Diskutoni me familjen: Cilat janë shkaqet e këtyre tri brengave kryesore dhe si mund të parandalohen ato?

Në vitin 1997, i ndjeri William Buckley (gazetar kronist konservator) dhe senatori George Mc-Govern (demokrat liberal), gjatë një ceremonie diplomimi në Universitetin Shtetëror South East, Cape Girardeu, i identifikuan tri brengat kryesore:

E para është dekonstrukcioni dhe mosfunksionimi i familjes amerikane, që ka rezultuar në një përqindje të madhe fëmijësh të jashtligjshëm. E dyta është shkatërrimi i mjedisit, ku një sasi e madhe ndotjeje është duke u derdhur në tokë, ajër, oqeanet, lumenjtë e lundrueshëm dhe pyjet. E treta është alkoolizmi, që është duke e shkatërruar shëndetin e njerëzve dhe familjet.

AKTIVITETI 9: ZBATIMI I ATRIBUTEVE TE FËMIJËT (ALFABETIKISHT)

Prindërit duhet të ulen me fëmijët e tyre dhe ta diskutojnë secilin nga tiparet vijues dhe të sugjerojnë një mënyrë praktike për ngulitjen e tij te çdo fëmijë.

Fëmijët janë...

(Të) besueshëm, besojuni atyre

(Të) çmuar, çmojini ata

(Të) dashur, dojini fortë ata

Energjikë, drejtojini ata

Fisnikë, nderojini ata

Karagjozë, qeshni me ta

Gazmorë, vlerësojini ata

Mahnitës, pranojuani këtë

Mendjehapur, mësojini ata

(Të) pafajshëm, kënaquni me ta

(Të) përmalluar, vërejini ata

Pyetës, nxitini ata

Spontanë, shijojini ata

(Të) shkathët, mbështisni ata

(Të) talentuar, zhvillojini ata

(Të) veçantë, afirmojini ata

Zemërmirë, mësoni nga ata

(MEIJI 1999)

AKTIVITETI 10: DISKUTIMI I SHKAQEVE REALE TË DHUNËS TE FËMIJËT

Diskutojini me fëmijët tuaj disa ngjarje të tmerrshme nga përvojat e tyre. Në Shtetet e Bashkuara, Masakra në Shkollën e Mesme Columbine ishte tronditëse. Dy djem, të moshës 18 dhe 17 vjeç, vranë 15 dhe lënduan 26 njerëz, duke përdorur armë dhe bomba. Duke qëlluar dhe qeshur njësoj si në TV, filma dhe video lojëra, ata më pas e qëlluan veten për vdekje. Ata kishin bërë 19 bomba në shtëpitë e tyre. Incidentet e tilla nuk janë të rralla: rreth 22 incidente të ngjashme në Shtetet e Bashkuara ndodhën në muajt në vijim. Përse ata e bënë këtë? Kush është përgjegjës? Si mund të ishte parandaluar kjo? Ç' duhet bërë për të parandaluar incidente të ngjashme në të ardhmen? Çfarë mësimesh mund të mësohen? Si t'i shërojmë shkaqet reale të dhunës?

AKTIVITETI 11: MARRJA ME PROBLEMET SHOQËRORE

Diskutojini me familjen tuaj shkaqet dhe pasojat e tymosjes së duhanit, marrjes së drogave, shtatzënive të paligjshme, alkoolizmit, vetëvrasjes dhe shkurorëzimit. Sugjeroni mënyra praktike për përmirësimin e shoqërisë me familjen tuaj.

AKTIVITETI 12: MODELI I PRINDËRIMIT NË AMERIKË I DR. SPOCK (1903-1998):**DISA MËSIMET “BËJ SI THEM UNË, MOS BËJ SI BËJ UNË!”**

Uluni bashkë për t'i diskutuar përvojat tuaja mbi prindërimin në dritën e rrëfimit jetësor të Dr. Spock (Maier, *Newsweek*, 1998) të parafrazuar më poshtë:

Të kuptuarit e statusit të rritjes së fëmijës në Shtetet e Bashkuara do të ishte jo i plotë nëse nuk do ta merrnim në konsideratë ndikimin e Dr. Benjamin Spock – psikologu pediatrik udhëheqës i shekullit të njëzetë – mbi prindërimin modern. Nëna e tij ia kishte zënë frymën atij me dashuri, rregulla dhe pritshmëri të larta. Ai u shkurorëzua nga bashkëshortja e tij alkoolike pas 51 vitesh martesë. Dr. Spock themeloi një praktikë pediatrike dhe kuptoi se *shumica e problemeve të fëmijëve ishin të shpejtës, e jo mjekësore*: temperamenti nevrrik, thithja e gishtit të madh, refuzimi për të ngrënë, mosdashja për të fjetur dhe paaftësia për të qenë i stërvitur për oturakun sipas orarit. Ai u rrit me interesimin për Freudin dhe iu nënshtua dy herë psikoanalizës.

Ai i këshillonte prindërit të mos i nxitonin fëmijët, por t'i donin fort ata. “Kini besim te vetvetja. Ju dini më shumë seç mendoni se dini”. Ai mësonte se dashuria është ajo për çka fëmijët kanë më së shumti nevojë nga nënat dhe baballarët e tyre. Ai i dëgjonte me vëmendje pacientët e vet, por jo gjithmonë edhe fëmijët e vet. Kur një nënë e pyeti: “A duhet një fëmijë i vogël t'i shohë prindërit e tij lakuriq?”, ai u përgjigj: “Kjo është një pyetje e vështirë për t'i dhënë një përgjigje të thjeshtë”.

Familja e Dr. Spock ishte jofunksionale. “Është gjithmonë më e vështirë ta bëni gjënë e duhur me fëmijët tuaj, sesa të shkruani për atë”. Bashkëshortja e tij u bë alkoolike, ndërsa dy djemtë e tij ndjeheshin emocionalisht të braktisur nga ai.

Ai pranoi se kishte qenë tepër i dhënë pas karrierës, dhe se familja kishin filluar praktikisht t'i rrinin pranë njëri-tjetrit në mënyrë intensive për të kompensuar për të kaluarën. Ai pranoi: “Unë nuk i kam puthur kurrë dy fëmijët e mi kur ata ishin të rinj”.

Ai i udhëzoi djemtë e tij që t'i thërrisnin prindërit e tyre në emër – lëvizje kjo radikale dhe në shikim të parë përndritëse për kohën. Babai e ndjente se edukimi i tyre duhej ta pasqyronte filozofinë e tij. Pretendimi se ata janë të barabartë është vërtet joreal; ishte ky një gjest për pjesën tjetër të botës: “Ky është biri im, i cili më thërret me emër”. Kur Dr. Spock fliste me djemtë e tij, kjo shpesh ndjehej si një provim gojor. Zëri i qetë që i karakterizonte librat e tij

i ngjante shumë pak toneve të topitura dhe dënuese që i përdorte në shtëpi; ai as që e kishte idenë për efektin e tij thumbues si baba.

Ai këmbëngulte që djemtë e tij kurrë të mos e vinin veten në siklet apo ta turpëronin emrin e familjes në publik. Miratimi apo mosmiratimi i të tjerëve ishte shumë i rëndësishëm për të si prind. Mendimet e të huajve dhe shtypit kishin shumë rëndësi për të. Djemtë e tij visheshin me kujdes dhe u thuhej të ishin të sjellshëm dhe të përzemërt. Nëse buzëqeshja e Johnit venitej apo dukej me humor të rëndë, Beni shpejt e nxirrte atë nga ajo gjendje. “Mos u bëj aq i zymtë, përpiqu dhe duku pak më i këndshëm në publik”, kërkonte ai.

Dr. Spock dukej se i mohonte problemet e tij në shtëpi. Dy djemtë e tij mësuan të mbanin një distance të respektueshme nga njëri-tjetri. Çfarëdo konflikti që Mike dhe John kishin me babanë e tyre, ato mbetën private. Ata u bënë rrengë gazetarëve dhe fotografëve kur revistat e lajmeve dhe gazetarët televizivë i pyesnin ata të fotografoheshin me të, dhe jepnin përgjigje të vagëta dhe të shkurtra për sjelljen e babait të tyre në shtëpi.

Ai nuk iu shprehte dashuri dhe ndjenja të vërteta fëmijëve të tij, të cilët publikisht pranuën: “Ne kurrë nuk e kemi puthur babanë tonë”. Dr. Spock ka qenë më shumë shembull sesa burrë; më tepër autoritet, sesa baba njerëzor; ai ishte një baba i ftohtë dhe i rreptë që i shpërfillte ndjenjat emocionale të fëmijëve të tij.

Spock e fajëonte edukimin e vet. “Unë nuk pashë kurrë përzemërsi fizike (përzemërsi të qartë midis babait dhe birit). Babai im më donte, dhe ai bënte ca gjëra të dashura, por sa i përket përzemërsisë fizike, po përpiqem ta mendoj nëse babai im më ka puthur mua, ose dikë nga fëmijët e tjerë në ndonjë rast të veçantë, nuk më kujtohet nëse babai më ka puthur mua ose dikë nga vëllezërit dhe motrat e mia”.

Mësimi: Mos i ndiqni teoritë e ekspertëve verbërisht. Dituria e tillë vazhdimisht zhvillohet dhe ndryshon, dhe nëse nuk i plotësojmë zbulimet njerëzore me udhëzimin e shpalljes, ne do të shkojmë rrugës së gabuar dhe do të shkaktojmë më shumë dëm sesa dobi.

AKTIVITETI 13: DISKUTIM MBI TRONDITJEN KULTURORE

Prindërit t’i diskutojnë me fëmijët përvojat e veta të tronditjes kulturore. Më pas kërkoni nga secili fëmijë t’i shpjegojë vizitat e tij/saj në vende të tjera, apo kulturat e shokëve të tyre të shkollës nga raca, fe dhe etni të tjera.

Nëse fëmijët nuk i kanë vizituar kurrë kushërinjtë e tyre jashtë vendit, është shumë e këshillueshme, nëse lejojnë mundësitë financiare, të hulumtohet dhe planifikohet që më parë një pushim familjar për t’i takuar kushërinjtë e tyre sa më shpesh që të jetë përshatshme.

AKTIVITETI 14: MENDËSIA E PRIJËSVE TË VËRTETË

Diskutojini citatat vijuese me familjen tuaj:

“Unë kam vërejtur se prijësit më efektivë rrallë herë janë trima të zyrave publike. Këta burra dhe gra nuk janë kampionë të profileve të larta të kauzave. Ata lëvizin me durim, me kujdes dhe në mënyrë të shkallëshkallshme. Ata bëjnë atë që është e drejtë”. (Badaracco 2002)

“Prijësit mund të dëshirojnë të zhvillojnë një mendësi të kopesë ndër ithtarët e tyre, por ata vetë nuk duhet t’i dorëzohen një të menduari të tillë”. [Steven B. Sample në *The Contrarian’s Guide to Leadership* (Udhëzues për udhëheqje i kundërshtuesit)].

Përfundim: Të bëhet ajo që duhet është me rëndësi, jo ajo që është më e popullarizuar dhe më në modë!

Diskutoni se kush mund të përkufizojë se çfarë është e drejtë dhe si! A je ti, unë, ai, ajo, apo Krijuesi i Plotfuqishëm?!

AKTIVITETI 15: DISKUTIMI I HISTORISË FAMILJARE

Uluni me fëmijët tuaj dhe diskutojeni atë që dini për stërgjyshërit e tyre.

Shumica e familjeve sot nuk e diskutojnë historinë e tyre familjare me fëmijët e vet. Fëmijët duhet të dinë për jetën, arritjet, dështimet, punët, përvojat, aktivitetet dhe forcat e stërgjyshërve dhe stërgjysheve të tyre. Nina Abdullah, një eksperte për prindërim, i mëson klientët e saj se si t'i përvijojnë trunget dhe gjenogramet e tyre familjare. Gjenogrami është një diagram që i tregon martesat, shkurorëzimet, sëmundjet dhe marrëdhëniet midis anëtarëve të familjes si: hallat, tezet, xhaxhallarët, dajallarët, kushërinjtë dhe gjyshërit/gjyshet nga ana e nënës dhe e babait të familjes. Profeti a.s. e ka inkurajuar traditën fisnore arabe të rrëfimit të historive për stërgjyshërit, dhe për mbajtjen në mend të linjës familjare sa më prapa që është e mundur (Campo, 2009). Disa somalezë dinë 20 breza të stërgjyshërve të tyre dhe takohen shpesh në tubime fisnore të mëdha për ta diskutuar atë që ata e dinë për stërgjyshërit e vet.



KAPITULLI 3

Prindërimi i mirë: Caktimi i qëllimeve të duhura

- Caktimi i qëllimeve të duhura: Hapi i parë në zbatimin e prindërimit të mirë **72**
- Një vështrim më i afërt i qëllimeve **74**
Qëllimet e marra nga ajeti kur'anor: Lutja e besimtarëve 74
Qëllimet e marra nga Hadithi i Profetit a.s. 76
- Kafeja dhe përparësitë familjare **78**
- Përfundim **78**
- Aktivitete 16-20 **80**

Ne synojmë të ndërtojmë fëmijë të mirë dhe të fortë,
 Që ndërtojnë familje të mira dhe të forta,
 Që ndërtojnë komunitete të mira dhe të forta,
 Që ndërtojnë kombe të mira dhe të forta,
 Që ndërtojnë një botë paqësore

Caktimi i qëllimeve të duhura: Hapi i parë në zbatimin e prindërimit të mirë

PRINDËRIT DUHET TË PRAKTIKOJNË prindërim inteligjent. Edhe pse shumë prindër i planifikojnë karrierat dhe pushimet vjetore të tyre deri në detajin më të vogël, ata nuk arrijnë të ulen dhe të zhvillojnë një plan së bashku për vete si njësi familjare. Në fakt, shumica madje as që do të pajtoheshin për ndonjë qëllim, pikësynim, aspirim apo strategji të vërtetë për familjen e tyre. Pa qëllime, ka shumë të ngjarë që të ketë pak arritje. Nxitimi nga puna, në shtëpi, në dyqane, në shkollë, në pushime, dhe nga kriza në krizë, me shpresë se gjërat do të përfundojnë më së miri, nuk është aspak ndryshe nga luajtja e ruletit rus me ardhmërinë e fëmijëve tanë, duke lejuar që kohë e vlefshme të na kalojë e pavërejtur. Neve na nevojiten qëllime afatgjata dhe një strategji për realizimin e tyre.



Qasja e duhur ndaj prindërimit i konsideron individin dhe shoqërinë si një sistem i integruar. Ne nuk mund të ndërtojmë shoqëri të fortë pa pasur individë të fortë dhe të drejtë. Individët e tillë nuk prodhohen në vakum, ngaqë atyre u nevojitet një mjedis shoqëror fortësie dhe bashkëpunimi. Objektivi i prindërve është të prodhojnë qenie njerëzore që janë mëkëmbës të Zotit, të cilët janë qytetarë të fortë, të besueshëm dhe të qytetëruar, dhe misioni i të cilëve në jetë është zhvillimi dhe reforma kudo në tokë. Pa këtë mesazh, ekzistenca njerëzore është e paqëllimtë dhe e pakuptimtë. Interesat e individëve duhet ta ngërthejnë këtë jetë dhe Botën e Përtejme, të përbotshmen dhe shpirtëroren, si dhe personalen dhe shoqëroren. Kjo duhet të jetë tema thelbësore dhe botëkuptimi i prindërve në rritjen e fëmijëve.



Skica e qëllimeve të prindërimit të mirë: Qëllimet, vlerat, mjetet

Dëshira e parë: Familje e lumtur:	Dëshira e dytë: Rritja e prijësve të devotshëm (të drejtë)			
Komunikimi	Forca fizike	Karakteret	Dituria, urtësia	Shkathtësitë:
Lavdërimi/Kritika	Shëndeti	e personalitetit	dhe besimi (feja)	Profesionalizmi
Qëndrimet	dhe Fitnesi			
Ndjenjat	Zgjedhja e bash-	Guximi	Arsimimi/shkollimi	Leximi
Gjakftohtësia/Zemërimi	këshortit(es)	Dashuria	Detyrat e shtëpisë	Shkrimi
Prekja, puthja, përqaftimi	Zhvillimi i fëmijës	Ndershmëria	Përmirësimi, inkura-	Shkathtësitë
Gëzimi, shakatë	Gjdhënia	Liria	jimi dhe fuqizimi i	kompjuterike
Mirëkuptimi i ndërsjellë	Mrekullia e trurit	Përgjegjësia	fëmijëve	Shkathtësitë
Koha familjare së bashku	Shëndeti	Pavarësia	Disiplina kundrejt	ngarëse
Alternativat për TV-në	Të ushqyerit	Kreativiteti	ndëshkimit	Detyrat
Mbledhjet familjare	Stërviçja	Vetë-vlerësimi	Besimi (feja)	Paratë dhe
Vaktet familjare	Gjumi	Besimi	Identiteti	menaxhimi i kohës
Menaxhimi i stresit	Seksi i shëndoshë	Respekti	Familja e zgjeruar	Dhënia
Lojërat, sportet	Shmangia e	Durimi		Lutja (<i>du'a</i>)
Angazhimi aktiv me fëmijët	pijeve dehëse	Përlësia dhe modestia		Vendimmarrja

Le të fillojmë me përqendrimin mbi skicën e mësipërme. Ne këtë e quajmë Skica e qëllimeve të prindërimit të mirë. Ajo i përmbledh qëllimet të cilat ne duhet të përpiqemi t'i vendosim, dhe e përvijon një hartë rrugore se si të arrihen ato përmes rrënjosjes së parimeve dhe vlerave, që nga fëmijëria deri në moshën madhore.

Vetë qëllimet e përgjithshme janë marrë nga a) aspiratat e thella të prindërve të përmbledhura aq bukur në ajetin 25:74 të Kur'anit, dhe b) një *hadith* përkatës i Profetit Muhammed a.s.:

Edhe ata që thonë: “Zoti ynë, na bën që të jemi të gëzuar me (punën) e grave tona dhe pasardhësve tanë, e neve na bën shembull për të devotshmit”. (Kur’ani, 25:74)

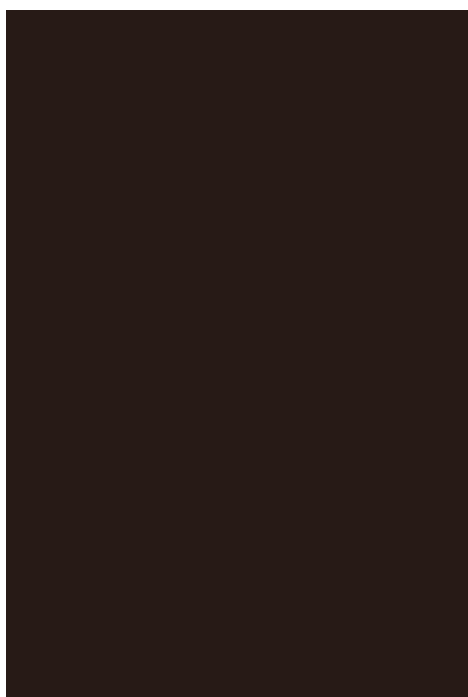
Njerëzit janë si mineralet (apo metalet, që kanë tipar të vetin); më të mirët nga njerëzit në kohën (para-islame) e injorancës (*xhahilijeh*), janë më të mirët e tyre në (kohën e) Islam, nëse ata kuptojnë (dhe perceptojnë). (BUHARI DHE MUSLIM)

Siç është specifikuar në skicë, qëllimet janë ndarë në dy kategori të gjera me kategorinë e dytë të ndarë më tutje në katër nënkategori. Prindërit duhet t'i kthehen rishtas skicës vazhdimisht për t'iu shprehur qëllimet dhe vlerat e saj, për t'iu studiuar ato, për t'iu ndjekur ato mendërisht, dhe për ta vlerësuar veprimin dhe zhvillimin karshi tyre. Kjo do të siguronte që ata të mos rrëshqasin në vetëkënaqësi apo të lejojnë që detyrat ditore të jetës t'ua marrin pushtetin përparësive prindërore.

Një vështrim më i afërt i qëllimeve

1. QËLLIMET E MARRA NGA AJETI KUR'ANOR: LUTJA E BESIMTARËVE

LUTJA E PARË që kërkojnë besimtarët është që Allahu i Plotfuqishëm fillimisht t'iu japë atyre bashkëshorte dhe pasardhës *kurrata a'jun* (gëzim për sytë e tyre). Kjo shprehje është përsëritur gjashtë herë në Kur'an, ndërsa kuptimi i fjalëpërfjalshëm i saj është: “qetësi e syve tanë, gëzim për sytë tanë, sy që janë



gëzuar me kënaqësi të hareshme”. Kështu në thelb dëshira e parë ka lidhje me një shtëpi të lumtur dhe jetë familjare të gëzuar.

Kjo nuk i referohet vetëm familjes bërthamore, por edhe asaj vërtet të zgjeruar, që përfshin bashkëshortët, pasardhësit, gjyshërit/gjyshet, xhaxhallarët/dajallarët, hallat/tezet dhe kushërinjtë. Disa kushte të domosdoshme për një vatër të lumtur përfshin komunikimin midis prindërve dhe fëmijëve; shfaqja e dashurisë dhe përzemërsisë dhe përdorimi i lavdërimit dhe kritikës

së matur, në mënyrë të përshtatshme dhe konstruktive. Kushtet shtesë për familje të lumtur përfshijnë ndërtimin e qëndrimeve pozitive, marrjen me ndjenjat në një mënyrë të vëmendshme dhe të ndjeshme; buzëqeshja, puthja, përqaftimi, prekja dhe shtrëngimi i duarve me fëmijët; shijimi i vakteve dhe bërja e punëve së bashku, si dhe bërja shaka dhe mirëpritja e njëri-tjetrit.

Kërkesa e dytë që besimtarët ia bëjnë Zotit të tyre është që bashkëshortet dhe pasardhësit e tyre të bëhen “imam të të devotshmëve”. Fjala *imam* dhe shumësi i tij *a'immeh* përsëritet dhjetë herë në Kur'an. Komentues të ndryshëm e shpjegojnë këtë shprehje: “na bëj imam të devotshmëve”, si vijon: Na bëj shembull për të tjerët, model për të tjerët, thirrës në ndershmëri, udhëzues për të tjerët, prijës të qenieve njerëzore, të parët ndër ata që janë të ndërgjegjshëm për Zotin, arketi-pa për të tjerët, pararendës të të tjerëve, dhe një objekt imitimi nga ithtarët tanë. Prandaj, qëllimi i dytë i familjes është i përqendruar mbi rritjen e prijësve dhe udhëzuesve të devotshëm dhe efektivë për njerëzimin.

Në këtë drejtim, dëshirojmë të tregojmë se kur i referohemi udhëheqjes, ne nuk mendojmë në gjuhën ambicioz pas pushtetit, por më tepër zhvillimin e njerëzve që kanë forcë, fuqi morale, me peshë, etikë dhe cilësi të tjera të karakterit që janë të domosdoshme për një prijës të mirë. Për më tepër, fjala “prijës” mund të ketë konotacion negativ në kuptimin se nuk është e shëndoshë që çdo anëtar të garojë për këtë pozitë të vetme. Fakti që mund të ketë vetëm një “prijës” formal i cilitdo grup mund të krijojë garë të panevojshme, dhe të zhvillojë ndjenja të ambicies së hidhur. Nëse çdokush do të vdiste nga uria për këtë post, atëherë kush do të ishin



Ku janë Prijësit? Ju jeni Prijësit

- Ne jemi prijësit që jemi duke i pritur.
- Të qenit prijës nuk ka të bëjë me të qenit i rëndësishëm, por ka të bëjë me shërbimin diçkaje të rëndësishme.
- Nuk është çështja se a e mbani postin, por sa mirë prini.
- Prirja është ta bësh atë që është e mirë kur vetëm Zoti shikon.
- Çdokush është prijës i dikujt. Qoftë ai dikush i punësuar, bashkëshortja, fëmija, apo vetja; ju jeni prijës!

“punëtorët” apo ndjekësit? Qëllimi ynë është t’i frymëzojmë fëmijët tanë që ta mishërojnë atë lloj cilësish që i karakterizojnë njerëzit me prirje parimore. Cilido anëtar i shoqërisë që merr pjesë dhe e përmirëson statusin që është prijës i vërtetë; dhe kjo është mënyra se si arrihet përparimi i vërtetë.

Ta përsërisim, cilësitë e udhëheqjes nuk do të thonë gjah ambicioz pas pushtetit, prestigjit, pozitës apo parave. E as që

nënkuptojnë ato mësimin e dominimit dhe kontrollit. Pikërisht e kundërta! Ajo që propozohet është që fëmijët të rriten me një ndjenjë zemërgjerësie, përluljeje dhe me një qëllim më të gjerë, të aftë për ta ndërë veten si anëtarë aktivë dhe të vlefshëm të shoqërisë. Persona që mund të jetojnë lehtësisht në një botë mendimesh të ndryshme, dhe që kanë përparësinë e jashtëzakonshme të caktimit me vetëbesim të qëllimeve më të

NË TRASHËGIMINË MUSLIMANE, FJALA “PRIJËS” (KA’ID) NË FAKT NUK ËSHTË PËRDORUR, POR NË VEND TË KËSAJ MË TEPËR ËSHTË PËRKUFIZUAR NGA TERMINOLOGJIA VIJUESE:

Bari, pastor, kujdestar **Ra’i**
 Stërvitës dhe edukator **Murebbi**
 Person më i shquar, shembull **Imam**
 Disiplinues, Karakter-ndërtues **Muaddib**
 Mësues **Mual-lim**
 Mentor, Udhëzues **Murshid**
 Trajner **Muderrib**



larta për veten, dhe që nuk janë të frenuar nga vetë-pritshmëritë e ulëta. Fëmijët që kanë frikë nga mospranimi prej shoqërisë i fesë apo racës së tyre, nuk janë fëmijë që mund t’i shërbejnë shoqërisë. Duke pasur

parasysh natyrën e shoqërisë në të cilën jetojmë, këtyre cilësive duhet dhënë rëndësi. Nëse dikush nuk i mëson fëmijët e tij që të kenë besim në vete dhe t’i udhëheqë drejt, ata lehtësisht mund të udhëhiqen gabimisht.

Prijës është një person që i udhëzon njerëzit e tjerë dhe punën e tyre për arritjen e qëllimeve të caktuara, ndërsa *Murebbi* (stërvitës-edukator) është ai që i përgatit dhe i kualifikon individët për arritjen e qëllimeve. Profeti a.s., për shembull, e zgjodhi Amru ibnu'l-Asin dhe Ubejdeh ibnu'l-Xherrahun për t'iu prirë ushtrive, kurse Musab ibn Umejrin e dërgoi në Medine, ndërsa Muadh ibn Xhebelin në Jemen si “barinj, stërvitës-edukatorë dhe mentorë”, për të rritur dhe ushqyer individë të drejtë dhe të përndritur.

Nuk është e rastësishme që shumë profetë ishin barinj, përfshirë Shuajbin, Musain, Isain dhe Muhammedin, paqja qoftë mbi të gjithë ata. Vetë profesioni i bariut nënkupton mirësi, kujdes dhe dhembshuri për ithtarët. Ai po ashtu nënkupton edhe përlulësi. Këto janë cilësitë themelore dhe thelbësore të nevojshme për rritjen e fëmijëve; sa analogji e mrekullueshme është të shihen prindërit si barinj që përkëdhelin kopënë e tyre. Prandaj, një prijës është bari, mentor, trajner dhe mësues.

Prijës apo Bari?

Fjala “prijës” (*ka'id*) përdoret në kultura të ndryshme, por nuk është përdorur në Kur'an apo në Hadith. Në vend të saj përdoret fjala “bari” në hadithin vijues:

Të gjithë ju jeni barinj dhe përgjegjës për vartësit tuaj që janë nën kujdesin tuaj. Imami (d.m.th., sunduesi) është bari i nënshtetasve të tij dhe është përgjegjës për ta, ndërsa burri është bari i familjes së tij dhe është përgjegjës për ta. Gruaja është bareshë e shtëpisë së burrit të saj dhe është përgjegjëse për të. Shërbëtori është bari i gjëseneve të zotërisë së tij dhe është përgjegjës për to. Një burrë është bari i pronës së babait të tij dhe është përgjegjës për të. Që të gjithë ju jeni barinj dhe përgjegjës për vartësit tuaj dhe për gjërat që janë nën kujdesin tuaj.

(BUHARI)

2. QËLLIMET E MARRA NGA HADITHI I PROFETIT A.S.

Profeti Muhammed a.s. thotë:

Njerëzit janë si mineralet (apo metalet, që kanë tipar të vetin); më të mirët nga njerëzit në kohën (para-islame) e injorancës (xhahilijeh), janë më të mirët e tyre në (kohën e) Islam, nëse ata kuptojnë (dhe perceptojnë).

(BUHARI DHE MUSLIMI)

Shumëçka mund të mësohet nga ky *hadith*. Njëri mësim është se ndërtimi i karakterit duhet të ndodhë gjatë fëmijërisë së hershme. Kjo është e përbashkët për të gjitha qeniet njerëzore, muslimanë dhe jomuslimanë (siç është nënkuptuar me *hadithin*). Guximi, kreativiteti, ndershmëria, dashuria dhe besueshmëria kanë ekzistuar te shumë të rritur para se të futeshin në Islam. Njerëzit më të mirë janë ata që i kanë këto tipare të karakterit. Islami ua shton atyre fenë, urtësinë, diturinë dhe udhëzimin hyjnor. Profeti na tregon se paganët me ‘karakterin më të lartë’ mund të bëhen muslimanë me karakterin më të lartë, me kusht që ta kenë kuptuar Islamin.

Politeisti më i mirë – e kupton dhe e pranon Islamin → Muslimani më i mirë

Disa muslimanë mendojnë se guximi, ndershmëria dhe besueshmëria e muslimanëve të mëdhenj (si Umer ibnu'l-Hattabi dhe Halid ibnu'l-Velidi) erdhën pasi ata e përqaftuan Islam. E vërteta është se ata kishin qenë të guximshëm, të ndershëm dhe të besueshëm para se të futeshin në Islam. Islami e plotësoi karakterin e tyre të mirë para-ekzistues me urtësi, dituri dhe udhëzim hyjnor.

Ky *hadith* përqendrohet mbi tiparet e karakterit. Ka disa kushte të domosdoshme që duhet të jenë të pranishme te besimtarët, si përshtatshmëria fizike dhe shëndeti i mirë (sidomos gjatë shtatzënisë dhe gjidhënies). Alkooli, drogat, duhani dhe seksi jashtëmartesor janë të liga që e dëmtojnë nënën shtatzënë, si dhe fëmijën e palindur. Nënata në pritje të lindjes duhet t'i shmangen marrjes së ilaçeve, përveç nëse ato këshillohen nga mjeku dhe, për më tepër, atyre u nevojitet një e ushqyer e mirë dhe gjumë i mjaftueshëm. Po ashtu duhet pasur kujdes dhe mbrojtje shtesë nga infeksionet virale dhe bakteriale.

Lloji i tipareve të karakterit që synojmë të zhvillohen janë guximi, ndershmëria, kreativiteti, besimi, merita, dashuria dhe përgjegjësia. Këto kanë një dritare të kufizuar mundësish për t'u zhvilluar. Prandaj pesë vitet e para janë vendimtare. Përveç kësaj, prindërit duhet t'iu mundësojnë fëmijëve t'i përfitojnë shkathtësitë e leximit, shkrimit, të folurit, ngarjes, notit dhe përdorimit të kompjuterëve. Ata duhet t'ua mësojnë fëmijëve durimin, respektin dhe vendimmarrjen. Sa më herët që të zotërohen këto shkathtësi, aq më shumë dobi sjellin ato dhe aq më shumë dyer mundësish hapin ato për fëmijët.

Profeti Muhammed a.s. përshkruhej nga miqtë dhe armiqtë e tij si i ndershëm dhe i besueshëm. Ky ishte karakteri i tij thelbësor para se ta pranonte shpalljen hyjnore. Kur'ani e thekson të njëjtën temë të *hadithit* të sipërpërmendur (karakterin e mirë) kur i përshkruan profetët, si: Nuh, Junus, Ibrahim, Ismail, Musa, Talut, Isa, Jusuf, Ejjub dhe Jakub (paqja qoftë mbi të gjithë ata). Musai përshkruhet si "i fortë dhe i besueshëm". Profeti Jusuf e përshkruan veten si "i kualifikuar, profesional dhe i besueshëm". Këto përshkrime përfshijnë kualifikime të rëndësishme për udhëheqje: Forca (e trupit dhe karakterit), profesionalizmi (që kërkon dituri dhe shkathtësi) dhe besueshmëria. Me pak fjalë, 25 profetët e përmendur në Kur'an janë përshkruar si të ndershëm, të urtë, të ditur, të mëshirshëm, të dhembshur, të fortë, të besueshëm, durimtarë dhe plotësues të premtimeve. Janë pikërisht këto tipare që ne duhet t'i theksojmë te prindërimi për rritjen dhe zhvillimin e fëmijëve tanë. Vërejtini *ajetet* vijuese të Kur'anit:

Përkujtoju në këtë Libër Ismailin! Ai ka qenë shumë besnik në premtim (premtoi të bëhet kurban) dhe i dërguar, pejgamber. (Kur'ani, 19:54)

Ai (Jusufi) tha: "Më cakto mua përgjegjës të depove të vendit, unë jam besnik i dijshtëm". (Kur'ani, 12:55)

E pasi ai (Musai) e arriti moshën madhore dhe u bë i pjekur, Ne i dhamë urtësi e dituri. Kështu Ne i shpërblejmë bamirësit. (Kur'ani, 28:14)

Njëra prej atyre dyjave tha: "O babai im, merre këtë në shërbim me pagë, pse më i miri i atij që do ta marrësh në shërbim është ai i fuqishmi e besniku!" (Kur'ani, 28:26)

... (Profeti i tyre) tha: "Allahu e zgjodhi atë (Talutin) sundues tuajin dhe e pajisi me dituri të gjerë e me fuqi trupore"! Allahu ia jep sundimin e vet atij që do, Allahu është dhurues i madh, i dijshtëm. (Kur'ani, 2:247)

Juve ju erdhi i dërguar (Muhammedi) nga mesi juaj, atij i vjen rëndë për vuajtjet tuaja, sepse është lakmues i rrugës së drejtë për ju, është i ndjeshëm dhe i mëshirshëm për besimtarët. (Kur'ani, 9:128)

Kafeja dhe përparësitë familjare

Një prind mori një kavanoz të madh të zbrazët dhe e mbushi me topa golfi. Ai i pyeti fëmijët nëse kavanozi ishte mbushur. Ata pohuan se ishte. Pastaj ai mori një kuti me guralecë dhe i derdhi ata në kavanoz, duke e shkundur lehtësisht. Guralecët u futën në zbrazëtirat midis topave të golfit. Ai sërish i pyeti nëse kavanozi ishte mbushur. Ata pohuan se ishte. Prindi pastaj mori një kuti me rërë dhe e derdhi në kavanozin. Rëra e mbushi hapësirën e mbetur. Ai pyeti nëse kavanozi ishte mbushur. Fëmijët u përgjigjën me “po”. Prindi atëherë nxori dy filxhanë me kafe nën tryezën dhe përbërjen



e tyre e derdhi në kavanoz, duke e mbushur hapësirën e zbrazët midis rërës. Fëmijët qeshën.

“Tani”, tha prindi, “unë dëshiroj që ju ta imagjinoni se ky kavanoz paraqet jetën tuaj. Topat e golfit janë gjërat me rëndësi – adhurimi, bashkëshortja(i) juaj e ardhshme dhe fëmijët tuaj, shëndeti juaj, shokët tuaj dhe pasionet tuaja të parapëlqyera – gjëra që sikur gjithçka tjetër të humbiste dhe vetëm ato të mbeteshin, jeta juaj megjithatë do të ishte e mbushur. Guralecët janë gjërat e tjera që kanë rëndësi, si puna juaj, shtëpia juaj dhe vetura juaj. Rëra është gjithçka tjetër, si zbatimja dhe gjërat e vogla.

Nëse e fusni së pari rërën në kavanoz, aty nuk do të mbetë vend për guralecët dhe topat e golfit. E njëjta vlen edhe për jetën. Nëse ju e harxhoni tërë kohën dhe energjinë tuaj për gjëra të imëta, ju nuk do të keni kurrë vend për gjërat e rëndësishme. Kushtojuni vëmendje gjërave që janë vendimtare për suksesin tuaj në Botën e Përtejme dhe për lumturinë tuaj në këtë botë. Faluni më shumë; jepni më shumë lëmoshë. Kaloni kohë dhe luani me fëmijët tuaj. Kujdesuni për shëndetin tuaj. Dilni për darkë me bashkëshorten tuaj. Gjeneroni kohë për të mësuar. Gjithmonë do të ketë kohë për ta pastruar shtëpinë dhe për ta zhblokuar lavamanin.

Kujdesuni fillimisht për topat e golfit, gjërat që vërtet kanë rëndësi. Caktoni përparësitë tuaja. Ajo që mbetet është vetëm rërë”.

Njëri nga fëmijët u interesua se çfarë përfaqësonte kafeja. Prindi buzëqeshi. “Gëzohem që më pyete. Ajo ishte vetëm për t’ju treguar se pavarësisht se sa e mbushur mund të duket jeta juaj, aty ka gjithmonë vend për një dy filxhanë kafeje me një mik”.

Përfundim

Ngulitni sytë tuaj tek çmimi

Ndonëse ky kapitull e diskutoi çështjen e qëllimeve dhe objektivave në disa detaje, pasi gjithçka të jetë thënë dhe bërë, caktimi i qëllimit është thjesht një mjet drejt një përfundimi, ndërsa prodhimi përfundimtar, rritja e fëmijëve të ndershëm, duhet gjithmonë të

kujtohet. Kjo do të ketë ndikim të drejtpërdrejtë mbi atë se si dikush i trajton fëmijët, dhe si ai i zhvillon tek ata cilësitë e kërkuara për t’i luajtur rolet që prindërit dëshirojnë ata t’i luajnë kur të bëhen të rritur.

Për t'i arritur qëllimet që i caktojmë për fëmijët, ne duhet ta shikojmë karakterin dhe sjelljen tonë. Ne duhet:

1. Të aplikojmë një drejtpeshim të duhur të disiplinës me atë të inkurajimit dhe autorizimit.
2. Ta praktikojmë atë që e flasim sa të jetë e mundur, dhe ta bëjmë botëkuptimin tonë një koncept holistik në jetë, me një ndjenjë identiteti dhe përkatësie. Pranoni gabimet tuaja dhe kërkoni falje për ato pa bërë justifikime.
3. Plotësojeni të sipërmen me besim dhe lutje. I Plotfuqishmi iu përgjigjet njerëzve të sinqertë dhe i ndihmon ata në mënyrën e Tij dhe në kohën e Tij.

Bibla thotë:

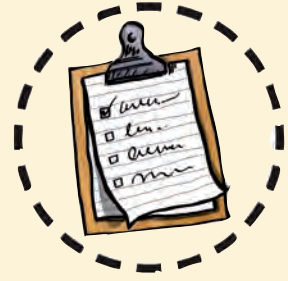
“Stërviteni një fëmijë në rrugën të cilës duhet të shkojë, dhe kur të plakët, ai nuk do të largohet nga ajo”.

(Proverbat 22:6)

Ardhmëria e kësaj bote dhe siguria e saj varen në masë të madhe nga brezat e ardhshëm të saj. Prindërimi luan një rol boshtor në reformimin dhe rigjenerimin e shoqërisë dhe efektet e tij nuk duhen nënvlerësuar. Vetë njerëzimi ballafaqohet me rreziqe dhe sfida të mëdha dhe ne duhet të jemi seriozë për detyrën tonë për përfitimin e shkathtësive të mira prindërore dhe për zbatimin e tyre në praktikë. Fëmijët tanë do të jenë prindërit e së ardhmes, të cilët pastaj do t'ua mësojnë të njëjtat vlera fëmijëve të tyre, duke nisur kështu një cikël që mund t'i sjellë vetëm paqe, drejtësi dhe qëndrueshmëri botës. Jeta nuk matet nga ajo se sa frymë marrim, por nga çastet që na e marrin frymën!



Aktivitate



AKTIVITETI 16: DISKUTIM PËR AMBIENTIN SHTËPIAK

Kërkoni nga secili anëtar i familjes t'iu përgjigjet këtyre pyetjeve:

A ndjehesh i lumtur kur futesh në shtëpi?

A ndjehesh i lumtur kur del nga shtëpia?

Çfarë mund të bësh për ta bërë ambientin tënd shtëpiak më të lumtur?

Identifikoni diçka të veçantë që do të kërkoni nga secili anëtar për ta shtuar lumturinë në shtëpi.

AKTIVITETI 17: PRINDËR: MËSOJINI FËMIJËT TUAJ

Shqyrtoni pikat vijuese dhe diskutoni se si t'ua mësoni ato fëmijëve tuaj. Drejtojuni çështjeve që mungojnë në stërvitjen e fëmijës suaj.

- Si ta mbjellin lulen që e dëshirojnë (fëmijëve tuaj u pëlqen të luajnë me dhë, të gërmojnë dhe të luajnë me zorrën e ujit).
- Të mos bëjnë rrëmujë.
- Si t'ju telefonojnë në punë.
- Si të telefonojnë numrin 911 (112 apo numrin kombëtar të emergjencave) dhe kur e përse.
- Ta kthejnë atë që kanë huazuar.
- T'iu japin komplimente të tjerëve.
- Të mos i lëndojnë të tjerët.
- Të mos kenë frikë nga kafshët, por t'i respektojnë dhe vlerësojnë ato.
- Ta bëjnë fjalën e dhënë detyrim.
- Ta pastrojnë rrëmujën që e kanë bërë vetë.
- Të ndajnë dhe kujdesen. Gëzimi i ndarë është gëzim i dyfishtë, ndërsa hidhërimi i ndarë është gjysmë hidhërimi.
- Të shoqërohen me fëmijë të të gjitha racave dhe ngjyrave, madje edhe me ata që nuk flasin asnjë fjalë shqip.
- Të mos kenë frikë të provojnë gjëja të reja, brenda kufijve të sigurt.
- Si të sillen nëse humben.
- Si të fitojnë.
- Edhe sikur të mos jenë më të mirët në diçka, ata megjithatë mund të kënaqen me atë.
- Kur i godet ndonjë problem serioz, ta bëjnë më të mirën që dinë dhe të kërkojnë ndihmën e Zotit.
- Të presin çmime më të ulëta para se të blejnë.

- Si t'i lajnë dhe palosin rrobat e tyre.
- Si t'i respektojnë librat.
- Të jenë në kohë dhe të telefonojnë nëse do të vonohen, gjithmonë.
- Të dhurojnë gjëra.
- Si të jenë të pastër dhe të hijshëm në pamje.

Prindër:

- Mos i thoni fëmijës tuaj: “mos qa”; pyeteni atë se përse qan.
- Mos i blini fëmijës tuaj çfarëdo që dëshiron ai/ajo, madje edhe nëse mundeni.
- Mos i kritikoni gabimet e fëmijës tuaj, por diskutojeni mungesën e përpjekjes nga ana e tij.
- Kini besim te fëmija juaj.
- Mos e kritikoni bashkëshorten tuaj para fëmijës tuaj.
- Mos fusni televizor apo kompjuter në dhomën e fëmijës tuaj.
- Mos e shfrytëzoni televizorin si dado.

AKTIVITETI 18: DISA PROVERBA TË GABUARA NË KULTURËN ARABE

Prindërit duhet t'i shpjegojnë dhe t'i përgënjeshtrojnë disa nga proverbat që mbizotërojnë në kulturën arabe. Këto tentojnë t'i theksojnë temat e egoizmit, mungesën e konsideratës dhe hipokrizinë.

Po të mos ishit ujk, do t'ju hanin ujqit. (Kjo e nxit dominimin dhe sjelljen agresive).
Dora që nuk mund të kafshohet, duhet puthur. (Tregon hipokrizinë)
Ç'më intereson mua! (Pikëpamje egoiste)
Nëse vdes nga etja, le të mos ketë shi. (Mungesë konsiderate)
Kini kujdes nga e keqja e atyre që i keni favorizuar. (Qëndrim negativ)

AKTIVITETI 19: BOTËKUPTIMI I BAZUAR MBI MIQËSINË E VËRTETË

Shpjegojeni *hadithin* vijues, pastaj rrëfeni histori për miqësitë tuaja që kanë qenë të gabuara, jo të sinqerta dhe jo vetëm për hir të të Plotfuqishmit. Profeti a.s. ka thënë:

“Është një grup i shërbëtorëve të Zotit që madje edhe profetët dhe martirët do t'ua kenë zili”. Thanë: “O i Dërguari i Allahut, kush janë këta njerëz?” Ai tha: “Ata janë njerëzit që e duan njëri-tjetrin për dritën e Allahut, e jo për pasuri apo lidhje familjare. Fytyrat e tyre janë të mbushura me dritë dhe ata janë në tribunat e dritës; ata as nuk frikësohen kur njerëzit frikësohen, e as që pikëllohen kur njerëzit pikëllohen”. Atëherë Profeti a.s. e recitoi ajetin: “Vërtetë, ata që janë afër Zotit – ata nuk duhet as të kenë frikë, e as të jenë të pikëlluar”. (Ebu Davud)

AKTIVITETI 20: DISKUTIM I QETË MIDIS ANËTARËVE TË FAMILJES: RREGULLISHT!

- Mbani një mbledhje familjare një herë në muaj për ta diskutuar situatën politike, shoqërore dhe ekonomike të gjithsecilit në familje.
- Sigurohuni që kurrfarë tensioni dhe stresi i panevojshëm të mos rezultojë nga ky diskutim që mund të jetë i nxehtë.



KAPITULLI 4

Qëllimi më i rëndësishëm: Rritja e fëmijëve që e duan Zotin

- Hyrje **84**
- Qasja e tashme e rrënjës së besimit të fëmijët tanë **85**
- Kultura e vetëdashjes: Mungesa e pjesëmarrjes në punët publike **86**
- Mungesa e përgjegjësisë personale **89**
- Kultura e shfytyruar: Prapambetja dhe besëtytnia **90**
- Rruga e drejtpeshuar: Qasja e urtë **92**
- Mësojuani fëmijëve dashurinë për Kur'anin **93**
- Mësojuani fëmijëve lutjet: Kujtimi i vazhdueshëm i Zotit **95**
- Mësojuani fëmijëve tevben (*pendimin*) **96**
- Mësojini fëmijët për Profetin Muhammed a.s. dhe për profetët e tjerë **96**
- Mësojuani fëmijëve adabet (*mirësjelljet*) **97**
- Çfarë duhet t'iu tregoni fëmijëve fillimisht: Ata e duan Zotin apo Zoti i do ata? **97**
- Aktivitetet 21–25 **99**



Hyrje

EDHE PSE NË kapitullin paraprak ne shqyrtuam disa nga qëllimet dhe vlerat kryesore që prindërit duhet t'i vendosin për rritjen e fëmijëve, është një qëllim i përgjithshëm i veçantë që kërkon theks të posaçëm, e ai është besimi në Zot. Rritja e fëmijëve që *dinë* për Zotin është shumë ndryshe nga rritja e fëmijëve që e *duan* Zotin dhe janë të *ndërgjegjshëm* për të. Ndërgjegjja për Zotin është baza nga e cila të gjitha vlerat e tjera do të lulëzojnë, dhe nga e cila do të rezultojë suksesi i vërtetë.

Koha jonë me fëmijët tanë është e kufizuar, ndaj ne duhet të organizohemi, të nisim një orar dhe të mos ia lëmë atë ndonjë date të mëvonshme, apo ndonjë personi që ta bëjë punën për ne, me shpresë se përsëritshmëria dhe moraliteti disi do të depërtojnë.

Shoqëria në të cilën jetojmë vazhdimisht e promovon racionalizmin e çekuilibruar, një mënyrë e të menduarit që e përjashton Zotin nga jetët tona. Kini kujdes nga shkollat që e shtojnë Zotin në paskenë.



Qasja e tashme për rrënjosjen e fesë te fëmijët tanë

Para se të shqyrtojmë se çfarë duhet të bëjmë,
le të shqyrtojmë se çfarë po ndodh në qarqet tona familjare.

Qasja fetare e keqduhëzuar që muslimanët shpesh e zbatojnë në jetë sot mund të përshkruhet si formaliste dhe legaliste, dhe kjo nga ana tjetër pasqyrohet mbi atë se si rriten fëmijët muslimanë. Kultura fetare dominante, siç praktikohet sot, tenton ta ndajë jetën në dy veprimtari kryesore: ritualet fetare (*ibadat*) dhe bashkëveprimet e biznesit (*mu'amelat*). Sipas ritualeve fetare, kjo ka ndikim mbi prindërimin musliman duke e kufizuar edukimin fetar në një zbatim ritualesh, që përfshijnë abdesin dhe faljen pesë herë në ditë (*salah*), agjërimin gjatë Ramazanit (*savm*) dhe pagesën e *zekatit*. Ai po ashtu në mënyrë të rreptë i drejton bashkëveprimet shoqërore, përfshirë këtu kontratën martesore (*zavaxh*), kontratat e biznesit (*ukud*), moralet formale personale (*adab*) dhe mbajtjen në mend të besimeve bazike (*kelimeh* apo *shehadet*). Kjo është mënyra legaliste e praktikimit të fesë.

Përveç kësaj, prindërit dhe familjet muslimane shpesh e neglizhojnë rëndësinë e detyrave dhe llogaridhënies publike-umetike, në favor të përparimit personal të izoluar, duke menduar pak për përgjegjësitë morale ndaj anëtarëve të tjerë të shoqërisë. Si rezultat i kësaj, fëmijët nuk inkurajohen të marrin pjesë në punët qytetare, dhe për sa kohë që atyre u janë mësuar çështjet bazë të lutjeve dhe leximit të Kur'anit, prindërit e përgëzojnë veten për detyrën e kryer mirë. Prandaj fëmijët rriten duke menduar se kryerja e ritualeve personale është elementi qendror i jetës morale, dhe se nëse ata i kryejnë këto rituale, atëherë ata i kanë kryer të gjitha detyrat e tyre fetare dhe morale në jetë. Kjo mund të sjellë deri në një stil egoist të jetesës, atë të mbijetesës së thjeshtë dhe qëndrimi publik negativ. Fatkeqësisht, kjo

apati ka reperkusione më të gjera, ngaqë ajo përfundimisht e shkatërron jetën publike dhe shoqërinë, rezultati i së cilës është se çdokush është humbës.

Në realitet, adhurimi (*ibadat*) nuk do të thotë thjesht kryerje vetëm e ritualeve, por po ashtu i përfshin edhe të gjitha detyrat dhe veprimet që kërkohen në jetën e një muslimani sipas Ligjit Islam (Sheriatit), si dhe vlerat, si nxitja e asaj që është e mirë, shmangia e së keqes, angazhimi në përpjekjen publike dhe përkujdesja për të tjerët. Nëse këto cilësi



nuk janë të rrënjosura thellë në strukturën emocionale (*vuxhdan*) të fëmijëve muslimanë, atëherë ata do t'ia kalojnë këtë apati fëmijëve të tyre, dhe do të përjetësojnë një cikël indiference shkatërrimtare. Prandaj është ky çekuilibrim dhe shkëputje në vazhdimësinë e arsimimit fetar, që e mbithekson kryerjen e ritualeve si qëllime në vete dhe e nënthekson zhvillimin e brendshëm dhe shqetësimin publik. Fjala *ibadat* në të vërtetë e tregon *dhikrin*, që do të thotë kujtimi dhe komunikimi me të Plotfuqishmin për vendosjen e drejtësisë, moralitetit dhe sjelljes së mirë.

Kultura e vetëdashjes: Mungesa e pjesëmarrjes në punët publike

Fatkeqësisht ka pasur një konfrontim, polarizim dhe ndarje midis dijetarëve dhe mendimtarëve muslimanë, në njërën anë, dhe prijësve shtypës dhe të korruptuar në anën tjetër. Juristët muslimanë janë izoluar nga jeta publike dhe janë përqendruar kryesisht mbi aspektet personale dhe individuale të jetëve të njerëzve, duke i shpërfillur shqetësimet publike dhe shoqërore. Kësisoj, praktikave të punëve publike, qeverisjes së mirë, pjesëmarrjes politike, konsultimit (*shûrâ*), detyrave qytetare, kërkimit të drejtësisë shoqërore dhe krijimit të vëllazërisë nuk iu është kushtuar rëndësia e tyre e duhur. Kjo e ka shtrembëruar vizionin e përgjithshëm islam. Qëndrimi pasiv ndaj çështjeve publike e ka prekur frymën ekipore të Ummetit dhe i ka dobësuar lidhjet grupore të domosdoshme për gjenerimin e shqetësimit publik. Një qytetërim nuk mund të mbështetet me theksimin mendjengushtë vetëm mbi shpëtimin personal; ai duhet plotësuar nga një theks i fuqishëm mbi shqetësimet shoqërore e publike. Me fjalë të tjera, zbatimi i konceptit të *istihlafit* (kujdestarisë së njerëzimit) nga ne kërkon ta kryejmë dhe zhvillojmë, brez pas brezi, misionin e *imranit* (krijimit të një qytetërimi të bazuar mbi të mirën e përgjithshme). Ndonëse kujdesi për ligjet personale dhe familjare në jurisprudencën islame (*fikh*) është një nevojë e domosdoshme, kjo, më vete, nuk mjafton për të prodhuar ndërtues të qytetërimit.

Diskursi i tillë ndihmon të prodhohen individë dhe komunitete të mirë, por përfundimisht pasivë dhe të nënshtrueshëm. Njerëzit e rritur në një kulturë tradicionale, formaliste dhe legaliste mund të kryejnë në mënyrë korrekte ritualet e tyre të abdesit, lutjeve, agjërimit dhe pelegrinazhit, por ata fatkeqësisht nuk janë të prirë për qytetari të mirë, pjesëmarrje publike, dhe nxitjen e shërbimit ndaj shoqërisë. Duke u bërë të varur nga qeveritë për t'iu siguruar atyre shërbime të ga-

tshme, në vend që t'i mbajnë mbi supet e veta përgjegjësitë e tyre personale dhe publike, ata bëhen të paafte për të menduar për vetveten, apo për të sjellë vendime për ardhmërinë e tyre, apo për ta shtuar diturinë e tyre, apo për t'u kujdesur për vetveten. Me fjalë të tjera, apatia ngadhënjën mbi pjesëmarrjen aktive. Fëmijët e rritur kësaj nuk bëhen mendimtarë të lirë, etikë dhe risimtarë, punëtorë ekiporë, apo nismëtarë të progresit shoqëror; në vend të kësaj, ata përfundimisht rriten si egoistë të ndrojtur dhe vetjakë.



Individët që jetojnë nën autoritete shtypëse politike dhe fetare vuajnë nga një situatë e keqe; aty ku nevojitet ndryshim shoqëror ata gjenerojnë shoqëri të sëmura dhe sjellje shkatërrimtare, që është qartësisht e dukshme në mjerimin shoqëror të ambientit dhe ekonomisë së tyre. Derisa i shmangen llogarive bankare me interes, ata janë të lumtur të mashtrojnë me kthimin e tatimit në të ardhura të tyre dhe pagesën e *zekatit*, edhe pse gënjimi dhe mashtrimi e shkelin Sheriatin. Ata ndjehen ngadhënjimtarë kur ia arrijnë të shpëtojnë pa u zënë për kontrabandë dhe për mashtrimin e zyrtarëve doganorë.

Disa prindër e theksojnë sjelljen egoiste që nga koha kur lind fëmija i tyre, e deri në

kohën kur ai/ajo e arrin pjekurinë. Më shumë përpjekje bëhen për atë që do të veshë fëmija, sesa në mësimin e tyre të kujdesen për të tjerët dhe të jenë të sjellshëm me të tjerët, apo për të rrenjosur një ndjenjë përgjegjësie për njerëzit, në veçanti për të varfrit dhe nevojtarët, dhe për ambientin në përgjithësi. Shumë nga ne u blejnë lodra të shtrenjta, që thyhen shpejt, fëmijëve tanë, e megjithatë e kthejmë kokën nga vuajtjet e një fëmije të mjerë në rrugë që lyp për ushqim dhe veshje.

Kjo mënyrë e të shikuarit të jetës i ka dëmtuar shoqëritë tona dhe jetën publike. Si mund të shpjegojmë, për shembull, se Dita Kombëtare në Bangladesh i referohet ndarjes së Bangladeshit nga Pakistani? Përse festimi i një ndarjeje duhet lavdëruar kur shohim se si kombet europiane bashkohen dhe bashkëpunojnë për shtimin e interesave të tyre të përbashkëta, kur dikur ata kanë qenë armiq të njëri-tjetrit? Brazili ka unitet përkundër pranisë së shumë grupeve etnike, fetare dhe gjuhësore, secili prej tyre me problemet e veta ekonomike dhe shoqërore. Në ndërkohë, vendet muslimane dhe arabe, përkundër gjuhës, kulturës dhe interesave të përbashkëta të tyre, vazhdojnë të shpërbëhen. Shtetet arabe “grindavece” dhe vendet muslimane “të varfra” bëjnë pak për t’iu ndihmuar qytetarëve të tyre. Numri i muslimanëve është në rritje, por jo edhe statusi i tyre në skenën botërore.

A mundet feja të jetë arsye për copëzimin, përçarjen, parëndësinë dhe izolimin e botës muslimane? A i shërbejnë cilësitë e tilla të mjera interesave të saj? A e keqkuptojnë muslimanët fenë e tyre? Ekziston një plasaritje në mendësinë e Ummetit. Gjithsecili ka mësuar të mendojë vetëm për veten, dhe përpiqet t’i ruajë interesat familjare të drejtpërdrejta të tij apo saj, ndërkohë që i shpërfill interesat

më të gjera të Ummetit dhe ato të anëtarëve të tjerë të shoqërisë, përfshirë edhe ato të farëfisit dhe fqinjëve. Kultura muslimane është duke u bërë mendjengushtë dhe e shtrembëruar, e zbrazët nga ndjenjat fqinjësore dhe fryma e punës ekipore që duhet të jetë shenjë dalluese e saj. Muslimanët duhet t’i nxjerrin kokat e tyre nga rëra.

Krahasoheni këtë situatë me qëndrimin e Ebu Bekrit, kur ai ishte i gatshëm t’ia dhuronte tërë pasurinë e tij komunitetit. Profeti a.s. e pyeti atë: “Çfarë i le familjes tënde?” Ai u përgjigj: “Ua lashë Allahun dhe të Dërguarin e Allahut”. Veprimi i Ebu Bekrit ishte shenjë



jo vetëm e besimit të tij të fortë, por po ashtu edhe e bindjes së tij se Profeti a.s., dhe shoqëria do të ishin në gjendje të kujdeseshin për të dhe për familjen e tij, nëse ata do të kishin nevojë ndonjëherë. Sikur Ebu Bekri ta kishte ndjerë që familja e tij do të ishte detyruar të vuante dhe lypte rrugëve, ai do ta kishte mbajtur pjesën më të madhe të pasurisë së tij, dhe do të kishte dhuruar

vetëm një pjesë të vogël të saj.

Gjendja e tashme e pafat e botës muslimane nuk mund të fajësohet për faktin që ajo përbëhet nga territore të gjera me shumë grupe etnike që flasin gjuhë të shumta të ndryshme, apo pse ata janë të sunduar nga regjime shtypëse, apo se kanë vuajtur një histori kolonializmi, etj. Islami i jep shtysë bashkëjetesës paqësore dhe harmonisë shoqërore. Muslimanët sot e përbëjnë çerekun e popullatës botërore. Përçarja e tyre nuk mund t’i përshkruhet Islamit, shkak që Islami mëson unitet, vëllazëri, solidaritet dhe dhembshuri. E as që mund t’i përshkruhet kjo gjendje faktorëve politikë e ekonomikë, ngaqë rënia ekonomike e politike është simptomë, e jo shkak. Atëherë, mbetet pyetja: Çfarë është përgjegjëse për këtë?

Ne besojmë se përgjigjja gjendet në ajetin kur'anor:

Allahu nuk e ndryshon gjendjen e një populli (nuk ua largon të mirat) përderisa ata ta ndryshojnë veten e tyre. (Kur'ani, 13:11)

Ne nuk mund ta theksojmë sa duhet këtë pikë: gjendja e gjerë e njerëzve shtrihet brenda tyre vetë. Prandaj, vetëm duke e kuptuar vizionin kur'anor dhe me ndryshimin e karaktereve tanë të brendshëm ne mund ta ndryshojmë gjendjen e jetëve tona. Kjo mund të ndodhë vetëm me ndihmën e prindërimit të mirë.

Edukimi është një proces që zgjat gjatë gjithë jetës, dhe mund të fitohet nga djepi deri në varr. Megjithatë, prindërimi i mirë është thelbësor për vendosjen e shqetësimeve publike si: ndjenja e përgjegjësisë, vetë-sakrifica dhe kujdesi për të tjerët. Këto vlera duhen rrënjësuar gjatë fëmijërisë së hershme nga prindërit, duke i ushqyer aspektet e drejta emocionale, shoqërore dhe shpirtërore të personalitetit. Këto duhen kapur shumë herët kur është shumë më e thjeshtë dhe më efikase të bëhet kjo, sesa gjatë moshës madhore. Librat e *fikhut* (rregullat ligjore) paraqesin manualët themelorë fetarë dhe kulturorë të referencës për zhvillimin personal të muslimanëve, dhe si të tillë kanë ndikim të madh mbi ndërtimin e personalitetit.

Prandaj, nevojitet të rishikohen librat e *fikhut*, duke i shtuar përmasat që mungojnë për kujdesin publik për shoqërinë dhe mbarë njerëzimin. Kjo përmasë është shpjeguar qartë në Kur'an dhe në Hadith:

Edhe ata që përgatitën vendin (Medinen) dhe besimin para tyre, i duan ata që shpërnguleshin tek ata dhe nuk ndiejnë në gjokset e tyre ndonjë nevojë (për zili a

tjetër) nga ajo që u jepej atyre (muhaxhirëve), madje edhe sikur të kishin vetë nevojë për te, ata u jepnin përparësi atyre para vetvetes. Kush është i ruajtur prej lakmisë së vet, të tillët janë të shpëtuar. (Kur'ani, 59:9)

Profeti a.s. ka thënë:

Ai që nuk shqetësohet me punët e muslimanëve, nuk është nga ata.

(IBN MESUD)

Nëse ne nuk kujdesemi për të tjerët në shoqëri, si të varfrit, jetimët, fqinjët dhe ata në nevojë, ne nuk do të jemi në gjendje të bëhemi më të mirët që mundemi. Siç mund ta shohim nga *sureja el-Ma'un* në Kur'an:

A e ke parë ti (a e sheh) atë, që përgënjeshtron përgjegjësinë dhe llogarinë në botën tjetër? Po ai është që e përzë në mënyrë të vrazhdë bonjakun. Dhe që nuk nxit për ta ushqyer të varfërin. Pra shkatërrim është për ata që falen, të cilët ndaj namazit të tyre janë të pakujdesshëm. Ata që vetëm shtiren (sa për sy e faqe). Dhe nuk japin as sendin më të vogël (as hua). (Kur'ani, 107:1-7)

Ekziston një lidhje e drejtpërdrejtë dhe e fortë midis adhurimit personal dhe mirëqenies së shoqërisë. Rituale fetare duhet të jenë të ndërlidhura me kujdesin për jetimët, ushqimin e të varfërve dhe ndihmën fqinjëve. Qëllimi i vërtetë i adhurimit është të përgatitet adhuruesi për t'iu shërbyer qenieve të tjera njerëzore. Ekzistimi i lypësve nëpër rrugët e botës muslimane e dëshmon ekzistimin e mungesës së ndjenjës së vëretë të përgjegjësisë, që ka zënë rrënjë ndër njerëzit sot.



Mungesa e përgjegjësisë personale

Shumë njerëz ndjejnë pak apo aspak përgjegjësi për veten, për të tjerët apo për ardhmërinë e tyre. Në një shoqëri ku puna e zellshme dhe ndershmëria japin pak apo aspak dobi për individin, individit iu shmanget të dyjave, dhe lyp nga të tjerët për mbështetje, duke kërkuar që ata t'i kryejnë detyrat e tyre ndaj tij, ndërsa mohan t'i detyrohet çkadoqoftë vetes apo familjes së tij. Koncepti i përgjegjësisë për veten mungon nga shoqëritë moderne muslimane. Kjo është po ashtu një pasojë e drejtpërdrejtë e mbizotërimit të kolektivizmit në botën muslimane. Nuk duhet ngatërruar kujdesi për të tjerët me kolektivizmin, sepse kolektivizimi është t'i jepet përparësi grupit para individit. Fisnia dhe përkatësia klanit kanë qenë format më primitive të kolektivizmit në botën muslimane. Në ditët tona, këto janë zëvendësuar me të qenit skllav i qeverisë. Në terma intelektuale, kolektivizmi çon në “të menduar grupor”, apo mendësi të kopësë, që është armik i mendimit individual original (*ixhtihad*), nxitës i progresit njerëzor. Në terma ekonomikë, ajo largon

çdo stimul për produktivitet nga individët, duke i kthyer ata në konsumatorë joproduktivë. Psikologjikisht, ai e largon vizionin e individëve për veten si *hulefa*. Kolektivizmi promovon një kulturë varësie, ku individit nuk ka vetëbesim. Etikisht, ai shpie në qyqari morale. Politikisht, ai çon ose në fraksione rivale që përpiqen ta imponojnë vullnetin e tyre mbi njëri-tjetrin, ose te “njeriu i fortë” që e imponon vullnetin e tij mbi shoqërinë.

Për dallim nga e sipërpërmendura, Kur’ani u apelon drejtpërsëdrejti individëve që të zgjedhin ta pranojnë rolin e tyre si *hulefa* dhe t’i nënshtrohen Vullnetit të Allahut, duke i inkurajuar ata që të përpiqen për arritjen e së mirës për vete, për komunitetin e tyre dhe për shoqërinë. Nëse ne vërtet e duam për të tjerët atë që e duam për veten, atëherë ne do të duam që edhe të tjerët të jenë të arsyeshëm, përgjegjës dhe të lirë.

Në shumë vende muslimane, fëmijët mësohen të jenë pasivë dhe jokritikë. Ata mësojnë disa urdhëresa ligjore të vjetruara. *Zekati* mësohet si taksë e bazuar mbi numrin e gamileve që i posedoni. Studentët mësohen t’iu japin shinikë me elb dhe hurma të varfërve. Librat mbi jurisprudencën akoma përbajnë

kapituj për atë se si duhet marrë me skllëverit, dhe metodën e saktë të blerjes dhe shitjes së tyre! Muslimanëve të rinj u mësohen informacione të vjetruara dhe të panevojshme. Një mundësi e vlefshme po ashtu humbet: ajo e zhvillimit të dhembshurisë dhe kujdesit për nevojat e njerëzve të tjerë. Kjo mungesë dhembshurie është një e metë serioze në karakterin e brezave të rinj të Ummetit.

Arsyeja themelore për ta mësuar një fëmijë për *zekatin* nuk është se si të llogariten përqindjet për gamilet, hurmat dhe elbin, por që tek ai të rrënjoset një e kuptuar për

konceptet madhore të solidaritetit shoqëror, dashamirësisë, sakrificës, zemërgjerësisë, si dhe rëndësia e ndarjes me të dëshpëruarit dhe nevojtarët. Shumë më me rëndësi se aspektet materiale të çështjes janë ngulitja e ndjenjave të thella të dhembshurisë dhe empatisë, si dhe një vlerësim për vuajtjet e të pafuqishmëve dhe skamnorëve të shoqërisë. Është praktika e vëllazërisë dhe gëzimi i dhënies përmes *zekatit* dhe bamirësive të tjera që duhen theksuar në këtë moshë të njomë, e jo kalkulimet matematikore të bezdisshme.

Kultura e shtrembëruar: prapambetje dhe besëtytni

Shumë muslimanë sot shikojnë prapa, në vend që të shikojnë përpara, dhe ata janë më tepër reaktivë sesa proaktivë. Ata presin deri sa të paraqitet një problem, dhe pastaj nxitojnë të përpiqen të bëjnë diçka në lidhje me të (por rrallëherë ia arrijnë), në vend që të planifikojnë paraprakisht dhe të mendojnë përpara për ta ndaluar shfaqjen e problemit që në fillim. Ata janë si shoferi i makinës i cili shikon vetëm pasqyrën e pasme, në vend të xhamit të përparmë.

Një problem tjetër që e pengon përparimin e muslimanëve është edhe besëtytnia, magjia dhe opsioni me botën e *xhinëve*. Qytetërimi islam u ndërtua mbi themelet e diturisë, shkencës, objektivitetit dhe arsyes. Është inkurajuese të dihet që dijetarët muslimanë, ndërsa u besonin mrekullive mbinatyrore të të gjithë profetëve, në të njëjtën kohë besonin se mrekullia e vërtetë që Profeti Muhammed a.s., ia la njerëzimit ishte Kur'ani. Shpallja kur'anore i drejtohet intelektit njerëzor dhe është e bazuar mbi arsyen. Kur'ani thërret në hulumtim, përsiatje, eksplorim dhe mendim. Këto janë temat mbizotëruese dhe të përsëritura në Kur'an. Është pikërisht ky lloj mendësie të cilin prindërit duhet ta ushqejnë në mendjet e fëmijëve të tyre, në mënyrë që ata të rriten duke besuar në komunitetin e arsyes,

duke e ruajtur ndërkohë besimin e tyre të fortë tek Zoti dhe Bota e Përtejme. Qytetërimi nuk është i ndërtuar mbi besëtytni dhe magji. Mund të dëgjohen rrëfime tmerruese për njerëz që iu drejtohen "fuqive" shëruese të fantazmave, *xhinëve*, yjeve dhe magjisë në trajtimin e punëve familjare, në vend që t'i drejtohen trajtimit të shëndoshë mjekësor apo psikologjik. Këto praktika janë të huaja për parimet dhe frymën e Islamit, dhe janë të dëmshme për intelektin e fëmijës. Roli ynë si prindër është ta ngulisim mendësinë e përndritur shkencore që e thekson Kur'ani. Kur'ani i pohon *es-sunnen el-Ilahijeh*, ligjet e natyrës që udhëheqin me jetën e njeriut dhe me gjithësinë fizike. Këto ligje të natyrës të frymëzuara hyjnisht vlenin plotësisht për Profetin a.s., siç është shpjeguar në *ajetet* vijuese:

Thuaj: "Unë nuk kam në dorë për veten time as ndonjë dobi, as ndonjë dëm, pos çka do Allahu. Sikur ta dija të fshehtën, do t'i shumoja për vete të dobishmet, e nuk do të më prekte gjë e keqe. Unë nuk jam tjetër vetëm se qortues dhe përgëzues për njerëzit që besojnë."

(Kur'ani, 7:188)

Thuaj: “Unë jam vetëm njeri, sikurse edhe ju, mua më shpallet se vetëm një Zot është Zoti juaj, e kush është që e shpreson takimin e Zotit të vet, le të bëjë vepër të mirë, e në adhurimin ndaj Zotit të tij të mos e përziejë askënd”.

(Kur’ani, 18:110)

Kjo mendësi objektive dhe shkencore prodhoi njërin nga qytetërimet më madhështore që bota ka parë ndonjëherë. Gjatë epokës së artë të tij, muslimanët ishin ata që i ndihmuan Europës të dilte nga Epoka e Errët (në të cilën ishte kredhur me shekuj) në Iluminizëm. (El-Hassani 2011).

Është detyra e prindërve, në rend të parë, dhe pastaj e mësuesve në shkollë që të rrisin

Filozofi francez Roger Garaudy i përshkroi përmasat e qytetërimit perëndimor me sa vijon:

Qytetërimi modern perëndimor i detyrohet për estetikën dhe sistemin ligjor të tij qytetërimeve greke dhe romake; për moralitetin e tij, Krishterimit; ndërsa për të menduarit shkencor të tij, muslimanëve në Spanjë.

(REVISTA EL-HEVAR 2002)

fëmijë me inteligjencë, tipare dhe karakter të lartë, të mbujtur thellë me një të kuptuar të ligjeve hyjnore dhe natyrore, gjithësisë dhe të shkencave humane dhe shoqërore.



Botëkuptimi i gabuar: dobësi dhe frikë

Profeti Muhammed a.s. ka thënë:

“Do të vijë një kohë kur kombet e tjera do t’ju sulmojnë, ashtu si të uriturit që e gllabërojnë pjetën me ushqim”. Një Shoqërues tha: “A është kjo për shkak të numrit tonë të vogël, o Profet i Allahut?” Profeti tha: “Jo, ju atëherë do të jeni të shumtë në numër, por do të jeni si shkuma mbi dallgët e oqeanit. Allahu do ta largojë frikën dhe respektin ndaj jush nga zemrat e armikut tuaj, dhe Ai do ta ngulisë në zemrat tuaja dobësinë (vehn)”. Dikush tha: “Çfarë është vehn, o Profet i Allahut?” Profeti iu përgjigj: “Vehn është dashuria për jetën e përbotshme dhe urrejtja e vdekjes”.

(EBU DAVUD)

Rruga e drejtpeshuar: Qasja e urtë

Ne kërkojmë nga prindërit t’i hedhin një shikim të sinqertë besimeve fetare të tyre. Një kuptim i urtë i praktikave dhe kërkesave të brendshme të fesë tuaj do të ketë ndikim të dobishëm mbi atë se si ju i rrisni fëmijët tuaj. Është me rëndësi të prindërohet në një mënyrë që nuk shpie në një kulturë frike, vetëdashjeje, prapambetjeje dhe detyrimi.

Dijetarët e hershëm (*alimët, fukahatë* dhe *mullatë*) i theksonin edhe ritualet edhe adhurimin (*ibadat*). Kur’ani e përmend *dhikrin*, që do të thotë kujtimi i Allahut. Të dy këta elemente janë thelbësore për mësimin e fëmijëve. Prindërit duhet të jenë të ndërgjegjshëm për botëkuptimin islam dhe t’ua mësojnë fëmijëve atë në moshën e dallimit. Fëmijëve duhet po ashtu t’iu thuhet se detyra jonë është ta zhvillojmë jetën mbi tokë sipas vlerave dhe rregullave të sakta, që Zoti ia ka shpallur njerëzimit, dhe se adhurimi është mjet për arritjen e atyre qëllimeve. Kjo më pas do t’i udhëzojë ata ta kuptojnë se i gjithë qëllimi i jetës është përpjekja për ta bërë gjënë e duhur.

Si prindër, sjellja jonë do të jetë model nga i cili do të kthehen fëmijët. Prandaj, ne duhet vazhdimisht të bëjmë *dhikr*, për të na e përkujtuar detyrën tonë që ta bëjmë atë që do t’i përmirësonte jetët tona dhe që do ta kënaqte Atë. Në veçanti, nga ne kërkohet që të bëjmë çmos për ruajtjen e jetës së drejtë

mbi tokë, për kujdesin për ambientin tonë, për kërkimin e diturisë dhe për t’iu ndihmuar të shtypurve të çlirohen. Fëmijët do të kenë një kuptim më të mirë për domethënien e vërtetë, dhe qëllimin e *ibadat*, nëse ata i shohin prindërit se si e praktikojnë këtë, dhe nëse ata mësohen se jeta është menduar si një sprovë për cilësitë e njerëzve dhe përpjekjen e tyre për të bërë çmos, si në aspektin privat, ashtu edhe në atë publik të shoqërisë.

Ajetet në vijim i vendosin themelet e një botëkuptimi në mendjen e fëmijës:

Thuaj: “Namazi im, kurbanii im, jeta ime dhe vdekja ime janë thjesht për Allahun, Zotin e botëve. Ai nuk ka shok (nuk adhuroj tjetër). Me këtë (thjeshtësi të adhurimit vetëm për Zotin) jam i urdhëruar dhe jam i pari i muslimanëve (i pari që pranoj dhe bindem).

(Kur’ani, 6:162-163)

...vërtet namazi largon nga të shëmtuarat dhe të irituarat... (Kur’ani, 29:45)

Ata janë që për hir të Tij u japin ushqim të varfërve, jetimëve dhe të zënëve robër. Ne po ju ushqejmë vetëm për hir të Allahut dhe prej jush nuk kërkojmë ndonjë shpërblim e as falënderim.

(Kur’ani, 76:8-9)

A tyre nga mesi juaj të cilët besuan dhe bënë vepra të mira, Allahu u premtoi se do t'i bëjë zotërues në atë tokë ashtu si i pat bërë zotërues ata që ishin para tyre, dhe fenë të cilën Ai e pëlqeu për ta, do ta forcojë, e në vend të frikës Ai do t'ju dhurojë siguri. Ata më adhurojnë Mua e nuk më shoqërojnë asgjë. E kush edhe pas kësaj mohon, të tillët janë ata më të prishurit.

(Kur'ani, 24:55)

Mësojuani fëmijëve dashurinë për Kur'anin

Për të rritur fëmijë që e duan Zotin, prindërit duhet t'ua prezantojnë Kur'anin atyre, në mënyrë që ai të bëhet diçka më shumë se vetëm një Libër i shenjtë që duhet lexuar në disa raste fetare, e më pas të lihet në raft për pjesën e mbetur të vitit. A duhet theksi të vihet mbi dhënien e informacioneve apo duhet vënë mbi zhvillimin më të rëndësishëm emocional dhe psikologjik të zemrës dhe shpirtit të fëmijës? Fitimi i diturisë dhe informacioneve vazhdon gjatë gjithë jetës së njeriut, ndërsa zhvillimi i shëndoshë emocional dhe psikologjik duhet të shfaqet herët në fëmijëri, kryesisht para viteve të adoleshencës.

Ajo që ndodh sot është se muslimanët vazhdimisht i frikësojnë fëmijët që nga mosha e tyre e hershme me rrëfime për Ferrin (*xhehennem*), duke e përmendur rrallëherë Dashurinë, Mëshirën dhe Dhembshurinë e Allahut, apo bukurinë e Parajsës. Ne e theksojmë atë se si ata do të digjen në Ferr nëse nuk i binden Zotit apo prindërve të tyre, ose nëse bëjnë gabime. Në ndërkohë, ne e neglizhojmë të përmendim se si ata do të shpërblehen dhe shërbehen në Parajsë nëse veprojnë me drejtësi, nëse i binden Allahut, iu binden prindërve të tyre, u ndihmojnë të tjerëve dhe nëse bëjnë atë që është e drejtë. Ne vazhdimisht i kërcënojmë fëmijët dhe i përkujtojmë ata për ndëshkimet, sikur ata

të ishin kriminelë të ligj, e megjithatë rrallë herë i inkurajojmë ata apo ua përmendim dashurinë e Zotit dhe shpërblimet që i marrin për sjelljen e mirë. Në këtë ambient fëmijët bëhen të rritur të tmerruar dhe frikacakë. Ata ushqejnë në mendje një qëndrim negativ dhe u mungon vetëbesimi, dhe, ç'është më e keqja, krejtësisht dëshpërohen nga feja e tyre.

Mësuesit zakonisht fillojnë me mësim-dhënien e Kur'anit fëmijëve nga Pjesa e fundit (*xhuz'u amme*, apo Pjesa 30). Kjo Pjesë përmban kapituj (*sure*) të shkurtër, që janë shpallur në Mekë në fillim të Shpalljes. Këta kapituj të shkurtër iu drejtoheshin shtypësve të devijuar dhe arrogantë nga fisi Kurejsh, dhe prijësve të tyre mizorë paganë (si Ebu Xhehli apo Ebu Lehebi). Në këta kapituj të hershëm Kur'ani iu drejtohet atyre që i torturonin muslimanët, që vranë disa prej tyre, komplotuan kundër Profetit a.s., dhe nisën luftë për t'i zhdukur besimtarët. Këto *sure* ishin paraparë t'i kthjellnin këta tiranë dhe *ajetet* e fuqishme binin mbi veshët e tyre si vetëtimë, ngaqë ato përmbanin paralajmërime të llahtarshme. Shikoni vetëm shembujt në vijim:

Qoftë i shkatërruar Ebi Lehebi, e ai më është shkatërruar.

(Kur'ani, 111:1)

Mjerë për secilin që ofendon e përqesh (njerëzit). (Kur'ani, 104:1)

A të erdhi ty lajmi për belanë që kaplon (kijameti)? Atë ditë sheh fytyra të përulura, Të lodhura e të rraskapitura (nga mundimi). Ata hyjnë në zjarrin të ndezur fort, u jepet të pijnë prej një kroi të valë. Ata nuk kanë ushqim tjetër pos një barishte me ferra helmuese.

(Kur'ani, 88:1-6)

Të mjerët ata që mangu matin e peshojnë. (Kur'ani, 83:1)

Thuaj: "O ju jobesimtarë!"

(Kur'ani, 109:1)

Kur të dridhet toka me dridhjen e saj të fuqishme. (Kur'ani, 99:1)

Është për të ardhur keq se edhe pse kjo formë e vrazhdë e të drejtuarit nuk është menduar për fëmijët, këto janë pikërisht *ajetet* që fillimisht u mësohen atyre në ditët tona. Arsyeja për mësimin e këtyre *sureve* është se ato janë shumë të shkurtra, dhe të lehta për t'u mbajtur në mend. Në vend që t'i trembim fëmijët në këtë moshë të re me theksimin e Ferrit dhe ndëshkimit, ne duhet ta theksojmë dashurinë e Zotit, mëshirën e prindërve dhe bukurinë e Parajsës. Kjo i përshtatet psikologjisë së tyre që t'i ngulisim ndjenjat e sigurisë, dashurisë, ngrohtësisë, bujarisë dhe butësisë gjatë fëmijërisë së hershme. Është më mirë të fillohet me Dashurinë e Zotit, Mëshirën, Mirësinë, Dhembshurinë, Faljen dhe Bujarinë e Tij, përveçtributeve të Tija të shumta të bukura. **Fëmijëve duhet po ashtu t'iu thuhet se ata janë të mirë dhe se Zoti i do ata, para se t'i mësojmë se ata duhet ta duan Zotin.** Rendi duhet të jetë dashuria e Zotit (së pari) dhe pastaj (së dyti) obligimi i tyre për ta dashur Zotin.

Sapo fëmijët të fillojnë të kuptojnë, prindërit mund t'ua paraqesin butësisht çështjen e Ferrit si ndëshkim për kryerjen e veprave të liga. *Suret* që përmbajnë paralajmërime dhe kërcënime për kryerjen e mëkateve të rënda supozohet të prezantohen kur fëmijët mund të marrin mësim nga to, në vend që t'i dorëzohen frikës. Kjo është zakonisht gjatë fëmijërisë së vonshme dhe moshës adoleshente, kur ata janë më të rritur dhe mund t'i kuptojnë më mirë idetë abstrakte dhe pasojat e veprimeve të tyre.

Duhet pasur kujdes për atë se si do ta zhvillojmë mendësinë dhe psikologjinë e fëmijëve tanë, sidomos kur ua mësojmë Kur'anin. Është imperativ që prindërit t'i zgjedhin *ajetet* më të përshtatshme mbi të cilat do të përqendrohen gjatë fazave të ndryshme të rritjes dhe edukimit të fëmijëve të tyre. Shumicës së Shoqëruesve (*Sahabeh*) të Profetit a.s. Kur'a-

ni iu prezantua kur ata ishin të rritur. Në atë moshë, Kur'ani kishte ndikim të thellë mbi ta. Karakteri i tyre tashmë guximtar dhe i fortë u përforcua, dhe Kur'ani i drejtoi ata drejt standardeve të larta morale. Specialistët në shkencat e Kur'anit, bashkë me ekspertët e edukimit dhe shkencëtarët shoqërorë, mund t'i këshillojnë prindërit për atë se si t'i mësojnë fëmijët, përfshirë edhe rendin e *ajeteve* sipas moshës së tyre. Sigurisht, të gjitha *ajetet* e Kur'anit duhen mësuar gjatë jetës së një individi. Megjithatë, çështja është: Në çfarë rendi duhen mësuar ato? Cilat *ajete* duhen theksuar, dhe në cilën moshë? Është e qartë që nuk është e përshtatshme të niset me tërë pjesën e 30-të, vetëm për shkak se ajo përmban 37 *sure* të shkurtra. Ajo që konsiderohet se është më e lehtë për t'u mbajtur në mend, nuk duhet të jetë e vetmja konsideratë.

Prindërit që nuk flasin arabisht duhet t'ua shpjegojnë fëmijëve të tyre kuptimin e *ajeteve* në gjuhën e tyre amtare. Sot, theksi vihet thjesht mbi të qenit në gjendje për të lexuar arabisht dhe për t'i mbajtur në mend *ajetet*, pa ua ditur kuptimin. Është shumë e këshillueshme për prindërit që të sigurojnë përkthim të mirë të Kur'anit, dhe t'i plotësojnë orët e tyre të leximit me orë të interpretimit (*tefsir*), në mënyrë që ata të fillojnë të zhvillojnë një marrëdhënie me botëkuptimin dhe mesazhin e Kur'anit. Nëse prindërit nuk janë në gjendje ta bëjnë këtë, ata mund të gjejnë një mësimdhënës apo të mbikëqyrin se çfarë dhe si mësohen fëmijët e tyre. Mund të lëshohen incizime të Kur'anit rregullisht në shtëpi, në mënyrë që fëmijët të familjarizohen me tingullin e tij. Është me rëndësi të vendoset një model i leximit që është i qëndrueshëm dhe i organizuar asisoj, që fëmijët të mësohen ta lexojnë Kur'anin çdo ditë. Mësimi i arabishtes si gjuhë e dytë po ashtu u ndihmon fëmijëve ta mësojnë Kur'anin dhe të bashkëveprojnë me të drejtpërsëdrejti. Janë botuar shumë libra për fëmijë që përmbajnë histori të profetëve të marra nga shkrimet e shenjta, dhe mësimë që duhen



nxjerrë nga ato. Prindërit duhet t'i blejnë apo huazojnë këto histori, për t'i plotësuar interpretimet nga Kur'ani, në mënyrë që fëmijët të njihen më për së afërmi dhe të bëhen më të rehatshëm me Kur'anin.

Mësojuani fëmijëve lutjet: Kujtimi i vazhdueshëm i Zotit

Ka shumë lutje të shkurtra që e sjellin ndërmend idenë e një Zoti vigjilent, dashamirës, i Cili është vazhdimisht i pranishëm me ne. Këto janë të lehta për t'u paraqitur dhe u ndihmojnë fëmijëve ta fitojnë shprehinë e të falënderuarit Atij, dhe kërkimit të udhëzimit dhe mbrojtjes prej Tij. Ato kundërshtojnë po ashtu çdo përpjekje për ta shtyrë Zotin në prapaskenë. Prindërit, për shembull, duhet ta falënderojnë Zoti me zë para se të hanë dhe kur të mbarojnë së ngrëni, dhe të kërkojnë që fëmijët ta përsërisin *du'anë* (lutjen) pas tyre. Sërish, kur hyhet në shtëpi, kur largohemi nga shtëpia, kur shkojmë të flemë dhe kur zgjohemi, duhet të sigurohemi që të themi *du'a*. Kjo e ngulit një qëndrim falënderimi. Thjesht thënia *Bismil-Lah* (me Emrin e Zotit) kur fillojmë një veprimtari do të vërehet

dhe kopjohet nga fëmijët. Ndonëse mund të duket triviale dhe e mërzitshme për fëmijët në fillim, ia vlen të ngulmohet. Në fund kjo shprehi do ta nxisë te fëmijët praktikën e *dhikrit* dhe do ta bëjë këtë komunikim me të Plotfuqishmin një aspekt të natyrshëm të jetës së tyre. Ata do ta kuptojnë po ashtu dorën e mëshirshme të Zotit në gjithçka.

Kur është fjala për *salatin* (lutjet rituale, *namazi*), sërish, ky duhet bërë një element i rëndësishëm dhe i natyrshëm i jetës së përditshme të prindërve. Prindërit e japin shembullin më të mirë për fëmijët e tyre. Bëni thirrjen për lutjet (*ezan*) para fëmijëve tuaj dhe merreni seriozisht kohën për lutje. Televizori duhet të fiket dhe çdokush duhet të përgatitet në mënyrë që lutja të nisë në atmosferë të duhur. Prindërit duhet të falen para fëmijëve të tyre ndërgjegjshëm dhe qetë. Shumë shpesh ka një padurim për ta mbaruar lutjen, dhe ky nxitim do të vërehet nga fëmijët, dhe padyshim do të imitohet pa u përqendruar tek lutjet. Duhet bërë një *du'a* para dhe pas faljes, në mënyrë që fëmijët të mësohen ta bëjnë të njëjtën gjë; ajo mund të jetë kërkesë për çfarëdo qoftë që ndjeni se keni nevojë nga Zoti.

Mësojuani fëmijëve *Tevben* (pendimin)

Fëmijët duhet ta kuptojnë se veprimet kanë pasoja, se sjellja e keqe është e turpshme dhe i është e njohur Zotit, dhe se ata duhet të pendohen kur të kenë kryer vepra të këqija. Nuk mjafton që fëmijët të thonë më fal e të vazhdojnë. Fëmijët duhet ta kuptojnë që keqardhja për sjelljet e këqija duhet t'i drejtohet Zotit. Kjo po ashtu e hap derën për ndërgjegje më të madhe për Zotin, dhe iu lejon prindërve t'ua mësojnë fëmijëve të tyre dashurinë dhe mëshirën e Zotit. Fëmijët pastaj mund të vendosin një marrëdhënie më të thellë me Të.

Prindërit nuk do të falënderohen nga fëmijët e tyre për përpjekjet e bëra për t'i mësuar ata; përkundrazi, ata me gjasë do të hasin në zemërim të çastit dhe të gjitha llojet e rezistencës. Megjithatë, shpjegimi vazhdimisht i situatës me një zë të vendosur, dhe shprehja e shumë përzemërsie kur bëhet *tevbeja*, do ta përforcojë te fëmijët praktikën e pendimit dhe të përmbajtjes nga veprimet e gabuara. Më vonë kur fëmijët të rriten, nëse ata lëndojnë apo i bëjnë ndonjë dëm të tjerëve, ata do ta dinë se çfarë duhet të bëjnë për ta shlyer atë te Zoti.

Mësojini fëmijët për Profetin Muhammed a.s. dhe për profetët e tjerë

Prindërit këshillohen të investojnë në një bibliotekë të vogël librash, dhe ta fitojnë shprehinë e të lexuarit rregullisht me fëmijët e tyre. Ata mund të lexojnë apo rrëfejnë histori të Profetit a.s. (përfshirë jetën e tij, fëmijërinë e tij, karakterin e tij dhe mesazhin e tij), histori të nipërve të tij dhe histori të Shoqëruesve të tij. Historitë profetike u mundësojnë fëmijëve të futen në botën e profetëve, të formojnë një lidhje të fortë me ta, dhe t'i imitojnë ata si shembull që duhet ndjekur. Këto histori duhet të përshtaten dhe t'i drejtohen grupmohës së fëmijëve, dhe të përqendrohen mbi aspektet me të cilat fëmijët mund të lidhen. Prindërit mundën po ashtu t'iu lexojnë fëmijëve histori

për burra dhe gra të fuqishme dhe prijës moralë përgjatë historisë. Mësojini fëmijët për arritjet e qytetërimit islam. Merrini fëmijët me vete në muze dhe lejojuni atyre ta përjetojnë artin, historinë dhe arkitekturën islame. Muzetë janë vende të mrekullueshme ku fëmijët mund të frymëzohen nga historia, dhe ato kanë shpesh aktivitete për fëmijë, të cilat prindërit mund t'i shfrytëzojnë. Ka po ashtu edhe burime të shkëlqyera në Internet që i kushtohen kësaj lënde, për shembull, "1001 shpikjet", ku tregohen arritjet muslimane të 1000 viteve të shkuara: <http://www.1001inventions.com>. Është e këshillueshme që prindërit të investojnë po ashtu në një kopje të librit *1001 shpikjet: Trashëgimia muslimane në botën tonë*. Është ky një libër udhërrëfyes i lehtë për lexim, mrekullueshëm i ilustruar, që i shëtit lexuesit përgjatë një mijë viteve të shkencës dhe teknologjisë dhe në jetët e udhëçelësve mesjetarë, shpikjet e zgjuara të të cilëve kanë ndihmuar në krijimin e botës tonë sot. Faqet e Internetit dhe librat/DVD-të që përmbajnë materiale audio-vizuale ku tregohet bukuria e madhe e botës në të cilën jetojmë janë po ashtu një burim i jashtëzakonshëm udhëzimi. Fëmijëve duhet t'iu tregohen filma vizualisht tërheqës, sidomos ata që i përshkruajnë mrekullitë e krijimit (si mrekullia e bletës).

Përveç kësaj, teksa fëmijët bëhen të rritur, efektet e botëkuptimit shekullar do të futen më thellë në ndërgjegjen e tyre që është në zhvillim e sipër. Përgatituni t'iu përgjigjeni pyetjeve për tema si teoria e evolucionit. Fëmijët do të jenë të prekshëm që në çastin kur do të futen në botën më të gjerë, ndërsa prindërit janë jashtëzakonisht naivë nëse lejojnë që besimi të futet te ta përmes njëfarë osmoze islame. Sapo dija për Zotin dhe gjithçka ka krijuar Ai të rrënjosen tek fëmijët, do të jetë e lehtë të dilet në krye me arsyetimet e shtrembra të një diskursi shekullar. Fëmijët kanë nevojë për një themel të besueshëm dhe të fortë prej nga të shmangen dhe/ose t'i shpërfillin cilatdo përpjekje për ta shtrembëruar botëkuptimin e tyre.

Mësojuani fëmijëve *adab*-ët (mirësjelljet)

Koncepti i Islamit për sjelljen përfshin konceptin e moraleve (*adab*). Fëmijët duhet të mësojnë të thonë ju lutem dhe faleminderit, si dhe *el-hamdulil-Lah* (i gjithë lavdërimi i qoftë Allahut), *inshaAllah* (në dashtë Allahu), dhe *es-selam alejkum* (paqja qoftë mbi ty). Shumë shpesh, kjo përhëndetje e mrekullueshme lejohet të rrëshqasë në një “tung”, “përhëndetje” apo “paçim”. Fëmijëve duhet t’iu mësohen *adab* se si duhet ngrënë dhe pirë, veshjes së rrobave të hijshme, dhe se si të veprojnë me respekt në një ambient shoqëror.

Është me rëndësi që fëmijët dhe ambienti shtëpiak të mbahen të pastër, në rregull dhe të organizuar, që ata vetë t’i përthithin këto shprehje. Mos i llastoni fëmijët; nganjëherë, është më mirë të gatuhet një gjellë e thjeshtë, sesa një darkë luksoze, në mënyrë që ata të mësohen ta çmojnë ushqimin kur t’iu jepet ndonjë ushqim veçanërisht i shijshëm. Lavdërimi dhe admirimi i shpeshtë dhe i tepruar i fëmijëve mund të ngulisë te ata sqimë dhe arrogancë. Nuk është e domosdoshme që

atyre t’iu blihet çdo lodër që e kërkojnë; nëse ata vërtet duan diçka, atëherë herë pas here atyre mund t’iu lejohet të punojnë për atë, duke bërë punë shtëpiake të lehta. Ata duhen përkujtuar se Zoti i Plotfuqishëm mund t’iu japë atyre diçka më të mirë. Gjetja e zgjidhjeve alternative, për shembull, kur ata nuk mund ta marrin atë që duan, i përgatit fëmijët për realitetin që i pret në botën reale, dhe të gjitha vlerat dhe disiplinën që ata e mësojnë do t’iu shërbejë për të mirë atyre gjatë jetës së tyre.

Çfarë duhet t’iu tregoni fëmijëve fillimisht: Ata e duan Zotin apo Zoti i do ata?

Nëse fëmijët janë mësuar të thonë: “Unë e dua Zotin, Ai më ka krijuar mua dhe i ka krijuar tokën, diellin dhe hënën”, çfarë mesazhi iu është dhënë atyre? Para së gjithash, fëmijët nuk kanë koncept për Zotin, ngaqë ajo është një ide abstrakte, që ata akoma nuk e kuptojnë. Ç’rëndësi ka për ta që ta duan apo të mos e duan diçka që ata nuk e njohin? Për më tepër, për fëmijët, ekzistenca e tyre si dhe

MËSOJINI FËMIJËT:

Zoti ju do, Ai ju ka krijuar juve dhe e ka krijuar gjithësinë për kënaqësinë tuaj.

Ata gjithsesi do të dëshirojnë të kenë një marrëdhënie me një Qenie të tillë të dashur dhe të përzmërt, dhe të dinë gjithnjë e më shumë për Të.



e gjithësisë rreth tyre është çështje fakti dhe nuk është diçka e veçantë.

Megjithatë, nëse çështja kthehet mbrapsht dhe fëmijët mësohen: “Zoti ju do juve, Ai ju ka krijuar juve dhe e ka krijuar gjithësinë për kënaqësi tuajën”, atëherë ata do të duan ta dinë me padurim se kush është kjo Qenie që i do ata, dhe që kujdeset për ta dhe për kënaqësinë e tyre. Ata gjithsesi do të dëshirojnë të kenë një lidhje me një Entitet të tillë dashamirës, të përzemërt dhe të dinë gjithnjë e më shumë për Të.

Është një marrëdhënie e fuqishme midis adhurimit, jetës dhe nënshtrimit vullnetar ndaj Vullnetit të Krijuesit. Sjellja jonë e mirë duhet bazuar mbi dëshirën për ta kënaqur Atë, burimin Themelor të Mirësisë dhe së Vërtetës. Mënyra për ta kënaqur Zotin është që të ndiqen direktivat dhe udhëzi-

mi i Tij për përmirësimin e jetëve tona, si dhe të njerëzve përreth nesh. Ne e forcojmë përshtetshmërinë tonë duke qenë të mirë, të zellshëm, të ndershëm, të dobishëm dhe ndihmues për të tjerët, duke lëvizur kështu më afër Krijuesit. Ne i ndihmojmë vetes duke iu ndihmuar të tjerëve, duke i respektuar të drejtat për jetë, pronë dhe nder; dhe duke promovuar drejtësinë, dhembshurinë dhe lirinë, si dhe duke shmangur tiraninë dhe duke i bërë qëndresë shtypjes. Të gjitha këto përpjekje kërkojnë një vetëdije të vazhdueshme dhe kujtim të Zotit dhetributeve të bukura të Tij. Kryerja e ritualeve fetare e forcon këtë vetëdije dhe dashurinë tonë për të Plotfuqishmin. Kësisoj, ne do të jemi të bekuar, ndërsa adhuresi i sinqertë mund të fitojë forcë për të patur sukses në atë që është e mirë dhe e drejtë.

Njiheni veten: Problemi me arsimin arab

Është një klithmë e zëshme për mësim, liri dhe *ixhtihad* (kërkim): Raporti i Kombeve të Bashkuara për Zhvillimin Njerëzor Arab (The United Nations Arab Human Development Report) (2009), tregon një prirje shqetësuese anembanë botës arabe moderne në saje të përparimit dhe kërkimit shkencor. Sot arabët mbeten prapa kombeve të tjera madje edhe në ruajtjen e traditës kulturore të tyre të pasur. Një studim i OKB-së i vitit 1991 ka treguar që vendet arabe kanë një rën nga shifrat më të ulëta të publikimeve në botë. Europa është në krye, duke prodhuar mbi pesë herë më shumë publikime sesa vendet arabe.

Raporti nënvizon një pabarazi në rritje midis vendeve arabe dhe pjesës tjetër të botës. Në obsesionin e tyre për të kontrolluar, shtetet arabe autoritare e kanë ngulftatur kreativitetin dhe çdo diskutim. “Liritë që janë peng i çështjeve të rrejshme të sigurisë, censurimit dhe rojtarëve të vetëmëruar të moralit publik, janë liri që mohohen. Viktimat e para të këtij mohimi janë kreativiteti, iniciativa, inovacioni dhe dituria”. (The Economist 2003)

Prindërit duhet të mos i shmangen përgjegjësisë së tyre ndaj fëmijëve, duke ia lënë detyrën e tyre qeverive. Prindërit, si shembuj që duhen ndjekur dhe mësuesit e parë për fëmijët e tyre, duhet t'i përgjigjen sfidës dhe të bëhen faktori kryesor në përpjekjen për ta ndryshuar shoqërinë. Prindërit janë “çelësi i ndezjes” për procesin e reformave efektive; shoferë janë reformatorët dhe edukatorët intelektualë që i mësojnë prindërit çfarë të bëjnë dhe si ta bëjnë atë. Nëse prindërit binden, ata me zell do ta kryejnë atë që kërkohet. Ata kanë një ndikim moral të gjerë mbi fëmijët e tyre dhe mund ta riformësojnë karakterin e brezave të ardhshëm.

Aktivite



AKTIVITETI 21: PËRPARIMI I JAPONISË DHE GJERMANISË KUNDREJT PRAPAMBETJES SË VENDEVE MUSLIMANE

Në një takim joformal me një grup prej 3 çiftesh, diskutojini këto çështje:

Përse aq shumë vende muslimane nuk kanë përparuar, ndërsa Japonia dhe Gjermania, të cilat u shkatërruan gjatë Luftës së Dytë Botërore, tani janë ndër vendet udhëheqëse të botës?

Përse disa vende muslimane vazhdojnë të hedhin plehra në lumenjtë, kanë sistem arsimor të keq dhe eksportojnë lëndë të para lirë, që pastaj t'i blejnë ato rishtas si prodhime të fabrikuar të shtrenjta? Për shembull, një ton mineral hekuri eksportohet për \$2000 dhe pastaj blihet si kompjuterë dhe pajisje elektronike për milionë dollarë.

Përse bota muslimane ka disa nga shkallët më të larta të analfabetizmit, përkundër urdhrin kur'anor për të lexuar (*ikre*)?

AKTIVITETI 22: VËNIA E LIDHJES MIDIS FËMIJËVE DHE KRIJUESIT TË TYRE – QYSH HERËT!

Edhe pse pesë lutjet ditore na e përkujtojnë Zotin në mënyrë sistematike, ka shumë veprimtari të tjera që duhet të na lidhin me Krijuesin teksa i kryejmë ato.

Fëmijët duhen mësuar për *dhikr* (kujtim) të vazhdueshëm të Krijuesit. Një mënyrë efektive është që ata të mësohen t'i mbajnë në mend lutjet vijuese të bëra nga Profeti a.s., që nga koha kur zgjohemi e deri kur shkojmë të flemë. Këto nuk marrin shumë kohë dhe të njëjtat e përmirësojnë gjendjen tonë mendore dhe i orientojnë veprimet tona në drejtimin e duhur (sidomos në këto dy raste, kur fillojmë të hamë dhe kur mbarojmë së ngrëni). Prindërit mund të zgjedhin një apo dy pika çdo javë dhe të sigurohen se ato praktikohen siç duhet para se të kalohet te tjetra. Mësojuani fëmijëve domethënien e këtyre lutjeve.

(Nëse arabishtja është vështirë për t'u recituar, është e pranueshme që ato të thuhën në gjuhën amtare).

Kur zgjohemi: Lavdërimi qoftë për Zotit, i Cili na ngjalli pas vdekjes dhe ringjallja jonë është te Ai.

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ

Kur shohim dritën e agimit: Ne u zgjuam në mëngjes dhe e tërë mbretëria e gjithësisë i takon Zotit. I gjithë lavdërimi qoftë për Allahun.

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمَلِكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ

Kur qëndrojmë para pasqyrës: Lavdërimi qoftë për Atë i Cili e përsosi krijimin tim.

O Zot, përsosi sjelljet e mia ashtu siç e ke përsosur krijimin tim.

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي خَلَقَنِي فَسَوَّانِي، اللَّهُمَّ حَسِّنْ خَلْقِي كَمَا أَحْسَنْتَ خَلْقِي

Kur vishemi: Lavdërimi qoftë për Allahun i Cili më veshi për ta mbuluar avretin (pjesët private) tim dhe ma zbukuroi jetën.

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي كَسَانِي مَا أُوَارِي بِهِ عَوْرَاتِي وَأَتَجَمَّلُ بِهِ فِي حَيَاتِي

Kur futemi në mesxhid: O Allah, hapi për mua dyert e Tua të mëshirës, dhe dhuromi thesaret e dijes Tënde.

اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ وَأَنْشُرْ عَلَيَّ خَزَائِنَ عِلْمِكَ

Kur hamë: Lavdërimi qoftë për Atë që na ka ushqyer dhe e ka shuar etjen tonë dhe na ka bërë muslimanë.

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا فَأَشْبَعَنَا وَسَقَانَا فَأَرَوَانَا وَجَعَلَنَا مُسْلِمِينَ

Kur pimë ujë: Lavdërimi qoftë për Allahun që na e bëri ujin të ëmbël me Mëshirën e Tij, dhe jo të hidhët dhe të kripur për shkak të mëkateve tona.

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي جَعَلَ الْمَاءَ فُرَاتًا بِرَحْمَتِهِ وَلَمْ يَجْعَلْهُ مِلْحًا أَجَا جًا بَدُونِنَا

Kur futemi në banjë: Kërkoj strehim tek Allahu nga Shejtani i mallkuar.

O Allah, kërkoj strehim tek Ti nga pislleku dhe fëlliqësira.

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخَبْثِ وَالْخَبَائِثِ

Kur dalim nga banja: O Allah, më fal. Lavdërimi qoftë për Allahun që më ruajti nga e keqja dhe që më dhuroi shëndet të mirë.

غُفْرَانَكَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنِّي الْأَذَى وَعَافَانِي

Kur dalim nga shtëpia: Me emrin e Allahut, unë mbështetem te Ai. Kërkoj strehim te Ai nga udhëheqja apo nga të qenit i udhëhequr në rrugë të gabuar.

بِسْمِ اللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ أَضِلَّ أَوْ أُضَلَّ

Kur futemi në shtëpi: Me emrin e Allahut futemi, me Emrin e Tij dalim, dhe tek Ai mbështetemi.

بِسْمِ اللَّهِ دَخَلْنَا وَبِسْمِ اللَّهِ خَرَجْنَا وَعَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا

AKTIVITETI 23: VLERËSIMI I FAVOREVE DHE BEKIMEVE TË ZOTIT

Në frymën e këtyre lutjeve formale (të sipërme), nga fëmijët kërkohet që ata t'i bëjnë kërkesat e tyre personale drejtuar të Plotfuqishmit në gjuhën e tyre, dhe t'i diskutojnë ato me prindërit e tyre.

AKTIVITETI 24: VËNIA E PROBLEMEVE NË PERSPEKTIVË

Lëreni njërin nga fëmijët ta lexojë me zë këtë histori të vërtetë dhe diskutojeni atë, duke i futur përvojat tuaja personale. Falënderimi për gjërat më të imëta nga Zoti çon në kënaqësi, që na ndal nga të qenit xhelozë, të hidhëruar dhe të pikëlluar. Kjo është fshehtësia e lumturisë dhe shërim për ankthin.

Unë e njihja një grua të re që merrej me probleme serioze. Prindërit e saj ishin të shkurorëzuar, ajo përkujdesej për të ëmën e sëmurë teksa punonte me orar të plotë, dhe kishte probleme financiare. Megjithatë, qëndrimi i saj ndaj jetës ishte gazmor: “Nëse mund të zgjohem në mëngjes dhe të ec me këmbët e mia, unë jam plotësisht mirë!”

Me fjalë të tjera përqendrohuni mbi atë që e keni dhe kërkoni, (dhe përpiquni) për përfundimin më të mirë në jetë. *Hadithi* në vijim e përmbledh këtë qëndrim fisnik:

Profeti a.s. ka thënë:

“Kushdo që zgjohet i sigurt në mesin e njerëzve të tij, fizikisht i shëndoshë dhe ka mjaft ushqim për atë ditë, kjo është sikur e gjithë bota të ishte mbledhur për të”.

(TIRMIDHI DHE IBN MAXHEH)

AKTIVITETI 25: SHSTATË KONCEPTE QË DUHEN MËSUAR FËMIJËVE

Lëreni një fëmijë ta lexojë *hadithin* në vijim, pastaj reflektoni mbi secilin parim dhe ndërldheni atë me përvojat reale.

“Janë shtatë ata që Allahu do t'i mbulojë me hijen e Tij, ditën kur nuk do të ketë hije, përveç hijes së Tij: sundimtari i drejtë; i riu që rritet duke adhuruar Allahun; njeriu, zemra e të cilit është e lidhur për xhaminë kur largohet nga ajo, derisa të kthehet në të; dy persona që e duan njëri-tjetrin për hir të Zotit dhe takohen për këtë e ndahen për këtë; njeriu që e kujton Zotin kur është vetëm dhe sytë i mbushen me lot; njeriu që i refuzon vardisjet e një gruaje me pozitë të lartë dhe të bukur, duke thënë: ‘Unë kam frikë Allahun’; dhe njeriu që jep lëmshë dhe e fsheh atë, ashtu që dora e tij e majtë nuk e sheh se çfarë jep dora e tij e djathtë”.

(BUHARI DHE MUSLIM)



KAPITULLI 5

Adresimi i sfidave dhe grackave të përbashkëta

- Hyrje **104**
- Sfidat kryesore me të cilat përballen prindërit **104**
 - Mungesa e përvojës* 105
 - Presionet e përditshme* 105
 - Monotonia ditore: Pranimi se detyra e prindërimit është 24/7* 105
 - Prindërimi është një detyrë e paepur* 105
 - Prindërimi është një "investim" afatgjatë i kohës, përpjekjes dhe parave* 106
 - Prindërit janë vetëm një nga shumë ndikimet mbi fëmijët e tyre* 106
 - Bebet nuk janë në gjendje të flasin* 106
 - Prindërimi është ndërdisiplinor* 107
 - Babai dhe nëna duhet të veprojnë si ekip* 107
 - Prindërimi është shkathtësi që kërkon menaxhim të mirë të resurseve* 108
 - Perceptimi i fëmijëve për prindërit e tyre mund të jetë kundërta e asaj që e kanë për qëllim .. prindërit e tyre* 108
 - Dijeni çfarë t'iu thoni fëmijëve dhe kur* 108
 - Ngulitja pa qëllim e koncepteve të gabuara të fëmijët* 109
 - Sfida e krijimit të vetë-imazhit pozitiv* 109
- Mësime mbi prindërimin nga Moisiu në Bibël: Çfarë ka për të thënë Moisiu **110**
- Përfundim **110**
- Aktivitete 26 **111**

Hyrje

NË DISA kapitujt e fundit u përpoqëm ta përçojmë tiparin dominues të një plani prindërimi gjithëpërfshirës, të mirë, dhe i përvijuar disa masa kyçe për vënien në zbatim të kësaj. Po ashtu u theksua edhe rëndësia e përdorimit të instinkteve të natyrshme për prindërim, në lidhje me planin, si udhëzues për rritjen e fëmijëve të mirë. Qasja që e kemi përdorur është mjaft fleksibile, për t'iu lejuar prindërve të krijojnë themelin e vet dhe t'i bëjnë vetë zgjedhjet e tyre në rritjen e familjeve të tyre, me atë që qëllimi i përgjithshëm është edukimi i fëmijëve që janë të devotshëm, përgjegjës dhe shoqërisht të shkathët.

Po ashtu e kemi theksuar se edukimi i një fëmije të mirë ka reperkusione më të gjera sesa thjesht paqja e mendjes sonë, dhe jeta e lumtur familjare; është ky një bllok ndërtimi madhor i shoqërisë dhe vetë qytetërimin. Sido që të jetë, një plan i mirë, edhe pse e bën detyrën mjaft të vështirë të prindërimin aq më të lehtë, nuk është i plotë nëse nuk mund ta udhëzojë personin përmes disa nga sfidat dhe grackat e mundshme të prindërimin. Në këtë kapitull ne do të përqendrohemi te disa nga vështirësitë e prindërimin, dhe do të ofrojmë zgjidhje praktike. Së pari do t'i shohim disa nga sfidat kryesore dhe më pas, në kapitullin në vijim, disa nga grackat kryesore. Edhe pse kemi prekur aspekte të këtyre në kapitujt e mëparshëm, shpresohet që shikimi i tyre si një tërësi koherente do t'iu lejojë prindërve të bëhen më të ndërgjegjshëm për botën në të cilën jetojnë edhe ata edhe fëmijët e tyre, dhe disa nga çështjet e vështira me të cilat ata do të përballen.

Sfidat kryesore me të cilat përballen prindërit

Prindërimi i mirë është i lehtë kur nuk e dini si, por mjaft i vështirë kur e dini

Fëmijët thonë:
Prindërit tanë janë duke na ÇMENDUR!

Prindërit thonë:
Fëmijët tanë janë duke na ÇMENDUR!

MJAFT I BËRTISNI NJËRI-TJETRIT!

Kuptojini problemet
Analizoni gjërat dhe zgjidhni ato bashkërisht:

Me durim!



Jeta jonë është një sërë testesh të vështira, ndërsa rritja e fëmijëve është njëri nga më sfiduesit. Megjithatë, shpërblimi për kalimin e testit të prindërimin është i paçmuar. Është e dobishme për prindërit ta dinë shkallën reale të sfidave me të cilat do të përballen ata, në mënyrë që të mos e mbivlerësojnë apo nënvlerësojnë detyrën që i pret. Nëse mendojnë se prindërimi është shumë i lehtë, ata nuk do ta ndjejnë nevojën për t'u përgatitur për të. Nëse mendojnë se është tepër i vështirë, ata

mund të dëshpërohen dhe të heqin dorë. Ne do të përpiqemi t'i identifikojmë vështirësitë, dhe shpresojmë që prindërit do të përjetojnë njëfarë lehtësime dhe kënaqësie kur do të zbulojnë se ata nuk janë vetëm në këtë përpjekje. Është përvojë e dobishme të diskutohen këto vështirësi me prindërit e tjerë, dhe shumë prindër do të habiten se sa shumë të përbashkëta kanë.

Ja disa shembuj të sfidave të shumta me të cilat përballen prindërit:

MUNGESA E PËRVOJËS

Është një sfidë madhore kur vjen fëmija i parë. Asnjëri prind nuk e di çfarë të bëjë në shumë situata. Ndonëse ata mund të kenë mësuar disa teori, atyre u mungon përvoja praktike. Të pyesësh prindër të tjerë mund të ndihmojë shumë; është kjo një stërvitje në detyrë pa mbikëqyrës.

Prindërimi për veshi, tekstualisht!

Udhëzimi i fëmijëve dikur ishte çështje e thjeshtë, kur nëna juaj ju tërhoqte për veshi.

PRESIONET E PËRDITSHME

Prindërit shpesh bien nën presionin që rezulton nga ndarja e punës bazuar mbi gjininë. Shumë nëna e kalojnë ditën në shtëpi, ndërsa baballarët punojnë jashtë shtëpisë. Në mbrëmje, nënat dëshirojnë të dalin, ndërsa baballarët parapëlqejnë të rrinë në shtëpi. Kjo mund të shkaktojë fërkime, nëse prindërit nuk kanë mirëkuptim me njëri-tjetrin.

Të qenit baba nuk do të thotë vetëm furnizim me nevoja materiale

Ashtu siç kalon mosha, ne duhet ta kuptojmë se të qenit baba i mrekullueshëm nuk do të thotë vetëm furnizimi me ushqim dhe kulm mbi kokën e fëmijëve.

MONOTONIA DITORE: PRANIMI SE DETYRA E PRINDËRIMIT ËSHTË 24/7

Nuk ka orar pune në zyrë për prindërimin, ndaj ne duhet ta pranojmë dhe ta marrim si të mirëqenë faktin se detyra e prindërimit është njëzetekatër orë në ditë, shtatë ditë në javë, dhe pesëdhjetë e dy javë në vit, pa pushim. Nuk ka diçka të tillë si “shkurorëzim” nga fëmijët. Kur bëheni njëherë prind, zotimi është bërë për pjesën e mbetur të jetës, dhe asgjë nuk duhet të qëndrojë në udhën e këtij zotimi.

Çfarë është më e vështirë: Të jesh baba apo President i Shteteve të Bashkuara?

“Unë mund të bëj njërën nga dy gjërat, mund të jem president i Shteteve të Bashkuara, ose mund ta kontrolloj bijën time Alice. Nuk është e mundur t'i bëj të dyja”.

*Theodore Roosevelt
(1858-1919), President i SHBA
(Porter dhe Cervantes 2007)*

“Një urdhri tim i binden miliona... por unë nuk mund t'i sjell tri bijat e mia të zbresin për ta ngrënë mëngjesin me mua në kohë”.

*Oficeri britanik Wavell
(1883-1950) (Shaw 1998)*

PRINDËRIMI ËSHTË NJË DETYRË E PAEPUR

Sapo të lindë fëmija, të qenit prind nuk mund të shtyhet, të ri-caktohet apo të neglizhohet. Fëmijët i kanë orët e tyre biologjike, ndërsa prindërit duhet ta kuptojnë zhvillimin e tyre. Prindërit nuk mund ta ngadalësojnë rritjen e një fëmije, e as që mund ta përshpejtojnë atë. Nëse ata përpiqen të ndërhyjnë, atyre do t'iu bie mbi kokë një katastrofë. Bota shpejton, por fëmijët jo. Është e urtë të pranohet ritmi i natyrës: fshehtësia e saj është durimi.



PRINDËRIMI ËSHTË NJË “INVESTIM” AFATGJATË I KOHËS, PËRPPJEKJES DHE PARAVE

Prindërimi është një proces i ngadalshëm dhe i ngatërruar. Mund të duhen vite, para se prindërit ta dinë nëse fëmija i tyre është njeri i ndershëm apo i pamoralshëm.



PRINDËRIT JANË VETËM NJË NGA SHUMË NDIKIMET MBI FËMIJËT E TYRE

Prindërit duhet të jenë të ndërgjegjshëm për botën në të cilën rriten fëmijët e tyre (e cila vazhdimisht ndryshon). Zhvillimet në teknologji, për shembull, kanë ngritur sfida gjithnjë e më të mëdha (në formën e televizionit, internetit, celularëve, dhomave për muhabet online, muzikës digjitale, DVD-ve dhe lojërave kompjuterike). Miklimi nga yjet e filmave dhe pop-muzikës vetëm se është shtuar. Nëse nuk janë të lidhur për këtë apo atë pajisje, fëmijët janë të rrethuar nga shpërqendrimet e shumta. Prindërit nuk janë krejtësisht të lirë në rritjen e fëmijëve të tyre dhe përballen me konkurrencë nga aktorët televizivë, Interneti dhe moshatarët. Ka shumë ndikime pozitive dhe negative mbi fëmijët. Ndonëse prindërit shpesh i marrin lëvdatat – dhe fajin – për mënyrën se si dalin

fëmijët e tyre, ata janë vetëm një nga shumë ndikimet mbi zhvillimin e fëmijës. Nga një perspektivë e përgjithshme (shoqërore), prindërit qëllimshëm dhe të përkushtuar megjithatë nuk mund ta bëjnë Internetin më pak të pisët, bandat rrugore më pak të dhunshme, dhe mediat më pak vulgare.

Edhe pse prindërit janë ndikimi i parë domethënës; ndikimi i moshatarëve bëhet gjithnjë e më i rëndësishëm për fëmijët gjatë rritjes së tyre, dhe mbetet i tillë edhe gjatë viteve në kolegji. Gjatë kësaj kohe, fëmijët me gjasë do t'i pasqyrojnë vlerat dhe sjelljen e shokëve të tyre. Adoleshentët shpesh bëhen të lidhur me grupet e moshatarëve të tyre, dhe mund të largohen nga prindërit e tyre. Edhe vëllezërit/motrat kanë një efekt të rëndësishëm, e nganjëherë edhe që zgjat

mbi zhvillimin e njëri-tjetrit; ata janë pasqyra dhe modele shoqërore (varësisht nga moshë), për njëri-tjetrin. Ata mund të jenë po ashtu edhe burim konkurrence dhe xhelozie. Ndryshoret mjedisore po ashtu kanë ndikim mbi fëmijët, si: pozicioni gjeografik, madhësia e familjes, klasa shoqërore e familjes, feja mbizotëruese dhe lidhjet racore.

BEBET NUK JANË NË GJENDJE TË FLASIN

Vetëm imagjinoni se sa e vështirë është të komunikohet me kafshët, dhe pastaj mendoni për bebet. Ata nuk janë plotësisht të aftë të flasin, ndaj është e vështirë të dihen nevojat, ndjenjat dhe mendimet e tyre. Ne duhet të hamendësojmë saktësisht. Fëmija nuk është një i rritur i vogël, ndërsa i rrituri nuk është një fëmijë i madh. Këshilla ynë është t'iu lexohet dhe recitohet atyre Kur'ani, ngaqë bebet i mbajnë në mend fjalët para se të jenë në gjendje të flasin.

Perceptimi i paimagjinueshëm!

Kur isha djalosh katërmbëdhjetëvjeçar, babai im ishte aq injorant, sa që me zor duroja që ta kisha plakun rreth vetes. Por kur u bëra njëzetënjëvjeçar, u mahnita se sa kishte mësuar ai për ato shtatë vjet.

MARK TWAIN

Aha, aha! Tani e di...

Fëmijët i përçmojnë prindërit e tyre deri në moshën dyzetvjeçare, kur papritmas bëhen njësoj si ata – duke e ruajtur kësajsoj sistemin.

QUENTIN CREWE, SHKRIMTAR AMERIKAN

Perceptimet e fëmijëve ndryshojnë

Oh, sikur të isha vetëm sa gjysma e mrekullueshme nga ajo që fëmija im mendonte se isha kur ai ishte i vogël, dhe vetëm sa gjysma budallaqe nga ajo që adoleshenti im tani mendon se jam.

REBECCA RICHARDS
(BROWN 1994)

Të qenit prind është detyrë në kohën e duhur

“Ne jemi fajtorë për shumë gabime dhe shumë të meta, por krimi ynë më i keq është braktisja e fëmijëve, mospërfilla e burimit të jetës. Shumë nga gjërat që na duhen mund të presin. Fëmija nuk mundet. Tani është koha kur formohen kockat e tij; kur bëhet gjaku i tij dhe kur zhvillohet mendja e tij. Atij ne nuk mund t'i themi nesër. Ai është sot”.

G. MISTRAL
LAUREAT I ÇMIMIT NOBEL, KILI, 1986

PRINDËRIMI ËSHTË NDËRDISIPLINOR

Prindërimi kërkon një strukturë shkathtësish (për shumë prej të cilave ne jemi të pavetëdijshëm). Prindërimi përfshin disa specialitete, si psikologjia, sociologjia, ekonomia, mjekësia, biologjia, menaxhimi dhe arti. Prindërimi është edhe art edhe shkencë.

cë. Ashtu si bota rreth nesh që ndryshon dhe hedh sfida gjithnjë e më komplekse në drejtimin tonë, shkathtësitë për prindërim të mirë bëhen gjithnjë e më të nevojshme. Pasja e notave më të larta (qoftë në shkencë apo në arte), nuk prodhon medoemos një familje të lumtur dhe të kënaqur. Komunikimi mbetet një komponentë thelbësore për prindërim të mirë dhe efektiv.



BABAI DHE NËNA DUHET TË VEPROJNË SI EKIP

Puna ekipore nuk është e lehtë dhe paraqet një sfidë madhore për prindërit. Bashkëshortët duhet të jenë të pajtueshëm që të mund të punojnë mirë bashkërisht. Bashkëshorte(i) n që e zgjidhni nuk është vetëm grua apo burrë, por po ashtu edhe nënë apo baba i ardhshëm. Sa nga ne e mendojnë këtë para se të martohen? Puna si ekip kërkon më shumë se dashuri dhe sinqeritet: ajo kërkon dituri, shkathtësi dhe qëndrim të duhur. Është me rëndësi që prindërit të mos e luajnë lojën e fajësimit kur gjërat shkojnë keq, duke akuzuar njëri-tjetrin për shkaktimin e problemit, apo për atë që nuk kanë bërë sa duhet. Djali apo vajza e tyre ndryshon vazhdimisht, ndërsa kalimi me sukses nga fëmijëria në moshën madhore kërkon shumë bashkëpunim midis prindërve.

PRINDËRIMI ËSHTË SHKATHTËSI QË KËRKON MENAXHIM TË MIRË TË RESURSEVE

Mund të pajtohet në punë një kontabilist për t'u kujdesur për financat familjare, një tutor për t'u kujdesur për arsimimin dhe një infermiere për t'u kujdesur për çështjet shëndetësore. Megjithatë, detyra e menaxhimit nuk mund të delegohet; nëse prindërit nuk mund ta menaxhojnë familjen, askush tjetër nuk mundet. Menaxhimi i familjes kërkon që prindërit të ndajnë dashuri, përzemërsi, kohë dhe vëmendje. Kjo është pjesë e pandashme e të qenit prind, që duhet bërë nga vetë prindërit. Mjafton që vetëm të shihen eksperimentet marksiste në Rusinë Sovjetike, ku njerëz të tjerë, e jo prindërit natyrorë apo anëtarë të familjes, e morën mbi vete detyrën e prindërimit. E njëjta ishte provuar më parë nga spartanët në Greqi. Rezultat i kësaj ishte një dështim kolosal për fëmijët në fjalë. Menaxhimi i mirë i kohës dhe resurseve bëhet edhe më i rëndësishëm për familjet me një prind, të cilët duhet të manovrojnë me një orar edhe më intensiv se ato me dy prindër.

PERCEPTIMI I FËMIJËVE PËR PRINDËRIT E TYRE MUND TË JETË E KUNDËRTA E ASAJ QË E KANË PËR QËLLIM PRINDËRIT E TYRE

Fëmijët mund ta interpretojnë ndihmën prej prindërve të tyre si përzjerje, kujdesin e tyre si trajtim prej bebeje, ndërsa këshillimin e tyre për ta si shitje mend. Ndonëse realiteti është me rëndësi, për fëmijët perceptimi është realiteti. Prandaj është me rëndësi të pye-

ten fëmijët për mendimet, ndjenjat dhe reagimet e tyre. Pyetni fëmijët tuaj: A të pëlqeu ajo që bëra për ty?

DIJENI ÇFARË T'JU THONI FËMIJËVE DHE KUR

Mësimet që të rriturit mund t'i nxjerrin nga tregimet, mund të mos jenë medoemos të njëjtat mësimet që mund t'i nxjerrin fëmijët. Përveç kësaj, është jashtëzakonisht joshëse për prindërit ta shfrytëzojnë pafajësinë dhe mosdijen e fëmijëve, për të nxjerrë një përfundim që do ta bënte më të lehtë jetën e prindërve. Kur fëmijët hanë shegë, për shembull, disa prindër u thonë atyre që t'i hanë të gjitha kokrrat, pa lënë asnjë të tillë mbi rrobat e tyre apo mbi mobilet (për të mos lënë njolla që pastrohen shumë vështirë më pas). Megjithatë, në vend që t'iu përmbahen fakteve, dhe për ta siguruar bashkëpunimin e plotë të fëmijëve, disa prindër i kthehen zbukurimit. Ata u thonë fëmijëve se çdo shegë përmban një kokërr të veçantë nga Parajsja (në mënyrë që fëmijët ta hanë çdo kokërr që të mos iu shpëtojë dhurata e veçantë e asaj të bekuarës). Ngjashëm, në shumë shtëpi kokrrat e orizit janë pastruar dhe larë. Për t'u siguruar se asnjë kokërr nuk shkon kot gjatë kësaj, nënat iu thoshin vajzave të tyre të ishish shumë të kujdesshme që të mos u shkonte kot asnjë kokërr, sepse në mesin e tyre ka një të veçantë nga Parajsja.

Këto janë marifete të dobishme dhe të mençura që prindërit i përdorin për të kur-

T'i tregoni fëmijës tuaj: çfarë dhe kur?

Për cilën moshë është e përshtatshme kjo përrallë? Një luan, një ujk dhe një dhelpër gjuajtën një lopë, një dhi dhe një lepur. Luani i tha ujkut: "Ndaje prenë". Ujku tha: "Lopa për ty, dhia për mua dhe lepurit për dhelpër". Luani iu vërsul ujkut dhe e vrau atë. Pastaj luani iu kthye dhelpërs dhe i tha: "Si do ta ndaje ti prenë?" Dhelpëra u përgjigj: "Lepuri për ty për mëngjes, dhia për drekë dhe lopa për darkën tënde". Luani e pyeti dhelpërën: "Ku e mësove këtë urtësi?" Dhelpëra i tha: "Nga koka e thërrmuar e ujkut". Kur një përrallë e këtitillë u rrëfëhet fëmijëve, ata mësojnë frikën, qyqarinë dhe hipokrizinë. Megjithatë, nëse kjo u rrëfëhet të rriturve, ata do të mësojnë si të jenë të kujdesshëm dhe të matur. Koha e duhur është kritike kur bëhet fjalë për rrëfimin e përrallave dhe nxjerrjen e mësimëve një fëmije.

syer kohë dhe para për veten, si dhe për t'ua mësuar fëmijëve disiplinën, pastërtinë dhe përgjegjësinë. Megjithatë, prindërit duhet të jenë të kujdesshëm që t'ua shpjegojnë fëmijëve kur ta arrijnë moshën e dallimit, se këto nuk kanë qenë asgjë tjetër, pos mite, duke ua pastruar kësioj mendjet nga çfarëdo besëtytnie. Një mit më i përhapur është ai i Babagyshit, i cili shfaqet në kohën e Krishtlindjes dhe i mbulon fëmijët me dhurata. Është e dëmshme nëse fëmijët besojnë se Babagyshi është më i rëndësishëm se Zoti.

NGULITJA PA QËLLIM E KONCEPTEVE TË GABUARA TE FËMIJËT

Disa prindër qëllimorë i kanë përshkruar ndodhitë vijuese:

Ngjarja 1: Kur Salimi nuk deshi të futej në tualetin në kopsht, mësuesja e pyeti përse. Ai u përgjigj: “Prindërit më kanë thënë se nevojtoret janë të banuara nga *xhinë* dhe shejtanë. Unë kam frikë të jem vetëm me ta”.

Ngjarja 2: Një djalosh i ri, Hamid ishte lënë në mëdyshe. Atij i ishte thënë se engjëjt nuk futeshin në banjë, e po ashtu i ishte thënë edhe se engjëjt vazhdimisht i qëndrojnë mbi supe për t'i regjistruar veprat e tij. Atëherë, a do të futeshin ata dy engjëjt me të në banjë?! Ai nuk e kuptonte dot këtë!

Disa prindër u japin shpjegim të gabuar fëmijëve në lidhje me ndalesën e ngrënies së mishit të gicit. Fëmijët nxjerrin nga kjo përfundim se derrat janë kafshë të këqija që duhen urreyer dhe trajtuar me vrazhdësi. Prindërit nuk arrijnë t'iu shpjegojnë fëmijëve se të gjitha kafshët janë krijesa të bukura të Zotit, por që disa prej tyre nuk janë të mira për t'i ngrënë. Të gjitha janë krijuar për një qëllim të mirë, dhe ne duhet të jemi të kujdesshëm ndaj kafshëve dhe bimëve.

Disa prindër tepër të përkushtuar dhe qëllimorë përçojnë mesazh të gabuar të urrejtjes së njerëzve që bëjnë gabime. Ata nuk bëjnë dallimin midis veprimit dhe vepruesit të keq. Kështu, ata i urrejnë edhe duhanxhinjtë edhe duhanin. Kjo bën që fëmijët t'i urrejnë njerëzit, në vend që t'i duan ata dhe të përpiqen t'i përmirësojnë gabimet e tyre. Rezultati i kësaj është se fëmijët mund të fillojnë të mendojnë se ata janë superiorë ndaj të tjerëve dhe të bëhen arrogantë.



SFIDA E KRIJIMIT TË VETË-IMAZHIT POZITIV

Irrethuar nga mitet e trupit të mrekullueshëm, i promovuar nga revistat e modës, Hollywood-i dhe pop yjet magjepsës, fëmijët (në veçanti vashat adoleshente) mund të bien lehtësisht në grackën e çrregullimeve të ngrënies ose të një dëshire tepër të kotë për makijazh dhe rroba. Ky shqetësim i fryrë me dukjen ushqehet nga mediat komerciale, mesazhi i të cilëve është se “e dobët” është e bukur.

Për fëmijët, kalimi nga fëmijëria e pajfaj në imitim të jetës së të rriturve vjen në një moshë të re, me të gjitha pasiguritë shoqëruese për mosrealizimin e idealit të përkryerjes së kërkuar. Kjo shkakton një tendosje të madhe të prindërit që dëshirojnë që fëmijët e tyre të kënaqen në fëmijërinë e tyre. Prandaj, rëndësia e ngulitjes së vlerave morale të shëndosha, vetëbesimit dhe karakterit të mirë bëhet gjithnjë e më jetike. Prindërit duhet të jenë të ndërgjegjshëm për prishjen dhe seksualizmin e parakohshëm të fëmijëve përmes konsumizmit. (Williams 2002)

Ndjenja e fëmijëve për kënaqje duhet të vijë nga afritë brenda komunitetit, komunikimit dhe lidhjeve familjare, e jo nga burimet e rrejtshme të kënaqjes të përkrahura nga mediet (p.sh. paraaja, pushteti dhe fama).

Mësime mbi prindërimin nga Moisiu në Bibël: Çfarë ka për të thënë Moisiu

Dëgjoni ju izraelitë! Zoti është Perëndia ynë. Zoti dhe askush tjetër! (Besëlidhja e Përtërirë, 6:4)

Mësimi 1: Vendosni përparësitë e duhura! Si i mësojnë prindërit fëmijët e tyre që t’i vendosin përparësitë? Nuk ka rëndësi ajo që dimë ne, nëse nuk e dimë se çfarë është me rëndësi. Nëse e harrojmë përfundimtarin (Zotin), ne bëhemi skllëvër të çastit.

Prandaj duajeni (Perëndinë) me gjithë zemër, me gjithë vullnetin, dhe me gjithë forcën tuaj! (Besëlidhja e Përtërirë, 6:5)

Mësimi 2: Marrëdhënia është më e rëndësishme se rregullat. Rregulla e rregullave është: Nënvizioni rregullat Pak, të Rëndësishme, Relevante, të Thjeshta dhe Transformuese. Rregullat nuk janë të këqija, e megjithatë ato e ndryshojnë sjelljen nga jashtë – brenda, në vend që nga brenda – jashtë. Sidoqoftë, dashuria e ndryshon zemrën dhe e motivon një person.

Mos harroni kurrë urdhërimet e tij, që po ju shpall. (Besëlidhja e Përtërirë, 6:6)

Mësimi 3: Përvetësojeni shkrimin e shenjtë. Është me rëndësi që prindërit vetë t’i përvetësojnë këto fjalë nga Zoti, para se t’i ngulisin ato te fëmijët e tyre. Këto fjalë duhet të jenë pjesë e prindërve, para se të bëhen pjesë e fëmijëve. Prindërit nuk mund ta japin atë që nuk e kanë as vetë, kështu që ata duhet ta praktikojnë atë që e predikojnë. Nëse kjo nuk funksionon në shtëpi, ata nuk duhet të përpiqen ta eksportojnë atë.

Ngulituani në kokë fëmijëve tuaj. (Besëlidhja e Përtërirë, 6:7)

Mësimi 4: Nuk është me rëndësi sasia e kohës, por sasia e kohës cilësore. Prindërit duhet t’i mirëpresin “çastet mësuese” dhe t’i planifikojnë ato atëherë kur nuk vijnë natyrshëm. Prindërit janë të prirë t’iu japin fëmijëve gjithçka, përveç asaj që atyre u nevojitet më së shumti: Kohën. Shoqëria jonë është e orientuar nga puna, jo e orientuar nga familja. Nuk është çështja që t’i japim përparësi orarit tonë, por të bëjmë orar të përparësive.

Dhe thuajini vazhdimisht me zë të lartë – në shtëpi dhe në rrugë, kur të bini të flini dhe kur të zgjoheni. (Besëlidhja e Përtërirë, 6:7)

Mësimi 5. Ajo që ia vlen të mbahet në mend, ia vlen të përsëritet. Prindërit duhet t’i shprehin me fjalë, t’i theksojnë, t’i përsërisin dhe t’i artikulojnë vlerat. Është me rëndësi kjo të bëhet saktë, në mënyrë koncize dhe thjeshtë. Tregoni dhe Thoni: Prindërit mund t’ua prezantojnë fëmijët e tyre kushërinjve, prijësve, anëtarëve të Kongresit, pastorëve, imamëve dhe mysafirëve, të cilët i mishërojnë vlerat që prindërit ua mësojnë atyre.

Përfundim

Përkundër të gjitha sfidave, megjithatë, prindërimi është i lezetshëm, diçka që mund të bëhet dhe përplot me shpërblime të veta për të dy prindërit. Sfidat janë të shumta (ndikimi i keq i moshatarëve, seksi në medie, komunikimi i keq dhe menaxhimi i keq). Idetë e gabuara, grackat dhe mitet janë të shumta (siç do të shohim në kapitullin në vijim).

Aktivitet



AKTIVITETI 26: KOMUNIKIMI I KONCEPTVEVE TË RËNDËSISHME

Shpjegojuani fëmijëve tuaj (duke përmendur shembuj tuaj) vijuesen:

Nuk ka rëndësi se çfarë dini, nëse nuk e dini se çfarë është me rëndësi (përparësitë). Nuk është çështja që t'iu japim përparësi orarit tonë, por të bëjmë orar të përparësive. Mbusheni zemrën tuaj me dashuri për Zotin, që të mund t'iu jepni dashuri të tjerëve. Ju nuk mund ta jepni atë që nuk e keni.

Për prindërit: Praktikojeni atë që e predikoni. Një foto vlen sa 1000 fjalë. Një shembull praktik është 1000 herë më i mirë se një foto.



KAPITULLI 6

Idetë e gabuara, grackat dhe mitet e zakonshme që duhen shmangur

- Hyrje **114**
- Demaskimi i ideve të gabuara dhe grackave të zakonshme **114**
 - Përdorimi verbërisht i metodave të trashëguara 114*
 - Imitimi i verbër i të tjerëve 114*
 - Plotësimi i dëshirave të paplotësuara nëpërmjet fëmijëve tanë 114*
 - Delegimi i prindërisë 115*
 - Supozimi se logjika mjafton me fëmijët 115*
 - Supozimi se mund të fitohet lufta me fëmijët 115*
 - Prindërit që mbështeten në faktin se ata janë më të mëdhenj dhe në kontroll 115*
 - Prindërit që hamendësojnë se mund t'i trajtojnë të gjithë fëmijët njësoj 116*
 - Trajtimi i fëmijës si një i rritur i vogël 116*
 - Blerja fëmijëve çfarëdo që dëshirojnë 116*
- Demaskimi i disa miteve për prindërimin **117**
- Aktivitete 27–28 **120**

Hyrje

NË KAPITULLIN PARAPRAK THEKSUAM se edukimi i një fëmije të mirë ka reperkusione më të gjera sesa thjesht qetësia e mendjes sonë dhe jeta e lumtur familjare; është ky një bllok ndërtimi madhor i shoqërisë dhe vetë qytetërit. E përvijua rëndësinë e qëllimeve dhe i detajua disa nga sfidat madhore, për të cilat prindërit duhet të jenë të ndërgjegjshëm kur rrisin fëmijë. Në këtë kapitull ne përqendrohemi mbi demaskimin e disa supozimeve të zakonshme që paraqiten rrejtshëm si këshilla të mira për prindërim të mirë, duke i nënvizuar disa nga grackat në të cilat bien prindërit, dhe duke treguar se si të shmangen ato. Ne i demaskuam po ashtu edhe disa mite të zakonshme. Një arsye tjetër për t'i shqyrtuar këto gracka dhe mite është se një plan prindërimi i mirë, ndonëse e lehtëson detyrën e vështirë të prindërit, nuk është i plotë nëse nuk mund t'i udhëzojë prindërit për t'i kapërcyer disa nga blloqet pengues të mundshëm të prindërit.

Demaskimi i ideve të gabuara dhe grackave të zakonshme

PËRDORIMI VERBËRISHT I METODAVE TË TRASHËGUARA

Shumica prej nesh i mësojnë disa shprehje nga prindërit tanë. Këto shprehje nuk janë gjithmonë të dobishme, e disa prej tyre mund të jenë edhe të vjetruara e madje edhe të dëmshme. Një nënë ka thënë: “Në çastin që ngela shtatzënë, u bëra nëna ime”. Disa prindër, nga modestia dhe mirënjohja, pohojnë se prindërit e tyre kanë bërë punën më të mirë në edukimin e tyre. Përvoja për shumë prej nesh do të ketë qenë se kemi marrë shumë dashuri dhe kujdes nga prindërit tanë që na kanë dashur të mirën, Zoti i bekoftë shpirtrat e tyre. Megjithatë, jo çdonjëri prej tyre i ka pasur mjetet, diturinë apo shkathtësitë për prindërim konstruktiv.

IMITIMI I VERBËR I TË TJERËVE

Imitimi i verbër është mënyra e gabuar e prindërit. Secili fëmijë është i veçantë në ndonjë aspekt, dhe ajo që mund të jetë e mirë për një fëmijë, mund të mos jetë e mirë për një fëmijë tjetër. Prindërit duhet të përpiqen ta gjejnë se cila është mënyra më e mirë për t'u marrë me fëmijët e tyre. Kur konsultohen me prindër të tjerë, ata duhet të jenë të ndërgjegjshëm për stilet e ndryshme të prindërit që praktikohen, ngaqë ato ndryshojnë në masë të konsiderueshme në dobinë e zbatimit të tyre për rastin e tyre të veçantë. Disa prindër janë lejuar dhe demokratikë, ndërsa të tjerët janë të rreptë dhe diktatorialë.

NJË SUPRIZË E RE NË ÇDO HAP

“Baballarët e rinj shpejt e mësojnë se rritja e fëmijëve është një lloj improvizimi i dëshpëruar”.

(BILL COSBY, AKTOR)

“Prindërimi nuk ishte diçka që e kishit mësuar si ta bëni; por diçka që e bënit sapo të arrinte fëmija”.

(ELKIND 1995)

LOTËSIMI I DËSHIRAVE TË PAPLOTËSUARA NËPËRMJET FËMIJËVE TANË

Ky është një burim i zakonshëm i sjelljes së gabuar prindërore. Ka prindër që synojnë t'i plotësojnë nëpërmjet fëmijëve të tyre qëllimet që ata vetë nuk kanë arritur t'i plotësojnë, duke i shtyrë fëmijët e tyre t'i realizojnë ato. Për shembull, një prindër që ka ëndërruar të bëjë mjek apo inxhinier, por që nuk është bërë, mund t'i urdhërojë fëmijës së tij/saj të vazhdojë mjekësinë apo inxhinierinë, edhe pse fëmija mund të mos ketë dëshirë për këtë. Fëmijët nuk janë thjesht vetëm një zgjatim i prindërve të tyre. Ata kanë dëshirat dhe ambiciet e tyre të pavarura.

Është tunduese për prindërit t'i shohin fëmijët e tyre si zgjatime të vetes. Ata përpriqen t'i përmirësojnë të metat e tyre nëpërmjet fëmijëve të tyre, madje edhe t'i ndre-



qin gabimet e bëra ndaj prindërve të tyre në të kaluarën. Nëse prindërit nuk kanë qenë kurrë lojtarë të mirë të golfit, ata dëshirojnë që fëmijët e tyre të jenë kampionë golfi. Nëse prindërit janë të dobët në matematikë, ata dëshirojnë që fëmijët e tyre të jenë si Einsteini. Nëse prindërit nuk ia kanë arritur të bëhen politikanë, ata dëshirojnë që fëmijët e tyre ta fitojnë çdo garë politike. Të qenit prind nuk është fëmijëri e dytë, dhe fëmijët nuk janë versione në miniaturë të prindërve të tyre. Që nga fillimi, ata janë individë që duhen respektuar për atë që janë, dhe jo për atë që është menduar të bëhen.

DELEGIMI I PRINDËRISË

Shpesh supozohet kinse prindërimi mund të kryhet nga nëna ose babai. Në fakt, babai nuk mund ta zëvendësojë nënën, e as nëna nuk mund ta zëvendësojë babanë, njësoj si dora e djathtë që nuk mund ta zëvendësojë të majtën, e as e majta të djathtën. Akëcili prind ka rol të veçantë dhe vendimtar. As gjyshërit apo gjyshet, kushërinjtë, apo dadot nuk mund ta marrin mbi vete rolin e të qenit prind. Të gjithë këta janë zëvendësues të papërshtatshëm për prindërit.

SUPOZIMI SE LOGJIKA MJAFTON ME FËMIJËT

Marrëdhëniet midis prindërve dhe fëmijëve nuk bazohen vetëm mbi të menduarit e arsyeshem, ngaqë edhe shprehjet dhe emocionet

futen brenda këtij ekuacioni. Prindërit nuk mund t'i bindin fëmijët të hanë fruta dhe zarzavate duke u thënë: "Haje; kjo është e mirë për ty, ajo të furnizon me vitaminat dhe mineralet e nevojshme për të qenë i shëndoshë dhe i fortë". Ndonëse arsyetimi mund të jetë i domosdoshëm, ai nuk është i mjaftueshëm.

SUPOZIMI SE MUND TË FITOHET LUFTA ME FËMIJËT

Edhe pse prindërit mund të fitojnë ca beteja aty-këtu, në fund fëmijët do të kundërpërgjigjen me hakmarrje dhe urrejtje ndaj tyre. Prindërit mund ta pengojnë me forcë bijën e tyre 10-vjeçe nga ushtrimi i dëshirave të saja të çmendura, e megjithatë kur të bëhet 13-vjeçe, ajo mund të ikë nga shtëpia dhe të mbetet shtatzënë, duke e fituar kështu luftën që prindërit e saj e nisën kundër saj. Djali i tyre mund të vjedhë një veturë dhe të shkaktojë një aksident të rëndë. Prindërit kanë vetëm një alternativë: t'i bëjnë fëmijët për vete. Si bëhet kjo? Duke dëgjuar, biseduar, dashur, arsyetuar dhe mirëkuptuar. Është kjo një detyrë delikate që kërkon durim dhe komunikim efektiv.



PRINDËRIT QË MBËSHTETEN NË FAKTIN SE ATA JANË MË TË MËDHENJ DHE NË KONTROLL

Fëmijët e dinë se edhe ata përfundimisht do të bëhen të fortë. Nëse prindërit e shfrytëzojnë forcën e tyre për t'i frikësuar dhe mujsuar fëmijët e tyre, duke bërë që ata t'ua kenë frikën, atëherë fëmijët mund t'i përdorin të njëjtat taktika sjelljeje kur ta arrijnë moshën e pjekurisë. Nëse prindërit bëjnë që fëmijët të ndjehen se që të gjithë janë në të njëjtën anë,

atëherë fëmijët do të kenë një marrëdhënie të shëndoshë me të tjerët. Ata do ta kuptojnë se forca e prindërve ua shton forcën edhe atyre. Prindërit që i detyrojnë fëmijët e tyre, nuk e kuptojnë që sikur ta kishin përdorur dashurinë dhe bindjen në vend të detyrimit, ata do t'i kishin arritur po ato rezultate, e ndoshta edhe më të mira. Nëse dashuria apo forca mund t'i arrijnë të njëjtat rezultate, atëherë pse të këmbëngulim te forca?

Thjesht trajtojini ata si bij dhe bija

"Ju nuk rrisni heronj, ju rrisni bij. Dhe nëse i trajtoni ata si bij, ata do të bëhen heronj, qoftë kjo edhe vetëm në sytë tuaj".

(SCHIRRA 2001)

PRINDËRIT QË HAMENDËSOJNË SE MUND T'I TRAJTOJNË TË GJITHË FËMIJËT NJËSOJ

Prindërit mund të hamendësojnë se të gjithë fëmijët e tyre janë të ngjashëm. Ky nuk është rasti. Fëmijët në një familje janë si lulet në një buqetë; gjithmonë është një i vendosur të kthehet në drejtimin e kundërt nga ana të cilën e dëshiron ai që i rregullon ato. Fëmijët dallojnë në durimin prej tyre të stresit, në kapacitetin e tyre për të mësuar, në nivelin e tyre të besimit në situatat shoqërore dhe në hobit e tyre. Prindërit së shpejti bëhen të ndërgjegjshëm për veçantinë e secilit fëmijë – të dallimit të tij apo të saj nga çdo fëmijë tjetër që ata e njohin, dhe nga fëmijët për të cilët kanë lexuar. Është mahnitëse se si vëllezërit/motrat mund të jenë shumë të ndryshëm. Disa dallime mund të jenë për shkak të dallimeve në shoqërizimin e gjinisë dhe roleve gjinore.

TRAJTIMI I FËMIJËS SI NJË I RRRITUR I VOGËL

Prindërit mund të mendojnë gabimisht se një fëmijë duhet trajtuar si një i rritur i vogël. El-Xherexhreh (1988, në arabisht), shpjegon se një fëmijë nuk është e njëjta gjë si një njeri i vogël, siç besonin grekët dhe romakët.

Ai vlerëson se faza më vendimtare në jetën tonë është fëmijëria. Njerëzimi i keqkuptoi ngatërresat e botës fëmijërore deri nga mesi i shekullit të njëzetë, kur Jean Piaget foli për zhvillimin njohës të fëmijëve. Tendenca mbizotëruese para asaj kohe ishte të ndiqej besimi pagan greko-romak që fëmija të konsiderohej të ishte një i rritur në miniaturë, dhe si rezultat i kësaj, fëmijëve t'u zbatoheshin të njëjtat ide që zbatoheshin edhe për të rriturit. Ata janë në fakt tërësisht të pabarabartë (\neq): Fëmija \neq I rritur i vogël; I rrituri i vogël \neq Fëmijë i madh.

Në realitet prindërit duhet ta kuptojnë psikologjinë e fëmijëve, që nuk është e lehtë. Është më lehtë të kuptohen nevojat biologjike të bebes (pra, nëse bebja është i uritur, ju e ushqeni atë, nëse është i lodhur ju e qetësoni, ose nëse i ka mbushur pelenat, ju e pastroni). Nevojat psikologjike të bebes janë më të vështira për t'i kuptuar. Është mjaft e vështirë për të rriturit ta kuptojnë psikologjinë e tyre prej të rrituri, ndonëse ata mund ta njohin veten më mirë se të tjerët.

Fëmijët i stërvitin prindërit e tyre

"Vlera e martesës nuk është se të rriturit prodhojnë fëmijë, por se fëmijët prodhojnë të rritur".

(PETER DE VRIES NË COLOROSO 2002)

BLERJA FËMIJËVE ÇFARËDO QË DËSHIROJNË

Prindërit nuk duhet të shpejtojnë për t'iu blerë fëmijëve të tyre çfarëdo që dëshirojnë ata; ata nuk duhet t'i dorëzohen çdo tekeje të fëmijës së tyre. Prindërit nuk janë aty për t'iu shërbyer për gjithçka fëmijëve të tyre, por për t'i mësuar ata, për t'iu dhënë atyre punë të vockla, dhe për t'iu ndihmuar atyre ta kuptojnë që jeta është dhënie dhe marrje. Kjo grackë ndodh thuajse pa u ndjerë teksa prindërve iu bëhet shprehi të blejnë gjësende për beben dhe, para se ta kuptojnë se çfarë po ndodh, përmblyten nga kërkesat për rroba, CD-ja, DVD-ja dhe lodra nga fëmija që tani është më i rritur.



Demaskimi i disa miteve për prindërimin

Rritja e fëmijëve duhet të bëhet mjaft romantike që të tërheqë një numër të mjaftueshëm bashkëshortësh në rolin e prindërve me orar të plotë, ngaqë shoqëria nuk mund të vazhdojë pa anëtarë të rinj. Disa prindër mund të besojnë se rritja e fëmijëve është vetëm argëtim, se prindërit e mirë do të prodhojnë fëmijë të mirë, se dashuria dhe intuita mjaftojnë për prindërim të suksesshëm, se fëmijët do t'i vlerësojnë sakrificat që i bëjnë prindërit për ta, se prindërimi vjen natyrshëm, dhe se vlerat familjare mund të nguliten lehtësisht. Këto besime nuk i pasqyrojnë realitetet e të qenit prind. Më poshtë kemi përmbledhur dhe parafrazuar disa nga besimet e përhapura gjerë për të qenit prindër (mite) që nuk mbështeten nga fakte. (Knox dhe Schach 1997)

Miti 1: Rritja e fëmijëve është gjithmonë argëtuese. Prindërit e ardhshëm shohin reklama televizive të prindërve të rinj që luajnë me fëmijët e tyre në park, dhe mendojnë se kjo është e tëra në lidhje me rritjen e fëmijëve: argëtim pafund. E vërteta është disi ndryshe.

Idea e argëtimit nënkupton se dikush mund të bëjë si të dojë, ndërkohë që prindërit duhet të qëndrojnë me fëmijët dhe të vazhdojnë të kujdesen për ta, pavarësisht nëse u pëlqen kjo përvojë apo jo. Sapo të fillojnë një herë, ata nuk mund të heqin dorë kur t'iu teket.

Miti 2: Prindërit e mirë pashmangshëm prodhojnë fëmijë të mirë. Shumë njerëz hamendësojnë se fëmijët që dalin “keq” (përdorues droge, hajdutë, prostituta, apo mashtrues), kanë prindër që nuk e kanë bërë punën siç duhet. Ne përpiqemi t'ua hedhim gjithë fajin prindërve

kur fëmijët dështojnë. Mirëpo, shumë prindër të mirë që kanë bërë më të mirën, mund të kenë fëmijë që ia dalin huq (për shembull, kujtojeni për të birin e Profetit Nuh). Anasjelltas, po ashtu shpesh ndodh që prindërit mund të jenë të këqij, ndërsa fëmijët të dalin të mirë (për shembull, mendoni për rastet profetike të Musait, i cili u rrit në familjen e Faraonit; dhe Ibrahimit, babai i të cilit u kthye kundër tij).

PRINDËRIMI ËSHTË VËRTET FRUSTRUES, NDONJËHERË

Ka kohëra kur të jesh prind duket se nuk është gjë tjetër, veçse ta ushqesh gojën që të kafshon.

Miti 3: Fëmijët janë mirënjohës. Shumica e prindërve mendojnë se nëse u japin fëmijëve gjithë atë që iu duhet atyre, fëmijët do t'i miratojnë sakrificat e prindërve. Kjo nuk është gjithmonë e vërtetë. Prindërit që iu japin fëmijëve të tyre dashuri, kujdes dhe edukim, mund të mos vlerësohen nga fëmijët e tyre. Disa prindër hamendësojnë se fëmijët e tyre do t'i vlerësojnë ata nëse iu japin gjësende materiale (si rroba, lojëra, kompjuterë dhe vetura). Ky hamendësim shpesh është i gabuar. Disa fëmijë mendojnë se ata kanë të drejtë të kenë gjithçka që prindërit ua japin, dhe nuk ndjejnë kurrfarë përgjegjësie për ta vlerësuar atë që prindërit e kanë bërë për ta.



Miti 4: Prindërimi vjen natyrshëm. Disa njerëz besojnë se nuk ka nevojë për stërvitje formale për prindërim. Në shumë vende ka më shumë kurse për edukim të shoferëve sesa kurse për prindërim.

Ka dallime të qarta midis nënave fillestare dhe atyre që janë eksperte. Nënata fillestare janë më pak të afta për t'i kuptuar qëllimet dhe nevojat e fëmijëve të tyre, dhe nuk e dinë se çfarë sjelljeje të presin nga fëmijët teksa ata janë në rritje e sipër. Nënata eksperte, nga ana tjetër, e kuptojnë më mirë mënyrën në të cilën mendojnë dhe sillen fëmijët. Pa përgatitje, njerëzit priren t'i dyfishojnë gabimet e prindërve të tyre.

**Njeriu
propozon, por Zoti
vendos**

Ju mund të planifikoni shumë mirë për beben tuaj të parë, por kur ai vjen, ndodh gjithçka e paplanifikuar.

Miti 5: Vlerat familjare mund të nguliten lehtësisht. Për shumë njerëz, vlerat familjare nënkuptojnë vijueset:

- Respekti për të moshuarit dhe njerëzit e tjerë.
- Vlerësim i dallimeve midis njerëzve.
- Aftësia për t'u diskutuar dallimet me qetësi dhe për të gjetur mënyra bashkëpunuese për t'i zgjidhur ato.
- Ti përmbahesh diçkaje të mirë, edhe kur është e vështirë të bëhet kjo.
- Të bësh zotime dhe t'i përmbahesh atyre.
- Ruajtja e integritetit personal në çdo kohë.
- Ndhima të tjerëve dhe shërbimi komunitetit.

Është e qartë se të gjitha të sipërpërmendurat dhe shumë të tjera nuk mund të mësohen lehtë.

Miti 6: Intuita, arsyeja e shëndoshë dhe dashuria mjaftojnë. Edhe prindërit kanë nevojë për edukim dhe shkathtësi. Të qenët prindër është një varg i pafundmë i ngjarjeve të vogla, konflikteve periodike dhe krizave të papritura, që kërkojnë përgjigje me kohë. Përgjigjet sjellin pasojë, ngaqë secila përgjigje ndikon mbi personalitetin e fëmijës, për të mirë apo për të keq. Përgjigjja drejtësisht nevojave të fëmijës është shkathtësi që duhet mësuar.

Karakterit i një fëmije formësohet nga përvojat me njerëz dhe situata të ndryshme. Tiparet e karakterit nuk mund të mësohen në mënyrë arbitrare. Askush nuk mund të mësojë besnikëri me ligjërata, kurajë me korrespondencë dhe burrëri apo grari me osmozë. Ndërtimi i karakterit kërkon njohje të psikologjisë fëmijërore dhe fazave të zhvillimit të fëmijës. Prindërit dëshirojnë që fëmijët e tyre adoleshentë të kenë dhembshuri, zotim dhe kurajë. Për ta bërë këtë, prindërit duhet t'i mësojnë metodat e duhura për t'i përkthyer idealet e dëshiruara në përfundime të suksesshme.

Miti 7: Ideja e gabuar e vetëflijimit. Disa prindër be-



Çmenduria dhe urtësia!

“Çmenduria është e trashëguar; ju e merrni atë nga fëmijët tuaj”.

Sam Levenson (Brown 1994)

“Arti i të qenit i urtë është arti i të diturit çfarë të mos vini re”.

William James (Lazear 1993)

PËRVOJA E DORËS SË PARË

PRINDËRIMI MUND TË MËSOHET NGA PËRVOJA E DORËS SË PARË, POR PËRVOJA ËSHTË MËSUET I VËSHITRË: AJO FILLIMISHT E JEP TESTIN, E MË PAS MËSIMET. PËRPIQUNI TA THONI KËTË LUTJE: “ZOT IM, MOS E MËSOFSHA ÇDO MËSIM NË JETËN TIME NGA PËRVOJA E DORËS SË PARË”.

sojnë (nga ndjenjat e tyre të mira) se ata duhet të shkrumbohen për hir të fëmijëve të tyre. Fakti është se pasuria dhe fëmijët duhet të konsiderohen si lumturi dhe zbukurim për prindërit, e jo si një formë torture dhe vuajtjeje.

Pasuria dhe fëmijët janë stoli e jetës së kësaj bote, kurse veprat e mira (fryti i të cilave është i përjetshëm) janë shpërblimi më i mirë te Zoti yt dhe janë shpresa më e mirë. (Kur’ani, 18:46)

Prindërit, veçanërisht nënat, nuk nënkuptohet se duhet të flijohen pakufishëm për fëmijët e tyre, duke vepruar si shërbëtores për nevojat e tyre. Edhe nënat duhen ndihmuar dhe shërbyer po ashtu. Ato duhet të kujdesen fillimisht për veten, e pastaj për fëmijët.

Miti 8: Përgjegjësia kryesore për prindin është marrëdhënia e tij/saj me fëmijët. Përkundrazi, përgjegjësia e parë është ndaj vetvetes, e jo marrëdhënia me të tjerët.

Atë ditë njeriu ikën prej vëllait të vet, prej nënës dhe prej babait të vet, prej gruas dhe prej fëmijëve të vet. Atë ditë secilit njeri i mjafton çështja e vet. (Kur’ani, 80:34-37)

Krijoni një ekuilibër midis jush, fëmijëve tuaj dhe Krijuesit tuaj. Profeti a.s., ka thënë:

Bashkëshortja juaj ka të drejtë mbi ju, trupi juaj ka të drejtë mbi ju, Krijuesi juaj ka të drejtë mbi ju, ndaj jepjani çdokujt të drejtën e tij. (BUHARIU)

Kjo përfshin edhe atë që prindërit duhet të kujdesen për shëndetin, kënaqësinë, dëshirat e ligjshme, miqësitë dhe pushimet e tyre.



Aktivite



AKTIVITETI 27: PËRVOJAT E VËSHTIRA PERSONALE

Nga përvoja juaj si prind, a mund të tregoni përse të qenit prind është e vështirë dhe si? Bëjeni këtë në një mbledhje familjare me fëmijët tuaj. Kjo mund t'ua hapë sytë atyre për realitetet e vështira të jetës.

AKTIVITETI 28: DISKUTIMI I MENDIMEVE MBI PRINDËRIMIN

Shpjegoni këto *ajete* në një ambient familjar, me të gjithë anëtarët të pranishëm, pastaj diskutojini mendimet tuaja, duke i detajuar si vuajtjet ashtu edhe gëzimet e rritjes së fëmijëve. Përmendni disa histori aktuale të njerëzve që i njihni!

Një baba ka thënë: “Fëmijët janë krijuar për t’i ndëshkuar prindërit e vet”, ndërsa Kur’ani thotë:

Pasuria dhe fëmijët janë stoli e jetës së kësaj bote, kurse veprat e mira (fryti i të cilave është i përjetshëm) janë shpërblimi më i mirë te Zoti yt dhe janë shpresa më e mirë.
(Kur’ani, 18:46)

O ju që besuat, vërtet, disa nga bashkëshortet tuaja dhe nga fëmijët tuaj janë armiq tuaj, andaj kini kujdes ndaj tyre, e nëse nuk merrni masa, nuk ua vini veshin dhe i falni, ta dini se edhe Allahu është mëkatfalës, mëshirues. (Kur’ani, 64:14)

S’ka dyshim se pasuria juaj dhe fëmijët tuaj janë vetëm provë, ndërsa ajo që është tek Allahu, është shpërblim i madh. (Kur’ani, 64:15)

KAPITULLI 7

Kur gjërat shkojnë keq

- Hyrje **122**
- Inat, rebelim, zemërim të çastit dhe lot **123**
Disa mënyra për ta disiplinuar një fëmijë të pashtruar 123
- Bulizmi (Mujshia): Fëmija juaj dhe ju **124**
- Nëse fëmija juaj është mujshuar, çfarë vijon pas kësaj? **124**
- Adoleshentët: Kritikë e nocionit të adoleshencës **125**
- Zemërimi te adoleshentët tanë dhe te ne **127**
- Të qenët prind i një adoleshenti të zemëruar ngjall zemërim edhe brenda nesh **128**
- Ç'mund të bëjmë ne për adoleshentin tonë dhe për veten tonë? **128**
- Disa parime për komunikim të mirë **128**
- Aktivitete 29–30 **130**

Hyrje

NUK KA ASNJË garanci për sukses të çfarëdo marrëdhënieje, dhe kjo përfshin edhe atë prind-fëmijë. Gjërat mund të shkojnë keq, dhe ndodh të shkojnë keq. Kur e keni shikuar me krenari beben tuaj të sapolindur, pa dyshim se keni qenë të mbushur me shpresë dhe optimizëm. Jeni lutur për kohët e mrekullueshme që do t'i keni me fëmijën tuaj, dhe keni pritur dashuri, bindje dhe respekt. Keni menduar në vete: “Çfarë marrëdhënie shpërblyese do të jetë kjo!”

Pesëmbëdhjetë vjet më pas, ju mund të mendoheni në vete: “Çfarë shkoi keq?” Ju bëtë gjithçka që duhej të bënit, bëtë çmos, dhe u përpoqët deri në maksimum për ta rritur fëmijën tuaj me dashuri, disiplinë dhe besim. Por si mundet që pjella juaj është shndërruar në një Përbindësh adoleshent, me një P të madhe?

Një prind u trondit kur kuptoi që i biri i tij jashtëzakonisht i zgjuar që i kishte qenë student me të gjitha notat e shkëlqyeshme, me shëndet të shkëlqyer në të vërtetë kishte pasur një të metë emocionale. Ai ishte psikologjikisht i papjekur. Disa prindër mund të mos e vërejnë se fëmija i tyre ka ndonjë problem emocional, veçanërisht nëse fëmija kalon mirë në shkollë dhe është normal fizikisht dhe mendërisht. Në fakt, ai/ajo mund të jetë më i miri në klasë, por t'i mungojë aftësia emocionale. Njëfarë informate apo koment i rastit prindërve duhet t'iu vijë nga mësuesit, shokët, apo kushërinjtë, dhe ajo duhet marrë në konsideratë seriozisht nga prindërit që duhet të ndërmarrin veprim shërues.



Një nënë thotë: “Ne jetojmë në një lagje të mirë, fëmijët tanë shkuan në shkollat më të mira, dhe ne kaluam shumë kohë me ta si familje: kemi kampuar, kemi bërë ski dhe not. Djali ynë tani është në burg. Ai kishte grabitur një dyqan ushqimor një natë dhe ishte qëlluar në këmbë. Ne reshtëm së pyeturi veten se çfarë kemi bërë gabim. Ai është njëzetetrevjeçar, dhe filloi të endej duke u shoqëruar me një grup çunash, që thjesht kishin vendosur të vidhnin një natë.

Ky kapitull shqyrton se çfarë mund të bëhet kur gjërat shkojnë keq. Është më mirë të përqendrohemi mbi atë se si të merremi me vështirësitë, sesa të ndalemi tepër në të kaluarën apo të pyesim veten se ku kemi dështuar ne si prindër. Ai i shqyrton çështjet e inatit, zemërimeve të çastit, bulizmit dhe sjelljes së keqe adoleshente. Ai po ashtu e shqyrton edhe komunikimin e hapur si një vegël jetike për t'i kapërcyer çështjet me të cilat ballafaqohemi. Nuk ka asnjë problem, sado i madh të jetë, që nuk mund të zgjidhet.

Kur gjërat shkojnë keq, e gjasat janë në favor të kësaj, kjo nuk duhet automatikisht të barazohet me dështim nga ana e prindërve. Nuk është medoemos faji juaj apo gabim i qëllimshëm nga ana juaj. Djali apo vajza juaj ndryshon vazhdimisht, ndërsa kalimi nga fëmijëria në adoleshencë shkakton fërkime. Ju nuk duhet ta fajësoni veten tuaj apo bashkëshorte(i)n tuaj. Prindërit nuk duhet të tmerrohen me të gjitha vështirësitë që i sjell me vete prindërimi. Pengesat mund të kapërcehen me prindërim të mirë, dhe kjo mund të jetë, dhe do të jetë një përvojë shpërblyese. Shpresat dhe lutjet, si dhe përfitimi i diturisë, shkathtësive dhe udhëzimit nga prindërit e tjerë, janë garancitë e kërkuara për sukses.

Inat, rebelim, zemërim të çastit dhe lot

Fëmijët mësojnë dhe rriten gjatë gjithë kohës, dhe njëra nga gjërat që ata do ta testojnë është kontrolli dhe pushteti prindëror. Kjo mund të bëhet një betejë vullnetesh. Asnjë masë qortimi nga prindërit nuk do të mund t'i ndalojë fëmijët kokëfortë, të cilët do të çirren dhe do ta përçajnë gjithë vatrën familjare nëse munden, që të bëhet ashtu siç dëshirojnë ata; ose mund të qajnë e qajnë pafundësisht derisa t'iu kushtohet vëmendja. Prindërit mund të sillen deri buzë

lotëve, dhe gjëja më e lehtë është që thjesht të dorëzohen. Kjo është gjëja e gabuar për ta bërë, ngase, në afat të gjatë, kjo e përforcon idenë se kjo kërkesë për vëmendje do të ketë sukses gjithmonë. Por as britma, rrahja dhe detyrimi i fëmijëve nuk do ta zgjidhë problemin.

Zgjidhja është një metodë disiplinimi inteligjente që do t'i mësojë fëmijët t'i respektojnë rregullat tuaja, dhe ta lënë kontrollin në duart e juaja.

DISA MËNYRA PËR TA DISIPLINUAR NJË FËMIJË TË PASHTRUAR

Disiplina e përmirëson sjelljen, ndëshkimi e ndrydh sjelljen

- Flitni me një zë normal, duke i theksuar pasojat e sjelljes së keqe. Fokusi i fëmijës duhet të jetë mbi pasojat e mosbindjes. Nëse kjo nuk ka sukses, atëherë përqendrohuni tek zëri dhe kontakti me sy. Ky është hapi i parë, para se të ndërmerret ndonjë veprim. Përdorni një zë të vendosur, të qetë, dhe mos bërtisni.

- Fëmija le ta kuptojë që e keni seriozisht dhe shikojeni atë drejt në sy. Përkujtojani atij disa herë shkoqur dhe ngadalë. Nëse ai nuk dëgjon, afrojuni më afër tij, duke e ruajtur zërin dhe kontaktin me sy. Përsëriteni sërish qetë.

- Nëse kjo nuk funksionon, atëherë zbatojeni rregullën e pasojave: jepjani fëmijës një listë gjërash që do të ndodhin (pasoja) nëse ata nuk dëgjojnë. Pasojat duhen ndjekur me saktësi për ta forcuar respektin, përndryshe fëmijët nuk do t'ju marrin seriozisht nëse i paralajmëroni. Nëse ata çirren, ankohen, shprehin zemërim, ju mos u përgjigjeni në të njëjtën mënyrë. Bëjani me dije fëmijës qetësisht për pasojat dhe sigurohuni që ai e ka kuptuar se për sa kohë duhet të bindet. Jepini atij kohë të bindet, dhe mos u përpiqni të kërkonit rezultate të menjëhershme. Sapo ta bëni këtë, largohuni.

- Ka disa "pasoja" që prindërit mund t'i zbatojnë. Vëzhgojini fëmijët tuaj, zbulojeni se çfarë është e çmuar për ta, dhe çfarë do të

thotë shumë për ta, dhe konfiskojeni atë për një kohë të caktuar. Ajo mund të jetë ndonjë lodër e preferuar, apo udhëtim diku. Sapo fëmija të pendohet dhe/ose të qetësohet, shpërblejeni atë me dashuri të madhe pse është i mirë. Ndoshta do t'ju duhet ta ndiqni një pasojë me një tjetër, për ta forcuar qëllimin nëse fëmija vazhdon të sillt keq.

- Caktoni një "zonë të keqe" ku ai/ajo do të qëndrojë derisa ju qetësisht vazhdoni me punën tuaj, derisa fëmija të kërkojë falje. Faljani atij aty për aty dhe pastaj shpejt harrojeni atë incident për ta ndryshuar humorin. Ideja për këtë "zonë", sido që të zgjidhni ta emëroni atë, është se ajo e largon vëmendjen nga fëmija, ndaj ai/ajo e ndjen humbjen e privilegjit për të qenë me të tjerët. Kjo kohë nuk është për bisedë, fëmija duhet lënë vetëm. Pika që do ta zgjidhni duhet po ashtu të jetë e bezdisshme apo disi e qetë, por jo dhoma e gjumit e fëmijës. Nëse ai dërgohet në atë zonë, caktoni gjatësinë e kohës se sa duhet të qëndrojë aty. Nëse ai përpiket të flasë në mbrojtje të tij apo nga zemërimi, injoroheni këtë.

- Shpërblejini fëmijët kur ata sillen mirë. Mos i mitosni ata që të sillen mirë apo kur kanë zemërim të çastit. Kjo është një praktikë e papërshtatshme nga e cila fëmijët nuk mësojnë asgjë të dobishme.

Bulizmi (Mujshia): Fëmija juaj dhe ju

Bulizmi mund ta prekë fëmijën e çdokujt, ndaj vërejtja e hershme e shenjave mund të kursejë shumë dhimbje dhe stres. Bulizmi shfaqet kur fëmija juaj fyhet, mujshohet apo sulmohet. Prindërit duhet të jenë vigjilentë, sepse shumë fëmijë janë të frikësuar t'iu tregojnë prindërve kur mujshohen. Shikoni ndonjë sjellje të pazakonshme nga fëmija juaj, dhe përgjigjuni qetësisht kur diçka nuk është në rregull. “Bullying online” (<http://www.bullying.co.mk>), është një faqe interneti e përkushtuar ndalimit të bulizmit. Aty thuhet: “Rreth 16 fëmijë në Mbretërinë e Bashkuar vrasin veten çdo vit për shkak të ankthit nga bulizmi. Shkollat e tyre shpesh thonë se nuk e kanë idenë se çfarë kishte ndodhur. Por mujsharët e dinë saktësisht se çfarë janë duke bërë – ashtu si edhe shokët e tyre. Është tepër vonë për pendim kur dikush vdes, apo të jatë dëmtuar aq shumë sa për të pasur nevojë për trajtim mjekësor”.

FAQJA E INTERNETIT “BULLYING ONLINE” NUMËRON DISA SHENJA SE FËMIJA JUAJ ËSHTË I MUJSHUAR

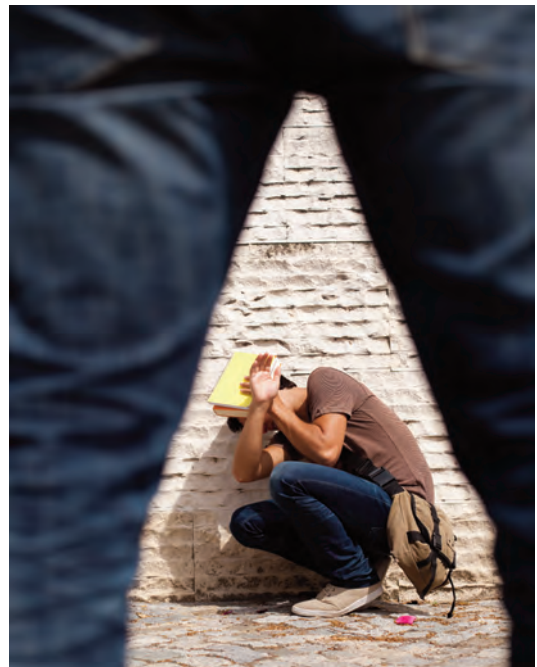
- Rroba të grisura
- “Humbje” parash
- Prishja me shokët e mirë të mëparshëm
- Të qenit me humor të rëndë dhe nxejja e shpejtë
- Të qenit i heshtur dhe i tërhequr
- Dëshira për të mbetur vazhdimisht në shtëpi
- Të qenit agresiv me vëllezërit dhe motrat
- Rënia në sukses në detyrat e shkollës
- Probleme me gjumin
- Të qenit në ankth
- Ardhja në shtëpi me gërvishtje dhe mavi-josje
- Kërkimi për zëvendësimin e gjësendeve të vjedhura

Nëse fëmija juaj është mujshuar, çfarë vijon pas kësaj?

Shumica e fëmijëve nuk do të dëshirojnë të flasin nëse janë mujshuar. Mënyra se si prindërit e trajtojnë këtë çështje mund të jetë vendimtare, ndaj reagimi i tepërt apo kërkimi i përgjigjeve nga fëmija juaj është kyçe. Pyetjet si: “Si ia kalove sot në shkollë?” mund të jenë të dobishme në nxjerrjen e informacioneve jetike. Megjithatë, shumë nga fëmijët mund të mos duan të flasin për ditën e tyre të kaluar në shkollë, dhe i shohin pyetjet si të bezdisshme. Vërejtja e sjelljes së pazakontë është me rëndësi.

Fëmijët duhet të ndjehen të rehatshëm dhe mjaft të hapur për të biseduar me prindërit e tyre rreth gjërave si bulizmi, apo hidhërimi i përgjithshëm në jetët e tyre. Është me rëndësi që komunikimi i hapur të vendoset që në fëmijërinë e hershme. Një marrëdhënie e tillë e hapur me fëmijët tuaj u mundëson atyre që të jenë të hapur për frikët e tyre, dhe të ndjejnë se mund t’ju drejtohen për problemet që kanë, me çka kursehet shumë kohë dhe përpjekje. Kërkimi që fëmija juaj t’ju tregojë se “çfarë

nuk është në rregull” nuk do të arrijë asgjë, nëse fëmija juaj ndjehet jo i rehatshëm për t’i diskutuar çështjet e tilla me ju.



DISA HAPA QË MUND TË ZBATOHEN NË LIDHJE ME BULIZMIN

- Shumica e shkollave kanë politika kundër bulizmit. T'i drejtoheni shkollës së fëmijës tuaj duhet të jetë hapi i parë. Hapi tjetër është të organizoni takim me mësuesin e fëmijës tuaj për ta diskutuar këtë çështje.
- Mos e mësoni fëmijën tuaj të kundërpërgjigjet, sepse në fund kjo nuk është zgjidhje, dhe mund të shkaktojë më shumë telashe. Goditja e një nxënësi tjetër nuk ka të ngjarë t'i japë fund problemit, dhe kjo mund të shkaktojë që fëmija juaj të suspendohet apo të përjashtohet.
- Ruajeni qetësinë si prind, dhe mos bëni panik, apo të shpejtoni t'i takoni prindërit e fëmijës që e muajshon fëmijën tuaj. Edhe pse kjo është zakonisht përgjigjja e parë e prindit, nganjëherë kjo vetëm i përkeqëson gjërat. Është më mirë që zyrtarët e shkollës t'i takojnë prindërit e fëmijës që ka muajshuar.
- Flisni rregullisht me fëmijën tuaj dhe shkollën për të parë nëse bulizmi ka marrë fund. Nëse jo, atëherë kontaktoni sërish autoritetet e shkollës.
- Mësojeni fëmijët tuaj që të jetë më rezistues ndaj bulizmit, duke ndërtuar vetëbesimin e tij apo të saj. Artet marciale (luftarake) dhe orët për vetëmbrojtje mund ta lehtësojnë këtë.
- Mësojani fëmijës tuaj strategjitë e sigurisë. Mësojeni atë si të kërkojë ndihmë nga një i rritur kur ndjehet i kërcënuar nga një muajshar. Tregojini se nga kush ai apo ajo mund të kërkojë ndihmë dhe improvizoni se çfarë duhet të thotë ai apo ajo. Sigurojeni fëmijën tuaj se raportimi i bulizmit nuk është diçka për të cilën duhet të ndjehet fajtor.
- Kërkoni nga mësuesit të gjejnë gjëra që mund t'i bëjë fëmija gjatë kohës së pushimit apo drekës në një vend të sigurt.
- Konsultohuni me faqe interneti si (<http://www.stopbullyingnow.hrsa.gov>) dhe mësoni se si prindër të tjerë i kanë përballuar këto dhe strategjitë që ata i kanë përdorur.

Adoleshentët: kritikë e nocionit të adolehencës

Vitet e adolehencës do të jenë ndoshta faza më sfiduese e rritjes së fëmijëve. Dr. Imad-Din Ahmed argumenton se në një mjedis lirie, adoleshentët mund të jenë prijës. Adolehenca përkufizohet si: “periudha midis pubertetit dhe pjekurisë”. E megjithatë, në shoqëritë e hershme, puberteti konsiderohej fillim i pjekurisë. Fetë e shpallura e kanë mishëruar këtë fakt në ritet dhe ligjet e tyre. Në Judaizëm, i riu në bar micvah deklaroi: “Sot, unë jam burrë”. Në Islam, një vajzë bëhet grua me fillimin e menstruacioneve, ndërsa falja rituale është e detyrueshme me arritjen e pubertetit. Vitet e adolehencës janë koha në të cilën të rriturve të rinj duhet t’iu jepen përgjegjësitë e të rriturve, për t’i ndihmuar ata ta arrijnë pjekurinë.

Në epokën moderne, shkollimi formal për të gjithë i ka zëvendësuar modelet e të qenit çirak të shoqërive të hershme. Me qëllim të detyrimit të popullatës së gjerë në sistemin shkollor formal, ka qenë e domosdoshme që atyre t’iu mohohet mundësia e veprimit si të rritur. Madje edhe pozitat e çirakut nuk lejohen në shumë vende deri në mbarim të shkollimit formal, pra, shkollës së mesme (17-18-vjeç) apo kolegjit (19-22-vjeç). Detyrimi i fëmijëve në sistemin shkollor që vepron *in loco parentis* (në vend të prindërve) ka kërkuar shtirjen se adoleshentët janë fëmijë, në vend se të rritur të papjekur. Më tutje i mishëruar në ligj, jo rastësisht, është pretendimi se të gjithë fëmijët piqen në moshën 18 ose 21-vjeçe. Në fakt, fëmijët piqen fizikisht rreth moshës

19-vjeçe, ndonëse ata mendërisht zakonisht piqen më herët, ndërsa emocionalisht njerëzit mund të piqen në një shtrirje të gjerë moshash (e disa duket sikur kurrë nuk e arrijnë këtë).

Në të kaluarën, trajtimi i adoleshentëve si të rritur i nxiste aftësitë e tyre mendore dhe të udhëheqjes, dhe e shtonte pjekurinë e tyre emocionale. Modeli modern, ku adoleshentët trajtohen si fëmijë, e ushqen varësinë dhe e fyen ndjenjën e tyre të vetërespektit. Në shoqëritë tradicionale, 15-vjeçarët merrnin pjesë në mësimdhënie, biznes, në shoqërinë civile, në luftë dhe martoheshin. Në shoqërinë moderne, ata trajtohen si fëmijë të rinj. Për një dituri akademike ata duhet të presin deri në kolegji, në mos edhe arsimimin e lartë.

Kjo vonesë për t'iu dhënë adoleshentëve përgjegjësi të të rriturve ka nxjerrë një çmim të lartë. Kjo është arsyeja për shumë nga problemet me të cilat përballet shoqëria në lidhje me të rinjtë e saj. Në vend të parë, jo të gjithë adoleshentët janë të përshtatshëm për të studiuar. Ka një pakënaqësi të madhe në mesin e shumicës së adoleshentëve ndaj sistemit shkollor në të cilin ata janë të mbyllur. Ata që janë të përshtatshëm për dituri akademike urrejnë të trajtohen si fëmijë. Atyre që iu mohohet tregtia me ligj deri në moshën 16-vjeçe, mund të angazhohen në tregti të ndaluar (si tregtia me drogë). Ata që ndryshe do të mund të kishin zënë vend në shoqërinë civile, mund të marrin pozita në

banda. Ata që mund të kenë pasur më shumë sukses në studime më pak formale ose më të avancuara, mund të qëndrojnë të irrituar në orët shkollore. Shumë shpesh janë të diagnostikuar me “çrregullim të mungesës së vëmendjes” ngaqë mendjet e tyre bredhin gjetiu (nuk janë të përqendruar mbi detyrat, të cilat ata i konsiderojnë tepër të mërzitshme për ta mbajtur vëmendjen e tyre). Përveç kësaj, të rinjtë dhe të rejtat, të cilët në një epokë tjetër do t'i kishin kënaqur hormonet e tyre të furishme brenda shenjtërisë së martesës, nuk përmbahen nga seksi për shkak të vonesës së martesës, por në vend të kësaj kanë fëmijë jashtë kurorës – apo i largojnë fëmijët duke vizituar ndonjë klinikë për abort.

Mjetet ligjore për shërim të këtyre problemeve dalin jashtë sferës së këtij libri. Mirëpo, është me rëndësi për prindërit që të mos i bëjnë gabimet që i ka bërë shoqëria moderne. Mos i trajtoni të rriturit e rinj si fëmijë. Trajtojini ata ashtu siç do t'i kishit trajtuar kolegët tuaj të rinj në vendin tuaj të punës. Jini të ndërgjegjshëm se ata kanë nevojë për udhëzim dhe përvojë, por jini njësoj të ndërgjegjshëm se ata kanë nevojë për respekt, përgjegjësi dhe mbikëqyrje. Inkurajoni ata të marrin sa më shumë përgjegjësi që mundën. Jepini atyre edhe ndonjë përgjegjësi financiare: një punë të shtunën, mbase, ku ata do të mësoheshin me botën e punës dhe do të fitonin ca të ardhura.



Zemërimi te adoleshentët tanë dhe te ne

ZEMËRIMI ËSHTË NJË HAP LARG RREZIKUT

Zemërimi te adoleshentët është ndoshta emocioni më i vështirë me të cilin duhet të përballohen prindërit. Linda Lebel (Focus Adolescent Services) e shpjegon dhe analizon këtë çështje, duke i përdorur dy shembuj për ta ilustruar rastin:



Shembulli 1: Karen është nxënëse në klasën e 9-të, dhe ka ndërjet që asgjë nuk ia vlen më. Sado që përpiqet, asaj i duket sikur nuk mund të përshtatet. Një ditë më parë ajo kishte bërë prova për pjesën teatrale të shkollës, por sapo kishte hipur në skenë, ajo ishte shtangur dhe thjesht kishte ndaluar në mes të provës së saj. Tani, çdokush në shkollë duhet të dijë për këtë, dhe Karen është e sigurt se ata tallen me të. Ajo kurrë nuk do t'iu tregojë atyre se sa keq ndjehet. Ajo e di se çfarë mendojnë ata, dhe ata kanë të drejtë – ajo nuk është mjaft e mirë dhe kurrë nuk do të përshtatet. Karen i urren të gjithë.

Shembulli 2: Chris e goditi me grusht murin e dhomës së gjumit. Por, kjo nuk mjaftoi. Ai e mori kanoçen me sodë dhe e hodhi në korridor. Lëngu ngjyrë kafeje me sheqer rrodhi nëpër muret dhe mbi qilim. “Ti nuk mund të më detyrosh...!” klithi ai. “Unë nuk shkoj askund me ty! Do të bëj atë që dua!” Chris vrapoi shkallëve teposhtë dhe doli nga dera e parme. I ati vrapoi pas tij, duke i bërtitur që të kthehej në shtëpi, por ai tashmë kishte hipur në makinën e tij dhe iku me shpejtësi. Chrisi ishte aq shumë i zemëruar me të atin. Ai kishte gjëra më të mira për të bërë, sesa të shkonte dhe ta vizitonte familjen. Ai me shokët e tij kishin plane, dhe babai i tij nuk do t'ia drejtonte jetën. Ai e dinte se do të ndjehej më mirë pasi të tymoste pak marihuanë.

Çfarë kanë të përbashkët këta të rinj?

Ata luftojnë me zemërimin. Ata nuk e marrin atë që dëshirojnë, dhe gjërat nuk janë ashtu siç mendojnë ata se duhet të jenë. Ata ndjejnë pakënaqësi apo antagonizëm të shtuar ndaj dikujt apo diçkaje që vjen me të kuptuarit se gjërat nuk janë gjithmonë në kontrollin e tyre.

Zemërimi është ndjenjë, jo sjellje.

Zemërimi merr formë të ndryshme – që nga indinjata dhe pakënaqësia, deri tek mllefi dhe tërbimi – dhe ajo që ne shohim është shprehje e formave të zemërimit – sjellja. Karen e shtyp zemërimin e saj dhe tërhiqet. Chris është mospërfillës dhe e shkatërron pronën. Ata do të vazhdojnë me sjelljen e tyre, ose ajo mund të përkeqësohet, derisa të vendosin t'i kërkojnë brenda vetes rrënjët e zemërimit të tyre.

Zemërimi mund të jetë i dëmshëm ose i shëndoshë.

Zemërimi është një emocion i frikshëm. Shprehjet negative të tij mund të përfshijnë dhunë fizike dhe verbale, paragjykim, thashetheme keqdashëse, sjellje antishoqërore, sarkazëm, varësi, tërheqje dhe çrregullime psikosomatike. Kjo mund të shkretojë jetë, të shkatërrojë marrëdhënie, t'i dëmtojë të tjerët, ta prishë punën, ta mjegullojë të menduarit efektiv, ta ndikojë mbi shëndetin fizik dhe të rrënojë ardhmëri.

Por ka një aspekt pozitiv; kjo mund të na tregojë se ekziston problemi, ngaqë zemërimi është një emocion dytësor që shkaktohet nga frika. Ai mund të na motivojë neve për t'i zgjidhur ato gjëra që nuk shkojnë në jetët tona, dhe të na ndihmojë të përballemi me çështjet tona dhe të merremi me arsyet e nëntëshme për zemërimin, posaçërisht:

A R S Y E T P Ë R Z E M Ë R I M

Abuzimi

Depresioni

Ankthi

Abuzimi me alkool

Abuzimi me substanca

Trauma

Pikëllimi



Të qenit prind i një adoleshenti të zemëruar ngjall zemërim edhe brenda nesh

Adoleshentët përballen me shumë çështje emocionale. Ata janë të ballafaquar me çështjet e identitetit, ndarjes, marrëdhënieve dhe qëllimit. Marrëdhënia midis adoleshentëve dhe prindërve të tyre po ashtu ndryshon teksa adoleshentët bëhen gjithnjë e më të pavarur.

Kjo mund të shkaktojë irritime dhe konfuzion që shpie në zemërim dhe një shabllon të sjelljes reaktive si për prindërit ashtu edhe për adoleshentët. Nëse nuk punojmë në ndryshimin e sjelljes tonë, ne nuk mund të shpresojmë që adoleshentët ta ndryshojnë sjelljen e tyre. Ne duhet të përgjigjemi, e jo të reagojmë ndaj njëri-tjetrit dhe ndaj situatave. Qëllimi nuk është të mohohet zemërimi, por të kontrollohet ai emocion dhe i njëjti të shprehet në një mënyrë më proaktive.

Ç'mund të bëjmë ne për adoleshentin tonë dhe për vetveten?

Dëgjojeni fëmijën tuaj adoleshent dhe përqendrohuni mbi ndjenjat. Përpuni ta kuptoni situatën nga perspektiva e fëmijës tuaj; bëhuni i ndjeshëm. Fajësimi dhe akuzimi vetëm ngre më shumë mure dhe i jep fund çdo lloj komunikimi. Tregojuni atyre se si ndjeheni, përmbajuni fakteve, dhe merruni me çastin e tashëm. Tregoni se jeni të shqe-

tësuar dhe shpreheni dashurinë tuaj. Punoni drejt një zgjidhjeje ku çdokush fiton. Mbani në mend se ndjenja e zemërimit nuk duhet të rezultojë me sjellje të dhunshme.

Kërkoni ndihmë profesionale për fëmijën tuaj adoleshent, për veten dhe për familjen tuaj atëherë kur ka dhunë, armiqësi kronike, depresion apo rrezik për vetëvrasje.

Disa parime për komunikim të mirë

Në një botë ideale gjithçka rrjedh pa probleme dhe sipas një plani: në botën reale gjërat shkojnë keq. Qëllimet që prindërit mund t'i kenë caktuar, parimet që mund t'i kenë zbatuar, dhe përpjekjet që mund t'i kenë bërë në njësinë familjare, të gjitha këto do të dështojnë nëse nuk ka komunikim të duhur. Kur gjërat shkojnë keq mos lejoni të ngrihen nivelet e zemërimit, irritimit apo dëshpërimit. Peshojni problemet me qetësi dhe praktikoni komunikim të mirë.

Ka disa parime për komunikim të mirë që mund të zbatohen. Këto do të zgjidhin shumë nga zemërimet e çastit të temperamentit dhe përpjekjet për pushtet që do të fillojnë të dalin në sipërfaqe teksa fëmijët kalojnë në moshën parashkollore, shkollore dhe më vonë, në vitet e adoleshencës.

Lejoni fëmijët tuaj të flasin, dhe dëgjojeni ata pa qenë mospërfillës apo të padurueshëm. Nxitni ata të flasin për ditën e tyre, të tregojnë ndonjë histori, apo ta diskutojnë një problem. Përpuni të mos ndërhyri. Traditat gojore të së kaluarës (kur rrëfimi i historive dhe diskutimi ishin aspekte integrale të jetës në komunitet dhe familje), tani janë zëvendësuar me traditat vizuale të së sotmes (TV, filma dhe video-lojëra). Të folurit ka shumë përparësi; ai ua jep fëmijëve vetëbesimin për ta shprehur veten e tyre, i bën ata më të artikuluar, dhe ngulit një aftësi të natyrshme për të diskutuar çështje triviale apo serioze me prindërit. Edhe pse ju si prind shpesh viheni në sprovë dhe mund ta ndjeni të vështirë të flisni, megjithatë të folurit ia vlen shumë. Fëmija me të cilin do të flisni ju do të rritet dhe do të lidhet me ju si

**Ne i akuzojmë të tjerët se “flasin shumë”,
por a i akuzojmë ndonjëherë se “dëgjojnë shumë”?
Dëgjimi është kujdes. Sa më me zë të lartë që flasim,
aq më shpejt fëmijët tanë shkyçen.**

një qenie njerëzore, në vend se si me një person që thjesht i ushqen dhe i vesh ata. Kjo do t'iu mundësojë fëmijëve të ndjehen të lidhur me prindërit dhe me shtëpinë. Komunikimi i mirë do t'ua mësojë fëmijëve sjelljen dhe respektin që kërkohet kur ndërveprojnë me të tjerët, në veçanti respektin për prindin. Mos i përluani fëmijët, apo të bëni që të ndjehen si budallenj. Kini kujdes për sjelljen tuaj: ajo duhet të jetë e sjellshme, e vëmendshme dhe e kontrolluar. Ideja është që fëmijët të bëhen me besim në vete dhe të sigurt (dy aspekte këto të personalitetit që ata do t'i bartin në jetët e tyre si të rritur).

Inicioni diskutime intelektuale me fëmijët tuaj. Debatoni çështje dhe krahasoni mendimet. Kjo do t'ua mësojë fëmijëve të menduarit kritik dhe do ta zhvillojë qëndrueshmërinë e tyre intelektuale. Mos e nënçmoni inteligjencën e fëmijëve apo t'i mohoni pikëpamjet e tyre rreth çështjeve.

Kohë e mirë për të biseduar është gjatë darkës. Nëse prindërit iniciojnë një shprehje për ta mbajtur televizorin të fikur, dhe të hanë ushqim së bashku mbi një tryezë apo në sofër, ata do ta bëjnë jetën shumë më të lehtë kur të rriten fëmijët. Televizori e tërheq vëmendjen dhe e bllokoi zhvillimin e marrëdhënieve më të thella, sidomos në kohën e vakteve, që janë rast i mirë për ta ngjallur dhe përjetuar lidhjen familjare.

Mos e humbni kontrollin mbi situatën duke e humbur durimin, apo t'iu ktheheni taktikave të frikësimit për t'i kontrolluar fëmijët tuaj. Është më mirë ta shmangni komunikimin derisa të qetësoheni.

Akoma ndodh, madje edhe në shekullin e njëzetentë, që disa nëna t'i frikësojnë fëmijët e tyre me përbindësia të imagjinuar (për t'i ndaluar ata të bëjnë ca gjëra, si për shembull të

dalin jashtë natën). Nënata kanë shpikur përbindësia (apo i kanë keqinterpretuar xhinët) me emra të ndryshëm (si *duxhherahi*, *su'luvveh* apo *damijeh*, një krijesë e llojit të xhindit tërësisht e mbështjellë me gunë të zezë dhe që ka këmbë gomari), për ta përdorur frikën si formë kontrolli. Edhe pse këto taktika frikësimi i mbajnë fëmijët në shtëpi natën dhe larg ndonjë dëmtimi fizik të mundshëm, ato shkaktojnë një efekt të kundërt duke ndërtuar frikë joracionale në mendjet e fëmijëve. Ata mund të rriten duke iu frikësuar errësirës, të qenit vetëm, dhomave të vogla, kafshëve, bubullimës, vetëtimës dhe të huajve. Edhe pse më vonë ata si të rritur do ta zbulojnë se këta përbindësia përrallash nuk ekzistojnë në realitet, dëmi emocional dhe psikologjik do të jetë shkaktuar tashmë. Një arsye e mundshme përse i drejtohet këtyre praktikave është pamundësia e prindërve për t'u angazhuar në një analizë më të thellë, dhe pastaj mungesa e durimit për të zhvilluar alternativa të zbatueshme.

Bisedoni me fëmijët në nivelin e tyre, në vend që të qëndroni mbi ta si një vigan. Bëhuni i përzemërt me ta, vendosni dorën tuaj butësisht mbi dorën e tyre teksa jeni duke biseduar, apo prekini ata me dashuri, ashtu që ata vazhdimisht të ndjejnë një lidhje me ju, dhe të mësohen t'i shprehin ndjenjat e tyre.





AKTIVITETI 29: PYETJE DHE PËRGJIGJE PËR PRINDËRIT DHE ADOLESHENTËT

Hapi i parë për ta identifikuar dhe menaxhuar zemërimin është të shohim brenda vetes sonë. Prindërit dhe adoleshentët duhet të ulen bashkë dhe t'ia parashtrajnë këto pyetje vetvetes me qëllim të vetëndërgjegjësimit. Poenta këtu është që të iniciohet diskutim më tepër sesa të jepen përgjigjet e sakta:

Nga vjen zemërimi?

Cilat situata e shkaktojnë këtë ndjenjë zemërimi?

A fillojnë mendimet e mia me absolutet si “duhet”, “medoemos”, “gjithmonë”, “kurrë”?

A janë pritshmëritë e mia të paarsyeshme?

Me çfarë problemi të pazgjidhur jam duke u ballafaquar?

A jam duke reaguar ndaj lëndimit, humbjes apo frikës?

A jam i ndërgjegjshëm për sinjalet fizike të zemërimit (p.sh. shtrëngimi i grushteve, gulçimi, djersitja)?

Si zgjedh unë ta shpreh zemërimin tim?

Ndaj kujt apo ndaj çkaje është drejtuar zemërimi im?

A jam duke e përdorur zemërimin si mënyrë për ta izoluar veten, apo për t'i trembur të tjerët?

A jam duke komunikuar në mënyrë të efektshme?

A përqendrohem mbi atë se çfarë më është bërë mua, sesa çfarë mund të bëj unë?

Si jam unë përgjegjës për atë që ndjej?

Si jam unë përgjegjës për atë se si shfaqet zemërimi im?

A më kontrollojnë emocionet mua, apo unë i kontrolloj emocionet?

AKTIVITETI 30: NJË AKTIVITET PROBLEM-ZGJIDHËS

Mblidhuni nja dy apo tri çifte për të diskutuar se si do të merreshit me çështjen e të riut në shembullin e mëposhtëm. Pastaj, krahasoni mendimet tuaja me qasjen e Profetit a.s.

Një burrë i ri erdhi për të kërkuar nga Profeti a.s., leje për të bërë kurvëri. Shoqëruesit që ishin të pranishëm aty u tronditën dhe filluan ta shanin. Profeti a.s., tha: “Silleni atë më pranë meje”. Pasi ai u ul, ky i parashtroi atij pesë pyetje të njëpasnjëshme: “A ia kishe dëshiruar atë (kurvërinë apo kurorëshkeljen) nënës tënde, bijës tënde, motrës tënde, hallës tënde apo tezes tënde?!” Secilës nga pesë pyetjet, i riu iu përgjigj: “Beto hem me Zotin, jo! O i Dërguari i Allahut, Allahu më bëftë mburojë për ty!” Profeti a.s., iu përgjigj secilës përgjigje të tij: “as njerëzit nuk ua duan këtë nënave, bijave, motrave, hallave dhe tezeve të tyre!” Pastaj Profeti

a.s., e vuri dorën e vet mbi të dhe u lut: “O Allah, falja mëkatet atij, pastroja zemrën dhe mbroje organin seksual të tij”. (AHMEDI). I riu pas kësaj kurrë më nuk mendoi për kurvëri!

Profeti a.s., komunikoi me të riun, duke iu drejtuar dinjitetit dhe vetërespektit të tij, dhe i ndihmoi atij të zhvillonte një vetëkontroll efektiv. Sharja, bërtitja apo kërcënimi ndaj tij me ndëshkimin në Ferr nuk do ta kishte ndihmuar situatën.

Mund ta shohim se kjo metodë e trajtimit e tregon dallimin që ekziston midis diturisë teorike dhe të kuptuarit psikologjik të thellë të emocioneve njerëzore. I riu kërkonte zgjidhje duke e zbuluar seksualizmin e tij. Profeti a.s., nuk i predikoi atij për mëkatet që shpien në ndëshkim dhe Ferr; në vend të kësaj, ai iu drejtua dinjitetit të tij të pastër të brendshëm dhe ndërgjegjes. Ai e përdori qasjen psikologjike për të arritur qëllimet morale dhe fetare. Ky nuk është një rast studimi i izoluar, por një shkollë e të menduarit e rrënjësor në një metodologji të shëndoshë që përqendrohet mbi qasjen e zgjidhjes së problemit në zhvillimin fëmijëror.



PJESA E DYTË

Zhvillimi i fëmijës

- KAPITULLI 8:** Ndërtimi i karakterit nuk mund të presë **135**
- KAPITULLI 9:** Rruga për fëmijë të shëndetshëm: Higjiena, ushqimi, ushtrimi fizik dhe gjumi **159**
- KAPITULLI 10:** Gjdhënia **193**
- KAPITULLI 11:** Truri i fëmijës: shfrytëzoheni ose humbeni! **209**
- KAPITULLI 12:** Rritja e djemve dhe vajzave: a janë ata të ndryshëm? **229**
- KAPITULLI 13:** Seksi dhe edukimi seksual: Çfarë u tregojmë fëmijëve tanë? **257**



KAPITULLI 8

Ndërtimi i karakterit nuk mund të presë

- Hyrje **136**
- Fazat e zhvillimit **138**
- Deri në ç'masë mund t'i besohet psikologjisë së popullarizuar? **138**
- Fazat e zhvillimit njerëzor në Kur'an **140**
- Mrekullia e ngjizjes, shtatzënisë dhe lindjes **142**
- Faza të ndryshme të zhvillimit njerëzor: nga lindja deri në pleqëri **143**
 - Lindja – 4 muajsh* 143
 - 5–18 muajsh* 144
 - 18–36 muajsh* 145
 - 4–7 vjeç* 146
 - 7–14 vjeç* 147
 - 11–13 vjeç: Menstruacioni për vajzat* 148
 - 13–15 vjeç: Kur djemtë bëhen burra* 149
 - 14–21 vjeç* 150
 - T'i kuptosh adoleshentët* 150
 - 21–35 vjeç: Moshë madhore e re* 153
 - 35–50 (ndoshta 60) vjeç: Moshë e mesme* 153
 - 60 vjeç e më të moshuar: Shejhūheh (Plakja)* 154
- Përfitimi nga fazat e zhvillimit **155**
 - Gjdhënia gjatë dy viteve të para* 155
 - Dashuria dhe frika nga Zoti* 155
 - Mësimi përmendësh* 155
 - Aspektet e da'ves* 155
 - Ndjeshmëria ndaj kritikës gjatë adoleshencës* 156
 - Ndërtimi i identitetit duhet intensifikuar* 156
 - Mësimi i një gjuhe të dytë* 156
- Mësimi përmendësh midis Lindjes dhe Perëndimit **157**
- Aktiviteti 31 **158**

Hyrje

Sapo prindërit të vendosin të përqendrohen mbi prindërimin e mirë, ata duhet të nisin menjëherë me edukimin e karakterit, ngaqë ai është themeli mbi të cilin ndërtohet gjithçka tjetër. Shpërblimi do të jetë i paçmuar

NDËRTIMI I KARAKTERIT FILLON në foshnjëri gjatë viteve formuese të zhvillimit të fëmijës. Pikërisht gjatë këtyre fazave të vlefshme të fëmijërisë formohen shumë aspekte fundamentale të tipareve të personalitetit të personit. Megjithatë, fatkeqësisht, shumica e programeve për përgatitje të prijësve që ekzistojnë, janë të drejtuara për të rriturit, jo për fëmijët. Literatura për zhvillimin njerëzor në vendet muslimane në rend të parë iu drejtohet të rriturve në shkollat e mesme, apo atyre të nivelit të kolegjit dhe përtej.

Çfarë mendohet me “ndërtimin e karakterit”? Tiparet themelore (si: guximi, dashuria, liria, ndershmëria, përgjegjësia dhe kreativiteti), i përbëjnë komponentët thelbësorë të personalitetit njerëzor, dhe fillojnë të zhvillohen që nga foshnjëria e hershme. Kur të vendosen tashmë, ato është vështirë të zhbëhen, të zëvendësohen ose të ndërtohen më vonë në jetë. Janë këto karakteristika që e formojnë bazën e personalitetit të ardhshëm të një personi dhe, prandaj, prindërit duhet të harxhojnë kohë dhe përpjekje për kultivimin e tyre sa më mirë që mundën. Edhe pse dituria, përvoja dhe shkathhtësitë janë që të gjitha cilësi të rëndësishme për sukses, ato vijnë më vonë dhe mund të zhvillohen me kalimin e fëmijëve në pjekuri. Ato i shërbejnë një funksioni të rëndësishëm, duke kontribuar për rafinimin e mëtejshëm të tipareve themelore, për udhëzimin dhe pasurimin e njerëzve për t’u bërë qenie njerëzore më të mirë dhe më të urtë. Nëse karakteristikat themelore e formojnë “hardware”-in e personalitetit të njeriut, ne mund t’i quajmë arsimimin dhe fenë “software”.

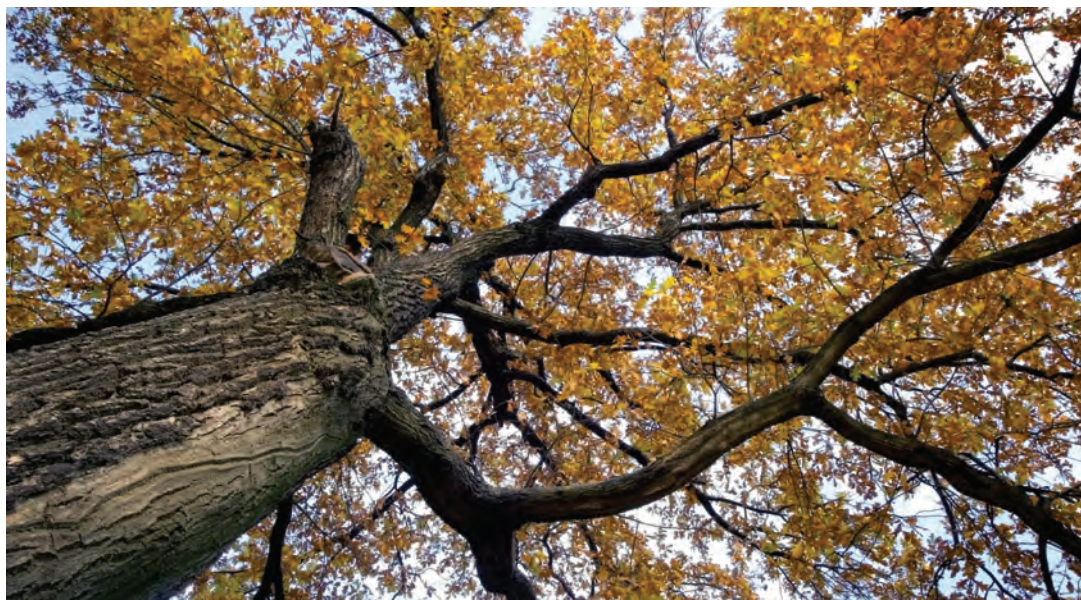
Dikush që është frikacak nuk do të bëhet papritmas trim më vonë në moshën e pjekur-

risë, thjesht duke ndjekur një kurs mbi guximin. Ngjashëm, dikush që është përplot urrejtje dhe mizori nuk do të bëhet papritmas vërtet i përzemërt dhe i kujdesshëm duke lexuar libra mbi dashurinë dhe dhembshurinë. Një gënjeshhtar nuk bëhet automatikisht i ndershëm dhe i besueshëm duke dëgjuar këshilla mbi ndershmërinë. Për shumicën e njerëzve, sapo të formohen tiparet e tyre themelore të personalitetit (që përkufizon se kush janë dhe si sillen ata), do të jetë e vështirë të ndryshohen ata apo të riformësohet “hardware”-i i tyre. Mënyra më e lehtë dhe më e mirë për t’i ngulitur cilësitë më të mira është gjatë viteve formuese të fëmijërisë.

Shembujt e Ebu Bekr es-Siddikut, Omer ibn el-Hattabit, Halid ibn el-Velidit dhe Shoqëruesve të tjerë janë për t’u shënuar. Ata na mësojnë se cilësitë e guximit, besueshmërisë, ndershmërisë dhe udhëheqjes kanë qenë tashmë të pranishme në karakterin e këtyre burrave, duke qenë se ato janë ushqyer gjatë fëmijërisë

së tyre. Islami e plotësoi këtë karakter të mirë me konfirmimin e elementeve të shquara të personalitetit të tyre, dhe duke ua shtuar atyre fenë apo besimin, urtësinë dhe diturinë. Islami ishte në gjendje t’i frymëzonte ata me ndjenjën e një misioni qytetëruar dhe t’i mburjte ata me një domethënie të re, botëkuptim dhe qëllim për jetët e tyre. Qendrueshmëria e karakterit të tyre nuk u dobësua pasi ata e përqaftuan fenë e re, por vazhdoi të forcohej në fuqi. Kur’ani e shpjegon këtë dukuri, të zbatueshme si për profetët ashtu edhe për qeniet e tjera njerëzore, kur përmend se kur njeriu rritet dhe arrin moshën e mesme, Zoti i dhuron atij dije dhe urtësi.





E pasi ai (Musai) e arriti moshën madhore dhe u bë i pjekur, Ne i dhamë urtësi e dituri. Kështu Ne i shpërblejmë bamirësit. (Kur'ani, 28:14)

Profeti a.s. ka thënë:

Njerëzit janë si mineralet (apo metalet, që kanë tipar të vetin); më të mirët nga njerëzit në kohën (para-islame) e injorancës (xhahilijeh), janë më të mirët e tyre në (kohën e) Islam, nëse ata kuptojnë. (BUHARI DHE MUSLIM)

Një polic i mirë dhe një kriminel i keq, që të dy duhet të kenë guxim dhe besnikëri për të qenë të efektshëm në kryerjen e “punës” së tyre, dhe të dobishëm për grupet e tyre. Megjithatë, polici i shfrytëzon këto karakteristika për t’i shërbyer shoqërisë, ndërsa kriminel i përdor ato për qëllime të dëmshme. Edhe pse guximi dhe besnikëria janë të domosdoshme, ato duhet të jenë të orientuara nga vlera për të qenë të dobishme, përndryshe mund të jenë të dëmshme dhe shkatërrimtare.

Islami normalisht jep udhëzime të përgjithshme mbi shumicën e çështjeve, emegjithatë ofron një hartë rrugore më të detajuar kur bëhet fjalë për familjen. Islami përvijon një sistem familjar gjithëpërfshirës dhe jep udhëzime për zgjedhjen e bashkëshortes(it), fejesën dhe përpilimin e kontratës martesore (përfshirë rolin e kujdestarëve dhe dëshmitarëve). Islami jep po ashtu udhëzime për sjelljen seksuale, shtatzëninë, abortin, lindjen, emërtimin e bebes, prejardhjen, kujdesin

për foshnjën, testamentet dhe kujdestarinë, arsimimin dhe stërvitjen, dallimet dhe ngjashmëritë gjinore, trashëgiminë, të drejtat dhe detyrat e fëmijës, delikuencën, kujdesin për jetimët, birësimin, vejërinë, prindërimin dhe rritjen e fëmijëve, shkurorezimin, alimentacionin, periudhën e pritjes për martesë (pas shkurorezimit ose vdekjes së bashkëshortit), periudhën e ndërprerjes, menstruacionin, marrëdhëniet mes vëllezërve/motrave, lidhjet familjare, gjyshërit/gjyshet, nipërit/mbesat, fqinjët dhe kodin e veshjes.

Prindërimi duhet shikuar si një përpjekje futuriste, ngaqë ai është përgjegjës për përgatitjen e kuadrove me cilësi të larta të shoqërisë, përfshirë mendimtarët e saj kreativë, dijetarët e urtë, punëtorët e zellshëm, ushtarët trima, atletët e fortë dhe prijësit e mëdhenj botërorë të qytetërimit njerëzor.

Pjesët vijuese u ndihmojnë prindërve të përqendrohen tek ndërtimi i karakterit dhe programet për zhvillim arsimor.



FËMIJA ËSHTË NJË ENIGMË KREJTËSISHT NDRYSHE!

“Bota e fëmijës është aq fantastike, saqë është e vështirë për të rriturit ta kuptojnë atë. Ajo është aq e sofistikuar që prindërit, mendimtarët, filozofët, psikologët, trajnerët dhe dijetarët nuk mund ta njohin me themel”.

(EBU'L HUB, 1979)

Fazat e zhvillimit

Kjo pjesë do të merret me fazat e zhvillimit njerëzor që janë të domosdoshme për t’ua mundësuar prindërve zhvillimin e shkallëshkallshëm të fëmijës së tyre nga njëra etapë në tjetrën, dhe në këtë mënyrë t’i kuptojnë më mirë nevojat e veçanta të çdo etape. Ndërkohë që do të përvijohet statusi i zhvillimit të trupit dhe mendjes njerëzore gjatë viteve të rritjes, prindërve po ashtu do t’iu tregohet se si të përfitojnë në disa aspekte të lidhura me secilën etapë, për ta bërë më të mirën me rezultatin e prindërimit.

Për shembull, disa prindër i detyrojnë fëmijët e tyre të hanë më shumë, por ata kundërshtojnë në mënyrë sfiduese. Më vonë, oreksi i tyre papritmas shtohet dhe ata fillojnë të hanë më shumë, vullnetarisht. Kjo jo për shkak të ngulmimit nga prindërit, por për shkak të rritjes së natyrshme. Ngjashëm, adoleshentët mund të revoltohen papritmas kundër prindërve dhe mjedisit, e megjithatë, teksa rriten, ky qëndrim qetësohet për shkak të fazave të natyrshme të zhvillimit. Mjekët i këshillojnë prindërit të jenë plotësisht të ndërgjegjshëm kur të arrihen piketat zhvillimore. Mosarritja e këtyre piketave në një moshë të caktuar, duhet të japin sinjalin e alarmit se mund të ketë ndonjë problem serioz shëndetësor.

Mbrojtja më e mirë e një prindi është te jetë i mirinformuar. Ata nuk duhet të frikësohen ta pyesin mjekun e tyre familjar për shpjegime. E as që duhet të mërziten nëse fëmija i tyre nuk e arrin secilën etapë në kohë. Bebet insistojnë të zhvillohen sipas ritmit të tyre. Edhe pse zhvillimi i një fëmije e ndjek shabllonin e përgjithshëm gjenetik njerëzor, ai është po ashtu i veçantë për secilin individ.

Për të qenë të suksesshëm, prindërit duhet t’i lënë anash ëndrrat për fëmijët e tyre, dhe t’iu ndihmojnë atyre t’i arrijnë ëndrrat e veta. Fëmijët nuk janë si prindërit e tyre, ngaqë ata posedojnë personalitet të pavarur. Prindërit janë të këshilluar ta lejojnë realitetin të jetë realitet, dhe ta pranojnë ritmin e natyrës, fshehtësia e së cilës është durimi.

Deri në ç’masë mund t’i besohet psikologjisë së popullarizuar?

Ndonëse muslimanët i vlerësojnë teoritë e ndryshme të psikologjisë që mbisundojnë në shoqëritë sot, ata duhet të jenë veçanërisht të kujdesshëm rreth teorive mbi zhvillimin dhe sjelljen njerëzore. Pikësëpari, ato vazhdimisht ndryshojnë dhe psikologët nuk pajtohen për shumë çështje. Megjithatë, muslimanët nuk janë të humbur krejtësisht, ngaqë ata kanë udhëzim të vazhdueshëm nga

shpalljet hyjnore, që iu lejon atyre të qëndrojnë rrugës së duhur dhe i pengon ata nga lëkundja midis mendimeve kundërshtuese.

Një shembull për këtë është debati i pafund rreth natyrës kundrejt edukimit; gjenetikës kundrejt mjedisit që i pllakos psikologët. Wright (1998) thotë:

“Psikologët mund ta ndërpresin kërkimin e tyre shekullor pas çelësit për rritjen e një fëmije të mirë – jo për shkak se e kanë gjetur atë, por ngaqë ai nuk ekziston. Prindërit nuk kanë kurrfarë efektësh afatgjata të rëndësishme mbi zhvillimin e personalitetit të fëmijës së tyre”.

Judith Harris (1998), vlerëson se rreth gjysma e dallimeve në personalitetin ndër fëmijët nuk është llogaritur nga gjenetika. Ndikimi vendimtar mjedisor është jashtë shtëpisë, ku fëmijët i përvetësojnë vlerat e moshatarëve të tyre dhe gjejnë një cep të ngrohtë në ekologjinë lokale. Ata bëhen të njohur si të ashpër apo të mirë, kokëkrisur apo mistrecë, dhe tiparet e personalitetit fillojnë të kaliten. Pranojmë, prindërit mund ta formësojnë sjelljen brenda shtëpisë. Megjithatë, në botën më të gjerë, fëmija është person tjetër, dhe aty shtrihen rrënjët e një të rrituri që lulëzon.

Sigurisht, nocionet e psikologjisë së popullarizuar për atë se si dikush mund të krijojë fëmijë të mirë, me anë të një stili të thjeshtë magjik të prindërimit, nuk janë medoemos të vërteta. Në fakt gjenetikët e sjelljes kanë mësuar se binjakët identikë të rritur së bashku, mezi janë më të ngjashëm se binjakët identikë të rritur të ndarë. Edhe rendi i lindjes mund të jetë faktor. Ndoshta vëllezërit apo motrat më të rinj trajtohen ndryshe nga prindërit, apo përballen me ndonjë efekt tjetër “mikro-mjedisor”, si ngacmimi nga vëllezërit/motrat e tjerë.

Një fëmijë në Arkansas i qëllon me armë shokët e shkollës, ndërsa vëllai i tij më i vogël nuk e bën këtë gjë. Pse? Mos vallë tjetërsimi në shkollë arriti masën kritike, ngaqë ai është ndjerë më pak i dashur në shtëpi se vëllai i tij? Mos e bëri atë të zymtë mospranimi në oborrin



e shkollës, e me këtë edhe mospërfillës ndaj stilit të prindërimit që ia doli mirë me vëllain e tij? A është ky stili kyç – se prindërimi duhet kalibruar për nevojat e ndryshme të fëmijës? Me sa duket askush nuk e di.

Mesazhi kryesor i Harris është se prindërit mund ta mbivlerësojnë egërsisht ndikimin e tyre, dhe se munden në mënyrë të dobishme t’i qetësojnë disa nerva në këtë epokë të prindërimit me nivel të lartë ankthi. Megjithatë, kjo mund ta bëjë edhe të kundërtën. Këto ditë, mjaft nga shqetësimi prindëror shkon në formësimin e grupeve të moshatarëve dhe kontekstin e tyre. Prindërit mund të qetësohen – shkenca nuk u ka dhënë përgjigje shumë nga këtyre pyetjeve. Sa duhet të presin prindërit që shkenca t’iu tregojë se si të sillen me fëmijët e tyre? Qeniet njerëzore duhet ta vendosin besimin tek udhëzimi i qëndrueshëm hyjnor i Zotit dhe i të dërguarve të Tij. Kjo nuk është një thirrje për refuzimin e teorive psikologjike në tërësi, e megjithatë nevojitet një kërkim serioz që i merr parasysh udhëzimet e Shpalljes për t’iu ndihmuar prindërve gjatë prindërimit. Teoritë e pafe do t’i shkaktojnë më shumë dëm sesa dobi shoqërisë njerëzore. Përgjigjja ndaj prindërimit të mirë qëndron në kombinimin e urtë të Shpalljes së Krijuesit dhe akumulimit të diturisë njerëzore. E ky është një proces i vazhdueshëm.

Fazat e zhvillimit njerëzor në Kur'an

Në vijim janë numëruar *ajetet* e Kur'anit që kanë të bëjnë me fazat e ndryshme të zhvillimit të trupit njerëzor.

*Le të shikojë njeriu se prej çkahit është krijuar?
Ai është krijuar prej një uji që hidhet fuqishëm,
E që del nga kurrizi i shpinës dhe dërrasa e gjoksit. (Kur'ani, 86:5-7)*



O ju njerëz, nëse dyshoni për ringjalljen, atëherë (mendoni krijimin tuaj që) Ne u krijuam ju prej dheu, pastaj prej uji, pastaj prej një gjaku të ngjizur, pastaj prej një sa kafshatë mishi, që është krijesë e formuluar ose e paformuluar, në mënyrë që t'ju sqarojmë. Ndërsa atë që e dëshirojmë Ne, e përqendrojmë në mitër deri në një afat të caktuar, e mandej u nxjerrim foshnje dhe ashtu të arrini pjekurinë tuaj. Ka që dikush prej jush vdes herët, e dikush të jetojë deri në pleqëri të thellë, në mënyrë që të mos dijë asgjë nga dija që ka pasur. E ti e sheh tokën e tharë – të vdekur, e kur Ne ia lëshojmë asaj ujin ajo gjallërohet, shtohet dhe nga të gjitha llojet rritë bimë të këndshme. (Kur'ani, 22:5)

Allahu ju nxori nga barqet e nënave tuaja (si foshnje) që nuk dinit asgjë. Ju pajisi me (shqisa për) të dëgjuar, me shikim dhe me zemër, ashtu që të jeni falënderues. (Kur'ani, 16:78)

Allahu është Ai që ju krijoi në një gjendje të dobët, pastaj pas asaj dobësie ju dha fuqi, e pas fuqisë, dobësi e pleqëri. Ai krijon çka të dojë, Ai është më i dijsلمي, më i fuqishmi. (Kur'ani, 30:54)

*Për Allahun, Ne e krijuam njeriun prej një ajke (lëngu), e një balte.
Pastaj atë (ajkë – baltë) e bëmë (e shndërruam) pikë uji (farë) në një vend të sigurt.
Më pas, atë pikë uji e bëmë copë gjaku, e atë gjak të ngurtë e bëmë copë mishi, e atë copë mishi e shndërruam në eshtra, edhe eshtrave ua veshëm mishin, pastaj atë e bëmë krijesë tjetër (me shpirt). I lartë është Allahu, më i miri Krijues!
Mandej, pas kësaj (krijese) ju do të vdisni.
E në ditën e kijametit ringjalleni. (Kur'ani, 23:12-16)*

Janë disa faza në krijimin dhe rritjen të përmendura më sipër. Ato mund të indentifikohen me sa vijon:

- Pluhuri – kuintesenca e baltës. Ky është materiali nga i cili janë krijuar njerëzit, siç është provuar edhe me dëshmitë shkencore: nga dheu ata janë krijuar, atij do t'i kthehen, dhe nga ai ata ringjallen.
- *Nefs vahideh* – një shpirt i vetëm është ai nga i cili u krijua çifti i parë, Ademi dhe Hava. Është e rëndësishme të vërehet se fjala *zevxh* përdoret vazhdimisht në Kur'an për bashkëshorte, palë dhe çift.
- Riprodhimi – nga çifti i parë, sistemi riprodhues është me sa vijon: *nutfeh*: veza e fekunduar (sperma + veza) → *alekah*: formë-rrodheje (mbërthim) → *mudgah*: embrion (substancë si e mbllaçitur) → *izamen*: (kocka) → *lahmen* (mish) që i mbulon kockat.
- Krijesë tjetër (fetus) – (ndoshta pas 4 muajsh shtatzënie), tani mund të jetë embrioni që zhvillohet në një fazë të re jete, në formën njerëzore. Fetusi tani nuk është më vetëm diçka materiale, por partner me shpirt që ka hise të trashëgimisë së prindërve. Ai/ajo është partner i veçantë, në atë se ai/ajo ka vetëm të drejta dhe jo detyrime aspak në këtë etapë.
- Bebe (*tiflen*) – i lindur si bebe, qenie njerëzore, me zero dituri dhe ndjenjë të pafuqisë së plotë.
- Zvjerdhje (prerje e gjirit) (*fisaluhu*) për 2 vjet maksimum – foshnja thith gji për jo më shumë se dy vjet. Gjdhënia nxitet fuqishëm në pesë *ajete*.
- Puberteti – arritja e moshës (*el-hulum*) së derdhjes gjatë natës, apo menstruacionit me theks mbi rritjen dhe zhvillimin e hormoneve seksuale. Tani ata janë në gjendje të riprodhohen dhe të bëhen prindër.
- Rinia (*eshudd*) – pjekuria e burrit apo gruas. Sipas Jusuf Ali (përkthyes i Kur'anit në anglisht), mosha e fuqisë së plotë është midis 18 dhe 32-vjeç, edhe pse Profeti a.s., u ka lejuar meshkujve që në moshën 15-vjeçe të angazhohen në betejë. Pjekuria mund të vijë më vonë për disa, sesa për të tjerët. Për ata që piqen, mosha e urtësisë mund të jetë rreth 40-vjeç dhe përgjatë gjithë moshës së mesme.
- Pleqëria (*shejh*, *shejbeh*, *erdhel el-Umur* dhe më pas *da'f*) – mosha më e pafuqishme e shtyrë, me dobësim të kujtesës dhe dijes dhe dobësi të shtuar. Ajo po ashtu shënohet edhe me rënien në dije, derisa dikush nuk di asgjë pasi ka ditur shumë. Deri tani, qenia njerëzore ka kaluar nëpër etapat e dobësisë, pastaj forcës, pastaj forcës së plotë, pastaj dobësisë, dhe, në fund, moshës së shtyrë të pafuqishme.
- Vdekja – me arritjen e kohës së caktuar nga Krijuesi, trupi fizik, i cili u zhvillua nga pluhuri deri në njeri, tani i kthehet pluhurit, duke pritur Ditën e Ringjalljes.
- Ringjallja (*ba'th*) – duke e kompletuar kështu ciklin e krijimit.

Prej asaj (tokës) Ne u krijuam ju, e ju do t'ju kthejmë përsëri në të, e prej saj do t'ju nxjerrim edhe një herë. (Kur'ani, 20:55)

- Pavdekësia – jeta në Parajsë apo Ferr për një pjesë apo për tërë amshimin, në varësi nga veprat tona dhe mëshira e Zotit. Kjo e kompletton ciklin e krijimit të qenies njerëzore, nga i vdekshëm në të amshuar.

Kur'ani i vendos këto faza dalluese në perspektivën e drejtë globale. Qeniet njerëzore nuk ekzistonin, Zoti pastaj krijoi një entitet të vetëm, një shpirt (vete). Nga ai shpirt i vetëm Krijuesi krijoi bashkëshorten (nuk dihet si, ngaqë Kur'ani nuk e shpjegon këtë). Pastaj, këta dy bashkëshortë u martuan, dhe lindi një sistem i ri i prodhimit përmes çiftëzimit, duke ndjekur një sistem të denjë të martesës formale për ta ruajtur dhe mbrojtur njësinë më të rëndësishme të shoqërisë: familjen e përbërë nga babai, nëna dhe fëmijët.

Mrekullia e ngjizjes, shtatzënisë dhe lindjes

D'Oyen (1996) shpjegon se kur sperma e babait e pllenon vezën e nënës, veza e porsa fekunduar vështirë se është më e madhe se pika mbi shkronjën “i” dhe për disa javë duket si një copëz e vogël substance të mblaçitur. Kur është katër javësh, ajo ka më shumë tipare njerëzore dhe tashmë ka një zemër të vogël që ka filluar të rrahë deri në vdekje – kur është ende më e shkurtër se 25 milimetra! Në muajin e katërt të shtatzënisë, ajo është rreth 15 centimetra, dhe është shndërruar në një qenie të përsosur njerëzore e kompletuar me gishtërinj të duarve dhe të këmbëve dhe me vetulla. Edhe pse akoma nuk merr frymë vetë, dhe sytë i ka të mbyllur, ai mund t'i dëgjojë rrahjet e zemrës së nënës, zërin e saj dhe zërat e tjerë të lartë, në të njëjtën mënyrë siç mund të dëgjojë dikush zëra duke e pasur kokën nën ujë. Fetusi godet me shqelma dhe i shtrin këmbët dhe rrotullohet në çdo drejtim duke e thithur gishtin e madh të dorës! Nganjëherë ai madje edhe gëlltit një çikë lëng amniotik dhe e zë lemza. Nëna mund t'i ndjejë këto lëvizje. Kur bebja rritet dhe bëhet më i madh, babai mund ta vendosë dorën e tij mbi stomakun e nënës dhe t'i ndjejë shqelmat dhe lemzat.

Nganjëherë nëna nuk mund të flejë natën, ngaqë bebja dëshiron të lëvizë mu atëherë kur

ajo dëshiron të flejë. Ajo duhet të hajë sasi të bollshme ushqimi kalorik, në mënyrë që bebja të rritet. Mirëpo, ashtu siç rritet bebja, ajo e ka gjithnjë e më të vështirë të hajë një vakt të madh, ngaqë nuk ka vend të mjaftueshëm! Deri në muajin e shtatë të shtatzënisë, bebja fillon të bëhet i rëndë për ta mbajtur. Nënave shtatzëna duhet t'iu kushtohet kujdes i veçantë si dhe ndihmë në punët e shtëpisë. Pas gati nëntë muajsh, bebja peshon midis 3 dhe 5 kilogramë dhe është mes 45 dhe 55 centimetra



i gjatë. Ai vështirë se mund të rrotullohet më brenda mitrës: është koha që ai ta nisë jetën e tij në botën e jashtme.

Kur bebja është gati për të lindur, mitra, të cilën Zoti e ka bërë muskulin më të fortë në trup, fillon të shtrëngohet për ta shtyrë jashtë beben. Si dhe kafshët e tjera, trupi i një gruaje është bërë ashtu që të mund të lindë pa ndihmën e mjekut. Lindja është zakonisht një ngjarje e sigurt dhe e lumtur, për dallim nga skenarët e tepruar dramatikë në TV. Përkundër dhimbjeve të mëdha të lindjes për shkak të shtrëngimeve të forta, shumica e nënave janë mjaft të forta dhe të guximshme për hir të fëmijës së tyre. Ato e harrojnë dhimbjen, sapo ta marrin në duart e veta beben e tyre të re, të mrekullueshme.

Zoti e përshkruan statusin psikologjik të shtatzënisë si *vahnen ala vahn*, vuajtje pas vuajtjeje, apo dobësi pas dobësie. Vërtetë, nganjëherë nëna ndjen kruarje, shqetësim, ngacmohet lehtë, lëkundet shpejt midis ndjenjave të depresionit dhe lumturisë, dhe mërzitet shumë. Allahu ia ka dhënë asaj lejen

që të përmbahet nga agjërimi në Ramazan, ngaqë ajo mund ta kompensojë atë më vonë kur do të jetë në gjendje ta bëjë këtë. Gjatë dhe pas lindjes, rreth 40 ditë, ajo është e liruar nga pesë lutjet e rregullta ditore. Ky është një aluzion i fortë për burrin dhe farefisën, për t'i ndihmuar asaj nga aspekti psikologjik dhe fizik me punët e saja shtëpiake. Ata duhet t'i sigurojnë asaj shëndet të mirë me ushqim kalorik, gjumë të shëndoshë dhe qetësi gjatë gjdhënies.

Faza të ndryshme të zhvillimit njerëzor: nga lindja deri në pleqëri

Fazat e rritjes ndodhin si në nivelin fizik, ashtu edhe në atë psikologjik, dhe që të dy këto sfera duhen trajtuar në mënyrën e duhur. Moshat e përmendura për secilën fazë të rritjes janë

Fazat e ndryshme të rritjes sipas Umer ibn el-Hattabit

Ai i ka identifikuar fazat vijuese:

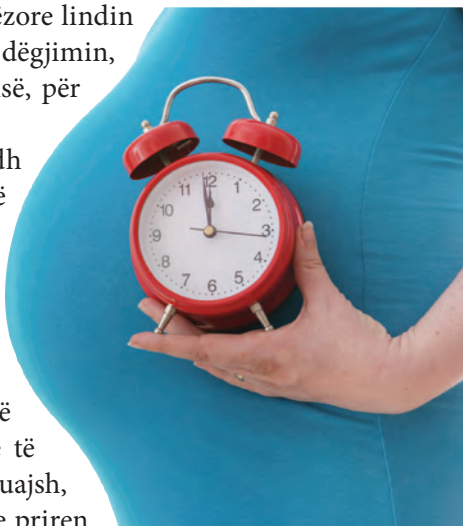
Fëmija ushqehet (rritet) shtatë vjet; bëhet i dobishëm për shtatë vjet; zhvillimi i tij fizik (lartësia) ndalet në moshën 23-vjeç; truri i tij ndalon së rrituri në moshën 35-vjeçe dhe përtej kësaj është vetëm përvoja. (Tuffa-heh, 1979, në arabisht)

të përafërta. Dy pyetjet me rëndësi janë: Kur formohet karakteri? A mund të bëhet diçka për të më vonë? Edhe pse askush nuk i di përgjigjet e sakta, megjithatë përgjithësime të mira janë mjaft të dobishme. Etapat e përgjithshme të rritjes janë numëruar si më poshtë:

LINDJA – 4-MUAJSH

Në çastin e lindjes, *ajeti* (16:78) thotë se qeniet njerëzore lindin pa dije, edhe pse i Plotfuqishmi u ka dhuruar atyre dëgjimin, shikimin dhe njohjen si mjete për arritjen e ditorisë, për çka ata duhet t'i jenë falënderues Krijuesit të tyre.

Nga mosha 0-4-muajsh shikimi i bebes brendh turbullt përreth, pastaj bebet duket sikur bëhen më të përqendruar në shikimin më me kujdes të njerëzve. Ata ia ngulin sytë nënave të tyre më shumë se njerëzve të tjerë. Ata tremben nga zhurmat e papritura dhe i kapsitin sytë nga dritat e forta, i zgjasin krahët dhe i tërheqin ato, i kthejnë kokat sa këndeje andej. Ata së shpejti do të fillojnë t'i dallojnë zërat dhe fytyrat e prindërve të tyre, dhe fillojnë të buzëqeshin, të gugatin dhe llapitin. Nga mosha 4-muajsh, bebja mesatare mund të rrokulliset. Kokat e djemve priren të jenë pak më të mëdha se të vajzave (Spock 1974).



Duhet ndjekur oraret e imunizimit. Bebja nuk duhet shkundur kurrë, ngaqë truri akoma mund të mos jetë vendosur në vend tërësisht. Nëse bebja qan dhe nuk do të pushojë, ndërsa temperaturën e ka normale, mos është koha për t'ia ndërruar pelenën? Koha për të ngrënë? Për gjumë? Apo thjesht për ta mbajtur në krahë? Bebja qan për shkak të nevojave reale. Qarja, ndonëse e vështirë për prindërit, është normale. Prindërit duhet të këshillohen me mjekun apo psikologun nëse qarja duket e tepërt dhe bebja nuk mund të qetësohet.

5-18-MUAJSH

Kjo etapë e rritjes është mbase më e rëndësishmja në vendosjen e qëndrimeve fundamentale të njerëzve ndaj jetës. Bebet fillojnë të ndjehen si individë të veçantë dhe këmbëngulin për pak pavarësi, si për shembull dëshira për t'i mbajtur shishet e veta, dhe për të mos u mbajtur në krahë gjatë kohë. Ata e formojnë lidhjen e tyre të parë reale për prindërit. Nëse prindi është një person i ngrohtë, ata presin që edhe njerëzit e tjerë të jenë të tillë. Dashuria te prindi do ta ushqejë dashurinë te ata. Nëse, nga ana tjetër, prindi i tyre është i ftohtë dhe dyshues, ata do të zhvillohen në atë drejtim. Ata do të presin që edhe pjesa tjetër e botës të jenë të ftohtë dhe, prandaj, do t'i gjejnë kryesisht aspektet e ftohta të saj. Në lidhje me konceptin për veten, bebet në këtë etapë janë të drejtuar drejt një supozimi se ata janë në themel tërheqës apo jotërheqës, të mirë apo të pavlerë. Kjo është kur ata priren të bëhen optimistë apo pesimistë. Nëse bebet kanë pasur pak lidhje me prindërit e tyre, ata nuk do të lidhen mirë me gjësendet dhe idetë. Gjithënia ka ndikim të madh mbi zhvillimin e fëmijës, si fizikisht ashtu edhe emocionalisht.

Prindërit duhet të këshillohen me mjekun e tyre nëse bebja akoma nuk zvarritet, nëse nuk është në gjendje të qëndrojë edhe pse i mbështetur, apo nuk nxjerr zëra ose nuk tregon me gishta drejt objekteve. Në moshën gjashtëmuajshe bebja duhet të jetë në gjendje të ulet pa ndihmë, të kapë një gjësend me njërin dorë dhe atë t'ia bartë dorës tjetër, të gugasë, dhe ta njohën emrin e tij/saj. Shumica e bebove – ndonëse jo të gjithë – do të flenë gjatë gjithë natës. Dhëmbi i parë shpesh vjen rreth moshës gjashtëmuajshe. Bebja duhet të mund ta mbajë kokën e tij/saj përpjetë, të ketë

shikim të bashkërenditur, dhe të duket se dëgjon dhe sheh normalisht. Prindërit duhet ta bëjnë dallimin midis qarjes “kam uri” dhe qarjes “kam nevojë për ty”. Në përgjithësi, vajzat priren t'i arrijnë piketat zhvillimore, si shkundja e raketakeve, pak më shpejtë se djemtë, ndonëse djemtë janë të prirë të rriten më shpejtë.



Deri në moshën nëntëmuajshe ata mund të zvarriten përreth dhe të bëjnë çapkenëri. Bebja dallon zëra të ndryshëm dhe përpriqet t'i imitojë. Shtrëngimi i mundëson bebes të ngrejë gjësende të vogla, dhe ai mund t'i përplasë dy gjësende. Bota e tyre zgjerohet dhe fillon ecja këmbadoras. Disa bebe do të fillojnë të ngrihen për të qëndruar në këmbë, dhe të fillojnë të

ecin duke u mbajtur për orendish. Thua se gjithçka që prekin bebet futet në gojën e tyre, ngaqë bebet e kanë shprehur t'i ndejnë gjërat përmes gojës së tyre. Duart e bebes do të gjejnë udhë deri në vende që prindërit kurrë nuk i kanë ëndërruar.

Deri në kohën kur bebet bëhen njëvjeçare, ato mund të ecin dhe të thonë disa fjalë, si dhe të ushqehen vetë. Ato mund të mësojnë të thonë mami apo babi. Ndonëse nuk kanë ende një të kuptuar real për ndëshkimin, bebja e kupton domethënien e “jo”-së. Është me rëndësi të ridrejtohet bebja nga një veprimtari e padëshiruar duke qenë këmbëngulës. Para moshës njëvjeçare, bebet nuk e dinë se sillen keq. Ato vetëm e dinë se është një botë e madhe dhe e gjerë atje jashtë e gatshme për t'u përjetuar.

Midis moshës 1 dhe 2-vjeçe, ecja është zotëruar tashmë. Bebja – tani më kalama që sapo ka filluar të ecë – bëhet gjithnjë e më i pavarur dhe kënaqet të eksplorojë. Kalamajtë e vegjël mund ta shqelmojnë topin, të vrapojnë, të ngjiten shkallëve me ndihmën e

parmakëve dhe të shkarravisin me bojëra druri dhe markues. Kalamajtë e vegjël veprojnë sipas impulsit, ngaqë ata nuk dinë ta dallojnë mirësjelljen nga vrazhdësia, apo ta kuptojnë dallimin midis të mirës dhe të keqes. “Pushimet” (largimi i një fëmije nga një situatë dhe izolimi i tij në një vend specifik), janë mënyra të parapëlqyera të disiplinimit, rreth një minute për një vit moshe. Kjo grupmoshë nuk e kupton arsyetimin apo kompromisin. Prindërit duhet të përpiqen të ofrojnë zgjedhje, jo ndëshkim, dhe të ofrojnë liri veprimi për pavarësi. Duhet të ketë sa më pak që është e mundur rregulla, ndonëse konsistenca është me rëndësi.

ËSHTË SHUMË E DOBISHME PËR PËRPARIMIN E GJUHËS DHE PJESËVE LOGJIKE TË TRURIT QË BEBJA T’I EKSPOZOHEM RECITIMIT TË BUTË TË KUR’ANIT, MUZIKËS SË LEHTË, REGJISTRIMIT TË BUTË TË TINGUJVE TË NATYRËS, KËNGËVE DHE RITMEVE TË PËRSHTATSHME, SI DHE NASHID (ILAHIJE). KJO DO TË NDIHMOJË PËR ZHVILLIMIN E QENDRAVE TË NDRYSHME TË TRURIT TË BEBES.

Prindërit duhet të kujdesen për përqendrim më të gjatë të vëmendjes, dhe prindërit duhet të sigurojnë më shumë aktivitete si vizatimi dhe ndërtimi me kuba. Ata duhet të këshillohen me mjekun e tyre familjar nëse përqendrimi i fëmijës duket i shkurtë. Shpërthimet e zemërimit të çastit janë irrituese, ndonëse në përgjithësi jo shkak për panik. Dëgjimi zhvillohet më shpejt se shikimi; bebjja iu përgjigjet zërave të lartë. Ai nuk sheh qartë para moshës gjashtëmuajshe. Aftësia njohëse vjen pas dëgjimit dhe shikimit.

18–36-MUAJSH

Fëmijët gjatë kësaj etape fitojnë një ndjenjë të qartë për veten si njerëz të veçantë me dëshira të veta. Megjithatë, ata bëhen më të vetëdijshëm për varësinë e tyre nga prindërit e tyre. Bebjja ndjen një numër joshjesh: pavarësia kundrejt varësisë; pastërtia kundrejt fëlliqjes; bashkëpunimi kundrejt kokëfortësisë dhe përzemërsia kundrejt antagonizmit. Personaliteti i fëmijëve në fund të moshës trevjeçare do të varet nga niveli i tyre i pajtimit apo këmbënguljes, temperamentit i tyre i lindur, dhe ngrohtësia e marrëdhënies që e ka zhvilluar me prindërit gjatë kësaj periudhe disi të tensionuar.

Luftërat e oturakëve midis ekspertëve dhe kërkimit shkencor

Brazelton u thotë prindërve ta lavdërojnë suksesin e fëmijës për daljen në nevojtoare, por “jo tepër”, me qëllim që të ruhet një mjedis i rehatshëm. Ai thotë që fëmijët të stërviten për të kryer nevojën në nevojtoare, kur ata të jenë në gjendje t’i ndjekin udhëzimet dhe t’i imitojnë të tjerët – zakonisht rreth moshës dyvjeçare.

Leach thotë: Mos u mërzhitni t’i stërvitni para moshës 15-muajsh, dhe mos pritni që fëmijët të jenë të besueshëm, madje edhe gjatë ditës, para moshës trevjeçare. Mos i bezdisni. Kjo mund ta vonojë procesin.

Rosemond beson se nëse aftësia e nënës për t’u bërë figurë me autoritet nga ajo e kujdestares vonohet shumë pas moshës dyvjeçare, atëherë fëmija nuk do të piqet siç duhet, dhe ka të ngjarë që të zhvillojë probleme me sjelljen më vonë në jetë.

Kërkimet provojnë se fëmijët e ndryshëm mësojnë në kohë të ndryshme. Stërvitja për vajzat zgjat rreth nëntë muaj (më shumë për djemtë) dhe nxitja e shpeshtë ka sukses.



Për shembull, nëse prindërit dominojnë intensivë dhe fëmija është i dëgjueshëm për nga temperamentit, ai/ajo mund të bëhet tepër i/e nënshtruar. Nëse ata janë armiqësorë dhe të patakta, e megjithatë i lejojnë fëmijës së tyre shtigje për t'ua kthyer, fëmija mund të bëhet skajshmërisht armiqësor. Nëse prindërit kanë natyrë të ashpër dhe e bëjnë pastërtinë një çështje shumë serioze, fëmija, nëse është i urtë nga natyra, mund të bëhet tepër i pastër dhe i përpiktë. Nëse prindërit e merakosur u rrinë mbi kokë fëmijëve, duke i vëzhguar vazhdimisht, dhe nëse fëmijët janë të ndikueshëm, ata mund të bëhen tepër të varur. Gjithënjëria duhet ndaluar në moshën dyvjeçare, duke u dhënë kësaj fëmijëve inkurajim për t'u mbështetur tek vetja gjithnjë e më shumë. Psikologë të ndryshëm vlerësojnë se karakteri i një fëmije formohet aty nga moshën trevjeçare. Megjithatë, disa prirje të personalitetit mund të modifikohen mjaft në fëmijërinë e vonshme, dhe në moshën e rritur nëse ndryshojnë mjedisi apo presionet.

Po ashtu, shumë karakteristika të tjera nuk do të formohen deri në etapat e mëvonshme të fëmijërisë. Qëndrimet e fëmijës ndaj njerëzve të gjinisë së tyre dhe të gjinisë së kundërt, do të përcaktojnë në masë të madhe se çfarë lloj miqësish ata do të përfillin dhe çfarë martesash do të bëjnë.

Në dy vitet e para, bebja rritet shumë shpejt dhe ndryshon shumë. Çdo muaj, diçka e re mësohet. Pas dy vitesh, fëmijët fillojnë të ngadalësohen në zhvillimin e tyre. Fëmijët vrapojnë me lehtësi dhe fillojnë të kërcëjnë,

të kacavirren, të trazojnë gjëra, e madje edhe mund të ngasin triçikletë. Ata i kopjojnë veprimet dhe fjalët. Ata mund të vizatojnë rrrathë dhe katrorë gjysmë të njohshëm, dhe mund të bëjnë “pazëlla” të thjeshta. Ata duhet të jenë të interesuar për stërvitjen për në nevojtoje. Në këtë etapë fëmijët e vegjël duan të flasin fjali të shkurtra dhe dinë rreth 50 fjalë.

Prindërit duhet të jenë të durueshëm me stuhinë e pyetjeve “pse”; është me rëndësi të nxitet kureshtja pa qenë të padurueshëm. Përforcimet pozitive dhe “pushimet” janë teknikat më të mira të disiplinimit. Tani është koha e mirë për të filluar të punohet rreth shkathtësive shoqërore, si ndarja dhe ndërrimi i radhës me të tjerët.

Të folurit e pakuptueshëm, shfaqja e paktë e interesimit për fëmijët e tjerë, dhe rënia e shpeshtë janë të gjitha veprime që prindërit duhet t'ia raportojnë mjekut dhe psikiatrit të tyre familjar.

Dallimet fillojnë të vërehen: vajzat kanë rritje të vrullshme, ndërsa djemtë fillojnë t'ia arrijnë piketat zhvillimore më shpejt. Që të dy duhet të kenë një fond prej minimum 250 fjalësh deri në moshën trevjeçare.

4-7 VJEÇ

Nga moshën katërvjeçare fëmijët mund të hanë më pak seç kanë ngrënë më parë, ngaqë nuk rriten aq shpejtë dhe janë më pak aktivë. Fëmijët vazhdojnë të rriten në mënyrë të qëndrueshme çdo vit, duke mësuar gjëra të reja për çdo ditë, deri kur arrijnë moshën e adoleshencës, kur kalojnë nëpër një ndryshim tjetër të madh! Niveli i energjisë së një fëmije mes moshës katër dhe pesëvjeçare është në maksimumin e të gjitha kohëve (ata duan të ecin, të vrapojnë, të hidhen e të kërcëjnë), duke bërë që prindërit t'i marrë malli për etapën e ecjes këmbadoras! Fëmija mund ta gjuajë topin dhe të ngasë triçikletë.

Gjatë kësaj etape prindërit mund të shpjegojnë se përse një sjellje është e keqe dhe t'ia diskutojnë pasojat (me kusht që shpjegimi

të jetë i shkurtër). Nxiteni dhe shpërblejeni sjelljen e mirë, ndërsa ndëshkoheni të keqen. Mbani sytë hapur për mosdashjen e skajshme për ta braktisur prindin. Fëmija duhet të stërvitet për të shkuar në nevojtoare para moshës pesëvjeçare, dhe duhet të dëshirojë të jetë aktiv, qoftë vetëm apo me të tjerët.

Fëmijët e vërejnë dallimin midis vajzave dhe djemve dhe duan t'i dinë emrat e pjesëve të trupit. Kjo është faza e "Pyetjes", ngaqë fëmijët parashtrajnë shumë pyetje (përfshirë edhe ato rreth seksit). Prindërit duhet t'iu përgjigjen këtyre pyetjeve, përndryshe fëmijët do të kërkojnë përgjigje nga shokët e tyre, të cilët me gjasë do të japin informacion të rrejshëm. (Jaber 1977, në arabisht).

Gradualisht, fëmijët bëhen me humor gjithnjë e më të rëndë dhe emocionalë, dhe janë të prirë të lëvizin shpejt nga një skajshmëri në tjetrën: nga shumë dashuri tek urrejtja dhe zemërimi, nga lumturia në pikëllim. Fëmijët fillojnë të ndjehen të frikësuar dhe tremben nga errësira, kafshët, vdekja dhe Zoti. Ata kanë frikë se mos ndahen nga prindërit e tyre dhe se mos i humbasin ata. Fëmijët e fitojnë frikën nga prindërit e tyre dhe njerëzit e tjerë përreth tyre. Ata i imitojnë ata në të pasurit frikë nga merimangat, vende të panjohura dhe zëra të lartë. (Xhabir 1977, në arabisht).

Fëmijët mund të bëhen xhelozë ndaj të tjerëve dhe kjo mund t'i shtyjë ata të bëhen agresivë. Prandaj, është vendimtare që prindërit t'i trajtojnë të gjithë fëmijët e tyre njësoj dhe me drejtësi. Historia e xhelozisë së vëllezërve të profetit Jusuf, që i shtyu ata në agresion ndaj tij, është një shembull i mirë.

Teksa fëmijët rriten, identifikimi me prindin e të njëjtës gjini mund ta bëjë më të rëndësishëm ndikimin e atij prindi. Djemtë e shohin babanë e tyre më nga afër teksa

merret me kopshtari, ndërsa vajzat e vëzhgojnë nënën e tyre teksa merret me punët shtëpiake. Prindërit mund të injektojnë dashuri dhe respekt te fëmijët, me shembullin e tyre të dashurisë dhe respektit të ndërsjellë për njëri-tjetrin dhe për fëmijët. Bërja e punëve së bashku, përfshirë lojën, leximin dhe ushqimin e kafshëve, do të ndihmojë të vendosen themelet e besimit, vetëbesimit dhe komunikimit të hapur. Fëmijët e mësojnë fenë duke i shikuar prindërit dhe duke i kryer ritualet së bashku. Nëse sjelljet e mira mbillen te fëmijët para se ata t'i prezantohen botës së jashtme, ka më të ngjarë që ata t'i bëjnë gjërat e duhura kur të jenë më të rritur.



7-14 VJEÇ

Kjo është moshë e arsimimit shkollor dhe fillimi i pubertetit. Ashtu si rriten djemtë dhe vajzat, ata fillojnë të duken dhe të sillen gjithnjë e më shumë si burra dhe gra. Këto ndryshime zakonisht fillojnë diku mes moshës 9 dhe 13-vjeçe për vajzat, dhe mes 11 dhe 15-vjeçe për djemtë. Kjo kohë quhet adoleshencë, moshë kur fëmijët piqen në të rritur dhe bëhen në gjendje që edhe vetë të kenë fëmijë.

Shumë ndryshime fizike, mendore, emocionale dhe shpirtërore ndodhin gjatë adoleshencës. Fëmijët zbulojnë se ata fillojnë të duken ndryshe, të ndjehen ndryshe dhe të mendojnë ndryshe se vetëm një vit më parë.

Një vajzë që është afër adoleshencës mund papritmas të fitojë në peshë si përgatitje për zhvillim të vrullshëm, dhe pastaj të rritet disa centimetra brenda pak muajsh. Ijët e saja fillojnë të zgjerohen dhe gjoksi t'i rritet. Fillojnë t'i rriten qime nën sqetulla dhe rreth pjesëve të turpshme të saj. Djali kalon nëpër një zhvillim të vrullshëm të ngjashëm, dhe mund të hajë shumë. Shpatullat fillojnë

t'i zgjerohen. Qimet i rriten nën sqetulla, rreth pjesëve të turpshme të tij, si dhe në fytyrë dhe kraharor. Zëri i tij mund të fillojë të tingëllojë si më i thellë dhe më shumë si zë burri. Edhe djemtë edhe vajzat mund të zbulojnë se në çdo disa muaj këmbët u rriten më shumë se këpucët. Kjo është koha kur prindërit duhet ta vënë theksin mbi lutjet më shumë se më parë.

VËREHEN ZHVILLIMET VIJUESE (7-14 VJEÇ):

- Fëmijët bëhen të ndjeshëm ndaj kritikave; lehtësisht zemërohen dhe janë me humor gjithnjë e më të rëndë dhe më emocionalë.



- Fëmijët bashkëveprojnë me më shumë shokë, nga të cilët i fitojnë vlerat dhe standardet etike të tyre. Prandaj, është e dobishme për prindërit t'i shoqërojnë/mbikëqyrin ata gjatë vizitave shoqërore.
- Fëmijët kanë turp dhe duhet të inkurajohen t'i shprehin mendimet e tyre, të cilat duhen respektuar.
- Muskujt e trupit zhvillohen shpejt dhe ata bëhen të prirë për t'u marrë me sport (si vrapimi, ngjitja, noti dhe luajtja ragbi, futboll dhe basketboll).
- Ata mbështeten më shumë tek vetja për të ngrënë, për t'u veshur dhe për higjienën personale. Është koha për t'ua mësuar atyre mirësjelljen gjatë ngrënies, pirjes dhe shoqërizimit. Filloni t'iu mësoni atyre *dua* (lutje) për secilin rast. Është kjo periudha e “mosveprimit seksual” apo seksit inert. Ata e parapëlqejnë shoqërinë e gjinisë së vet. Ata nuk duhet t'iu ekspozohen imazheve seksuale në TV, nëpër revista apo në libra. Pas moshës 10-vjeçe, ata nuk duhet të flenë në të njëjtin shtrat me motrat/vëllezërit e tyre.

11–13 Vjeç: Menstruacioni për vajzat

Shumicës së vajzave u fillojnë menstruacionet midis moshës 11 dhe 13-vjeçe (fillon periudha mujore). Për rreth 3-7 ditë çdo muaj, një sasi e vogël gjaku lirohet nga vagjina. Kjo është shenjë se ato janë duke u bërë fizikisht të gatshme për të pasur fëmijë. Gjakosja është në rregull dhe nuk dhemb (natyra vazhdon rrugës së saj, ngaqë qeniet njerëzore janë krijuar kështu). Ky gjak është shtresa e hollë

e brendshme e mitrës. Dy vezoret fillojnë të pjekin një vezë secilin muaj, dhe brenda mitrës formohet një shtresë e pasur me gjak, njëfarë foleje ku fetusit mund të rritet. Pa spermën mashkullore, veza nuk mund të zhvillohet dhe shtresa vjetrohët, ndaj mitra e hedh jashtë atë përmes menstruacionit. Gati çdo 27-30 ditë (të muajit hënor), ky proces i natyrshëm do të ndodhë vazhdimisht nga fillimi.

Dhimbja e të përnuajshmeve

Miliona gra ankohen për siklet gjatë menstruacioneve. Problemet mund të zgjasin me ditë dhe mund të jenë nga të lehta deri të rënda.

Simptomat përfshijnë: kapardisje, dhimbje stomaku, ndjeshmëri të gjinjve, migrena menstruale, gjakosje të bollshme dhe të zgjatur, lëkundje në gjendjen shpirtërore dhe lodhje. (KALB 2003)

Heraeparë kur një vajze i vijnë menstruacionet është një ngjarje e rëndësishme në jetën e saj. Kjo do të thotë se ajo ka arritur pubertetin dhe se është bërë zyrtarisht një grua e re. Që nga ai çast e tutje, ajo është përgjegjëse për të gjitha detyrimet e saja fetare (njësoj si një grua e rritur muslimane), si agjërimi, falja dhe mbulimi i saj në mënyrën e duhur para meshkujve të huaj. Thuajse gjysma e të gjitha femrave përjetojnë ndonjë siklet gjatë menstruacionit. Ato mund të kenë dhimbje stomaku, të ndjehen të lodhura dhe të bëhen nervoze. Zoti i ka liruar gratë nga agjërimi gjatë Ramazanit në ditët e menstruacionit, ndonëse ato duhet t'i kompensojnë ditët e humbura pas Ramazanit. Po ashtu, grave u ndalohej të falen (*salah*), të qëndrojnë në xhami apo ta prekin Kur'anin gjatë të përnuajshmeve. Faljet nuk duhen kompensuar më vonë. Tamponë femrash përdoren për ta mbledhur gjakun e menstruacionit që mbathjet të mbahen të pastra. Kur një gruaje i kalon menstruacioni, ajo merr *gusl* (bën një dush të plotë) me qëllim që të pastrohet për faljet.

13–15 vjeç: Kur djemtë bëhen burra

Djemtë lirojnë spermë kur të kenë arritur pubertetin dhe bëhen burra të rinj. Nganjëherë teksa janë duke ëndërruar në gjumë natën, penisi i tyre forcohet dhe ca spermë (*hejven menevi*) rrjedh. Kjo quhet derdhje nate, për shkak se sperma jeton në një lëng që quhet farë (*meni*), dhe kur del jashtë i lag brekët. Ky është lëng i pastër dhe jo urinë, dhe këtu nuk ka gjë për t'u turpëruar. Kjo

do të thotë se djali është burrë dhe fizikisht i aftë për t'u bërë baba. Nga kjo pikë e tutje, ai konsiderohet përgjegjës për detyrimet e tij fetare (si cilido musliman i rritur). Disa djem nuk përjetojnë derdhje nate, e megjithatë konsiderohen si burra të rinj nga mosha 15-vjeçe sipas Sheriatit (Ligjit islam), ose kur kanë disa shenja fizike të tjera të pubertetit (si trashja e zërit të tyre). Në çdo rast, djemtë dhe vajzat duhet të falen rregullisht dhe të agjërojnë nga mosha 12-vjeçe, edhe nëse shenjat e pubertetit zhvillohen ngadalë.

“Ju keni një fëmijë të mrekullueshëm. Pastaj, kur i mbush të trembëdhjetat, kukudhët e marrin me vete dhe në vend të tij e lënë një të huaj i cili nuk ju jep qetësi as për një çast”.

JILL EIKENBERRY (BROWN 1994)

Disa djem dhe burra i prekin pjesët e tyre të turpshme me qëllim që të fitojnë ereksion dhe të nxjerrin ca farë jashtë me masazh, ngaqë u pëlqen derdhja. Kjo quhet masturbim. Kjo sjellje nxitet në disa shoqëri liberale, dhe nuk është e ndaluar (*haram*). Masturbimi femëror dhe masturbimi mashkullor kundërshtohen në Islam. Kushdo që i stimulon pjesët e veta të turpshme qëllimisht, duhet të marrë rishtas abdes (*vudu*) para se të falet. Kushdo që ka masturbuar duhet të pastrohet duke bërë dush (*gusl*) që të mund të jetë i gatshëm për faljet.

14–21 vjeç

Në këtë etapë zëri bëhet më i lartë, më i ashpër dhe më mashkullor për djemtë, ndërsa më i butë dhe më femëror për vajzat. Muskujt e djemve bëhen më të fortë, ndërsa gjoksi i vajzave rritet dhe formohet yndyra e trupit të tyre. Për djemtë, duart dhe këmbët zgjaten, shpatullat zgjerohen ndërsa shputat e këmbëve rriten. Qimet iu shfaqen në fytyrë dhe u rriten në sjetulla dhe rreth pjesëve të turpshme. Paqëndrueshmëria e përkohshme në rritjen e këmbëve dhe krahëve shkaktojnë ngathtësi të dukshme gjatë ecjes dhe manovrimit me gjësende. Atyre u duhet ca kohë për përshtatje dhe akordim të mirë të trupave të tyre.

T'i kuptosh adoleshentët

Gjatë marrjes së vendimeve, adoleshentët mund t'i ndjekin emocionet e tyre në vend të racionalizmit. Zemrat e tyre mund t'i pushtojnë mendjet e tyre, ndaj ndjenjat dhe emocionet mund të mbizotërojnë me arsyen dhe mendimin. Adoleshentët janë të ndrojtur: ata kalojnë një kohë të gjatë duke u brengosur për veten dhe për atë se si duken. Ata mund të mbajnë proteza në dhëmbët e tyre për t'i forcuar ato, mund t'iu dalin puçrra (puprri apo pika) në fytyrë, dhe të brengosen se janë shumë të gjatë, apo të ulët, shumë të shëndoshë apo të dobët. Të gjitha ndryshimet në trupin e tyre mund t'i bëjnë ata nevrinë dhe të pasigurt në vetveten. Ata



mund të brengosen për karrierën e tyre të ardhshme dhe për atë se çfarë arsimimi duhet të ndjekin, apo në cilën shkollë të shkojnë, dhe me kë do të martohen. Të gjitha këto vendime mund t'i bëjnë adoleshentët gjaknxehtë dhe të merakosur.

Hormonet që shkaktojnë që trupi të rritet shpejt, mund të shkaktojnë po ashtu edhe ndryshime të humorit: djemtë mund të ndjehen nervozë dhe të mllëfosur pa asnjë arsye të dukshme, ndërsa vajzat mund të qajnë, apo të bëhen gjaknxehta për gjënë më të vogël. Nganjëherë, të rinjtë dhe të rejtat dëshirojnë të trajtohen si të rritur, por duan të sillen si fëmijë. Ndonëse këto ndjenja mund të jenë konfuze, ato janë normale për sa kohë që nuk bëhen të

Sipas Avicenës, ne duhet të fillojmë t'ia mësojmë Kur'anin sapo fëmija të jetë i gatshëm ta pranojë atë fizikisht dhe mendërisht. Mësojani atij alfabetin dhe bazat e fesë. Pastaj mësojini atij poezi të zgjedhura mbi temat e sjelljes; lavdërimit të ditorisë dhe dënimit të mosdijes; mirësisë ndaj prindërve; bërjes mirë të tjerëve dhe nderimit dhe ndihmës ndaj të pafuqishmëve dhe të varfërve. Kur fëmija të ketë përfunduar me mësimin e Kur'anit dhe gjuhës, atëherë ai duhet orientuar drejt disa hobive dhe veprimtarive që janë të pajtueshme me aftësitë dhe interesimet e tij.

pakontrolluara. Njerëzit e shëndetshëm mësojnë t'i kontrollojnë ndjenjat e tyre dhe mendojnë dy herë para se të veprojnë sipas tyre.

Nga ana pozitive, mendja dhe intelekti fillojnë të punojnë më mirë rreth moshës 13 apo 14-vjeçe, ndërsa adoleshentët mund të mësojnë gjëra të ndërlikuara që nuk kanë mundur t'i kuptojnë më herët. Është kjo kohë e mirë për të mësuar shumë shkathtësi që do të jenë të nevojshme në jetë, si gatimi, përkujdesja për fëmijët dhe rregullimi i gjërave nëpër shtëpi. Adoleshentët mësojnë shumë shkathtësi shoqërore, siç është se si të flitet dhe të shoqërohet me të tjerët, dhe të merret pjesë në organizime të ndryshme. Ata mësojnë se si të marrin më shumë përgjegjësi për veten dhe të tjerët, dhe mund të gjejnë një punë me orar të reduktuar derisa vazhdojnë me arsimimin e tyre, apo madje të gjejnë punë me orar të plotë ose si vullnetarë.



Islami ofron disa masa parandaluese për adoleshentët në këtë etapë, si:

- ulja e shikimit ndaj gjinisë së kundërt
- marrja me sporte për harxhim të energjisë
- agjërimi të hënave dhe të enjteve dhe ndërprerja e agjërit (iftari) me të tjerë
- kërkimi i lejes para se të hyhet në shtëpinë e dikujt
- shmangia e *halves* (të qenit vetëm me gjininë e kundërt pas dyerve të mbyllura)
- vëllezërit dhe motrat duhet të flenë në shtretër të ndarë (por mund të jenë në të njëjtën dhomë), pas moshës 10-vjeçe. Është interesante të vërehet se në Britani, rregullat e banimit kërkojnë që fëmijët mbi moshën 10-vjeçe të gjinisë së kundërt të kenë dhoma gjumi të veçanta (Akti i Banimit 1985). Kjo do të ishte e tepërt të kërkohet, sepse nëse ky rregull do të zbatohej universalisht, planeti do të ishte i mbuluar me shtëpi të mëdha!

Nga ana jofizike, disa çështje janë me rëndësi të shënohen:

- Adoleshentët zhvillojnë vetëidentitet: adoleshentët kanë nevojë për pak privatësi dhe kohë të jenë vetëm. Teksa rriten, ata mund të mendojnë për gjëra të tilla si: Kush jam unë? Përse jam këtu? Cili është qëllimi i jetës? Përse ka aq shumë probleme në botë? Është kjo kohë kur të rinjtë i vënë në pyetje shumë gjëra që i kanë mësuar, dhe kërkojnë përgjigje dhe ide të reja. Nganjëherë, kjo është arsyeja për tendosje dhe polemika me prindërit. Adoleshentët zakonisht bëhen më të qëndrueshëm midis moshës 16 dhe 19-vjeçe. Periudha në të cilën një fëmijë bëhet i rritur (11-19-vjeç) është e gjatë dhe e vështirë që kërkon shumë durim dhe mirëkuptim nga çdokush në familje.
- Adoleshentët e zhvillojnë aftësinë për abstraktim: Ata fillojnë të konceptojnë dhe të imagjinojnë. Ata mund t'i parashikojnë problemet dhe të sajojnë zgjidhje për të ardhmen. Ndryshe nga vitet e tyre të hershme, gjatë të cilave ata mund të mendonin vetëm për të tashmen e atypëratyshme, ata tani mund t'i bashkëngjisin domethënie të duhur kohës: të kaluarës, të tashmes dhe të ardhmes. Ata e kuptojnë domethënien e ditëve, javëve, muajve, viteve dhe shekujve. Ata fillojnë të kenë një ndjenjë për historinë. Prandaj, pyetjet e tyre mund t'i kapërcejnë gjësendet materiale dhe të kalojnë në origjinën e jetës, natyrën e jetës së përtejme, synimet dhe mjetet, vlerat dhe etika, fillimi dhe fundi i gjithësisë dhe kjo jetë dhe Bota e Përtejme.



- Adoleshentët zhvillojnë një ndjenjë religjioziteti: Adoleshenca quhet epoka e Zgjimit Fetar, kur adoleshentët polemizojnë për pikëpamjet e tyre të fuqishme mbi Parajsën dhe Ferrin, mëkatin dhe pendimin, ringjalljen dhe amshimin, urdhrin dhe fatin, si dhe lirinë dhe paracaktimin. Gjatë viteve të njëzeta të moshës së tyre, ata bëhen më të qëndrueshëm dhe më objektivë në perspektivën e tyre për jetën.
- Adoleshentët angazhohen në ëndërrim syhapur dhe fantazim: Ëndërrimi syhapur ndodh në këtë etapë. Është kjo një mënyrë e rëndësishme me të cilën adoleshentët ia shprehin dëshirat e tyre vetes. Është kjo një nga karakteristikat e zhvillimit mendor, që është një dukuri normale, me kusht që të mos teprohet (kjo nuk duhet të bëhet pjesë e tepruar e jetës së tyre private apo publike).



A e keni pyetur ndonjëherë veten pse demonstratat e stërmëdha publike të mbajtura në shumë vende zakonisht bëhen nga studentët? Pavarësisht nëse këto ndodhin në Turqi, Egjipt, Malajzi, Indonezi apo SHBA ... Kjo është ngaqë adoleshentët janë tejet energjikë, emocionalë, të pasionuar dhe besojnë fortë në mendimet e tyre për reformë apo radikalizëm. Kjo ka të bëjë shumë me fazën e tyre të zhvillimit.

- Adoleshentët merren me kritikën e të tjerëve, duke filluar me prindërit e tyre: Ata mund t'i kritikojnë prindërit e tyre për rrobat e tyre, ushqimin, shijet, mënyrën se si i rrisin vëllezërit/motrat e tyre dhe i krahasojnë ata me prindërit e moshatarëve të tyre. Ata po ashtu mund t'i kritikojnë shkollat, shoqërinë dhe qeverinë, dhe t'i përkrahin metodat radikale për reforma dhe ndryshim shoqëror.
- Adoleshentët bëhen idealistë: Idealizmi është i zakonshëm ndër adoleshentët, dhe kjo për shkak të mungesës së përvojës së tyre në jetë.

Të menduarit abstrakt = Mungesë e përvojës → Idealizëm

Adoleshentët idealistë mund ta kundërshtojnë autoritetin e prindërve të tyre apo të shoqërisë, sidomos kur idetë dhe zgjidhjet e adoleshentëve kundërshtohen vazhdimisht pa ndonjë shpjegim të kënaqshëm. Adoleshentët mund të bëhen të irrituar dhe nervozë dhe në fund të izoluar dhe të tjetërsuar. Adoleshentët idealistë bëhen të pazotë dhe të pashpresë, dhe mund ta humbasin vetëbesimin tek vetja dhe ta humbasin besimin te të tjerët.

ZINXHIRI I MUNDSHËM I NDODHIVE

Diçka mund të çojë në diçka tjetër, me sa vijon:

Idealizmi adoleshent dhe mungesa e përvojës → mospranim nga prindërit dhe shoqëria → konflikt → izolim → tjetërsim → dëshpërim → mosbesim → pafuqi → apati → pasivitet → plogështi



- Adoleshentët ndjehen të humbur: Adoleshentët ballafaqohen me disa opsione në jetë. Megjithatë, për shkak se ata i marrin vendimet vetë pa u konsultuar me prindërit apo me individë me përvojë, ata nuk ia arrijnë t'i marrin vendimet e drejta. Ajo që nevojitet në këtë moshë është krijimi i një atmosfere të ndihmës së tërthortë, që nuk është detyruese për ta, që t'i marrin vendimet e sakta.
- Adoleshentët zhvillojnë një ndjenjë arritjeje: Nevojitet një ndjenjë arritjeje për ta provuar veten me ndonjë arritje. Përgjegjësi të përkufizuara mirë u mundësojnë atyre të jenë të suksesshëm. Mungesa e përgjegjësive i bën ata të ndjehen të shpërfillur dhe të parëndësishëm. Dhënia atyre detyra të shumta apo të rënda, i bën ata të ndjehen të paafte dhe dështakë. Duhet kërkuar një drejtpeshim.
- Adoleshentët kanë aftësi për të mbajtur në mend: Ka dy lloje të zakonshme të mbajtjes në mend: mbajtja në mend rutinë (mekanike) dhe mbajtja në mend me të kuptuar (apo e drejtpërdrejtë dhe e tërthortë). Të mësuarit e drejtpërdrejtë përmes të mbajturit në mend rutinë do të thotë të rikthehen fragmentet me pak apo pa i kuptuar përmbajtjet e tyre. Të kuptuarit e tërthortë përfshin të kuptuarit e përmbajtjeve dhe ndërlidhja e domethënieve me tema të tjera, si dhe nxjerrja e lidhjeve të reja midis elementeve të përmbajtjeve. Zhvillimi i të mbajturit në mend të drejtpërdrejtë mekanik fillon në fëmijëri dhe arrin kulmin aty nga moshja 15-vjeçe e fëmijës (es-Sejjid 1975). Ai atëherë fillon të bie në mprehtësi, shpejtësi dhe në shtrirje. Mirëpo, të kuptuarit e tërthortë fillon më vonë, por megjithatë vazhdon të zhvillohet dhe shtohet gjatë moshës adoleshente, deri në moshën e mesme. Ajo që është mësuar gjatë fëmijërisë së hershme është si skalitja mbi gurë (e ruajtur për një kohë të gjatë), ndërsa ajo që është mësuar gjatë pleqërisë është e ngjashme me të shkruarit mbi sipërfaqen e ujit (zbehet shpejtë).

21–35 vjeç: Adoleshenca e re

Kjo është moshja e pjekurisë, e forcës dhe e riprodhimit për shumicën e njerëzve. Jusuf Ali në shekullin e njëzetë dhe Umer ibn el-Hattab në shekullin e shtatë besonin se mendja është tërësisht e zhvilluar aty nga moshja 35-vjeçe; paskëtaj, zhvillimi mbështetet vetëm mbi përvojën.

35–50 (ndoshta 60) vjeç: Moshja e mesme

Vitet e mesme janë kur zhvillimi nuk ka të bëjë me zhvillimin fizik, por me arsimimin, stërvitjen dhe përvojën. Dobësia fizike (*da'f*) fillon shkallëshkallshëm.

60-vjeç dhe më të moshuar: *Shejhuhe* (Plakja)

Pleqëria fillon dhe përfundon në moshën më të pafuqishme (*ardhal el-umur*), ku dija dhe kujtesa fillojnë të veniten. Nëse njerëzit jetojnë mjaft gjatë, dija e tyre shuhet. Ajo është si një memorie kompjuteri që fillon shkallëshkallshëm të fshihet. Sëmundja e Alchimerit i prek të moshuarit duke e shkatërruar kujtesën e tyre. Një emër tjetër për këtë fazë është *shejhuheh* (plakja), *da'fan* (dobësi) ve *shejbeh* (pleqëri).

Cikli i jetës fillon me lindjen e bebes (që nuk di asgjë, por është i pajisur me dëgjim, shikim dhe *fu'ad*, vatra e përzemërsisë). Zoti i fton qeniet njerëzore t'i jenë falënderues Atij: *le'al-lekum teshkurun*. Pastaj bebet kalojnë nga dobësia në forcë, dhe prapë në dobësi gjatë pleqërisë (*shejbeh*). Midis lindjes dhe pleqërisë njerëzit bëhen të ditur dhe Zoti i inkurajon ata të arrijnë të kuptuar dhe urtësi: *le'al-lekum ta'kilun*. Në etapën e fundit të jetës – në fund të këtij rrugëtimi – njerëzit duhet të jenë të drejtë dhe t'iu shmangen mëkateve të mëdha. Në moshën 60-vjeçe, njerëzit nuk kanë justifikime për të kryer vese, siç është shpjeguar kjo nga Profeti a.s.:

“Deri në moshën 60-vjeçe, Zoti Gjithëfalës ia ka dhënë njeriut të gjitha justifikimet”.
(EL-BUHARI)

**Sa më shumë që plakemi, aq më shumë kujtesa jonë venitet,
por aftësia jonë për arsyetim mbetet e fuqishme. Një bekim i vërtetë!**



Fatlumë dhe të bekuar janë ata që fillojnë ta lavdërojnë Zotin herët në jetë dhe piqen deri në etapën e urtësisë për ta njohur dhe kuptuar thelbin dhe misionin e krijimit dhe të qenieve njerëzore në këtë tokë.

Një fëmijë nuk zhvillohet sipas një ore. Çdo fëmijë zhvillohet sipas ritmit të vet dhe brenda shabllonit të vet. Ora e brendshme e veçantë e fëmijës është ajo tek e cila duhet të përqendrohen prindërit.

Përfitimi nga fazat e zhvillimit



Bebja është dritarja jonë e mundësisë

Zemra e bebes është e pastër dhe e zbrazët. Ai ka një prirje të natyrshme për ruajtjen e gjithçkaje dhe tërhiqet nga gjithçka. (Imami el-Gazali)

Bebja është e gatshme t'i pranojë të gjitha informacionet dhe i pranon të gjitha udhëzimet të drejtuara nga ai. (Ibn Miskevejh)

Kjo është mundësia e artë e prindërve për të bashkëvepruar dhe për t'i mësuar fëmijët e tyre deri në nivelin maksimal të mundshëm!

GJIDHËNIA GJATË DY VITEVE TË PARA: Kjo është etapa kur ndërtohen elemente të rëndësishme të personalitetit. Rezultat i kësaj është një fëmijë i shëndetshëm, si fizikisht ashtu edhe emocionalisht. Gjatë foshnjërisë formohen qendrat e trurit të bebes, ndërlidhjet e trurit dhe rrjetat e trurit (në formë të trilionë mbi trilionë neutronesh). Guximi, kreativiteti, dashuria, ndershmëria, qëndrimet, gjuha dhe logjika fillojnë të ndërtohen gjatë kësaj etape. Si plotësim i përparësive mjekësore të panumërta të qumështit të gjirit, nënat përçojnë tek bebet e tyre përparësi të mëdha emocionale. Dashuria, dhembshuria dhe vlerësimi për veten përçohen me anë të gjidhënies gjatë dy viteve të para. Nënata gjidhënëse po ashtu përfitojnë shumë nga marrëdhënia intime psikologjike me beben.

DASHURIA DHE FRIKA NGA ZOTI: Fëmijëve duhet t'i prezantohen që herët dashurisë, shpresës dhe shpërblimeve nga i Gjithmëshirshmi, Mëshirëploti. Konceptet e frikës, ndëshkimit dhe Ferrit duhet të presin deri në vitet e adoleshencës, kur fëmijët i kuptojnë konceptet dhe përfytyrimet abstrakte. Për shkak të mendjeve të tyre tejet të prekshme në vitet e hershme, potenciali i fëmijëve për liri, kreativitet dhe imagjinatë ndrydhet nëse ata vazhdimisht kërcënohen me Ferrin. Frikësimi i fëmijëve dhe trembja e tyre ua zhduk atyre guximin, aftësinë për të rrezikuar, për të marrë vendime dhe për të pasur vetëbesim tek vetja.

MËSIMI PËRMENDËSH: Shejhu Muhammed el-Gazali në veprën e tij *Kejfe Nete'amel ma'a'l-Kur'an* (1992) e ngre pyetjen e asaj se kur duhet vënë theksin mbi mësimin përmendësh të Kur'anit, dhe kur duhet përqendruar mbi të kuptuarit. Ai kërkonte përgjigjen e duhur. Tani duket se mësimi përmendësh duhet theksuar më shumë sesa të kuptuarit deri në vitet e adoleshencës, dhe atëherë theksi duhet vënë më shumë mbi të kuptuarit dhe *tefsirin* (interpretimin), që nga mosha e hershme e adoleshencës e tutje. Kësisoj shfrytëzohet potenciali më i mirë i trurit për frytin e mundshëm të të mbajturit mend të drejtpërdrejtë të hershëm dhe më vonë të kuptuarit.

ASPEKTET E DA'VE: Kjo duhet intensifikuar gjatë viteve të adoleshencës, kur fëmijët janë më të kapshëm për t'i abstraktuar konceptet si Parajsa, ferri dhe Bota e Përtejme. Energjia dhe emocionet e tyre në këtë etapë janë më të larta, dhe pasioni i tyre mund të drejtohet

nga drejtësia, përshpirtshmëria dhe sakrifica për të mirën e përbashkët. Emocionet e adoleshentëve duhen drejtpeshuar dhe arsyetimin. Ata duhet t'i forcojnë ritualet e tyre të adhurimit me dijen për t'i kontrolluar emocionet gjatë krizave, dhe për ta përforcuar veten me mbështetjen mbi të Plotfuqishmin (*tevekkul*).

NDJESHMËRIA NDAJ KRITIKËS GJATË ADOLESHENCËS: Adoleshentët duhet të stërviten me takt, për të mos ua lënduar ndjenjat, dhe për të mos e dëmtuar vetërespektin e tyre. Qëllimi është që të udhëhiqet zhvillimi i tyre, e jo të shkaktohet që ata ta humbasin vetëbesimin e tyre. Inkurajimi dhe përmirësimi duhet të jenë qasja në këtë fazë. Xhelozia dhe krahasimet janë në mendjet e tyre si adoleshentë, ndaj që këtu rrjedh edhe nevoja që të gjithë vëllezërit dhe motrat e tyre të trajtohen me drejtësi dhe në mënyrë të paanshme.

NDËRTIMI I IDENTITETIT DUHET INTENSIFIKUAR gjatë adoleshencës, ngaqë kjo është koha kur adoleshentët fillojnë ta ekzaminonë veten, shoqërinë, gjithësinë dhe metafizikën, *el-gajb*, të padukshmen. Kjo është koha e duhur për t'i diskutuar konceptet e vërteta të *tevhidit* (Njëshmërisë së Zotit), *istihlafit* (mëkëmbësia e njerëzimit), *imranit* (ndërtimi i qytetërimit), botëkuptimit, qëllimeve të jetës dhe marrëdhënieve me veten, me të tjerët, mjedisin dhe me Krijuesin.

MËSIMI I GJUHËS SË DYTË: Kjo nuk duhet lënë deri në vitet e adoleshencës. Me këtë duhet filluar para moshës 10-vjeçe. Kjo është koha kur tingujt e gjuhës vendosen përmes neuroneve dhe ndërlidhjeve të trurit. Sa më herët aq më mirë ata do të jenë të aftë t'i shqiptojnë të gjithë tingujt e alfabetit si një autokton. Fëmijët kanë një aftësi të jashtëzakonshme për të mësuar disa gjuhë pa shumë vështirësi gjatë fëmijërisë së tyre të hershme. “Trutë më të rinj kanë dhuntinë më të madhe për përthithjen e gjuhës, dhe dikush që është bilingual në moshë të re do ta ketë më të lehtë të mësojë një gjuhë të tretë apo të katërt më vonë. Krahasuar me të rriturit apo nxënësit e shkollave të mesme, fëmijët e rinj janë më të aftë për ta mësuar gjermanishten me shqiptim gati autokton, apo t'i imitojnë tonet delikate të gjuhës mandarine” (Glod 2006). E njëjta vlen edhe për mësimin e arabishtes dhe të gjuhëve të tjera.

Hafizi 6-vjeç persian

(*Hafiz* është ai që mund ta recitojë tërë Kur'anin nga kujtesa; ai/ajo mund madje të mos e kuptojë arabishten).

Sejjid Mohammad Husejn Tabatabai, gjuha amtare e të cilit është persishtja, e ka mësuar përmendësh tërë Kur'anin në moshën 6-vjeçe. I ati thotë: “Ai ishte vetëm 2-vjeç kur e kuptova talentin që kishte”. Fëmija mësoi duke e dëgjuar të ëmën, e cila është po ashtu *Hafize*. Ai i mësoi përmendësh *ajetet* duke i dëgjuar një apo dy herë. Ai e lexon Kur'anin për çdo ditë, për ta ruajtur atë që e ka mësuar përmendësh. Pjesët më të dashura të tij janë historitë e profetëve, veçanërisht ajo e Jusufit. (MUSLIM NEWS 1998)

Është mrekulli e Kur'anit që një person që nuk e kupton arabishten mund ta mbajë në mend atë nga fillimi deri në fund! Sot, mijëra fëmijë që janë më të vegjël se 10-vjeç të racave të ndryshme e dinë përmendësh në mend Kur'anin në tekstin e tij origjinal në arabisht.

Hafizi 4-vjeç e gjysmë sirian

Fëmija më i ri i regjistruar (4 vjeç e gjysmë) që e ka mësuar përmendësh tërë Kur'anin është Abdullah Ahmed Shgalah nga Alepo, Siri, i lindur më 1994. Ai filloi ta mësonte përmendësh Kur'anin në moshën trevjeçare dhe e ka përfunduar atë me katër e gjysmë. Në moshën pesëvjeçare ai i mësoi përmendësh edhe 1000 tradita të Profetit a.s. dhe më shumë se 1000 vargje poezi.

Kjo histori filloi në dyqanin e të atit, kur ai vërejti se i biri në moshën dyvjeçare e këndonte këngën e Umm Kulthum: “Zalemuni en-Nas”, sapo e dëgjoi vetëm një herë nga radioja e lëshuar me zë të lartë e fqinjit. Prindërit vendosën ta drejtonin potencialin e tij drejt Kur'anit. Ata filluan t'i lexonin disa kapituj Abdullahut i cili i mbante në mend ato që me leximin e dytë. Brenda disa muajsh, Abdullahu po ashtu e përsosi shqiptimin sipas rregullave të duhura të *texhvidit*.

Në moshën pesëvjeçare, Abdullahu e fitoi Çmimin e Parë në Garën Kur'anore Kombëtare në Siri, ku moshat e garuesve ishin midis 14 deri 30-vjeç. Ai ishte më i riu që u bë i pari në garat kur'anore. (REVISTA EL-USRAH 2005)

Mësimi përmendësh mes Lindjes e Perëndimit

Praktika në vendet muslimane për t'i regjistruar fëmijët parashkollorë për mësimin përmendësh të Kur'anit jep rezultate të mira. Ndonëse shumica e muslimanëve (katër të pestat) nuk kuptojnë arabisht, ata mund ta mësojnë përmendësh tërë Kur'anin pa e kuptuar atë, për shkak të kulmit të fuqisë së trurit për mësim përmendësh në fëmijërinë e hershme. Interpretimi mund të vijë më vonë gjatë viteve të adoleshencës. Në ditët tona, mësimi përmendësh si sistem nuk është theksuar mjaftueshëm në Perëndim, qoftë të mësohet përmendësh Bibla, poezia apo dramat. Megjithatë, të krishterët e hershëm e kishin zakon ta mësonin përmendësh Biblën. Disa fëmijë arabë të krishterë e mësojnë përmendësh Kur'anin, kjo u jep atyre një avantazh të jashtëzakonshëm në vokabular, gjuhë dhe akumulim, ruajtje dhe rikthim të fuqisë së trurit.

Mësimi i hershëm përmendësh i Kur'anit u ndihmon të rriturve në shkollë të mesme

Dr. Jusuf Halifa (ish Ministër i Arsimit, Sudan), ka raportuar

Përvoja jonë me hafizët nga *helevitë* (medresetë e fshatit), dhe shkollat e ndryshme në Sudan ka provuar se ata që e mësojnë përmendësh Kur'anin kanë memorie të mirë për t'i ruajtur, rikthyer dhe kuptuar konceptet dhe problemet e ndërlikuara. Këtyre nxënësve, që kurrë nuk kanë ndjekur shkolla shekullare të rregullta, u është dhënë një kurs përgatitor dyvjeçar në shkencë, për kualifikim për t'u futur në universitete. Nëntëdhjetë për qind e tyre e kaluan provimin pranues të përgjithshëm të Republikës. Ata ishin të barabartë me studentët e tjerë që kishin ndjekur shkollat shekullare 12-vjeçe.

Abdullah (1994) konstatoi se mësimi përmendësh në vitet e hershme mund të ndihmojë për përforsimin e mbajtjes në mend në vitet e mëvonshme të jetës.

Aktivitet



AKTIVITETI 31: KËSHILLË PËR PRINDËRIT

Baba dhe nënë: Diskutoni pikat vijuese, e pastaj vendosni se si t'i zbatoni ato te fëmijët tuaj.

- Jepuni fëmijëve tuaj pak më shumë nga ajo që e presin dhe bëjeni këtë gëzueshëm.
- Mos besoni gjithçka që dëgjoni, apo të harxhoni gjithçka që keni.
- Kur thoni: “Të dua”, ta keni seriozisht.
- Kur thoni: “Më fal”, shikojeni personin në sy.
- Kurrë mos qeshni me ëndrrat e fëmijëve tuaj. Njerëzit që nuk kanë ëndrra nuk kanë shumë.
- Në mospajtimet, ndeshuni me drejtësi. Mos iu ngjisni emra.
- Mos gjykoni për njerëzit sipas farefisit të tyre.
- Flisni ngadalë, por mendoni shpejt.
- Kur dikush ju pyet diçka që nuk dëshironi t'i përgjigjeni, buzëqeshni dhe pyetni: “Përse dëshiron ta dish?”
- Dashuria e madhe dhe arritjet e mëdha përfshijnë rrezik të madh.
- Thoni “shëndet” (qofsh i bekuar) kur dëgjoni dikë të teshtijë.
- Kur humbisni, mos e humbisni mësimin.
- Respektoni veten; respektoni të tjerët dhe merrni përgjegjësinë për veprimet tuaja.
- Mos lejoni që një grindje e vogël ta dëmtojë lidhjen e shkëlqyer familjare.
- Kur ta kuptoni se keni gabuar, ndërmerri hapa të menjëhershëm për ta përmirësuar atë.
- Buzëqeshni kur përgjigjeni në telefon. Thirrësi do ta dëgjojë këtë në zërin tuaj.
- Kaloni pak kohë vetëm.

Prindër: Kuptoni disa faza nga zhvillimi i fëmijëve tuaj

- **Mosha e rregullimit:** 1-7 vjeç
- **Mosha e imitimit:** 8-12 vjeç
- **Mosha e frymëzimit:** 13 vjeç e përjetë

KAPITULLI 9

Rruga për një fëmijë të shëndetshëm: higjiena, të ushqyerit, ushtrimet fizike dhe gjumi

- Hyrje: Shëndeti është në rend të parë **160**
- Koha e shtatzënisë **160**
- Pas lindjes: Debati rreth vaksinimit **161**
 - Rasti kundër vaksinimeve* 162
- Pastërtia dhe higjiena **163**
- Shëndeti: Disa praktika islame **164**
 - Pastërtia në nevojto* 165
 - Flokët dhe thonjtë* 165
- Të ushqyerit **167**
 - Ngrënia e tepërt* 168
 - Pikëpamjet e Imam Gazaliut për shprehinë e ngrënies* 170
- Fakte për fëmijët dhe të ushqyerit **170**
 - Koha e shtatzënisë* 170
 - Mes lindjes dhe moshës para-adoleshente* 170
 - Vitet para-adoleshente dhe adoleshente* 170
 - Shembull diete për moshat 2 deri 10 vjeç* 171
 - Pyetjet që zakonisht parashtrihen* 171
- Direktivat kur'anore rreth ushqimit **175**
- Fëmijët dhe ushtrimet fizike **177**
 - Fëmijët dhe këpucët* 177
 - Mënyra për ta promovuar aktivitetin te fëmijët* 178
 - Orari i rekomanduar për ushtrime* 179
- Gjumi **180**
 - Efektet mjekësore nga humbja e gjumit* 181
- Pijet dehëse: Parandalimi i alkoolizmit dhe drogës **183**
 - Fëmijët dhe joshja* 183
 - Shenjat e hershme të përdorimit të drogës që duhen kërkuar:*
 - Çfarë mund të bëjnë prindërit?* 184
 - Lidhja – varësi kundrejt familjes së shëndoshë* 187
 - Programet e përkujdesjes së mëtejshme: Feja si parandalim* 188
- Shkelja e ligjit **188**
- Aktivitetet 32–38 **190**

Hyrje: Shëndeti është në rend të parë

Një pacient vazhdonte t'iu ankohej mjekëve për dhimbje të përhershme. Në fund një mjek i tha: "Ju shpenzoni shumë kohë dhe para duke i mbrojtur pronat e biznesit tuaj në makineri dhe ndërtesa, por e neglizhoni pronën tuaj më të rëndësishme – trupin tuaj!"

PROVERBI I LASHTË "parandalimi është më mirë se shërimi", do të jetë gjithmonë i vërtetë dhe është diçka tek e cila duhet të përqendrohen prindërit. Ata nuk duhet thjesht të presin katastrofë dhe pastaj të reagojnë. Çfarëdo gabimi i madh që e bëjnë prindërit në lidhje me shëndetin e bebes së tyre, mund ta shkatërrojë ardhmërinë e tij/saj. Prindërit kanë përgjegjësi të dyfishtë ndaj shëndetit të vet dhe ndaj shëndetit të fëmijëve të tyre. Fatkeqësisht, shumica e njerëzve, në vend që të shpenzojnë një gram për parandalim, shpenzojnë një ton në repartin për kujdes intensiv. Bërja e gjësë së duhur me kohë është jo e kushtueshme dhe e lehtë, ndërsa rezultatet janë shumë të dobishme. Mosveprimi na bën të na vijë keq dhe të mjerë. Mirëpo, edhe më e rrezikshme është se dëmtimi i shëndetit të fëmijëve mund të jetë i përhershëm. Nuk është e vështirë të imagjinohet niveli i fajit që ndjehet nga neglizhenca e shëndetit të fëmijëve, kur paraqitet sëmundja që ka mundur të parandalohej lehtë. Atëherë mund të jetë tepër vonë për të bërë çfarëdo qoftë, pavarësisht se sa përpiqet dikush dhe sa shumë

shpenzon. Prandaj, shëndeti është i prioritetit më të lartë. Nuk është e mundur të kihet një familje e mirë, karrierë e mirë, arsimim i mirë, apo kohë e mirë, nëse dikush nuk ka shëndet të mirë. Për më tepër, mendjet e shëndosha vijnë në trupa të shëndoshë, dhe zhvillimi i domosdoshëm mendor dhe psikologjik i bebes do të shfaqet nëse trupi është i shëndoshë. Prindërit duhet t'iu garantojnë fëmijëve të tyre ujë të pastër, instalime hidrosanitare të mira, ushqim kalorik, vaksinime me kohë, ushtrim të rregullt, dhe qasje te mjeku. Rritja e bebeve të shëndosha fillon para se të ngjizet fëmija; duhet zgjedhur bashkëshort(e) të shëndoshë.

Koha e shtatzënisë

Nëna shtatzënë ka përgjegjësi të madhe për fetusin e saj. Ushqimi kalorik, gjumi i mjaftueshëm, vizita e rregullt te mjeku dhe ushtrimi janë me rëndësi thelbësore për një lindje të shëndoshë. Ajo duhet t'i shmangë rreziqet e infeksioneve bakteriale, si dhe marrjen e substancave të dëmshme (si drogat, ushqimi jo i shëndoshë, alkooli). Tymosja e duhanit është një nga veprimet më të dëmshme, që një nënë nuk duhet ta bëjë gjatë shtatzënisë së saj. Fetusi përthith gjithçka nga e ëma (lëndët ushqyese dhe oksigjeni vijnë përmes placentës dhe kordonit të kërthizës, kështu që tymosja e duhanit jo vetëm që e ekspozon fetusin ndaj toksinëve në tymin e duhanit, por po ashtu e dëmton edhe funksionimin e placentës. Lexojeni paralajmërimin vijues të vënë në pakot e cigareve që shiten në Shtetet e Bashkuara:

PARALAJMËRIM I KIRURGËVE TË PËRGJITHSHËM

Duhani shkakton kancer në mushkëri, sëmundje të zemrës, emfizemë dhe mund ta komplikojë shtatzëninë.





Mjedisi pa tym: Nëse ka vullnet, ka mënyrë!

Kombet mund ta reduktojnë tymosjen e duhanit në masë të konsiderueshme nëse zotohen ta bëjnë një gjë të tillë. Kjo ndodhi në SHBA.

Nuk lejohet kurrfarë tymosje duhani - Më 1985, numri i komunave me rregullore të brendshme për pastrimin e ajrit ishte 202, deri në vitin 2003 arriti në 1631.

Megjithatë, pavarësisht ligjit, prindërit duhet t'i mbajnë fëmijët e tyre jashtë mjediseve me tym, brenda dhe jashtë shtëpisë.

Nëse një nënë merr infeksion viral, ajo duhet të konsultohet me mjekun menjëherë për ta shmangur dëmtimin e fetusit. Kjo vlen po ashtu edhe gjatë gjdhënies. Infeksionet mund të shkaktojnë që bebja të jetë e verbër, e shurdhër, me të meta mendore, skizofrenike apo autike. Nënata duhet ta testojnë gjakun e tyre gjatë shtatzënisë për t'iu shmangur sëmundjes hemolitike (që mund të shkaktojë dëmtim të trurit apo vdekje të bebes).

Pas lindjes: Debati rreth vaksinimit

Argumentet për dhe kundër vaksinimit janë paraqitur këtu në mënyrë që prindërit të mund të bëjnë një zgjedhje të informuar.

Pas lindjes, mjeku duhet ta kontrollojë beben, veçanërisht sytë, veshët dhe reflekset. Djemtë duhet të bëhen synet për t'iu shmangur infeksioneve. Shumë prindër e kuptojnë domosdoshmërinë e imunizimit dhe e ndjekin orarin e imunizimit. Megjithatë, 80 për qind e tyre nuk janë të vetëdijshëm se shumica e vaksinimeve bëhen para moshës dyvjeçare. Është për t'u habitur se si ne i vaksinuojmë zogjtë brenda vezës tri ditë para se të dalin, dhe viçave u jepen vaksinat para se të vijnë në shtëpi, ndërsa disave nga fëmijët tanë nuk iu jepen vaksinat e tyre para se të bëhen dy vjeç.

Vaksinimet mund të bëjnë aq shumë!

Gjashtë sëmundje vdekjeprurëse "të fëmijërisë" – fruthi, poliomieli, tuberkulozi, tetanusi, kolla e mirë dhe difteria – vrasin me miliona fëmijë për çdo vit. Shumica e madhe e tyre janë fëmijët të vegjël të kequshqyer me pak rezistencë ndaj sëmundjeve. Vaksinat për parandalimin e këtyre sëmundjeve janë të njohura që me dekada, dhe e kanë asgjësuar kërcënimin e këtyre sëmundjeve nga kombet e zhvilluara. Pothuajse çdo fëmijë në Amerikë është i imunizuar kundër sëmundjeve kryesore të fëmijërisë, por miliona fëmijë në vendet në zhvillim mbeten të rrezikuar thjesht për shkak se nuk kanë qasje te vaksinat. Njëzetë për qind e fëmijëve në vendet në zhvillim akoma nuk kanë qasje në imunizimet, dhe për çdo vit gati tre milionë fëmijë anembanë botës vdesin pa nevojë nga sëmundjet që parandalohen me vakcina.



[“For the Children: The Gift of Health, Education, and Hope,” (“Për fëmijët: Dhurata e shëndetit, arsimit dhe shpresës”), Pamflet për donacion, UNICEF 2003]

Tregojani fëmijëve tuaj historinë e vaksinimit: “Ishte dr. Edward Jenner i cili e dha idenë risimtare të vaksinimit më 1796, një histori e vërtetë kreativiteti. Në mjekësi ka tre lloje idesh të mira: ato të qartat, jo aq të qartat dhe ato të llojit me të cilat doli dr. Edward Jenner. Ai kishte dëgjuar nga fqinjët e tij në Gloucestershirein rural, Angli, se njerëzit që ishin prekur nga lija e lopëve, nuk ishin prekur shpesh nga lija më e rrezikshme, dhe ai dyshoi se sëmundja e parë nxiste mbrojtjet e trupit kundër kësaj të dytës. Kjo ide duhet t’iu ketë tingëlluar absurde kolegëve të tij. Asokohe ata nuk kishin fjalë si “sistemi i imunitetit” dhe “mikrobe”, ngaqë ata akoma nuk e kishin gjetur asnjërin nga këto koncepte” (Carmichael 2007).

Megjithatë, Jenner i besonte idesë së vet. Kësaj i besoi edhe një nënë, e cila i lejoi atij ta testonte atë tek i biri i saj 8-vjeç, James Phipps, kur lija e lopës shpërtheu në fermën e saj në pranverën e atij viti. Mjeku mblodhi qelb nga një lopë mjelëse, e injektoi atë tek djali, dhe priti. Pas gjashtë javësh ai i dha fëmijës injeksion me li. Ai priti edhe pak derisa ishte i sigurt që James nuk do të sëmurëj. Atëherë ai e kumtoi agimin e një epoke. Ai e kishte shpikur vaksinën. Padyshim, Jenner tingëlloi si i marrë kur e propozoi idenë e tij; revolucionarët shpesh tingëllojnë si të tillë.

Vaksinat e kanë transformuar mbarë botën me çrrënjosjen e lisë, dhe ato e kanë shpëtuar në një masë të madhe botën e zhvilluar nga poliomieliti dhe fruthi. Vaksinimi është njëra nga risitë mjekësore më të rëndësishme

të dy shekujve të kaluar, dhe është po ashtu edhe njëra nga ato me koston më efektive. Vaksinat nuk e shërojnë sëmundjen; ato e parandalojnë atë, që është më mirë. Nëse 100 njerëz imunizohen, ata jo vetëm që mbahen të shëndetshëm, por edhe pengohen nga infektimi i mijëra të tjerëve.

Çdo vit, vaksinat shpëtojnë jetë të panumërta. Megjithatë, me miliona njerëz akoma nuk mund t’i kenë ato. Në hapësirat e gjera të Afrikës, Azisë, Amerikës Latine, fëmijët nuk pranojnë asnjë nga vaksinat themelore që janë në dispozicion në vendet e zhvilluara, dhe si rezultat i kësaj – ata vdesin. E as që është imunizuar dikush në mënyrë rutine dhe të efektshme, kudo qoftë, kundër vrasësve të mëdhenj globalë: HIV, tuberkulozi dhe malaria, të cilat së bashku marrin gjashtë milionë jetë çdo vit – sepse, madje edhe me gjithë fuqinë e mjekësisë moderne, vakcina të mira për këto sëmundje ende nuk ekzistojnë.

RASTI KUNDËR VAKSINIMEVE

Shumica e njerëzve janë të pavetëdijshëm për efektet anësore të mundshme të vaksinimeve të fëmijërisë. Argumenti kundër vaksinimit shpjegon se një pjesë e madhe që iu përshkruhet programeve të vaksinimit mund të kenë qenë për shkak të përmirësimeve në shëndetin publik (sidomos në lidhje me ujin e pastër dhe instalimet hidrosanitare, kushtet më pak të ngjeshura të jetës, të ushqyerit më i mirë dhe standardet e jetesës më të larta). Sistemi i imunitetit kërkon vite për t’u

“Të gjitha vaksinat përmbajnë kimikate helmuese, ADN nga inde shtazore dhe fetuse të abortuara, si dhe proteine të huaja në formë të baktereve dhe viruseve qoftë të gjalla apo të vdekura. Teknologjia e tashme e vaksinimit bazohet mbi shkencën që është mbi dyqind vite e vjetër dhe që thotë se vaksinat “pa rrezik stimulojnë një reagim imun” ... Kimikatet helmuese që u shtohen vaksinave krijojnë probleme imunologjike si dhe të sistemit nervor, ngaqë ato nuk eliminohet lehtë nga trupi, ato akumulohen në tru dhe në indet e organeve dhe i dëmtojnë nervat. Proteinat e huaja dhe ADN, kur nuk neutralizohen dhe nuk eliminohen në mënyrë adekuate nga sistemi imun, mund të depërtojnë përmes membranave qelizore”.

(<http://know-vaccines.org/parent.html>)

zhvilluar, dhe këtë e bën duke iu ekspozuar baktereve dhe viruseve (të cilat trupi mëson t'i nxjerrë jashtë me ethe, mukozë, djersitje dhe skuqjet e lëkurës). Vaksinimet ua mohojnë fëmijëve mundësinë për të fituar një imunitet të natyrshëm gjatë gjithë jetës nga sëmundjet relativisht të padëmshme (si fruthi, shytat, rubeola, lia e dhenve dhe kolli i mirë). Pas vaksinimit, trupi lihet në një gjendje vigjilence për diçka që mund të mos ndodhë kurrë. Kështu, sistemi i imunitetit ka më shumë të ngjarë të bëhet tepër i ndjeshëm dhe i prirë për alergji.

Ata që janë kundër vaksinimit polemizojnë se shëndeti i mirë është mënyra më e mirë për të siguruar IMUNITET nga sëmundja.

Viruset nuk janë “aty jashtë” duke u përpjekur të na kapin. Nëse jemi të shëndoshë brenda, trupi mund t'iu bëjë ballë të ftohtit, gripit, fruthit apo çfarëdo që mund të ketë rreth nesh. Çelësi qëndron tek NDJESHMËRIA.

(SINCLAIR, 1995) (HEAD, 1999)

Për ta përsëritur, ne ua lëmë prindërve të bëjnë një zgjedhje të informuar me mjekun e tyre nëse duhet vaksinuar apo jo.

Pediatërit këshillojnë që fëmijëve t'iu bëhet një kontroll i rregullt në moshën gjashtë, tetë dhe dhjetëvjeçare, dhe për çdo vit nga mosha njëmbëdhjetëvjeçare e përparjetë. E bukura e këtyre kontrolleve është se problemet zbulohen mjaft herët dhe mund të trajtohen me efikasitet, në vend që të lihen të pavërejtur dhe t'iu lejohet të zhvillohen në sëmundje të pashërueshme. Disa vende u bëjnë kontrolle mjekësore nxënësve të shkollave fillore në fillim të vitit shkollor, që është mjaft e këshillueshme. Çrregullimet te

fëmijët (si dëmtimi i dëgjimit, shikimit apo të folurit) identifikohen gjatë këtyre ekzaminimeve shëndetësore. Prindërit duhet të përqendrohen te parandalimi i sëmundjeve. Përveç vaksinimeve, minimumi i nevojshëm për shëndet të mirë janë higjiena, të ushqyerit, gjumi dhe ushtrimet.

Imunizimi është pazari shëndetësor më i mirë në botë

15 dollarë për ta mbrojtur një fëmijë. Derisa ne kemi bërë një fitim të jashtëzakonshëm gjatë dy dekadave të fundit me imunizimin e mbi 80 për qind të fëmijëve në botë, mbi dy milionë fëmijë vazhdojnë të vdesin çdo vit nga mungesa e shërbimit shëndetësor publik jo të kushtueshëm.

Pastërtia dhe higjiena

Pastërtia është vija e mbrojtjes më efektive që e kanë qeniet njerëzore kundër infeksioneve bakteriale dhe virale. Zakonisht, duart janë instrumentet me të cilat përçohen infeksionet në trup (kur njerëzit prekin sytë, gojën, hundën dhe veshët e tyre). Kështu, larja e duarve disa herë në ditë i shpie mikrobet në tubacione.

Autorja amerikane Rose Wilder Lane (1886-1968), ka vërejtur në mënyrë interesante në librin e saj *The Discovery of Freedom* (“Zbulimi i lirisë”), se: “Njerëzit e akuzojnë Profetin Muhammed se ka qenë fanatik, por unë kam kuptuar që ai ka qenë fanatik vetëm për një gjë – pastërtinë dhe higjienën”.

Profeti a.s., i lavdëronte pesë abdeset (larjet) ditore para faljes: “Pesë faljet ditore i ngjajnë një lumi që rrjedh pranë portës së dikujt nga ju, në të cilin ai lahet pesë herë në ditë”.

(MUSLIM)

Burrat, gratë dhe higjiena

Kur është fjala për shprehitë e higjienës së duarve, gratë amerikane janë më të pastra se burrat amerikanë. 91% e njerëzve të anketuar kanë thënë se ata gjithmonë i lajnë duart pas përdorimit të nevojtores publike. Mirëpo, një studim vëzhgues në gjashtë tualetet publike në katër qytetet kryesore të SHBA ka konstatuar se 75% e burrave ndaluan t'i lanin duart e tyre, krahasuar me 90% të grave.

Shumë të rritur pranojnë se:

42% e të rriturve thanë se ata gjithmonë i lajnë duart pasi përkëdhelin ndonjë qen apo mace

21% thanë se i lajnë duart pasi prekin para

32% thanë se i lajnë duart pasi teshtijnë apo kolliten

Mbrojtja e vetme më e mirë kundër përhapjes së sëmundjeve është që duart të lahen 15 deri 20 sekonda me sapun dhe ujë.

Është llogaritur se SHBA shpenzojnë më shumë se nëntë miliardë dollarë në vit për sëmundje të shkaktuara nga moslarja e duarve

(HYDE DHE SANSON, ASM, 2005)



PYETJE: Si i zbulonin autoritetet spanjolle gjatë "Inkuizionit" kundër muslimanëve dhe çifutëve ata që ishin ende muslimanë në zemër, por që shtirreshin si të krishterë pas konvertimit me forcë të tyre?

PËRGJIGJJA: Nëse një person mbetej shumë i pastër, atëherë (konsiderohej se) ai duhej të ishte akoma musliman që shtirej si i krishterë.

(AHMAD 1997)

Shëndeti: disa praktika islame

Udhëzimi profetik në higjienë shkon përtej larjes së duarve, fytyrës dhe krahëve pesë herë në ditë. Ai na urdhëron larjen e duarve tona para dhe pas ngrënies dhe pas përdorimit të nevojtores.

Ruajtja e shëndetit të mirë dhe higjienës mund të kenë qenë kontributet më të rëndësishme të Islamit në fushën e mjekësisë. Mbase uji i pastër dhe higjiena e mirë personale kanë shpëtuar më shumë jetë sesa të gjithë antibiotikët së bashku. Ata u frymëzuan nga praktika dhe thëniet e Profetit a.s., për shembull: "pastërtia është gjysma tjetër e fesë" (Tahir dhe Imani/Muslim), dhe "trupi i një personi ka të drejtë mbi të" (Ed-Dehebi 2004).

Profeti a.s. merrte ilaçe tradicionale kur sëmurej dhe herë pas here përshkruante

trajttime. Ai ishte një individ energjik dhe i shëndoshë, që merrte pjesë në shumë veprimtari fizike të rënda (përfshirë disa beteja dhe hapjen e hendekut kur do të sulmohej Medineja). Ai mund të ngjitej deri te Shpella Hira çdo vit, që kërkon një përpjekje të madhe fizike.

Prindërit mund ta bëjnë higjienën personale përparësi për djemtë dhe vajzat para moshës së pubertetit, dhe sa më herët aq më mirë. Vëmendje duhet t'i kushtohet pastërtisë personale të fëmijët. Fëmijët do të jenë përgjegjës për falje, agjërime dhe detyrimet e tjera fetare njësoj si të rriturit, ndaj ata duhet të jenë të rregullt dhe t'i mbajnë trupat, rrobat dhe ambientet rreth tyre të pastra gjatë gjithë kohës.

PASTËRTIA NË NEVOJTORE

Muslimanët janë të obliguar t'i mbajnë të brendshmet dhe pjesët e tyre të turpshme sa më të pastra. Këshillohet që brekët, getet dhe çorapet e tyre të ndërrohen çdo ditë, për të shmangur kundërmimet e pakëndshme. Nëse ndodh që urina ta spërkasë veshjen, ajo duhet larë deri sa të mos mbetet ngjyrë apo erë. Profeti a.s., na ka këshilluar të pastrohemi tërësisht pas përdorimit të nevojtores (*istinxa*), fillimisht duke i larguar të gjitha gjurmët e urinës apo të fekaleve me ujë, apo me diçka të pastër dhe të thatë, siç është letra e nevojtores, duke shfrytëzuar dorën e majtë. Lani pjesët e turpshme me butësi, derisa të mos vërehet asnjë gjurmë papastërtie mbi letrën e nevojtores. Pjesët e turpshme duhen larë me ujë, dhe pastaj të thahen. Shtëpitë muslimane mund të kenë ose spërkatës special (ose bide) të instaluar pranë nevojtores, ose të sigurojnë bidonë uji për këtë qëllim. Dora e majtë shfrytëzohet për pastrim, ndërsa e djathta për të ngrënë, që të shmanget kontaminimi i ushqimit me papastërti (edhe pse duart lahen pas shfrytëzimit të nevojtores).

Pas pastrimit me ujë, më e mira është tharja (sidomos për vajzat), për t'i parandaluar infeksionet, që mund të shfaqen në të brendshmet e lagura. Vajzat duhet të fshihen nga para prapa, në vend se nga prapa përpara. Po ashtu është e këshillueshme të vishen mbathje të lira pambuku, që "frymojnë" dhe thahen më shpejtë se mbathjet e bëra nga najloni sintetik apo poliestri. Duart duhen larë me sapun pas shfrytëzimit të nevojtores, për ta siguruar higjienën dhe që kurrfarë kundërmimi i pakëndshëm të mos mbetet nën apo rreth thonjve. Thonjtë e shkurtër këshillohen fort nga Profeti a.s.

A e dini
që 98 për qind të infeksioneve të
bebeve vijnë nga futja
e duarve të tyre në gojë? Parandaloni këtë duke përdorur
biberonë të pastër.

(GOOKIN, 1996)

QIMET DHE THONJTË

Qimet që rriten nën krahët dhe rreth pjesëve të turpshme, mund të jenë burim kundërmimi të keq. Në kombinim me errësirën dhe lagështinë, qimet sigurojnë një mjedis ideal për zhvillimin e bakteve. Nëse largohen, reduktohet era e trupit, dhe ka më pak gjasa për t'u prekur nga ngacmuesit e mundimshëm si "kruarja kërpudhore" apo morrat e trupit. Profeti a.s., ka thënë:

Pesë praktika janë karakteristika të fitres (gjendjes së pastër të natyrshme, apo traditë e profetëve): synetimi, rruajtja e qimeve pubike, largimi i qimeve nga sqetullat, shkurtimi i thonjve dhe shkurtimi i mu-staqeve. (EL-BUHARI)

Qimet e sqetullave dhe qimet pubike mund të largohen me çfarëdo metode relativisht të thjeshtë dhe të shpejtë (përfshirë ndukjen, rruajtjen, prerjen, depilacion), me cilindo nga kremrat dhe vajrat e veçanta për depilacion, ose duke përdorur teknologjinë e re të laserit. Një herë në çdo dyzet ditë është periudhë adekuate për largimin e tyre, apo kurdo që rriten të gjata. Këshillohet deodoranti për nën sqetulla, sidomos para marrjes me sport apo shkuarjes në shkollë ose vizitës së xhamisë, për t'iu shmangur ofendimit të të tjerëve. Të gjithë deodorantët e natyrshëm janë më se të këshillueshëm. Megjithatë, mjetet kundër djer-sitjes janë të rrezikshëm dhe duhen shmangur.

Shprehia e disa burrave dhe grave për ndryshimin e ngjyrës së flokëve dekurajohet në Islam, siç është edhe zakoni i rritjes së thonjve të tyre tepër, apo lyerja e thonjve të gishtërinjve të duarve dhe të këmbëve me llak. Thonjtë e gjatë mbledhin papastërti dhe mund të bartin sëmundje (sidomos gjatë përgatitjes së ushqimit). Ato nuk janë praktike dhe nuk mund të merret *vudu* [abdes] siç duhet kur kanë llak, ngaqë uji nuk mund të arrijë deri te thonjtë. Megjithatë, lejohet të lyhen thonjtë më këna, ngaqë ajo

nuk e vulos sipërfaqen e thonjve. Këshillohet që meshkujt të përdorin aroma dhe parfume natyrore, sidomos para se të shkojnë në xhami. Gratë mund të përdorin parfum kur janë në shtëpi, për sa kohë që nuk ka të pranishëm burra jo-*mehrem* (ligjërish të martueshëm).

A pastroni për të jetuar, apo jetoni për të pastruar? Shmangni skajshmëritë!

- Një zonjë e fitoi emrin znj. Pastërtore, ngaqë ishte shumë e pastër. Ajo jetonte për të pastruar. Shtëpia e saj ishte një ambient steril i panjollë. Ajo ua shkaktonte ferrin fëmijëve të saj, dhe i privonte ata nga kënaqësia e lojës dhe shoqërimin me të tjerët, që të mos shkaktonin kurrfarë rrëmuje. Shtëpia ishte tepër e pastër për të jetuar. Lumturia nuk futej dot në shtëpi; ajo ishte tepër e pastër për të. Ajo përfundimisht u shkurorezua, ngaqë ambienti bashkëshortor nuk ishte mjaft i pastër për të. Ajo e flijoi qetësinë e mendjes për hir të pastërtisë së tepruar. Fëmijëve duhet lejuar njëfarë rrëmuje e tolerueshme që do të pastrohet më vonë. Obsesioni me çfarëdo goftë është jonormal, madje edhe në pastërti.
- Një mjek një herë tregoi për një pacient neurotik në një spital mendor që i lante duart e tij me sapun sa herë që tokej me të tjerët, përfshirë edhe stafin mjekësor profesional.
- Fëmijët duhen mësuar sa më herët të jetë e mundshme që t'i lajnë duart e tyre para dhe pas ngrënies derisa kjo t'u bëhet shprehi

Shprehitë e shëndetshme të Islamit për trupin dhe shpirtin:

- Gjdhënia për foshnjat (jo më shumë se dy vjet).
- Synetimi për djemtë.
- Përmbajtja e përkohshme nga seksi gjatë të përmuajshmeve të zonjës.
- Larja e rregullt dhe marrja abdes pesë herë në ditë.
- Larja e duarve para dhe pas buke, dhe pas shkuarjes në nevojtoje.
- Kujdesi dentar me përdorimin e *misvakut* (ekuivalenti i furçës së dhëmbëve dhe pastës së dhëmbëve sot).
- Fjetja natën dhe puna ditën.
- Përmbajtja nga seksi martesor për dyzet ditë pasi gruaja të lindë.

Pastërtia konsiderohet si “gjysmë e fesë”. Kur’ani e ndalon ngrënien e mishit të dërrit apo prodhimeve të dërrit, kërmës, gjakut dhe të gjitha pijeve dehëse. Agjërimi nga agimi deri në muzg çdo ditë për një muaj radhazi në vit (*savm*, Ramazan) i sjell pushim trupit dhe ka shumë vlera mjekësore. Meditimi dhe lutjet sjellin qetësi psikologjike.

Synetimi te burrat shkakton 50 për qind më pak gjasa për kapjen e HPV (Human Papilloma Virus) nga infektimi i zverkut te gratë, që në raste të rralla mund të sjellë deri te kanceri i zverkut deri në moshën e tyre 24-vjeçe. HPV është pa konkurrencë sëmundja seksuale më e zakonshme e bartur në Shtetet e Bashkuara.

Në vijim janë udhëzimet të rëndësishme mjekësore islame:

- Kërkohe ruajtja e jetës.
- Lejohet transfuzioni i gjakut (pas ekzaminimit të duhur të gjakut).

- Nuk lejohet vetëvrasia e ndihmuar dhe eutanazia.
- Autopsia nuk lejohet (pos nëse kërkohet nga ligji apo për të mirën shoqërore).
- Kundërshtohet mbajtja e pacientit me sistem për mbështetje të jetës për një periudhë të zgjatur në gjendje vegetative.
- Aborti nuk lejohet (përveç se për ta shpëtuar jetën e nënës).
- Transplantimi lejohet (me disa kufizime).
- Teknologjia riprodhuese artificiale lejohet midis burrit dhe gruas (vetëm gjatë kohëzgjatjes së martesës së tyre).
- Homoseksualizmi është i ndaluar.
- Inkurajohet testamenti për së gjalli, dhe autorizimi mjekësor.
- Inxhinieria gjenetike për shërimin e sëmundjeve është e pranueshme, por klonimi kërkon hulumtim të mëtejshëm për përcaktimin e pranueshmërisë së tij.
- Dhurimi i organeve inkurajohet.



Të ushqyerit

PERIUDHA MË E RËNDËSISHME NË JETËN USHQYESE TË ÇDOKUJIT JANË 1000 DITËT E PARA. (THE ECONOMIST, 26 MARS, 2011)

Të ushqyerit e mirë është i domosdoshëm për një fëmijë të shëndetshëm. Ju të gjitha ushqimet janë të ushqyeshme; ushqimi është ajo që na pëlqen ta hamë, por të ushqyerit është ajo që duhet ta hamë. Gjatë dy viteve të para, nënat, kurdo që të jetë e mundur, duhet t'iu japin gjë bebeve të tyre për dobi fizike, emocionale, shoqërore, mendore dhe psikologjike. Para dhe pas gjdhënies së bebes, nevojitet një dietë e drejtpeshuar e ushqyeshme.

Konsumi ditor duhet t'i përfshijë të gjitha grupet ushqimore, si bulmetet, drithërat, frutat, zarzavatet dhe mishrat, që sigurojnë vitaminat dhe mineralet thelbësore për rritjen e fëmijës. Frutat dhe zarzavatet duhet të lahen sepse mund të përmbajnë baktere dhe dhë.

Kur'ani i përmend të gjitha burimet e duhura të ushqimit të njohura asokohe si ushqim i mirë i shëndetshëm (*ezka ta'amen*). Ato përfshijnë llojet e ndryshme të mishrave (lopë (viç), gamile, dele/qengj, dhë, pula dhe ushqim deti), drithëra (grurë), perime bishtajore (groshë dhe thjerrëza), arra, fruta dhe zarzavate (rrush, fiq, ullinj, shegë, hurma, qepë, hudhra dhe tran-guj), dhe qumësht e mjalte. Mjalte është përshkruar në veçanti si ilaç dhe substancë shërimi për njerëzit. Fëmijët mund të inkurajohen të hanë mjalte rregullisht pas moshës njëvjeçare.

NGRËNIA E TEPËRT

Teksa fëmija duhet të hajë nga të gjitha llojet e ushqimeve të ushqyeshme, ngrënia e tepërt duhet shmangur. Kur'ani thotë:

O bijtë e Ademit, vishuni bukur për çdo namaz (lutje), hani dhe pini e mos e teproni, pse Ai (Allahu) nuk i do ata që e teprojnë (shkapërderdhin). (Kur'ani, 7:31)

Kujdes se çfarë fusni në atë trup “të mrekullueshëm” tuajin. Mbani në mend, *ajo që hani, ndikon mbi ju*. Mësoni si “të hani për të jetuar” e jo “të jetoni për të ngrënë”.

Prindërit duhet të furnizojnë ujë të pastër, pa kimikate për fëmijët. Është një ide e gabuar se bebja e shëndoshë është e shëndetshme; kjo nuk është e vërtetë. Megjithatë, për dallim nga të rriturit, një përqindje e caktuar yndyre në dietën e fëmijës është e mirë.

Problemet me mbipeshën në Amerikë

Ne jemi një komb që ha me sytë, jo me stomakët tanë. Sa më shumë ushqim që shohim në afërsinë tonë, aq më shumë hamë.

(DR. SANJAY GUPTA, CNN, 2008)

Prindër: Është rasti juaj të vendosni ushqim të shëndetshëm rreth fëmijëve tuaj në vende të përshtatshme të shtëpisë!

36 për qind e amerikaneve dhe 31 për qind e amerikanëve mbi moshën 20-vjeçe kanë mbipeshë. Një i rritur mesatar peshon rreth katër kilogram më shumë se një dhjetëvjeçar më parë. “Mbipesha” përkufizohet si të qenët 20 për qind, apo më shumë mbi peshën tuaj të dëshirueshme. Nëse ju jeni më shumë se 11 kilogramë mbi peshën tuaj të dëshiruar për një grua me lartësi mesatare prej 162 centimetrash, dhe rreth 14 kilogramë më shumë se pesha juaj e dëshiruar për një burrë me lartësi mesatare prej 178 centimetrash, atëherë ju keni mbipeshë.

Trashja (obeziteti) ndër fëmijët po shtohet me një normë më të shpejtë se te të rriturit. Mënyra e jetës duke ndenjur me bollëk ushqimi janë arsye rrënjësore të obezitetit. Furnizimi me ushqim amerikan prodhon 3.700 kalori në ditë për çdo burrë, grua dhe fëmijë, shumë me tepër seç nevojitet.

(KUCZMARSKI, ET.AL., 1994)



Cilësia dhe drejtpeshimi i marrjes së ushqimit janë vendimtare; një fëmijë mund të jetë obez, e megjithatë ai/ajo mund të vuajë nga kequshqyerja. Prindërit mund të bëjnë mjaft për t'i stërvitur fëmijët e tyre të formojnë shprehje të shëndosha të ngrënies.

Fëmija që refuzonte të thoshte “Elhamdulillah” (I lavdëruar qoftë Zoti)

Një mysafir në shtëpinë tonë i tha të birit shtatëvjeçar, pasi hëngri 4 vezë, 4 rriska buke dhe një sandviç me djathë të skuqur për mëngjes: “Biri im, thuaj Elhamdulillah (I lavdëruar qoftë Allahu)”, me çka shënohet fundi i ngrënies. Djali u përgjigj: “Por baba, unë jam akoma i uritur! Nuk kam mbaruar akoma! Nuk dua të them Elhamdulillah akoma!” Nikoqiri e kuptoi se përse nuk mund ta ngrinte djaloshin nga toka. Djaloshi ishte obez!!

Prindërit duhet të kenë kujdes nga ngrënia e tepërt, *tuhmeh* (grykësia)

Profeti a.s. ka thënë:

Ena më e keqe që mund ta mbushë një Bir i Ademit është stomaku i tij. Disa kafshata duhet të mjaftojnë për ta ruajtur trupin e tij, por nëse ai këmbëngul të hajë, ai duhet ta lërë një të tretën e stomakut të tij për ushqim, një të tretën për pije dhe një të tretën për frymëmarrjen e tij.

(AHMEDI, TIRMIDHIU DHE TË TJERË)

Një studim në Danimarkë ka konstatuar se adoleshentët në Shtetet e Bashkuara janë më të obezët nga 15 kombe të zhvilluara. Gati një e treta e fëmijëve në Shtetet e Bashkuara hanë ushqim të shpejtë për çdo ditë. Në nivel botëror të ushqyerit e keq është faktori kryesor për vdekjen e miliona fëmijëve, dhe lë miliona të tjerë të gjymtuar, të prekshëm ndaj sëmundjeve dhe intelektualisht të paaftë. Të ushqyerit për fëmijët luan rolin e tij jetik nga ngjizja deri në moshën trevjeçare (UNICEF, 2003). Sigurimi i një ambienti për fëmijët ku mungon ushqimi i pashëndetshëm, është mënyrë shumë më efektive për zhvillimin e shprehive të mira të të ushqyerit, sesa detyrimi i fëmijëve të hanë atë që është e mirë për ta. Kur djemtë e teprojnë së ngrëni, kjo normalisht duket te stomakët e tyre; kur vajzat e teprojnë së ngrëni, kjo duket te ijët, gjokset dhe prapanicat e tyre.



Njeriu e hap varrin e vet me dhëmbët e tij.

PIKËPAMJET E IMAMIT EL-GAZALI RRETH SHPREHIVE TË NGRËNIES

Imami el-Gazali (1058-1111), njëri nga reformatorët më të mëdhenj në historinë muslimane, ka thënë:

1. “Muslimani nuk duhet të jetë i pari që shkon në dhomën e ngrënies, e as t’ia ngulitë sytë ushqimeve të ndryshme apo të tjerëve teksa janë duke ngrënë. Ai duhet ta përtypë ushqimin e vet mirë dhe t’i shmanget fshirjes së ushqimit me duart apo rrobat e tij”.
2. “Neveria ndaj grykësisë duhet ngulitur në mendjen e fëmijës duke i identifikuar grykësit, dhe duke i qortuar fëmijët grykës në praninë e tij, si dhe duke i lavdëruar ata që kënaqen me sasi më të vogla ushqimi”.
3. “Fëmija duhet stërvitur që t’i pëlqejë t’iu japë përparësi të tjerëve para vetes në ushqim, dhe të jetë i kënaqur me çfarëdo që ka në dispozicion. Ai duhet qortuar për çfarëdo dëshire të tepër për ushqim dhe pije të shijshme dhe rroba të shkëlqyera”.
4. “Të ushqyerit e tepërt në foshnjëri dhe fëmijëri mund të jetë faktor që kontribuon për obezitetin më vonë në moshën e pjekurisë, ndërsa obeziteti mund të shkaktojë sëmundjen e të pasurve.”

Fakte rreth fëmijëve dhe të ushqyerit

KOHA E SHTATZËNISË: Për t’i dhënë bebes tuaj nisjen më të mirë, hani duke pasur beben në mend, madje edhe para se të ngelni shtatzënë. 4-6 javët e para të shtatzënisë, kur mund të mos e dini që jeni shtatzënë, janë kohë kritike në zhvillimin e bebes. Bashkëshortet dhe nënat shtatzëna duhet të marrin 400 mikrogramë acid folik në ditë, që është e domosdoshme për zhvillimin e trurit dhe të palcës kurrizore. Kësisoj, mund të parandalohen 50 deri 70 për qind të defekteve të zakonshme të sistemit nervor. Një shtim në peshë prej 10-14 kilogramë gjatë shtatzënisë konsiderohet e shëndetshme. (Sutherland dhe Stoever 1997)

MIDIS LINDJES DHE MOSHËS PARA-ADOLESHENTE: Zhvillimi dramatik gjatë vitit të parë zvogëlohet gjatë vitit të dytë, bashkë me oreksin. Fëmijët zakonisht fitojnë vetëm 3-4 kilogramë gjatë vitit të dytë të tyre dhe mund të duket kinse humbasin interesim për ushqim. Fëmijët hanë atë që u nevojitet kur u ofrohet një larmi e shëndetshme ushqimi për çdo vakt. Shumë kalamaj në Shtetet e Bashkuara janë ushqyer me dieta me pak yndyra nga prindër qëllimshëm dhe janë bërë të kequshqyer. Nuk duhet pasur “kontroll yndyre” për fëmijët nën moshën dyvjeçare. Yndyrat sigurojnë energji si dhe acide yndyrore për lëkurë të shëndoshë. Yndyrat po ashtu bartin dhe i ndihmojnë trupit t’i përthithë vitaminat A, D, E dhe K. Kur fëmija të jetë i gatshëm për qumësht lope, përdorni qumësht lope të rregullt me yndyrë të plotë, jo me dy për qindësh apo të mazitur – të paktën deri në moshën dyvjeçare.

Vetëm çereku i fëmijëve 2 deri 5-vjeç në Shtetet e Bashkuara kanë dietë të shëndoshë dhe të drejtpeshuar mirë, krahasuar me vetëm 6 për qind të adoleshentëve.

FËMIJËT PARA-ADOLESHENTË DHE ADOLESHENTË: Edhe pse shumë fëmijë i dinë rregullat themelore për shëndetin, ata megjithatë nuk i ndjekin gjithmonë ato. Sigurimi i ushqimit të shëndetshëm që do ta hanin para-adoleshentët dhe adoleshentët mund të paraqesë sfidë në vete. Një tetëvjeçar mund të hajë çfarëdo që i shërbehet në tryezë, por një 14-vjeç mund të refuzojë ushqimin që e ka ngrënë para nja një muaji. Njëfarë zgjidhje mund të jetë të inku-

rajohen fëmijët të ndihmojnë në planifikimin dhe përgatitjen e ushqimeve, dhe shmangia që ushqimi të bëhet çështje debati. Vaktet duhen përqendruar më shumë mbi diskutimin e ndodhive të ditës, sesa mbi ushqimin. Adoleshentët zhvillohen më shpejt se në cilëndo kohë që nga viti i parë i jetës. Vajzave u nevojiten 2.000-2.500 kalori në ditë për ta ushqyer rritjen e tyre, ndërsa djemve u duhen 3.000-4.000 kalori, me atë që fëmijëve më aktivë u nevojiten më shumë kalori. Nevojat e shtuara të të ushqyerit në pubertet shpesh arrijnë kulmin në moshën 15-vjeçe të vajzat dhe 19-vjeçe të djemtë. Vajzat kanë nevojë për kalcium shtesë deri sa të arrijnë moshën rreth 20-vjeçe. Kalciumi e rrit densitetin e kockave të tyre në rritje e sipër, dhe do t'iu ndihmojë atyre që të kursehen nga osteoporozja (eshtrat e dobëta) më vonë. Është me rëndësi që fëmijëve të mos iu ikë asnjë vakt. Humbja e vakteve do të thotë humbje e lëndëve të ushqyeshme të rëndësishme dhe ngrënia e vakteve të vogla gjatë ditës, është më mirë sesa lënia mënjanë e vakteve dhe ngrënia e një vakti të bollshëm në mbrëmje.



DIETË SHEMBULL PËR MOSHAT 2 DERI NË 10-VJEÇ

Sipas American Dietetic Association, dieta ditore e fëmijëve duhet të përfshijë:

- 6-11 sasi drithërash;
- 2-4 sasi frutash;
- 3 sasi zarzavatesh;
- 2-3 sasi mish, mish pule, peshk dhe fasule të thata;
- 2-3 sasi prodhime bulmeti; dhe
- Sasi shumë të vogla yndyrash, vajrash dhe ëmbëlsirash. Arrat dhe farërat janë burime të mira vaji.
- Për moshat 1-5-vjeç, një sasi është rreth një lugë gjelle për një vit moshe.
- Për cilëndo moshë, tepër ushqim në pjatë është keq.

Si munden prindërit t'iu ndihmojnë fëmijëve të tyre të hanë mjaft nga grupet kryesore ushqimore çdo ditë? Përgjigjja është të merren sasi të vogla ushqimi të shëndetshëm që janë gjithmonë në dispozicion.

PYETJET QË ZAKONISHT PARASHTROHEN

Shumica e fëmijëve ia dalin shumë mirë nga aspekti i të ushqyerit, përkundër shprehive të tyre të gabuara të ngrënies. Ata e sigurojnë atë çfarë iu duhet nga ushqimi që është çereku apo një e treta e madhësisë së ushqimit të një të rrituri – rreth një lugë gjelle për vit moshe. Fëmijët do të hanë vetëm ushqime që iu shijojnë mirë atyre. Ja disa këshilla të dobishme për ngrënie të ushqimit të mirë (Underwood dhe Kuchment 2008):

1. ÇFARË ZGJEDHJESH DUHET PRINDËRIT T'IU JAPIN ATYRE?

Në vaktin e ngrënies, prindërit duhet të ofrojnë një sërë artikujsh të ushqyeshëm: proteina, qumësht, fruta apo zarzavate, bukë dhe një karbohidrat të dytë (si oriz, makarona nudël apo patate). Pastaj ata duhet t'iu lënë fëmijëve të tyre të marrin dhe të zgjedhin nga ajo që është shtruar. Prindërit nuk duhet të ndjejnë se ata duhet ta kufizojnë veten te ushqimet për të cilat e dinë se fëmijët e tyre i pëlqejnë. Përfshini të paktën një ushqim që ata e hanë zakonisht – qoftë edhe nëse është buka ose ndonjë frut. Mungesat e vitaminave te fëmijët janë të rralla, kështu që në shumicën e rasteve shtesa nuk është e nevojshme.

2. A ËSHTË E KËSHILLUESHME TË QENIT VEGJETARIAN?

Rregulla është të kihet një dietë e drejtpeshuar mishi dhe zarzavatesh. Zoti i ka krijuar të gjitha këto ushqime të mira, të shëndetshme për qenien njerëzore me një qëllim të mirë. Prandaj, ata duhet të hanë nga të gjitha ushqimet e lejuara, me maturi. Sa më shumë ushqime që largohen nga dieta e fëmijëve, aq më i madh është rreziku nga mungesa ushqyese. Largimi i mishit, mishit të pulës, dhe peshkut e bën më të vështirë për fëmijët të sigurojnë hekur të mjaftueshëm. Qeniet njerëzore përthithin vetëm rreth 3-8 për qind hekur nga zarzavatet dhe drithërat, krahasuar me rreth 20 për qind hekur nga mishi. Ngrënja e një burimi të mirë vitamine C (një portokall apo domate), do të ndihmojë të përthithet më shumë hekur nga ushqimet që janë ngrënë. Dietat vegjetariane mund të kenë pak yndyra dhe kalori, duke ua vështirësuar fëmijëve kësosoj t'i plotësojnë nevojat kalorike.

3. BEBET NUK DUHET TË KENË DIETA ME PAK YNDYRË. NË CILËN MOSHË ËSHTË E PADËMSHME TË PAKËSOHEN YNDYRAT?

Marrja e yndyrave nuk duhet kufizuar te fëmijët nën moshën dyvjeçare. Fëmijët e kësaj moshe rriten shumë shpejt dhe kanë nevojë për yndyra për zhvillimin e trurit. Yndyrat po ashtu sigurojnë energji për ruajtjen e funksioneve trupore, i ndihmojnë trupit t'i përthithë vitaminat thelbësore A, D, E dhe K, dhe e mbajnë shijen te ushqimet, duke i bërë ato të njoma dhe më lehtë për t'i përlytur. Po ashtu, yndyra i bën hormonet. Për fëmijët mbi moshën dyvjeçare, 30 për qind të kalorive vijnë nga yndyra. Kur fëmijët janë gati për qumësht lope, atyre duhet dhënë qumësht me yndyrë të plotë të paktën deri sa të arrijnë dy vjeç. Pas kësaj, qumështi i yndyrshëm është po ashtu i pranueshëm. I tillë është edhe qumështi me dy për qind yndyrë, qumështi me një për qind yndyrë ose qumështi i mazitur – nëse fëmijët kanë burime të tjera të mira yndyre në dietë. Në dietën me pak yndyrë, fëmijët duhet të hanë shumë më tepër ushqim për t'i siguruar kaloritë e duhura. Gjatë vrullit të rritjes, fëmijëve u nevojitet yndyrë shtesë për të siguruar sasi të mjaftueshme kalorish.

4. FËMIJA IM E URREN QUMËSHTIN. SI MUND TË SIGUROJMË SASI TË MJAFTUESHME KALCIUMI?

Është me rëndësi të veçantë për para-adoleshentët dhe adoleshentët që të sigurojnë kalcium të mjaftueshëm, ngaqë ata e fitojnë gjysmën e masës së tyre të kockave gjatë adoleshencës. Qumështi është burimi më i mirë i kalciumit, kështu që nëse fëmijët nuk do ta pinin atë, është e mundur që ai t'iu shtohet ushqimeve të përgatitura si supa, krem, puding dhe salcë. Opsione të tjera të pasura me kalcium përfshijnë jogurtin, djathin dhe akulloren. Qumështi me çokollatë ka më shumë sheqer se qumështi sade, por megjithatë është burim i mirë kalciumi.

5. A ËSHTË NË RREGULL T'I LË FËMIJËT E MI TË HANË MES VAKTEVE?

Po, absolutisht, fëmijët kanë nevojë për zëmra. Fëmijët nuk mund të hanë shumë me një të ulur për shkak të stomakëve të tyre të vegjël, e megjithatë kanë kërkesa me energji të lartë. Ata kanë nevojë të hanë diçka të ushqyeshme çdo dy apo tre orë. Zëmrat po ashtu mund t'iu

ndihmojnë fëmijëve t'i sigurojnë lëndët e ushqyeshme që i kanë humbur në vaktet e tjera. Megjithatë, është me rëndësi që kohët e zëmrave të jenë të strukturuar. Nëse fëmijët hanë mëngjes në ora 7, atëherë zëmër nuk duhet t'iu jepet deri nga ora 9 apo 10 – madje edhe sikur të jenë të uritur para asaj kohe. Përmbajtja ndaj orarit mund të jetë e vështirë, sidomos nëse fëmija ha shumë pak – tek e fundit, prindërit gëzohen shumë që ata të hanë diçka. Fëmijëve që i lejohet të çapitin kurdo që të dëshirojnë, në fund hanë sa gjysma më shumë se ata që i kanë të caktuara kohët e vakteve dhe zëmrave. Kur përgatiten zëmrat, mendoni për to si për vakte të vogla: fruta dhe zarzavate, pak proteina, pak niseshte dhe pak yndyrë. Një zëmër e mirë mund të përbëhet nga biskota organike dhe qumësht, mollë dhe gjalpë kikiriku, apo biskota të thata, djathë dhe lëng i freskët frutash të shtrydhura.

6. PËR SHKAK SE NGRËNIA E FRUTAVE DHE ZARZAVATEVE ËSHTË E RËNDËSISHME, JAM I/E BRENGOSUR SE FËMIJA IM NUK I HA FARE ATO. ÇFARË MUND TË BËJ?

Mesatarisht, fëmijët amerikanë hanë rreth 1.5 sasi frutash dhe 2.5 sasi zarzavatesh në ditë. Shumë fruta dhe zarzavate nuk iu shijojnë mirë fëmijëve. Megjithatë, është me rëndësi që ato t'iu ofrohen atyre vazhdimisht, ngaqë në fund fëmijët do të hanë diçka nga ato. Për t'i bërë këto ushqime më të afërta për fëmijët, mund të provoni:

- T'i përziemi qumështin dhe frutat për të bërë pije smoothie.
- T'iu ofroni fruta të thata – rrush të thatë, banane, pjeshka dhe qershi – sade ose të gatuar në ëmbëlsira apo kekë të mbushur.
- Të shtoni zarzavate në supat dhe gjellët e përgatitura në tenxhere apo tigan.
- Është me rëndësi t'i shmangeni ryshfetit. Kuptohet, fëmijët mund t'i hanë zarzavatat e tyre nëse u jepni desert si shpërblim; megjithatë, ata nuk do të mësojnë t'i pëlqejnë ato në afat të gjatë. Fëmijët arsyetojnë se nëse prindërit përdorin hile për t'i bërë ata të hanë një ushqim, ai mund të mos ketë shije të mirë.
- Prindërit nuk duhet ta bëjnë çështje serioze atë që fëmijët e tyre të hanë gjithçka që u është vënë në pjatë. Nëse një fëmijë kundërshton brokolin dhe lakra Brukseli, atëherë atij/asaj duhet t'i ofrohet qumësht dhe biskota organike (për kalcium).

Praktika e një nëne

Kur isha fëmijë, nga ne pritej të hanim gjithçka që na shërbehej në pjatë pa bërë bujë. Nëse unë refuzoja mish me dhjamë dhe pak peshk, për shembull, nëna ime:

- do të më mbante ligjëratë për racionet e luftës dhe të pasluftës;
- do të më përkujtonte për milionët e uritur në pjesë të tjera të botës;
- do të ma shtronte ushqimin e kundërshtuar në vaktin tjetër.
- Nëse ne do të ndjenim uri midis vakteve, do të hanim bukë të zezë dhe margarinë. Dhe kaq ishte!
- Jo çdokush ka para për të hedhur andej-këndej.



(SYLVIA HUNT, UK)

7. CILAT USHQIME TË PASURA ME FIBRA I KËSHILLONI PËR FËMIJËT DHE PSE?

Prindërit duhet t'i ushqejnë fëmijët me fruta, zarzavate, drithëra buke, oriz dhe makarona. Disa shembuj të mbushur me fibra janë: mollët, fiqtë, portokajtë, dardhat, luleshtrydhet, patatet, fasulet, thjerrëzat, buka e zezë apo bukë elbi, gjevrekët, orizi i kafët, drithëra krun-desh dhe granolë. Fibrat ndihmojnë në parandalimin e kancerit dhe e dekurajojnë ngrënien e tepërt. Fibrat e reduktojnë përthithjen e yndyrës dhe të kalorive në zorrë, e ruajnë ujin dhe japin një ndjenjë plotësie që e plotëson urinë.

8. KOHA MË E TËRBUAR E FAMILJES SONË ËSHTË MËNGJESI. A KEMI VËRTET NEVOJË PËR KAFJALL?

Po. Është me rëndësi të bëni çfarëdo që nevojitet për t'u siguruar se familja ha kafjallin, madje edhe nëse kjo nënkupton të çoheni 15 minuta më herët. Fëmijët që e lënë kafjallin kanë vështirësi të përqendrohen në shkollë dhe të luajnë. Kafjalli e ushqen trurin si dhe trupin. Një stomak bosh shpie te një nxënës më i dobët dhe më pak i aftë.

9. BIJA IME ËSHTË E VENDOSUR TË JETË E DOBËT. SI MUND TA MËSOJ ATË TË HAJË SHËNDETSHËM NË VEND QË TË ZGJEDHË TË MOS HAJË?

Studimet tregojnë se 75 për qind të adoleshentëve amerikane dëshirojnë të peshojnë më pak. Disa i shmangen mishit, ndaj kanë nevojë për alternativa me shumë proteina (si fasule të thatë, thjerrëza, bizele, qumësht, djathë, vezë dhe arra). Nëse e bija e dikujt kalon nëpër fazën e pubertetit, është me rëndësi që t'i shpjegohet se asaj i nevojitet një shtresë e re dhjami nën lëkurën e saj, si një energji rezervë për vrullin e rritjes së saj. Nëse ajo megjithatë tërhiqet nga tryeza e ngrënies, atëherë ajo duhet dërguar te mjeku familjar dhe nutricionisti, për t'i diskutuar shprehitë e saja të të ushqyerit.

10. DISA NET, USHQIMI I SHPEJTË ËSHTË I VETMI USHQIM I YNË. ÇFARË SUGJERONI JU?

Prindërit duhet t'i shmangen konsumimit të gazozës, patateve të skuqura dhe hamburgerëve. Në vend të kësaj zgjidhni pulë të skarës, sallatë, qumësht me pak yndyrë dhe jogurt. Mbusheni picën me pulë të skarës, apo ton, dhe zarzavate të shëndetshme.

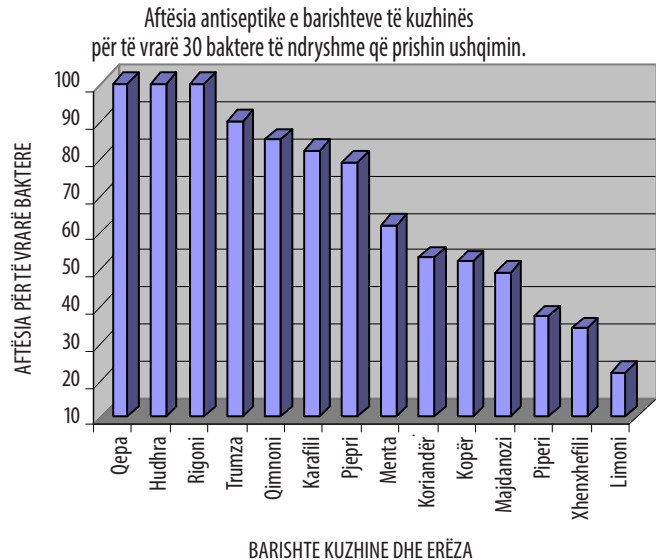
11. A ËSHTË FËMIJA JUAJ NGRËNËS NAZELI?

Kujdestarët mund t'i klasifikojnë fëmijët nga mosha dy deri në pesëvjeçare në mënyrë të papërshtatshme si "ngrënës nazeli", kur në fakt është kjo një sjellje normale. Fëmijës mund t'i prezantohet një ushqim të paktën 10 herë para se ai/ajo ta provojë atë. Vaktet familjare së bashku janë shumë të rëndësishme. Fëmijët e rinj e imitojnë sjelljen e ngrënies të prindërve të tyre, dhe mësojnë konsiderueshëm nga bisedat rreth ushqimit. Megjithatë, 51 për qind e fëmijëve amerikanë raportojnë se ata nuk hanë me prindërit e tyre çdo ditë. Deri në moshën trevjeçare, familjariteti është faktori i vetëm më i rëndësishëm në përcaktimin e asaj se cilin ushqim do ta hajë një fëmijë. Derisa 75 për qind e të gjithë fëmijëve në SHBA hanë të paktën një zarzavate në ditë, kjo është zakonisht në formë të patateve të skuqura. Prodhimet e domates, përfshirë salcën dhe sosin për spageta, janë po ashtu të popullarizuara ndër fëmijët. Ushqimet e parapëlqyera nga fëmijët më të rritur ndryshojnë për t'i imituar ato të moshatarëve të tyre. Konsumimi i qumështit ka rënë në SHBA për 16 për qind për fëmijë, për ata fëmijë të moshës nën pesëvjeçare, ndërsa konsumimi i pijeve të lehta është shtuar për 23 për qind. Pesëdhjetë e një për qind e fëmijëve e humbasin vaktin më të rëndësishëm të ditës – kafjallin (Departamenti i Bujqësisë i SHBA).

Kush vjen më parë? Puna apo kafjalli? Mos punoni kurrë para kafjallit. Nëse duhet të punoni para kafjallit, hani njëherë kafjallin!!

12. A JANË ERËZAT TË MIRA APO TË KEIJA PËR SHËNDETIN?

Një studim i zhvilluar nga dy shkencëtarë nga Universiteti Cornell ka konstatuar se erëzat kanë aftësinë të vrasin rreth tridhjetë baktere që e prishin ushqimin. Përfshini qepën, hudhrat, piperin, limonin dhe shumë barishte kuzhine dhe erëza (si majdanoz, rigon, trumzë, qimnon, karafil, mentë dhe xhenxhefil) në ushqim. (Sherman dhe Billing, 1998)



13. SHKENCËTARËT NDRYSHOJNË MENDJEN, Ç'DUHET TË BËJMË NE?

Shkencëtarët na thonë: “Harrojeni atë që dini për vezët, margarinën dhe kripën. Urtësia tradicionale është përmbytur vazhdimisht nga kërkimet të reja të papritura; ata duket sikur kanë luajtur mendsh. Mezi se kalon një javë pa dalë diku ndonjë ekspert që shpall një raport të ri, ku deklaron se një ushqim i ri, apo vitaminë, apo aktivitet, apo gjendje e re ose do t’ua përmirësojë shëndetin tuaj kardiovaskular, ose do t’ua shkatërrojë atë - dhe më shpesh e jo më rrallë, këshilla e re duket sikur e kundërshton të vjetrën” (Lemonick 1999).

Cila është përgjigjja? Ndiqni direktivat themelore të Kuranit dhe të Profetit a.s., për ushqimin dhe të ushqyerit. Të ushqyerit e mirë është çështje e zgjedhjes së shprehive të shëndosha të ngrënies që zgjasin gjithë jetës, e që vendosen me kalimin e moshës. Hani sasi të matur nga shumë lloje.

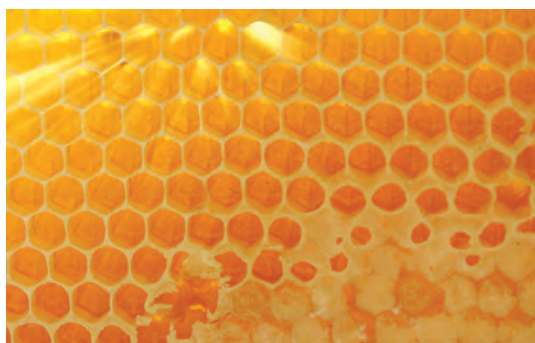
Direktivat kur’anore për ushqimin

O ju që besuat! Mos i ndaloni (mos i bëni haram) të mirat që për ju i lejoi Allahu (i bëri hallall) dhe mos teproni, se Allahu nuk i do ata që e teprojnë (i kalojnë kufijtë e dispozi-tave të Zotit). Hani nga ajo që Allahu ju furnizoi si hallall të mirë dhe, duke qenë se ju Allahut i besoni, ruajuni dënimit të Tij! (Kur’ani, 5:87-88)

O bijtë e Ademit, vishuni bukur për çdo namaz (lutje), hani dhe pini e mos e teproni, se Ai (Allahu), nuk i do ata që e teprojnë (shkapërderdhin). (Kur’ani, 7:31)

*Thuaj: “Kush i ndaloi bukuritë dhe ushqimet e mira që Allahu i krijoi për robërit e vet?”
Thuaj: “Ato janë në këtë botë për ata që besuan, e në ditën e kijametit janë të posaçme për ta”. Kështu ia sqarojmë argumentet një populli që kupton. (Kur’ani, 7:32)*

Pastaj ha nga të gjitha (llojet) frutat dhe futu nëpër rrugët e nënshtruara (e të mësuara) prej Zotit tënd. Nga barqet e tyre (të bletëve) del lëng, ngjyra e të cilit është e ndryshme dhe në të cilin ka shërim (bar-ilaç) për njerëz. Edhe në këtë ka arsye për atë popull që mendon thellë. (Kur’ani, 16:69)



“...dërgojeni njërin prej jush me këtë argjend (monedhë argjendi) në qytet, e të zgjedhë ushqim më të mirë, e t’ua sjellë atë juve dhe le të ketë shumë kujdes e të mos i japë të kuptojë askujt për ju...” (Kur’ani, 18:19)

Me pak fjalë:

- Hani të gjitha llojet e ushqimeve, me maturi. Hani nga pak prej gjithçkaje, e jo shumë nga një gjë.
- Të qenët vegetarian kërkon dituri dhe ekspertizë. Përfshini sasi të matura mishi.
- Shmanguni mishit të dërrit (gicit), gjakut, ngordhësirës, alkoolit, drogës dhe duhanit. Këto nuk janë ushqime të shëndetshme, por të pista dhe të dëmshme.
- Mos e mbushni stomakun tuaj. Ndaloni së ngrëni kur akoma dëshironi të hani më tepër.
- Përfshini mjaltin në dietën tuaj ditore. Te mjalti ka ilaç dhe shërim.
- Përdorni vajin e ullirit me maturi (ai ju furnizon me HDL, kolesterolin e shëndetshëm, dhe e redukton LDL, kolesterolin e keq).

Receta e çuditshme e peditrit

Kur babai e hapi zarfin e vulosur me recetën për të birin, ai gjeti aty një faturë prej 10\$ me një shënim nga pediatri ku thoshte: “Blini një ushqim të shëndetshëm për djalin tuaj; ai është i ushqyer keq”.

Kjo tregon se si prindërit i shpërfillin gjërat thelbësore që fëmijët e tyre të rriten të shëndetshëm. Shoqëria e turmës dhe stili i jetesës i ngutshëm i prindërve bën që ata ta shpërfillin dhënien e ushqimit të ushqyeshëm fëmijëve. Prindërit duhet t’i sigurojnë nevojat thelbësore të fëmijëve të tyre gjatë viteve të hershme të rritjes, para se të bëhet tepër vonë. Si nevojat fizike ashtu edhe ato emocionale janë vendimtare për fëmijët.

Fëmijët dhe ushtrimet fizike

“Dërgoje nesër atë me ne, le të argëtohet dhe le të luajë me siguri do ta ruajmë atë”.
(Kur’ani, 12:12)

“Kthehu këtu!” “Mjaft vrapove nëpër shtëpi!” “Të thashë të mos luash me top në shtëpi!” Këto janë gjëra që prindërit shpesh ua thonë fëmijëve të tyre. ATA GABOJNË. Ata duhet ta thonë pikërisht të kundërtën: “Shko luaj basketboll”. “Shko luaj futboll me shokët e tu”. “Ik vrapo dhe bëj një xhiro në këmbë”.



Përse ushtrimet fizike janë të rëndësishme për fëmijën tim?

Aktiviteti fizik i shtuar është ndërlidhur me një pritshmëri të shtuar të jetës, dhe zvogëlim të rrezikut nga sëmundja kardiovaskulare. Aktiviteti fizik prodhon dobi të përgjithshme fizike, psikologjike dhe shoqërore. Fëmijët joaktivë me gjasë do të bëhen të rritur joaktivë. Aktiviteti fizik ndihmon në:

- Kontrollimin e peshës
- Uljen e shtypjes së gjakut
- Rritjen e kolesterolit HDL (të mirë)
- Zvogëlimin e rrezikut nga diabeti dhe disa lloje të kancerit
- Mirëqenien e përmirësuar psikologjike (përfshirë vetëbesimin më të lartë dhe vetëvlerësimin më të lartë)
- Mësimin e frymës ekipo

ASOCIACIONI AMERIKAN I ZEMRËS

Rreth 21 për qind e fëmijëve të moshës 6-17-vjeçe në Shtetet e Bashkuara janë të trashë. Fëmijët me mbipeshë kanë shumë të ngjarë të bëhen të rritur me mbipeshë. Obeziteti në moshën madhore e shton rrezikun nga diabeti, sëmundjet e zemrës, goditja në tru, kanceri dhe çrregullime kronike të tjera. Mënyra më e mirë për ta luftuar obezitetin dhe sëmundjet e tjera është me ushtrime, duke filluar që nga fëmijëria. Ushtrimi nxit forcën, fleksibilitetin dhe qëndrueshmërinë; ai është veçanërisht i rëndësishëm për fëmijët e moshës dyvjeçare e sipër. Për fëmijët, ushtrimi do të thotë lojë dhe të qenit vazhdimisht aktivë. Një fëmijë aktiv ka më shumë të ngjarë të ketë muskuj dhe kocka më të forta, trup më të dobët dhe botëkuptim më të mirë për jetën. Fëmijët joaktivë ka më të ngjarë të zhvillojnë sëmundje, goditje në tru, trashje dhe kolesterol HDL (të mirë) të ulët. Ushtrimi i ndihmon fëmijët të flenë më mirë, dhe *i bën* ata më të aftë për t’u marrë me sfidat fizike dhe emocionale ditore (si vrapim për ta zënë autobusin në mëngjes, përkulja për t’i lidhur këpucët apo mësimi për një test). Pasiviteti fizik në fëmijëri zakonisht shpie në pasivitet fizik në moshën madhore. (Qendra e SHBA për Kontroll dhe Parandalim të Sëmundjeve)

FËMIJËT DHE KËPUCËT

Në një artikull interesant të publikuar në gazetën *Guardian*, eksperti i fitnesit Sam Murphy tregon se ecja këmbëzbathur është më e mirë për fëmijët dhe paralajmëron se këpucët e fëmijëve mund të kenë efekt të dëmshëm mbi zhvillimin cerebral të fëmijëve. Tracy Byrne



(podijatre e specializuar në podopediatri), thotë se ecja këmbëzbathur i zhvillon muskujt dhe ligamentet e këmbës, e rrit forcën e harkut të shputës, kontribuon për qëndrim të mirë dhe e përmirëson vetëdijen e fëmijës së ku janë ata në raport me hapësirën rreth tyre.

Këpucët nuk duhet të jenë shenjë mode. Këpucët mund të jenë të dëmshme për këmbët tuaja. Kërkimi nga botimi i vitit 2007 i revistës podijatriste *The Foot*, ka treguar se këpucët e disa fëmijëve janë tërësisht të ngurta, pa epshmërinë e duhur në shollë për të mundësuar aktivitete fizike (që çon në kufizim të lëvizjes). Shputat janë në rrezik të madh nga dëmtimi prej këpucëve të papërshtatshme apo të ngushta. Është e dëmshme kur shputat duhet t'i përshtaten formës dhe ngushtësisë së vetë këpucës, në vend që të lejohet të zhvillohet natyrshëm.

Prindërit duhet ta vënë ergonominë para modës, apo atraksionit kur blejnë këpucë për fëmijët, dhe prindërit duhet t'i inkurajojnë fëmijët të ecin këmbëzbathur më shpesh (sidomos rreth shtëpisë, dhe kudo që është e mundur). (Murphy 2010)

MËNYRAT PËR TA NXITUR AKTIVITETIN TE FËMIJËT

Prindërit mund t'i ndihmojnë shumë fëmijët në fitimin e shprehisë për të ushtruar. Më poshtë janë numëruar ca sugjerime:

- Shkurtojeni kohën që fëmija e kalon duke shikuar televizor, dhe duke luajtur me video-lojëra. Për arsye sigurie, shumë fëmijëve u lejohet të shikojnë televizor dhe t'i bëjnë detyrat e tyre derisa prindërit të kthehen në shtëpi. Në rastin ideal, fëmijët duhet të jenë aktivë pas shkollë, dhe të mësojnë më vonë gjatë ditës.
- Inkurajoni fëmijën të marrë pjesë në aktivitete që i përshtaten moshës së tij/saj. Fëmijët nën moshën dyvjeçare nuk duhet fare të shikojnë televizor. (Akademia Amerikane e Pediatërve)
- Mësojini fëmijët se aktiviteti fizik është zbavitës dhe se ushtrimet janë të një larmie të gjerë formash (loja ta lashë, loja petash, sporte). Nëse fëmija argëtohet duke bërë ushtrime, atëherë ai është i gatshëm të vazhdojë ta bëjë këtë.

- Mos e përdorni fitnesin fizik si ndëshkim. Është praktikë e keqe nëse një mësues i urdhëron nxënësit të vrapojë pesë xhiro, për shkak se ka shkaktuar ndonjë belë.
- Prindërit janë shembuj që duhen ndjekur për fëmijët e tyre, ndaj duhet të stërvitin rregullisht. Hipni shkallëve në vend që ta shfrytëzoni ashensorin, ecni në vend që të ngisni makinën, dhe vraponi në vend që të ecni.
- Përfshijeni gjithë familjen në stërvitje. Prindërit nuk duhet të ulen në divan dhe t'iu thonë fëmijëve të dalin jashtë të luajnë.
- Kombinimi i aktivitetit fizik të rregullt me një dietë të shëndetshme është vendimtar për një stil jetese të shëndoshë. Fëmijët duhet të hanë fruta, zarzavate dhe kokrra të plota rregullisht.
- Inkurajoni aktivitete zbatëse që promovojnë forcën, fleksibilitetin dhe qëndresën. Forca mund të ndërtohet me një aktivitet aq të thjeshtë, si kapërcimi i pengesave, qëndrimi mbi duar apo mundja. Nxitni garën në ulje-ngritje, ngritje me forcën e krahëve në hekur, apo pompa.
- Mësojuni fëmijëve ushtrime aerobiku. Zemra rreh më shpejtë, duke shkaktuar që personi të marrë frymë më vështirë, që e forcon zemrën dhe e shpërndan oksigjenin më shumë qelizave trupore. Ushtrimet e aerobikut përfshijnë: basketbollin, volejbollin, çiklizmin, patinazhin në akull, patinazhin me rrota, futbollin, futbollin amerikan, notin, tenisn, ecjen, vrapimin me ritëm të ngadalshëm dhe vrapin.

Orari i këshillueshëm i ushtrimeve

Orari i ushtrimeve për fëmijët është me rëndësi thelbësore për rritjen e tyre, ndërsa sasia minimale e ushtrimeve varet nga mosha e tyre. Asociacioni Kombëtar për Sport dhe Edukatë Fizike (The National Association for Sport and Physical Education - NASPE) rekomandon:

Minimumi i moshës	Aktiviteti ditor	Komente
Foshnje	Pa kërkesa specifike	Aktiviteti fizik e inkurajon zhvillimin motorik
Kalama	1.5 orë	30 minuta aktivitet fizik i planifikuar DHE 60 minuta i pastrukturuar (lojë e lirë)
Parashkollor	2 orë	60 minuta aktivitet fizik i planifikuar DHE 60 minuta i pastrukturuar (lojë e lirë)
Mosha shkollore	1 orë apo më shumë	Ndarë në sesione ushtrimesh të veçanta nga 15 minuta apo më shumë

Asociacioni Amerikan i Zembrës rekomandon që:

- Të gjithë fëmijët të moshës dyvjeçare apo më të mëdhenj, duhet të marrin pjesë në të paktën 30 minuta aktivitete të kënaqshme, me intensitet mesatar çdo ditë.
- Fëmijët duhet të kryejnë aktivitete fizike të vullshme në kohëzgjatje prej 30 minutash çdo javë, për të arritur dhe ruajtur nivel të mirë të shëndetit së zembrës dhe mushkërive.
- Nëse fëmija i dikujt nuk ka një pushim 30-minutash të plota çdo ditë, atëherë përpiquini dy herë nga 15 minuta apo tri herë nga 10 minuta periudha aktiviteteve të vullshme.

Profeti Muhammed a.s. ka thënë:

“Besimtari i fortë është më i mirë dhe më i dashur për Zotin, sesa besimtari i dobët dhe ka mirësi të gjithë”. (MUSLIM) (Fjala “kavi” në Hadith i referohet forcës së besimit dhe të trupit).

Rregulli “shfrytëzoje ose humbe” ka të bëjë me ligamentet e trupit, muskujt e zemrës dhe qelizat e trurit: Ushtrimi fizik është domosdoshmëri (jo opsion), për zhvillimin personal. Edhe pse arritja e gjendjes fizike të shëndetshme është e mirë, qëndrimi asisoj është sfidë e madhe. Forma fizike ka ndikim pozitiv mbi nivelin tonë të energjisë, qëndrimin mendor dhe aspiratat shpirtërore. Nëse vraponi të hënën, pastaj nuk vraponi deri të premten, mos u përpiqni t’i dyfishoni kilometrat të premten për ta kompensuar atë. Mos e mbingarkoni veten. Vazhdoni të vraponi dhe ushtroni në sallën gjimnastikore, apo jashtë kurdo që të mundeni.

Madje edhe bebet kanë nevojë për pak ushtrim midis ushqimit dhe gjumit ditor. Për bebet nga lindja deri në moshën njëvjeçare, mund t’i vendosni ato në shpinë, t’i rrotulloni këmbët e tyre butësisht sikur të ishin duke ngarë biçikletë, t’i vendosni mbi bark për t’i nxitur që ta ngrenë kokën, si dhe t’i shtrini mbi batanije në dysheme që ta lëvizin trupin e tyre dhe të përpiqen t’i kapin lodrat ose gjësende të tjera.

Gjumi

Është me rëndësi thelbësore për fëmijët të kenë gjumë të mjaftueshëm për shëndet të mirë dhe funksionim gjatë ditës. Normalisht, shprehitë e gjumit gjatë foshnjërisë vazhdojnë më vonë në jetë. Këshilli për Gjumë më të Mirë (Better Sleep Council) në SHBA raporton se gati dy të tretat e njerëzve thonë që kryerja prej tyre e punës është ndikuar nga mungesa e gjumit (26 për qind e burrave dhe 13 për qind e grave pranojnë se dremisin në

vendet e tyre të punës). Gjumi është paraparë të bëhet natën. Trupat tanë janë projektuar të pushojnë midis mbrëmjes dhe agimit (nga perëndimi deri në lindje të diellit). Në raste të skajshme duhet bërë njëfarë përshtatjeje. Për shembull, në Europën veriore, netët janë shumë të shkurtra verës dhe shumë të gjata dimrit. Në mes të verës në Skocinë veriore, perëndimi i diellit është rreth orës 22:30, ndërsa lindja e diellit rreth orës 03:00 të mëngjesit (vetëm me një mugëtitirë ndërmjet). Në dimër, perëndimi i diellit është rreth orës 15:30, ndërsa lindja e diellit rreth orës 09:00.

Dhe Ne ju krijuam juve në çifte.

Dhe gjumin tuaj ua bëmë për pushim.

Dhe natën ua bëmë mbulesë (si rrobat).

Ndërsa ditën e bëmë për gjallërim.

(Kur’ani, 88:8-11)

Gjumi ditor nuk e zëvendëson tërësisht gjumin e humbur të natës. Gjumi i mjaftueshëm natën ndihmon për të qenë më të shëndetshëm, dhe e zvogëlon rrezikun nga sëmundja.

Disa muslimanë e kanë shprehur të qëndrojnë të zgjuar gjithë natën gjatë muajit të agjërimit, Ramazanit, dhe të flenë gjithë ditën! Ndryshimi i natës me ditë dhe ditës me natë nuk është ajo që është menduar për agjërimin. Kjo e çrregullon shabllonin natyror të ritmeve të trupit tonë.

Me perëndimin e diellit, një mekanizëm i ndjeshëm, që shtrihet në bazën e trurit tonë, nis t’iu emitojë sinjale kimike pjesëve të trupit tonë për t’i shtyrë ata të çlodhen, duke u përgatitur për gjumë. Me afrimin e muzgut, ne fillojmë të gogësimë; qepallat tona rëndohen ndërsa lëvizjet tona ngadalësohen. Kur biem të flemë, pranimet e trurit tonë bllokohen nga bota rreth nesh. Veprimi i gjumit kontrollohet nga hormoni melatonina dhe pararendësi i tij serotonina. Që të dy këto kimikate e menaxhojnë efektshmërinë e gjumit me ndihmën e errës-

irës së natës. Këmbimi jo i natyrshëm i ditës dhe natës e çrregullon “orën biologjike” të ndërtuar brenda nesh, që na shtyn të çohemi duke u ndjerë të freskuar, energjetikë dhe vigjilentë në mëngjes. Duke u përzier te kjo orë e brendshme, gjumi ynë bëhet i trazuar dhe është i pamjaftueshëm për t’i plotësuar nevojat e trupit dhe mendjes tonë.

Me gjumë joadekuat, përgjigjet dhe aftësitë mendore dobësohen, dhe reflekset e reagimet fizike ngadalësohen. Kjo është veçanërisht e rrezikshme gjatë punës dhe ngasjes së makinës, që kërkojnë vigjilencë. Përgjigjet e dobësuara kontribuojnë për paaftësinë, llogaritjet e gabuara apo gabimet dhe aksidentet. Për shkak se humbja e gjumit grumbullohet, truri ynë mban një shënim të saktë të këtij borxhi që duhet zëvendësuar me orë të mjaftueshme gjumi cilësor. Shumica e shkencëtarëve rekomandojnë shtatë deri në nëntë orë gjumë nate për performancë mendore dhe fizike të kënaqshme. Sa më pak që flemë, aq më pak produktivë dhe energjikë bëhemi. Mungesa e gjumit po ashtu rezulton në irritim dhe shastisje, dhe kjo i minon shkathhtësitë tona njohëse.

EFEKTET MJEKËSORE TË HUMBJES SË GJUMIT

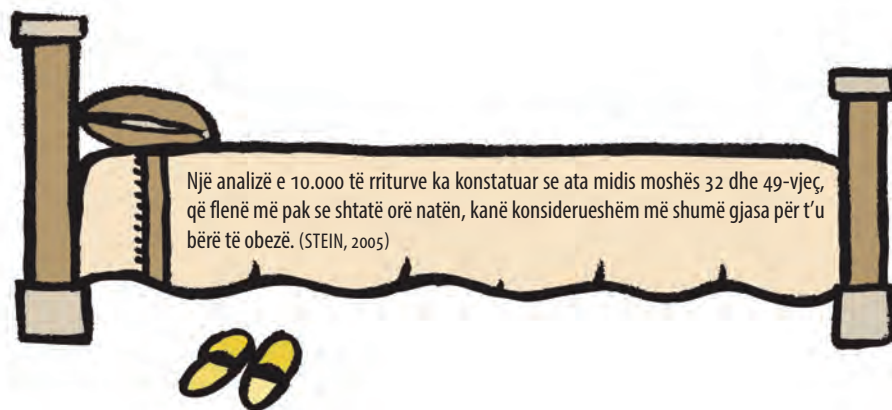
Cilësia e zvogëluar e gjumit po ashtu ndërhyr në riparimin e qelizave imune dhe stimulimin e qelizave imune luftarake, duke e dëmtuar mekanizmin tonë mbrojtës dhe duke e shtuar rrezikun e infeksionit dhe

sëmundjeve. Shabllonet e gjumit të mirë e përmirësojnë shëndetin tonë, kujtesën, vigjilencën, reagimet mendore dhe reflekset fizike. Gjumi i përshtatshëm na mundëson të punojmë me efikasitet dhe me përgjegjësi. Gjumi adekuat i shmang lëshimet, vendimet e gabuara, paratë e shkuara kot dhe fatkeqësitë e mundshme, që mund të na marrin jetën. Trupat dhe mendjet tona janë të ndërlidhura. Truri, sistemi nervor dhe sistemi imun janë të ndërlidhur me anë të transmetuesve nervorë (kimikate të trurit), që lirohen nga sistemi nervor simpatik. Gjumi çlodhës e shton energjinë, humorin, memorien, aftësinë e të menduarit dhe përqendrimin.

Përtej asaj që i lë njerëzit me sy të zymtë dhe të dremitur në mbledhjet e pasdites, mosarritja të sigurohet gjumë i mjaftueshëm, apo fjetja në orët e vonshme, e shton rrezikun e prekjes nga sëmundje të ndryshme, përfshirë kancerin e zorrës së trashë dhe të gjirit, diabetin, sëmundje të zemrës dhe obezitetin.

Njerëzit në Perëndim janë duke u zhvendosur drejt një shoqërie 24 orëshe në ditë, shtatë ditë në javë, dhe të mos flenë mjaftueshëm siç kanë bërë më parë. Epidemia e obezitetit është duke u nxitur pjesërisht nga një rënie përkatëse në mesataren e orëve të gjumit, ndoshta duke i çrregulluar proteinat dhe hormonet që e rregullojnë oreksin.

Studimet psikologjike sugjerojnë se mungesa e gjumit mund ta vërë trupin në gjendje alarmi të lartë, duke e shtuar prodhimin e hormoneve të stresit dhe duke e shtyrë



përpyjetë shtypjen e gjakut, faktor kryesor ky për atakë në zemër dhe goditje në tru. Njerëzit që janë të privuar nga gjumi kanë një gjendje të shtuar pezmatimi në trup, që është faktor rreziku i madh për sëmundjet e zemrës, goditjes në tru, kancer dhe diabet. Kotjet mund të ndihmojnë t'i kundërpërgjigjet efekteve të humbjes së gjumit. Fjetja ndikon mbi funksionimin e materialit izolues brenda enëve të gjakut, që mund ta shpjegojë se përse njerëzit janë më së shumti të prirë për atakë në zemër dhe goditje në tru gjatë orëve të hershme të mëngjesit. “Melatoninina mund t'i pengojë qelizat e tumorit të

zhvillohen – ajo është mbrojtës nga kanceri”, thotë Eva Schernhammer nga Harvard Medical School. Nëse i jeni të ekspozuar dritës natën, ju do të prodhoni më pak melatoninë, duke shtuar rrezikun nga kanceri. (Stein 2005)

Gjëra të tjera malinje, përfshirë kancerin e prostatës, po ashtu mund të jenë të ndërlidhura me humbjen e gjumit. Njerëzit me gjumë të çrregulluar apo njerëzit që rrinë zgjuar deri natën vonë, apo çohen më shpesh natën, i kanë të njëjtat probleme. Madje edhe privimi nga gjumi i lehtë i çrregullon hormonet grelinë dhe leptinë, që e rregullojnë oreksin.

**Herët në shtrat, zgjimi i hershëm
E bëjnë njeriun të shëndoshë, të pasur dhe të urtë.**

Benjamin Franklin



Pijet dehëse: Parandalimi i alkoolizmit dhe drogës

Duke vazhduar temën tonë për përqendrimin mbi mirëqenien fizike, prindërit dhe fëmijët duhet t'i shmangen përdorimit të pijeve dehëse. Pijet dehëse, përfshirë edhe cigaret, janë të rrezikshme për nënat shtatzëna, bebet dhe spermën e babait.

Një gram parandalim vlen sa një kilogram shërim.

Cigarja është një çikë duhan i mbështjellë në letër, me zjarr në njërën skaj dhe një budalla në skajin tjetër.

Alkoolizmi dhe varësia nga drogat kërkon trajtim profesional mjekësor dhe psikologjik. Shpresojmë që këshillat në vijim do t'i parandalojnë alkoolizmin dhe varësinë nga droga. Problemet kryesore nuk shkaktohen medoemos nga një gabim kolosal; ato mund të jenë pasojë e akumulimit të disa faktorëve më të vegjël. Nëse prindërit janë të suksesshëm në krijimin e një ambienti familjar të lumtur dhe të dashur, fëmijët e tyre ka më pak gjasa të kërkojnë plotësim jashtë shtëpisë.

Alkoolizmi dhe përdorimi i drogave (si marihuana, kokaina, heroina, LSD), mund të shkaktojnë dëmtim masiv të qelizave të trurit, si dhe të sistemeve riprodhuese, të qarkullimit dhe të frymëmarrjes. Këto droga shkaktojnë dëmtim të trurit, që rezulton me agresivitet fizik, perceptim të shtrembëruar të realitetit dhe mungesë motivacioni. Abuzimi madje edhe me një drogë të lehtë si marihuana, mund të lidhet me skizofreninë.

FËMIJËT DHE JOSHJA

Fëmijët mund të ftohen nga shokët e tyre, apo nga të njohur, që të provojnë droga jashtëligjore. Ata duhet të jenë të qëndrueshëm në vendosmërinë e tyre për të mbetur esëll dhe të pastër nga drogat. Vitet e adoleshencës (14-20-vjeç) janë koha më sfiduese e jetës. Kërkimi i diturisë dhe të kuptuarit për drogat



është me rëndësi jetike. Provoni situata të lojës me role me fëmijët, ashtu që ata të dinë të veprojnë menjëherë nëse shfaqet joshja apo presioni nga moshatarët.

Një nga dy njerëz në Amerikë pi alkool, apo ka provuar ndonjë lloj droge të jashtëligjshme. Vetëm biseda për rreziqet nuk i pengon njerëzit nga pirja apo duhani – në mënyrë ironike, shikimi i një filmi të tmerrshëm për efektet e tymit të duhanit në mushkëri, mund ta bëjë një duhanpirës të shpejtojë ta ndezë një cigare. Presionet duhen diskutuar njësoj si edhe mënyra se si t'i rezistohet atyre.

Prindërit duhet t'ua shpjegojnë fëmijëve arsyet që gjenden pas joshjes për të përdorur drogë, që në masë të madhe është për shkak të efekteve të këndshme të “fluturimit lart”. Kjo periudhë “e lartë artificiale” e ndjenjës së mirë është e përkohshme, dhe është e ndjekur nga “të ulëta” të tmerrshme. Nëse nuk u tregohet kjo, fëmijët, sapo të takohen me njerëz të cilët kinse ndejnë kënaqësi në përdorimin e drogave, mendojnë se prindërit e tyre i kanë gënjyer. Ata duhet ta kuptojnë se kjo kënaqësi vjen me një çmim tepër të lartë, me një përfitim shumë të vogël afatshkurtër, dhe me një dhimbje shumë të lartë afatgjatë. Kur’ani i përshkruan saktësisht të dyja anët e kësaj

çështjeje kur i referohet verës dhe bixhozit. Ai thotë:

*Të pyesin ty për verën dhe bixhozin.
Thuaj: “Që të dyja janë mëkat i madh, e ka edhe dobi në to (të pakta) për njerëz, por dëmi i tyre është më i madh se dobia e tyre...” (Kur’ani, 2:219)*

Pra, përfitimet e pirjes së matur në shoqëri, dhe e mira e mundshme që kjo mund t’i bëjë zemrës apo trurit, mund të jetë pjesërisht e vërtetë. Megjithatë, dëmi i përgjithshëm me të madhe ia kalon dobisë së vogël.

SHENJAT E HERSHME TË PËRDORIMIT TË DROGËS QË DUHEN KËRKUAR: ÇFARË MUND TË BËJNË PRINDËRIT?

Ka shumë shenja të përdorimit të drogës, duke qenë më të zakonshmet: Letër varaku e djegur,

lugë me doreza të shtrembëruara, kapakë kanoçesh apo enë të djegura, pasqyra dhe brisk rroje, vidha letre, kanoçe apo shishe të hedhura tretësish, letra cigaresh, pikatore për sy, shishe tabletash, spërkatje gjaku në banjë apo në rrobat e adoleshentëve, kundërshtimi për t’i përveshur mëngët, ndryshimi në oreks, dëshira e papritur për gjëra të ëmbla, mosshkuarja në shtrat, e pamundura për t’u zgjuar në mëngjes, telefonata të çuditshme si dhe sjellja e fshehtë dhe vjedharake. Fëmijët mund të bëhen të varur nga drogat pa u bërë të lerosur apo sygër, dhe këtë mund ta bëjnë në fshehtësi të plotë. Nëse prindërit dyshojnë për fëmijët e tyre, ia vlen të vërejnë nëse kanë gojë, buzë apo hundë të pezmatuara, dhe nëse nganjëherë duken si të dehur apo “të turbullt”. Nëse shoqërohen me narkomanë të njohur, atëherë prindërit duhen alarmuar.



Gjera që prindërit mund të bëjnë për ta parandaluar përdorimin e pijeve dehëse:

- Forcojeni besimin e familjes me të gjitha mjetet e mundshme. Besimi është mbrojtja më e mirë. Drogat, alkooli dhe bixhozi janë rreptësisht të ndaluara për një musliman. Fjala *hamr* (e përdorur në *ajetin* 2:219 të Kur'anit), nënkupton substancë të fermentuar dhe dehëse, dhe vlen për çdo lloj substance që e dobëson mendjen dhe bën që përdoruesi i saj ta humbasë vetëkontrollin.
- Edukujini anëtarët e familjes tuaj për të ligat e tymosjes së duhanit, alkoolit dhe drogave, dhe bëni ata të ndërgjegjshëm për efektet e dëmshme. Është e ndihmës nëse ata mund të shohin faktikisht dikë që ka vuajtur nga abuzimi me drogë. Fëmijëve duhet t'iu caktohet të shkruajnë për rreziqet e drogave dhe alkoolit, në aspektin shoqëror, mjekësor dhe ekonomik. Nga fëmijët duhet po ashtu të kërkohet të bëjnë një prezantim mbi temën e familjes. Nëse ata kanë nevojë për para për këtë hulumtim, kjo ia vlen.
- Mbikëqyrja prej të rriturve është një sigures i shkëlqyer. Të rinjtë nuk mundën ta dëmtojnë veten, nëse një i rritur i vëzhgon ata. Ata nuk duhen lejuar të bredhin natën vonë, e as që duhen lënë të vetmuar në shtëpi, derisa prindërit dalin për t'u zbavitur. Prindërit duhet ta bëjnë shprehi shoqërimin me gjithë familjen së bashku, kurdo që kjo është e mundur, dhe të planifikojnë ta maksimizojnë kohën së bashku brenda apo jashtë shtëpisë. Për më tepër, tepër para në dispozicion të adoleshentëve do t'i llastonte ata dhe do t'iu mundësonte të blinin droga të paligjshme.
- Prindërit duhet t'i kontrollojnë dhomat e fëmijëve të tyre, kohë pas kohe. Prindërit mund ta shpjegojnë me vendosmëri se janë të ndërgjegjshëm për nevojën e fëmijëve të tyre për të pasur privatësi. Prindërit nuk duhet të thonë: “Jam duke e bërë këtë për të mirën tënde”, por më mirë: “Unë kam detyrim për sigurinë dhe mirëqenien tënde”. Kjo nuk është thjesht një ndërhyrje e rastit në privatësinë, por kërkim i një arsyeje të vërtetë, që adoleshentët mund ta kuptojnë. Po ashtu xhepat, çantat dhe kuletat e fëmijëve duhen kontrolluar kohë pas kohe pa dijen e tyre.
- Tepër privatësi për fëmijët mund të jetë kundër-produktive. Ata nuk duhen lejuar të kenë televizor, telefon apo kompjuter me përdorim Interneti në dhomat e tyre të gjumit. Alcohol Concern (2009) i thekson shifrat që sugjerojnë një rritje të madhe të sasisë së alkoolit që pihet nga 11 deri 13-vjeçarët në SHBA.
- Zgjidhni moshatarët e duhur. Prindërit duhet t'i zgjedhin shokët për fëmijët e tyre nga mesi i komunitetit, kushërinjve dhe fqinjëve. Prindërit duhet ta gjejnë llojin e duhur të shokëve për fëmijët e tyre; mundi për këtë ia vlen.

Nganjëherë, përkundër të gjitha këtyre masave parandaluese, biri apo bija e dikujt bie në telashe. Mos bëni panik. Dhimbja e zemrës, mllefi dhe vuajtja që rezultojnë nga kjo mund të jenë të pakalueshme. Këshillimi profesional, bashkë me konsultimin, do t'iu mundësojë prindërve ta zgjidhin problemin. Është me rëndësi që prindërit t'i kontrollojnë ndjenjat e tyre dhe ta vendosin situatën e krijuar në perspektivë. Në shumë raste, mjaft mund të bëhet me ndihmë profesionale për të dhënë një shërim të plotë apo të pjesshëm, ndërsa çështjet e trajtimit dhe intervenimit do të jenë hapa logjikë që duhen marrë në konsideratë. Ajo që duhet ta bëjnë prindërit nuk është të fshihen, apo të mos kërkojnë ndihmë, për shkak të turpit nga pasja e një të varuri në familje, apo nga frika nga pasojat ligjore. Për ta ndihmuar shmangien e mllefrit të skajshëm, prindërit mund të imagjinojnë kinse ky nuk është fëmija i tyre, por fëmija i një miku që ka ardhur tek ata, për të kërkuar

këshillë. Kjo është një vegël e mirë për të qenë në gjendje të mendohet në qetësi, dhe për të kërkuar zgjidhjen e duhur pa shpërthime emocionale. Askush nuk është i vetmuar në këtë gjendje të vështirë, ngaqë ka me miliona familje që vuajnë në mënyrë të ngjashme.

Prindërit duhet t'i ndajnë me fëmijët e tyre vijueset:

1. Alkooli është nëna e të gjitha të ligave

Një histori për rreziqet e lëndëve dehëse rrëfëhet nga Uthman bin Affani: Një herë një njeri është detyruar të zgjedhë njërën nga pesë të ligat: ta grisë një kopje të Kur'anit, ta vrasë një bebe, të adhurojë një idhull, të pijë alkool apo të flejë me një grua. Ai mendoi se e liga e fundit do të ishte të pinte alkool. Ai e piu atë dhe pastaj fjeti me gruan, e vrau foshnjën, e grisi Kur'anin dhe u ul në shenjë adhurimi para një idhulli. Mësimi: Alkooli mund të jetë nëna e të gjitha të ligave.

2. Kokaina e dëmton fetusin

Nga mesi i viteve 1980 në SHBA pati një epidemi kokaine. Pediatërit vërejtën se bebet e lindura nga gra shtatzëna që kishin përdorur kokainë nuk ishin si foshnjat e tjera. Ato ishin nëneshë, dridheshin, qanin pangushëllueshëm, zbytheshin nga përqafimet apo prekjet, dhe trembeshin nga tingulli më i vogël. Teksa i afroreshin moshës shkollore, shumë prej tyre nuk mund të rrinin të qetë apo të përqendroheshin, madje edhe gjatë aktiviteteve që u pëlqenin.

Bebet e tilla të kokainës do të jenë një brez i humbur. (Begley 1998)

3. Jo çdo fëmijë është i pafajshëm

Më 1987 Kryetari i MYNA (Muslim Youth of North America – Rinia Muslimane e Amerikës Veriore), e ftoi Shefin e policisë së Herndonit, Virginia, të mbante një seminar në sallën e IIIT (Instituti Ndërkombëtar i Mendimit Islam) në Herndon. Shefi e rrëfeu historinë në vijim:

Pranova shumë ankesa për zhdukjen e shumë gjërave me vlerë në këtë zonë. Unë dyshoja tek një djalosh 14-vjeç, dhe shkova te prindërit e tij me një mandat për ta kontrolluar dhomën e djaloshtit. Prindërit e tij thanë prerazi: “Nuk mund të jetë kurrë djali ynë; ai është një djalë shumë i mirë”. Unë i pyeta: “A ia keni kontrolluar dhomën?” Ata thanë: “Kurrë, ai thotë se ajo është dhoma e tij private dhe neve nuk na lejohet të futemi brenda, ai e mban atë të kyçur vazhdimisht”. Kur unë u futa me dhunë në dhomë i gjeta gjërat me vlerë: televizorë, kamera, stereo aparate, orë dhe bizhuteri. Unë i këshillova prindërit: “Edhe pse i keni caktuar atij një dhomë private, ju jeni pronarë të shtëpisë, ju keni të drejtë të futeni në të, dhe është detyra juaj që ta kontrolloni atë kohë pas kohe!”

A mund t'i ndodhë kjo fëmijës tuaj? Jo nëse i ndiqni rekomandimet e Shefit!

KËSHILLË NGA NJË ALKOOLIK PËR ADOLESHENTËT

Një krikëll birrë është tepër, por një fuçi nuk mjafton!

Kurrë mos filloni të pini alkool; qoftë edhe me një krikëll të vetme. Sa të filloni, do të nisni udhës teposhtë, derisa as një fuçi nuk do t'ju kënaqë! Pastaj do të kërkonti gjëra më të forta, drogat e rrezikshme.

LIDHJA – VARËSI KUNDREJT FAMILJES SË SHËNDOSHË

Prindërit duhet ta pyesin veten një pyetje themelore: “A kemi ne marrëdhënie të shëndoshë me fëmijët tanë? Ose a ndjehemi të shkëputur nga ata?” Një marrëdhënie e shëndoshë mund të përkufizohet si të ndjerit entuziast dhe i eksituar kur shihni se fëmijët e dikujt dhe fëmijët tuaj janë entuziastë dhe të eksituar t’ju shohin. Kur njerëzit ndjehen të lidhur me të tjerët, ata dëshirojnë të jenë pranë tyre. Ata kënaqen t’i ndajnë mendimet dhe të bisedojnë me ta.

Njerëzit bëhen të varur nga alkooli dhe drogat kur ndjehen të shkëputur. Në Shtetet e Bashkuara, mbi gjashtëdhjetë milionë njerëz janë të prekur nga alkooli. Ata nuk janë të prirë të luajnë, flasin apo mendojnë me fëmijët e tyre. Kur prindërit janë të shkëputur, alkooli, drogat dhe duhani u japin fëmijëve kënaqësinë zëvendësuese për të cilën kanë aq shumë mall. Ata lidhen me diçka që do t’iu japë atyre kënaqësi dhe përmëshje.

Njerëzit duhet të mësojnë se si të lidhen dhe të jenë afër me të afërmit e tyre. Duke kaluar nëpër përvoja të ndara dhe duke kaluar nëpër peripeci së bashku, anëtarët e

familjes bëhen më të afërt dhe të lidhur me njëri-tjetrin. Përgjegjësia e prindërve është vëzhgimi i vazhdueshëm i fëmijëve të tyre dhe intervenimi në kohën e duhur. Nuk ka pushim nga kjo, ngaqë kjo i ngjan shtyrjes së karrocës kodrës përpjetë ngadalë: sapo të ndaloni së shtyri, karroca do të fillojë të shkojë teposhtë.

Nëse fëmijët e tyre shkojnë nëpër festa, prindërit duhet të zbulojnë çfarë vërtet ndodhë në ato festa. Prindërit do të shqetësohen të mësojnë se fëmijët kanë raportuar pirje alkooli dhe përdorim drogash me grupe rinore fetare, grupe muzikore, mësues, këshillues shkollorë, mjekë dhe policë, si në shkollë ashtu edhe jashtë shkollës! Prindërit nuk mund të heqin dorë nga përgjegjësitë e tyre duke menduar se fëmijët e tyre janë në duar të sigurta. Besimi nuk mjafton – ata duhet të verifikojnë.

Prindërit duhet të mësojnë për datot e tyre. Ato mund t’i kontrollojnë kutitë tuaja me ilaçe, duke kërkuar hapa për gjumë për t’i vënë në gjumë fëmijët me qëllim që vetë të kënaqen lirshëm! Normalisht, “dadot” më të mira janë gjyshërit dhe gjyshet, të cilat kanë dashurinë dhe përvojën e duhur.

A mund të shpëtohet një fëmijë, nëse të dy prindërit i tymosin duhan? Apo përdorin droga? Një histori personale!

Edhe pse të dy prindërit e mi tymosnin duhan, unë kurrë nuk e bëra këtë, sepse babai im më thoshte: “Biri im, unë jam viktimë e kësaj shprehie të keqe, kisha dashur të heq dorë nga ajo, por nuk kam vullnet të fortë për ta bërë këtë. Kjo është gabim që po ma shkatërron shëndetin”.

Kur e pastrova zorrën e nargjilesë (shisha), që ishte e mbushur me katran dhe pastë të zezë, ai më tha: “Biri im, e gjithë kjo lëndë e pisët është duke m’i mbushur mushkëritë në këtë çast!” Nëse prindërit bëjnë ndonjë gabim, ata duhet ta pranojnë këtë dhe t’ua shpjegojnë fëmijëve të tyre pasojat. Me shpresë, fëmijët do ta kuptojnë mësimin dhe do t’iu shmangen këtyre praktikave të këqija. Ky parim mund të vlejë për çdo shprehie të keqe: tymosjen e duhanit, pirjen, qëndrimin zgjuar deri natën vonë, fjetjen deri në mesditë, kafshimin e thonjve, të folurit me zë të lartë dhe tepër, të qenit dëgjues i keq dhe gjumi i tepërt. Megjithatë, prindërit duhet të jenë të kujdesshëm në zgjedhjen e moshës së duhur dhe ambientin për t’i shpjeguar shprehiet e tyre të këqija që t’i parandalojnë fëmijët e tyre nga humbja e besimit dhe sigurisë te ata dhe respektin për ta.

Vendosni një lidhje të shëndoshë me fëmijët tuaj duke qenë model që duhet ndjekur. Çfarë duhet t'iu thonë prindërit fëmijëve të tyre, nëse prindërit tymosin duhan, pinë alkool apo përdorin droga? Nuk ka zëvendësim për të qenit shembull i mirë që duhet ndjekur për fëmijët. Megjithatë, nëse prindërit janë të varur nga këto të liga dhe të paaftë për ta pastruar veten, minimumi është që t'i pranojnë të metat e tyre. Shpjegojuani dëmet fëmijëve tuaj, dhe këshillojini ata t'iu shmangen këtyre gabimeve. Tregojuni atyre se si alkoolizmi dhe abuzimi me droga është tragjedi. Të qenët gënjeshtar apo hipokrit e përkeqëson situatën, sepse fëmijët do ta marrin për të mirëqenë se është e pranueshme të jesh gënjeshtar, apo të jesh hipokrit.

PROGRAMET E PËRKUJDESJES SË MËTEJME: FEJA SI PARANDALIM

Nëse një djalë apo një vajzë bie viktimë e pijeve dehëse, terapia në një qendër trajtimi është vetëm njëra fazë e shërimit; përkujdesja e mëtejme është faza e ardhshme jetike. Pa një përkujdesje të mëtejme adekuate, përpjekjet guximtare që prindërit, fëmija i tyre dhe qendra e trajtimit i kanë bërë, mund të shkojnë kot. Përkujdesja e mëtejme nënkupton vazhdimin e përparimit që është arritur në qendrën për trajtim, dhe me këtë edhe vazhdimin e shërimit.

Prindërit e kanë të vështirë me përkujdesjen emëtejme. Programi i trajtimit ka qenë intensiv dhe fëmija është përmirësuar aq shumë, sa që prindërit nuk mund ta imagjinojnë se si fëmija ka mundur të “bie përsëri në ves”. Megjithatë, është me rëndësi jetike që ata të vazhdojnë me trajtimin! I biri apo e bija e tyre është vetëm një mosmarrëveshje larg që të fillojë të sillet keq, një telefonatë larg kontaktit me grupin e gabuar, dhe vetëm një gllënjë, një thithje me hundë, një shpim me gjilpërë, apo një gëlltitje larg rikthimit tek abuzimi me kimikate! Beteja përfundimtare fitohet ose humbet gjatë përkujdesjes së mëtejme!

Scott (1989), thotë se qendrat e trajtimit për abuzim me substanca thuhet gjithmonë përfshijnë një koncept shpirtëror të “fuqisë më të lartë”. Ata e bëjnë këtë, edhe pse Zoti shpërfillet në fushën e psikologjisë.

Këshilltarët profesionalë e dinë që programet fetare janë efikase. Asgjë tjetër nuk funksionon aq mirë.

Vëmendja e menjëhershme e prindërve nevojitet në rastet në vijim: Nëse fëmija ka prirje për vetëvrasje, është jashtë kontrolli, i rrezikon të tjerët, ka nevojë për detoksifikim kimik nga abuzimi me kimikate, do të dërgohet në një njësi rehabilitimi apo do të dënohet me dërgim në një shkollë përmirësuese, dhe/ose është në një grup të gabuar.

Nëse prindërit janë të detyruar t'i drejtohen qeverisë, ata duhet të organizojnë vizita javore me një person fetar të urtë, për ta mbajtur fëmijën e tyre “në kontakt” me Zotin.

Shkelja e ligjit

Përdorimi i pijeve dehëse përfundimisht mund ta çojë përdoruesin ta shkelë ligjin dhe të bëhet delikuent. Delikuent është një person nën moshën shtatëmbëdhjetëvjeçare, sjellja e të cilit është e dënueshme me ligj. Shumica e prindërve nuk besojnë se fëmijët e tyre do të burgosen një ditë, e megjithatë kjo ndodh me shumë syresh. Kjo mund të parandalohet nëse prindërit ndërtojnë respekt ndaj ligjit tek fëmijët e tyre. Nëse prindërit i shkelin kufijtë e lejuar të shpejtësisë, kalojnë nëpër dritë të kuqe, mashtrojnë me kthimin e tatiimit, i gënjejnë doganierët, vjedhin nga zyra apo fabrika, dhe qëllimisht sajojnë justifikim të rrejshëm për fëmijët që mungojnë nga shkolla, atëherë fëmijët e tyre do të ndjejnë se ligji në të vërtetë nuk ka rëndësi. Nëse prindërit i shohin policët si armiq, fëmijët e tyre nuk do t'i respektojnë policët.

Disa imigrantë kanë idenë e gabuar se për shkak se jetojnë si minoritet në një shtet të udhëhequr nga ligje shekullare, ata janë të lirë t'i shkelin ato ligje. Për ta përgënjeshtuar

këtë ide të gabuar Shejh Taha Xhabir Elalvani, njëri nga administruesit e IIIT, thotë:

Sapo një person të futet në një vend të huaj, ai/ajo në thelb është duke firmosur një “kontratë” me shtetin për t’iu bindur kushtetutës dhe ligjeve të tyre. Duke e bërë këtë, një musliman apo muslimane duhet t’i respektojë të gjitha marrëveshjet dhe kontratat e tij/saj, ashtu siç na urdhërojnë qartazi Kur’ani dhe Profeti a.s.. Nëse ai/ajo nuk e ka për qëllim t’i ndjekë ligjet e një vendi, ai/ajo duhet ose të mos hyjë atje, ose ta deklarojë mosdashjen e tij/saj për t’iu bindur ligjeve të tyre, me ç’rast gjykatat do ta dëbojnë atë.

Nëse qytetarëve brenda një vendi nuk iu pëlqen një ligj i caktuar, ata mund ta ndryshojnë atë ligjërisht, sipas procedurës demokratike, ashtu siç është detajuar nga kushtetuta. Islami ua ndalon individëve ta marrin ligjin në duart e tyre, dhe ta zbatojnë atë ashtu siç iu pëlqen atyre. Kjo padyshim do të çonte në kaos, shkelje ligjesh dhe padrejtësi. Në të njëjtën kohë, një musliman nuk guxon të kryejë padrejtësi mbi bazën e asaj se ligji civil e urdhëron atë. Një

muslimani nuk i lejohet t’i bindet një ligji që kërkon kryerjen e një akti *haram*. Kur një ligj është i padrejtë, mosbindja paqësore qytetare është mënyra për ta ndryshuar atë, siç është demonstruar nga Thoreau, Gandi dhe Martin Luther King. Shumë kohë para gjithë këtyre, Profeti Muhammed a.s., i kundërshtoi haptazi sundimtarët paganë kurejshitë, dhe i priu popullit të tij paqësisht dhe pa dhunë në pelegrinazhin (haxhin) në Meke, që rezultoi me Marrëveshjen e Hudejbijes në vitin 630 e.r.



Një pasuri e pazëvendësueshme: Trupi juaj si amanet!

Ne i kemi caktuar pasuritë, pasuritë e lëvizshme dhe pasuritë e pazëvendësueshme. Trupi ynë është i pazëvendësueshëm. Edhe pse mund të blejmë më shumë vetura, shtëpi dhe mobilie, ne kemi vetëm një trup, dhe atë e kemi amanet për ne nga Zoti ynë. Ne duhet të kujdesemi mirë për të, sipas manualit me udhëzime të Krijuesit. Roli ynë është vetëm si administrues të besuar që jemi përgjegjës para Tij për një pasuri të tillë të çmuar. Kjo përkthehet në fusha kryesore si: higjiena, të ushqyerit, ushtrimet adekuate, gjumi, shmangia e pijeve dehëse dhe seksit jashtëmartesor.

Aktivitete



AKTIVITETI 32: TABELA E KONTROLLEVE MJEKËSORE

Uluni bashkë me familjen tuaj dhe përpiloni një tabelë të kontrolleve mjekësore të rregullta, përfshirë edhe kujdesin dentar. Konsultohuni me një bibliotekar, mësues, infermiere, mjek apo spital. Një kopje e tabelës përfundimtare duhet dhënë secilit anëtar të familjes.

AKTIVITETI 33: PLANI PËR FORMË FIZIKE TË FAMILJES

Diskutojeni me fëmijët tuaj statusin e ushtrimeve fizike që ndodhin në familjen tuaj. Pastaj pajtohuni me tërë familjen për një plan të aktiviteteve fizike dhe bëni një orar të matur të ushtrimeve që duhet ndjekur. Përpiquni ta shtoni sasinë e ushtrimeve shkallëshkallshëm dhe në mënyrë periodike. Përpiquni të ecni në këmbë në vend se ta përdorni veturën tuaj, dhe të lani me duar në vend se me makinë larëse ndonjëherë! (Duhet pasur një buxhet për blerje të pajisjeve, për anëtarësim në klub atletik dhe për ushqim më të shëndetshëm).

AKTIVITETI 34: ANGAZHONI MË MIRË ME PËRSHËNDËTJE KUPTIMPLOTA

Herën tjetër kur prindërit të takojnë fëmijë të tjerë, në vend që thjesht të thonë: “Tung! Ç’kemi! Si je?”, ata mund të përpiqen t’i përshëndesin ata në një mënyrë më të kujdesshme, të dashur dhe të përzemërt, si:

- A ke ngrënë ushqim të ushqyeshëm sot?
- A bërë ushtrime?
- A fjete mirë?
- A iu buzëqeshe prindërve? Shokëve?
- A lexove diçka sot?
- A u puthe, përqafove ose shtrëngove duart me prindërit e tu?
- A ndihmove dikë sot?
- A bërë diçka bamirëse?
- A u fale?

Nuk është e domosdoshme ta kontrolloni gjithë listën; vetëm disa pika do të mjaftonte. Shtoni ndonjë çështje relevante varësisht nga rasti personal i fëmijëve.

AKTIVITETI 35: SHPREHITË E GJUMIT

Shpjegojuani fëmijëve tuaj shprehitë e gjumit dhe ngrënies së shëndetshme:

Ibn Maxheh ka raportuar: Profeti a.s., kaloi pranë dikujt që flinte në xhami, i shtrirë mbi stomak. Ai e shtyu atë lehtë me këmbën e tij dhe i tha: “mos u shtri kështoj, ngaqë kjo është një mënyrë të cilën Allahu dhe i Dërguari i Tij e urrejnë”. Ngjashëm, Profeti a.s., ua ndalonte njerëzve të hanë duke qenë të shtrirë mbi stomakët e tyre.

Fjetja mbi stomak nuk është e shëndetshme për shpinën dhe organet e brendshme. Fjetja në krah të djathtë është më e dobishmja. Fjetja në krah të majtë bën që mushkëritë, stomaku dhe mëlçia t'i bëjnë shtypje zemrës, duke shkaktuar stres.

Është shprehur e mirë të ndiqet drita e diellit: bini të flini (herët) pas *ishâ* namazit (*jacisë*) dhe çohuni herët për *fexhr* namazin (*sabahun*), para lindjes së diellit.

Profeti a.s., e kishte shprehur të bënte një dremitje të shkurtër pas *dhuhr* namazit (*drekës*). Mjekët kanë konstatuar se një dremitje e shkurtër në mesditë e ndihmon optimizimin e aktivitetit mendor dhe fizik, duke e rifreskuar trupin deri në një pikë të ditës kur ka një ulje të natyrshme, duke e rritur produktivitetin dhe vigjilencën, përmirësuar humorin dhe karakterin dhe duke i reduktuar aksidentet.

AKTIVITETI 36: KRIJIMI I NJË AMBIENTI SHTËPIAK TË PËRSHTATSHËM

Prindërit duhet të ulen me fëmijët e tyre për ta diskutuar dhe për t'u pajtuar për një plan të thjeshtë veprimi për TË GJITHA pikat vijuese në shtëpi:

Dashuria, gëzimi, qeshja, komunikimi i lirë, besimi i ndërsjellë, inkurajimi dhe pranimi i arritjeve. Po ashtu, duke u interesuar për fëmijët e tyre, ngrënia, falja dhe luajtja së bashku, respektimi dhe nderimi i tyre, puthja, përqafimi dhe buzëqeshja atyre.

Madje edhe sikur prindërit të mos jenë të mësuar me këto praktika, nuk është kurrë tepër vonë për të filluar t'i bëjnë të gjitha, apo shumicën e tyre me sinqeritet.

AKTIVITETI 37: NJË DISKUTIM PROAKTIV MBI SHENJAT E ABUZIMIT ME DROGA

Prindërit duhet të ulen së bashku dhe të diskutojnë se çfarë duhet të bëjnë ata sapo t'i zbulojnë shenjat se fëmija e tyre përdor droga. Hapat që duhet t'i ndër marrin ata përfshijnë: konsultimi me profesionistë, edukimi i vetes dhe bisedimi me miq dhe kushërinj të urtë. Paniku, pikëllimi i skajshëm apo rrahja dhe detyrimi nuk janë të dobishëm. (Këto janë emocionalisht molepsëse dhe vetëm i përkeqësojnë gjërat).

AKTIVITETI 38: LUAJTJA E ROLIT SI POLIC!

Prindërit duhet t'iu sugjerojnë adoleshentëve të tyre ta imagjinojnë veten si policë, anëtarë të magjistratit qytetar, apo punëtorë socialë, që duhet t'i kryejnë detyrat e tyre. Për çka janë përgjegjës ata? Çfarë gjërash ndodhin gjatë ditës së tyre? A është puna e tyre e mirë apo e pakëndshme? A kanë mundur ata ta paramendojnë veten se do të kujdeseshin për komunitetin, duke e mbajtur një sy te kriminelët, e kështu me radhë?

Kjo luajtje roli u ndihmon fëmijëve ta kuptojnë se oficerët e lirimt me kusht, mësuesit, zjarrfikësit, policët dhe policet janë qenie njerëzore normale me ndjenja, familje dhe probleme si ato të çdokujt tjetër. Nëse adoleshentët kanë probleme në këtë fushë, atëherë prindërit duhet t'ua prezantojnë ata një polici të vërtetë apo punëtori social, dhe t'i lënë ata të marrin më shumë informacione rreth kësaj pune.

Një vizitë gjykatës është përvojë e paharrueshme. Duke parë se si duket ai vend, dhe duke mësuar se çfarë duhet bërë dhe si duhet sjellë, mund të jetë një edukim i vërtetë. Është ide e mirë të organizohet për fëmijët kjo vizitë e vogël që do t'ua hapte sytë.



KAPITULLI 10

Gjdhënia

- Hyrje **194**
- Gjdhënia në Kur'an **196**
- Përparësitë mjekësore dhe psikologjike të gjdhënies **197**
- Biznesi amerikan dhe gjdhënia **199**
- Bota muslimane dhe gjdhënia **200**
- Mendimet e Imamit Ali dhe të Ibn Hazmit për gjdhënien **201**
- Kohëzgjatja e gjdhënies **201**
- Këshilla të dobishme për nënat që u japin gji fëmijëve **202**
- Dieta ditore e nënave: Një shembull **203**
- Komb i fuqishëm: Fizikisht **203**
- Aktiviteti 39 **206**



Hyrje

NJË HAP THELBËSOR në rritjen e fëmijëve të fortë, të shëndetshëm fizikisht dhe emocionalisht, është gjidhënia. Kur'ani dhe Islami vënë theksin mbi gjidhënen dhe marrëdhënien farefisnore që rezultojnë nga ushqimi me gji nga i njëjti person (kjo quhet farefisni qumështi, ndërsa fëmijët janë vëllezër/motra qumështi). Për shembull, përse nuk mundet që Salahu, një 20-vjeçar nga Turqia, të martohet me Fatimën, një vajzë e re nga Indonezia? Përgjigjja është se kur Salahu ishte njëvjeçar, atij për disa ditë i ka dhënë gji nëna e Fatimesë. Ky veprim e bën Salahun vëlla qumështi të Fatimesë, dhe prandaj pa mundësi për t'u martuar me të. Përveç kësaj, të gjitha motrat dhe tezet e Fatimesë bëhen automatikisht motra dhe teze të Salahut, dhe si rrjedhim i kësaj edhe kushërira të pamartueshme (*mahrem*). Kështu, nuk do të ketë mbulim (*hixhab*) midis tij dhe atyre. Edhe pse është e lehtë të kuptohen lidhjet e gjakut si dhe vëllazëria dhe motëria në fe, si

mund ta kuptojmë që disa gramë qumështi mund ta shndërrojnë një të huaj në vëlla apo motër? Kjo sqaron pak nga rëndësia e qumështit të gjirit.

Mendojeni transfuzionin e gjakut. Madje edhe nëse i gjithë gjaku i dikujt zëvendësohet me gjakun e një personi tjetër, kjo nuk vendos një lidhje farefisnore midis atyre të dyve, edhe nëse transfuzioni i gjakut është bërë më shumë herë. Transfuzionet e gjakut i shërbejnë një nevojë thelbësore, ndërsa transplantimi i organeve ndihmon në përmirësimin e jetëve tona, e megjithatë ato nuk formojnë lidhje farefisnore, pavarësisht se sa të mëdha apo të gjera mund të jenë. Konsensusi i juristëve është se bankat e qumështit janë të ndaluara në Islam. Në të vërtetë, farefisnia e qumështit është vendosur në të njëjtin nivel me lidhjet e familjes biologjike (shih *ajetin* 4:23). Mirëpo, ligjet e trashëgimisë nuk aplikohen në rastin e vëllezërve/motrave të qumështit.

U janë ndaluar juve (të martoheni me): nënat tuaja, bijat tuaja, motrat tuaja, hallat tuaja, tezet tuaja, bijat e vëllait, bijat e motrës, nënat tuaja që ju kanë dhënë gji, motrat nga gjiri, nënat e grave tuaja (vjehrrat), dhe vajzat që janë nën kujdesin tuaj e të lindura (prej tjetër babai) nga gratë tuaja me të cilat patët kontakt, e nëse nuk keni pasur kontakt me to (me gratë), atëherë s'ka pengesë (të martoheni me ato vajza), dhe (janë të ndaluara) gratë e bijve tuaj që janë të lindjes suaj (jo të bijve të adoptuar), dhe të bashkoni (përnjëherë në një niqah) dy motra, përpos asaj që ka kaluar. Vërtetë, Allahu falë shumë, është mëshirues i madh.

(Kur'ani, 4:23)

Vijuesja është paraqitur nëpërmjet të shpjegimit:

- Kockat dhe mishi i bebes janë bërë nga qumështi i nënës gjatë foshnjërisë; që këtu edhe ekzistojnë ngjashmëri midis të gjithë atyre që e kanë thithur atë. Me fjalë të tjera, pjesë të nënës bëhen pjesë të bebes nga thithja e gjirit kur ai/ajo është më i/e vogël se dy vjeç.

Juristët shpjegojnë se qumështi i nënës bën që bebja t'i ngajë asaj në disa mënyra, sipas Umer ibn el-Hattabit dhe Umer ibn Abdulazizit. Në vijë me këtë, po ashtu ekzistojnë udhëzime për gjdhënien:

- Gjdhënia i ndryshon karakteristikat e bebes. Disa juristë, për shembull, kanë ndaluar që një mëndeshë mendërisht e çekuilibruar t'i japë gjij një bebeje, që ai/ajo të mos e marrë këtë karakteristike nga ajo.
- Mëndeshat që tymosin duhan, hanë mish gici, pinë alkool apo përdorin droga nuk rekomandohet t'iu japin gjij fëmijëve.
- Kujdestaret mëkatore, si gratë kurorëshkelëse, nuk duhen lejuar t'iu japin gjij foshnjave.

Këto të mësipërmet nuk i mohojnë faktorët e tjerë. Personaliteti i foshnjës preket nga shumëçka, përfshirë edhe gjenet e prindërve, ambienti dhe qumështi i mëndeshës që i është dhënë atij/asaj.

Një thënie arabe para-islame thotë se qumështi i nënës është nga burri, kështu që kur bebja thith qumështin e mëndeshës, sperma dhe ndikimi i burrit të saj disi e prek qumështin e saj; prandaj, bebja tërthorazi është prekur nga babai i qumështit. Kështu vendoset lidhja e farefisnisë me babanë e qumështit. (Disa arabë kanë besuar se qumështi i gjirit është farë mashkullore e

shndërruar). (Parkes, 2005). Mirëpo, është akoma e paqartë përse bëhemi kushërinj të afërt nga qumështi i mëndeshës.

Dr. Fet'hijeh Sulejman në El-Ibrashi (1979), shpjegon se disa studime psikologjike kanë provuar se 50 për qind e intelektit të siguar që është në dispozicion në moshën 17-vjeçare, në fakt është arritur në katër vitet e parë të jetës së foshnjës; 40 për qind shfaqet midis moshave 4 dhe 8 vjeç, ndërsa pjesa e mbetur prej 20 për qind midis moshave 8 dhe 17 vjeç. Për më tepër, pjesa më e madhe e mënyrave të sjelljes të vërejtura të rinjtë dhe njerëzit e moshës së mesme, iu përshkruhen ngjarjeve që kanë ndodhur në pesë vitet e para të fëmijërisë së tyre. Kur'ani përqendrohet tek gjdhënia dhe



kujdesi me orar të plotë nga nëna e dashur në dy vitet e para. Mungesa e dashurisë për beben, dhe dashamirësia ndaj tij mund të rezultojë me pengesa mendore. Në një Konferencë në Shtëpinë e Bardhë të mbajtur nga Presidenti Bill Clinton, ekspertët vunë theksin përtej çdo dyshimi se: “mendjet e foshnjave janë aktive që nga koha kur lindin dhe formësohen nga përvoja e tyre e hershme” (Begley dhe Wingert, 1997). Dy vitet e para gjatë gjdhënies kontribuojnë në masë të madhe në formësimin e trurit të bebes.

Gjykatat në Egjipt kanë pesë kushte të domosdoshme që duhen plotësuar me qëllim që të jetë e vlefshme farefisnia e qumështit:

- Pesë të ushqyera me gjij të paktën.
- Çdo dhënie gjiri duhet tërësisht ta ngopë beben.
- Çdo e ushqyer me gjij duhet të jetë një vakt i veçantë, jo sesione të njëpasnjëshme të shpejta.
- Pesë dhëniet gjij duhen konfirmuar si autentike nga dëshmitarë të besueshëm.
- Që të pesë dhëniet gjij duhet të kompletohen para se bebja t'i mbushë dy vjet.

Gjdhënia në Kur'an

Kur'ani është marrë me gjdhënien në katër kapituj të ndryshëm, duke i inkurajuar nënat t'iu japin gjë bebeve të tyre dy vjet me radhë. Nëna që jep gjë është e liruar nga përgjegjësia e furnizimit me mjete për jetesë për vete, madje edhe nëse është e shkurorëzuar, në mënyrë që të mund të kujdeset për beben



gjatë gjithë kohës. Nëse babai vdes, trashëgimtari i tij e merr mbi vete përgjegjësinë për nënën gjdhënëse. Rituale të fetare lehtësohen për të gjitha muslimanet (përfshirë edhe nënat); ato janë të liruara nga pjesëmarrja në lutjet e përbashkëta ditore, dhe nga predikimet e së premtes (për t'iu siguruar atyre orar të përshtatshëm për t'iu kujdesur në rend të parë për bebet). Kjo iu mundëson nënave të kujdesen për bebet personalisht, në vend që këtë përgjegjësi të ndjeshme t'ua delegojnë dadove. Gjatë dy viteve të para, bebja mbështetet tërësisht te mamaja, fizikisht, psikologjikisht dhe emocionalisht.

Shishja plastike për ushqim nuk mund ta zëvendësojë gjirin e butë dhe dashurinë e nënës. Dëmi fizik apo psikologjik ndaj bebes që nuk është ushqyer me gjë, mund të jetë vështirë për t'iu shëruar më vonë; dëmi mund të jetë serioz dhe i përhershëm. Kur'ani i referohet gjdhënies në *ajetet* vijuese:

1. *Nënat, ato që duan ta plotësojnë gjdhënien, janë të obliguara t'iu japin gjë fëmijëve të vet dy vjet të plota. I ati i fëmijës është i obliguar për furnizimin dhe veshmbathjen e tyre (gruas) ashtu si është rregull. Askush nuk ngarkohet më tepër, vetëm aq sa ka mundësi. Asnjë nënë nuk bën të dëmtohet me fëmijën e saj, e as babai me fëmijën e tij. Po ashtu është i obliguar edhe trashëgimtari (i fëmijës). E nëse pas një konsultimi dhe pëlqimi (prindërit) shfaqin dëshirën për ndërprerjen (më herët) e gjirit, nuk është ndonjë mëkat për ta. Nëse ju (baballarët) për fëmijën tuaj dëshironi gjdhënëse tjetër me kusht që pagesën t'ia bëni në mënyrë të duhur, nuk është ndonjë mëkat. Kini frikë nga Allahu dhe dijeni se Allahu sheh çka punoni.* (Kur'ani, 2:233)

2. *Ne njeriun e kemi urdhëruar për (sjellje të mira ndaj) prindit të vet, sepse nëna e vet atë e barti me mund pas mundi dhe pas dy viteve ia ndau gjirin. (E porositem) Të jesh mirënjohës ndaj Meje dhe ndaj dy prindërve tu, pse vetëm tek Unë është kthimi juaj.* (Kur'ani, 31:14)

3. *Ne e urdhëruam njeriun t'iu bëjë mirë prindërve të vet, ngase nëna e vet me mundim e barti dhe me vështirësi e lindi, e bartja e tij dhe gjdhënia e tij zgjat tridhjetë muaj (e ai vazhdon të jetojë) derisa ta arrijë pjekurinë e vet dhe kur t'iu mbush dyzet vjet ai thotë: "Zoti im, më inspiro mua që të falënderoj për të mirën Tënde që ma dhurove mua dhe prindërve të mi, që të bëj vepra të mira që i pëlqen Ti dhe m'i bën të mirë pasardhësit e mi, unë pendohem te Ti dhe unë jam me muslimanët."* (Kur'ani, 46:15)

4. *Ato (gratë e lëshuara), sipas mundësisë suaj i vendosni në ndonjë vend ku banoni ju, e mos i ngushtoni ato për t'iu detyruar (të dalin). Në qoftë se ato janë shtatzëna, atëherë furnizoni ato derisa ta heqin barrën e tyre, e nëse ato u japin gjë fëmijëve tuaj, atëherë jepuni atyre shpërblimin që u takon dhe kini mirëkuptim*

në mes jush ashtu si duhet, e në qoftë se hasni në vështirësi ndër vete, atëherë le të kërkojë për të gjdhënese tjetër. (Kur'ani, 65:6)

Ai që është i pasur, le të shpenzojë sipas mundësisë së vet, e ai që është ngushtë nga pasuria, le të japë nga ajo që i ka dhënë Allahu, e Allahu nuk ngarkon askënd, vetëm aq sa i ka dhënë; mirëpo pas vështirësisë Allahu sjell çlirim (begati). (Kur'ani, 65:7)



Nëse nëna nuk mund t'i japë gji bebes – nëse nuk ka qumësht gjiri – atëherë mund të caktohet një mëndeshë. Mëndesha bëhet kujdestare; ajo konsiderohet nënë e fëmijës, për të gjitha qëllimet dhe synimet, përveç se për trashëgimi. Fëmijët e saj bëhen vëllezër dhe motra (qumështi) të bebes, dhe bashkëshorti i saj bëhet baba qumështi për beben. Nuk lejohet kurrfarë martese midis bebes dhe fëmijëve, vëllezërve, motrave dhe bashkëshortit të nënës së qumështit. Babai biologjik është përgjegjës për pagesën e shpërblimit për nënën e qumështit. Nëse babai vdes, trashëgimtarët duhet t'i mbështesin edhe nënën e qumështit, edhe beben për periudhën dyvjeçare të gjdhënies.

Gjdhënia u morr shumë seriozisht nga shteti musliman i hershëm. Në kohën e Halifit të dytë, Umer ibn el-Hattabit (shekulli i shtatë e.r.), çdo bebeje të porsalindur në nevojë i jepej një ndihmë si përfitim i sigurimit social për të siguruar gjdhënie të shëndoshë (Haq 1967).

Përparësitë mjekësore dhe psikologjike të gjdhënies

El-Ber dhe Kandil (1986) i cekin përparësitë vijuese:

- Qumështi i nënës përmban ushqimin që i nevojitet një fëmije, në përpjesëtimin e duhur dhe në gjendje të përshtatshme për tretje dhe absorbim. Elementet ushqyese të qumështit të gjirit ndryshojnë përditë sipas nevojave të foshnjës. Një bebe e lindur para kohe ka një përzierje ushqimore të përshtatshme në gjirin e nënës që e bën atë dietë të duhur. Gjëndrat e qumështit janë krijuar me mjete për përshtatjen e sekrecioneve të saj sipas nevojave që ndryshojnë të foshnjës në rritje e sipër.
- Qumështi i gjirit njerëzor është i depoziuar natyrshëm në temperaturën e duhur, duke e bërë atë kështu të lirë nga mikrobet dhe në dispozicion sipas kërkesës.
- Nuk ka nevojë të pastrohen kurrfarë shishesh, dhe nuk ka nevojë të përgatitet kurrfarë përzierje ushqimore.
- Midis nënës gjdhënese dhe bebes së saj zhvillohet një dashuri e afërt psikologjike.
- Gjdhënia i ndihmon nënës të kthehet në madhësinë dhe peshën e saj të parashatzënisë. Gjithënia e bën mitrën më të vogël nën efektin e oksitocinës të tajitur nga gjëndra e hipofizës, dhe të liruar nga reflekset përmes thithjes.
- Gjdhënia e mbron beben nga disa sëmundje (si diarreja dhe infeksionet e kraharorit). Foshnjat që thithin gji kanë më pak gjasa të vuajnë nga sëmundjet e frymëmarrjes dhe ato gastrointestinale, dhe kanë normë më të ulët vdekshmërie sesa ato që ushqehen me shishe. Qumështi njerëzor përmban IgA (imunoglobulinë A), një antitrop në gjëndrat e qumështit i prodhuar nga limfocitet që kanë migruar nga brendësia e nënës. (Antitropat janë vegla

të sistemit imun për luftë kundër sëmundjeve). Kolostrumi (tajitja e paraqumështit e gjirit) përmban një sasi të madhe anti-trupash. IgA formon 97 për qind të proteinës kolesterol ditën e parë, që bie në 25 për qind ditën e katërt të ushqimit me gj. Qumështi i gjirit e furnizon foshnjën me qeliza imunologjike të shëndetshme dhe imunitet kundër një larmie bakteresh (sidomos E coli, Stafilokok aureus, koksaki B5 virusi, virusi Herpes Simplex, poliovirusi dhe Pneumokok). Nënata e ndjeshme ndaj turbeculinit u kalojnë imunitet të qëndrueshëm foshnjave të tyre.

- Kolostrumi ka efekt laksativ, që ndihmon në shkarkimin e nevojës së bebes së porsalindur.
- Qumështi i lopës, ose ndonjë qumësht tjetër jo-njerëzor, ka më shumë gjasa të shkaktojë alergji tek njerëzit. Foshnja është në rrezik më të madh të zhvillojë ekzemë, astmë bronkiale, dhe shqetësime gastrointestinale nga ndjeshmëria ndaj proteinave jonjerëzore.
- Fëmijët e ushqyer me qumësht gjiri zhvillohen më mirë dhe janë më pak të rrezikuar nga infeksionet dhe sëmundjet imunologjike. Qumështi i nënës e forcon sistemin imun në zhvillim e sipër në disa muajt e parë të bebes. Nëna i përthith mikrobet nga fryma e bebes. Pastaj, përmes

zorrëve të saja ajo prodhon qelizat imune në nyjat e saja limfatike, që nga ana e tyre sekretojnë antitrupe dhe duhur mbrojtës që bebjë i thith me qumështin.

- Gjdhënia vepron si kontrceptiv. Nëna që i jep gj. foshnjës ka më pak gjasa të mbetet shtatzënë gjatë gjdhënies, duke siguruar kështu një kontroll të natyrshëm dhe të rehatshëm për nënat.
- Njerëzit kanë nevojë për qumësht gjiri vetëm gjatë 9 deri 12 muajve të parë.
- Qumështi njerëzor përmban lidhës zinku, ndërsa qumështi i lopës nuk përmban asgjë. Mungesa e zinkut ka më shumë rrezik të paraqitet te foshnjat e ushqyera me shishe, apo pas zverdhjes (prerjes së gjirit) së parakohshme të foshnjave të ushqyera me gj.
- Gjdhënia luan rol vendimtar në optimizimin e fuqisë së trurit të bebes. Qumështi i nënës përmban blloqe ndërtimi të rëndësishme që nuk gjenden te asnjë përzierje ushqimore shtëpiake për foshnjat. Foshnjat e ushqyera me gj. vetëm një muaj kanë “përparësi prej 8 pikësh të koeficientit të inteligjencës (IQ) si fëmijë kopshti, ndërsa kjo shifër rritet me gjdhënien e zgjatur” (BBC 2002). Një studim që ka ndjekur mbi 1.000 fëmijë në Zelandën e Re e mbështet lidhjen midis gjdhënies dhe inteligjencës më të lartë.

Qumështi i kafshëve është i përshtatshëm për foshnjat e kafshëve, ndërsa përbërësit janë të ndryshëm për secilën kafshë. Tabela në vijim shpjegon përqindjet e përbërësve themelorë të qumështit njerëzor, të lopës, të buallcës dhe dhisë. Përbërja e ujit është rreth 88%, ndërsa pjesa tjetër janë si vijon:

Qumësht	% Proteina	% Yndyrë	% Sheqer	% Minerale
Njeriu	1.5	3–5	6	0.2
Lope	3	4	4	0.8
Buallice	3	6	4	0.8
Dhie	3	4	4	0.8



Rekomandohet që nënat t'i ushqejnë me gji foshnjat për të paktën 12 muaj. Ka prova të pamohueshme se gjiri është më i miri. Gjdhënia mund ta zvogëlojë shfaqjen e kancerit të gjirit, shqetësimet e vezores, osteoporozën dhe çrregullime të tjera femërore. Gjdhënia stimulon mi-trën të kthehet në gjendej e saj origjinale. (CNN, 7 dhjetor, 1997)

- Qumështi i nënës përfshin mbrojtjen kundër infeksioneve bakteriale (si meningjiti, infeksionet e traktit urinar dhe dhimbjet e veshëve). Fëmijët e ushqyer me përzierje ushqimore vuajnë më shumë nga diabeti i varur nga insulina, limfoma, alergjitë dhe problemet e tretjes.

Biznesi amerikan dhe gjdhënia

Përkundër përparësive të qarta të qumështit njerëzor për bebet, më pak se 60 për qind e grave amerikane u japin gji foshnjave të tyre, që është më pak se te shumë kombe të industria-lizuara. Vetëm 22 për qind të nënave në SHBA vazhdojnë t'iu japin gji foshnjave të tyre deri në kohën kur ato janë 6-muajsh. Një pjesë e arsyes janë kërkesat e gjdhënies. Të porsalindurit ushqehen me gji deri dymbëdhjetë herë gjatë një periudhe 24-orëshe, zakonisht 10-15 minuta në secilin gji. Përshtatja e këtij orari me orët e punës është diçka e tmerrshme.

Vendi i punës së shpejti mund të bëhet më miqësor për nënat gjdhënese në Amerikë. Qeveritë dhe kompanitë u dhurojnë grave deri në një orë pushim të paguar në ditë që ta shtrydhin qumështin në punë, si dhe inkurajojnë programe laktacioni në vendin e punës. (Cassidy 1998)

Më 1993, një çmim nga UNICEF iu dha John Hancock Mutual Life Insurance Company (Kompanisë për Sigurim Reciprok të Jetës John Hancock) për futjen në përdorim prej saj të dhomave për laktacion në vendin e punës (që përfshin një pompë gjiri elektrike, karrige të rehatshme dhe një frigorifer). Me një mesatare vjetore prej 300 të punësuar shtatzëna, kompania zbuloi se programi i ri i kurseu



asaj para (\$60.000 që nga fillimi i programit), ngaqë fëmijët e ushqyer me gji janë më të shëndetshëm, ndaj nënat janë më pak të prira të mungojnë nga puna. Po ashtu, kthimi prapa në punë është më i lehtë, ndaj gjithnjë e më shumë nëna të reja janë të gatshme të marrin pushim të lindjes më të shkurtër. Për shkak se bebet e ushqyera me gji në SHBA kanë 35 për qind më pak sëmundje se bebet e ushqyera me përzierje ushqimore, nënat gjdhënese rrjedhimisht mungojnë nga puna deri në 27 për qind më pak, se nënat e reja që nuk u japin gji foshnjave. (Rona Cohen, Shkolla e Infermierisë, Universiteti i Californias në Los Angeles).





Bota muslimane dhe gjidhënia

Historikisht, komunitetet muslimane i kanë kushtuar vëmendje të madhe gjidhënies dhe mëndeshave. Madje edhe kur nëna i ka dhënë gjii bebes së saj, ishte e zakonshme po ashtu që një fqinje, kushërirë apo mike t'i jepte gjii të porsalindurit. Praktikata e tilla kanë pasur disa përparësi shoqërore. Shumë vajza që martohen në moshën 15-vjeçe apo më herët, dhe djem nën moshën 18-vjeçe, kanë nevojë për ndihmë dhe udhëzim nga brezat më të vjetër. Familjet e zgjeruara ndihmojnë duke iu hequr nënave diçka nga barra e tyre.

Modernizimi është ndryshim i shabllonit të qëndrimeve shoqërore dhe kulturore në vendet muslimane. Kjo është më e theksuar në hapësirat urbane, ku gjidhënia është duke rënë në mënyrë të shpejtë më shumë se në ato rurale. Kompanitë për ushqim bebesh qëndrojnë pas rënies së gjidhënies në vendet në zhvillim. Shitjet dhe fitimet e tyre rriten kur nënat pushojnë së dhëni gjii, dhe i blejnë prodhimet e tyre.

UNICEF dhe WHO (OBSh) i konsiderojnë këto kompani si vrasës numër një të bebeve në botën në zhvillim, dhe i kanë këshilluar fuqimisht qeveritë e tyre ta ndalojnë reklamimin e ushqimeve të prodhuara për bebet. Këto foshnja të ushqyera me shishe

shpesh pranojnë ushqime të holluara dhe të ndotura, që përmbajnë pak lëndë ushqyese dhe doza masive mikroorganizmash, për shkak të ujit të ndotur nga burimet johigjienike të përdorura në ato përzierje ushqimesh. UNICEF dhe WHO vlerësojnë se 9.4 milionë rastesh të kequshqyerjes së rëndë në vit shfaqen në botën në zhvillim, prej të cilave të paktën gjysma janë për shkak të ushqimit me shishe. Ngjashëm, ka rreth 10 milionë vdekje të foshnjave në vit, për shkak të sëmundjeve të sistemit tretës në botën në zhvillim. Të paktën gjysma e tyre janë për shkak të ushqimit me shishe, ndërkohë që gjidhënia ka mundur t'i shpëtojë ata. Gjidhënia është po ashtu më pak e kushtueshme (furnizimi 6-mujor i përzierjes ushqimore në Malajzi kushton \$300 apo më shumë). (Allain, 1993)

Përzierja ushqimore për foshnjat është imitim i zbehtë i qumështit të nënës, edhe pse hulumtuesit janë duke mësuar për ta bërë atë më të ushqyeshme. Përzierja ushqimore forcuese me një nivel acidesh yndyrore, e të njohur si LCPUFA (të shqiptuar "Elsie Pufas"), mund të ndihmojë në zhvillimin e trurit. Universiteti në Dundee, Skoci (Willats et al. 1998) u ka dhënë gjysmës së një grupi prej 44 bebesh një përzierje ushqimore që

përmbanin përqendrim të larta të LCPUFA që gjenden në qumështin e gjirit. Bebet tjera pranuan përzierjen ushqimore të rregullt. Në moshën 10-muajsh, bebet me LCPUFA arritën nivele më të larta në testin që kërkonte gjetjen e një lodre të fshehur, duke treguar kështu me gjasë lidhje më të forta të qelizave nervore në trutë e tyre. Disa europianë tani i forcojnë përzierjet ushqimore me LCPUFA.

Mendimet e Imamit Ali dhe të Ibn Hazmit për gjdhënien

Gjdhënia konsiderohet si e drejtë e natyrshme e bebeve ndaj nënave të tyre. Nënmat inkurajohen t'iu japin gjii fëmijëve të tyre. Ibn Hazmi ka thënë:

“Një nënë duhet t’i japë gjii bebes së saj, madje edhe sikur të jetë bijë mbreti. Ajo nuk është e përjashtuar nga ajo detyrë, përveç nëse është e paaftë për të dhënë gjii”. (Ibn Hazm, vëll. 10)

Nëse iu përmbahemi mësimave islame, mund të shmangen shumë probleme që u ndodhin fëmijëve dhe nënës së tyre. Ali Ibn Ebi Talib ka thënë:

“Asnjë qumësht i thithur nga bebja, nuk është më i bekuar me mëshirë se qumështi i nënës”.



SIMBOLI NDËRKOMBËTAR I GJDHËNIES

Kohëzgjatja e gjdhënies

Juristët dallojnë në mendime, por konsensusi i përgjithshëm është se gjdhënia nuk duhet t’i kapërcejë dy vjet. Nëse nëna është e shëndoshë dhe qumështi i saj është i disponueshëm, është më mirë që zvjerdhja të bëhet në moshën dyvjeçare. Jusuf Ali e komenton ajetin 46:15:

Periudha maksimale e gjdhënies (2 vjet) është sërish në përputhje me kohën kur dalja e parë e dhëmbëve zakonisht kompletohet te fëmija. Dhëmbët prerës të poshtëm të qumështit në mes dalin midis 6 dhe 9-muajsh, dhe më pas dhëmbët e qumështit dalin në intervale, derisa të shfaqen dhëmbët e qenit. Dhëmballët e dyta dalin nga moshja 24-muajshe, dhe me to fëmija ka një aparat komplet të dhëmbëve të qumështit. Natyra tani pret që ai të përtypë dhe të përçapë, dhe të bëhet tërësisht i pavarur nga qumështi i të ëmës. Nga ana tjetër, nëna ndjen dhembje ta ushqejë nga gjiri fëmijën pasi ai të ketë një strukturë komplete të dhëmbëve të qumështit. Dhëmbët e përherëshëm fillojnë të dalin në moshën 6-vjeçe, ndërsa dhëmballët e 2-ta vijnë në moshën 12-vjeçe. Dhëmballët e treta janë dhëmbët e mençurisë, që mund të dalin në moshën 18-20-vjeçe, apo të mos dalin fare.

Disa kanë komentuar se gjdhënia pas dy vitesh mund ta dëmtojë beben fizikisht, mendërisht dhe psikologjikisht. Më 1997 Akademia Amerikane e Pediatërve (AAP), iu rekomandoi nënave t’iu japin gjii fëmijëve të tyre të paktën midis muajve 6 dhe 12. Në realitet, vetëm 20% e nënave amerikane në të vërtetë i ushqejnë me gjii bebet e tyre pas 6 muajsh. AAP më vonë e zgjati këtë duke iu rekomanduar nënave t’iu japin gjii bebeve për të paktën një vit. Ai i numëroi dobietë nga gjdhënia (si reduktimi i gjasave për të pasur kancer të mitrës, kancer të gjirit dhe osteoporozë).

Profeti a.s. ka folur për gjidhënien nga një mëndeshë. Kurdo që është e mundur, nëna biologjike duhet të japë gji, përveç nëse ka arsye mjekësore për ta justifikuar nënën, me ç'rast mund të pajtohet një mëndeshë. Ai shpjegon:

“Kini kujdes kush do të jetë vëllai juaj i qumështit nga foshnja e gjirit! Merrni një mëndeshë vetëm nga domosdoshmëria e urisë së bebes”. (EL-BUHARI)

Një përparësi e publikimit të martesës është sigurimi që një grua gabimisht të mos martohet me vëllain apo babanë e saj të qumështit. Kjo i jep shans publikut të paraqitet dhe të dëshmojë për ekzistimin e lidhjeve të tilla të qumështit, nëse ato ekzistojnë.

Këshilla të dobishme për nënat gjidhënëse

(Përshtatur nga: El-Emin 1998)

Ndonëse gjidhënia është mënyra e natyrshme, është kjo një shkathtësi që mund të përmirësohet. Në vijim janë disa këshilla të dobishme për nënat:

- Përgatiteni veten para se të lindë bebja juaj. Lexoni ca libra rreth gjidhënies. Merrni një orë mësimi nga spitali juaj, nga ofruesi i kujdesit shëndetësor apo këshilluesi për ushqim me gji. Merrni pjesë në një tubim të ndonjë organizate për përkrahje të gjidhënies.
- Pozicionimi i duhur është thelbësor. Sigurohuni që thimtha të jetë mjaftueshëm brenda gojës së bebes. Mos u kërrusni nga bebja; afroheni beben tek ju. Jastëku shpesh mund t'ju hyjë në punë.
- Lëreni beben të thithë nga njëri gji derisa ai të zbutet tërësisht, dhe lëvizja thithëse e bebes të ndryshojë nga e vrullshme në të ngadaltë. Pastaj ofroni gjirin tjetër. Është

më mirë të zbutet njëri gji për një të ushqyer, sesa pjesërisht t'i jepet të thithë nga të dy gjinjat. Racioni i parë është si qumësht i mazitur, i mesmi si qumësht i yndyrshëm, ndërsa i fundit si ajkë. Kjo ajkë e drejtpeshon konsistencën e të ushqyerit, dhe ndihmon parandalimin e të qarës së tepruar.

- Njëfarë bllokimi dhe rritje e gjirit është e natyrshme në ditët e para. Nëse bebet nuk mund të thithin nga thimthat e bllokua-ra, lironi një sasi të vogël qumështi para se ta ushqeni atë.
- Përmirësoni thimthat e lënduara me kondicionim të duhur. Zbuteni dhembjen duke i tharë thimthat, dhe më pas duke aplikuar prodhime natyrore si vaj ulliri organik apo lanolinë të pastër.
- Pini mjaft ujë. çaji i barit *trigonelë e merme* dhe *hudhra* thuhet se e shtojnë furnizimin me qumësht.
- Është me rëndësi të fillohet që në orën e parë apo të dytë pas lindjes, kur bebja është e shqetësuar.
- Sa shpesh mjafton? Gjatë 2-3 javëve të para, ju mund të duhet ta zgjoni beben tuaj për ta ushqyer. Bebja thith të paktën çdo tri orë gjatë ditës, dhe çdo katër orë gjatë natës. Ushqimet e shpeshta janë të rëndësishme për beben dhe për grumbullimin e furnizimit me qumësht. Sa më shumë që thith bebja, aq më shumë qumësht bën nëna. Kur tashmë bebja juaj të fitojë në peshë siç duhet, ndiqeni dëshirën e bebes për numrin e ushqyerjeve.
- Ushqimi me shishe nga qumështi i shtrydhur: Mos i jepni një bebeje që thith gji shishe me qumështin e gjirit tuaj, derisa gjidhënia të vendoset mirë – zakonisht mes 3 dhe 5 javësh. Nganjëherë mund të jetë e dobishme që dikush tjetër, e jo nëna, t'ia japë bebes shishen e parë, që duhet të përmbajë qumësht gjiri të nënës. Me pak ushtrim, shumica e bebeve mund

ta bëjnë me radhë thithjen nga gjiri dhe nga shishja.

- Disa bebe janë në rregull me gjdhënien që nga fillimi, të tjerëve u nevojitet më gjatë të mësojnë. Është në rregull nëse nuk shkon gjithçka siç duhet në fillim.
- Mos hiqni dorë nga gjdhënia. Një nënë tha se i duheshin gjashtë javë për ta zënë një ritëm të rehatshëm, ndjekur nga një lidhje e gjatë, e mrekullueshme e ushqimit me gj.
- Thimthat e nënës gjatë javës së parë mund të vuajnë nga të qenit të lënduara deri në të dhimbshme. Nxirrni pak qumësht para dhe pas gjdhënies, dhe fërkojeni qumështin në thimthat tuaja. Lejojuni thimthave të thahen.

Nënat ndjejnë kënaqësi nga gjdhënia. Nuk ka nevojë për kurrfarë përgatitje ushqimi, zhvillohet një ndjenjë e veçantë afrie me bebet, dhe bebet kanë më pak sëmundje dhe infeksione të veshit. Para lindjes, nënat duhet të përgatisin një listë me shërbimet e përkrahjes, në mënyrë që nëse kanë ndonjë vështirësi gjatë disa ditëve të para, të dinë se kush duhet thërritur.

Dieta ditore e nënave: Një shembull

Në vijim është një shembull i dietës (mënyrës së të ushqyerit) për nënat që japin gj:

- tri sasi proteinash, si pulë dhe peshk
- dy sasi ushqimi me sasi të lartë vitamine C, si portokaj
- pesë sasi kalciumi, si qumësht apo djathë

- gjashtë sasi frutash dhe zarzavatesh, si kokos dhe shparg
- gjashtë sasi karbohidratesh komplekse, si buka e zezë
- një sasi ushqimesh të pasura me hekur, si mish viçi apo fasule
- sasi të vogla ushqimesh të pasura me yndyrë, si djathë apo qumësht i yndyrshëm
- tetë gota me ujë
- vitamina për gra shtatzëna apo gjdhënese

Të ushqyerit e mirë i ndihmon nënës të sigurojë një furnizim adekuat me qumësht, i jep asaj energji dhe i ndihmon të humbasë tepricën e kilogramëve nga shtatzënia. Është po ashtu me rëndësi të pihet sasi e bollshme qumështi, ose përndryshe nëna do të jetë e privuar nga kalciumi në të ardhmen.

Kombi i fuqishëm: Fizikisht

Kur'ani dhe traditat e Profetit a.s., flasin për forcën në të gjitha format e tij:

Ju jeni populli më i dobishëm, i ardhur për të mirën e njerëzve, të urdhëroni për mirë, të ndaloni nga veprat e këqija dhe të besoni në Allahun... (Kur'ani, 3:110)

E ju përgatituni sa të keni mundësi force (mjete luftarake), e kuaj të caktuar ... të frikësoni armikun e Allahut, armikun tuaj ... (Kur'ani, 8:60)

Një nënë tha: “Gjdhënia është e mrekullueshme. Madje edhe në mes të natës, kur e shikoj atë fytyrë të vogël dhe e di që gjithë ajo që biri im e do jam unë, si të mos dua t'i jap gj atij? Dobitë emocionale të gjdhënies janë po aq të shumta sa edhe për beben time”.



Profeti a.s. ka thënë: Besimtari i fortë është më i mirë dhe më i dashur nga Allahu sesa besimtari i dobët; ka mirësi të dy (Muslim). Vëreni, fjala “*kavi*” në Hadith i referohet forcës së fesë dhe të trupit. Këto përshkrime të sipërpërmendura: “populli më i dobishëm”, “përgatituni sa të keni mundësi force” dhe “besimtari i fortë”, përfshijnë aspektet fizike (biologjike) si dhe aspektet e besimit dhe moralit. Në dritën e kapitujve paraprakë, mund të nxirret përfundimi vijues:

Një komunitet (popull) mund t’ua kalojë në forcë fizike të gjitha kombeve duke i ndjekur këto udhëzime:

- Zgjedhja e bashkëshortëve të shëndoshë.
- Përkora nga të gjitha format e praktikave seksuale jomartesore; kjo siguron që prindërit dhe pasardhësit e tyre të jenë të lirë nga çfarëdo sëmundjesh ngjitëse me rrugë seksuale, përfshirë, por pa u kufizuar, AIDS (SIDA-n).
- Të ngrënit siç duhet. Prindërit, nënat shtatzëna dhe fëmijët hanë *ezka ta’amen* (po ashtu përshkruar edhe si *et-tajjibat*), d.m.th: ushqim të mirë, të shëndetshëm, të ushqyeshëm dhe të pastër. Kurrfarë mish gici (derri), gjak, ngordhësirë dhe kafshë

të mbytura nuk lejohen për konsumim. Kur’ani i nxit ujin, qumështin dhe mjaltin; frutat (hurma, rrush, ullinj, fiq), mishin (pulë, ushqime deti, mish viçi dhe qengji), dhe zrazavatet (qepë, hudhra, tranguj, dritra, fasule).

- Ndjekja e një stili të jetës të pastër nga aspekti higjienik. Bakteret eliminohen thjesht duke i larë duart para dhe pas çdo vakti. Përdoreni dorën e majtë për t’u larë në banjë dhe të djathtën për të ngrënë. Merrni abdes pesë herë në ditë.
- Shmangia e pijeve dehëse (alkooli, drogat dhe duhani). Fetusi, në veçanti, do të zhvillohet dhe do të dalë i shëndoshë, nëse prindërit e tij i shmangen kimikateve dhe abuzimit me substanca dehëse.
- Dhënia gjë fëmijëve. Fëmijët rriten dhe zhvillojnë një karakter të fortë, si dhe forcë fizike dhe psikologjike, duke i bërë ata të gatshëm për t’u bërë njerëz të ndershëm dhe prijës të të devotshmëve.

Pushimi i lindjes duhet të jetë më i gjatë se tetë javë. Një pushim i zgjatur prej 1 viti do t’iu mundësonte nënave t’i përkushtohen me orar të plotë kujdesit për bebet e tyre (për të ushqyer prijës të ardhshëm, siç bëri nëna e Musait).



Si përfundim, pesë vitet e para janë vendimtare për ndërtimin e një personi të shëndoshë me karakter të mirë. Ato përbëjnë dritare mundësish që nuk duhen humbur. Udhëzimet e mësipërme do ta prijnë komunitetin të bëhet populli më i mirë në mesin e njerëzimit.

Pasi të kemi rritur fëmijë të fortë, të shëndetshëm, ne mund t'ua mësojmë atyre fenë, urtësinë, diturinë dhe shkathtësi. Këto vinë më vonë në jetë, siç është shpjeguar në rastin e profetëve Jusufi, Musai dhe të tjerë.

E pasi ai (Musai) e arriti moshën madhore dhe u bë i pjekur, Ne i dhamë urtësi e dituri. Kështu Ne i shpërblejmë bamirësit. (Kur'ani, 28:14)

Gjithënia ka një bazë të fortë për prodhimin e më të mirit nga kombet, sepse:

- Ajo u jep bebeve forcë fizike, fuqi psikologjike dhe energji emocionale.
- Ajo është një formë shumë e përshtatur dhe individualizuar e të ushqyerit, karshi përzierjeve ushqimore të prodhuara në masë të përdorur për ushqim me shishe.
- Është kjo mënyra më e natyrshme e të ushqyerit të bebeve.

Derisa dituria njerëzore vazhdon të zgjerohet dhe ndryshojë, shkrimet e shenja hyjnore vënë theksin mbi disa udhëzime të caktuara (Po-të dhe Jo-të) që qeniet njerëzore të përfitojnë nga ato.

Është e vërtetë se ky Kur'an udhëzon për atë rrugë që është më se e vërteta, e besimtarët që bëjnë vepra të mira i përgëzon se ata pa dyshim do të kenë shpërblim të madh.

(Kur'ani, 17:9)

Muslimanët sot i shkelin bazat e direktivave të Profetit a.s., për një jetë të shëndoshë. Asnjë vend i vetëm musliman nuk është radhitur në mesin e 12 vendeve me jetëgjatësi më të lartë në botë. Afganistani është radhitur si vend me jetëgjatësi më të ulët (43 vjeç për burrat dhe 44 për gratë)!

(KOMBET E BASHKUARA, 2010)

Aaktivitet



AKTIVITETI 39: MË PENGON ...

Prindërit dhe fëmijët duhet t'i diskutojnë këto pika dhe të pajtohen rreth asaj se si të shmangen nga kryerja e tyre.

MË PENGON KUR:

- Pica, bakllavaja dhe torta nuk janë prerë mirë.
- Fëmijët nuk i ngrenë mbeturinat që lënë, dhe prindi i ngre për ta.
- Plehrat hidhen përreth koshit të plehrave, jo brenda tij.
- Njerëzit vijnë vonë në takimet e tyre.
- Burri vjen vonë në shtëpi pa e informuar të shoqen.
- Njerëzit dalin nga nevojtoret pa i larë duart.
- Njerëzit nuk e kyçin banjën kur janë brenda.
- Njerëzit lënë gotat me çaj, kafe apo ujë mbi tavolinën e tyre gjatë natës, pa i zbrazur ato tërësisht.
- Njerëzit nuk i krehin flokët e tyre (përfshirë vetullat e gjata dhe mjekrat).
- Njerëzit lënë kapëse letrash, gjilpërat me kokë dhe ngujoret e tyre të shpërndara rreth tavolinave dhe dyshemesë.
- Prindërit qeshin me fëmijën e tyre kur ai/ajo sillet keq në shtëpinë e një miku.
- Njerëzit përhapin thashetheme dhe kënaqen me përgojim (Kur'ani e përshkruan këtë sikur jeni duke ngrënë mish njeriu).
- Fëmija pyetet diçka, dhe prindi përgjigjet në vend të fëmijës.
- Njerëzit i ndërpresin fëmijët shpejt teksa ata janë duke biseduar.
- Nikoqiri e detyron mysafirin të hajë më shumë.
- Njerëzit bëjnë komente apo batuta raciste.
- Njerëzit lënë shumë ushqim në pjatat e tyre dhe e hedhin atë.
- Vizitorët vijnë papritur e pa paralajmërim.
- Mysafirët përzihen dhe i ndëshkojnë fëmijët e nikoqirit pa leje.
- Prindërit i shkelin premtimet dhënë fëmijëve, pa shfajësim të sinqertë.
- Njerëzit kërkojnë këshillë nga ju, pa ua treguar të gjitha anët e historisë së tyre.
- Njerëz të rinj i shfrytëzojnë elevatorët (ashensorët), në vend të shkallëve.
- Një korrier nuk ua kumton mesazhin tërësisht dhe saktësisht.
- Vizitorët qëndrojnë gjatë te pacienti në spital.
- Dikush është i shqetësuar nga ju, pa ju treguar pse.
- Njerëzit harxhojnë kot para, ushqim, letër, ilaçe, kohë, peceta dhe sapun.

- Vozitësit dërgojnë dhe lexojnë mesazhe me tekst, teksa ngasin makinën. (Në disa vende është e kundërligjishme të përdoret celulari duke ngarë makinën).
- Njerëzit ju kolliten apo teshtijnë në fytyrë, pa i mbuluar gojët dhe hundët e tyre.
- Njerëzit nuk i heshtin celularët e tyre në takime, lutje dhe biblioteka.
- Rrobat dhe çorapet e njerëzve kundërmojnë keq.
- Njerëzit i lagin dyshemetë dhe lajtoret në banjë pa i tharë ato.
- Më shumë se një person flasin njëkohësisht.
- Shoferët u bien borive kot dhe pa qëllim të caktuar.
- Folësit e përsërisin një fjalë apo fjali më shumë herë, në mënyrë të papërshtatshme.
- Një person flet me zë shumë të lartë, duke i bezdisur të tjerët, ndërsa personi tjetër flet me zë shumë të ulët, që të mund ta dëgjojnë dëgjuesit.
- Njerëzit i lënë dritat ndezur, pa nevojë.
- Dikush e kalon radhën, pa lejen e njerëzve.
- Mysafirët nuk i ndjekin udhëzimet e nikoqirit të tyre në shtëpinë e tij/saj.
- Nikoqiri vonohet me shërbimin e ushqimit duke pritur një mysafir që është vonuar.
- Njerëzit e harxhojnë kot ujin e çezmës duke larë duart.
- Rubinetat nuk janë tërësisht të mbyllura.
- Njerëzit nuk përdorin pecetë kur duhet të pështyjnë (pështyjnë në dysheme).
- Njerëzit nuk e ngrenë bërlllokun nga udha e tyre.
- Njerëzit i bllokojnë korridoret teksa janë duke biseduar.
- Dy persona flasin apo pëshpëritin njëri me tjetrin gjatë mbledhjeve.
- Një person bën gabim dhe ai/ajo nuk e pranon atë, dhe nuk kërkon falje sinqerisht për të.
- Njerëzit ju ftojnë e nuk ju tregojnë qartë nëse do të ketë ushqim apo jo.
- Duke nxjerrë një pecetë letre nga kutia, ju nxirrni shumë të tilla.
- Folësit e kapërcejnë apo e shkurtojnë kohën e tyre të caktuar të bisedës.
- Njerëzit vrenjten, në vend që të buzëqeshin.
- Ju përshëndesni dikë, dhe ai/ajo nuk ua kthen.
- Njerëzit e bëjnë dhomën tepër të errët, apo të ndriçuar.
- Njerëzit i bezdisin të tjerët duke qenë të zhurmshëm, kureshtarë apo kërkues.

Secili anëtar i familjes mund t'ia shtojë kësaj liste pëlqimet apo mospëlqimet e tij/saj.



KAPITULLI 11

Truri i fëmijës: Përdoreni ose humbeni!

- Hyrje **210**
- Dritare mundësish **210**
- Zhvillimi i neuroneve dhe rrjeteve të trurit **211**
- Shikimi **212**
- Dëgjimi **212**
- Muzika **213**
- Lindja dhe terapia muzikore **214**
- Emocionet **214**
- Stresi mund t'i rivendosë qarqet e emocionit **215**
- Lëvizja **215**
- Fjalori dhe mbajtja në mend në fëmijëri **216**
- Si ndryshon truri **216**
- Prindërit duhet t'i flasin bebes së tyre pozitivisht **216**
- "Head Start" Programi Parashkollor në Shtetet e Bashkuara **217**
- Çfarë mund të bëjnë prindërit? **218**
 - Truri logjik* 218
 - Truri muzikor* 218
 - Truri gjuhësor* 219
- Islami, këndimi dhe muzika **219**
- Pikturat dhe skulpturat në Islam **220**
- Zhvillimi i trurit të kalamajtë **221**
 - Tërheqja e vëmendjes për shabllonet e rëndësishme në mjedisin* 221
 - Inkurajimi i pjesëmarrjes fizike të fëmijëve në aktivitete* 221
 - Të folurit fëmijëve dhe shtjellimi i asaj që iu thuhet atyre* 222
 - Ruajtja e një atmosfere pozitive, të parashikueshme dhe shpërblyese* 222
 - Inkurajimi i praktikës dhe mirëpritja e përsëritjes* 222
- Si emocionet e nëpërkëmbin arsyen **223**
- Kujdesi i nënës është i pazëvendësueshëm **224**
- Çfarë na bën ajo që jemi? Natyra, ushqimi apo fati? **224**
- Rritja e trurit: Ndikimi emocional mbi djemtë dhe vajzat **226**
- A është suksesi i njerëzimit i përcaktuar para moshës pesëvjeçare?! **227**
- Aktiviteti 40 **228**

Hyrje



Allahu ju nxori nga barqet e nënave tuaja (si foshnjë) që nuk dinit asgjë. Ju pajisi me (shqisa për) të dëgjuar, me të parë dhe me përzemërsi, ashtu që të jeni falënderues. (Kur'ani, 16:78)

KUR'ANI POHON se bebet lindin me zero dije. Zoti i ka pajisur ata me vegla për përfitimin e diturisë: fillimisht me dëgjimin, pastaj me shikimin, dhe më në fund me *fu'ad*, selinë e ndjenjave dhe emocioneve. Biologjia shpjegon se qendra e dëgjimit është e vendosur në pjesën e përparme të trurit, ndërsa qendra e shikimit në pjesën e prapme të tij. Këto përbëjnë njohjen për të cilën individët janë përgjegjës për arsyeshmërinë e vendimeve të tyre. Është interesante se Kur'ani gjithmonë i përmend këto tri fjalë në të njëjtin rend bashkë, sikur të ishin të pandashëm: dëgjimi, shikimi dhe përzemërsia.

Ne duhet ta kuptojmë se si është formuar dhe zhvilluar truri i një fëmije. Kjo e sjell në qendër të vëmendjes rëndësinë e përvojave të hershme të fëmijës dhe se si ato ndihmojnë në formimin e qarqeve të trurit për logjikë, matematikë, muzikë, gjuhë dhe emocione. Sapo t'i kuptojmë këto, ne mund ta vlerësojmë theksin e vënë mbi gjidhënien gjatë dy viteve të para.

Dritare mundësisht

“Për t'u marrë me bebet ashtu siç duhet, ne duhet ta kuptojmë biologjinë e tyre. Qarqet në rajonet e ndryshme të trurit piqen në kohë të ndryshme, edhe pse kryesisht gjatë foshnjërisë. Si rezultat i kësaj, qarqe të ndryshme janë tejet të ndjeshme ndaj përvojave jetësore në mosha të ndryshme. Jepjani

fëmijëve tuaj stimulin që u nevojitet atëherë kur u nevojitet, dhe gjithçka është e mundur; pengojeni atë dhe rezultati me gjasë do të jetë dështim”. (Begley 1996)

Ndonëse truri i njeriut peshon vetëm rreth 1.4 kilogramë, ai përmban me trilionë ndërlidhje truri dhe një fuqi përpunimi të pamasë. Nëse do të imagjinonim se çdo dy qytete të botës të ishin të ndërlidhura me një autostradë kryesore, dhe më shumë autostrada i ndërlidhnin këta qytete me çdo qytet tjetër të madh në botë, dhe po ashtu të vazhdonim t'i ndërlidhnim fshatrat anëmbanë botës, truri megjithatë është më shumë se kaq. Dhe nëse do të imagjinonim se ishte ndërtuar një rrugë dytësore që e lidh çdo fshat me çdo fshat tjetër në botë, rrjeti i gjerë i rrugëve parësore dhe dytësore të duhura sërish nuk do të mund të krahasohej me kompleksitetin e trurit, pa përmendur faktin se toka në dispozicion në planetin tonë nuk do të mjaftonte për t'i mundësuar të gjitha ato.

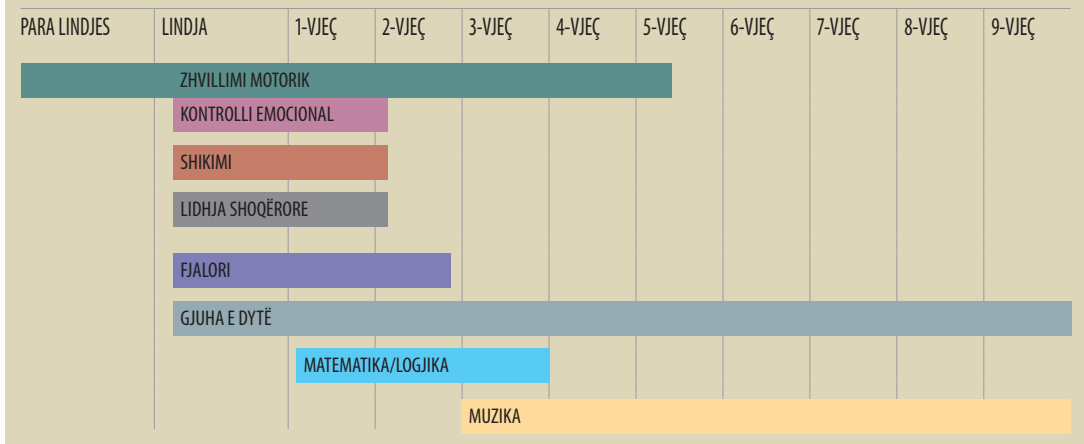
Problemi, në aspektin e zhvillimit të trurit, është se nëse këto rrugë nuk ndërtohen gjatë viteve të para të foshnjërisë, ato nuk mund të ndërtohen më pas. Mjerisht! Kjo është pikërisht ajo që ndodh, dhe një mundësi e artë vazhdimisht humbet përgjithmonë – çfarë tragjedie! Prandaj, është me rëndësi të mësohet se si të zhvillohen ndërlidhjet e trurit dhe më pas të bëhet çdo përpjekje për t'i zhvilluar ato te fëmijët tanë.

Përthithja e fuqisë së trurit

Sa prurje mund të përthithë truri i një trevjeçari?

Nëse e konceptojmë trurin si kompjuterin më të fuqishëm dhe më të sofistikuar të mundshëm, rrethina e fëmijës vepron si tastiere, duke prurë përvojë. Kompjuteri vjen me aq kapacitet të memories, saqë për tre vitet e parë ai mund të përfshijë më shumë informacione seç do të mund të fusnin një ushtri njerëzish. Megjithatë, deri nga fundi i moshës tre-katërvjeçare, ritmi i të mësuarit ngadalësohet. Kompjuteri do të vazhdojë të pranojë informacione, por me një shkallë në rënie. Procesi vazhdon të ngadalësohet me pjekurinë tonë, dhe ashtu siç plakemi, qelizat e trurit tonë dhe lidhjet midis tyre fillojnë të shuhen. Ne duhet ta kapim këtë mundësi para se ajo të largohet pas moshës trevjeçare. (Kotulak 1993)

DRITARE MUNDËSISH



Rycus dhe Hugues 1998

Ta përsërisim, Kur'ani vlerëson se në lindje dija është zero: *Allahu ju nxori nga barqet e nënave tuaja (si foshnjë) që nuk dinit asgjë. Ju pajisi me (shqisa për) të dëgjuar, me të parë dhe me përzemërsi, ashtu që të jeni falënderues.* (Kur'ani, 16:78)

Zhvillimi i neuroneve dhe i rrjeteve të trurit

“Truri është i përshkruar nga miliarda qeliza nervore (neurone). Disa nga neuronet e kontrollojnë frymëmarrjen, e menaxhojnë rrahjen e zemrës, e rregullojnë temperaturën trupore apo prodhojnë refleksë. Megjithatë, me lindjen trilionë mbi trilionë neuronesh ende nuk janë të shfrytëzuar; ata janë si çipat Pentium në një kompjuter para se fabrika ta para-ngarkojë me softuer. Nëse neuronet shfrytëzohen, ata bëhen të integruar në qarkun e trurit duke u lidhur me neutrone të tjerë; nëse nuk shfrytëzohen, ato mund të vdesin.

Janë përvojat e foshnjërisë ato që përcaktojnë se cilët neurone janë shfrytëzuar, duke i lidhur qarqet e trurit me aq siguri sa një programues në tastiere i rikonfiguron qarqet e një kompjuteri.



teri. Cilat taste shtypen – çfarë përvojash ka foshnja – përcakton nëse fëmija do të rritet e të bëhet inteligjent apo i ngathët, me frikë apo i vetësigurt, që flet qartë apo gojëkyçur. Përvojat e hershme janë aq të fuqishme sa që mund ta ndryshojnë tërësisht atë se si do të dalë më vonë një person”. (Nash 1997)

Deri në moshën madhore truri përshkohet me më shumë se 100 miliardë neurone, që arrijnë deri te mijëra të tjerë, kështu që truri ka më shumë se 100 trilionë lidhje. Janë këto lidhje – më shumë se numri i njohur i galaktikave në gjithësinë e njohur – që ia japin trurit fuqitë e tij të pakapërcyeshme. Pikëpamja tradicionale ka qenë se diagrami i rrjetit është i paracaktuar, si një i tillë për shtëpi të re, nga gjenet në vezën e fekunduar në bark. Edhe pse gjysma e gjeneve luajnë rol në sistemin nervor qendror, nuk ka mjaft të tilla për ta saktësuar rrjetin pakrahasueshëm kompleks të trurit. Kjo lë një mundësi tjetër: gjenet mund t'i përcaktojnë vetëm qarqet kryesore të trurit, me diçka tjetër që i formëson trilionë lidhjet më delikate. Ajo diçka tjetër është mjedisi, pafundësia e mesazheve që truri i pranon nga bota e jashtme. “Ka dy etapa të gjera të rrjetit të trurit: një periudhë e hershme kur përvoja nuk është e duhur, dhe një e mëvonshme, kur është” (Carla Shatz, 1996, Universiteti i Californias në Nash 1997). Megjithatë, sapo të lidhen në rrjet, ka kufij kohorë ndaj aftësisë së trurit për ta krijuar veten. Të quajtura “periudha kritike”, “ato janë dritare mundësish që natyra i hap vërvitur, duke filluar para lindjes, dhe pastaj i mbyll me përplasje, një nga një, me çdo vit shtesë”.

Implikimet e kësaj janë sa premtuese aq edhe shqetësuese. Me prurjen e duhur në kohën e duhur, thuhet gjithçka është e mundshme. Megjithatë, nëse humbet kjo dritare, atëherë luhet me një defekt. Përfitimet që i bën një kalama në programet shkollore intensive si “Head Start” shumë shpesh janë të përkohshme: ky mësim intensiv fillon shumë vonë për ta rilidhur trurin thellësisht.

Vonesa e mësimimit të një gjuhe të dytë është po ashtu një gabim i madh. Siç pyet Chugani: “Cili idiot ka urdhëruar që mësimi i gjuhës së huaj nuk duhet filluar deri në shkollën e mesme? Atëherë është tepër vonë”. (Dr. Harry Chugani, Spitali i Fëmijëve i Michigan).

Qendrat e shikimit, zërit, emocioneve dhe lëvizjeve të trurit mund të përshkruhen si vijon:



Shikimi

Qarku për shikimin ka një rritje neuronesh që gufon në moshën 2 deri 4-muajshe, që korrespondon me kohën kur bebet realisht fillojnë ta vërejnë botën, dhe arrin kulmin në moshën 8-muajshe, kur secili neuron është i lidhur me një numër të mahnitshëm prej 15.000 neuronesh të tjerë. Një bebe, sytë e të cilit janë të mjegulluar nga katarakti që nga lindja, përkundër operacionit për largimin e katarakteve në moshën dyvjeçare, do të mbetet përgjithmonë i verbër. Eksperimentet e shikimit të macet i konfirmojnë këto përfundime.



Zëri

“Deri në moshën 12-muajshe, foshnjat e kanë humbur aftësinë për të dalluar tingujt që nuk janë të rëndësishëm në gjuhën e tyre, ndërsa llapitja e tyre e ka marrë tingullin e gjuhës

së tyre”, thotë Patricia Kuhl (Universiteti i Washington). Kjo e shpjegon përse japonezët nuk janë në gjendje të bëjnë dallimin midis tingujve l dhe r: “elekt” tingëllon si “erek”. Po ashtu, shumë joarabë i barazojnë tingujt dh me z, ku dhâl-lin tingëllon si zâl-lin.

Mësimi i një gjuhe të dytë pas (më shumë se krahas) gjuhës së parë është shumë e vështirë. “Harta perceptuese e gjuhës së parë e ndrydh mësimin e gjuhës së dytë”, thotë ajo. Për shembull, nëse qarqet janë tashmë të lidhura për spanjishten si gjuhë të parë, neuronet e mbetura të papërkushtuara e kanë humbur aftësinë e tyre për të formuar lidhje të reja bazike për greqishten si gjuhë të dytë. Një fëmijë që i mësohet gjuha e dytë pas moshës 10-vjeçe ka pak gjasa që atë ta flasë si një autokton. Kjo është arsyeja përse është me rëndësi vendimtare që bebet të dëgjojnë recitime të Kur’anit gjatë foshnjërisë, për t’i zotëruar tingujt e të gjitha shkronjave arabe.

Me vendosjen e këtij qarku themelor, bebet janë të gatshme t’i kthejnë tingujt në fjalë. Sa më shumë fjalë që dëgjojnë fëmijët, aq më shpejt ata e mësojnë gjuhën. Foshnjat, nënat e të cilëve u kanë folur shpesh atyre, deri në moshën 20-muajshe dinin 131 fjalë më shumë sesa bebet me nëna më pak të përkushtuara; në moshën 24-muajshe ky hendek ishte zgjeruar në 295 fjalë. Nuk kishte rëndësi se cilët fjalë i përdorte nëna – monosilabiket si duket funksiononin. Tingujt e fjalëve i formojnë gradualisht neuro-qarqet që më pas mund të përthithin më shumë fjalë. Është një fjalor i stërmadh që duhet mësuar, dhe ai mund të mësohet vetëm me ekspozim të përsëritur ndaj fjalëve. Është me rëndësi të shënohen këtu të njëjtat efekte pozitive mbi gjuhën e bebeve, nëse ata kanë disa vëllezër apo motra që u flasin atyre shpesh.

Muzika

(Elbert et al. 1995) Ekspozimi i hershëm ndaj muzikës i rirregullon qarqet nervore. Trutë e muzikantëve që luajnë në instrumente me

tela, janë ekzaminuar me imazhe të rezonancës magnetike. Sasia e sferave të trurit që i kushtohen gishtit të madh dhe gishtërinjve të tjerë të dorës së majtë, ishte konsiderueshëm më e madhe se tek ata që nuk luajnë në këta instrumente.

Platoni ka thënë se muzika është instrumenti më i fuqishëm për edukim. Tani shkencëtarët e dinë përse. Muzika, ata besojnë, e stërvit trurin për forma më të larta të menduarit. Hulumtuesit e kanë studiuar fuqinë e muzikës duke vëzhguar dy grupe parashkollorësh. Njëri grup i fëmijëve ndoqi orë pianoje dhe ata këndonin për çdo ditë. Grupi tjetër nuk e bëri këtë. Pas 8 muajsh, 3-vjeçarët muzikantë ishin mjeshtër të shkëlqyer enigmash, duke shënuar rezultat 80 për qind më të lartë sesa shokët e tyre të lojës në inteligjencën hapësinore (aftësia për ta përfytyruar botën saktësisht).

Është e habitshme se kjo shkathtësi më vonë përkthehet në shkathtësi komplekse matematikore dhe inxhinierie. Sipas fizikanit Gordon Shaw nga Irvine, California, “stërvitja e hershme muzikore mund ta rrisë aftësinë e fëmijës për të arsyetuar”. (Begley 2000).



Si duket ka një marrëdhënie të afërt në tru midis muzikës, matematikës dhe logjikës. Të menduarit e rendit më të lartë karakterizohet me shabllone të ngjashme të trurit. Mësuesit që punojnë me fëmijë të vegjël nuk i mësojnë ata matematikë të lartë apo shah. Megjithatë, fëmijët e vegjël janë të interesuar për muzikën dhe mund ta përpunojnë atë.

Frances Rauscher (Universiteti i Wisconsin) u ka mbajtur disa fëmijëve orë pianoje, e disa të tjerëve orë këndimi. Pas 8 muajsh, ata fëmijë që kishin ndjekur orë muzike “në mënyrë dramatike u përmirësuan në arsytimin hapësinor”, krahasuar me fëmijët që nuk iu ishin mbajtur orë muzike. Ky përmirësim u duk në aftësinë e tyre për të bërë labirinte, për të vizatuar figura gjeometrike dhe për të kopjuar modele të kubave dyngjyrëshe. Kur fëmijët i ushtrojnë neuronet e trurit duke dëgjuar muzike klasike, ata i forcojnë qarqet që përdoren për matematikën. Muzika i ngacmon shabllonet e qenësishme të trurit dhe e shton përdorimin e tyre në detyra arsytimi komplekse. (Nash 1997)

Fëmijët duhet nxitur të mësojnë të luajnë në instrument muzikor.

Lindja dhe terapia muzikore

Çfarë e bën një bebe të qetësohet kur është në krahët e nënës së tij? Për t’iu përgjigjur kësaj pyetjeje, hulumtuesit e kanë kryer eksperimentin vijues: Disa bebe që qanin për ushqim u vendosën në një dhomë ku dëgjohehin rrahjet e zemrës së nënave dhe ninulla të regjistruara paraprakisht. Bebet që qanin u qetësuan dhe ranë në gjumë pas pak kohe (Hicks, 1995). Gjatë shtatzënisë, bebet në bark mësohen me rrahjet e zemrës së nënës. Pas lindjes së bebes, ky tingull i njohur bëhet një lloj muzike që e qetëson beben. Shumica e nënave pa dashje i përkulin bebet e tyre në krahun e tyre të majtë gjatë gjidhënies dhe mbi zemrat e tyre kur dëshirojnë t’i nanurisin ato. Kjo sjellje instinktive e përforcon ndikimin qetësues të rrahjes së zemrës së nënës mbi beben. (Sears, 1991)

Terapia muzikore është efektive gjatë lindjes së bebes. Në një studim në Maternitetin e Bakirköy, Turqi, hulumtuesja zgjodhi një model grash që sapo do të lindnin. Ajo i ndau gratë shtatzëna në dy dhoma: Në njërin dhomë ajo e lëshoi tingullin e ujit dhe

tingullin e “nejit” (fyell tradicional turk), ndërsa në dhomën tjetër nuk kishte fare tinguj. Ajo konstatoi se ato që dëgjuan tinguj muzikorë kishin më pak dhimbje gjatë lindjes, përjetuan më pak stres, dhe ishin në humor më të mirë. (Kömürcü 1999)

Terapia muzikore u ndihmon pacienteve të ndjehen më mirë dhe e rrit vetëbesimin e tyre. Ajo po ashtu e përmirëson edhe qarkullimin e gjakut, e përmirëson frymëmarrjen dhe i përmirëson funksionet e muskujve (Davis et al. 2008). Në të njëjtën vijë, muslimanët kanë përjetuar shumë efekte pozitive nga të dëgjuarit e Kur’anit dhe recitimi i poezisë që e lavdëron Profetin Muhammed (*kevali*).

Emocionet

Linjat kryesore të qarqeve që e kontrollojnë emocionin janë të shtruara qysh para lindjes. Pastaj prindërit i marrin punët në duart e tyre. Mbase ndikimi më i madh është përshtatja (ku kujdestarët i rikthejnë ndjenjat e brendshme të foshnjës). Nëse angullima e ëndjes së bebes kur sheh një mace apo një qenush has në buzëqeshje dhe përqafim, apo nëse pasqyrohet eksitimi i tij/saj teksa sheh aeroplanin mbi kokë, qarqet për këto emocione përforcohen. Si duket, truri i përdor të njëjtat shtigje si për të prodhuar një emocion, ashtu edhe për t’iu përgjigjur një të tilli. Kësisoj, nëse një emocion kthehet në po atë masë, sinjalet elektrike dhe kimike që e kanë prodhuar atë, përforcohen. Mirëpo, nëse emocionet vazhdimisht hasin në indiferencë apo në përgjigje përplasëse (për shembull, bebja krenohet të ndërtojë një qiellgërvishtës nga enët më të mira të nënës, ndërsa nëna mërztitet skajshëm), ato qarqe ngatërrohen dhe nuk arrijnë të forcohen. Fjala kyçe këtu është “vazhdimisht”: një fjalë negative nuk do t’i bëjë dem fëmijës për gjithë jetën. Është shablloni ai që merret parasysh, dhe ai mund të jetë shumë i fuqishëm. Në një studim, një bebe nëna e të cilit kurrë nuk i përgjigjej nivelit të eksitimit të bebes u rrit skajshmërisht pasiv, i paaftë për të ndërjerë eksitim apo gëzim.



Stresi mund t'i rivendosë qarqet e emocionit

Stresi dhe kërcënimet e vazhdueshme po ashtu i rivendosin qarqet e emocionit. Këto qarqe janë të përqendruara tek amigdala, një strukturë e vogël në formë bajameje thellë në tru, puna e së cilës është t'i skanojë pamjet dhe tingujt që vijnë për përbërje emocionale. Impulset nga syri dhe veshi arrijnë deri te amigdala para se të arrijnë te neokorteksi racional, i mendimeve. Nëse një pamje, tingull apo përvojë është provuar si e dhimbshme më parë – ardhja e babait të dehur në shtëpi është ndjekur nga rrahja – atëherë amigdala i vërshon qarqet me neurokimikate, para se truri më i lartë të dijë se çfarë ndodh. Sa më shpesh që të përdoret ky shteg, aq më lehtë është që ai të shkrehet: vetëm kujtimi për babanë shkakton frikë. Meqenëse qarqet mund të qëndrojnë të eksituar me ditë të tëra, truri ngel tejet i alarmuar. Në këtë gjendje, më shumë qarqe ndjekin shenja joverbale – shprehje të fytyrës, zëra të irrituar – që paralajmërojnë për rrezikun e afërt. Si

rezultat i kësaj, korteksi mbetet prapa në zhvillim dhe ka probleme për t'i asimiluar informatat komplekse (si gjuha). Kjo mund ta shpjegojë udhëzimin e Profetit a.s. për të heshtur kur jemi të zemëruar, në mënyrë që fjalë të paqëllimshme dhe të padenja të derdhen me vrull gjatë zemërimit të fortë.

Lëvizja

Lëvizjet e fetusit fillojnë në javën e shtatë të shtatzënisë dhe kulmojnë midis javës së 15-të dhe të 17-të. Kjo është kur rajonet e trurit që e kontrollojnë lëvizjen fillojnë të lidhen. Periudha kritike zgjat paksa: qelizave në trurin e vogël, të cilat e kontrollojnë mbajtjen e trupit dhe lëvizjen, u duhen deri në dy vjet që të formojnë qarqe funksionale. Aty ndodh shumë organizim, duke shfrytëzuar informacionet e grumbulluara pak nga pak nga ajo kur fëmija lëviz rreth e përçark. Nëse e kufizoni aktivitetin e foshnjës, ju e frenoni formimin e lidhjeve sinaptike në trurin e vogël. Lëvizjet fillimisht spazmike të fëmijës i dërgojnë sinjal korteksit motorik të trurit; sa më shumë që lëviz dora,

aq më i fortë bëhet qarku, dhe truri do të bëhet më i mirë me lëvizjen e qëllimshme dhe të rrjedhshme të dorës. Kjo dritare mundësisht zgjat vetëm disa vite: një fëmijë i palëvizshëm me trupin në allçi deri në moshën katërvjeçare, përfundimisht do të mësojë të ecë, por kurrë pa probleme. (Carmichael 2007)

Ushtrimet nuk janë të mira vetëm për zemrën, por po ashtu edhe për trurin, duke e ushqyer atë me lëndë ushqyese në formë glukozë, dhe duke i shtuar lidhjet e nervave – dhe të gjitha këto e bëjnë më të lehtë mësimin për fëmijët e të gjitha moshave. Fëmijët që ushtrojnë janë më të mirë në shkollë. Fëmijëve duhet t’iu jepen po ashtu edhe ushtrime fizike në klasë, jo thjesht të qëndrojnë ulur në qetësi në karriget e tyre, duke e mësuar përmendësh tabelën e shumëzimit dhe poezi. Dija ruhet më gjatë nëse fëmijët lidhen jo vetëm gojarisht, por edhe emocionalisht dhe fizikisht me materialin.

Fjalori dhe mësimi përmendësh në fëmijëri

Këto zbulime biologjike mund të shpjegojnë përse shumë fëmijë jo arabishtfolës e mësojnë përmendësh Kur’anin në moshë të re. Disa fëmijë e mësojnë atë përmendësh që në moshën 10-vjeçë. Kjo i konfirmon gjetjet e fundit se dritarja e mundësive për mësim gjuhe fillon të mbyllet pas moshës 10-vjeçë. Praktika e memorizimit të hershëm mungon te kombet moderne. Derisa trupit fizik i nevojitet ushqim për t’u rritur, mësimi përmendësh ia siguron trurit themelin për zhvillimin e gjuhës. “Dritarja e mundësisë për mësim” zgjat deri në moshën 12-vjeçë. Sa më shumë glukozë që shfrytëzon truri, aq më aktiv është ai. Trutë e fëmijëve gëlltisnin dy herë më shumë glukozë se norma e të rriturve nga mosha katërvjeçare deri në pubertet. Prandaj, trutë e rinj janë më të aftit për të përpunuar informacione të reja. Lëndët komplekse (si trigonometria apo

gjuhët e huaja), duhet të mësohen në moshë të re. Është shumë më e lehtë për një fëmijë të shkollës fillore të dëgjojë dhe ta përpunojë një gjuhë të dytë – e madje edhe ta flasë atë pa theks. Fatkeqësisht, shumica e shkollave në SHBA presin deri në klasën e shtatë për ta futur në program spanjishten apo frëngjishten, pasi të jenë mbyllur “dritaret”.

Si ndryshon truri

Ushtrimet i japin shtysë sferës së trurit të ndërlidhur me kujtesën, me gjasë duke çuar në funksionim më të mirë. Hulumtuesit kanë gjetur se ushtrimi e ka rritur vëllimin e gjakut në girusin e dhëmbëzuar (rajon në hipokampusin, që përdoret në kujtesën), duke lënë të nënkuptohet se qeliza të reja ishin duke u formuar në atë sferë. (Carmichael 2007)

Prindërit duhet t’i flasin bebes së tyre pozitivisht

Dallimi më i madh ndër familjet e ndryshme është në sasinë e të folurit që ndodh. Sa më shumë para dhe arsimim që kanë prindërit, aq më shumë ata flasin me fëmijët e tyre, dhe më efektiv është zhvillimi i fjalorit të fëmijës. Deri në moshën trevjeçare, fëmijët e prindërve të pasur do të kenë dëgjuar më shumë se 30 milionë fjalë, tri herë më shumë sesa fëmijët në familjet më pak të privileguara.

Ka po ashtu dallime domethënëse në mënyrat se si prindërit iu flisin fëmijëve të tyre. Prindërit me të ardhura dhe arsimim më të lartë ishin të prirë të flisin në mënyrë më afirmative, duke kumtuar miratim të shpeshtë dhe të qartë (me thënie inkurajuese si: “Kjo është mirë”; “Ashtu është”, “Të dua”, “Punë e paqme”). Prindërit e klasës punëtore në përgjithësi i lavdëronin fëmijët e tyre, por jo aq shpesh, dhe ata më shpesh shprehnin pohime mosmiratimi (si: “Kjo është keq”, “Gabim je”, “Pusho”, “Ndal”, “Mbylle gojën”). Prindërit e varfër i lavdëronin fëmijët e tyre më rrallë dhe i kritikonin ata më shpesh.



Madhësia e fjalorit të kalamajve rritet sa më shumë që nënat e tyre të kenë biseduar me ta. Fëmijët e prindërve profesionistë kanë dëgjuar 75 për qind më shumë fjalë në orë, sesa fëmijët e prindërve nga klasa punëtore, dhe më shumë se tri herë më shumë fjalë se fëmijët e prindërve me të ardhura të ulëta. Fëmijëve më të pasur u ishte dhënë përgjigje pozitive dy deri në pesë herë më shpesh sesa fëmijëve të varfër. Të testuar në moshën trevjeçare, fëmijët që kishin dëgjuar shumë fjalë dhe që kishin më shumë përvoja pozitive arritën rezultate më të larta në testet e standardizuara sesa fëmijët që kishin dëgjuar më pak fjalë dhe që kishin më pak përvoja pozitive. Vini re se prindërit me të ardhura më të ulëta dhe të klasës punëtore i duan bebet e tyre po aq sa edhe prindërit e tjerë. (Begley dhe Wingert 1997)

“Head Start” Programi parashkollor në Shtetet e Bashkuara

“Head Start”, program federal që u ka siguruar shërbime gjithëpërfshirëse të zhvillimit në fëmijërinë e hershme fëmijëve me të ardhura të ulëta që nga viti 1965, nuk pati sukses. Përfitimet e inteligjencës së fëmijëve zhduken

aty pas moshës trevjeçare. Arsyeja për këtë është koha: “Head Start” i përfshin fëmijët e moshës dy, tre dhe katërvjeçare. Më 1992, filloi Projekti Alfabetik. Fëmijët nga 120 familje të varfra iu caktuan njërit nga katër grupe për arsimim të hershëm intensiv në një qendër për përkujdesje ditore: Grupi një, prej afro katër muajsh deri në moshën tetëvjeçare; Grupi 2, prej katër muajsh deri në moshën pesëvjeçare; Grupi 3, nga pesë muaj deri në tetë vjeç; dhe Grupi 4, pa kurrfarë arsimim intensiv. Çfarë do të thotë të “arsimosh” foshnja katërmuajshe? T’iu japësh atyre kuba dhe rruaza, t’i flasësh atij apo asaj dhe të luash lojëra (si kukafshehthi). Secila nga 200 “lojëra mësimi” të çuditshme ishte sajuar për ta shtuar zhvillimin njohës, të gjuhës, atë shoqëror ose motorik. Fëmijët e regjistruar në Projektin Alfabetik si parashkollorë arritën rezultate më të larta në matematikë dhe lexim në moshën 15-vjeçe, sesa fëmijët e tjerë. Sa më herët që ishin regjistruar fëmijët, aq më i qëndrueshëm ishte përfitimi. Intervenimi pas moshës pesëvjeçare nuk dha kurrfarë koeficienti inteligjence të dukshëm apo përfitim akademik.

Pyetja shqetësuese është: Nëse dritaret e mendjes mbyllen para se të dalim nga shkolla

fillore, a është humbur e gjithë shpresa për fëmijët të cilëve iu kanë ikur mundësitë e tyre të arsimimit? Si qëndron puna me fëmijët e varfër, prindërit e të cilëve nuk u kanë dhënë atyre të numërojnë rruaza për t'i stimuluar aftësitë e tyre matematikore, apo t'i flasin atyre për ta ndërtuar aftësinë e tyre për gjuhë? Në një nivel ka ende shpresë: truri e ruan aftësinë për të mësuar gjatë gjithë jetës. Shikoni njerëzit që nuk kanë mësuar të flasin frëngjisht në kolegji, e që e kanë zotëruar atë më vonë në jetë, apo gjatë pensionimit. Megjithatë, në një nivel më të thellë, ka një problem. Fëmijët, truri i të

cilëve nuk është stimuluar para kopshtit, do të jenë më pak të aftë.

Në fund të fundit, edhe pse ne kemi lindur me potencial të madh, ai potencial do të realizohet deri në maksimum vetëm nëse zhvillohet. Prandaj, prindërit duhet të jenë të ndërgjegjshëm se si zhvillohet truri dhe si truri e ruan dijen. Duhet nxitur tri shkathtësi themelore në trurin e fëmijës sipas kohës:

- truri logjik (matematika dhe logjika);
- truri i gjuhës; dhe
- truri i muzikës.

Më 30 shtator, 1997, Kryeministri britanik, Tony Blair, deklaroi në fjalimin e tij në Konferencën Kombëtare të Partisë Laboriste (Brighton, Angli), se arsimi parashkollor duhet të fillojë nga mosha trevjeçare e jo katërvjeçare, duke e shfrytëzuar kështu rëndësinë e kohës së hershme në zhvillimin e trurit.

Çfarë mund të bëjnë prindërit?

TRURI LOGJIK

Shkathtësi: Matematikë dhe Logjikë

Dritarja e të mësuarit: Nga lindja deri në 4 vjeç

Çfarë dimë: Qarqet për matematikën qëndrojnë në korteksin e trurit, afër atyre për muzikën. Kalamajtë që u janë mësuar koncepte të thjeshta, si një dhe shumë, kalojnë më mirë në matematikë.

Veprim: Me kalamajtë mund të luhen lojëra numërimi. Për shembull, kërkoni nga fëmijët ta shtrojnë tryezën për t'i mësuar marrëdhëniet një me një: një pjatë, një pirun për person. Ndërkohë mund të lëshohet muzikë e lehtë.

TRURI MUZIKOR

Shkathtësi: Muzika

Dritarja e të mësuarit: 3 deri 10-vjeç

Çfarë dimë: Ata që luajnë në instrumente me tela, një sferë më të madhe të korteksit të trurit të tyre ia kanë të përkushtuar shifrave të gishtave në dorën e tyre të majtë. Pak nga ata që performojnë në koncerte fillojnë me luajtjen në instrument më vonë se mosha 10-vjeçe. Është shumë më e vështirë të mësohet një instrument si i rritur. Mësimet muzikore ndihmojnë në zhvillimin e shkathtësive hapësinore.

Veprimi: Prindërit mund të lëshojnë recitime kur'anore (*texhvid*), *ezan* dhe incizime të lehta të tingujve natyrorë dhe të zogjve. Ata po ashtu mund të këndojnë këngë dhe *nashid* (këngë fetare, *ilahije*), me fëmijët dhe të lëshojnë muzikë të lehtë. Jepuni fëmijëve instrumente muzikore për të parë nëse ata shfaqin çfarëdo prirjeje apo interesimi muzikor.

TRURI I GJUHËS**Shkathësia:** Gjuha**Dritarja e të mësuarit:** Nga lindja deri në 10-vjeç**Çfarë dimë:** Qarqet në korteksin dëgjimor të trurit, që i përfaqësojnë tingujt që formojnë fjalë, lidhen që nga mosha njëvjeçare. Sa më shumë fjalë të dëgjojnë fëmijët deri në moshën dyvjeçare, aq më shumë do të rritet fjalori i tyre. Problemet me dëgjimin mund ta dëmtojnë aftësinë për t'i lidhur tingujt me shkronjat.**Veprim:** Është me rëndësi që prindërit të flasin me fëmijët e tyre – shpesh. Nëse ata dëshirojnë që fëmija i tyre ta zotërojë një gjuhë të dytë, ata duhet t'ia prezantojnë atë para moshës 10-vjeçe. Dëgjimi duhet mbrojtur me trajtim të menjëhershëm të infeksioneve të veshit.**Islami, këndimi dhe muzika**

Islami lejon këndimin dhe muzikën, me kusht që ato të mos nxisin të keqen, shtytjet seksuale apo të ndërhyjnë në kryerjen e detyrimeve fetare. Shoqëruetit e Profetit a.s., dhe Pasuesit e tyre dëgjonin këngë dhe muzikë. Në veçanti, rastet e lumtura (si dasmat, Bajramet, ahengjet dhe festimet për të porsalindurit), përcilleshin me këngë dhe instrumente muzikore (si daulle dhe dajre/def). Buhariu dhe Muslimi raportojnë se disa abisinas ishin duke bërë muzikë dhe duke vallëzuar për Profetin a.s., dhe Profeti a.s., ishte duke i shikuar ata me të shoqen e tij, Aishenë, një kohë të gjatë, duke dashur ta zbaviste atë.

Rrëfen Aisheja

I Dërguari i Allahut erdhi në shtëpinë time teksa dy vajza ishin duke kënduar pranë meje këngë për Bu'athin (histori për luftën midis dy fiseve të Ensarëve, d.m.th., Hazrexh dhe Evs, para Islamit). Profeti u mbështet në shtrat dhe e ktheu fytyrën në anën tjetër. Ebu Bekri erdhi dhe më qortoi, dhe tha duke kundërshtuar: “Instrumenti i Shejtanit në prani të të Dërguarit të Allahut?” I Dërguari i Allahut ktheu fytyrën nga ai dhe i tha: “Lëri ato”. Kur Ebu Bekri u bë i pavëmendshëm, unë u bëra me dorë dy vajzave që të largoheshin dhe ato ikën. Ishte dita e Bajramit, kur etiopiasit luanin me mburoja lëkure dhe shtiza. O unë kërkova nga i Dërguari i Allahut, ai vetë më pyeti nëse do të dëshiroja ta shoh shfaqjen. Unë u përgjigja me pohim. Atëherë ai më tha të qëndroja pas tij dhe faqja ime e prekte faqen e tij dhe ai tha: “Vazhdoni, o Benu Arfideh (pra, etiopias)!” Kur u lodha, ai më pyeti nëse ishte mjaft. Unë u përgjigja po, dhe ai më tha të largohesha. (MUSLIM)

Ky është mësim për prindërit që t'i lënë vajzat dhe djemtë të kënaqen, në vend që t'i privojnë ata nga zbavitja. Në ditët e sotme, muzika dhe arti në përgjithësi shfrytëzohen për të promovuar vese (si epshi seksual, drogat dhe alkoolizmi). Mirëpo, ne mund ta shfrytëzojmë muzikën për edukim dhe zbavitje të pastër.

Nuk ekziston asnjë traditë (*hadith*) autentike që e ndalon muzikën dhe këndimin. El-Karadavi (2007) i kundërshton hadithet kundër muzikës dhe kundër këndimit, ngaqë atyre u mungon saktësia në domethënie apo transmetim, apo që të dyja. Nuk ka kurrfarë referencash për çfarëdo ndalimi në cilëndo kohë. Për më tepër, ka disa dëshmi gjatë jetës së Profetit a.s., që e provojnë lejimin e muzikës dhe të këndimit. Për shembull:

1. Ebu Bekri u fut në shtëpinë e Profetit a.s., dhe e gjeti Aishenë duke dëgjuar dy këngëtare. Ai u përpoq t'i ndalonte ato, duke thënë: "Instrumenti i Shejtanit në prani të Dërguarit të Allahut?" Mirëpo, Profeti a.s., i tha: "Lëri ato; këto janë ditë feste (Bajram)".
2. Kur Aisheja e shoqëronte një nuse te dhëndri i saj nga Ensarët, Profeti a.s., e pyeti nusen: "A u zbavite paksa?" (Ensarëve u pëlqente shumë të festonin).
3. Gjatë migrimit të Profetit a.s., nga Meka në Medine, atje kishte festime të paharrueshme: vajzat dolën jashtë ta përshëndesnin atë dhe këndonin; gratë e Benu en-Nexhar dolën jashtë duke u rënë daulleve dhe duke kënduar. Ebu Bekri u përpoq t'i ndalte ato, por Profeti a.s., tha: "Lëri ato, feja jonë është gazmore".
4. Umer ibn el-Hattabi u fut në mesxhid dhe i gjeti etiopiasit duke vallëzuar me shtizat e tyre para Profetit a.s., dhe të shoqës, Aishes, gjatë festës së Bajramit. Ai u përpoq t'i ndalte ata, por Profeti a.s., i tha: "Lëri ata".

Rregulla e përgjithshme është se veprimet gjykohen sipas qëllimit, dhe çdo veprim që shpie në falsitet dhe larg ndershmerisë, duhet shmangur. Muzika seksualisht nxitëse dhe këngët e pahijshme janë kategorikisht të ndaluara, njësoj si pornografia. Çdo muzikë dhe këndim tjetër (që nuk promovon vese), është e lejuar.

AVICENA MBI GJIDHËNIEN DHE MUZIKËN

Avicena ka thënë: Ka disa lloje ethesh të shkaktuara nga faktorë psikologjikë.

Gjidhënia: Avicena e theksonte lidhjen e fortë midis psikologjisë dhe shëndetit trupor. Një shembull për këtë është gjidhënia. Prandaj, ai vinte theksin mbi zgjedhjen e mirë të mendësës.

Muzika: Avicena e theksonte efektin që ka muzika pozitive mbi të sëmurin, si fizikisht ashtu edhe psikologjikisht.

Pikturat dhe skulpturat në Islam

Pikturat dhe skulpturat janë të lejuara në Islam (nëse nuk shfaqin lakuriqësi, vese dhe forma të tjera imoraliteti). Përdorimet kryesore të pikturave dhe skulpturave në kohën e Profetit a.s., ishin për të adhurar idhuj, ndaj ai i ndaloi ato. Të njëjtat fjalë përdoren edhe sot, por kanë një kuptim tjetër. Për shembull, fjala *sejjarah* në Kur'an (*sureja Jusuf*), nënkuptonte një karvan udhëtarësh, ndërsa sot, e njëjta fjalë nënkupton makina (përdorim krejtësisht ndryshe).

I njëjti parim aplikohet edhe për pikturat dhe skulpturat, pavarësisht nëse flasim për vizatime apo piktura, fotografi apo filma, ekrane elektronike dhe skulptura dydimensionio-

nale apo tredimensionale. Për një kohë të gjatë, pikturat dhe skulpturat (idhujt), përdorshin nga paganët për adhurim dhe rite fetare. Kjo e shpjegon pse kur Profeti a.s., pa piktura në një ambient jo-fetar, ai nuk i kundërshtoi ato. Ngjashëm, kur ai pa fëmijë teksa luanin me kukulla tredimensionale, ai nuk e ndaloi atë.

Në të njëjtën mënyrë, çfarëdo pikturë apo skulpturë e përdorur sot si idhull, apo për adhurim, është kategorikisht e ndaluar. Mirëpo, pikturat ose skulpturat sot nuk përdoren për adhurim, por për qëllime si shkenca, teknologjia, mediat, arsimit, zbavitja, pasaportat, kartat e identitetit (letërnjoftimet) dhe karta kredie. Të gjitha këto përdorime nuk janë ndaluar nga Traditat e Profetit a.s. Punët tona me këto mjete duhet të jenë për qëllime të dobishme, e jo të dëmshme. Një thikë, për shembull, mund të përdoret për shumë qëllime të mira, por nuk duhet përdorur kurrë për dhunë dhe për të vrarë njerëz (përveç për therje kurbanit, vetëmbrojtje apo luftë).

Zhvillimi i trurit të kalamajtë

Kalamajtë që sapo janë ngritur në këmbë janë të interesuar të mësojnë gjuhë, modele dhe marrëdhënie të të gjitha llojeve. Ata thjesht nuk e vëzhgojnë jetën ashtu siç kanë bërë si foshnja; ata dëshirojnë të bëhen pjesë e saj. Në vijim janë disa ide për prindërit për t'i zhvilluar interesimet e kalamajve dhe për të bërë një dallim pozitiv në zhvillimin e trurit të tyre.

TËRHEQJE E VËMENDJES PËR SHABLLONET E RËNDËSISHME NË MJEDISIN

Sekuencat dhe situatat janë të rëndësishme për kalamajtë që sapo janë ngritur në këmbë. Sekuencat janë mjaft interesante për kalamajtë. Trutë e fëmijëve të njomë natyrshëm i lidhin ndodhitë në kohë në një marrëdhënie shkak-pasojë. Prindërit mund t'ua tregojnë rendin e saktë të shfaqjeve fizike (efektet e dritës, temperaturës, ujit, gravitetit dhe erës), dhe të traditave shoqërore (trokitja në derë para hyrjes, ndërrimi i radhës, thënia: “faleminderit”). Fëmijët në këtë moshë janë po ashtu kureshtarë nga sekuencat e përdorura në detyrat e përbashkëta, si pastrimi, gatimi apo veshja. Shablloni i dytë i rëndësishëm janë *situatat*. Kalamajtë nuk tregojnë interesim për situatat, siç tregojnë për sekuencat. Megjithatë, në muajt nga 13-19, ata fillojnë t'i vërejnë shabllonet e grupimit. Për shembull, çfarë janë objektet, kush janë njerëzit dhe çfarë janë ndodhitë të ndërlidhura me një përvojë në restorant? Deri nga mosha parashkollore, fëmijët i shfrytëzojnë këto informacione për ta kuptuar dhe për t'iu përshtatur mjedisit në përgjithësi. Prindërit duhet t'ua bëjnë me dije informacionet “çka”, “kush”, e madje edhe “pse” dhe “si”, kur ata janë në situata të ndryshme me fëmijët e tyre.

INKURAJIMI I PJESËMARRJES FIZIKE TË FËMIJËVE NË AKTIVITETE

Mësimi i koncepteve hapësinore bëhet shumë më i lehtë me pjesëmarrjen fizike. Për shembull, fjala “nën” do të ketë më shumë domethënie nëse kalamani futet “nën” një tavolinë kur përdoret kjo fjalë. Vendosja e kalamajve në një hapësirë të kufizuar me një varg të kufizuar objektësh, e dobëson zhvillimin e tyre. Jini të pranishëm sa më shumë që të mundeni si udhëzues i fëmijës tuaj, duke u kujdesur për çështjet e sigurisë dhe duke bashkëvepruar sa më shumë që të mundeni.

BISEDIMI ME FËMIJËT DHE SHTJELLIMI I ASAJ QË IU THUHET ATYRE

Kur prindërit flasin me kalamajtë e tyre, ata ndihmojnë në zhvillimin e fjalorit. Gjatë shtrirjes kohore 12-24 mujore, fëmijët dëshirojnë t'i dinë emrat e objekteve. Ngaqë prindërit i përmendin këta emra, ata duhet të jenë sa më të qartë për atë se kujt i referohen. Prekja e objekteve ndihmon mësimin e gjuhës. Prindërit mund të përdorin gjithashtu të dhëna “konteksti”, si: “Unë do ta marr librin”, duke e demonstruar veprimin. Kur nënat parashtrojnë pyetje dhe pastaj i përsërisin përgjigjet e fëmijëve me zgjerime të riformuluara, fëmijët bëhen më të avancuar në gramatikën e tyre. Për shembull, nëse fëmija përgjigjet: “kafaz”, në pyetjen: “Ku është zogu?”, prindi ia kthen: “Po, zogu është në kafaz”, duke dhënë strukturën e plotë të fjalisë.

RUAJTJA E NJË ATMOSFERE POZITIVE, TË PARASHIKUESHME DHE SHPËRBLYESE

Ndjenjat që prindërit i projektojnë te fëmijët e tyre ndikojnë në trurin. Shkëmbimet midis nënave në depresion dhe foshnjave të tyre faktikisht kanë prodhuar aktivitet të trurit të foshnjat, që i ka përngjarë depresionit të nënave (Field et al. 1988). Atmosfera gazmore, optimiste prodhon fëmijë më të gjallë dhe që e merr veten më shpejt emocionalisht. Fëmijët e rinj ndikohen nga energjia emocionale e prindërve të tyre, dhe nga shkalla deri në të cilën kujdestarët e tyre janë pozitivë dhe mbështetës. Vazhdimësia në rutinë e bën të mësuarit më të lehtë, dhe mundëson siguri më të madhe emocionale.

INKURAJIMI I PRAKTIKËS DHE PËRSËRITJA E MIRËSEARDHUR

Praktika dhe përsëritja janë me rëndësi. Ajo që një fëmijë nxjerr nga një situatë e dhënë, është vetëm pjesë e dijes së përgjithshme të mundshme nga ai objekt, ngjarje apo rrethanë. Në fakt, foshnjat dhe kalamajtë mund të ndjekin vetëm një element të veçantë të asaj që është dëgjuar, parë apo ndjerë në shumë raste para se të vërejnë ndonjë tipar tjetër. Trurit i duhet kohë t'i pasqyrojë realitetet e mjedisit. Prindërit nuk duhet ta përshpejtojnë këtë proces; ka aq shumë për të mësuar!



A e njeh fetusin zërin tuaj?

Studimet tregojnë se diçka nga mësimi brenda barkut ndodh në javët e mëvonshme të shtatzënisë. Baballarët mund t'i flasin fetusit përmes një gazete në formë ruli që bebja të mësohet me zërin e babait. (HENRY BILLER 1993)

Si emocionet e shtypin arsyen

*Është e vërtetë se njeriu është i prirur
të jetë i padurueshëm.*

*Pse kur e godet ndonjë e keqe,
ai ankohet së tepërmi.*

(Kur'ani, 70:19-20)

Edhe pse shumica prej nesh rëndom nuk reagojmë dhunshëm, të gjithë ne zemërohemi, iu dorëzohemi frikëve të paarsyeshme, ose ndryshe ndjehemi të kapluar nga emocionet tona kohë pas kohe. Pse ne, si qenie njerëzore të kujdesshme, lejojmë që impulsi emocional të na e shtypë të menduarit e arsyeshëm?

Amigdala, një pjesë në madhësi bajameje e trurit, është vendndodhja fizike e emocioneve tona. Ajo vepron si një “sistem për siguri shtëpiake”. Amigdala i skanon shqisat për çfarëdo qoftë frikësuese apo dëmtuese.

Kurdo që amigdala detekton rrezik, ajo reagon menjëherë, duke lëshuar një alarm emergjence në çdo pjesë kryesore të trurit. Trupi fillon të përgatitet për të luftuar apo për t’ia mbathur. Rrahjet e zemrës dhe shtypja e gjakut rriten, ndërsa frymëmarrja ngadalësohet. Madje edhe sistemi i kujtesës kalon në një marsh më të shpejtë, teksa i skanon arkivat e saj për ndonjë dije që është relevante për emergjencën në fjalë.

Amigdala vepron si magazinë e kujtimeve emocionale. Kujtimet që ajo magazinon janë sidomos të gjalla, sepse ato vijnë në amigdala me stampimin neurokimik dhe hormonal që i shoqëron stresin, ankthin dhe ndonjë tjetër eksitim të thellë. Truri ka dy sisteme kujtese, një për faktet e rëndomta, dhe një për ato që janë me mbushje emocionale.

Problemet shfaqen ngaqë amigdala shpesh dërgon alarm të rrejshëm, kur ndjenja e panikut që ajo e shkreh ka të bëjë me kujtimet e përvojave, që nuk janë më gjegjëse për rrethanat tona. Për shembull, episodet traumatike nga foshnjëria, kur arsyeja dhe gjuha mezi

kanë qenë të zhvilluara, mund të vazhdojnë të shkrehin përgjigje të skajshme emocionale, madje deri në moshën madhore. Neokorteksi – pjesa mendare, analitike e trurit – vepron si një “valvul për dallgët e mëdha të amigdalës”. Pjesën më të madhe të kohës, neokorteksi i kontrollon reagimet tona. Mirëpo, duhet më shumë kohë që neokorteksi ta përpunojë informacionin. Kjo u jep mundësi reagimeve të menjëhershme, të skajshme të shkrehura nga amigdala mundësi që “t’i marrin gjërat në duart e tyre” para se neokorteksi të vetëdijësohet për atë që ka ndodhur. Kur kjo ndodh, emocionet e shtypin arsyen.

Shumica e njerëzve mësojnë se si ta shmangin reagimin e tepërt emocional, kur janë foshnja. Nëse ata kanë të rritur përkrahës dhe të kujdesshëm pranë tyre, ata i marrin sinjalet shoqërore që iu mundësojnë atyre të zhvillojnë vetëdisiplinë dhe dhembshuri.

Sipas Dr. Geraldine Dawson (1984), nga Universiteti i Washingtonit, periudha kryesore për zhvillimin emocional del se është midis tetë dhe tetëmbëdhjetë muaj, kur bebet i formojnë lidhjet e tyre të para të fuqishme. Njësoj si me zhvillimin njohës, zhvillimi emocional zgjat deri në adoleshencë dhe përtej, edhe pse ngushtohet me kalimin e kohës. Fëmijët që kanë pasur shumë përvoja të dhimbshme (nga abuzimi, shpërfillja apo ekspozimi ndaj dhunës), mund të shfaqin reagime shkatërrimtare dhe antishoqërore më vonë në jetë.



Kujdesi i nënës është i pazëvendësueshëm

Kur'ani u thotë nënave t'iu japin gji fëmijëve të tyre deri në moshën 2-vjeçe, kurdo që të jetë e mundur. Ky investim si nënë te bebet gjatë etapave vendimtare të zhvillimit njohës dhe emocional do të sjellë shpërblime të mëdha.

Nëna është figura qendrore dhe thelbësore në zhvillimin e një foshnje. Nënata që punojnë duhet ta pyesin veten nëse kanë nevojë me të vërtetë të punojnë në vitet e para të bebeve të tyre. Një fëmijë i lumtur, i balancuar siç duhet, gjithsesi se ia vlen pak sakrificat materiale. Nënave, puna e të cilave është çështje mbijetese, duhet t'iu jepen më shumë mundësi për të punuar me orar të shkurtuar dhe nga shtëpia, kurdo që kjo të jetë e mundur. Bashkëshortët, kushërinjtë, miqtë dhe fqinjët e tyre duhet t'iu sigurojnë atyre sa më shumë mbështetje.

Me këtë parasysh, ne nuk mohojmë se fëmijët nga të gjitha familjet janë të aftë për përshtatje psikologjike të shëndetshme. Një prind mund të jetë në punë me orar të plotë dhe të rrisë një fëmijë pa ndihmën e askujt, dhe sërish të bëjë punë të mirë në rritjen e një fëmije të shëndetshëm. Ky libër vlerëson se veprimtaritë në lidhje me rritjen e suksesshme të fëmijës kërkojnë kohë cilësore. Nënata që punojnë kanë më pak kohë për të kaluar me fëmijët e tyre, sesa nënata me orar të plotë. Kësisoj, nënata me orar të plotë, nëse përgatiten siç duhet, kanë më shumë gjasa të prodhojnë fëmijë të shëndetshëm dhe psikologjikisht të përshtatur, sesa nënata që punojnë (duke qenë të gjitha gjërat tjera të barabarta). Kuptohet, nëse një nënë që punon ka anëtarë të familjes së gjerë që i ndihmojnë, si dhe një vend pune të favorshme për familjen, ajo mund të bëjë



punë më të mirë prindërimi, sesa një prind i pakujdesshëm dhe i painformuar, që mund të jetë në shtëpi gjithë kohës, por që nuk di si të kalojë kohë cilësore me fëmijët.

Çfarë na bën ajo që jemi? Natyra, të ushqyerit apo fati?

Shkencëtarët nuk pyesin më nëse çështja është ajo e natyrës apo e të ushqyerit, ata tani përqendrohen mbi atë se si ndërveprojnë gjenet dhe mjedisi. Pra, në vend të garës midis natyrës dhe të ushqyerit, ne duhet t'i konsiderojmë ato më tepër si vallëzim i dy elementeve. **Të ushqyerit vepron përmes natyrës dhe natyra vepron përmes të ushqyerit.**

Lloji i tipareve që do të ketë një person, fillon me spermën dhe vezën. Spermata dhe vezët kanë “qendra kompjuterike për kontroll” të imta brenda tyre, të quajtura kromozome, të cilat bartin informata nga qelizat e prindit te qelizat e bebes. Secila qelizë vezore dhe qelizë sperme njerëzore ka 23 kromozome, dhe kur ato bashkohen, ato arrijnë në 46 kromozome. Këto 46 kromozome kanë njësi më të imta informacioni të quajtura gjene, që përbëhen nga ADN. Ka

Disa nëna mendojnë se ato mund të menaxhojnë rritjen e fëmijës me orar të plotë, dhe një karrierë me orar të plotë. Kjo është e pamundur. Sapo të bëhen nëna, zgjedhja është bërë: fëmijët e tyre vijnë para karrierës. Shoqëria duhet t'i kundërshtojë të gjitha imazhet që i nënvleftësojnë shtëpikat, nënata dhe familjen. Nevojitet angazhim aktiv në krenimin e fëmijërisë dhe amësisë.

rreth 30.000 gjene që i përcaktojnë të gjitha llojet e tipareve, që nga ngjyra e syve, deri tek madhësia dhe forma e shputave, dhe të gjitha llojet e aftësive mendore dhe fizike. Disa nga këto gjene janë natyrisht më të fuqishëm, dhe quhen **gjene “dominues”**, ndërsa të tjerët janë më të dobët, dhe quhen **gjene “prapavajtës”**.

Për shembull, sytë kafe janë dominues, ndërsa sytë e kaltër janë prapavajtës. Nëse një burrë me sy kafe martohet me një grua sykaltër, ka mundësi që shumica e fëmijëve të tyre t'i kenë sytë kafe, sesa të kaltër, ngaqë gjenet kafe janë më të fortë. Megjithatë, është po ashtu e mundur që një bijë në një familje zeshkanësh të ketë flokë të kuqërremtë, njësoj si stërgjysha e saj (një tipar prapavajtës). Secili fëmijë krijon një hartë të detajuar të gjeneve dominuese dhe prapavajtëse të familjeve të nënës dhe të babait, të mbledhura nga shumë breza.

Gjenet nuk janë të vetmit faktorë që vendosin se çfarë personi do të bëhemi ne; kujdesi shëndetësor, edukimi dhe arsimimi janë po ashtu të rëndësishëm. Të gjithë këta faktorë jo-gjenetikë që ndikojnë mbi rritjen, quhen mjedisi apo ambienti i fëmijës, që është po aq i rëndësishëm sa edhe gjenet e tyre. Për shembull, fëmijët nga një familje e varfër, e paarsimuar mund të rriten si më inteligjentë se prindërit e tyre, nëse ushqehen mirë dhe marrin arsimim të mirë që nga lindja. Shumica e sjelljeve dhe qëndrimeve tona mësohen nga mjedisi ynë: një bebe kinez i rritur në një shtëpi europiane, kur të rritet do të mendojë dhe sillt më shumë si një fëmijë europian, edhe pse ka gjene kineze. Fëmija mund të lindë me një personalitet kokëfortë dhe të pavarur. Varësisht nga ajo se fëmija a ka edukim të mirë apo të keq, ai mund të bëhet një i rritur i llastuar, i papërkulur, apo person me vullnet dhe karakter të fortë, që është në gjendje të arrijë gjëra madhore. Mirësjellja, disiplina, dashuria dhe dhembshuria janë vendimtare në mjedisin e fëmijës. Fëmijët në jetimore që marrin ushqim të

mirë dhe përkujdesje fizike, por të cilëve nuk iu jepet dashuri dhe vëmendje e mjaftueshme, shpesh do të vuajnë shoqërisht dhe psikologjikisht më vonë në jetë.



Përtej gjeneve dhe mjedisit, faktori tjetër që na bën ajo që jemi, është vullneti ynë personal dhe fati që Zoti na e ka shkruar (Vullneti i Zotit). Besimi se disa gjëra në jetët tona tashmë janë paracaktuar nga Zoti quhet determinizëm. Gjërat që shpirti ynë nuk mund t'i kontrollojë janë pjesë e fatit të tij: aftësitë fizike dhe mendore, familja, gjinia dhe ngjyra, si dhe shumë ngjarje gjatë jetës së një personi. Trashëgimia, mjedisi dhe fati kombinohen për të formuar një sprovë për akëcilin shpirt. Akëcili nga ne ka një sfidë, për ta bërë jetën tonë sa më të mirë me vullnetin e lirë që na është dhënë. Ne do t'i kthehemi të Plotfuqishmit në Ditën e Fundit, dhe Ai do të na pyesë se çfarë kemi bërë me të gjitha ato gjëra që Ai na i ka dhënë.

Një veçori e thjeshtë si thartira në domate, kontrollohet jo nga një gjen i vetëm, por madje nga 30 të tillë që veprojnë së bashku. Në të njëjtën mënyrë, shumë gjene janë të nevojshëm për ndërtimin e tipareve të temperamentit dhe të dobësive psikologjike, me atë që secili gjen kontribuon një çikë për efektin e përgjithshëm. ADN është e ndërtuar nga katër kimikate (adenina, guanina, citozina dhe tiamina). Mund të nevojiten deri në një milion kombinime për të nxjerrë një gjen të vetëm njerëzor. Vetëm gjenet nuk e kontrollojnë kiminë e trurit, dhe përfundimisht është mjedisi që përcakton se si këta gjene do ta shprehin veten.

Ne tiparet fizike ua përshkruajmë gjeneve (si ngjyra e syve, lartësia, madhësia e shputës, forma e hundës dhe veshëve, gjatësia dhe forma e gishtërinjve). Mirëpo, është mjaft e

vështirë të vendoset se sa nga karakteret dhe tiparet e personalitetit tonë janë të ndikuara nga trashëgimia, dhe sa janë mjedisore. Të gjitha nga këto vijueset janë të ndikuara edhe nga gjenet edhe nga mjedisi: aftësitë prijarë, imagjinata, stresi, guximi, kokëfortësia, talentet artistike, agresioni, të qenit i shoqërueshëm, dashuria, ankthi, prirja për të rrezikuar, ndershmëria, shtytja, çiltërsia, konservatorizmi, liberalizmi, armiqësia, inteligjenca, gjendja shpirtërore, temperamenti, kureshtja, besimi, aftësia për zgjidhjen e problemeve dhe aftësitë vendimmarrëse.

Çfarë krijimi madhështor i Zotit jemi ne!

Vërtet, Ne e krijuam njeriun në formën më të bukur. Pastaj e zbritëm atë në më të ultin e të ultëve. Përveç atyre që besuan dhe bënë vepra të mira; ata kanë shpërblim të pandërprerë. (Kur'ani, 95:4-6)

Kritja e trurit: Ndikimi emocional mbi djemtë dhe vajzat

RRITJA E TRURIT: TRURI DYFISHOHET NË VITIN E PARË TË JETËS, DHE PASTAJ DYFISHOHET SËRISH. Trutë tanë na bëjnë jashtëzakonisht të pafuqishëm gjatë lindjes, e po ashtu edhe të ephëm përtej çdo specije tjetër. Ne lindim me më pak dije se kafshët e tjera, dhe prandaj jemi më të hapur për përvojë. Kjo po ashtu nënkupton se ajo që na ndodh neve – që nga çasti kur prindërit tanë na shtrëngojnë fort, apo, e kundërta e errët e kësaj, kur na godasin me shuplakë – është jashtëzakonisht me ndikim të madh.

NDIKIMI EMOCIONAL MBI DJEMTË DHE VAJZAT: Lidhjet emocionale janë jashtëzakonisht të rëndësishme kur jemi në moshë shumë të njomë. Mungesa e përziemërsisë prodhon rezultate fizike të këqija. Është konstatuar se nivelet e metabolizmit bien rreptë në trutë e bebeve me nëna të dëshpëruara, krahasuar me ato që i kanë pasur nënat e dashura dhe gazmore (Field, et al. 1988). Fëmijët me nëna

të dëshpëruara nuk kanë zhvillim normal të trurit. Shumica e fëmijëve që janë të privuar nga dashuria, fillojnë të shfaqin shenja mllefi dhe sjellje agresive që nga mosha trevjeçare. *Foshnjëria jo e lumtur prodhon më pak lumturi në moshën madhore, dhe më shumë gjasa për veprime negative.*

Djemtë kanë nevojë për më shumë prekje, më shumë këngë dhe më shumë mbështetje emocionale, nga ajo që ne jemi të prirë t'ua japim. Ndoshta prindërit shkëputen nga djemtë më herët në mënyrën që nuk e bëjnë me vajzat, duke i shtyrë djemtë më shpejt drejt pavarësisë. Edhe pse si burra të rritur atyre mund të mos iu kujtohet kjo, dëmtimi emocional vazhdon t'i prekë ata.



Djemtë kanë nevojë për më shumë prekje, më shumë këngë dhe më shumë mbështetje emocionale nga ajo që ne jemi të prirë t'ua japim.

Aktivitet



AKTIVITETI 40: VENDOSNI SISTEMIN E LIBRIT TË MUAJIT

Prindërit dhe fëmijët mund të krijojnë një klub libri. Libra të përzgjedhur mund të lexohen qoftë në muaj, apo në disa muaj sipas një orari të fiksuar por të epshëm. Akëcili anëtar do të lexojë një libër dhe do ta prezantojë atë, i ndjekur nga një diskutim i hapur. Më e mira është që kjo të ndodhë pas një vakti të mirë, me ç'rast secili anëtar do të tregojë një batutë. Që orari të ketë sukses dhe të bëhet shprehi, bëheni atë rregullisht. Për shembull, caktojini të premtën e parë në mbrëmje (apo të shtunën) në 19:00 të çdo muaji për klubin e librit. Kësisoj nuk do të ketë nevojë për të bërë lajmërim dhe anëtarët ka më pak të ngjarë të kenë mosmarrëveshje orari.

KAPITULLI 12

Rritja e djemve dhe vajzave: A janë ata të ndryshëm?

- Hyrje **230**
- Dallimet specifike: Logjika kundrejt emocioneve **230**
- Lidhja emocionale **232**
- Shqisat **233**
- Statusi **233**
- Shprehjet e fytyrës **234**
- Stereotipizimi kulturor i djemve dhe vajzave **234**
- Pikëllimi **235**
- Dallimet seksuale **235**
- Urtësia e dallimeve gjinore: Rolet, jo preferencat **235**
- Prioriteti i amerikanëve dhe amerikaneve: Studim **237**
- Kur fillon ndasia gjinore? **238**
 - Gratë mashkullore dhe burrat femërorë* 240
- Statusi i prindërimit: Urtësia e gjinisë **241**
- Përse mosbalancimi? **241**
- Mitet dhe realitetet për baballarët si kujdestarë **242**
- Efekti i baballarëve që mungojnë mbi fëmijët **243**
- Nevojat e ndryshme të djemve dhe vajzave **243**
 - Ajo çka i duhet një vajze të vogël* 244
 - Ajo çka i duhet një djali të vogël* 245
- Reagimet racionale ndaj dallimeve gjinore **246**
- Ngatërrimi i gjinisë me temperamentin **246**
- Djemtë dhe vajzat mësojnë ndryshe **247**
- Ndarja e djemve dhe vajzave në shkollat dhe klasat **249**
- Prindërimi dhe gjinitë: folur nga aspekti islam **251**
- Mënyra e Zotit është mënyra më e mirë: Shembujt e Kinës, Gjermanisë dhe Indisë **254**
- Aktivitetet 41–43 **255**



Hyrje

DISKUTIMI I DALLIMEVE MIDIS burrave dhe grave është me rëndësi, dhe ndihmon të kuptuarit tonë për rolet dhe nevojat e tyre të ndryshme. Ashtu siç e prek drejtpërsëdrejti marrëdhënien midis bashkëshortëve dhe bashkëshorteve, ai po ashtu ka ndikim edhe mbi marrëdhënien midis prindërve dhe bijve dhe bijave të tyre. Marrëdhëniet e shëndosha janë të ndërtuara mbi të kuptuarit e ndërsjellë të ngjashmërive dhe dallimeve midis gjinive. Ideja e një prindi për atë se çfarë i përbën dallimet midis djemve dhe vajzave, ka ndikim mbi marrëdhëniet e fëmijëve më vonë në jetë. Konceptet dhe mendimet bëhen fjalë, fjalët bëhen veprime, veprimet bëhen shprehje, ndërsa shprehjet formulojnë personalitete.

Ky nuk është diskutim për atë se cila gjini është më e mirë apo më e rëndësishme, sepse Kur'ani dhe Profeti a.s., e kanë zgjidhur këtë çështje qartë duke thënë:

... Edhe atyre (grave) u takon e drejta sikurse edhe përgjegjësia në bashkëshortësi... (Kur'ani, 2:228)

Profeti a.s., ka thënë:

Gratë janë shoqe “vërtet të barabarta” të burrave. (AHMEDI)

Kështu, ai i ka vënë burrat dhe gratë në pozitë të barabartë, që luajnë role të ndryshme por plotësuese, dhe jo si të kundërt apo konkurrentë.

Dallimet specifike: Logjika kundrejt emocioneve

Smalley (1995), nxjerr në pah se disa nga dallimet midis meshkujve dhe femrave janë:

- Femrat (xx kromozomi), kanë sistem imun më të fortë sesa burrat (xy kromozimi).
- Meshkujt kanë më shumë qeliza të kuqe gjaku sesa gratë, duke pasur kështu më shumë energji që u rrjedh nëpër trup.
- Meshkujt kanë më shumë muskuj, kafa më të trasha dhe lëkurë më të trashë se femrat.

Rreth 80 për qind e burrave dhe grave e ndjekin këtë shabllon: Femrat i përdorin të dy anët e trurit, ndërsa burrat e përdorin kryesisht anën e majtë. Femrat janë më vigjilente se burrat, sepse ato dëgjojnë dhe ndjejnë më shumë se meshkujt. Në një studim, një mesazh u shkrep në ekranin e kompjuterit. Gratë ishin në gjendje ta shkruajnë atë që panë, ndërsa burrat pyesnin njëri-tjetrin: “A e pe atë? Unë nuk e kapa”.

Në përgjithësi, meshkujt parapëlqejnë ta përdorin anën e majtë të trurit, për të cilin besohet të jetë vendndodhja e logjikës, aftësisë hapësinore, pushtimit, ligjëritimit, llogaritjes dhe inxhinierisë. Femrat parapëlqejnë ta përdorin anën e djathtë të trurit, për të cilin mendohet të jetë vendndodhja e ndjenjave, emocioneve, artit, poezisë, dashurisë, muzikës dhe aftësisë gojore, edhe pse edhe ato mund ta përdorin anën e majtë po ashtu. Femrat janë më pak agresive, ndërsa meshkujt janë më argumentues, mburracakë dhe më të vështirë për t'u mësuar si fëmijë. Meshkujt kanë më pak vështirësi të lexojnë harta, ngaqë ata zakonisht janë të stërvitur në aftësitë hapësinore. Zotësitë mendore janë lokalizuar më shumë në trurin mashkullor krahasuar me trurin femëror, edhe pse që të dy e shfrytëzojnë tërë trurin. Për më tepër, se cila anë e trurit është e parapëlqyer mund të ndryshojë ndër meshkujt (tipat artistikë të meshkujve e parapëlqejnë anën e djathtë të trurit, ndërsa tipat shkencorë të meshkujve e parapëlqejnë anën e majtë të trurit). (Baron-Cohen 2002; Gilmartin et al. 1984).

Meshkujt dhe femrat mund t'i shfrytëzojnë të dy anët e trurit, nëse e stërvitin veten dhe mësojnë se si ta bëjnë këtë.

Gray (2003), thotë se meshkujt pëlqejnë të marrin vendime, të pushtojnë, të ofrojnë zgjidhje dhe harlisen për arritjet. Gratë pëlqejnë t'i shprehin ndjenjat e tyre, t'i diskutojnë problemet e tyre, dhe i vlerësojnë ata që i dëgjojnë ato, ndaj ato kanë nevojë të jenë të dashura dhe të mbrojtura.

Meshkujt tentojnë të zbulojnë dhe shprehin fakte, ndërsa femrat tentojnë të shprehin ndjenja dhe emocione. Në një studim, vajzave të reja dhe djemve të rinj amerikanë iu tha të thonë çfarëdo fjalësh që dëshironin të thoshin. Të gjitha vajzat thanë diçka që kishte të bënte me fjalë muhabetqare, ndërsa 60 për qind e djemve vetëm bënin zhurmë në vend



të fjalëve. Një amerikan mesatar flet rreth 12.000 fjalë në ditë, ndërsa një amerikane mesatare flet 25.000 fjalë në ditë. Muskujt e buzëve lëvizin më shumë pas lindjes te vajzat, sesa te djemtë. (Eliot 2009)

Meshkujt tentojnë të ofrojnë zgjidhje kur ka ndonjë problem. Kur një grua i ankohet bashkëshortit të saj, ai përpiket të

japë zgjidhje. Femrat, nga ana tjetër, pëlqejnë të ofrojnë keqardhje dhe dashuri.

Meshkujt janë të stërvitur të jenë më objektivë dhe të arsyeshëm, ndërsa femrat janë të stërvitura të jenë më personale. Nëse një burrë shikon një lojë basketbolli, ai nuk është i etur të dijë për jetët e lojtarëve. Mirëpo, një grua do të ishte më e interesuar ta shikonte lojën, nëse i di emrat e lojtarëve dhe familjet e tyre. Gratë janë të stërvitura të përqendrohen mbi marrëdhëniet më nga afër sesa burrat.

Burrat, deri në një masë, mësojnë ta ndajnë veten nga mjediset e tyre. Femrat e sigurojnë identitetin e tyre nga ata që i njohin dhe nga mjediset e tyre. Një grua nuk e ndan veten nga shtëpia e saj, fëmijët e saj dhe puna e saj. Nëse ajo harron t'i lajë enët, ajo mendon të kthehet prapa dhe t'i lajë ato. Shtëpia e saj është një pjesë e rëndësishme e saj. Një mashkull ndjen ndryshe për shtëpinë e tij, ngaqë për të shtëpia është kryesisht një vendpushimi, ndërsa larja e enëve me kohë nuk është prioritet i tij. Meshkujt tentojnë t'i mbajnë në mend gjërat e përgjithshme në marrëdhëniet e tyre, ndërsa femrat mësojnë të përqendrohen më shumë mbi detajet, pra çka kanë veshur dhe ngrënë në përvjetorin e parë të martesës së tyre. Gratë kanë një dëshirë më të fuqishme për marrëdhënie të mira dhe kanë aftësi ta njohin një marrëdhënie të keqe më shpejt se burrat. Disa hulumtues kanë kërkuar nga çiftet që t'ia parashtronë vetes pyetjen vijuese: Si është marrëdhënia jonë në shkallën nga 0-10? Çfarë duhet të bëjmë që ta përmirësojmë marrëdhënien tonë më afër 10-tës?

Meshkujt janë të prirë t'i përgjigjen pyetjes së parë me dy pika më lartë se femrat, ndërsa femrat janë të prira të jenë më të sakta rreth cilësisë së marrëdhënies së tyre.

Bashkëshorti ka nevojë të ndjehet i përshatshëm, gjë që shfaqet kur bashkëshortja e tij e lavdëron atë, dhe i shmanget kritikës për të (veç nëse ai e kërkon këtë).

Gratë kanë nevojë për më shumë energji emocionale, që është e domosdoshme për kujdesin e duhur për bebet. Burrat kanë më pak tolerancë se gratë kur bëhet fjalë për fëmijët e tyre. Një baba u kujdes për djalin e tij 4-vjeç për një ditë të tërë. Ai përfundoi se sikur ta disiplinonte djalin e tij gjithë ditën, ky nuk do të ishte ndëshkim i mjaftueshëm për çapënkëllëkun që i biri bënte pandërprerë! Nënata ka më pak gjasa të thonë diçka të tillë tronditëse.

Emocionalisht, një burrë e ka të vështirë të lidhet me të shoqen, ndërsa një grua e ka më të lehtë këtë. Kjo mund të jetë pjesërisht për shkak të biologjisë, dhe pjesërisht për shkak të edukimit dhe stërvitjes. Gratë janë më të afta për të ndërtuar miqësi të ngushta sesa burrat.

Sipas mënyrës me të cilën janë rritur shumë burra, bukuria nuk është prioritet në jetët e tyre, e megjithatë fuqia financiare është. Gratë janë më shpesh të edukuara të përqendrohen te bukuria, në vend se te fuqia financiare. Një gruaje i thuhet se ajo duhet

Dr. Warren thotë se kur një klient i ri vjen tek ai, ai e pyet: "Kush janë tre miqtë më të ngushtë tuaj?" Nëse klienti është femër, përgjigjja është zakonisht e shpejtë, dhe ajo mund të përshkruajë më shumë se tre miq, dhe mund ta ketë të vështirë të ngushtojë listën në vetëm tre. Nëse klienti është burrë, shpesh bëhet një pushim i ndjekur nga pyetja: "Çfarë mendoni saktësisht me miku më i mirë?" Shumica e burrave nuk janë të aftë për të ndërtuar miqësi të ngushta. Ata kënaqen të jenë së bashku për të shikuar lojëra, për të gjuajtur apo peshkuar. Por a janë ata miq "të ngushtë"?

(WOLGEMUTH, 1996)

të jetë tërheqëse për të zënë një burrë, dhe ta angazhojë atë për përgjegjësitë e tij për ta mbajtur familjen.

Gur et al. (1999) kanë treguar se trutë e grave duket sikur punojnë në një temperaturë paksa më të lartë, qarkullojnë më shumë gjak dhe ruajnë një mbushje pak më të madhe të përgjithshme. Vajzat piqen më shpejt se djemtë (ato flasin dhe lëvizin më me hijeshi në një moshë më të re). Trutë e femrave dhe meshkujve duket se zhvillohen në binarë të ndryshëm, edhe pse askush nuk është i sigurt pse. Këto dallime nuk janë konstante, ngaqë plasaritjet mund të zgjerohen dhe mbyllen sipas moshës. Një vashë e re mund të përdorë fjalë më lehtësisht se një djalosh i ri, edhe pse në vitet e mëvonshme ai pritet ta arrijë në këtë.

Studimet me pamje të neuroneve piren të tregojnë se dallimi biologjik parashikon një lloj të veçantë të sjelljes. Burrat ka më shumë gjasa të shquhen fizikisht, ndërsa gratë të shquhen gojarisht, dhe kjo është mënyra si zakonisht njerëzit janë të prirë të sillen. Në raste të tilla, është tunduese të nxirret përfundimi se është biologjia, jo kultura, ajo që e drejton sjelljen. Megjithatë, gjetja e një dallimi funksional mund të na tregojë po aq për kulturën sa për biologjinë. Trutë tanë janë në themel të ngjashëm, qoftë edhe nëse ne i përdorim ata ndryshe. Nëse vendosim dy tru pranë njëri-tjetrit, ata duken të njëjtë dhe ne duhet të studiojmë me shumë kujdes për t'i gjetur dallimet. Kontrastet janë tejet të imët, dhe akoma më misteriozë, për të sugjeruar se këto janë organe thellësisht të ndryshme. Edhe pse njerëzit mund të bëjnë ca gjëra ndryshe, shabllonet themelore të sjelljes janë të njëjtë midis burrave dhe grave.

Lidhja emocionale

Lidhja emocionale është bërë lëndë stereotipash dhe kartolinash urimi: gratë kërkojnë zotim, ndërsa burrat ikin; gratë flasin për ndjenjat e tyre, burrat e ndryshojnë temën tek rezultatet e futbollit; gratë i ndajnë emocio-

net e tyre me shoqet, burrat e konsiderojnë këtë si një veprim zbulimi të pahijshëm. A është ky thjesht një perceptim? Nëse është, nga buron një perceptim i tillë?

Reagimet emocionale të foshnjave njëditore, nuk janë përshkak të stërvitjes apo shoqërizimit. Në një testim me çrast bebet thjesht dëgjonin zëra – të bebeve të tjera që qajnë, të thirrjeve të kafshëve, të zërit të çuditshëm gumëzhitës nga kompjuteri – ata i përgjigjeshin më fuqishëm zërit të një njeriu tjetër të shqetësuar (Cassidy 1999). Mirëpo, ishin pikërisht ato femra të vockla që reagonin në mënyrën më intensive ndaj zërit të shqetësimit të tjetërkujt – reagim ky që do të vazhdojë gjatë gjithë jetëve të tyre. Edhe pse të dy gjinitë i përgjigjen shqetësimit të një tjetri, madje edhe në ditën e parë, vajzat janë më të akorduara për një përgjigje të ndjeshme. Femrat mund të jenë më të prira të imagjinojnë se si do të ndjeheshin sikur stimujt që e prekin tjetrin ta preknin atë. Femrat, për një kohë të gjatë linja e parë e shprehjes së kujdesit – mbrojtja e parë që një foshnjë ka ndaj botës – janë të orientuara drejt nevojave të të tjerëve.



Shqisat

Atëherë, nuk është për t'u habitur që femrat kanë shqisa aq mprehtë të akorduara. Shqisa e nuhatjes e femrës është me e mprehtë se ajo e mashkullit (sidomos gjatë ovulacionit), dhe femrat janë më të ndjeshme ndaj prekjeve se burrat. Aftësia për të komunikuar me prekje është vendimtare për mbijetesën e shëndoshë të një fëmije. Kur foshnjat e parakohshme

mbahen, apo madje thjesht preken butësisht, ata rriten dhe piqen më shpejt. Ata fitojnë në peshë 47 për qind më shpejt se ata të lënë vetëm, madje edhe nëse të dy e pranojnë të njëjtën sasi ushqimi. (Dodd 2005)

Shqiptimet e nënave janë të përshtatura mirë me ndjesitë dhe nevojat e foshnjave. Duke iu lëshuar foshnjave zëra të regjistruar në shirit, ata kthehen më me dëshirë nga tingujt me notë më të lartë të gruas, sesa nga tonet që e njëjta grua mund t'i përdorë për një të rritur. Përveç kësaj, zemra e foshnjës ngadalësohet, qetësohet dhe merr ritëm të qëndrueshëm, duke rrahur më butësisht, teksa e dëgjon atë muzikë të veçantë të zërit të nënës. Prehja që nëna ia jep fëmijës shfaqet themelore, biologjike dhe e vazhdueshme me zhvillimin që ndodh në barkun e nënës. Është pikërisht në këtë gërshetim të nënës dhe fëmijës – rrëfimi për dy zemrat – ku fillojnë dallimet emocionale midis burrave dhe grave.

Statusi

Ideja e statusit duket se shfaqet shumë herët te djemtë. Kjo nuk duket se shfaqet aq shumë te vajzat. Në përgjithësi, vajzat duken më pak të vendosura për t'u bërë numër një – me disa përjashtime. Një studim tipik i lojës së fëmijëve e pasqyron këtë pikë, duke e eksploruar mënyrën se si grupet e fëmijëve të së njëjtës gjini e luanin lojën e “doktorit”. Që të gjithë fëmijët dëshironin të ishin doktori – ai që do të ishte përgjegjës për t'iu treguar të tjerëve se çfarë duhej të bënin. Ata do të grindeshin rreth kësaj një kohë më të gjatë. Vajzat do të pyesnin se kush dëshironte të bëhej doktoreshë. Pastaj ato do të negocionin, duke i ndarë rolet si doktor, infermiere dhe paciente.

Djemtë, më shumë se vajzat, duan lojëra me fitues të vërtetë. Ata po ashtu duken më rehat në ballafaqimin rreth rezultatit të lojërave. Lojërat e vajzave del se janë më të shkurtra se ato të djemve. Djemtë debatojnë rreth lojërave të tyre – kush çfarë bëri, kush

çfarë kishte, dhe lojërat e tyre nuk përfundojnë për shkak të polemikës. Mirëpo, vajzat ankoheshin se grindjet rregullisht iu jepnin fund lojërave të tyre. Djemtë heqin dorë nga mosmarrëveshjet më lehtë se vajzat; vajzat kanë një reagim emocional më të fortë ndaj konfliktit. Dikush argumenton se ky mund të ishte rezultat i kulturës, se ne i inkurajojmë vajzat të jenë më emocionale, ndërsa e dekurajojmë emocionalizmin tek djemtë.

Sidoqoftë, sado që përpiqemi t'i ndajmë, biologjia dhe kultura nuk janë reciprokisht përjashtuese. As që mund të jenë. Pyetjet tona rreth rolit të natyrës kundrejt të ushqyerit formojnë një rreth, në të cilin njëri ndikim e ushqen tjetrin. Në këtë lak, biologjia është më e rëndësishme si pikënisje. E megjithatë, si mund ta kuptoni se ku fillon rrethi?

Shprehiet e ftyrës



Gratë janë shumë më të afta se burrat në interpretimin e shprehjes së fytyrës. Gratë tentojnë të buzëqeshin shumë më shpesh se burrat, ndërsa burrat shpesh i inkurajojnë gratë të buzëqeshin. Ka të tillë që argumentojnë se kjo mund të jetë për shkak të një të kaluarë të bazuar mbi marrëdhënien dominues-i nënsh-truar midis dy gjinive. Gratë janë po ashtu më të afta se burrat për t'i lexuar shprehjet joverbale (si gjuha e trupit dhe lëvizjet e fytyrës).

Në studimin e fotografive të fytyrave, të dy gjinitë ishin njësoj të afta për të vërejtur kur dikush tjetër ishte i lumtur. Gratë po ashtu lehtësisht e lexojnë pikëllimin në fytyrën e një personi, qoftë mashkull apo femër, me gati 90 për qind saktësi. Burrat, nga ana tjetër, me saktësi lexuan hidhërimin në fytyrën e tjetërkujt në rreth 90 për qind, por kishin të drejtë rreth 75 për qind, teksa shihnin fytyrën e gruas. Fytyra e gruas duhej të dukej vërtet e pikëlluar që burri ta vërente. Shprehjet delikate kaluan pa u vërejtur nga ata.

Stereotipizimi kulturor i djemve dhe vajzave

Disa njerëz i lexojnë gabimisht realitetet e biologjisë sonë. Një këngë e vjetër çerdheje fëmijësh thotë se vajzat janë të bëra nga: “sheqeri, erëza dhe gjithçka e këndshme”, ndërsa djemtë janë: “jargavecë dhe kërmij dhe bishta qenushësh”. Një fëmijë 5-vjeç u ofendua: Pse duhet vajzat të jenë të mirat? Pse djemve u mbetet të jenë kafshë të dëmshme kopshti, dhe pjesë të amputuara trupi qensh?

Disa studime sugjerojnë se djemtë kanë më shumë nevojë për vëmendje kokë më kokë, ngaqë përziemëria mund ta ndryshojë nivelin e hormonit gjinor në tru, që pastaj ndikon mbi zhvillimin e trurit. Shumë studime të burrave dhe grave tregojnë se ata më së miri i përballojnë madje edhe sëmundjet e rënda, si sëmundja e zemrës dhe kanceri, nëse kanë martesë të dashur dhe mbështetëse. Madje edhe një zënkë martesore e parëndësishme dërgon të ngjethura nëpër sistemin e imunitetit, deri në atë masë sa pas një zënke çiftet ka më shumë gjasa të preken nga një ftohje apo grip. Kur vdes njëri partner, sistemi imun i të mbijetuarit mbetet i dëshpëruar nga katër deri në katërmbëdhjetë muaj.

A jeni pyetur ndonjëherë përse kapitujt e Kur'anit fillojnë me: “Me Emrin e Zotit, të Gjithmëshirshmit, Mëshirëplotit”? A nuk vëreni ndonjë iluzion që prindërit të jenë të përzemërt ndaj fëmijëve të tyre?



Pikëllimi

Askush nuk ka konstatuar kurrë që vetmia apo pikëllimi të jenë të mirë për shëndetin, qoftë atë mendor apo fizik. Gratë merren me pikëllimin ndryshe nga burrat. Kjo mund të shpjegojë se përse bashkëshortët dhe bashkëshortet reagojnë ndryshe ndaj humbjes së një fëmije (burri zakonisht tërhiqet, ndërsa gruaja zakonisht dënes në krahun e çdokujt). Mirëpo, ne nuk mund të argumentojmë se çdo grua është komunikues emocional i mirë, apo se çdo burrë ka “vetëpërmbytje” të lartë. Është një pikë në të cilën shkencën nuk mund t’i përkufizojë të gjitha aspektet e asaj se kush jemi ne.

Dallimet seksuale

Kur disa bashkëshorte u pyetën: “Nëse nuk do të mund të bënit më seks me bashkëshortin tuaj, si do të ndjeheshit?”, shumica u përgjigjën se kjo do të ishte në rregull; ato vetëm kishin nevojë për përqafile dhe puthje. Mirëpo, burrat, thanë se do të ndjeheshin keq, nëse nuk do të mund të bënin seks me gratë e tyre. (Fischer, et al. 2012)

Seksualisht, gratë janë më të forta se burrat. Ato mund t’i shmangen seksit për periudha më të gjata, dhe ato zakonisht duhet të preken për t’u nxitur. Burrat e kanë të vështirë t’i shmangen seksit për periudha të gjata. Një fjalë mund ta nxisë seksualisht burrin dhe të shkaktojë ereksion tek ai. Gratë mund të bëjnë seks pa u eksituar, për dallim nga burrat që kanë nevojë të eksitohen.

Një burrë mesatar në Shtetet e Bashkuara mund të mendojë për seks çdo disa minuta.

Burrat duhet ta ulin shikimin e tyre, ngaqë ata janë më të dobët në kontrollimin e shtytjeve seksuale të tyre. Seksi është një veprimtari e rëndësishme dhe fëmijët janë pasoja të tij. Rregullimi i marrëdhënieve seksuale është me rëndësi të jashtëzakonshme për një shoqëri të shëndoshë moralisht, psikologjikisht dhe shoqërisht.

Urtësia e dallimeve gjinore: rolet, jo parapëlqimet

Gruaja është krijuar dhe përgjithësisht mësuar të jetë e ndjeshme dhe emocionale, që të mund t’i mbrojë me gatishmëri fëmijët e saj nga çfarëdo kërcënimi. Kjo është po ashtu e dukshme edhe në mbretërinë e kafshëve. Nëna mace i mbron kotelet e saj, dhe i fsheh ato nga të gjithë maçokët dhe macet e tjera, përfshirë edhe babanë, që të mos i hanë ato si minj. Një hormon i veçantë tajitet gjatë shtatzënisë, që ndihmon në lindjen, ushqimin dhe mbrojtjen e të vegjëlve të saj.

Gjatë periudhës së përmuajshme të menstruacionit, shtatzënisë, lindjes dhe gjdhënies, gratë janë në një gjendje më të varur. Prandaj, më shumë kujdes duhet pasur gjatë këtyre kohëve. Me miliona gra ankohen nga sikleti gjatë menstruacioneve. Problemet mund të zgjasin me ditë të tëra dhe të jenë nga të buta deri në të rënda. Simptomat përfshijnë fryrje, kokëdhimbje, gjakosje të bollshme apo të zgjatur, ndryshim në humorin dhe lodhje.

Burri tërhiqet seksualisht nga një grua, dhe ai do ta mbajë përgjegjësinë për t’i shërbyer asaj dhe fëmijëve të tyre. Ai supozohet të jetë zemërgjerë, për ta furnizuar atë dhe pasardhësit e tyre për nevojat e tyre, ndërsa nëna duhet të jetë më e kujdesshme për veten dhe mjetet për jetesë për bebet e saj. Ai nuk e ka barrën e të përmuajshmeve, shtatzënisë, lindjes dhe gjdhënies. Kështu, ai është i lirë për t’u përpjekur më mirë për të ardhurat e domosdoshme, dhe nevojat e familjes.

Dallimet plotësuese në natyrën njerëzore të burrave dhe grave i shpjegojnë ligjet dhe urdhëresat familjare islame. Natyra seksuale e dallueshme e burrave dhe grave është pasqyruar në konceptin e *avretit* – pjesëve të turpshme të burrave dhe grave. Pjesët e turpshme të burrit janë përkufizuar si pjesa mes kërthizës dhe gjunjëve, ndaj ai mund të angazhohet në punë të rëndë fizike i papenguar dhe i pakufizuar. Në të njëjtën kohë, pjesët e ekspozuara të trupit të tij nuk i ngashënjë apo joshin tepër gratë, që këto ta humbasin kontrollin dhe toruan dhe t'i dorëzohen atij. E kundërta vlen për gratë. Thuajse i gjithë trupi i gruas paraqet tërheqje dhe ngasje për burrin. Burrat ngashënjehen lehtë nga shfaqja e trupit të gruas; prandaj, i gjithë trupi i saj është i përkufizuar si pjesë e turpshme, përveç fytyrës, duarve dhe shputave. Zakonisht, nuk ka ndonjë arsye të vërtetë që gratë t'ua ekspozojnë trupat e tyre burrave. Fytyra është krejtësisht diçka tjetër, ngaqë ajo ka efekte dhe funksione të tjera, siç janë shprehja e personalitetit dhe identitetit të gruas. Ky koncept i përkufizuar mirë dhe i detajuar i *avretit* është një mbrojtje e fuqishme për familjen, dhe një policë sigurimi efektive kundër shthurjes seksuale, që shkatërron familjen dhe shoqërinë. Mirëpo, brenda një marrëdhënieje burrë-dhe-grua, nuk ka kufizim për trupat e njëri-tjetrit, siç shpjegon Kur'ani.

...ato janë prehje (mbulesë) për ju dhe ju jeni prehje (mbulesë) për ato... (Kur'ani, 2:187)

Si anëtarë të barabartë të shoqërisë, burrat dhe gratë kanë të drejta të ngjashme, por role të ndryshme dhe plotësuese, varësisht nga veçantia e tyre fiziologjike dhe psikologjike. Familja është një institucion njerëzor i veçantë që funksionon me efikasitet dhe u jep përfitime burrave, grave dhe fëmijëve.

Gratë midis moshës 20 dhe 40-vjeçe janë themeli i familjes. Ato janë të buta dhe të dashura, ndaj mund të sigurojnë paqe dhe



prehje për familjet e tyre. Burri ka nevojë për qetësi, sidomos pasi të kthehet nga një ditë e gjatë dhe rraskapitëse në punë për të fituar për jetesë. Ky është një prioritet i natyrshëm në jetët e tyre në këtë fazë. Mirëpo, kjo nuk do të thotë që bashkëshortet nuk mund të bëjnë shumë gjëra të tjera, e as që i justifikon baballarët nga detyra e tyre për ta ndihmuar paqen brenda shtëpisë. Këto tipare nuk duhen interpretuar si dobësi të grave apo vrazhdësi të burrave. Ato janë të përshtatura për rolin specifik të çdonjërit anëtar. Ligji Islam ia vesh përgjegjësinë ligjore për sigurimin e të ardhurave bashkëshortit, jo bashkëshortes, pavarësisht statusit ekonomik të saj, ngaqë këtu është çështja e roleve dhe përgatitjes për t'u kualifikuar për këto role. Vendimi se a do të dalë gruaja jashtë të punojë, është në duart e saj. Ajo nuk duhet detyruar të punojë, ngaqë furnizimi për mirëmbajtjen e saj dhe atë të fëmijëve të saj bie krejtësisht mbi bashkëshortin e saj. Nëse gruaja zgjedh të dalë të punojë, nuk ka asgjë të keqe në këtë. Meqenëse ajo mund të merret me të dyja rolet e punës dhe amësisë, atëherë ajo ka të drejtë të bëhet edhe fituese të ardhurash dhe nënë.

Dallimet në fiziologji dhe psikologji midis gjinive gjatë fazave të ndryshme të zhvillimit nuk i pakësojnë të drejtat dhe përgjegjësitë e tyre. Një tipar apo cilësi e caktuar mund të jetë pozitive te gruaja (si zëri i butë), ndërsa negative te një burrë, dhe e kundërta.

Kur një burrë e shikon një grua me epsh, kjo është e papranueshme. Kur një grua e tërheq një burrë, pasojat për gruan, nëse ajo mëkaton, janë jashtëzakonisht serioze, sidomos ngaqë ajo mund të mbetet shtatzënë. Nga burri kërkohet që t'i zotohet asaj dhe të qëndrojë me të. Ai është i detyruar ta mbështesë atë dhe beben. Nëse ai nuk i kryen detyrat e tij, ai do t'i privojë ata nga e drejta e tyre e dhënë nga Zoti për mirëmbajtje dhe mjete për jetesë.

Prioriteti i amerikanëve dhe amerikaneve: Studim

Një studim i katër mijë burrave dhe grave i zhvilluar nga Washington Post dhe Universiteti Harvard nxori përfundim se prioritet për burrat dhe gratë në Shtetet e Bashkuara është:

- Përballja me presionet psikologjike dhe ekonomike të jetesës moderne.
- Forcimi i lidhjeve familjare.
- Komunikimi me fëmijët në mënyrë efikase.

Në ditët tona, fatkeqësisht, gratë janë të viktimizuara si në perëndim, ashtu edhe në botën muslimane. Përtej presioneve financiare, nga gratë në aspektin kulturor pritet që të dalin e të punojnë në Perëndim, dhe ato shikohen si objekte seksi, zbatimje e lirë dhe qenie komerciale. Në disa vende muslimane, gratë janë të pashkolluara dhe të papërgatitura për detyrën madhore të amësisë. Shumë syresh nuk kanë siguri, janë në mëshirën e burrave të tyre, dhe në shumë vende janë të shpërfillura dhe të marginalizuara.

I ndjeri Shejh Muhammed el-Gazali thotë në kujtimet e tij se gjatë fëmijërisë së tij në fshat, gratë

mund të shiheshin gjithandej, përveç se në xhami. Është për të ardhur keq të shohësh se në disa vende nuk ka hapësirë për gratë në xhami. Shumica e studentëve të teologjisë sot në Turqi janë gra. Mirëpo, arkitektët e xhamive "pak kanë menduar për akomodimin e grave adhuruese". Prandaj, në Stamboll, një pjesë e hapësirës kryesore për lutje dhe madje një xhami e ndarë u janë caktuar grave për faljet e përbashkëta. (MURAD 2009). Si mund të presim nga një nënë t'i rrisë fëmijët, pa udhëzim dhe edukim fetar që sigurohet javë pas javë në predikimin e së Xhumasë, potencialisht edukimi më me ndikim institucional që ekziston? Ky privim ka ekzistuar ndër shekuj, përkundër traditës së Profetit a.s.



Profeti a.s., ka thënë::

Mos i pengoni shërbëtorët e Allahut nga shkuarja në Xhaminë e Allahut. (MUSLIM)

Gratë, për shkak të detyrave shitesë të tyre familjare, janë të lira t'i kryejnë lutjet në xhami apo në shtëpi, sipas roleve dhe përgjegjësisë të tyre. Vërtetë, është detyra e burrave t'ua lehtësojnë grave të tyre vizitat në xhami, duke iu ndihmuar atyre, e jo duke i rënduar ato.

Derisa burrat pranojnë që gratë të punojnë jashtë shtëpisë, shumë burra dhe gra i parapëlqejnë nënat që e harxhojnë tërë kohën e tyre për fëmijët dhe në shtëpi. Shumica besojnë se arsyeja kryesore që gratë amerikane punojnë është që të fitojnë më shumë të ardhura, për t'i plotësuar domosdoshmëritë e jetës (*al-Usra*, Numri 61, 1419 H.).



Gjashtëmbëdhjetë vjet vonë

Një poet arab ka thënë:
*A qan për bijën tënde Lubna
 pasi e mposhte tërësisht atë?
 Lubna iku, e çfarë do të bësh ti?!*

Disa prindër shpesh i llastojnë, keqtrajtojnë dhe abuzojnë fëmijët e tyre, dhe pastaj ndjejnë keqardhje për veprimet e tyre.

Keqardhja e tyre mund të jetë gjashtëmbëdhjetë vjet vonë!

Kur fillon ndasia gjinore?

Shumica e fëmijëve fillojnë t'i shqyrtojnë dallimet gjinore aty rreth ditëlindjes së tyre të parë (Beal 1993). Aty mes moshës dy dhe trevjeçare, ata e kanë kuptuar gjininë e tyre.

Kështu, trevjeçarët që bëjnë vërejtje me zë rreth anatomisë, thjesht mund të jenë duke e shprehur me fjalë diçka që tashmë e kanë peshuar gati dy vjet. Kalamajtë që "dinë" për gjininë, e shohin botën si të ndarë në dy kampe. Sapo ta njohin gjininë e tyre, ndjenja e tyre për veten shpejt identifikohet si djalë apo vajzë, dhe ata mësohen se si të përshtaten. Aty rreth moshës trevjeçare, sjellja e fëmijës ka të ngjarë të bëhet mjaft specifike për gjininë. Vajzat mund të bëhen më pak agresive, dhe të zgjedhin lojëra "vajzash", si loja e shtëpisë. Djemtë mund të bëhen të rrëmujshëm, dhe të fillojnë të interesohen për lodra "çunash", si kamionë dhe personazhe aksioni.

Identiteti gjinor vjen pjesërisht nga ndikimet e gjëndrave, veçanërisht nga puberteti e tutje, dhe pjesërisht nga njohja e dallimeve anatomike në fëmijërinë e hershme, dhe reagimeve psikologjike ndaj asaj njohjeje. Mbi të gjitha, identiteti gjinor vjen nga identifikimi pozitiv me prindin e së njëjtës gjini. Në rastet e burrave femërorë dhe grave mashkullore, problemi pjesërisht mund të gjurmohet tek marrëdhëniet problematike me prindërit, përkundër gjëndrave normale.

Ajo që e bën një djalë të ndjehet mirë mashkullor është dashuria ndaj babait, të qenit i dashur nga babai, dhe përngjarja e vetes me babanë që i pëlqen të jetë burrë. Një baba duhet të ndjehet i përshtatshëm në marrëdhëniet e tij konkurruese dhe bashkëpunuese me burra të tjerë të shoqërisë së tij. Një identitet gjinor i mirë, në një trup që është në rritje e sipër, nuk varet nga ajo nëse babai i tij apo burrat e komunitetit të tij gjuajnë luanë, apo punojnë në linjë montimi, apo gatuajnë ushqimet dhe ndërrojnë pelenat në shtëpi. Për sa kohë që babai ndjehet i rehatshëm si burrë dhe ka marrëdhënie të mirë me djalin e vet, identiteti gjinor me shumë gjasë do të jetë në rregull dhe i sigurt.

Një baba që gjithmonë është ndjerë i pasigurt për burrërinë e tij, do të vazhdojë që pa dashje t'ia shfaqë shqetësimin e tij të birit në një mori mënyrash delikate.

Kjo do ta vështirësojë sigurimin e rehatshëm të identitetit mashkullor nga ana e djalit. Kundërshtimi i babait i çfarëdo pune shtëpiake si diçka femërore, apo madje edhe si zhburrëuese, është njëra nga mënyrat me të cilat ai ia shpreh shqetësimin të birit. Djali e ndjen këtë, dhe në mënyrë të pavetëdijshme merr pak nga i njëjti shqetësim.

Vajza rritet duke dashur të bëhet grua, dhe përgatitet për t'u bërë e suksesshme duke qenë e dashur dhe e miratuar nga një nënë që i pëlqen roli i gruas, çfarëdo qoftë kjo në kulturën e saj, pavarësisht nëse nëna është fermere fshati, ose një senatore e zënë me punë.

Nuk ka nevojë për t'i rritur vajzat dhe djemtë në mënyrë identike. Në shtëpi duhet të mos ketë superioritet të një gjinie mbi tjetrën. Përkundër roleve të tyre që ndryshojnë, përkujdesja për fëmijët dhe kujdesi për shtëpinë janë po aq me dinjitet, sa edhe puna në një zyrë, fabrikë apo në jetën publike.

Djemtë dhe vajzat duhen trajtuar në mënyrë të drejtë, por jo edhe saktësisht të njëjtë. Djemtë dhe vajzat duhen mësuar të përballem me jetën, e megjithatë të jenë në gjendje t'i luajnë rolet e tyre me sukses, pa ua mësuar djemve agresivitetin dhe pandjeshmërinë, ndërsa vajzat të mësohen të jenë të pafuqishme dhe tërësisht të varura nga meshkujt. Vajzat duhet të dekurajohen nga të qenit tepër emocionale, dhe të fillojnë të qajnë kurdo që nuk e arrijnë atë që dëshirojnë. Djemtë duhet të dekurajohen nga të qenit tepër agresivë, dhe t'i kthehen dhunës kurdo që nuk e arrijnë atë që dëshirojnë.

Kurdo që është e mundur, dhe derisa një person ta mbarojë kolegjin, edukimi është njësoj i rëndësishëm si për djemtë ashtu edhe për vajzat. Djemve dhe vajzave duhet t'i jepen lodra asnjëherë, në vend të vetëm kukullave dhe personazheve të aksionit. Një takëm me kuba ndërtimi Lego duhet vënë pranë një kukulle femër, apo një personazhi aksioni mashkull.

Krehja dhe veshja për vajzat nuk duhet mbitheksuar, ndërsa krehja dhe veshja për



djemtë nuk duhet nëntheksuar. Edhe nëna edhe babai duhet t'iu kushtojnë të njëjtën rëndësi flokëve të vajzës së tyre, sa edhe flokëve të djalit të tyre. Veshja nuk supozohet ta pengojë vajzën e re nga loja. Kur prindërit i japin bijës të veshë një fund, e pastaj i bërtasin pse i duken mbathjet, kjo do të thotë se ata nuk janë të drejtë ndaj saj. Prindërit duhet t'i lejojnë bijës së tyre të veshë pantallona të rehatshme, jo shumë të ngushta, dhe t'i lejojnë asaj të luajë po aq në mënyrë aktive, sa luan edhe i vëllai i saj. Bija duhet të mësojë të jetë lozonjare dhe t'i vlerësojë aftësitë fizike të saj, njësoj si i vëllai. Biri duhet të mësohet që kurrë të mos godasë një vajzë, madje edhe duke luajtur. Bija duhet mësuar që të mos lejojë kurrë që një djalë ta godasë atë, dhe nëse ai e bën këtë, ajo duhet ta mbrojtë veten në vend që vetëm të qajë dhe të largohet me vrap.



Gratë mashkullore dhe burrat femërorë

PROFETI A.S. E KA SHPREHUR PAKËNAQËSINË E TIJ MË TË MADHE NGA BURRAT FEMËRORË DHE GRATË MASHKULLORE. (EL-BUHARI)

Burri është burrë dhe gruaja është grua, dhe që të dy duhet të jenë mirënjohës për atë që janë! Ata nuk duhet ta imitojnë njëri-tjetrin. Brenda kulturës në të cilën jetojnë ata, supozohet të jetë e lehtë të dallohen djemtë nga vajzat, edhe pse në ditët tona kjo është bërë nganjëherë e paqartë. Zoti i ka krijuar djemtë dhe vajzat të dallueshëm nga njëri-tjetri, ngaqë rolet e tyre janë të ndryshme, por plotësuese. Është bekim që ne jemi të ndryshëm, në mënyrë që të mund të jemi tërheqës për njëri-tjetrin, dhe jeta bëhet më e shijshme. Ne nuk duhet t'i banalizojmë pangjashmëritë e tilla të veçanta dhe tërheqëse.

Asnjëra gjini nuk mund ta fitojë “betejën” e gjinive. Ka tepër vëllazërim me “armikun”! Feministet radikale kanë pasur ndikim dëmtues mbi kulturën perëndimore. Disa feministe pretendojnë se gratë janë po aq të paepura dhe të paprekshme, sa edhe burrat, dhe se ato mund të bëjnë çfarëdo që mund ta bëjnë edhe burrat. Pretendimet e tjera radikale janë: Gratë nuk kanë nevojë për burrat. Një grua ka nevojë për burrë sa një peshk që ka nevojë për biçikletë. Çfarëdo që i nevojitet shoqërisë, gratë mund ta bëjnë atë pa burrat.

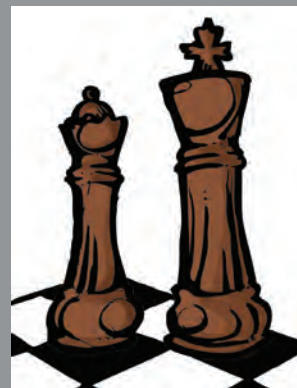
Pikëpamja mbizotëruese e krishterë i kundërshton këto pretendime. Isai a.s. iu tha burrave që jo vetëm të jenë të butë dhe të sjellshëm, por po ashtu edhe guximtarë dhe të marrin mbi vete udhëheqjen. Çdo teveqel mund të jetë “azgën”, por duhet qenë zotëri i vërtetë për ta trajtuar gruan me nder dhe respekt. Burrat mund të marrin vendime familjare, edhe pse vetëm pas një konsultimi serioz me gratë. Bashkëshortët duhet t'i trajtojnë bashkëshortet e tyre me respekt, që nënkupton se ata duhet të veprojnë me respekt. Zoti i krijoi burrat të jenë mashkullore, dhe gratë të jenë femërore, ndaj vajzat nuk duhet trajtuar si djemtë.

Kur'ani iu drejtohet çështjeve të gjinisë si vijon:

Mos lakmoni në atë, që Allahu gradoi disa nga ju mbi disa të tjerë. Burrave ju takon hise nga ajo që fituan ata, dhe grave gjithashtu ju takon hise nga ajo që fituan ato. Allahut kërkoni nga të mirat e Tij. Allahu është i dijshtëm për çdo send. (Kur'ani, 4:32)

Edhe burrat edhe gratë janë të veçantë

- Njëqind burra mund të bëjnë një vend fushimi, por duhet një grua për ta bërë shtëpinë. (Proverb kinez)
- “Kush është personi më i fortë në botë?”, pyeti shtetari athinas Themistokli. “Athinasit i sundojnë grekët, unë i sundoj athinasit; ti, gruaja ime, më sundon mua; bebja ime e sundon gruan time; bebja të sundon ty”.
- A mundet një burrë ta kuptojë plotësisht gruan? A mundet një grua ta kuptojë plotësisht burrin?
- A mundet burri ta kuptojë tërësisht agoninë e shtatzënisë dhe të lindjes? Është e pamundur, por dhimbja e rëndë e veshkës mund të jetë mjaft afër kësaj.
- Nëse do të kishit pasur rastin të mësonit një burrë apo një grua, cilin do ta zgjidhnit? Nëse e mësoni burrin, keni edukuar një qytetar, por kur mësoni një grua, ju edukoni një komb!



Statusi i prindërimit: urtësia e gjinisë

Në ditët tona, prindërimi në shumë familje është përgjegjësi e mamit, ndërsa babi ndihmon. Çekuilibri në përkujdesjen për fëmijët midis burrave dhe grave në Amerikë (më 2001) është paraqitur si vijon:

- 75 për qind e baballarëve nuk marrin pjesë aktive në përkujdesjen e përditshme.
- 50 për qind të baballarëve thonë se ata ndihmojnë kur iu lejojnë oraret.
- Nënata kalojnë më shumë kohë në përkujdesjen ndaj fëmijëve (mesatarisht 32 orë në javë), sesa baballarët (mesatarisht 10 orë në javë).

(Taffel 1994; Taffel 2001; Davidson, 1992)

Punët dhe përgjegjësitë për rritjen e fëmijës në shekullin e njëzetën, nuk janë të përvijuar nga gjinia, por nga të qenit në dispozicion dhe afërsia, dhe ka filluar t'i ngjajë një detyrë të mundësisë së barabartë. Ndërrimi i pelenave vendoset nga thënia: “Kush e nuhati më parë”, e jo nga mbrojtja si në të kaluarën: “Babai im kurrë nuk e ka bërë këtë, ndaj pse duhet unë ta bëj?”.

Termi “dado” (kujdestare e fëmijëve), që përdoret për një vajzë të re, nuk përdoret më për t'iu referuar një babai që përkujdeset për fëmijët kur nëna nuk është aty, ngaqë ai tani është bashkë-kujdestar i fëmijëve të tij. Kur e themi këtë, baballarët nuk janë partnerë të barabartë në të gjithë aspektet e përkujdesjes. Rëndësia e grave në vendin e punës ka bërë që burrat dhe gratë t'i rivlerësojnë rolet tradicionale familjare. Kur të dy ata kthehen në shtëpi nga puna, kush duhet të ulet e të lexojë gazetën, dhe kush duhet të fillojë me darkën dhe t'i ushqejë, lajë dhe t'i vërë në gjumë fëmijët? Këto çështje sot zakonisht zgjidhen përmes ndarjes së detyrave: njëri prind merret me ushqimin, ndërsa tjetri me larjen dhe me orën e gjumit. Madje edhe disiplinimi i fëmijëve ka ndryshuar në një qasje të paanshme. Në ditët tona nënat rrallëherë i kërcënojnë fëmijët me thënien e vjetër: “Prit sa të vijë babai në shtëpi”. Disiplina caktohet me rregullën: “Kush e pa i pari?”, duke hequr një barrë të jashtëzakonshme nga supat e babait modern.

Përse ka çekuilibrim?

NGA ANA E GRAVE, ARSYET VIJUESE JEPEN PËR ATË SE PËRSE GRATË JANË MË TË PËRFSHIRA NË PËRKUJDESJEN PËR FËMIJËT:

- Gratë nuk duan ta lëkundin varkën, apo të krijojnë konflikt.
- Gratë janë më të prira për përkujdesje, për shkak të mënyrës se si janë shoqëruar, dhe për shkak të reagimeve të brendshme të bazuara mbi biologjinë e tyre.
- Ngaqë shoqëria ende i konsideron gratë si përgjegjëse të para kur paraqiten probleme me fëmijët, shumë gra nuk janë të gatshme të heqin dorë nga kjo përgjegjësi.
- Shumë gra janë të pavendosura për t'iu ndarë këto detyra, sepse ato do ta humbasin kontrollin, ato e konsiderojnë këtë si nevojë për ta ndarë përzemërsinë dhe dashurinë e fëmijëve të tyre, ose atyre nuk u pëlqen mënyra se si partneri i tyre e bën punën.

NGA ANA E BURRAVE, ARSYET VIJUESE JEPEN PËR ATË SE PËRSE BURRAT JANË MË PAK TË PËRFSHIRË NË PËRKUJDESJEN E FËMIJËVE:

- Brengosem se diçka e tmerrshme mund të ndodhë kur unë jam përgjegjës.
- Nuk do të jem në gjendje të merrem me kërkesat e fëmijës, dhe do ta humbas toruan.

- Nëna e tyre është më e mirë në përkujdesje, dhe unë kurrë nuk do të jem në gjendje ta zotëroj atë punë.
- Nëse bëj shumë me fëmijët, do ta humbas rastin për avancim në vendin e punës, për shkak të presionit të madh dhe mungesës së kohës.
- Burrat kanë më pak shanse për të qenë të pranishëm në orët për përkujdesje apo zhvillim të fëmijës në shkollë.
- Burrat nuk kanë shembuj të mirë prindërimi që duhen ndjekur.
- Burrat nuk kanë një sistem mbështetjeje për rolin e tyre të prindërimit.
- Disa nëna e dekurajojnë pjesëmarrjen e shtuar të baballarëve.

Sidoqoftë, baballarët e brezit të sotëm kalojnë më shumë kohë në përkujdesjen për fëmijët, se baballarët e tyre, ndaj duket sikur tani ka një ndryshim në sjelljen.

Mite dhe realitete për baballarët si kujdestarë

LISTË E MITEVE TË ZAKONSHME PËR BABALLARËT SI KUJDESTARË DHE REALITETI

MITET	REALITETET
<ul style="list-style-type: none"> • Gratë janë gjithmonë më të mira në përkujdesjen për fëmijët. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fëmijët mund të jenë po aq të lidhur me baballarët e tyre, sa edhe me nënat e tyre.
<ul style="list-style-type: none"> • Gjatë disa viteve të para, baballarët nuk janë aq të rëndësishëm për fëmijët e tyre, dhe ata duhet të bëjnë më shumë për ta vetëm kur fëmijët e tyre të rriten 	<ul style="list-style-type: none"> • Baballarët janë po aq të ndjeshëm ndaj foshnjave të tyre, sa edhe nënat.
<ul style="list-style-type: none"> • Roli më i rëndësishëm i babait është që të jetë disiplinues. 	<ul style="list-style-type: none"> • Baballarët amerikanë luajnë ndryshe me fëmijët e tyre se nënat: Baballarët përdorin më shumë aktivitete të lojës fizike, janë më të prekshëm, dhe kalojnë një pjesë më të madhe të kohës së tyre bashkë duke luajtur (40 për qind baballarët, krahasuar me 25 për qind nënat).
<ul style="list-style-type: none"> • Ngaqë babai fiton bukën, ai nuk duhet të kalojë shumë kohë me fëmijët. 	<ul style="list-style-type: none"> • Baballarët janë kujdesës: foshnjat që kanë kujdes me orar të plotë nga baballarët, kanë arritur rezultate mbi normën e testeve të standardizuara.
<ul style="list-style-type: none"> • Fëmijët duhet të jenë më të lidhur me nënat për t'u rritur të shëndoshë. 	<ul style="list-style-type: none"> • Stili i prindërimit i babait ka ndikim të madh në atë se si do të shoqërizohen fëmijët. Baballarët që përdorin një stil të përzemërt, të arsyeshëm dhe të qëndrueshëm në udhëzimin e sjelljes së fëmijëve të tyre, prodhojnë fëmijë që kanë një nivel të lartë kompetence. Baballarët që janë jo të përzemërt, ndëshkues dhe autoritarë, janë të prirë të prodhojnë fëmijë që janë të varur, të tërhequr dhe të paqetë.
<ul style="list-style-type: none"> • Si djalë unë nuk kisha lidhje të ngushtë me babanë tim, dhe ia dola paq, prandaj nuk më duhet lidhje e ngushtë me fëmijën tim. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ne jemi gjithmonë përgjegjës për veprimet tona personale. Nëse prindërit tanë nuk ishin modele të mirë për t'u ndjekur, ne duhet të përpiqemi për modele të mirë.
<ul style="list-style-type: none"> • Unë nuk mund të fajësohem për të metat e mija si baba, ngaqë kështu babai im më rriti mua. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mirëqenia e familjes ka përparësi më të madhe se karriera jonë.



Efekt i baballarëve që mungojnë mbi fëmijët

Studimet tregojnë një lidhje reciproke midis mungesës së një babai kujdesës, dhe sjelljeve të këqija vijuese të fëmijëve:

1. Përdorimi i drogës dhe alkoolit.
2. Shkallët e rritura të dhunës mashkullore.
3. “Hiper-burrëria” tek djemtë të rritur pa modele meshkuj që duhen ndjekur.
4. Sjellja delikvente.
5. Vështirësi për t’u përshtatur me shkurorëzimin dhe rimartesën e prindit të tyre.
6. Nuk kujdesen për ndjenjat dhe nevojat e të tjerëve.
7. Rënie në arritjen akademike, dhe shkallë më e lartë e braktisjes së shkollës.

Nevojat e ndryshme të djemve dhe vajzave

Askush nuk e di saktësisht se a është natyra apo të ushqyerit ajo që shkakton që djemtë dhe vajzat të kenë nevoja të ndryshme. Megjithatë, prindërit mund të luajnë rol vendimtar në ofrimin e ndihmës, që fëmijët e tyre t’i plotësojnë nevojat e tyre. Në disa shoqëri, rolet gjinore dhe sjellja e ndërlidhur me to janë të përkufizuara saktësisht, sidomos në shtresat më të varfra të shoqërisë. Kushdo që i shpërfill këto rregulla tërheq mbi vete ndëshkim.

NË VIJIM JANË DISA ALUZIONI PËR T'Ë INKURAJUAR DJEMTË E VEGJËL DHE VAJZAT E VOGLA T'Ë PLOTËSOJNË ROLET E TYRE (PËRSHTATUR NGA FRIEDMAN 1998)

ÇFARË I DUHET NJË VAJZË TË VOGËL

Vetëbesimi: Vajzat kanë nevojë për inkurajim të shpeshtë me fjalë që i përshkruajnë karakteristikat, të cilat prindërit e tyre dëshirojnë që ato t'i zhvillojnë: “Ishte shumë e guximshme nga ti që të hipësh shkallëve vetë”. Është me rëndësi që vajzat ta dinë se prindërit e tyre kanë besim në to, dhe se ato janë të zgjuara dhe të afta. Vajzave duhet t'iu jepen më shumë mundësi për të qenë prijëse, për shembull, duke iu lejuar të zgjedhin një veprimtari, të bëjnë rregulla dhe të zgjidhin grindje. Një vajzë që është mësuar të prijë është më mirë e përgatitur për ta marrë përgjegjësinë për arsimimin dhe karrierën e vetë.



Pavarësia: Është me rëndësi që vajzat e vogla të ndjehen kompetente duke iu lejuar të arrijnë çfarëdo që munden vetë – të mbajnë një gotë me lëng, t'i krehin flokët apo të ndërtojnë një kullë me kuba pa ndihmë. Vajzat duhen përkujtuar se shumë gra mund të punojnë me pagë në pjesën më të madhe të jetës së tyre dhe, prandaj, një vajzë duhet të përgatitet për ta mbajtur veten. Prindërit mund të përmendin modele që duhen ndjekur të grave dinamike që kombinojnë punën me pagë, aktivitetet vullnetare dhe jetën familjare.

Marrëdhëniet dhe bashkërenditja hapësinore: Vajzave duhet dhënë një mori lodrash për të lozur me to, përfshirë kamionë dhe makina, kuba ndërtimi, pajime për lojë me ujë, një mori topash dhe gjëra për lojë, të cilat mund t'i ngasin, apo mbi të cilat mund të hipin.

Përgatitja fizike: Prindërit mund të luajnë lojëra aktive me bijën e tyre (si zvarritje, ndjekje dhe mundje). Madje edhe vajzat që janë shumë të reja për sporte të organizuara, mund të përfitojnë nga ngjitja pjerrtësisë së sheshit të lojërave, të bëjnë gara vrapimi dhe salto. Prindërit duhet t'i shmangen orvatjes për ta shpëtuar atë; në vend të kësaj, ata mund ta inkurajojnë atë të bëhet pis, të zhubroset dhe të djersitet, duke u ngjitur pemëve apo duke luajtur në barë, dhe t'i ndihmojnë asaj të ngrihet mbi ndjenjën e “uf”-it. Ajo duhet po ashtu të inkurajohet të luajë me baltë, apo të merret me sporte jashtë shtëpisë.

Shkathësitë vendimmarrëse: Prindërit duhet t'i lejojnë bijës së tyre të bëjë zgjedhje dhe ta marrë përgjegjësinë për vendimet e saja. Si çilimi, asaj mund t'i lejohet të zgjedhë se cilën gotë apo pjatë dëshiron ta përdorë gjatë vakteve, dhe cilën shoqe dëshiron ta ftojë për të lozur.

Kureshtja: Vajzave duhet t'iu sigurohet çdo mundësi për ta eksploruar mjedisin. Kur ato janë foshnja apo kalamaj, shtëpia duhet të jetë tërësisht e mbrojtur për bebet, në mënyrë që ato të mund të luajnë të sigurt brenda shtëpisë. Prindërit munden po ashtu ta marrin bijën e tyre në udhëtime jashtë – në bibliotekë, në park, në kopshtin zoologjik, në supermarket, në treg dhe në vendet e adhurimit. Prindërit mund të interesohen në shkollën e fëmijëve nëse ajo organizon vizita fermave, fabrikave, punishteve artizanale, kopshteve, gjykatave dhe qendrave të tjera me interes arsimor.

Imazhi për trupin: Prindërit duhet të përqendrohen më shumë mbi arritjet, sesa mbi paraqitjen fizike. Është më mirë t'i flasim bijës së tyre më shumë për atë se çfarë mund të arrijë ajo, sesa sa e bukur duket ajo në fustanin e saj. Për shembull, ata mund të thonë: “Bëre një punë të mrekullueshme”, në vend se: “Sot dukesh e bukur”.

Shkathësitë për analizë kritike: Nëse fëmijët shikojnë televizion dhe filma, atëherë prindërit mund t'i mësojnë ata që këtë ta bëjnë me sy kritik. Ata mund të bisedojnë bashkërisht se çfarë kanë shikuar dhe të kërkojnë rolet “tradicionale”. Për shembull, filloni një bisedë

për pamjen e trupit. Kini parasysh se si portretizohen vajzat në televizion: A tregohen vajzat më të shëndosha si më pak të popullarizuara? A shfrytëzohen ato si një ndihmë komike? A tregohen vajzat me shtat e pshor vetëm si simbole seksi? A duket sikur ato janë të zgjuara?

Zotësia në matematikë dhe shkencë: Vajzave duhet t'iu jepet çdo mundësi për ta përjetuar shkencën, matematikën dhe teknologjinë. Edhe pse vajzat janë të gatshme, të vullnetshme dhe me padurim për ta eksploruar botën, ato shpesh nuk kanë pasur mjaft nxitje dhe inkurajim.

Bëhuni shembull: Duke respektuar veten dhe gratë e tjera, nënat, hallat, tezë dhe kushërirat e tjera, ju vendosni një standard të cilin do ta ndiqnin vajzat. Kështu, ato mund t'iu tejkalojnë stereotipat e vjetra dhe mund t'iu inkurajojnë vajzat të jenë vetëm: “sheqer dhe erëza dhe gjithçka e mirë”.

ÇFARË I DUHET NJË DJALI TË VOGËL

Një model mashkullor për të ndjekur: Burrat e kanë ripërcaktuar gjininë në jetët e tyre personale dhe profesionale dhe janë përballur me çështjet e identitetit, barazisë dhe seksualizmit. Në një epokë me gjithnjë e më shumë baballarë që mungojnë, nëse fëmijët nuk mësojnë nga një model mashkullor që duhen ndjekur, atëherë ata do të mësojnë nga kultura e popullarizuar (si sportet dhe televizioni), se burrëria përkufizohet nga katër gjëra:

seksi, dhuna, sportet dhe pronat materiale. Si kujdestarë, prindërit mund ta mendojnë sërish marrëdhënien midis grave, burrave dhe djemve. Burrat duhet të eksperimentojnë me gjëra që tradicionalisht bëjnë pjesë në kulturën e grave: të ndajnë ndjenjat, të sigurojnë mbështetje emocionale, si dhe të punojnë në shkathtësinë e bashkëbisedimit. Nëse një djalë vjen te i ati dhe i thotë se një djalë tjetër e ka goditur, atëherë babai mund ta imagjinojë se si do të dukej ajo bisedë midis një nëne dhe së bijës, dhe të përfshijë diçka nga ajo në diskutimin e tyre.

Përzemërsia fizike: Djemtë e vegjël kanë po aq nevojë për t'iu përkëdhelur sa edhe vajzat e vogla, ndaj prindërit duhet ta qetësojnë foshnjën e tyre kur ai qan. Ata duhet po ashtu të kalojnë kohë duke luajtur lojëra të lehta me të, dhe ta ruajnë tulatjen teksa fëmija i tyre i vogël rritet.

Shkathtësitë verbale: Prindërit duhet të bisedojnë me djalin e tyre shpesh, madje edhe gjatë foshnjërisë së tij. Zërat e tyre do t'iu sigurojnë rehati dhe do të ndihmojnë në inkurajimin e zhvillimit të gjuhës tek ai.

Konsiderata për të tjerët: Është me rëndësi që prindërit t'iu shpjegojnë birin të tyre se si veprimi i tij ndikon te njerëzit e tjerë. Kur një vajzë sillet keq, asaj i thuhet se mund të ketë shqetësuar dikë tjetër, por djemtë thjesht disiplinohen. Kur ndëshkohen, fëmijët janë të prirë të përqendrohen në atë se sa të zemëruar janë ata, në vend që ta mësojnë pasojën që sjellja e tyre e keqe ka pasur mbi prindërit e tyre, apo mbi shokët e lojës.

Shkathtësi për zgjidhje paqësore: Djemve duhet t'iu ofrohen mënyra konstruktive për t'iu zgjidhur konfliktet. Nëse ata i lëshohen goditjes dhe rrahjes, siç bëjnë shumë syresh në moshën e kalamajve, prindërit duhet t'iu shpjegojnë se lëndimi nuk tolerohet, dhe t'iu sugjerojnë mënyra të tjera për ta shprehur zemërimin e tyre.

Përgjegjësi për veprimet e tij: Është me rëndësi të shmangët aplikimi i standardeve të dyfishta. Nëse prindërit konsiderojnë se disa sjellje të caktuara janë të papranueshme për vajzën e tyre, i njëjti standard duhet aplikuar edhe për birin e tyre. Ata nuk mund ta përdorin justifikimin “djemtë do të jenë djem”, për ta falur dashakeqësinë.

Shprehje të emocioneve: Djemtë duhen inkurajuar t'iu shprehin ndjenjat e tyre, përfshirë edhe qarjen. Nëse djemtë udhëzohen të besojnë se ndjenjat e pikëllimit nuk tolerohen, ata do të mësohen t'iu shtypin ato emocione si të rritur.



Reagimet racionale ndaj dallimeve gjinore

Prindërit mund të ndihmojnë duke bërë që fëmijët të ndjehen rehat për dallimet djalë-vajzë.

- Ata mund të reagojnë me udhëzim të duhur ndaj vërejtjeve dhe zbulimeve të bijës së tyre në lidhje me dallimet gjinore.
- Prindërit mund të bëhen model për sjelljen që ata dëshirojnë që fëmijët e tyre ta mësojnë. Për shembull, ata mund të sigurohen që djali i tyre ta shohë mamanë e tyre teksa e kosit barin dhe nget makinën, ndërsa babi merr pluhurat, gatuan apo i lan enët. Në disa vende gratë bëjnë shumicën e punëve të rënda (si mbajtja e ujit).
- Prindërit mund t'iu ofrojnë lodra që s'kanë gjini. Kalamajtë mësojnë po aq nga sjellja e moshatarëve të tyre, sa edhe nga prindërit e tyre, ndaj prindërit duhet të punojnë me prindërit e tjerë.



Ngatërrimi i gjinisë me temperamentin

Shumica e prindërve pajtohen me psikologët se të qenit fort mashkullorë apo fort femërore nuk është mënyra më e mirë. Si djemtë, ashtu edhe vajzat duhet të jenë kategorikë DHE të butë, intuitivë DHE analitikë. Megjithatë, shumë prindër janë të shqetësuar kur fëmija i tyre futet në sjellje “ndërgjinore”. Babai brengoset për të birin që dëshiron një Barbi kukull, ndërsa nëna shqetësohet kur e bija e saj refuzon të veshë fustane (Kessler and McKenna 1978). Sa serioze është cilado prej këtyre? Çfarë do të thotë kjo?

Çdokush nga ne ka lindur me një temperament të caktuar. Temperamenti është mënyra karakteristike e reagimit ndaj asaj që ndodh rreth nesh. Temperamentet përcaktojnë, deri në një masë, se cilat gjëra na tërheqin dhe cilat gjëra nuk i pëlqejmë. Disa bebe duket sikur janë për nga natyra të ndjeshëm ndaj njerëzve, dhe të interesuar për ta (duke bërë lehtësisht kontakt me sy, dhe duke iu përgjigjur buzëqeshjes me buzëqeshje). Bebet e tjera më shumë tërhiqen nga objektet apo tingujt vizualë (sytë e tyre janë të ngjitur për lodrën muzikore që u rri varur mbi kokë).

Problemi shfaqet nëse prindërit besojnë se disa stile temperamentit janë në thelb mashkullore apo femërore. Kjo mund ta përkeqësojë situatën. Për shembull, nëse një prind i thotë një djali që i lyen thonjtë me ngjyrë rozë: “Çfarë mendon se je ti – vajzë?”, fëmija mund të vijë në përfundim gabimisht se nëse dëshiron të bëjë “gjëra vajzash”, atëherë ai duhet të jetë vajzë. Atëherë ai mund të fillojë të thotë se do të dëshironte sikur të ishte vajzë, apo “vërtet” të jetë vajzë. Kjo është një ide që pa dashje ngulitet tek ai nga prindërit. Shumë vajza kënaqen me zhurmën dhe kaosin e lojës së “rrëmujsme”. Nëse një vajzë dëshiron të jetë fizikisht aktive dhe i pëlqejnë lojërat e ashpra, prindërit mund ta shohin atë si “jo femërore”, kur në realitet bëhet fjalë për atë se ajo ka një temperament që i përgjigjet niveleve të larta të stimulimit në mjedisin.

Ngatërrimi i temperamentit dhe pritshmërive nga roli i gjinive është veçanërisht problematik për djemtë. Fëmijët

marrin reagim më negativ kur merren me lojë “vajzash”, sesa vajzat që merren me lojë “djemsh”. “Qullac” është një etiketë shumë më e frikshme se “çunarake”. Për shkak se etiketa “mashkullor” ka prestigj më të madh në shoqëri se “femëror”, refuzimi i mashkullisë në favor të statusit “më të ulët” të femërisë

është skajshmërisht i stigmatizuar. Prindërit duhet t’i duan bijtë dhe bijat e tyre. Fëmijët lulëzojnë kur kanë marrëdhënie të forta dhe ushqyese me prindërit, dhe kur prindërit dëshirojnë që fëmijët e tyre të bëhen qenie njerëzore të kujdesshëm, produktivë, të shëndoshë dhe të lumtur.

Prindërit duhet të jenë të ndërgjegjshëm për me sa vijon:

- Shqetësohuni nëse sjellja e fëmijës tuaj gjatë lojës është detyruese dhe e pandryshueshme. Është një gjë që një fëmijë (djalë apo vajzë) të dëshirojë të luajë me Barbi kukulla apo të vishet me rroba grash, por është krejtësisht diçka tjetër nëse kjo është e gjithë ajo që dëshiron fëmija ta bëjë; ose nëse fëmija luan kësisoj në një mënyrë tejet të përsëritur.
- Në raste të rralla, fëmijët që janë shumë të palumtur do të flasin për dëshirën që trupat e tyre, sidomos organet e tyre gjenitale, të ishin ndryshe. Prindërit duhet të shqetësohen nëse fëmija i tyre përpiqet, apo madje edhe thjesht flet për ta gjymtuar trupin e tij/saj. Në atë rast, është me rëndësi thelbësore që të kërkohet udhëzim profesional.
- Prindërit nuk duhet ta kthejnë stilin e temperamentit të fëmijës së tyre në sëmundje. Nëse djali apo vajza e tyre është i/e palumtur, dëshpëruar apo në ankth, atëherë ai/ajo duhet dërguar te psikologu për fëmijë, që është i specializuar për dëshpërimin apo ankthin fëmijëror.
- Terapia me ilaçe është e rrezikshme. Prandaj sigurimi i mjekimit me ilaçe për fëmijët nuk është i këshillueshëm, ndërsa terapitë me biseda janë të këshillueshme.
- Nuk është e nevojshme të fajësohet kushdo qoftë. Ka më shumë gjasa që parapëlqimet e pazakonta të fëmijës të mos jenë të ndërlidhura për diçka specifike që kanë bërë prindërit.

Djemtë dhe vajzat mësojnë ndryshe

“Që nga koha kur janë parashkollorë, djemtë dhe vajzat përthithin informata në shkallë të ndryshme, për arsye të ndryshme, me përmasa suksesi të ndryshme” (Gurian 2001). Djelmoshat mund të jenë më shumë të interesuar për objekte dhe gjësende, ndërsa vashat mund të përqendrohen mbi njerëzit dhe marrëdhëniet. Në shkollën filllore, derisa djemtë mund ta kenë më lehtë ta gjejnë Francën në hartë, vajzat mund ta kenë më të lehtë ta mësojnë frëngjishten. Ai do të jetë më i mirë në rrethimin e përgjigjes së saktë, ndërsa ajo do të shquhet me dëgjimin e pyetjes dhe shkrimin e përgjigjes së saj. Fatkeqësisht, djemtë dhe vajzat vazhdojnë të trajtohen kinse mësojnë njësoj, që rezulton me sjellje të keqe dhe mossukses.

Shumë nga ata që mësojnë dobët, mund të kthehen krejtësisht në anën e kundërt vetëm nëse ne i pranojmë dallimet midis djemve dhe vajzave, dhe e ri-edukojmë veten për atë se si t’iu ndihmojmë atyre të lulëzojnë. Strategjitë e suksesshme të Michael Gurian janë shfrytëzuar për t’i kthyer nxënësit e pasuksesshëm në nxënës më të mirë. Strategjitë e tija mund të jenë të dobishme për çdo klasë, ngaqë ai i shfrytëzon anët e forta të djemve dhe të vajzave dhe i plotëson dobësitë e tyre.

Për vajzat: Prindërit duhet t’i forcojnë rolet e tyre prijëse, të luajnë lojëra të ndër-lidhura me lëvizjet, t’i shfrytëzojnë shkathtësitë e tyre të shkrimit; t’ua lehtësojnë përdorimin e kompjuterit dhe zotërimin me to, dhe t’i inkurajojnë ata të futen në gara matematikore dhe shkencore.

Për djemtë: Prindërit duhet t’i inkurajojnë ata ta shfrytëzojnë energjinë e tyre për

të pastruar, ndihmuar dhe për t'i lëvizur gjësendet përreth; t'iu ndihmojnë atyre t'i vlerësojnë ndjenjat si zemërimi, pikëllimi dhe lumturia; t'iu propozojnë rrëfime historish dhe krijim mitesh për t'i zhvilluar shkathtësitë imagjinare dhe verbale të trurit; t'iu lejojnë lëvizje fizike (nga përfaqime deri në akrobaci); t'i mësojnë t'iu qasen, ti analizojnë dhe t'i vlerësojnë mediat; dhe të bëjnë që ata të marrin pjesë në zgjidhjen e konflikteve dhe trajnimin në komunitet.

Çështja e arsimimit gjinor të ndarë është kundërthënëse. Megjithatë, ngaqë djemtë dhe vajzat mësojnë ndryshe, duke e bërë kështu domosdoshmëri përdorimin e strategjive të ndryshme të mësimdhënies në klasa, përse të mos përdoren klasa të ndara për një arsimim më efikas dhe më të frytshëm? Si do t'i përdorim dy strategji të ndryshme në një klasë njëkohësisht? A mund të bëhet kjo? Dhe nëse mundet, me çfarë çmimi kohe, parash dhe efikasiteti të rezultateve?

Michael Gilbert (2007) rekomandon shkolla të një gjinie. Artikulli i tij online është përmbledhur dhe parafrazuar më poshtë:

Djemtë ngelin pas vajzave dhe e braktisin shkollim në numra të shtuar. Të rinjtë që arrijnë të shkojnë në kolegje e gjejnë veten në pakicë, të tejkaluar thuajse tre me dy në numër nga femrat. Në vitet 1960, nga frika se i ndarë do të thotë i pabarabartë, dhe duke u

Shkollimi me gjini të përziera e imponon nevojën për material mësimor që nuk bën dallim mes gjinive dhe testim dhe standarde uniforme të sjelljes. Si rezultat i kësaj, rrugës drejt një universi gjinor përsosurisht të balancuar në shkollat tona, “i barabartë me” u kthye në “i njëjtë si”. Por, ka një problem: djemtë dhe vajzat nuk janë të njëjtë. Ata nuk zhvillohen në të njëjtën mënyrë apo në të njëjtën kohë. Shumica e prindërve që i kanë, e dinë që djemtë zhvillohen më ngadalë në gjithçka, që nga fjalori deri tek bukurshkrimi, madje edhe aftësia e thjeshtë për t'u ulur i qetë.

përpjekur për t'i prishur stereotipat seksuale, planifikuesit vendosën t'i përziejnë gjinitë në moshën sa më të re. Në vitin 1965, shumica e klasave ishin të një gjinie; deri nga viti 2000 vështirë se mbijetuan një grusht syresh.

Shkollimi me gjini të përziera e imponon nevojën për material mësimor që nuk bën dallim mes gjinive dhe testim dhe standarde uniforme të sjelljes. Si rezultat i kësaj, rrugës drejt një universi gjinor përsosurisht të balancuar në shkollat tona, “i barabartë me” u kthye në “i njëjtë si”. Por, ka një problem: djemtë dhe vajzat nuk janë të njëjtë. Ata nuk zhvillohen në të njëjtën mënyrë apo në të njëjtën kohë. Shumica e prindërve që i kanë, e dinë që djemtë zhvillohen më ngadalë në gjithçka, që nga fjalori deri tek bukurshkrimi, madje edhe aftësia e thjeshtë për t'u ulur i qetë.

Kur çunat e rinj në SHBA vijnë në shkollë sot, ata futen në një botë të dominuar nga mësimdhënësia dhe administratore. Përqindja e mësimdhënësve në shkollat publike të shtetit është në nivelin më të ulët në 40 vitet e fundit. Vajzat përreth tyre lexojnë më shpejt, i kontrollojnë emocionet më mirë, dhe janë më rehat me theksin arsimor të sotëm mbi studime bashkëpunuese dhe shprehjen e ndjenjave. Djemtë e favorizojnë përpunimin vizual dhe nuk e kanë kontrollin motorik të duarve, që vajzat e fitojnë me lehtësi në klasat e hershme. Thuajse nuk ka asnjë veprim fizik, garë apo strukturë që djemtë aq shpesh e dëshirojnë. Djemtë më me dëshirë do të bënin gjithçka, përveç t'i shprehin ndjenjat e tyre.

Djemtë e kanë të vështirë të kushtojnë vëmendje gjatë orëve. Ata shpesh i injorojnë mësimet dhe gjërat i bëjnë ngathët. Gjasat janë që ata tre deri në katër herë më shumë të vuajnë nga çrregullime zhvillimore, dhe dy herë më shumë se vajzat të klasifikohen si të paaftë për mësim. Shumë syresh ndëshkohen për shfrime fizike. Djemtë kontrollohen dhe mjekohen me ilaçe thjesht ngaqë sillen si djem (1 në 5 djem të bardhë e kalojnë kohën me Ritalin, një ilaç i fuqishëm). Atyre madje mund të mos iu lejohet të vrapojnë gjatë pushimit. Kjo do të thotë se djemtë shpesh ia nisin me një fillim të keq, nuk mund të arrijnë, dhe shpesh zhvillojnë një neveri ndaj shkollës.

Djemtë e shkollave fillore kanë 50 për qind më shumë gjasa se vajzat ta përsërisin një klasë,

dhe djemtë e lënë shkollën e mesme për një të tretën më shumë se vajzat. Djemtë nga familjet minoritare dhe me të ardhura të ulëta vuajnë më së shumti. Në fund, sistemi arsimor i Amerikës shndërron një mizëri të rinjsh në të papërgatitur dhe të paimentuar për ta avancuar arsimimin e tyre, edhe pse ndikimi dramatik i tij mbi fitimet në të ardhmen është i dokumentuar mirë. Kjo është e keqe për burrat, gratë dhe ardhmërinë ekonomike të vendit.

Margaret Mead, ndër antropologët e tjerë, na ka informuar se thujtë të gjitha qytetërimet e lulëzuara i kanë stërvitur dhe përgatitur djemtë dhe vajzat veçmas.

Nga 90.000 shkolla me gjini të përziera në Amerikë, më pak se 250 shkolla publike kanë zgjedhur shkollat për një gjini në 33 shtete. Opsioni për një gjini ka qenë gjatë kohë i popullarizuar në shkollat fetare dhe private.

Shkollat private me një gjini kanë lulëzuar gjatë kohë. Nxënësit e klasave të katërta në një shkollë fillore në Florida u zhvendosën në një klasë të vetme. Vajzat dhe djemtë njësoj arritën ngritje të mahnitshme në testet me shkrim. Eksperimente të tjera premtuese janë bërë në SHBA, Kanada dhe Irlandë. Djemtë dhe vajzat lulëzojnë kur kursehen nga gara dhe presionet shoqërore në klasat me gjini të përziera, ndërsa problemet me disiplinën janë pakësuar.

Ka rezultate pozitive nga arsimimi njëgjini si për djemtë ashtu edhe për vajzat, përfshirë leximin më shumë dhe mësimin e gjuhës së huaj, më shumë kohë e kaluar me detyrat e shtëpisë, dhe aspirata më të larta arsimore. Raporti i vitit 2002 i Asociacionit Kombëtar të Bordeve Arsimore Shtetërore (The National Association of State Boards of Education NASBE), tregon se në shkollat njëgjiniore “efektet pozitive janë më të mëdha tek vajzat, dhe ndër nxënësit e minoriteteve të të dy gjinive”.

Ndarja e djemve dhe vajzave në shkollat dhe klasat

Greene County, Georgia, SHBA planifikonte të bëhej qarku shkollor i parë në Amerikë që do të bëhej tërësisht njëgjini, duke i ndarë djemtë dhe vajzat në klasa të ndara. Kjo ndodhi pas vitesh rezultatesh të dobëta në testet, shkallës në rritje të

braktisjes së shkollës dhe numrit të madh të shtatzënive adoleshente. Shumë prindër dhe mësimdhënës kundërshtuan ndryshimin për shkak se nuk ishin konsultuar, ndaj plani në fund u tërhoq.

Inspektori shkollor McCollough kishte thënë se djemtë dhe vajzat mësonin ndryshe, dhe se ndarja e tyre do t’iu mundësonte mësimdhënësve t’i përshtatnin leksionet e tyre. Po ashtu, djemtë nuk do të silleshin aq keq, ngaqë nuk do të përpiqeshin t’iu linin përshtypje vajzave, ndërsa vajzat do të mund ta shprehnin veten më mirë në klasë, ngaqë nuk do të kishin frikë të dukeshin të zgjuara para djemve. (*India Times* 2008)

Klasat e ndara i përshtatin leksionet sipas pikave të forta dhe nevojave të gjinive. Djemtë dhe vajzat mësojnë ndryshe, dhe ata do të ishin më të suksesshëm nëse orët janë të paracaktuara për nevojat e tyre të veçanta. Sax (2006), debaton se ne si komb nuk i kuptojmë dallimet gjinore, dhe e konsiderojmë si politikisht jokorrekte të diskutojmë rreth kësaj. Si rezultat i kësaj, shkollat nuk iu ndihmojnë nxënësve që ta arrijnë potencialin e tyre. Ne paqëllimshëm i largojmë vajzat nga shkencat kompjuterike, ndërsa i largojmë djemtë nga arti dhe gjuhët. Guria (2001) tregon se djemtë nuk dëgjojnë aq mirë sa vajzat, dhe se vajzat janë më të ndjeshme ndaj dritës. Djemtë shpesh kanë nevojë të trazohen dhe të lëvizin për të qëndruar vigjilentë, ndërsa



vajzat ka më shumë gjasa të sillen mirë dhe të jenë të vëmendshme. Teknikat e ndryshme të mësimdhënies shfrytëzohen për t'iu adresuar dallimeve të këtitlla (Chandler dhe Glod 2008).

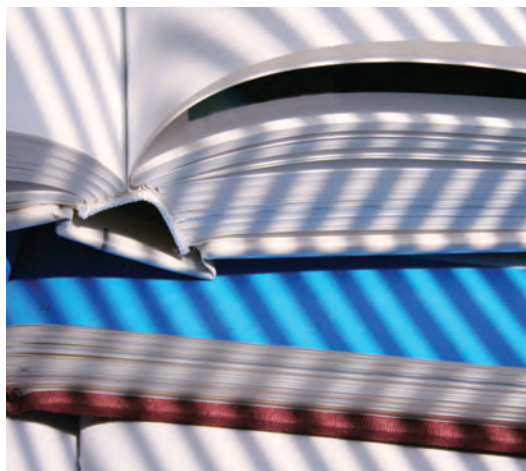
Ne e rekomandojmë sistemin vijues të paraqitur suksesshëm nga Universiteti Islamik Ndërkombëtar, Malajzi (International Islamic University – IIU), në shkollën e vet filllore, të mesme dhe gjimnazin:

1. Nga kopshti deri në klasën e tretë: nuk ka ndarje midis djemve dhe vajzave, ndërsa mësueset janë femra.
2. Nga klasa e katërt deri në të gjashtë: djemtë dhe vajzat janë në klasa të ndara, por brenda së njëjtës shkollë. Përzierja lejohet në aktivitete dhe gjatë pushimeve. Sidoqoftë, djemtë dhe vajzat mund të jenë bashkë në të njëjtën klasë por të ulen në anë të ndara, si vijon:

**Konfigurimi i sugjeruar i klasës
(klasa 4-6)**

Djem		Vajza	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

3. Klasat shtatë dhe tetë: shkolla të ndara për djemtë dhe vajzat, dhe mësimdhënësit është më mirë të jenë të së njëjtës gjini si ai i nxënës(e)ve. Kjo grupmoshë prej rreth 13-14 vjeç është faza endjeshme e pubertetit, dhe fëmijët eksperimentojnë dhe mësojnë



se si të piquen shkallëshkallshëm. Është e rrezikshme që ata të përzihen para se ta kuptojnë seriozitetin e abuzimit seksual.

4. Nga klasa e nëntë deri në të dymbëdhjetë: shkolla të ndara me mësimdhënës vetëm të së njëjtës gjini.
5. Arsimi universitar: djemtë dhe vajzat janë në të njëjtën klasë, por të ulur në dy kolona. Në këtë moshë, adoleshentët sillen më me përgjegjësi. Ata mund t'i zgjedhin me sukses bashkëshortë(e)t e ardhshëm(e), sidomos kur fakulteti dhe prindërit japin mbështetje dhe udhëzim. Kjo ndodh në mënyrë të kënaqshme në IIU, ku një lëndë Prindërimi u ofrohet të gjithë studentëve.





Prindërimi dhe gjinitë: folur nga aspekti islam

Kur erdhi Islami në vitin 610 e.r., kultura e shoqërisë arabe ishte e dominuar nga meshkujt dhe ishte shoviniste; lindja e një vajze ishte turp dhe çnderim.

Kur ndonjëri prej tyre lajmërohet me (lindjen) vajzë, fytyra e tij priset dhe bëhet plot mlllef. (Kur'ani, 16:58)

Përgjigjja kur'anore ishte se Zoti është Ai që jep dhuratën e fëmijëve, qofshin të gjitha vajza, apo të gjithë djem, apo përzierje e të dyve.

Profeti a.s., u ka dhënë sihariqe të bukura prindërve të vajzave që i kanë rritur bijat e tyre siç duhet:

Kushdo që ka tri vajza apo motra, apo dy vajza apo dy motra, dhe jeton me to në mirësi, dhe i frikësohet Allahut për to, do të hyjë në Parajsë. (EL-BUHARI DHE MUSLIM)

O ju njerëz, vërtet Ne ju krijuam juve prej një mashkulli dhe një femre, ju bëmë popuj e fise që të njiheni ndërmjet vete, e s'ka dyshim se te Allahu më i ndershmi ndër ju është ai që më tepër është ruajtur, e Allahu është shumë i dijshtëm dhe hollësisht i njohur për çdo gjë. (Kur'ani, 49:13)

Të gjitha qeniet njerëzore janë pasardhës të një mashkulli Ademi dhe një femre Hava. Kur bëhet fjalë për rolet specifike gjinore, Profeti a.s., i ka vendosur këto koncepte dhe praktika të pakohë në qendër të shoqërisë arabe në mënyrë dërmuese të dominuar nga meshkujt:

Më i miri nga ju është ai që është më i mirë për familjen e tij, e unë jam më i miri ndër ju për familjen time.

(TIRMIDHIU DHE IBN MAXHEH)

Aisheja dhe Umm Selemeh kanë thënë për Profetin a.s., se ai i riparonte këpucët e veta, i qepte apo i arnonte rrobat e veta dhe bënte gjithçka që bëjnë burrat e rëndomtë në shtëpitë e tyre.

(AHMED)

Profeti a.s., nuk i ndante rolet e ndryshme në dy grupe të dallueshme, si “punë gruaje” dhe “punë burri”. Në lidhje me rolet biologjike të amësisë, shtatzënisë dhe gjdhënies, Kur’ani e vendosi detyrë mbi babanë për të siguruar mbështetje të plotë, si materiale ashtu edhe emocionale, për nënën dhe fëmijën. Për më tepër, Profeti ua dha nënave nderin më të lartë,

Parajsa shtrihet nën këmbët e nënave. (Ahmed, Nesai dhe Ibn Maxheh)

jo babait:

Profeti a.s., e promovoi barazinë gjinore dhe vendosi një shembull për luajtjen e rolit shtëpiak në jetën e vet, që mund të klasifikohet si transformues, duke qenë se ndodhi në

Në çështjen kritike të seksit, Islami është i qartë dhe i vendosur për parandalimin e marrëdhënies seksuale të çfarëdo lloji qoftë jashtë martesës mes një burri dhe një gruaje. Ky rregull është për ta mbrojtur familjen dhe shoqërinë nga sëmundja dhe shpërbërja. Islami nuk bën kompromis rreth këtyre çështjeve, dhe i mbyll të gjitha udhët për marrëdhënie seksuale të paligjshme (si alkooli, drogat, flirti dhe ngashënjimi). Kur vëllezërit dhe motrat arrijnë moshën dhjetëvjeçare, ata duhet të flenë në shtretër të ndarë, për të parandaluar çfarëdo problemesh seksuale.

qendër të kulturave fuqishëm shoviniste mashkullore arabe dhe pagane.

Profeti a.s., ka thënë:

Kur fëmijët tuaj të arrijnë moshën shtatëvjeçare, mësojuani atyre lutjet dhe kur të bëhen dhjetëvjeçarë, seriozisht qortojini ata për këtë (me qëllim që t’i kryejnë lutjet); dhe ndani shtretërit e tyre nga njëri-tjetri.

(AHMED DHE EBU DAVUD)

Islami i përgatit vajzat për rolin e amësisë dhe përkujdesjes për beben, si dhe për punën jashtë shtëpisë dhe rolet publike (përfshirë pjesëmarrjen aktive në ushtri). Gratë në kohën e Profetit a.s., luftuan krah për krah me të. Pasi fëmijët e tyre të arrijnë një moshë të caktuar, nënat duhet të jenë pjesëmarrëse aktive në shoqëri (zyrtarisht apo jozyrtarisht, në punë me orar të plotë apo me orar të shkurtuar, punë të paguar apo vullnetare dhe në veprimtari politike apo jopolitike).

Gjithçka që iu përshtatet gjendjes së tyre, profesionit, përgatitjes, përvojës dhe nevojave ekonomike është e inkurajuar. Kjo nuk është një detyrë për gratë, por prerogativë e tyre. Në dallim nga kjo, detyrë e burrave është ta mbajnë tërë familjen.

Disa nga detajet e roleve gjinore i janë lënë kulturës së kohës. Për shembull, në kohën e Profetisë a.s., burrat kishin flokë të gjata. Në Perëndim, nga mesi i viteve 1900, flokët e gjata mund të ishin shkak për t'i penguar një burri të gjente vend pune të mirë. Sot, në shekullin e njëzetën, flokët e gjata janë bërë të pranueshme. Në të kaluarën, punët e vështira iu jepeshin burrave punëtorë të fortë.

Mirëpo, në ditët tona, për shumë nga këto punë të rënda nuk nevojiten muskuj apo forcë, për shkak të teknologjisë informatike, elektronikës dhe kompjuterëve. Profesionet si ndërtimtaria, inxhinieria dhe transporti, mund të ushtrohen lehtësisht edhe nga gratë. Në të njëjtën mënyrë, burrat dhe gratë mund të punojnë në fushat e mësimdhënies, furnizimit me ushqim, përkujdesjes, punët e sekretarisë, teknologjinë informatike dhe menaxhimin e hoteleve. Po ashtu, kur bëhet fjalë për rrobat, edhe burrat edhe gratë mund të veshin xhinse dhe pantallona, me kusht që ato të tregojnë modesti, dinjitet dhe respekt (jo tepër të ngushta, jo të tejdukshme, ta mbulojnë trupin dhe të mos jenë vulgare). Në disa vende muslimane, si në Pakistan, pantallonat janë pjesë e veshjes tradicionale të grave.

Burrat dhe gratë kanë shumë për të mësuar nga njëri-tjetri. Mund të thuhet se ka njëfarë femërie te çdo burrë, dhe pak burrëri te çdo grua. Që të dy kanë hormone mashkullore dhe femërore në përpjesëtime të ndryshme. Kjo nuk është aspak për t'u habitur nëse i analizojmë ajetet vijuese:

... ato janë prehje për ju dhe ju jeni prehje për ato... (Kur'ani, 2:187)

Zoti i tyre iu përgjigj lutjes së tyre (e tha): Unë nuk ia humb mundin asnjërit prej jush, mashkull qoftë apo femër... (Kur'ani, 3:195)

Ai ju krijoi juve prej një njeriu... (Kur'ani, 39:6)

Pozita përfundimtare mes gjinive është:

Mos lakmoni në atë, që Allahu gradoi disa nga ju mbi disa të tjerë. Burrave ju takon hise nga ajo që fituan ata, dhe grave gjithashtu ju takon hise nga ajo që fituan ato. Allahut kërkoni nga të mirat e Tij. Allahu është i dijshtëm për çdo send. (Kur'ani, 4:32)



Kur'ani iu drejtohet të gjitha qenieve njerëzore. Në disa raste *ajetet* iu drejtohen meshkujve ose femrave, kur ka ndonjë rol të veçantë që duhet ushtruar. Mirëpo, nën të gjitha rrethanat, Kur'ani iu drejtohet grave dhe burrave me respekt dhe nderim.

Mënyra e Zotit është mënyra më e mirë: Shembujt e Kinës, Gjermanisë dhe Indisë

Krijuesi i gjithësisë ka vendosur gjithçka sipas masës së drejtë, dhe na ka dhuruar një mjedis të balancuar. Kur ne i ngacmojmë ligjet natyrore hyjnore, bëjmë kërdinë. Kina është një rast i tillë. Në një përpjekje për ta kontrolluar shtimin e popullsisë, ajo vendosi një politikë kontroverze të një fëmije. Çiftet duhej t'i kufizonin pasardhësit në një fëmijë të vetëm për familje, ose përndryshe do t'i humbnin beneficionet. Kjo çoi në një shoqëri të dominuar nga meshkujt, ngaqë njerëzit parapëlqenin që fëmija i tyre i vetëm të ishte djalë, në vend se vajzë, që të ndihmojë për furnizimin më të mirë të familjes. Për disa dhjetëvjeçarë, prindërit i mbanin djemtë dhe i hiqnin qafe vajzat. Rezultat i kësaj ishte një mungesë serioze grash brenda popullsisë, duke shkaktuar krime, rrëmbime dhe prostitucion, të mos i përmendim efektet e dëmshme të aborteve të shumta të fshehta. Ky çekuilibër shkatërrimtar e detyroi qeverinë që përfundimisht të heqë dorë nga eksperimenti i tij “jo i natyrshëm” shoqëror dhe t'iu lejojë familjeve t'i ktheheshin gjendjes së tyre natyrore. Kur'ani e shpjegon ligjin hyjnor të krijimit si vijon:

Vetëm i Allahut është pushteti i qiejve e i tokës; Ai krijon çka të dojë; Ai i falë vetëm femra atij që do; e i falë vetëm meshkuj atij që do. Ose u falë çift, meshkuj e femra, por atë që do e lë pa fëmijë (steril); Ai është i dijshtëm, i fuqishëm. (Kur'ani, 42:49-50)

Që nga Ademi dhe Hava, balanca gjinore ekziston natyrshëm sipas dizajnit të Zotit Krijues.

Nazistët u përpoqën të eksperimentonin me cilësitë e individëve. Programi i tyre i eugjenikës synonte të prodhonte një “qenie mbinjerëzore”, me disa procedura identifikimi, izolimi dhe trajnimi. Sërish, rezultati ishte një dështim i mjerueshëm.

Agnivesh et al. (2005) tregojnë se si në Indi, vrasja e fetuseve femra – aborti i vajzave me përzgjedhje të gjinisë – ka çuar në një “humnerë gjinore” alarmante të 50 milionë meshkujve më shumë se femra. Për ironi, teknologjia e ka lehtësuar këtë. Në të kaluarën shumë bebe vajza vriteshin pas lindjes. Tani është më lehtë për prindërit, dhe tejet fitimprurëse për mjekët, ta zbatojnë vrasjen e fetuseve femra përmes detektimit me ultrazë, pa rrezikuar veprime ndëshkuese ligjore. Në një përpjekje për ta frenuar këtë praktikë, qeveria e ka bërë të jashtëligjshëm detektimin e gjinisë së fetusit përmes ekzaminimit me ultrazë.

Kjo praktikë konsiderohej si e përhapur ndër klasat e varfra dhe analfabete, në masë të madhe për shkak të kërkesave të prikes nga nuset të bëra nga familjet e dhëndurëve, si dhe për shkak të paragjykimëve të tjera tradicionale. Mirëpo, sot vrasja e fetuseve femra është po ashtu dukuri e shpeshtë edhe ndër të pasurit dhe me arsimim të lartë, që në dukje rritet me nivelin e arsimimit – më i ulët ndër gratë me arsimim pesëvjeçar, dhe më i lartë ndër gratë me arsimim universitar.

Vajza trafikohen nga Bangladeshi dhe Nepali, vende këto të varfëruara, apo nga zonat e pazhvilluara dhe fisnore të Indisë, dhe shiten për martesë për një shumë prej rreth 200 dollarësh amerikanë – ndërsa një dem kushton 1.000 dollarë amerikanë (Hughes, et al. 1999). Fatkeqësisht, në shumë kultura në Indi lindja e djalit festohet, ndërsa lindja e vajzës vajtëhet.

Aktivitete



AKTIVITETI 41: MUHABETI I PRINDËRVE

Mblidhni disa baballarë dhe nëna për të diskutuar “Si të rritet një fëmijë i mirë”, dhe shkëmbeni përvojat e tyre personale, si pozitivet ashtu edhe ato negativet.

Pas një darke në shtëpinë tonë, të gjithë prindërit u ulën dhe filluan të diskutonin si të rritet një fëmijë i mirë. U ofruan shumë përvoja të çmuara. Në fund një prind i urtë tha: “E gjithë kjo që u tha është e domosdoshme, por e pamjaftueshme, madje edhe sikur t’i ndiqni të gjitha rregullat, ngaqë nëse Mëshira e Zotit nuk derdhet mbi familjen tuaj, fëmija juaj do të jetë dëshpërim”. Prindërit arritën një konsensus si vijon:

Pavarësisht sa përpjekje bëni, ju duhet gjithmonë t’i bashkoni diturinë dhe shkathtësitë tuaja me të kërkuarit e Mëshirës së Zotit që t’ju ndihmojë me këtë detyrë fisnike dhe sfiduese të të qenit prindër.

Duhet një familje, duhet një fshat, duhet një Ummet, dhe duhet mëshira e Zotit për ta rritur një fëmijë. Bashkëpunimi i të gjithëve, jo izolimi, është përgjigjja.

AKTIVITETI 42: FALËNDERIMI I QOFTË ZOTIT PËR ATË QË JAM!

I gjithë lavdërimi i qoftë Zotit, “*El-Hamdu lil-Lah*”

Mësojeni fëmijën tuaj ta thotë vijuesen vazhdimisht:

I falënderohem Zotit për të gjitha të mirat që Ai m’i ka dhuruar.

I falënderohem Zotit që më krijoi si qenie njerëzore.

I falënderohem Zotit që më krijoi si vajzë, ose

I falënderohem Zotit që më krijoi si djalë.

I falënderohem Zotit që më krijoi të zi, të bardhë, të kafët apo të verdhë.

I falënderohem Zotin që më krijoi kështu si jam!

AKTIVITETI 43: BARACK OBAMA: NJË SHEMBULL I PRINDËRIMIT TË VETËM!

Këshillohen prindërit që të ulen me fëmijët e tyre dhe ta diskutojnë ngjytjen e një afro-amerikani në postin politik më të lartë në planetë. Pavarësisht se si do të dalë në fund Presidenca e tij, trashëgimia e arritjes së Barack Obamës do të qëndrojë gjithmonë si dëshmi për aftësinë e qenies njerëzore për t’i kapërcyer probabilitetet më të vështira. Kërkoni nga fëmijët tuaj që të lexojnë nga dy librat e Barack Obamës: *Dreams from My Father: A Story of Race and Inheritance* (Ëndrrat nga babai im: Një rrëfim për racën dhe trashëgiminë), dhe *The Audacity of Hope* (Guximi i shpresës). Prindërit mund ta shpjegojnë ekzistimin dhe urtësinë

e planit Hyjnor të Zotit, si mund të shtrihet ai përtej brezave, të udhëtojë një rrugë të gjatë dhe, përkundër pengesave në rrugën e tij, gjithmonë të arrijë në vendarritjen e tij të fundit. Obama u rrit nga një nënë e vetme, që prindërit mund ta diskutojnë me fëmijët e tyre. Ata duhet po ashtu të diskutojnë për nënat që i rritën profetët Musa dhe Isa (paqja qoftë mbi ta), dhe për xhaxhain që e rriti Profetin Muhammed a.s.

Në lidhje me Obamën dhe planin Hyjnor, është interesante të vërehet se sa në mënyrë drastike ndryshe do të kishte qenë rezultati, sikur të kishte pasur shmangie nga hapat vijues që e hartuan jetën e tij. Mendoni për “çka nëse” vijuese:

- Çka nëse babai i Obamës (Barack Hussein Obama, plaku) nuk ishte musliman nga Kenia, dhe të mos kishte fituar bursë studimi në Amerikë?
- Çka nëse ai nuk do të martohej me një grua të bardhë (Ann Dunham) nga Kanzasi?
- Çka nëse ai nuk do ta kishte braktisur të shoqen e tij Ann kur Baraku ishte në moshën dyvjeçare, për të mos u kthyer kurrë më?
- Çka nëse e ëma e tij Ann të mos ishte rimartuar për një musliman nga Indonezia (Soetoro), dhe të mos kishte jetuar katër vjet në Xhakarta, ku Obama ndoqi shkollën me fëmijë muslimanë?
- Çka nëse e ëma të mos ishte shkurorëzuar nga njerku i tij (Soetoro), dhe të mos ishte kthyer në Shtetet e Bashkuara?
- Çka nëse e ëma të mos kishte vdekur nga kanceri, dhe gjyshja dhe gjyshi i tij të bardhë (Madelyn dhe Stanley Dunham), të mos e kishin rritur atë në Hauai, ku ai vijoi shkollën? Mendoni për ndikimin e familjes së ZGJERUAR dhe bekimet e kësaj!
- Çka nëse ai nuk do të kishte studiuar në Universitetin Harvard dhe të mos bëhej i pari afro-amerikan redaktor i revistës prestigjioze *Harvard Review*?
- Çka nëse ai nuk do të kishte jetuar në Chicago si i krishterë, dhe të mos kishte frekuentuar Kishën e Trinisë të krishterë për dekada?
- Çka nëse ai nuk do të martohej me Michelle, pasardhëse e skllëverve afrikanë, e cila ishte po ashtu e diplomuar nga Harvardi?

Njeriu propozon, por Zoti vendos.

Është një goxha arritje për njerëzimin t'i tejkalojë racizmin dhe fanatizmin, dhe t'i përqafojë barazinë, larminë dhe tolerancën. Shtëpia e Bardhë u ndërtua nga skllëver afrikanë mes viteve 1792 dhe 1800, dhe që ajo sot të jetë e banuar nga një i tyre, një njësi familjare e përbërë nga babai, nëna dhe dy bija, është një ndryshim i jashtëzakonshëm. Pavarësisht se çfarë do të bëjë në fund Obama, ai gjithsesi ka bërë historinë!

Rreth temës së njëjtë, prindërit mund t'i rrëfejnë përvojat e tyre personale sipas planit Hyjnor, dhe t'i ndajnë vendimet e fatit që kanë marrë në udhëkryqe të ndryshme të jetëve të tyre, dhe si kjo i çoi ata të martohen, të kenë fëmijë, dhe të jenë aty ku janë sot!

I gjithë ky është Plani Përgjithshëm i Krijuesit:

“Dëshira” juaj nuk do të kalojë, nëse Zoti nuk Dëshiron që të jetë!

Seksi dhe edukimi seksual: çfarë iu tregojmë fëmijëve tanë?

- Hyrje **258**
- Ç'është edukimi seksual? **258**
- Skena amerikane **259**
- Perceptimet për nënat dhe bijat në SHBA **262**
- Vlerat dhe seksi: sot dhe dje **262**
- Përse edukimi seksual? A duhet ne ta ligjërojmë atë? **264**
- Çfarë t'i mësojmë fëmijët? **265**
- Abuzimi seksual! Sa serioz është ai? **266**
- Traditat abrahamike e ndalojnë kurvërinë dhe kurorëshkeljen **268**
- Shpjegimi i arsyeshëm që qëndron pas ndëshkimit ligjor të kurvërisë dhe kurorëshkeljes **269**
- Sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale (SNS) **270**
- Marrëdhëniet i dashur-e dashur **271**
- Fëmijët me fëmijë: Aborti dhe birësimi në Islam **273**
 - Aborti* 274
 - Birësimi në Islam* 275
- Homoseksualizmi dhe prindërit **276**
- Edukimi seksual islam **279**
- Detyra e prindërve ndaj fëmijëve **281**
- Seksi dhe higjiena: menstruacioni, qimet pubike, synetimi, lëngu i farës **282**
- Adoleshentët dhe përkora **283**
- Zgjidhja islame për dilemën seksuale: Një hartë rrugore për një qasje parandaluese **285**
 - Modestia (Heja)* 287
 - Kodi i veshjes* 291
 - Jo përzierjes së shpenguar, dhe jo Halveh (veçim)* 291
 - Presioni nga moshatarët dhe faktorë të tjerë* 292
 - Ç'duhet bërë* 293
 - Martesa e hershme* 293
- Dilema e sistemit arsimor kundrejt martesës së hershme **295**
- Mbrojtja e fëmijëve nga abuzimi seksual nga të rriturit **297**
 - Fëmijët në moshë të përshtatshme duhet të ndërgjegjësohen për prostitucionin* 298
 - Kur fëmija i dikujt është viktimë incesti apo përdhunimi* 299
- Program mësimor për edukimin seksual islamik **301**
- Aktivitetet 44–45 **303**

Hyrje

Seksi dhe edukata seksuale janë tema me rëndësi të pamasë dhe domethënie të thellë. Shumica e prindërve ndjehen jashtëzakonisht të paretshëm teksa diskutojnë për seksin, duke parapëlqyer që t'ia lënë edukimin seksual të fëmijëve të tyre shkollave dhe njerëzve të tjerë. Që njerëzit të jenë fizikisht të përgatitur dhe të shëndoshë, në mendje, trup, zemër dhe shpirt, ata duhet të merren siç duhet me seksin. Kryerja e jashtëligjshme e seksit shpie në tragjedi dhe dëmtim afatgjatë. Më të njohurat nga këto janë sëmundjet shoqërore dhe fizike. Nuk janë vetëm individët që marrin pjesë në seks të jashtëligjshëm ata që mund të infektohen me sëmundje, por edhe bashkëshorte(ë)t dhe pasardhësit e tyre mund të dëmtohen po ashtu. Dëmi mund të jetë aq i rëndë, sa të bëhet i pashërueshëm.

Bërësi, Krijuesi ynë i ka ndaluar kurorëshkeljen dhe kurvërinë (*zina*). Sthurja seksuale sjell katastrofë, ndaj njëra nga rregullat kryesore duhet të jetë se seksi duhet kufizuar brenda martesës. Sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale (SNS) rrjedhin nga angazhimi në seks të jashtëligjshëm. Kur raca njerëzore sillet në mënyrë jo të natyrshme, lloje të reja sëmundjesh mund të godasin. Prindërit duhet të marrin pjesë aktive në edukimin seksual për veten dhe për fëmijët e tyre.

Ç'është edukimi seksual?

NJERËZIT KANË PERCEPTIME të ndryshme për edukimin seksual. A është për anatominë dhe fiziologjinë e trupit të njeriut, apo për marrëdhënien seksuale, apo për riprodhimin dhe jetën familjare, apo për parandalimin e sëmundjes dhe shtatzënie të padëshiruara? A është edukimi i fëmijëve për seksin i barabartë me dhënien leje atyre që të bëjnë seks? Një mësues një herë ka thënë: “Unë nuk planifikoj t’iu them fëmijëve tuaj se a duhet apo jo të bëjnë seks, apo se si ta bëjnë atë. Mirëpo, në rast se vendosin ta bëjnë këtë, ata duhet ta dinë se si t’i parandalojnë sëmundjet dhe shtatzëninë“. Shumica e programeve për edukimin seksual janë të paplota dhe i shmangin çështjet e moralit, mosfunktionimit seksual, devijimit dhe martesës.

Ka dy çështje themelore. Njëra përbëhet nga faktet biologjike. Këto merren me frikët adoleshente që paraqiten kur të rinjtë nuk kanë qenë të përgatitur nga prindërit e tyre për menstruacionin apo për derdhjet e natës. Një çështje tjetër themelore është që t’iu jepen të rinjve seksualisht aktivë mjaft informacione, për t’i shmangur shtatzënitë e padëshiruara, dhe abortet e mundshme vijuese. Informacioni ndihmon në mbrojtjen e tyre nga rreziku.

Disa shkolla i mësojnë mekanikën e thjeshtë të riprodhimit fizik, si dhe përgjegjësinë morale. Shkolla të tjera ofrojnë copëza dhe pjesë informacioni. Në shumë shkolla, edukimi seksual është një pjesë e madhe e programit mësimor të *Edukimit Moral dhe Shoqëror*. Nuk ka shumë dobi nëse e largoni fëmijën tuaj nga këto orë, ngaqë temat që diskutohen aty mund të paraqiten lehtësisht edhe në agjuhën amtare, apo histori, apo edukimin fizik, apo art, apo në programin fetar javor, apo praktikisht kudo tjetër. Seksi është bërë një pjesë përbërëse e jetës sonë.

Pjesa më e madhe e edukimit seksual nuk inkurajon një jetë martesore të lumtur dhe të plotësuar. Kështu, shumë bashkëshortë kanë jetë martesore shumë zhgënjyese, shpesh për shkak të mungesës së diturisë dhe shkathtësive. Ideja e gabuar e zakonshme është se: “aftësia e burrit për ta nxitur apo kënaqur bashkëshorten e tij do të ndodhë natyrshëm”. Dija për atë se si të krijohet një martesë e lumtur, është pjesë vendimtare e edukimit. Sa keq që ky edukim nuk sigurohet diku më herët gjatë jetës së djalit apo vajzës.

Nëse adoleshenti juaj është bërë seksualisht aktiv, ju me gjasë do të jeni personi i fundit që do ta kuptojë këtë. Adoleshenti gjithsesi do të përpiqet ta mbajë këtë të fshehur.

Për më tepër, adoleshentët kanë një rrjet të fshehtë ndërmjet vete, ku ata dinë shumë për moshatarët, dhe e kundërta, por e gjithë kjo mbahet e fshehur nga prindërit.

Përgjigjja e vërtetë e kënaqshme është modeli i Profetit a.s. Mënyra se si është përkufizuar dhe si mësohet edukimi seksual në shkolla ka shumë anë pozitive dhe negative. Prandaj, prindërit duhet ta mbajnë mbi supet e tyre përgjegjësinë e udhëzimit të fëmijëve të tyre. Informacioni për seksin që na jepet nga shoqëria, përfshirë shkollat, TV-në, Internetin dhe moshatarët, ka avantazhe dhe disavantazhe të përziera.

Skena amerikane

Athar (1990) rrëfen se si fëmijëve në shkollë u jepet edukim për seks të zhveshur nga vlerat, si dhe mesazhe të gabuara nga media. (Shih: *Sex Education: An Islamic Perspective* (“Edukimi seksual: perspektivë islame”), redaktuar nga Shahid Athar, M.D. <http://www.teachislam.com/dmdocuments/33/BOOK/SexEducation>). Në shumicën e shkollave, edukimi seksual ligjërohet nga klasa 2 deri 12, me një kosto miliardë dollarësh. Mësimdhënësit i përshkruajnë aspektet teknike të seksit pa i folur fëmijëve për vlerat morale, apo se si t'i marrin vendimet e drejta. Pas përshkrimit të anatomisë dhe fiziologjisë së riprodhimit, theksi kryesor është mbi parandalimin e sëmundjeve venerike dhe shtatzënisë adoleshente. Me përhapjen e AIDS (SIDA-s),

qendra e vëmendjes është vënë mbi “seksin e sigurt”, që zakonisht nënkupton përdorimin e prezervativëve. Dollarë nga taksat iu paguhen disa shkollave për shpërndarjen falas të prezervativëve dhe mjeteve të tjera kontraceptive, atyre që shkojnë në klinikat shëndetësore shkollore. Makina për shitje prezervativësh janë në dispozicion në korridorët e disa shkollave dhe në universitete.

Roli i prindërve është i minimizuar, dhe disa herë edhe i përbuzur. Kurdo që djemtë e rinj pyesin për seksin, baballarët e tyre zakonisht iu shmangen atyre, dhe e ndryshojnë temën. Prandaj, djemtë mësojnë për seksin nga të huajt. Disa vese të nxitura nga edukatorët janë të papranueshme sipas parimeve fetare. Sipas dr. Shehid Athar, bindjet e disa edukatorëve të paudhëzuar si duhet janë si vijon:

(a) Lakuriqësia në shtëpi (në dush ose në dhomën e gjumit), është mënyrë e mirë dhe e shëndetshme për t'ua prezantuar seksualizmin fëmijëve më të vegjël (nën moshën 5-vjeçe), duke iu dhënë atyre mundësinë të parashtrajnë pyetje. Megjithatë, sipas një studimi nga viti 1997, 75 % e të gjitha ngacmimeve seksuale të fëmijëve, dhe incesteve (500.000 raste në vit), ndodhin nga një kushëri i afërt (prindi, njerku/njerka ose ndonjë anëtar tjetër i familjes), në një mjedis familjar. (Abel et al. 2001)

(b) Lozja e një fëmije me organet gjentiale të një fëmije tjetër është një “eksplorim naiv”, është e lejuar dhe nuk është arsye as për qortim e as për ndëshkim. Ky edukator i veçantë është po ashtu i vetëdijshëm se fëmijë madje edhe 12-vjeç kanë përdhunuar vajza 8-vjeçe. Ai nuk na informon se kur ky “eksplorim naiv” bëhet akt seksual.

(c) Fëmijët që zihen duke lexuar revista “të pista” nuk duhen bërë të ndjehen fajtorë, por prindërit duhet ta shfrytëzojnë këtë si rast për t'ua bërë me dije disa pika të



dobishme atij apo asaj për sjelljet seksuale, vlerat dhe shfrytëzimin e seksit. Kjo është një injorancë e habitshme. Shumë nga këto revista bartin mesazhin se seksi është mall dhe se gratë janë lodra, me të cilat burrat mund të luajnë. Në fakt, faji nuk është një emocion i dëmshëm, për sa kohë që i bën njerëzit të pendohen për një veprim dhe ta përmirësojnë atë. Ndjenja e keqardhjes përmes fajit (me qëllim të vlerësimit dhe kthimit mbrapsht të një akti të gabuar), është një mekanizëm mësimor për t'i mësuar fëmijët ta peshojnë sjelljen e tyre, dhe të ndjejnë përgjegjësi.

(ç) Nëse fëmija i dikujt tashmë është seksualisht aktiv, në vend që t'iu thuhet atyre të ndalojnë me këtë, detyrë morale e prindit është që ta mbrojë shëndetin e tyre, duke iu dhënë atyre informacione dhe mjete për pengim të shtatzënisë dhe shmangie të sëmundjeve venerike. Edukatorët si këta nuk besojnë që dhënia e informacioneve seksuale do të thotë dhënie të sinjalit për të vazhduar me seks. Megjithatë, nëse dikujt i tregohet forma, ngjyra, aroma dhe shija e një fryti të ri, si dhe kënaqësia që ndjehet nga ngrënia e tij, a nuk thotë arsyeja e shëndoshë

se ata do të dëshironi ta shijonin atë? Prindërit duhet të iniciojnë bisedë të përshtatshme në lidhje me marrëdhëniet seksuale të papërshtatshme. Biseda mund të jetë për shtatzëninë e padëshiruar të një anëtareje të komunitetit, një reklamë vulgare, muzikë e turpshme apo *show* televiziv që promovon shturjen seksuale.

Edukimi seksual në shkollat publike të Amerikës nuk e ka ulur shfaqjen e sëmundjeve venerike të adoleshentët, apo shtatzëninë e adoleshente, e as që i ka ndryshuar shprehitë seksuale të adoleshentëve. Fatkeqësisht, as shkuarja në kishë nuk ndihmon shumë. (Athar 1990)

Veç nëse fëmijët tuaj nuk shkojnë në një shkollë që vërtet përpiqet ta pengojë diturinë biologjike, ata do të përjetojnë njëfarë edukimi seksual, dhe prindërit duhet të jenë më të përfshirë. Shkollat zakonisht japin dituri biologjike të thjeshtë, dhe informacione për pengimin e shtatzënisë të nevojshme për të rinjtë që po bëhen të rritur. Shumë prindër muslimanë, si dhe ata të feve të tjera, janë të shqetësuar se parimet morale seksuale që ofrohen në shkollat qeveritare, nuk janë në

E vërtetë apo e gënjeshtërt?

Sa më shumë që dinë për të, aq më shumë e bëjnë atë!!!



nivelin e standardeve të fesë së tyre, dhe se këshillimi i fëmijëve për pengimin e shtatzënisë mund t'i inkurajonte ata që të bëjnë seks. Kjo është një frikë e gabuar, ngaqë informacionet e dhëna janë të bazuara në fakte, dhe janë të domosdoshme për një të ri/re.

Shumë burra, muslimanë dhe jomuslimanë, janë të befashuar kur e zbulojnë urinë seksuale të bashkëshorteve të tyre. Kjo është kështu ngaqë shumë burrave iu është thënë se është e lehtë për një grua t'ia kënaqë nevojat seksuale një burri, ngaqë e gjitha që ajo duhet bërë është të qëndrojë e qetë dhe t'i japë atij qasje për disa sekonda. Mirëpo, burrave nuk iu është thënë se është çështje shkathësie dhe detyre fetare që një burrë të mësojë t'ia kënaqë nevojat seksuale të gruas. Ata duhet ta kapërcejnë turpin e tyre të natyrshëm për pjesët e turpshme të gruas, të mësojnë teknika paralaje, dhe ta kuptojnë se

nëse ata e kënaqin veten dhe e lënë gruan “të uritur”, ata me këtë u shkaktojnë privim të rëndë bashkëshorteve të tyre, dhe kjo është një formë mizorie.

Shumica e prindërve nuk dëshirojnë që fëmijët e tyre të fillojnë të “fleenë andej-këndeje” pa dallim. Megjithatë, sapo adoleshenti i tyre të fillojë të ketë jetë private larg syrit të tyre vigjilent, prindërit do të kenë shumë pak kontroll. Edhe pse pafajësia është njëra mënyrë për t'i mbrojtur të rinjtë, ai lloj i pafajësisë që e dëshirojnë prindërit zakonisht është zhdukur në fushën e lojës para se fëmija të bëhet 10-vjeç. Fëmijët në ditët tona marrin dituri nga Interneti, televizioni dhe filmat, dhe nëse fëmijët tuaj kanë qasje te DVD-të (apo te shokë me DVD), “dituria” seksuale e fituar nga ajo që ata shikojnë, me shumë gjasa do të jetë “përpara” asaj që kuptojnë nga ju, thënë realisht.

AIDS (SIDA) njëra nga shkaqet kryesore të vdekjes në Tajlandë

AIDS në vitin 2001 u bë shkak i kryesor i vdekjes në Tajlandë, duke kaluar aksidentet, sëmundjet e zemrës dhe kancerin, sipas Zëvendësministrit për Shëndetësi Publike Surapong Suebwong-lee. Ministri nuk i zbuloi shifrat e sakta, por tha se shtrirja e HIV-AIDS ka qenë e nën-raportuar, për shkak se të afërmit e viktimave në zonat rurale kanë ngurruar ta raportojnë shkakun e vërtetë të vdekjes.

“Kryeplaku i katundit i raportoi shumicën e vdekjeve jo-aksidentale si rezultat i ‘pushimit së rrahuri të zemrës’. Kjo çoi në një keqkuptim se shumica e tajlandezëve vdesin nga sëmundja e zemrës”. “Por ne kemi bërë një studim të rastësishëm dhe kemi

konstatuar se shkak i madh i vdekjeve në zonat rurale është AIDS”, tha ai pas kthimit nga mbledhja e Organizatës Shëndetësore Botërore në Maldive. Zyra e Programit të OKB-së për HIV-AIDS (UNAIDS) në Bangkok, konstatoi se vdekjet nga AIDS do të vazhdonin të rriteshin, ngaqë tajlandezët që janë infektuar në fillim të epidemisë para 10 vitesh, kanë filluar të sëmuren dhe të vdesin në numra të shtuar. Një shifër e llogaritur prej 1 milion njerëzish, nga popullsia 60 milionëshe e Tajlandës, janë infektuar nga HIV, dhe rreth një e treta e tyre tashmë kanë vdekur.. (AIDS GLOBAL INFORMATION SYSTEM, 2001)

Përse një profesor, përndryshe i kënaqur, zgjodhi të largohej nga SHBA?

Një profesor në Universitetin Islamik Ndërkombëtar, Malajzi (IIUM), me një rast e rreth historinë vijuese: I biri i tij në klasën e tretë në një shkollë fillore qeveritare në Michigan, kishte ardhur një ditë në shtëpi dhe kishte shpjeguar në detaje kryerjen e një akti seksual të plotë në klasë nga një shok i tij i klasës me një nxënëse! Kjo bëri që profesori t'i mblidhte plaçkat, dhe të largohej nga Amerika me familjen prej pesë fëmijësh! Rezultati i edukimit seksual pa vlera ka prodhuar një brez që kënaqet me seks në një mënyrë të shkujdesur dhe të papërgjegjshme. Kultura mbizotëruese e ka bërë seksin tërheqës, të lirë, të kënaqshëm dhe të arritshëm. Shmangia e tij u duket si diçka anormale shumicës, ngaqë imazhet seksuale dhe shthurja seksuale janë bërë të zakonshme.

Perceptimet për nënat dhe bijat në SHBA

Adoleshentët rriten gjithnjë e më konfuzë në lidhje me sjelljen seksuale, dhe atyre u mungon një udhëzim i duhur nga prindërit dhe mësimmthënësit. Në vijim janë disa shembuj për atë se çfarë thonë adoleshentët:

- Thotë Selma 16-vjeçe: “Unë nuk mund ta pyes nënën time asgjë në lidhje me seksin. Nëse e pyes, ajo fillon të habitet se përse e parashtraj pyetjen. ‘Pse të duhet ta dish?’ këmbëngul ajo ‘veç në mos...’”
- Thotë Julieta 14-vjeçe: “Nëna ime beson se mosdija e garanton pafajësinë. Ajo hidhërohet kur unë e pyes diçka rreth seksit. Ajo thotë: ‘Burri yt do të ta mësojë gjithë atë që duhet ta dish rreth seksit.’”
- Thotë Louisi 18-vjeç: “Mora një porosi të përzier nga prindërit e mi. Njëri thotë: ‘Mos e bëj, do të kesh telashe!’ Tjetri thotë: ‘Mбилle tagjinë tënde të egër sa je i ri’. Kisha dashur që prindërit e mi ta ndajnë mendjen. Nëse seksi është i mirë për ne, le të na thonë. Nëse nuk bën për ne, atëherë mos nxisni, mos provokoni dhe mos na ngatërroni!”
- Thotë Joshua 15-vjeç: “Babai im gjithmonë dëshiron që ne të jemi të sinqertë. Mirëpo, ndershmëria e tij ndalon aty ku fillon seksi. Është kjo një fushë ku nuk është i mirëseardhur sinqeriteti im”.
- Jonathan 22-vjeç thotë: “Për çunat e kolegjit, seksi është simbol pjekurie dhe burrërie. Për gocat, ai është mbrojtje nga jopopullariteti dhe vetmia”.
- Dilema e seksit është shprehur nga një adoleshent: “Nëse shikoj një komedi, mund të qesh; një tragjedi, mund të qaj; diçka që me zemëron, mund të bërtas; por nëse shoh një pjesë që më ka nxitur seksualisht, çfarë të bëj në atë rast?”

Këto biseda tregojnë se edukimi seksual i përshtatshëm tani duhet të shërbejë si kundërhelm ndaj mosdijes. Shoqëria nuk mund të lejojë më që rruga dhe ekrani t’i vendosin vlerat dhe standardet e saj për seksin.

Vlerat dhe seksi: sot dhe dje

Ka një konflikt të konsiderueshëm vlerash ndër njerëzit sot. Disa prindër ndjejnë se ka ardhur koha për ta pranuar realitetin e ri. Ata janë të brenguar për sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale, shtatzënitë e padëshiruara dhe reputacionet e shkatërruara. Ata shprejnë t’i shmangin këto rreziqe me një edukim seksual të qartë. Disa i furnizojnë adoleshentët e tyre me informacione dhe kontraktivë.

Prindër të tjerë me indinjatë i kundërshtojnë këto masa. Ata e dinë se kontraktivët mund ta inkurajojnë seksin paramartesor. Ata e dinë se shoqëria nuk

mund ta mbështesë seksin adoleshent, ngaqë zgjimi erotik i hershëm do t’i rrezikonte marrëdhëniet e përgjegjshme njerëzore dhe qytetërimin. Detyra kryesore e të rinjve është të nxënë dituri, dhe të përgatiten për një jetë të ndershme prej të rrituri dhe familjare. Për ta arritur këtë detyrë, më e mira është të mbahet “freni në dorë”. Disa konsiderojnë se madje edhe biseda rreth seksit është e neveritshme, dhe me shije të keqe. Disa prindër ndjejnë se biseda e hapur për seksin stimulon akte seksuale, madje edhe kur qëllimi është vetëkontrolli. Një prind flet për të qenit për fëmijët modele që duhen ndjekur: “Vetëm atëherë kur ne të rriturit do të japim shembull të hijshëm,

dhe të kërkojmë sjellje të hijshme, fëmijët do të bëhen njerëz siç dëshirojmë ne”.

Si ne jetë ashtu edhe në literaturë, ka gjithnjë e më pak moralitet. Në Shtetet e Bashkuara dhe në shumë vende të tjera, seksi nuk është më një temë e ndaluar; ai ligjërohet në shkollë dhe diskutohet në shtëpi.



Në këto shoqëri merret për të mirëqenë se nëse i ekspozoheni tundimit, ju do të dorëzoheni. Prandaj, djemtë dyshohen, ndërsa vajzat ndiqen nga pas. Djemtë në ditët e sotme kanë makina, ndërsa shumë vajza kanë liri. Kur ka ngashënjim maksimal me minimum mbikëqyrje, si mundemi ne realisht të presim që të rinjtë tanë t'i ndjekin rregullat morale?

Në të kaluarën, gocat e mira këmbëngulnin për dëlirësi, dhe kur ballafaqoheshin me ndonjë të dashur ngulmues, lejonin vetëm përqafim dhe përkëdhelje. Ky ishte kompromisi i saj me ndërgjegjen dhe shoqërinë. Tani, shumë adoleshentë detyrohen ta vënë në dyshim këtë zgjidhje. Çunat nuk e durojnë këtë, ngaqë TV-ja, filmat dhe revistat i lënë ata tepër të stimuluar, ndërsa vajzat nuk e durojnë ngaqë i shndërron ato në provokuese.

Vajzat e kolegjit në këto vende që dëshirojnë të mbeten të virgjëra, e kuptojnë se kjo

është e vështirë. Shumë djem refuzojnë të dalin në takim me to, dhe disa vajza i trajtojnë ato si të dala mode. Ato që janë serioze për ta “ruajtur veten për martesë”, mund ta gjejnë veten shoqërisht të izoluar. Nën këto presione, një e virgjër mund të fillojë të dyshojë në normalitetin e saj. Përballë ngashënjimit dhe talljes, vetëm ato që janë moralisht të vendosura mund t'i ruajnë standardet e tyre të larta. Mjerisht, shumë vajza kanë seks në këtë mjedis, jo nga dëshira, por nga presioni. Në të kaluarën, një vajzë mund ta shfrytëzonte frikën nga shtatzënia si justifikim për dëlirësinë. Tani më ky justifikim ka humbur. Profilaktikët shiten në supermarkete, pilulat dhe diafragmat mund të sigurohen lehtë, ndërsa disa shkolla, e madje edhe kisha, shpërndajnë falas prezervativë.

Gjatë një vizite nga kolegji, Jasoni, 18-vjeç, i tha të atit për jetën dhe dashurinë: “E kam zbuluar dallimin e vërtetë midis

djemve dhe vajzave. Vajzat luajnë me seksin si një mënyrë për të fituar dashuri. Djemtë luajnë me dashurinë si një mënyrë për të fituar seks. Filozofia ime është duaji ato, dhe braktisi ato”. I ati e pyeti: “Çfarë ndodh me vajzën pasi ti dhe djem të tjerë e duan, dhe pastaj e braktisin atë?” “Nuk është puna ime, mendohem të mos mendoj për të”, tha Jason.

“Epo, mendo pak për këtë. Në Orient, thonë se nëse e shpëton një njeri nga vdekja, ti je përgjegjës për jetën e tij. Nëse ti ke sajuar një strategji për ta joshur një vajzë në dashuri, ndjenjat e saja bëhen puna jote”, iu përgjigj i ati.

I ati i Jasonit e pohoi parimin themelor: Ndershmëria dhe përgjegjësia kanë të bëjnë me të gjitha raportet njerëzore. Të gjitha situatat, të thjeshta apo të ndërlikuara, shoqërore apo seksuale, kërkojnë integritet dhe llogaridhënie individuale.

Pse edukimi seksual? A duhet ne ta ligjërojmë atë?

Adoleshentët janë të etur të mësojnë gjithçka që mundën për seksin. Ata janë të trazuar dhe të hutuar, dhe kërkojnë përgjigje realiste dhe personale. Kur u jepet rasti të diskutojnë seriozisht rreth seksit, adoleshentët flasin lirshëm dhe me arsye. Ata kërkojnë standarde dhe kuptim, duke dëshiruar të pajtohen me seksualizmin e tyre.

Pyetja është: a duhet t'iu jepet edukim seksual adoleshentëve? Shpesh, kjo vjen tepër vonë. Seksi tashmë në mënyrë të papërshtatshme mësohet në internet, në oborrin e shkollës dhe në rrugë. Në fjalë dhe fotografi, fëmijët i janë të ekspozuar seksit, që shpesh është i ndyrë dhe vulgar. Ekranet dhe rrugët janë burim i pandërprerë keqinformimi. Shitësit e pislëkut nuk hezitojnë kurrë të ndajnë “fakte” dhe ndjenja seksuale. Moshatarët me zhvillim të parakohshëm, me dëshirë rrëfejnë për përvojat, reale dhe imagjinare. Janë prindërit dhe mësimdhënësit që shpesh kanë frikë t'i ndajnë informatat e duhura në kohë.

Edukimi seksual ka dy pjesë: informacionin dhe vlerat. Vlerat mësohen më së miri në shtëpi. Ekspertët mund t'i japin më së miri informacionet. Jo të gjitha pyetjet rreth seksit burojnë nga etja për dituri. Disa fëmijë synojnë t'i vënë në siklet prindërit e tyre, që nuk duhet t'iu përgjigjen pyetjeve provokuese. Nuk mund të pritët që prindërit të jenë të hapur, të rehatshëm dhe të dijshtëm për çdo aspekt të seksualizmit njerëzor. Informacioni i kërkuar sinqerisht duhet siguruar, ndërsa për pyetjet e tjera është më mirë t'iu drejtohen ekspertëve. Prindërit duhet t'i inkurajojnë adoleshentët e tyre të marrin pjesë në bisedimet rreth seksit të sponsorizuara jo vetëm nga shkolla, por, që është më me rëndësi, nga kisha, xhamia dhe qendra

e komunitetit. Informacionet e kumtuara në mënyrë objektive dhe ndershmërisht, mund ta pakësojnë armiqtësinë dhe ta shtojnë besimin midis brezave. Të rriturit mund ta rifitojnë besimin e tyre te të rinjtë, ndërsa të rinjtë mund të kuptojnë se përkundër dallimit në moshë, të rriturit janë vërtet të shqetësuar për mirëqenien e tyre, dhe se ndajnë me ta një njerëzi të përbashkët.

Nga ana tjetër, dikush mund të polemizojë: A kanë nevojë fëmijët për edukim seksual? A



e mësoni ju një rosë të vogël si të notojë, apo thjesht e vini mbi ujë dhe e lini të notojë? Me mijëra vjet burrat dhe gratë kanë pasur seks pa ndonjë edukim formal. Në shumë qytetërime tradicionale, edukimi seksual fillon me provë dhe gabim pas martese, derisa të gjendet mënyra më e mirë. Mirëpo, pasja e një duzine fëmijësh nuk është provë për dashurinë. Një edukim seksual i përshtatshëm dhe i shëndoshë është vendimtar për plotësimin e një martese të lumtur.

Kush duhet të ligjërojë edukatë seksuale? Çdokush ka një rol për ta luajtur. Prindërit duhet t'i dinë faktet dhe çështjet shqetësuese, dhe duhet të marrin një rol më me përgjegjësi. Babai e ka për detyrë të jetë në gjendje t'iu përgjigjet pyetjeve të djalit të tij, ndërsa nëna pyetjeve të vajzës së saj. Ne nuk mund të mbështetemi mbi edukimin seksual në shkollë apo nga mediat. Është detyrë jona ta plotësojmë atë me një përmasë etike dhe morale.

Mësimdhënësit e shkollave të së dielës, mjeku i familjes, pediatri, imamët e informuar mirë dhe kleri, po ashtu mund të luajnë rolin e tyre. Brenda një familjeje, motra më e madhe ka detyrim ndaj më të voglës, ndërsa vëllai më i madh ndaj më të voglit.

Prindërit nuk duhet të jenë të heshtur rreth edukatës seksuale. Heshtja iu dërgon mesazh të gabuar fëmijëve. Fëmijët janë të ngatërruar nga faktet “kundërtënëse” që i dëgjojnë nga të huajt dhe moshatarët. Ata do të zhvillojnë qëndrime të padëshiruara për seksualizmin, që do të mund të ndikonte negativisht te ata gjatë moshës së tyre të rritur.

Shmangia e edukimit seksual nuk paraqet më një opsion. Ne duhet të jemi realistë. Prindërit që përpiqen t’i ndalojnë fëmijët e tyre nga edukata seksuale, në të vërtetë ua përplasnin kokat për muri. Është gjithsesi më mirë për fëmijët e tyre të mësojnë nga një i rritur i përgjegjshëm i ditur dhe etik, që do të ishte në gjendje të zhbënte çfarëdo ngatërrese të mundshme, dhe ndikime të padëshiruara të mjedisit.

Kur’ani dhe Profeti a.s., i diskutojnë çështjet seksuale qartë dhe me urtësi. Seksi nuk është një fjalë e pisët, ngaqë ai është një aspekt i rëndësishëm i jetëve njerëzore.

Kur’ani e diskuton atë me një gjuhë të denjë: riprodhim, krijim, jetë familjare, menstruacion dhe ejakulim. Profeti a.s., ka diskutuar respektueshëm me Shoqëruesit e tij shumë aspekte të jetës së tyre seksuale në këtë drejtim. Njëra arsye se përse prindërit muslimanë nuk bisedojnë për seksin, është për shkak të mënyrës në të cilën janë edukuar ata vetë. Prindërit mund të mos kenë dituri për seksin, apo të jenë të paretshëm me seksualizmin e tyre apo të shprehurit e tij.

Çfarë t’i mësojmë fëmijët?

Shumë prindër i përgatisin vajzat e tyre për fillimin e të përmuajshmeve të tyre, ndërsa bijtë e tyre për derdhjet e para të natës. Disa prindër nuk i përgatisin fëmijët e tyre, që shkakton frikë dhe shqetësim për adoleshentin. Çfarëdo derdhje gjaku e papritur në mendjen e të riut/resë, automatikisht ndërlihet me sëmundje apo dëmtim, dhe nëse kjo ka pasuar çfarëdo vetë-eksplorimi apo masturbimi, personi i ri/re mund të brengoset dhe të ndjehet fajtor. Një rrjedhje e bollshme gjaku apo fare, shpesh i bën ata të besojnë se diçka brenda tyre është prishur apo sëmurë, ndaj ata kanë shumë turp dhe janë të frikësuar të flasin për këtë. Një vajzë



e re përpiqej dëshpërimisht t'ia dilte në krye me gjakosjen e saj me ndihmën e shamive prej letre për muaj të tërë, duke menduar se ishte seriozisht e sëmurë. Në fund, një mësimdhënëse e sjellshme i zbuloi rrobat e saja me njolla gjaku dhe i ndihmoi asaj. Ajo e dëshpëruar i kishte larë ato, që të mos i shihte e ëma.

Disa nëna duhet të mendojnë për qëndrimet e tyre të gabuara për menstruacionin, para se t'iu flasin bijave të tyre për to. Është e dobishme që edhe djemtë të dinë diçka për të. Kjo u ndihmon më vonë, kur një burrë i ri duhet të merret me një bashkëshorte që vuan nga dhimbja, tensionimi paramenstrual apo humori i keq. Është goxha e kotë të shihet e gjithë kjo punë si e pisët dhe shqetësuese, dhe të trajtohet vajza gjatë kësaj periudhe si një person që duhet shmangur.

Profeti a.s., ka këshilluar se ne nuk duhet t'i lëndojmë gratë me menstruacione duke i shmangur ato, apo t'i bëjmë të ndjehen të papastra. Vetëm marrëdhënia e plotë seksuale duhet shmangur. Mirëpo, për sa kohë që pjesët e turpshme të gruas janë të mbuluara, ndërsa burri të jetë i mbrojtur nga gjaku, çifti mund të gjejë kënaqësi si t'iu pëlqejë.

Me disa përjashtime, edukimi seksual në shkollat e mesme publike amerikane është bërë një varg mësimesh për atë se si të përdoren prezervativët, të shmangen sëmundjet dhe të sigurohet aborti. Qëndrimi mbizotërues në Shtetet e Bashkuara duket se është ai që të rinjtë do të bëjnë seks gjithsesi, ndaj ne vetëm duhet t'iu ndihmojmë ata që këtë ta bëjnë të sigurt. Rrallëherë jepet një perspektivë etike, dhe nëse ndodh kjo, nuk përmendet fare feja, përshpirtshmëria dhe kënaqësia e Zotit. Klasat me gjini të përziara e largojnë ndjenjën e natyrshme të turpit të një të riu. Madje edhe në klasat me një gjini, fëmijët inkurajohen të eksperimentojnë me seksin, dhe iu jepen këshilla për teknikat e puthjes apo masturbimit, si pjesë e “eksplorimit të natyrshëm të seksualizmit”. Fëmijët muslimanë nuk dinë si të reagojnë, dhe mund të jenë tepër të zënë në siklet për t'iu pyetur prindërit e tyre rreth kësaj.

Abuzimi seksual! Sa serioz është ai?

Sipas Islamit, çdo marrëdhënie seksuale jashtë martesës (*zina*) është një formë abuzimi moral dhe fetar. Disa argumentojnë se kur abuzimi seksual rezulton me fëmijë të jashtëligjshëm, kjo mund të jetë akoma më shkatërrimtare – në disa raste – për shoqërinë, sesa vrasja. Kurorëshkelja mund të ketë efekt shumë afatgjatë mbi familjet dhe shoqërinë për brezat që vijnë. Përfundimi i kurorëshkeljes mund të manifestohet në një apo më shumë nga mënyrat vijuese: sëmundje, abort, bebe me të meta apo ngadalësim në zhvillim (nëse një sëmundje ngjitëse me rrugë seksuale bartet te bashkëshortja shtatzënë), fëmijë të jashtëligjshëm, familje me një prind të vetëm, familje të rrënuara, prejardhje e ngatërruar (*nesëb*), tradhti e besimit dhe prostitucion.

Kurorëshkelja e përçmon dinjitetin dhe bashkëveprimin njerëzor. Një shoqëri që lejon shkeljen e tabuve seksuale (si kurorëshkelja), mund të përfundojë me tabu seksuale më serioze (si prostitucioni), pavarësisht se është i jashtëligjshëm. Kur një herë tabutë të shkelen në shkallë të vogël, ato bëhen më të lehtë për t'u shkelur në shkallë më të madhe. Kurvëria dhe kurorëshkelja janë mëkate të rënda, që ndëshkohen nga i Plotfuqishmi si në këtë jetë ashtu edhe në Botën e Përtëjme.

Islami nuk i konsideron kurorëshkeljen dhe kurvërinë vetëm si mëkate personale, por më tepër si agresione ndaj shoqërisë. Nëse bëhen të pranueshme, ato e rrënojnë strukturën e shoqërisë, duke nisur që nga vetë themeli i saj – familja. Vërtet, ndëshkimi ligjor për kurorëshkeljen dhe kurvërinë në Kur'an është fshikullima publike prej njëqind goditjesh. Aq i rëndë është rreziku i kurorëshkeljes për shoqërinë, saqë në të kaluarën e lashtë, kërkohej edhe gurëzimi (p.sh. *Bibla*, Ligji i Përtërirë, 22:23-24). Goditja me gurë megjithatë nuk është përshkruar në Kur'an, dhe shumë dijetarë muslimanë e kundërshtojnë tërësisht vlefshmërinë e goditjes me gurë. Për shkak të seriozite-



tit dhe çnderimit të shoqëruar me akuzën për kurorëshkelje, katër dëshmitarë muslimanë të arsyeshëm, të besueshëm, duhet të dëshmojnë në gjykatë për detajet e aktit të kurorëshkeljes. Kërkesa për katër dëshmitarët është që të mbrohet edhe privatesia dhe nderi i të dyshuarve, dhe po ashtu të kumtohet mesazhi se kurorëshkelja dhe kurvëria janë po ashtu shqetësime shoqërore për të gjithë. Të gjithë njerëzit janë të pafajshëm nëse katër dëshmitarë të besueshëm nuk dëshmojnë për të kundërtën. Më pak se katër dëshmitarë të besueshëm nuk është dëshmi e vlefshme, dhe juristët mund të pajtohen që ADN testet mund të pranohen si dëshmi. Kurorëshkelja e kryer para katër apo më shumë dëshmitarëve, është propagandim publik i së ligës në shoqëri, e jo thjesht një kënaqje personale e epshit përmes mënyrave të fshehta.

Kurorëshkelja, përveç kësaj, është shkelje e kontratës martesore. Rreth gjysma e të gjitha martesave të para në Shtetet e Bashkuara përfundon me shkurorëzim brenda dy vitesh, ndërsa arsyeja kryesore është një lidhje jashtëmartesore nga cilido prej bashkëshortëve. Shumë njerëz nuk ua vënë veshin as Biblës e as Kur'anit. Bibla thotë: “Nuk duhet të kryesh kurorëshkelje”, ndërsa Kur’ani arsyeton: “Mos iu afroni kurorëshkeljes”, që do të thotë se jo vetëm që ajo është e jashtëligjshme, por po ashtu edhe që ne duhet të shmangim

gjithçka që shpie drejt saj. Të gjitha qasjet për kurorëshkelje (si dalja në takim, veshja provokuese, lakuriqësia, paturpësitë dhe pornografia) janë të përfshira në dënimin e tillë. Kodet e veshjes për burrat dhe gratë janë urdhëruar për t’i mbrojtur të dyja palët nga joshja dhe epshi nga ata që i shikojnë. Disa burra e humbasin vetëkontrollin dhe kryejnë mëkat të rëndë, e madje edhe përdhunim!

Në çështjet e seksit, qëndrimet flasin më zëshëm se fjalët. Cili është qëndrimi i vërtetë i shoqërisë ndaj seksit? Cili është koncepti ynë për moralitetin? Si shoqëri, neve na mungojnë modele që duhen ndjekur, me cilësi të shkëlqyera morale. Adoleshentët e matur dhe të kujdesshëm janë në mëdyshje nga paradoksi publik mbizotërues: nga njëra anë, shoqëria është e fiksuar me seksin dhe e motivuar nga paraja. Për zbatimje dhe fitim, seksi portretizohet nëpër filma, shpërthen nëpër stenda afishimi dhe shfrytëzohet për joshje komerciale. Kjo situatë krijon konflikt dhe tensionim. Nëse shoqëria lejon burime të vazhdueshme publike për stimulim, ajo nuk mund t’i ndalojë burimet private të abuzimit dhe shkarkimit. Shumë të rinj kanë ide “të çliruara” se “të qenit i dashuruar” përbëhet nga të pasurit seks me këdo, pavarësisht mungesës së përkushtimit. Kjo çon në takime seksuale, e po ashtu edhe në shkurorëzim.

Natalie, një studente e vitit të dytë, shpjegon dilemën e saj
(Faber dhe Mazlish 1982):

Prindërit e mi dhe unë jetojmë me bekimin e një kodi të pathënë: Pa pyetje të thella, pa përgjigje të vërteta. Ata vërtet nuk dëshirojnë ta dinë se çfarë ndodh. E unë nuk mund t'ua them atyre. Unë jam vajzë e mirë me veti morale konvencionale. Sa për fillim, unë e kam të vështirë të gjej një shok që do të më dashuronte në mënyrë miqësore. Më pëlqen të dal në takime. Disa nga takimet e para janë të këndshme. Pastaj vjen presioni: ftohesh në ahengje me alkool dhe marihuanë. Merret si e mirëqenë se do të shkosh në shtrat me të. Dhe ata thonë: "Nëse e bën, bota do të të buzëqeshë. Nëse nuk e bën, do të qash e vetmuar". Kështu unë jam plot integritet dhe lot.

Rezultati shkatërrimtar është se fëmijët nuk mund ta dallojnë të drejtën nga e gabuara. Shtetet e Bashkuara kanë problemin e AIDS-it, problemin e drogës dhe problemin e dhunës. Asnjë nga këta probleme nuk do të largohet deri kur shkollat edhe një herë do ta bëjnë punë të tyre që të mësojnë karakterin e mirë. Programi mësimor shkollor duhet të krijojë një mjedis moral që e plotëson udhëzimin prindëror. Shkollat që janë mjaft të guximshme ta forcojnë dhe praktikojnë virtytin, janë më të mira në ndërtimin e një shoqërie të shëndoshë, sesa një ushtri mjekësh, këshilltarësh, policësh dhe punonjësish socialë.

Traditat abrahamike ndalojnë kurvërinë dhe kurorëshkeljen

Rendi vijues, tërësisht apo pjesërisht, është i zakonshëm te brezi i ri i sotëm:

Dashnor-dashnore → Joshje-ngashënjim → Marrëdhënie paramartesore → humbje e virgjërisë dhe nderit → shtatzëni e padëshiruar → (abort ose martesë e hershme e detyruar apo fëmijë të jashtëligjshëm, ndjekur nga birësimi) → varfëri dhe mjerim → këputja e lidhjeve familjare → sëmundje → vdekje!.

Një person që është seksualisht i shturur mund të kapë gonorre, frëngjyë (sifiliz), urdhje (herpes) apo AIDS, dhe më pas t'ia bartë këto sëmundje një bashkëshort(i)jeje të pafajshëm(e). Nëse bashkëshortja qëllon të jetë shtatzënë, sëmundja mund ta dëmtojë fëmijën e tyre përgjithmonë. Bebja mund të lindë i verbër, apo me të meta. Nëse kapet AIDS, burri është përgjegjës për vdekjen e ngadalshme, të dhimbshme të bashkëshortes dhe fëmijës së tij, si dhe të vetes!

Kurorëshkelja shkakton hatanë kur fëmijët janë të përfshirë. Një burrë mund të

bëhet baba nga gra të tjera, dhe të refuzojë të marrë përgjegjësinë për ata fëmijë, ngaqë nuk është ligjërisht i martuar me nënën apo nënat e tyre. Me veprimet e tij mashtruese, ai ua mohon fëmijëve të tij të drejtën që të rriten brenda një familjeje të sigurt, me dinjitet dhe të qëndrueshme. Ngjashëm, një grua që bën seks me dikë tjetër, përveç burrit të saj, mund të mbetet shtatzënë me fëmijën e ndonjë burri tjetër. Nëse ajo e fsheh këtë fakt nga çdokush, ajo nuk mund ta fshehë atë nga ndërgjegjja e saj. Po ashtu, fëmija mund të mos e dijë kurrë babanë e tij/saj të

vërtetë dhe kushërinjtë e tjerë. Babai i vërtetë nuk do të jetë në gjendje të veprojë si baba i fëmijës së tij, ndërsa bashkëshorti i gruas është mashtruar, dhe pa dashje do të jetë përgjegjës për një fëmijë që nuk është i tij. Me veprimet e saj mashtruese, ajo e heq të drejtën themelore të çdokujt për ta ditur familjen e vërtetë të tij/saj. Babai i mashtruar dhe/ose fëmija mund ta zbulojnë të vërtetën përmes testit të gjakut apo të ADN-së. Ajo po ashtu mund të kapë dhe të përhapë sëmundje si AIDS, duke rrezikuar jetët e bashkëshortit dhe fëmijëve të saj. Normalisht, një person i martuar që ka një lidhje jashtëmartesore, herët a vonë zbulohet, dhe kjo shpesh shkakton fatkeqësi dhe shkurorezim, që ka pasoja serioze mbi fëmijët, familjen dhe shoqërinë.

Në Islam, ndëshkimet për kurorëshkelje mund të zbatohen vetëm në një gjykatë që zyrtarisht e zbaton Ligjin islam. Individë nuk mundën dhe nuk duhet ta marrin ligjin në duart e tyre, por duhet të shkojnë te autoritetet me dëshmitë e kërkuara. Fatkeqësisht, disa baballarë e kanë humbur toruan dhe i kanë vrarë bijat e tyre – bashkë me dashnorët e tyre – që kanë mbetur shtatzëna para martesës, dhe atë nga “ndjenja e nderit”. Disa nga këto “vrasje” (nderi), bazohen thjesht mbi dyshime apo sjelljen e keqe, ndërsa dashnorët, duke pasur liri më të madhe lëvizjeje, zakonisht shpëtojnë.

Ka shumë presion shoqëror që adoleshentët të përshtaten dhe t’i dëgjojnë moshatarët e tyre dhe mediat. Sikur ata në vend të kësaj ta dëgjonin ndërgjegjen e tyre, këto probleme do të mund të shmangeshin. Njerëzit e pamartuar që e provojnë seksin para martesës, zbulojnë (edhe pse tepër vonë), se kjo nuk ia vlen. Në shkëmbim për disa çaste argëtimi, ata ballafaqohen me një jetë të tërë telashesh dhe pikëllimi. Ky mund të ketë qenë vendimi më i keq që kanë marrë ata ndonjëherë në jetën e tyre, Dhe në Ditën e Gjykimit, ata do të duhet t’i përgjigjen të Plotfuqishmit për veprimet e tyre.

Shpjegimi i arsyeshem që qëndron pas ndëshkimit ligjor të kurvërisë dhe kurorëshkeljes

Edhe pse veshëve modernë mund t’iu tingëllojë e çuditshme që kurorëshkelja dhe kurvëria të konsiderohen krim, megjithatë në Islam ky është pikërisht rasti, me çka pasqyrohet shtrirja e gjerë deri ku këto veprime iu shkaktojnë dëm jetëve njerëzore dhe shoqërisë. Kjo temë kërkon një të kuptuar të thellë të natyrës së qenieve njerëzore. Ne do t’i shikojmë katër elemente: Shpallja Hyjnore, arsyeja, natyra dhe vetë veprimi.

Qëllimi kryesor i ligjit të ndëshkimit është që të vendosë paqe dhe siguri në shoqëri. Kur krimi ka të bëjë me pasurinë materiale apo vrasjen, ligji islam kërkon vetëm dy dëshmitarë për t’i vërtetuar faktet. Mirëpo, nëse krimi ka të bëjë me kurorëshkeljen (epshi dhe dëshira), nevojiten katër dëshmitarë. Pse? Sepse çështja në fjalë nuk është vetëm kryerja e mëkatit individualisht, por po ashtu edhe pasoja e kryerjes së tij publike mbi shoqërinë, pra, në prani të të paktën katër personave. Kryerja publike e këtij mëkati është një rrugë për përhapjen e së ligës dhe vesit.

Është po ashtu edhe nevoja për ta drejt-peshuar shtypjen e vesit, dhe mbrojtjen e privatësisë dhe nderit. Ka një dallim të konsiderueshëm midis mëkatimit në fshehtësi për ta kënaqur dëshirën njerëzore, dhe mëkatimit publikisht për të përhapur vesin midis njerëzve, dhe për ta kërcënuar nderin dhe sigurinë e tyre. Një shembull i mirë është ai i halifit të dytë, Umer ibn el-Hattabit, i cili – teksa kalonte pranë një shtëpie – dëgjoji se si njerëzit këndonin dhe pinin, ndaj hipi mbi murin e shtëpisë për ta hetuar këtë gjë. Edhe pse ai dëshiroi t’i ndiqte penalisht ata, ata kundërshtuan duke thënë se halifi nuk ka pasur të drejtë të hipte mbi mur dhe t’i spiunonte ata. Ai e kuptoi gabimin e vet, dhe nuk ndërmori kurrfarë veprimi kundër tyre. Në rastin e kurorëshkeljes, nëse ka më pak

se katër dëshmitarë, atëherë ata nuk duhet të thonë asnjë fjalë për atë që e kanë dëshmuar, përndryshe do të ndëshkohen për shpifje dhe skandal në shoqëri. Islami e dekurajon promovimin e mëkateve dhe veseve, ngaqë kjo i bën ato më të afërta, duke lejuar pranimin dhe tolerimin e tyre të shkallëshkallshëm nga shoqëria.

Sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale (SNS)

Adoleshentët mund të kapin një sëmundje të quajtur “mono” (mononukleozë), vetëm duke puthur njëri-tjetrin; ajo e sulmon mëlçinë dhe kërkon disa javë pushim në shtrat. Sëmundjet e tjera ngjitëse që përhapen përmes kontaktit seksual janë:

- gonorreja, që mund t'i bëjë burrat dhe gratë steril (të paaftë për të pasur fëmijë)
- urdhja (herpesi) gjenitale, që shkakton flluska shumë të dhimbshme në organet gjenitale të personit, dhe paraqitet vazhdimisht gjatë jetës së tij/saj
- frëngjyza (sifilizi), që mund ta dëmtojë thujasë çdo pjesë të trupit të njeriut
- AIDS (Sindroma e mungesës së vetë-imunitetit – SIDA), që çon në vdekje të ngadaltë dhe të dhimbshme. Trajtimi me ilaçe antiretrovirale mund ta vonojë fillimin e AIDS-it për disa dekada).

Çiftet e martuara besnike që nuk kanë marrëdhënie seksuale me askënd tjetër, përveç me njëri-tjetrin, nuk kapin sëmundje venerike. SNS përhapen qoftë nga njerëz të pamartuar që kanë disa partnerë, qoftë nga njerëz të martuar që nuk i janë besnikë bashkëshortë(e)ve të tyre, dhe fshehtas bëjnë seks me të tjerë. Në vitet 1940, sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale që njiheshin mirë ishin sifilizi dhe gonorreja. Tani të reja identifikohen çdo disa vite, dhe bëhen jashtëzakonisht më të vështira për t'u trajtuar. Për AIDS-in dhe urdhjen, nuk ka shërim të njohur. Në një mënyrë, këto sëmundje janë

sigurues për parandalimin e shmangies nga natyra e çiltër, si rezultat i shoqërive publikisht mëkatuese.

Profeti a.s., ka thënë:

“Kurdo që devijimi seksual bëhet i përhapur në një shoqëri dhe i pranueshëm publikisht, atëherë murtaja dhe sëmundje të tjera që nuk iu janë njohur më parë stërgjyshërve të tyre, do të shfaqen dhe përhapen në mesin e tyre”

(IBN MAXHEH)

Rreziqet për shëndetin nga seksi parامتور, po ashtu përfshijnë edhe traumën seksuale, kancerin e qafës së mitrës dhe shtatzëninë e padëshiruar adoleshente.

Një mori dëmtimesh janë të mundshme kur organet seksuale nuk janë mjaftueshëm të pjekur për seks. Disa nga këto lëndime kanë pasoja afatgjata. Kanceri i gjirit të mitrës mendohet se është i ndërlidhur me seksin që ndodh në një moshë të re me partnerë të shumëfishtë.

Revolucioni seksual në vitet 1960 në Shtetet e Bashkuara i rriti harxhimet për kujdes shëndetësor. Vetëm në vitin 1985, u diagnostikuan dhjetë milionë raste të klamidisë, dy milionë raste të gonorresë, gjysmë milion raste të urdhjes gjenitale dhe 90.000 raste të sifilizit. Murtaja e AIDS-it i shton frikët tona.

Faktorët e rrezikut për kancerin e qafës së mitrës përfshijnë: partnerë seksualë të shumëfishtë dhe tymosjen e duhanit. Gratë me rrezik të shtuar duhet të kryejnë Pap teste të rregullta (Hulumtimi i kancerit, Mbretëria e Bashkuar)

SHBA ka normën më të lartë të SNS-ve të shërueshme, nga çdo vend i zhvilluar. Më shumë se 12 milionë njerëz, përfshirë 3 milionë adoleshentë, infektohen në nivel vjetor. (Instituti i Mjekësisë 1997)

Marrëdhëniet i dashur-e dashur

Fëmijëve shumë të rinj nuk iu intereson me kë luajnë, edhe pse nga mosha tetëvjeçare shumica e djemve parapëlqejnë të luajnë me djem, dhe shumica e vajzave parapëlqejnë të luajnë me vajza. Fëmijët shpesh vendosin marrëdhënie të “shokut më të ngushtë” midis moshave 10 dhe 12-vjeçe, dhe i ruajnë ato miqësi të ngushta gjatë moshës së adoleshencës (D’Oyen 1996). Kur një burrë rritet, miqësitë e tij me burra të tjerë vazhdojnë të jenë me rëndësi. Nëse gjithçka është në rregull në familje, ai ka marrëdhënie të ngushtë me të atin, vëllezërit, xhaxhallarët, dajallarët dhe kushërinjtë, dhe më vonë me bijtë e tij të rritur. Një grua e martuar vazhdon të gjejë prehje të madhe në miqësinë e saj me gra të tjera si nëna dhe motrat e saj, kushërirat, fqinjat dhe gra të tjera.

Miqësitë e dëlira janë në rregull, për sa kohë që ato ruhen brenda kufijve të caktuar. Një djalë dhe një vajzë që nuk kanë lidhje të ngushtë farefisnie apo *mahrem* (persona që nuk lejohet të martohen me njëri-tjetrin), nuk guxojnë të kalojnë kohë duke qenë së bashku në një vend të fshehur; ata duhet të jenë të turpshëm dhe modestë në veshjen dhe sjelljen e tyre, dhe ta kufizojnë bisedën e tyre në tema të sjellshme. Takimet dhe marrëdhëniet intime djalë-vajzë, që mbizotërojnë në shumë shoqëri, nuk lejohen në Islam. Ndejat familjare, veprimtaritë në xhami dhe vizitat miqësore, mund të ofrojnë mundësi të shumta për shkëmbim idesh dhe për të kaluar kohë të mirë midis djemve dhe vajzave brenda kufijve të modestisë.

Në shumë shoqëri, është e zakonshme për djemtë dhe vajzat të dalin bashkë në takime, dhe të kenë disa dashnorë dhe dashnore para se në fund të martohen. Ata mendojnë gabuar se do të kenë shanse më të mira për të pasur martesë të mirë nëse kryejnë seks para martesës. Ose, ata mendojnë se duhet të provojnë partnerë të ndryshëm para se ta gjejnë të duhuri(ë)n. Ose thjeshtë dëshirojnë

të “zbavitën”. Ata madje mund të kenë edhe fëmijë para se të vendosin të martohen, apo mund të vendosin të mos martohen kurrë.

Sjellja e këtyllë është e ndaluar nga shumë fe, për shkak të problemeve të tmerrshme që i shkakton. Mjerisht, presioni mbi të rinjtë që të sillen kështu po bëhet gjithnjë e më i fuqishëm. Reklamat televizive, filmat, Interneti dhe librat në shkollë vazhdimisht përpiqen t’i bindin njerëzit se nëse nuk kanë dashnor apo dashnore, diçka nuk është në rregull me ta! Disa nxënës madje edhe aq të rinj sa në moshën nëntëvjeçare, përpiqen të sillen si shumë më të rritur, duke u mburrur me gjëra që kanë bërë me gjininë tjetër, kinse jetojnë një jetë shumë eksituese. Ata përpiqen t’i bëjnë fëmijët e tjerë të ndjehen si të prapambetur, apo budallenj, nëse nuk iu bashkohen atyre. Por, çfarë u ndodh në të vërtetë këtyre fëmijëve teksa rriten?

Të rinjtë që janë në mënyrë aktive të përfshirë me gjininë e kundërt në një moshë shumë të re, shpesh vijnë nga familje problematike. Prindërit e tyre mund të jenë të shkurorëzuar, apo atyre mund t’iu mungojë dashuria apo vëmendja në shtëpi. Ata kërkojnë miqësi me njerëz të gjinisë së kundërt, që do t’i puthin dhe prekin ata dhe do t’iu bëjnë shoqëri. Kjo është e rrezikshme, ngaqë ndjenjat e tyre mund t’iu dalin duarsh lehtësisht, dhe të çojnë në marrëdhënie seksuale para se ata të jenë të gatshëm për një gjë të tillë, dhe kjo do t’ua shumëfishojë problemet atyre.

Kur adoleshentët kanë dashnorë apo dashnore para martesës, në sytë e muslimanëve, ata bëhen “të përdorur”, si çdo rrobë e përdorur. Nëse shkojnë aq larg sa të kenë marrëdhënie seksuale para martesës, ata e humbasin virgjërinë e tyre. Shumë kultura tradicionale anëmbanë botës vënë theksin mbi virgjërinë (sidomos për vajzat) në martesë, ndërsa ato vajza që sillen në mënyrë të shkujdesur, e humbasin nderin e tyre dhe kanë vështirësi të gjejnë bashkëshortë të respektueshëm. Mirëpo, Islami vendos vlerë të lartë dhe të barabartë mbi vetëkontrollin



dhe virgjërinë, si të burrave ashtu edhe të grave. Shumica e partnerëve në këto kultura do të refuzojnë t'i martojnë vajzat e tyre me një burrë të ri që njihet për shturjen e tij, e që ka dashnore. Burri i tillë mund të lodhet nga e shoqja shumë herët, dhe ta braktisë atë për një grua tjetër, apo mund të mos e respektojë dhe trajtojë mirë atë.

Marrëdhënia seksuale mund të rezultojë me shtatzëni, ngaqë kontrolli i lindjes (mjetet kontraceptive), nuk është gjithmonë efikas. Nëse një vajzë mbetet shtatzënë nga kurvëria, është kjo katastrofë për të dhe për beben e saj, dhe turp për familjen e saj. Amësia është një përgjegjësi e hatashme, madje edhe për një grua të pjekur brenda një familjeje funksionale. Bëhet e pamenaxhueshme për një vajzë që bëhet nënë e pakurorëzuar e një fëmije në moshën 11-vjeçe, babai 14-vjeç i të cilit nuk është i përgatitur për atësi, dhe të cilët kanë ngecur në këto pozita pa mbështetjen e familjeve të tyre. Ka pak të ngjarë që ata të jenë pjekur në aspektin arsimor, emocional dhe ekonomik. Prandaj, ata nuk mund të sigurojnë jetë të mirë për veten dhe për fëmijën e tyre. Kjo është e pandershme ndaj foshnjës së pafajshme. Më shpesh, djali tmerrohet dhe refuzon të pranojë se është baba i foshnjës së tyre, dhe nuk do të dëshi-

rojë të ketë çfarëdo qoftë me vajzën pas kësaj. Atëherë ajo mbetet krejtësisht e vetme, me një bebe të cilit i mungon dashuria dhe mbështetja nga babai. Njerëzit e tillë e kanë shumë të vështirë. Ata mund të mos jenë në gjendje t'i mbarojnë studimet, dhe që të dy prindërit mund të detyrohen të bëjnë punë të pakëndshme për t'i paguar faturat.

Në shoqëritë liberale, çfarë mund të bëjnë prindërit për bijën e tyre dhe obsesionin e vajzave me djemtë? Ashtu siç rritet vajza e tyre, prindërit mund të vërejnë se ajo i vështron djemtë. Ata mund të dëgjojnë se si ajo flet për atë çunin "seksi" atje. Herën e parë kur prindërit e dëgjojnë atë të flasë për një marrëdhënie të palejuar, ata mund të ndjehen paksa nervozë. Mendimet se si një djalë i tillë (të cilin ata e konsiderojnë përbindësh), e pëlqen vajzën e tyre, pastaj se përpiqet të fillojë një marrëdhënie fizike me të, do t'i bëjë prindërit të ndjejnë krupë.

Është me rëndësi që zemra e vajzës të jetë e mbushur me dashurinë e babait, dhe ajo të mësohet të ketë vetërespekt, përgjegjësi dhe vlera, që kur të hasë në një burrë me më pak fisnikëri dhe virtyte (dhe me hormone më aktive), ajo të mos preket nga presioni i tij. Meqë prindërit e saj e kanë mësuar atë se si të flasë me ta, ajo do t'iu tregojë atyre

për djemtë. Kur të zhduket fshehtësia, frika e prindërve do të largohet. Mësimi i artit të bashkëbisedimit, po ashtu do ta mbrojë atë fizikisht nga djemtë, ngaqë ajo do të ketë vetëbesim dhe shkathtësi për të thënë: “kjo është e papranueshme”, në vend që në heshtje t’i pranojë kërkesat e tij.

Prindërit duhet t’ia shpjegojnë bijës së tyre mitet e rënies në dashuri me djem. Shumë herë djemtë mundohen t’i mashtrojnë vajzat, ndërsa disa vajza mundohen t’i mashtrojnë djemtë! Një vajzë “e mirë” mund ta justifikojë pasionin e saj për seks duke rënë në dashuri. Kjo është njëra arsye përse një vajzë adoleshente është aq e prekshme ndaj romancës dhe fjalëve “të ëmbla” nga djemtë. Fjalët e dashurisë mund t’ia justifikojnë asaj aktin e dashurisë. Ajo hamendëson se ajo që është e vërtetë për të, është po ashtu e vërtetë edhe për djemtë. Djali është fizikisht dhe psikologjikisht i ndryshëm, dhe edukohet ndryshe. Një djalë mund të bëjë dashuri pa dashuruar, dhe shpesh eksitohet seksualisht, madje edhe në mungesë vajzash. Ai në atë rast mund të kërkojë lehtësim, dhe “Ajo” mund të jetë kushdo. Standardi i dyfishit i lejon atij të bëjë dashuri pa u përfshirë. “Ja kalofsh mirë, por mos e sill atë në shtëpi”, është këshilla çorientuese për djemtë.

Është detyrë e vajzës që të mos lejojë të shfrytëzohet si vegël, ndërsa është detyrë

e djalit të mos e shfrytëzojë vajzën si vegël. Edhe djemtë edhe vajzat duhet ta dinë se ka rregulla të rrepta për dashurinë dhe seksin. Është e padrejtë që një vajzë ta ngacmojë dhe ta provokojë një djalë. Është e padrejtë nga ana e djalit që t’i bëjë presion vajzës. Një djalë mund ta ndjekë epshin e tij të çorientuar verbërisht, dhe mund të shkojë aq larg sa këtë t’ia lejojë vajza, pa e vënë në pyetje gatishmërinë e saj apo përgjegjësinë e tij.

Fëmijët me fëmijë: aborti dhe birësimi në Islam

Marrëdhënia seksuale paramartesore është një formë abuzimi seksual që mund të rezultojë me shtatzëni. Përkundër gjithë atyre mjeteve kontraceptive të përdorura nga adoleshentët, një numër i konsiderueshëm shtatzënish të padëshiruara ndodhin ndër nënat e pamartuara. Kjo është shkatërruese për adoleshentin shtatzënë të pamartuar. Në majën e traumës psikologjike, ajo duhet të vendosë midis dy të ligave: aborti apo të qenit përgjithmonë nënë e pamartuar, me një foshnjë të jashtëligjshme. Rastet e tilla nuk janë të rralla: një milion vajza adoleshente të pamartuara mbeten shtatzëna në Shtetet e Bashkuara çdo vit.

MË NË FUND, AI PRANOI...

DERISA STUDIOJA NË UNIVERSITETIN E LIVERPOOLIT, NË MBRETËRINË E BASHKUAR, ATY MË 1962, NDODHI TË KISHA NJË SHOK MUSLIMAN, I CILI RREGULLISHT DILTE NE TAKIME ME VAJZAT JOMUSLIMANE VENDASE. UNË VAZHDIMISHT IA BËJA ME DIJE ATIJ TË LIGAT E TAKIMEVE TË KËTILLA, POR MË KOT. MIRËPO, PAS TRI VITESH TAKIMESH TË VAZHDUESHME, AI ME NJË RAST ME THA: “A E DI, TI DO TË JESH I LUMTUR KUR TË MARTOHESH, SEPSE EDHE TI EDHE BASHKËSHORTJA JOTE DO TË JENI TË VIRGJËR NË DITËN E MARTESËS SUAJ, NDAJ AJO DO TË JETË MARRËDHËNIA E PARË INTIME QË DO TA PËRJETOSH, NDËRSA DHURATA E KËSAJ DO TË JETË E ÇMUAR DHE PËRMBUSHËSE. SA PËR MUA, KUR UNË TË MARTOHEM GRUAJA IME DO TË JETË EDHE NJË NGA SHUMË VAJZAT ME TË CILAT KAM FJETUR. KËSISOJ, PËR MUA INTIMITETI NUK DO TË JETË AS I VEÇANTË E AS I DENJË!”



Si është jeta për adoleshentet amerikane që përfetojnë shtatzëninë? Vetëm 50 për qind e përfundojnë shkollën e mesme. Më shumë se 50 për qind e tyre varen nga mirëqenia sociale. Gjasat janë më të mëdha që ato të bëhen abuzuese fëmijësh, ndërsa fëmijët e tyre të rritur kanë 82 për qind mundësi të jenë adoleshente shtatzëna. Miliarda dollarë harxhohen çdo vit për mbështetje financiare dhe përkujdesje shëndetësore të këtyre nënave adoleshente në Shtetet e Bashkuara.

Nuk ka fëmijë të jashtëligjshëm, vetëm prindër të jashtëligjshëm me foshnja të pafajshme!

(WEISS, 2007)



ABORTI

Është tepër vonë: prindërit kanë zbuluar se e bija e tyre është shtatzënë. Ç'mund të bëjnë ata – si prindër – për ta zgjidhur problemin? Urtësia urdhëron që të bëhet testi i ADN-së për ta identifikuar babanë e foshnjës. Nga ai më pas duhet kërkuar që të martohet me “beqaren”, dhe të bëjë një grua të ndershme nga ajo!

Një beqare shtatzënë, që e kupton se e vetme nuk mund të kujdeset për foshnjën, mund t'i drejtohet abortit. Ajo do të kërkojë një mjek që do ta largojë beben nga barku i saj para se të rritet, duke e vrarë embrionin. Disa besojnë se aborti është një praktikë e pranueshme, dhe se foshnja e palindur nuk është në realitet person

gjatë disa muajve të parë të shtatzënisë.

Mirëpo, fetusi është i gjallë që nga çasti kur sperma ngjitet për vezën, dhe nëse veza e ngjizur lihet e qetë, ajo do të rritet në një qenie njerëzore të plotë. Është thënë në mënyrë të padyshimtë në Kur'an dhe në mënyrë të qartë në Hadith se fetusi nuk shpirtëzohet deri në muajin e katërt. Nëse bebja e palindur e një gruaje – nga mosha katërmuajshe – vdes për ndonjë arsye gjatë shtatzënisë së mëvonshme dhe ajo dështon, bebes duhet t'i vihet emri, të varroset me respekt dhe të kryhet lutja për të.

Islami mëson mëshirë dhe respekt për gjithë jetën njerëzore. Secila qenie njerëzore e ka të drejtën të jetojë (përveç nëse ai/

ajo ka kryer ndonjë nga krimet madhore si vrasja, që meriton dënimin me vdekje). Kjo quhet e drejta për jetë, dhe është e drejta më themelore që Krijuesi ia dhuron çdokujt. Kështu, aborti në mungesë të një arsyeje të mirë konsiderohet në të njëjtën dritë si vrasje nga shumica e dijetarëve muslimanë, ngaqë me të vritet një qenie njerëzore e pafajshme.

E vetmja kohë kur një gruaje i lejohet të abortojë, është nëse jeta e saj është e rrezikuar nëse ajo vazhdon me shtatzëninë dhe, sipas disa juristëve, në raste përdhunimi dhe incesti. Juristët e tjerë vëne aso kufizime të rrepta vetëm pas shpirtëzimit, dhe i konsiderojnë arsyet e tjera të pranueshme gjatë katër muajve të parë. Megjithatë, Islami e dekurajon abortin në çdo kohë, dhe e ndalon abortin duke filluar nga muaji i katërt. Aborti lejohet për raste të jashtëzakonshme: për ta shmangur rrezikun për jetën e nënës, apo për t'iu shmangur pasojave të rënda për nderin familjar, si dhe për ta shmangur ndikimin e tmerrshëm psikologjik dhe shoqëror mbi nënën, foshnjën dhe tërë familjen.

Edhe pse aborti është i lejuar në shumë pak rrethana nga disa shkolla mendimi, ai nuk lejohet si mjet për kontroll të lindjeve, apo për t'iu shmangur kostos ekonomike të një shtatzënie të paplanifikuar. Nëse vajza shtatzënë vendos ta ruajë beben, ajo do të bëhet prind i vetëm i një fëmije të jashtëligjshme – situatë kjo që shkakton vështirësi të hatashme për nënën e pakurorëzuar dhe për foshnjën pa baba.

BIRËSIMI NË ISLAM

Pasi kanë bërë gjithçka brenda mundësive tyre për ta parandaluar seksin e jashtëligjshëm, nëse prindërve megjithatë u ndodh të gjejnë nip/mbesë në shtëpinë e tyre, ç'mund të bëjnë ata? Shumë prindër të vajzave shtatzëna të pamartuara shpesh ndjehen thellësisht të turpëruar nga sjellja e pacipë e bijës së tyre, dhe nuk dëshirojnë të ndihmojnë në përkujdesjen ndaj një foshnje të lindur jashtë

martësës. Islami lejon që nëna ta japë fëmijën për birësim. Islami e inkurajon birësimin si një mënyrë për t'u kujdesur për jetimët. Mirëpo, pasuria e jetimit duhet të ruhet, njësoj si njohuria për origjinën familjare të jetimit. Nënata e pamartuara shpesh duhet të heqin dorë nga foshnjat e tyre, duke i dhënë për birësim, dhe mund që kurrë më të mos i shohin ata. Ato gjithmonë do ta pyesin veten për ta, dhe kur vetë fëmijët të rriten dhe ta kuptojnë se kanë qenë të birësuar, ata do të jenë kureshtarë për prindërit dhe kushërinjtë e tyre biologjikë.

Jo të gjithë fëmijët e dhënë për birësim përfundojnë në shtëpi të mira. Disa fëmijë nuk birësohen kurrë. Ata ose rriten në jetimore apo dërgohen nga një familje birësuese te një tjetër, ku mund të keqtrajtohen. Në disa shoqëri, nëse është e ditur për një fëmijë se është i jashtëligjshëm, ai po ajo ngacmohet dhe nuk pranohet nga të tjerët. Këta fëmijë – të nxehur nga trajtimi që iu bëhet – shpeshherë mund të rriten si fëmijë të trazuar.

A mundet një fëmijë i birësuar të quhet sipas (mbi)emrit të babait që e ka birësuar? Kur'ani e konsideron prejardhjen si një çështje serioze, dhe e ndalon që të falsifikohet identiteti i vërtetë i një personi.

... e as nuk ua bëri djem tuaj të adoptuarit tuaj (fëmijët e tjetërkujt që i adoptoni si të juaj). (Kur'ani, 33:4)

Çdo qenie njerëzore duhet të thirret me (mbi)emrin e babait të vet biologjik:

Ju thirrni (mbështetni) ata në etërit e vërtetë të tyre, kjo është më e drejtë tek Allahu, e nëse nuk ua dini (nuk dini se kush janë) etërit e tyre, atëherë ata janë vëllezërit tuaj, dhe të afërmit tuaj në fë (mevla)...

(Kur'ani, 33:5)

Nëse babai biologjik nuk dihet, Kur'ani thotë se ata janë vëllezër dhe motra tuaja në fe, dhe miq të ngushtë, dhe mund ta marrin (mbi)emrin e familjes tuaj. Çështja kryesore këtu nuk është emërtimi i fjalëpërfjalshëm, por vetëm t'i akordohet pranim dhe dinjitet fëmijëve. Për ta konfirmuar parimin e vëllazërisë, Profeti a.s., na ka treguar një shembull praktik dhe me dinjitet, duke u martuar me Zejneben (kushërirën e vet), pasi ajo u shkurorezua nga djali i tij i birësuar më parë, Zejd ibn Haritheh.

... E pasi që Zejdi e kishte vendosur atë që kishte menduar ndaj saj (ishte shkurorezuar nga ajo), Ne ta kurorëzuan ty atë, e për të mos pasur besimtarët vështirësi (mëkat), në martesë me gratë e të adoptuarve të tyre, kur ata heqin dorë prej tyre. E vendimi i Allahut është kryer... (Kur'ani, 33:37)

Dikush mund të reflektojë mbi ngjashmërinë midis praktikës së gabuar të fshehjes së prejardhjes gjatë “Epokës së injorancës” para-islame, dhe asaj të shekullit njëzetënjë, ku thirrja e fëmijëve të birësuar me (mbi)emrin e babait birësues është diçka e zakonshme. Praktikata e këtilla duhen ndaluar dhe, nëse dihet, (mbi)emri i vërtetë biologjik të bëhet i ditur. Faktori më i rëndësishëm është që të bëhet ajo që është më e mira për jetimin dhe të mbrohen të drejtat e jetimit. Mekanika e detajuar varet nga kultura dhe praktikata mbizotëruese të kohës.

Homoseksualizmi dhe prindërit

Homoseksual është një person që tërhiqet seksualisht nga anëtarët e gjinisë së vet, dhe zgjedh të ketë marrëdhënie seksuale me ta, në vend se me pjesëtarët e gjinisë tjetër. Heteroseksual është një person që i kufizon marrëdhëniet seksuale me pjesëtarët e gjinisë së kundërt. Gratë që bëjnë seks me

gra të tjera quhen lezbike. Pederast (gej) është zhargon për një mashkull homoseksual. Ne që në fillim pohojmë se qëllimi ynë është ta diskutojmë një çështje që ka parim moral të lartë, dhe domethënie të çmuar për njerëzimin. Derisa jemi pa mëdyshje kundër aktit të homoseksualizmit dhe promovimit të tij, ne nuk jemi kundër homoseksualëve si njerëz, sepse qeniet njerëzore duhen trajtuar me dinjitet dhe respekt, jo me urrejtje. Ideja është që t'iu ndihmohet prindërve, fëmijët e të cilëve ndjejnë se janë homoseksualë, në një botë që sipas shkrimeve të shenjta e dënon atë, por që me sistemet ligjore shekullare i ka dhënë ligjshmëri kësaj.

Kur'ani dhe Librat e Shenjtë e dënojnë veprimtarinë homoseksuale:

(Të mjerët ju) A shkoni pas meshkujve të kësaj bote. E gratë tuaja i lini anash, të cilat Zoti juaj i krijoi për ju! Por ju jeni një popull që kalon çdo kufi!”

(Kur'ani, 26:165-166).

Kjo për prindërit është një çështje skajshmërisht e parehatshme dhe e pakëndshme për t'u ballafaquar. Pasi i kanë kryer të gjitha detyrat e tyre në mënyrë korrekte si prindër, çfarë mund të bëjnë nënat dhe baballarët, nëse papritmas ballafaqohen me zbulimin se i biri i tyre është homoseksual? Nëse djali adoleshent duket sikur është duke pranuar prirje homoseksuale, është me rëndësi që prindërit e tij të veprojnë me kujdes dhe të kërkojnë ndihmën e duhur për të.

Homoseksualizmi është temë e vështirë për prindërit. Disa besojnë se sa më pak të dinë për këtë, aq më mirë. Prindërit krenohen t'i shohin djemtë e tyre të jenë mashkullorë në çdo aspekt, ndërsa, ngjashëm, vajzat e tyre të jenë femërore. Megjithatë, faktet duhen përballur. Ka mbi 10 milionë homoseksualë në Shtetet e Bashkuara (Smith et al. 2001), dhe të gjithë ata dikur kanë qenë fëmijë; numri i tyre sa vjen e shtohet.



Homoseksualët janë bërë gjithnjë e më aktivë në luftën për më shumë të drejta. Ata organizojnë parada dhe marshe protestuese, dhe përpiqen t'i ndryshojnë ligjet që e kufizojnë lirinë e tyre. Mund të shihen burra që puthin njëri-tjetrin në buzë në publik, apo që janë të veshur si gra. Këta të fundit quhen transvestitë (edhe pse shumica e transvestitëve janë heteroseksualë, lëvizja për “të drejtat e pederastëve” i ka përvetësuar “çështjet transeksuale”). Në disa vende dhe shtete, burra madje mund të martohen me burra, dhe gra mund të martohen me gra. Këto çifte homoseksuale dëshirojnë të trajtohen njësoj si çiftet e martuara normale. Edhe pse ata nuk mund të kenë fëmijë bashkë, nganjëherë ata birësojnë fëmijë. Kushdo që merr guximin ta dënojë sjelljen e tyre etiketohet si “homofobik”, d.m.th., që ka frikë nga homoseksualët!

Zhvillimi i pilulave për kontrollin e lindjeve në SHBA në vitet 1960, legalizimi i abortit dhe mësimet e psikologjisë së popullarizuar, kanë çuar në atë që njihet si revolucioni seksual. Njerëzit në shoqëritë më liberale filluan të pohonin se ata duhej të ishin të lirë të kenë seks me kodë që dëshirojnë, qofshin të martuar apo jo, qofshin të së njëjtës gjini apo të gjinisë së kundërt, dhe se duheshin respektuar për orientimin e tyre seksual. Shumë njerëz filluan t'i pranonin këto ide, që rezultoi në atë që sot është kundërligjore në shumë vende të bëhet diskriminim kundër homoseksualëve.

Si një person bëhet homoseksual? Janë propozuar teori të shumta. A është kjo diçka që dikush mund ta zgjedhë, apo është diçka me të cilën dikush “lind”, dhe që e zbulon tekta rritet? Deri në vitet 1970, homoseksualizmi shihej nga shumica e ekspertëve si një lloj sëmundjeje, apo çrregullimi mendor. Profesionistët mjekësorë mbronin mendimin se disa djem me nëna të dobëta, të vrazhda dhe të ftohta, mund të rriten duke i urryer të gjitha gratë, dhe se disa vajza të abuzuara nga baballarët e tyre, mund të rriteshin duke i urryer të gjithë burrat, duke shpjeguar kështu se si më pas do të kërkonin t'i dashuronin njerëzit e së njëjtës gjini. Në vitet 1990, disa profesionistë nga fusha mjekësore dhe ajo e sjelljes njerëzore, filluan të zhvillonin një teori që pohonte se homoseksualizmi ishte në fakt një variant normal i prirjes seksuale njerëzore. Ata pohonin se homoseksualizmi origjinën e kishte në gjenet e personave, dhe se është tipar që mund të trashëgohet (duke treguar në disa familje që kishin më shumë homoseksualë se të tjerët, edhe pse mund të argumentohet njësoj se kjo ishte për shkak të mënyrës në të cilën familjet i rrisnin fëmijët e tyre). Përveç kësaj, me zbulimin e rasteve të rralla të disa kafshëve të angazhuara në sjellje homoseksuale, nga disa u nxor përfundimi se kjo mund të ishte po ashtu normale për njerëzit; një kthim përmbys i të gjykuarit, ngaqë duhet parashtruar pyetja: a duhen shfrytëzuar sjelljet e kafshëve si barometër për ta përkufizuar normën e veprimit

njerëzor, apo si arsye për t'i dhënë pranim shoqëror ndonjë sjelljeje të caktuar? A i konsiderojnë njerëzit kafshët model sjelljeje?

Vlerat njerëzore nuk duhen nxjerrë nga sjellja e kafshëve. Njerëzit dallojnë nga kafshët; ndërsa Zoti i ka nderuar qeniet njerëzore mbi gjithë krijimin.

Disa arsye të mundshme për homoseksualizmin janë diskutuar më poshtë. Gjenetika është sugjeruar si një nga shpjegimet. Mirëpo, përvoja, faktorët mjedisorë dhe çështjet në formimin e marrëdhënieve kanë ndikimin dhe rëndësinë kryesore:

- Konfuzioni rreth miqësisë: Të rinjtë dhe të rejat që kanë ndjenja të fuqishme për një shok të së njëjtës gjini, nganjëherë janë të ngatërruar nga gjithë ky muhabet për homoseksualizmin. Ata fillojnë të dyshojnë në mos vallë edhe ata janë homoseksualë apo lezbike. Një vajzë mund të jetë aq e lumtur me shoqen e saj më të ngushtë, saqë mund të ndjejë dëshirë të fortë për ta përqaftuar fort atë, dhe për ta puthur. Ajo mund të ndjehet fajtores për shkak të këtyre dëshirave, duke i ngatërruar ato me ndjenjat seksuale. Nëse ajo fiton bindjen se është lezbike, ajo mund të përpiqet ta bindë shoqen e saj të bëjë seks me të. Zgjidhja për këtë mund të jetë që prindërit të sigurojnë një edukim seksual të duhur për fëmijët e tyre.
- Mungesa e dashurisë për fëmijët: Një person mund të mos ketë dikë tjetër për t'iu kthyer për dashuri dhe përzemërsi. Adoleshentët që kanë marrëdhënie të dobëta me prindërit dhe të afërmit e tyre, kanë nevojë të përkëdhelen dhe duhen nga dikush. Nëse i vetmi shok që kanë është dikush nga e njëjta gjini, nevoja pushtuese për ta prekur dhe përqaftuar dikë, mund ta mposhtë ndjenjën e tyre të mirësjelljes dhe të çojë në akt seksual. Zgjidhja e kësaj është preventive: të kaplohen fëmijët me dashuri dhe përzemërsi, duke filluar me gjidhëniën në foshnjëri. Marrëdhëniet e përzemërta duhet të vazhdojnë mes të gjithë anëtarëve të së njëjtës familje, përgjithmonë. Kësisoj, personi gjen dashuri të natyrshme brenda familjes, dhe nuk e kërkon atë jashtë saj.
- Ngacmimi seksual i fëmijëve: Disa të rinj e të reja shfrytëzohen nga ngacmues seksualë fëmijësh, dhe detyrohen në akte të këtilla kundër dëshirës së tyre, derisa nuk mësohen me këtë. Në një studim sistematik të 2881 burrave që kanë pasur marrëdhënie seksuale me burra të tjerë, Paul et al. (2001) konstatojnë se një e pesta kanë përjetuar ngacmim seksual në fëmijëri. Zgjidhja për këtë është që prindërit t'i kontrollojnë dhe mbikëqyrin vazhdimisht të vegjlit e tyre, duke u siguruar që ata të jenë gjithmonë në shoqëri të mirë. Jini të vetëdijshëm se ngacmuesit seksualë të fëmijëve janë shpesh anëtarë të familjes, ndaj vigjilenca është me rëndësi supreme.
- Anomalia: Disa njerëz lindin me sëmundje të rralla, apo zhvillojnë të tilla, si rezultat i së cilës nuk kanë hormone të mjaftueshme mashkullore, apo femërore, për t'i bërë ata të duken dhe sillen si burra dhe gra normale. Hormonet janë kimikate të prodhuara në organe të ndryshme të trupit, që janë përgjegjëse për karakteristikat fizike të gjinisë (si rritja e gjinjve femërore). Hormonet po ashtu ndikojnë mbi karakteristikat që janë mashkullore (si rritja e mustaqeve dhe mjekrës, zhvillimi i muskujve, dëshira për të luftuar dhe për t'u treguar), apo femërore (si dëshira për t'i mbajtur në krah bebet). Një i ri pa hormone mashkullore të mjaftueshme mund të mos mundet të rrisë mjekër, zëri i tij mund të mos jetë i thellë aq sa duhet, dhe ai mund të mos ndjehet mashkullor nga brenda. Zgjidhja për këtë mund të jetë në trajtimin me medikamente.
- Vonesat e gjata për martesë: Burrat dhe gratë që janë të privuar nga martesë në moshën e përshtatshme, mund të ndjejnë ende sti-

mul për t'i kënaqur dëshirat e tyre seksuale. Nëse kjo nuk bëhet në mënyrën e duhur, në mendjet e tyre do të rrotullohen mënyra alternative. Çdo martesë duhet inkurajuar në moshën ligjore, ngaqë kjo është e drejtë e fëmijëve. Është po ashtu detyrë e prindërve që ta lehtësojnë martesën.

Prindërit e ballafaquar me zbulimin se djali i tyre ka prirje homoseksuale, duhet të jenë të durueshëm dhe të kenë mirëkuptim, dhe duhet që menjëherë të kërkojnë ndihmë profesionale. Ata nuk duhet ta fshehin dashurinë nga fëmijët e tyre. Edhe pse mund të jetë e jashtëligjshme për individë që të bëjnë diskriminim ndaj homoseksualëve, ata nuk duhet ta pranojnë aktivitetin homoseksual, madje edhe nëse bëhen jopopullorë duke e kritikuar atë, ngaqë të gjithë ne kemi lirinë për të mos u pajtuar. Njësoj si ligji që

i mbron të drejtat e homoseksualëve, ai po ashtu i mbron liritë e bindjeve fetare.

Prindërit duhet të jenë të ndërgjegjshëm për çështjet ligjore që kanë të bëjnë me homoseksualizmin: Ligjet e SHBA-ve ndalojnë diskriminimin në bazë të gjinisë, orientimit seksual, racës, gjuhës apo preardhjes kombëtare. Shumë shoqëri u dërgojnë mesazhin fëmijëve se të qenit homoseksual është diçka e pranueshme. Këto shoqëri e turbullojnë vijën ndarëse midis asaj që është normale, dhe asaj që nuk është.

Fëmijëve, po ashtu, u thuhet t'i shpërfillin frenimet e tyre të natyrshme dhe t'i ndjekin pasionet e veta.

Ne i nxisim prindërit t'ua bëjnë shumë të qartë fëmijëve se sjellja homoseksuale është e gabuar. Prindërit duhet po ashtu të inter-venojnë nëse një mësimdhënës e inkurajon sjelljen homoseksuale.

Burrat duhet të jenë mashkullorë

(të respektueshëm ndaj grave, mbrojtës të të dobët, të mos i nxjerrin në shesh trupat e tyre)

Gratë duhet të jenë femërore

(të veshin rroba modeste, ta ulin shikimin e tyre, ta mbrojnë nderin e tyre nga burrat me sjellje të keqe)

Edukimi seksual islam

Islami e pranon se i Plotfuqishmi e ka krijuar nevojën seksuale. Seksi është diskutuar me dinjitet në Kur'an dhe nga Profeti a.s., brenda kontekstit të martesës dhe jetës familjare. Islami nuk i trajton gratë (apo burrat) si thjesht objekte për kënaqësi seksuale, por i përfill ata me respekt, në kuadër të një marrëdhënieje komplementare, që e plotëson nevojën njerë-

zore dhe Vullnetin e Zotit. Derisa seksi jashtë martesës është i gabuar dhe mëkat i madh që ndëshkohet (sipas shkrimeve të shenjta), seksi me bashkëshorti(e)n është virtyt që shpërblehet si një akt adhurimi. Ligjet islame në lidhje me seksin janë të qarta dhe të natyrshme; ato nuk ndryshojnë nga presioni prej moshatarëve, apo me vlerat në ndryshim të shoqërisë. Virgjëria në kohën e martesës është virtyt, ndryshe nga disa shoqëri ku mund të jetë disavantazh.

Marrëdhëniet seksuale midis burrit dhe gruas janë përshkruar në *ajetet* vijuese:

A nuk u kemi krijuar juve nga një lëng i dobët? Dhe atë e vendosëm në një vend të sigurt. Për deri në një kohë të caktuar. Dhe Ne bëmë përcaktimin e krijimit. Sa përcaktues të mirë jemi! (Kur'ani, 77:20-23)



Dhe mos iu afroni imoralitetit (zinasë), sepse vërtet ai është vepër e shëmtuar dhe është një rrugë shumë e keqe.

(Kur'ani, 17:32)

Në vijim po japim disa referenca nga *Su-neti* në lidhje me marrëdhëniet burrë-grua:

Profeti a.s. e konsideron intimitetin bashkëshortor si një akt virtyti i shpërblyeshëm:

“Kur njëri nga ju fle me bashkëshorten e tij, ky është një akt virtyti i shpërblyeshëm”. Shoqëruesit u habitën dhe thanë: “Si mundet që ne t’i kënaqim qejfet tona dhe shpërblehemi për këtë?” Profeti u përgjigj: “Nëse dikush e ka bërë këtë në mënyrë të ndaluar, do të llogaritej si mëkat, por nëse e bëni këtë në mënyrë të ligjshme, ai shpërblehet”. (MUSLIM)

Profeti a.s. na mëson se aktet intime midis bashkëshortëve janë sekrete që nuk duhen treguar të tjerëve:

“Më i ligu ndër ju në Ditën e Gjykimit është burri që i shfaqet bashkëshortes së tij, dhe ajo i shfaqet atij, e pastaj ai ua nxjerr në shesh fshehtësitë e saj të tjerëve”. (MUSLIM)

Aisheja rrëfen:

Derisa isha e shtrirë me të Dërguarin e Allahut (a.s.), nën një mbulesë shtrati, më erdhën menstruacionet, ndaj unë u largova pa rënë në sy dhe i hoqa rrobat (që i kisha të veshura) me menstruacionet. Atëherë ai më pyeti: “A ke menstruacione?” I thashë: “Po”. Atëherë ai më thirri dhe unë u shtriva me të nën mbulesën e shtratit.

(BUHARI DHE MUSLIM)

Aisheja zbulon se si ajo ishte larguar pa bërë zë me mirësjellje nga shtrati, për ta

lënë Profetin a.s., një natë. Mirëpo, kur ai e kishte kuptuar se kjo kishte qenë për shkak se i kishin filluar periodat, ai thjesht i kishte thënë të mbulohej dhe pastaj të shtrihej prapë me të. Profeti a.s. dhe Aisheja e kishin zakon të flinin “bashkë nën një mbulesë”, siç e konfirmojnë disa *hadithe*. Burrat dhe gratë janë të përshkruar në Kur’an si rroba (prehje) për njëri-tjetrin. Rroba është diçka shumë personale, dhe është afër trupit të personit, ndaj ngjashëm bashkëshortët duhet të jenë shumë të afërt me njëri-tjetrin. Rroba e mbulon dhe e ruan modestinë tonë, ndaj edhe bashkëshortët duhet po ashtu ta bëjnë të njëjtën gjë për njëri-tjetrin. Rrobat vishen kurdo që dëshirohet, ndaj ato duhet t’i jenë në dispozicion njëri-tjetrit për kënaqësi në çdo kohë. Rroba ia shton bukurinë një personi, ndaj ata duhet ta zbukurojnë njëri-tjetrin.

Seksi është një shprehje e dashurisë, ngaqë njëra pa tjetrën mbetet e paplotësuar. Përgjegjësia e bashkëshortit është që ta edukojë bashkëshorten e tij në çështjet e seksualizmit, sidomos për ato që i pëlqejnë apo nuk i pëlqejnë atij, dhe ai nuk duhet ta krahasojë atë me gra të tjera. Bashkëshortet duhet ta bëjnë të njëjtën gjë për të arritur kënaqësi maksimale. Bashkëshortet duhet të kuptojnë që nevojat seksuale të burrit ndryshojnë nga të tyret. Në vend që të jetë pranuese pasive, një bashkëshorte duhet të përpiqet të jetë pjesëmarrëse aktive dhe e dashur. Që të dy iu janë të ekspozuar ngashënjimeve serioze jashtë shtëpisë, që i vendos burrin dhe gruan në një situatë të padrejtë të garës së vazhdueshme me ndikimet e jashtme. Kështu, në interes të të dyve, ajo duhet të jetë në dispozicion për ta kënaqur burrin e saj, duke mos i bëri presion, apo duke mos i dhënë atij justifikim që të bëjë zgjedhje midis bashkëshortes së tij dhe grave të tjera, që e shpien atë ta shkatërrojë familjen dhe ta meritojë pakënaqësinë e Zotit. Ngjashëm, bashkëshorti duhet të jetë lehtësisht i gatshëm t’i kënaqë dhe përmbushë të gjitha nevojat e bashkëshortes së tij.

Profeti a.s. i shpjegon më tutje në detaje praktikat intime midis bashkëshortëve, në mënyrë që të arrihet kënaqësia maksimale. Islami e dekurajon fuqimisht seksin anal, ndërsa nuk ka asgjë në Kur'an apo *Sunnet* që e ndalon seksin oral. Organet seksuale duhet të mbahen të pastra, ndërsa dush (*gusl*) duhet bërë pas çfarëdo rrjedhjeje lëngu apo marrëdhënieje seksuale.

Profeti a.s. ka thënë: “Askush nga ju nuk duhet t’i hidhet bashkëshortes së vet si bishë. Duhet pasur një (lajmëtar) midis bashkëshortëve”. Ai u pyet: “Për çfarë lajmëtar i ke fjalën?” Ai tha: “Lajmëtar janë puthjet dhe biseda (paraloja)”.

(TRANSMETUAR NGA EZ-ZUBEJDI
DHE EL-IRAKI)

Profeti a.s. po ashtu ka thënë: “Kur flini me bashkëshorten tuaj, ju duhet të jeni të dhembshur (i vëmendshëm) ndaj saj. Nëse e kënaqni veten para se ajo të kënaqet, ju nuk duhet ta nxitoni atë derisa të kënaqet tërësisht”.

(EBU JALA)

Çdo burrë e ka për detyrë të kujdeset për partneren e tij të jetës siç duhet. Nëse ai pret që ajo t’i jetë besnike, atëherë është detyrë e tij që t’i japë asaj kohë të mjaftueshme për të arritur kënaqësi seksuale të plotë. Zakonisht duhen mes 15-20 minuta për ta kënaqur një grua. Burri nuk supozohet t’i hidhet të shoqes si një kafshë – kjo është një marrëdhënie seksuale pa argëtim dhe paralojë. Kjo nuk pranohet në Islam, ndaj burrat duhet të jenë të vëmendshëm. Ata duhet t’i kuptojnë faktet biologjike të seksualizmit femëror, t’i mësojnë teknikat për ta kënaqur bashkëshorten e tyre, dhe të vazhdojnë më tutje e të kënaqen me një jetë të plotësuar dhe të lumtur. Cilido burrë që nuk mund ta ndajë për bashkëshorten e tij këtë kohë, shkakton ankth te ajo, si dhe vendos ngashënjime të fuqishme para saj.



Seksi nuk është i lig apo i fëlliqët; ai është i çiltër dhe i shëndetshëm, për sa kohë që është brenda kufijve të caktuar nga besimi dhe morali.

Detyra e prindërve ndaj fëmijëve

Është me rëndësi që prindërit t’iu mësojnë fëmijëve të tyre një qëndrim pozitiv ndaj seksit: Ai nuk është krijesë e djallit, e as që është i lig apo i fëlliqët (nëse me të merret drejt). Ai është dhuratë dhe mëshirë nga i Gjithmëshirshmi, dhe një ndjenjë për disa nga kënaqësitë e Parajsës. Ndonëse seksi është një veprimtari që është aq kënaqës dhe i mrekullueshëm (siç edhe duhet të jetë), ai është po ashtu edhe një mundësi që mund të keqpërdoret nga Satani për të prishur, dredhur, privuar dhe për të shkaktuar vuajtje të madhe. Më së shumti vuajtje mbi tokë është shkaktuar ndoshta nga seksi, sesa nga çfarëdo qoftë tjetër, përfshirë urinë dhe luftën. Rreziku është aq i lartë, saqë duke kryer një akt seksual të gabuar, ai që e ka kryer atë mund të detyrohet ta jetojë një jetë të tërë në fushë të minuar, apo katastrofa të pafundme. Seksi është një nevojë që duhet kënaqur sipas urdhrave të krijesit në një mënyrë të dëlirë dhe të shëndoshë, pa teprim, privim dhe vuajtje.

Profeti a.s., ishte i sinqertë, i sjellshëm dhe i ndershëm në atë që i kuptonte nevojat e burrave dhe grave. Ai nuk ishte puritan apo fanatik, dhe ishte e qartë se vetë ai kënaqej me martesat e tij. Ky ishte gjithsesi mendim i Aishes, e cila padyshim e njihnte Profetin a.s., më nga afër se kushdo tjetër.

Kënaqësitë seksuale duhet t'iu nënshtrohen konsideratave morale. Sthurrja në seks shpie në shkatërrim të familjes dhe shoqërisë, në gënjim dhe mashtrim, në mungesë përgjegjësie, e madje edhe në krime si përdhunim, varësi nga drogat, vjedhje dhe vrasje. Nëse dikush vërtet e do Zotin, atëherë ai duhet t'iu bëjë ballë ngashënjimeve me përgjegjësi, dhe ta dallojë të lejuarën nga e ndaluara. Ka shumë njerëz që janë aq modestë, saqë nuk përpiqen të fitojnë dituri se si ta praktikojnë seksin në mënyrën më përmbushëse.

Seksi dhe higjiena: Menstruacioni, qimet pubike, synetimi, lëngu i farës

SEKSI GJATË MENSTRUACIONEVE: Praktika mesjetare çifute gjatë periudhës mujore ka qenë të shmanget tërësisht kontakti me gruan. Profeti a.s., i udhëzoi Shoqëruesit që të shoqërohen tërësisht me bashkëshortet e tyre gjatë menstruacioneve, ndonëse duhej ti shmangeshin penetrimit dhe prekjes së pjesëve të turpshme.

Vajzave duhet t'iu jepen këshilla praktike për atë se si t'iu përdorin peshqirët higjienikë, dhe si t'iu hedhin ato pa e bllokuar nevojtoen. Alternativa tjetër janë tamponët, apo napat për hedhje, të cilat edhe mund të lahen, thahen dhe ripërdoren. Periudhat e përmuajshme janë të natyrshme dhe nuk duhet të jenë të fshehta dhe turpëruese, sidomos nëse bija ka nevojë për ndihmë, ngaqë përjeton siklet dhe dhimbje.



QIMET PUBIKE: Profeti a.s., ka rekomanduar që qimet pubike të burrave dhe grave të largohen periodikisht – një herë në muaj – në mënyrë që trupi të mbahet i pastër dhe i rregullt, i gatshëm për kënaqësinë e bashkëshort(es)it. Qimet pubike janë të natyrshme dhe të shëndetshme, ndërsa praktika e heqjes së tyre sjell rehati dhe pastërti.

Një djali nuk i pengon të zhvillojë kraharor apo këmbë me qime, apo të rrisë mustaqe. Mirëpo, shumë vajza nuk e dëshirojnë këtë. Vajzat mund të tmerrohen nëse zbulojnë se rreth thithave të tyre rriten qime të gjata të zeza, dhe urrejnë kur këmbët dhe krahet e tyre mbulohen me qime të errëta të dendura. Nënata mund të ndihmojnë shumë për t'iu treguar vajzave se si t'iu shfrytëzojnë kremrat për depilacion, apo mjete të tjera për ta mbajtur veten të lëmuara dhe tërheqëse. Vajzat nuk duhen brengosur se po shndërrohen në burra nëse u rriten mustaqe, apo nëse kanë disa qime në faqet e tyre. Këto ose mund të hiqen, ose të zbardhohen me kujdes, në qoftë se bëhen problem. Vajzat duhet të jenë të rehatshme me trupin e tyre, dhe nuk duhet t'iu bëhet obsesion të jenë tërheqëse për burrat në publik.

SYNETIMI: Profeti a.s., fuqimisht ka këshilluar synetimin për djemtë në një moshë të hershme. Kjo nxit higjienën më të mirë, dhe kënaqësi më të madhe maksimale gjatë martesës. Synetimi për meshkujt redukton rrezikun nga kanceri, i ul infeksionet dhe e lehtëson dhimbjen gjatë urinimit. Vajzat nuk duhen synetuar. Islami ndalon prerjen e çfarëdo pjese të gjenitaleve femërore.

LËNGU I FARËS DHE DERDHJET E NATËS TE DJEMTË: Disa adoleshentë sikletosen jashtë mase nëse ka ndonjë lerosje, apo shkarkim në të brendshmet e tyre, dhe tmerrohen nëse prindërit e tyre i shohin ato. Do të ishte e dobishme të qetësohen ata, duke iu thënë se një sasi e caktuar shkarkimi është diçka normale. Nëse është e ngjyrosur apo e përgjakur, apo kundërmon, apo të brendshmet e tyre



duhen ndërruar më shumë se një herë në ditë, atëherë duhet kërkuar këshillim mjekësor. Fara nuk duhet ngatërruar me urinën. Urina është e pisët (*nexhis*), dhe duhet larë tërësisht. Fara është e pastër dhe nuk duhet larë si urina, vetëm pastrimi i saj me disa pika uji dhe fërkimi i saj mjaftojnë.

Adoleshentët dhe përkora

Fëmijët amerikanë dhe kanadezë sot arrijnë pubertetin më herët se kurrë më parë. Vajzat mund të arrijnë pubertetin midis moshës 8 dhe 13-vjeçe, ndërsa djemtë arrijnë pubertetin midis moshave 9 dhe 14-vjeçe. Në Britani, gjatë 150 viteve të fundit, moshë mesatare e pubertetit ka rënë nga 16.5 në 12.8 vjeç. Kjo mund të jetë për shkak të konsumimit të prodhimeve me prejardhje shtazore, shumica prej të cilave vijnë nga kafshë të rritura në mënyrë intensive, me doza të rregullta antibiotikësh dhe hormoneve si nxitës të rritjes.

Nga ana tjetër, moshë mesatare për martesën e parë është duke u rritur. Në Shtetet e Bashkuara, ajo është 29 për burrat dhe 26 për gratë. Në Jordani, ku situata ekonomike është ndryshe, moshë mesatare për martesë është 35 për burrat, dhe 30 për gratë. Njerëzit që besojnë në përkorë para martesës, kërkojnë nga fëmijët e tyre që t'i frenojnë dëshirat e tyre seksuale nga koha kur arri-

jnë pubertetin deri kur të martohen, që është një pritje prej rreth 16 vitesh, kohë kjo gjatë së cilës dëshira dhe energjia seksuale janë në kulmin e tyre. Kjo është një sfidë e tmerrshme për të rinjtë e rritur.

Deri para 100 vitesh shumica e njerëzve martoheshin shpejt pas pubertetit. Shoqëritë luftonin për të mbijetuar. Për shkak të normës së lartë të vdekshmërisë të foshnjat, dhe luftërave të shpeshta, ishte me rëndësi që edhe burrat edhe gratë të martoheshin në moshë të re, kur fuqia seksuale dhe forca jetësore e tyre ishin në kulmin e tyre.

Disa shoqëri i janë përshtatur martesës së vonshme, duke i zgjidhur kufizimet seksuale. Njerëzit fetarë nuk mund ta bëjnë një gjë të tillë, e megjithatë ngulmimi i tyre për përkore është shumë i vështirë për adoleshentët. Nuk ka shumë të ngjarë se qeniet njerëzore mund ta shtypin seksualizmin e tyre nga puberteti deri në martesë (mbase 20 vjet më vonë). Një adoleshent me hormone shpërthyes do të vuajë në mjedisin e sotëm nga joshje të vazhdueshme anembanë.

Shoqëritë muslimane duhet ta pranojnë martesën e hershme për t'ia dalë në krye me këtë situatë. Degëzimet e kësaj alternative mund të jenë po ashtu problematike. Sidoqoftë, prindërit duhet të gjejnë një mënyrë për t'iu treguar adoleshentëve të tyre se pse seksi jashtë martesës është i ndaluar për ta,



edhe pse ata kanë nevojë të ngutshme për të. Familja e zgjeruar mund t'iu ndihmojë çifteve të rinj me rritjen e fëmijëve, sidomos nëse planifikimi familjar praktikohet me urtësi.

Disa dijetarë muslimanë e kanë përcaktuar si normë se masturbimi duhet shmangur, përveç kur bëhet çlirim nga dëshira seksuale e jashtëzakonshme për beqarët, dhe se nuk duhet të bëhet shprehi. Kur epshi seksual bëhet i pakontrollueshëm, masturbimi mund të jetë e keqja më e vogël. Në librin e tij *Rudūdun ala Ebatil*, i ndjeri Shejh Muhammed el-Hamid shpjegon se juristët e ndalojnë masturbimin, nëse ai shfrytëzohet për të nxitur dëshirë pasive seksuale. Mirëpo, kur dëshira e tillë është marramendëse, saqë e pushton mendjen dhe e trazon stabilitetin e një personi (deri në atë masë sa të mund ta shtyjë atë në kurvëri), dhe nëse masturbimi ndihmon të qetësohet nxitja imponuese, atëherë lejohet. Masturbimi mund të jetë neutral, pa merituar as shpërblim e as ndëshkim, as fajësim e as lavdërim; ai nuk është as mëkat e as vepër e mirë.

Masturbimi është egoist. Në izolim, në vend se në intimitet intensiv, një adoleshent mund ta kënaqë fantazinë e tij. Edhe pse mund të jetë i dobishëm si ikje e përkohshme nga tensionimi, për adoleshentët ai mund të bëhet një zëvendësim i lehtë për martesën. Kur kënaqja kryesore e adoleshentit vjen nga marrëdhënia personale, vetë-kënaqja bëhet problem për të.

Prindërit duhet ta kuptojnë nëse adoleshentët e tyre e shfrytëzojnë masturbimin si lirim nga tensionimi seksual. Zakonisht, kjo kalon deri në kohën kur të piquen dhe martohen. Gjëja me rëndësi është që prindërit t'i mbajnë fëmijët e tyre të angazhuar me sporte, apo t'ua bëjnë shprehi agjërimin dy ditë në javë, dhe t'i përfshijnë ata në aktivitete grupore. Ata duhet t'i informojnë se keqpërdorimi i masturbimit mund të jetë një problem shëndetësor serioz, dhe se duhen shmangur situatat e joshjes dhe të presionit seksual. Kësisoj, adoleshentët dekurajohen që të lejojnë masturbimi t'iu bëhet obsesion.

Prindërit duhet të jenë të sinqertë me fëmijët rreth asaj se si të merren me trupat e tyre. Seksi zë një masë të madhe të të menduarit te të rinjtë në moshën madhore, e megjithatë është një temë që ka më së paku gjasa të diskutohet midis prindërve dhe fëmijëve të tyre, dhe kur i adresohen kësaj çështjeje, ata nuk janë shumë realistë. Juristët muslimanë do t'iu thonë adoleshentëve se masturbimi është i ndaluar, edhe pse pak dijetarë e kanë lejuar atë me disa kufizime. Shumica e adoleshentëve do ta praktikojnë atë gjithsesi, dhe jetojnë me perceptimin e turpit dhe fajit. Duhet kërkuar një ekuilibër, dhe kjo praktikë duhet shfrytëzuar vetëm si rrugëdalje e fundit, dhe madje edhe në nivelin më të ulët, pa e dëmtuar trupin, fizikisht apo emocionalisht.

Zgjidhja islame për dilemën seksuale: Një hartë rrugore për një qasje parandaluese

Qasja themelore është shmangia: *La tekrebu'z-sina*, shmanguni afrimit kurorëshkeljes dhe kurvërisë. Largojeni veten; mos iu afroni asnjë situatë që çon në një mëkat të tillë.

Dhe mos iu afroni imoralitetit (zinasë), sepse vërtet ai është vepër e shëmtuar dhe është një rrugë shumë e keqe. (Kur'ani, 17:32)

Shprehja e rëndësishme këtu është “mos u afroni” (*La tekrebu*): mos iu afroni; shmanguni asaj, mbrojeni veten nga ajo, duke nënkuptuar me këtë se duhet bllokuar të gjitha shtigjet që çojnë drejt saj, deri në masën që ajo të bëhet sa më e paarritshme. Strategjia e shoqërisë duhet të jetë parandaluese, ta bëjë të vështirë kryerjen e mëkatit, duke ndërmarrë masa për ta bërë seksin e paligjshëm praktikisht të padisponueshëm dhe të paarritshëm. Duke i ndërprerë të gjitha llojet e tregtisë së seksit, duke e kufizuar furnizimin, dhe duke e minimizuar kërkesën, shoqëria mund ta drejtojë sjelljen në mënyrë korrekte, dhe t'i ruajë martesat të pastra dhe të sigurta. Ky lloj morali nuk është i ri apo i veçantë në Islam, ai fillimisht mësohej nga fetë e tjera (përfshirë Krishterimin, Judaizmin dhe Hinduizmin). Asnjë person i arsyeshëm nuk mendon se është ide e mirë që të rinjtë dhe të moshuarit të praktikojnë një jetë seksuale kaotike, dhe t'iu skllavërohen dëshirave fizike të tyre. Njerëzit që e besojnë Zotin vendin ideal për seks e shohin brenda martesës. Problemi është se në shumë shoqëri ky qëndrim konservator ndaj praktikimit të seksit është kundërshtuar nga brezat më të ri.

Në ditët tona, udhët që të shpien drejt sëmundjeve ngjithëse me rrugë seksuale (SNS)

janë krejtësisht të hapura dhe joshëse. Shmangia e tyre kërkon njëfarë sakrifice. Frytet e përmbajtjes janë të pasura, ndërsa agonia që rezulton nga kënaqja në marrëdhënie seksuale të paligjshme është e tmerrshme. Kur ekzaminohet tërësia e sistemit islam, është e evidente se ai është qartësisht i përqëndruar mbi mbrojtjen dhe shenjtërinë e familjes. Një theks i madh është vendosur mbi gjërat, si: modestia në kodin e veshjes, jo seksit jashtë martesës, përmbajtje nga alkooli dhe drogat, jo takimeve të dashurisë, jo komunikimit provokues midis gjinive, jo përzierjes pa mbikëqyrje, jo pornografisë, jo skenave seksuale vulgare në televizion, dhe jo reklamave dhe muzikës seksualisht nxitëse. Të gjitha këto janë përpjekje serioze për t'i bllokuar udhët që çojnë në kurorëshkelje dhe



kurvëri. Përveç kësaj, prindërit janë përgjegjës për t'iu shpjeguar adoleshentëve të tyre rreziqet e seksit të papërgjegjshëm.

Kjo qasje preventive për t'iu shmangur *zinasë* (marrëdhënies seksuale të paligjshme) duhet filluar herët në foshnjëri. Nevojiten edhe përpjekje individuale edhe kolektive për ta zbutur nxitjen seksuale të adoleshentëve.

Kur'ani pranon se dëshira pushtuese seksuale mund të ekzistojë te njerëzit. Madje edhe Profeti Jusuf, nën presionin e

ngashënjimit, do të ishte dorëzuar, po të mos kishte qenë Mëshira e Zotit të tij, i Cili e ruajti atë në çastin kritik:

E ajo, në shtëpinë e së cilës ishte Jusufi, i bëri lajka atij dhe ia mbylli dyert e i tha: “Eja!”. Ai (Jusufi) tha: “Allahu më ruajtë, ai zotëriu im (e burri yt) më nderoi me vendosje të mirë (si mund t’i bëj hile në familje)?”. S’ka dyshim se tradhtarët nuk kanë sukses.

Ajo e mësyni atë qëllimisht, e atij do t’i shkonte mendja ndaj saj, sikur të mos i prezantohej argumenti nga Zoti i tij. Ashtu (e bëmë të vendosur) që ta largojmë nga ai të keqen dhe të ndytën. Vërtet, ai ishte nga robërit tanë të zgjedhur. (Kur’ani, 12:23-24)

Shtytja seksuale e dhënë nga Zoti te burrat dhe gratë është zakonisht e fjetur, dhe nuk duhet ndërsyer apo nxitur pa nevojë. Shtytjet tona seksuale duhen kënaqur në martesë. Nëse joshja është e bollshme, epshi zgjohet herët dhe bëhet e vështirë për ta kontrolluar. Mirëpo, shtytja seksuale tek burrat është më e dukshme, dhe më pak e kontrollueshme sesa te gratë, ndërsa kalimi në pubertet për djemtë i zgjon ndjenjat seksuale. Gratë kanë kontroll më të madh mbi dëshirat dhe sjelljen e tyre seksuale sesa burrat.



Mjedisi seksual i lejuar që është gjerësisht i dukshëm në shumë shoqëri në shekullin e

njëzetënjë, nuk është për t’u habitur. Shoqëria bën shumë pak për t’i ndihmuar rinisë; kjo është njësoj sikur t’i hedhësh adoleshentët në lumë me duart e lidhura dhe t’iu thuash: “kujdes se mos lageni!” Joshja e ndez shtytjen seksuale te adoleshentët, ndërsa shoqëria pret që ata të përmbahen, dhe t’i imponojnë kufizim vetes. Kjo është njësoj sikur të vendosësh një peshk të shijshëm para një maceje të uritur, dhe t’i thuash asaj: “mos e ha!” Përmbajtja bëhet shumë më e lehtë dhe më e arritshme në mungesë të joshjes.

Ai ia lidhi duart, pastaj e hodhi në ujë, dhe i tha:
Kujdes! Kujdes! Mos u lag!

Burrat lehtë mund të cyten seksualisht me prekje, shikim, dëgjim, nuhatje apo madje edhe thjesht me imagjinatë të pastër. Është me rëndësi thelbësore që të gjitha mjetet e joshjes, ngashënjimit dhe shtytjes të largohen sa më shumë që të jetë e mundur. Është shumë më e mençur të merret qasja e sigurt mbrojtëse duke i shmangur telashet, sesa rënia në to dhe pastaj përpjekja për të dalë nga ato. Sapo të cyten njerëzit, mbrojtjet e tyre dobësohen në mënyrë dramatike dhe shtohen gjasat për t’ia liruar rrugën joshjes.

Qasja kur’anore është parandaluese dhe holistike. Pyetja është: Si mundën adoleshentët të kenë standarde etike të dëshirueshme, në një shoqëri që është seksualisht lejuese? A është kjo e mundur njerëzisht? Sipas ligjit islam, gjithçka që çon në keqbërje është e keqe. Prandaj, gjithçka që e prish frenimin seksual dhe humbjen e vetëkontrollit mbi trupin, duhet shmangur.

Në vijim është dhënë një listë prej shumë hapash për t’i bllokuar rrugët që çojnë në seks të jashtëligjshëm. Pakësimi i joshjes është

një proces që zgjat tërë jetën, e që kërkon bashkëpunimin e prindërve, familjes së zgjeruar, shkollës, mediave dhe komunitetit.

MODESTIA (HEJA)

Është me rëndësi të vendoset koncepti i modestisë (*heja*), që nga lindja, duke i respektuar pjesët e turpshme të bebes. Prindërit nuk duhet t'ia prekin bebes gjenitalet, përveç kur e lajnë me duar me qese, dhe vetëm për një kohë të shkurtër. Po ashtu, gjenitalet e fëmijëve të moshës trevjeçare e më shumë, duhen mbuluar me një leckë, madje edhe gjatë larjes. Shmangia e ekspozimit të gjenitaleve e rrit privatësinë personale të foshnjës. Çfarë është modestia? Modestia (*heja*) është përkufizuar si: “ndrojtje”, siklet dhe turp nga një veprim që e degradon një person. Në arabisht ajo do të thotë:

Një tipar apo një sjellje që shkakton te një person siklet apo frikë nga një akt skandaloz.

Juristët e përkufizojnë modestinë si tipar i karakterit që e dekurajon një person nga kryerja e veseve, apo veprave të turpshme, të fëlliqura.

Modestia është një cilësi që duhet kultivuar vazhdimisht nga prindërit, që të bëhet normë si në familje ashtu edhe në shoqëri. Madje edhe në funerale, kur lahet trupi i vdekur, personi apo personat që bëjnë pastrimin nuk duhet t'i ngulisin sytë te gjenitalet, e as ti prekin ato drejtpërsëdrejti me dorë, por të përdorin një qese për t'i pastruar pjesët e turpshme të të ndjerit. Për ta kuptuar shtrirjen dhe përmasat e modestisë, Profeti a.s., e thënë:

Besimi ka mbi shtatëdhjetë degë. Më e mira prej tyre është të thuhet: “nuk ka Zot, përveç Allahut”. Më e vogla është largimi i një objekti të dëmshëm nga rruga e kalimtarëve. Ndërsa modestia është një degë e besimit. (MUSLIM)



Ajo që njerëzit e kanë trashëguar nga profetësia e hershme, është: Nëse nuk keni turp (*heja*), bëni ç'të doni. (EBU DAVUD)

Profeti a.s., ka thënë:

E turpshmja mund të sjellë vetëm shëmti. Modestia mund të sjellë vetëm mirësi dhe bukuri. (IBN MAXHEH)

El-Xhurxhaniu e ndan modestinë në dy kategoritë vijuese:

- a. Pjesa psikologjike, që gjendet te të gjithë njerëzit, siç është mos ekspozimi i pjesëve të turpshme, apo moskryerja e marrëdhënies seksuale në prani të të tjerëve. Ky lloj i *hejas* ekziston tek njerëzit, dhe mund të jetë pjesë e natyrës së lindur të tyre; dhe
- b. Modestia e fituar me besimin, që e ruan individin nga kryerja e ligësive, për shkak të dashurisë ndaj Zotit dhe frikës nga ndëshkimi i Tij.



**Modestia
është
degë
e besimit**

Fëmijëve duhen mësuar këto akte të modestisë:

1. ta ulin shikimin e tyre kur shikojnë gjininë e kundërt, apo një skenë të pahijshme;
2. të ecin me modesti, pa provokim seksual, dhe pa e imituar gjininë e kundërt;
3. të flasin butësisht dhe me respekt, pa ngjyrimë seksuale;
4. të vishen me modesti, ta mbulojnë trupin e tyre bukur dhe me dinjitet.

Në tri situatat vijuese modestia nuk kërkohet:

1. Në dituri: Kërkoni diturinë (sa më shumë, aq më mirë), sidomos në udhëzimet fetare që kanë të bëjnë me seksin bashkëshortor, menstruacionet, shtatzëninë dhe derdhjet e natës. Juristët, brenda kontekstit të edukimit, e kanë sajuar shprehjen: “Nuk ka drojë në mësimin fetar”. Ne do të mund të bënim ekstrapolim të së njëjtës shprehje për të thënë: “nuk ka drojë në kërkimin e diturisë”.
2. Në reformë: Promovoni drejtësinë dhe ndaloni të ligën, ngaqë kjo është

një detyrë që duhet kryer me vendosmëri dhe me urtësi.

3. Në martesë: Nuk ka drojë midis bashkëshortëve në shtëpinë e tyre. Profeti a.s., ka thënë:

Fshihni pjesët tuaja të turpshme, përveç nga bashkëshorti(ja) juaj. (EBU DAVUD, IBN MAXHEH, DHE EL-HAKIM)

Derisa seksi është krejtësisht i ndaluar midis atyre që nuk janë bashkëshortë, ai është praktikisht i pakufizuar midis bashkëshortëve, në privatësinë e dhomës së gjumit të tyre. Nëse prindërit e shpërfillin rrënjosjen e modestisë të fëmijët e tyre, shoqëria do të vuajë. Modestia është themel i fortë imuniteti kundër joshjes dhe ngashënjimit. Në vijim janë disa vrojtime mbi rezultatet e mungesës së modestisë ndër kombet:

- Nën maskën e artit dhe shprehjes së lirë, muzetë dhe sheshet publike në shumë vende janë ndotur me skena të burrave dhe grave lakuriq mbi postera, dhe me skulptura lakuriqe, ku ekspozohen pjesët e turpshme të tyre. Kjo gjendet po ashtu edhe në shumë tempuj në Indi. Për shumë njerëz ekziston vija e qartë midis asaj që

Poezi arabe për modestinë

Nëse nuk ke frikë nga pasojat e asaj se si sillesh, dhe nëse nuk sillesh me modesti, mund të bësh çfarë të dëshirosh. Por, për Zotin, nuk ka mirësi në një jetë të pacipël! Njeriu jeton rehat, për sa kohë që vepron me modesti; njësoj si trangu i pemës që mbetet i mbrojtur, për sa kohë që është i mbuluar nga lëvorja.



konsiderohet art, dhe asaj që konsiderohet pornografike dhe e pahijshme. Lakuriqësia në traditat artistike perëndimore është një zhvillim interesant, në rend të parë për shkak se shpesh synon të jetë simbol i virtytit, nderit dhe lavdisë së njeriut. Një shembull i mirë për këtë është statuja e Mikelanxhelos, Davidi, një profet, që e përfaqëson gjithë atë që është e mirë, i skalitur tërësisht lakuriq. Disa tempuj anembanë botës (p.sh. në Indi), po ashtu paraqesin lakuriqësi të plotë frontale, në një ambient fetar. Natyrisht, statuja e Davidit është në të vërtetë simbol i burrit të Rilindjes, dhe jo i profetit si të tillë. E tërë tema e pranimit dhe interpretimit shoqëror të lakuriqësisë, është diçka për të cilën prindërit duhet të mendojnë pak më thellë, sidomos në lidhje me fëmijët e tyre.

- Në një muze në Santiago, Kili, janë të shfaqura skulpturat e një burri dhe gruaje teksa kryejnë marrëdhënie seksuale.
- Një grua e re në Shtetet e Bashkuara kishte video-kamera në dhomën e gjumit dhe banjën e saj, prej nga iu transmetonte incizime drejtpërsëdrejti 24 orë në ditë shikuesve përmes Internetit.
- Në Shtetet e Bashkuara, pesëdhjetë mijë njerëz u lidhën për ta shikuar drejtpërdrejt

në Internet lindjen e parë të një fëmije në detaje të plota grafike.

(*Time*, 29 qershor, 1998)

Disa rregulla të mirësjelljes për modestinë janë renditur më poshtë:

- Teksa fëmijët rriten, ata duhet të trokasin, para se të futen në dhomat e gjumit të prindërve dhe të kushërinjve të tjerë (për t'iu shmangur mundësisë që t'i shohin ata të zhveshur apo të ekspozuar).
- Prindërit dhe vëllezërit e motrat duhet t'i mbulojnë trupat e tyre, dhe të vishen respektueshëm, si brenda ashtu edhe jashtë shtëpisë. Përdorimi i makijazhit dhe kozmetikës dhe parfumeve seksualisht tërheqëse, duhet shmangur. Prindërit duhet të kujdesen për gjuhën që përdorin kur janë në prani të fëmijëve, dhe t'i shmangen muhabetit seksual. Nuk duhet po ashtu të ketë asnjë lloj kontakti seksual eksplicit midis prindërve para fëmijëve, përfshirë puthjen me afsh, dhe prekjen e pjesëve të turpshme.
- Kur fëmijët të arrijnë moshën 10-vjeçe, ata duhet të flenë në shtretër të ndarë.
- Djemtë dhe vajzat duhen mësuar ta evitojnë ngulitjen e syve kur shikojnë gjininë e kundërt.

Thuaju besimtarëve të ndalin shikimet (prej haramit), t'i ruajnë pjesët e turpshme të trupit të tyre se kjo është më e pastër për ta. Allahu është i njohur hollësisht për atë që bëjnë ata. Thuaju edhe besimtareve të ndalin shikimet e tyre, t'i ruajnë pjesët e turpshme të trupit të tyre, të mos zbulojnë stolitë e tyre përveç atyre që janë të dukshme, le të venë shamitë mbi kraharorin e tyre dhe të mos ua tregojnë bukuritë e tyre askujt përveç burrave të vet, baballarëve të vet ose baballarëve të burrave të vet, djemve të vet ose djemve të burrave të vet, vëllezërve të vet ose djemve të vëllezërve të vet, apo djemve të motrave të veta, ose grave të tyre (që u përmendën) dhe robërshave, të cilat i kanë në pronësinë e tyre, ose shërbëtorëve nga meshkujt të cilët nuk ndiejnë nevojë për femrat ose fëmijët që nuk e kanë arritur pjekurinë për gra. Le të mos kërcasin me këmbët e tyre për ta zbuluar fshehtësinë nga stolitë e tyre. Pendohuni të gjithë te Allahu, o besimtarë, në mënyrë që të gjeni shpëtim.
(Kur'ani, 24:30-31)

Ulja e shikimit është thelbësore. Profeti a.s., ka thënë:

Kushdo që e ul shikimin e tij nga ajo që është e paligjshme për të, Allahu do t'i dhurojë lumturi në zemrën e tij. (IBN MESUD)

- Vajzat duhen mësuar të ecin respektueshëm, për të shmangur tërheqjen seksuale. Ato nuk duhet t'i ngrënë fustanet e tyre dhe t'i shfaqin këmbët e tyre. Ato duhet t'i shmangen ecjes në mënyrë seksualisht joshëse:

... andaj mos u llastoni në të folur, e të lakmojë ai që ka sëmundje në zemrën e tij, po thoni fjalë të matura. (Kur'ani, 33:32)

- Vajzat dhe djemtë nuk duhen lejuar të qëndrojnë jashtë shtëpisë natën vonë. Mund të arrihet ujdi midis prindërve dhe fëmijëve për një sistem të arsyeshëm të orës së mbylljes brenda.
- Disa lloje të muzikës janë të dëmshme (ato që nxisin ndjenja seksuale dhe tekstet e të cilave janë të turpshme). Muzika mund të ndikojë në humorin duke aktivizuar melatoninën, hormonin nga gjëndra pineale në tru që ndizet nga errësira, dhe fiket nga drita vezulluese. Kjo është e njëjta gjëndër për të cilën është menduar se e shkreh pubertetin, dhe ajo ndikon mbi ciklin riprodhues dhe disponimin seksual. Rok muzika seksualisht eksplicite e nxit dëshirën seksuale. Disa nga muzikat hard-rok përmbajnë fjalë pornografike, ndaj fëmijëve duhet ndaluar të dëgjojnë "rok pornografik". Kur fëmijët i ekspozohen kësaj muzike, ata bëhen të pandjeshëm ndaj veseve.
- Pornografia është një e keqe për fëmijët, ngase ajo ndez dëshirën seksuale tek ata deri në një nivel të padurueshëm. Ajo ka një efekt afatgjatë mbi të menduarit e fëmijëve, duke i bërë ata t'i përfytyrojnë këto skena vulgare një kohë të gjatë, dhe duke bërë që ata t'i ëndërrojnë syhapur aktet seksuale.
- Pornografia i përul gratë në objekte seksi, që ekzistojnë për ta kënaqur epshin e burrave. Nëse një burrë është i cytur nga çfarëdo qoftë e kësaj natyre, ai duhet ta kënaqë shtytjen e tij me bashkëshorten e vet. Beqarët nuk mund ta bëjnë këtë, ndaj mbase kjo është edhe një arsye që ata të martohen herët.

Një burrë nuk mund të fajësohet pse ka shtytje; por ai mund të fajësohet nëse ua hap rrugën atyre dhe nëse lëndon njerëz të tjerë në këtë proces. Kështu, shumë burra i lëndojnë bashkëshortet e tyre (pa e kuptuar këtë), duke shikuar me admirim gra të tjera. Pamjet e modeleve dhe të yjeve të filmave nëpër stenda afishimi, ballinat e revistave dhe në pllakata mund të para-

qesin problem të madh. Në mendjet tuaja ato qëndrojnë përgjithmonë të reja dhe të dashura, në krahasim me bashkëshortet e vërteta që plaken, shëndoshen dhe lodhen. Bashkëshortët duhet të jenë të vëmendshëm dhe të dashur ndaj njëri-tjetrit; dikush mund të jetë në moshë dhe megjithatë të mbetet tërheqës (me planifikim të mirë, dietë të shëndetshme dhe ushtrime të përshtatshme).

Në ditët tona, prindërit duhet të jenë të ndërgjegjshëm për rreziqet nga pornografia në Internet, takimet e dashurisë, dhe muhabetet e pavlerë, të pahijshme për seksin. Ata duhet t'i mbikëqyrin më mirë fëmijët e tyre dhe t'i vendosin kompjuterët në një pjesë të dukshme të shtëpisë, e jo në veçimin e dhomës së gjumit të fëmijës.

KODI I VESHJES

Vajzat dhe djemtë duhet të sillen dhe vishen me modesti. Ata duhet ta shmangin veshjen joshëse apo provokuese, dhe duhet t'i shmangen tërheqjes së vëmendjes me bukuritë fizike të tyre. Ata nuk duhet të mbajnë rroba të ngushta për t'ua treguar vijat e trupit atyre jashtë familjes të tyre më të ngushtë, apo të mbajnë stoli me orientime seksuale. Veshja “e depërtueshme” për djemtë dhe vajzat nuk lejohet, ndërsa vajzat duhet t'i mbulojnë kokat e tyre në publik. Djemtë dhe vajzat nuk duhet të merren me veshje të gjinisë tjetër. *Hadithi* në vijim e qartëson këtë pikë:

Ebu Hurejre ka thënë: Profeti i mallkoi burrin që vishet për t'u dukur si grua, dhe gruan që vishet për t'u dukur si burrë. (EBU DAVUD)

Është me rëndësi se çfarë veshin fëmijët. Fjala e urtë: “Sillesh ashtu siç vishesh”, nënkupton që fëmijët duhet të vishen me modesti dhe respektueshëm. Njerëzit vishen ndryshe sipas rastit: për adhurimin javor, intervista, përvjetorë, ahengje apo sport. Ata përpiqen të përzihen, të lënë mbresë, apo t'i shtojnë gjasat për t'u pranuar brenda një grupi

të veçantë. Rrobat, modeli i flokëve dhe stilitë duhet të kenë pamje modeste. Në përgjithësi, prindërve nuk iu pëlqejnë rrobat e skajshme që janë shembull rebelimi. Nëse rrobat modeste përdoren për thujtë çdo situatë, atëherë ai që i mban ato, do të lërë një mbresë të mirë. Rrobat, sjellja dhe stilet që nuk i kapërcejnë kufijtë, konsiderohen si modeste.

Për aq sa të jetë e mundur, prindërit duhet t'i japin bijës së tyre “zgjedhje” të miratuara. Do të vijë një moshë – kjo mund të jetë madje mosha dy apo trevjeçare – kur bija e tyre do të ketë mendime të forta për atë që vesh. Ajo do t'i kundërshtojë zgjedhjet e prindërve të saj për atë se çfarë duhet të veshë ajo. Një zgjedhje paqësore dhe praktike është që të nxirren dy apo tre takëme, nga të cilat ajo duhet të zgjedhë, që ajo të ndjejë se i është dhënë zgjedhje.

Në shkolla ku të gjithë nxënësit mbajnë të njëjtat rroba (uniformë), atyre mund të mos iu pëlqejë në fillim, por së shpejti do ta “harr-ojnë” veshjen e tyre, ndaj ajo nuk do të jetë më çështje debati. Kjo i shmang debatet irrituese dhe vendimet për atë se “çfarë duhet veshur” çdo mëngjes. Vajzat duhet të ndërgjegjësohen se edhe pse pamja “provokuese” mund të duket “e bukur”, ajo mund t'iu japë sinjal të gabuar djemve dhe të ketë pasoja të padëshiruara.

JO PËRZIERJES SË SHPENGUAR DHE JO HALVEH *Halveh* është një takim privat midis një burri dhe një gruaje në një vend të veçuar, pas dyerve të mbyllura, ku askush nuk mund t'i shohë ata (siç është dhoma e hotelit, apo ndonjë vend i vetmuar në fshat). Ajo është një grackë seksuale djallëzore, ndaj është me rëndësi thelbësore të pengohet *halveh* me çdo kusht! Profeti a.s., na ka dhënë një paralajmërim të mjaftueshëm kur ka thënë:

Kur do që një burrë dhe një grua janë të vetmuar në një vend të veçuar, djalli është pala e tyre e tretë. (ET-TIRMIDHI)

Përzierja e shpenguar e djemve dhe vajzave duhet shmangur, mirëpo përzierja e mbikë-

qyrur nga prindërit dhe e shikuar nga afër, brenda kufijve të mirësjelljes dhe një atmosfere të kontrolluar, është e lejuar. Një djalë mund të tërhiqet nga një vajzë duke e shikuar atë vazhdimisht në xhami, në shkollë, në bibliotekë apo në treg. Ai mund t'i afrohet asaj dhe të fillojë një bisedë të padjallëzuar, për të parë nëse ajo është e interesuar për të. Pas bisedës me njëri-tjetrin, ata mund të caktojnë një datë për t'u takuar në një vend më privat, si në park, apo në shtëpi. Pa pasur njeri që do ta vëzhgonte atë, ai mund të merrte guximin ta prekë apo ta puthë atë. Nëse ajo i lejon ta bëjë këtë, pa kaluar shumë kohë, ai do të bëhet mjaft i guximshëm për të shikuar më tutje. Kjo mund të përfundojë në atë që ata të bëjnë seks pa e planifikuar vërtet diçka të tillë, që mund të çojë në katastrofë.

Gracka!

Kontakti me sy → Buzëqeshje apo aprovim → Përhëndetje → Muhabet → Takim → Prekje → Nxitje → Rruga pa kthim → Mëkati i seksit → Probleme! Rezultatet mund të përfshijnë sëmundjet ngjithëse me rrugë seksuale, shtatzëni, abort, apo një fëmijë të jashtëligjshëm.

Rregulla e mësipërme nuk duhet lehtësuar kurrë, sepse është recetë e sigurt që të ndodhë një katastrofë. Madje edhe për njerëzit shumë fetarë, kjo është një ftesë e fortë për ligësi. Të gjitha qeniet njerëzore janë të bërë nga trupi dhe emocionet: madje edhe Profeti Jusuf duhej të përballej me këtë sfidë.

- Takimet e dashurisë: Sistemi i takimeve të dashurisë është “portë seks” për adoleshentët. Kjo zakonisht shkakton dhimbje dhe vuajtje për individët e përfshirë, për familjet e tyre dhe për shoqëritë e tyre. Në një studim të vitit 1999 të bërë në Shtetet e Bashkuara, 25 për qind e mostrës së studentëve

të vitit të parë në kolegji thanë që, nëse në një takim dashurie ata kanë pagur drekën dhe vajza nuk “shkon deri në fund”, djali ka të drejtën ta detyrojë atë për seks. Shumë nga këto “përdhunime takimesh” nuk janë raportuar (Norris et al. 1999; Bohmer 1993). Gjithçka që e prish frenimin seksual dhe çon në humbje të vetëkontrollit, si alkooli, drogat, muzika seksualisht nxitëse, përkëdhelja apo *halveh*, nuk duhet lejuar. Puthja dhe përkëdhelja e përgatisin trupin për seks, ku trupi mund të silltet deri në “pikën pa kthim”. Takimet e dashurisë dhe liria seksuale e dëmtojnë martesën. Supozimi se çifti që “e ka provuar veten” kështu do “të njohë” njëri-tjetrin më mirë, është i pabazë. Çdo shoqëri që i lejon këto liri vuan nga familje të paqëndrueshme, dhe norma shkurorëzimi të larta.

PRESIONI NGA MOSHATARËT DHE FAKTORË TË TJERË

- Ka shumë arsye se përse fëmijët përfshihen në seks, duke qenë më e zakonshme presioni nga moshatarët. Shpjegimi i arsyeshem i tyre është se të gjithë e bëjnë këtë. Arsye të tjera për seksin paramartesor janë dëshira e tyre për t'u konsideruar si kompetentë nga të rriturit, dhe si mënyrë për avancim shoqëror. Për disa, kjo buron nga mungesa e vetëvlerësimit, që ata shpresojnë ta përmirësojnë duke u bërë baba ose nënë. Nganjëherë, kjo ndodh për shkak të mungesës së opsioneve të tjera për t'ua ndryshuar drejtimin energjive seksuale të tyre. Mungesa e dashurisë dhe mungesa e vlerësimit në shtëpi mund të jetë faktor, ndërsa shkëputja nga shtëpia mund të çojë në lidhje gjetiu. Joshja seksuale mbizotëron gjithandej, në rend të parë nga revistat, nga moshatarët dhe nga televizioni. Në SHBA, rreth 20.000 skena seksi transmetohen në vit nëpër reklama, seriale, “show”-et në orët qendrore dhe MTV. Prandaj, prindërit

duhet t'i vërshojnë fëmijët e tyre me dashuri, ta mbushin kohën e fëmijëve të tyre me veprimtari të dobishme, dhe të kenë komunikim të hapur me fëmijët e tyre.

- Pijet dehëse: Alkooli dhe drogat janë të dëmshme, ngaqë ato e zvogëlojnë vetëkontrollin, dhe i largojnë frenimet nga kënaqja me seks.
- Vallëzimi (që është i përzier dhe përfshin prekje të papërshtatshme midis djemve dhe vajzave), dhe prekja fizike midis gjinive duhet shmangur, përfshirë puthjet, përqafimin, përkëdheljen, masazhin dhe fërkimin. Të gjitha këto veprime ngjallin shtytjet seksuale në trup, duke e sjellë atë një hap më afër marrëdhënies seksuale.

Një përkufizim i vallëzimit me gjininë e kundërt është: Vallëzimi është shprehje e jonë vertikale, e dëshirës sonë horizontale!

Ç'DUHET BËRË

Prindërit duhet t'iu japin fëmijëve këshilla të mira. Prindërit nuk duhet ta kufizojnë rolin e tyre në sigurimin e kulmit mbi kokë, ushqimin, veshjen dhe nevojave materiale për fëmijët e tyre, por duhet që njëkohësisht t'iu sigurojnë edhe udhëheqje shpirtërore dhe morale.

- Prindërit duhet t'iu mbushin trutë e fëmijëve të tyre me "të menduar të mirë", dhe t'iu pushtojnë ata me "ushqim për mendimin" moral dhe intelektual. Çështjet dhe vlerat më të larta duhet të jenë gjithandej në menynë. Një model këshillimi është ai se si Profeti a.s., i foli një burri të ri që kërko

leje nga ai për të bërë kurvëri, ngaqë nuk mund t'iu kontrollonte shtytjet e tij seksuale. Profeti a.s., arsyetoi me të, duke e pyetur nëse ai do të kishte lejuar që dikush të bënte seks me nënën, motrën, bijën, hallën, tezen apo bashkëshorten e tij. Secilën herë ai u përgjigj: "jo". Prandaj, Profeti a.s., u përgjigj se gruaja me të cilën dëshironte i riu të bënte seks, ishte me siguri nënë, motër, bijë, hallë, teze ose bashkëshorte e dikujt. Burri e kuptoi dhe u pendua, ndërsa Profeti a.s., u lut për faljen e tij.

- Është me rëndësi të forcohet ndjenja e identitetit, dhe të shmangët shtyrja për ta ndjekur turmën! Prindërit mund ta arrijnë këtë te fëmijët e tyre duke iu mësuar atyre një sistem vlerash, botëkuptim dhe një kod të caktuar jetese të veçantë. Kësisoj fëmijët do ta përkujtojnë veten të mos pinë alkool, të mos hanë mish derri, të mos marrin droga apo të futen në seks paramartesor. Vetë prindërit nuk duhet të kërkojnë lidhje jashtëmartesore, ngaqë ata duhet të bëhen shembull i mirë për fëmijët e tyre.

MARTESA E HERSHME

Nuk është caktuar kurrfarë moshe e fiksuar për martesë. Është bërë modë për djem të rinj të martohen pasi të kryejnë studimet universitare, pasi të gjejnë punë, ose pasi të arrijnë moshën 26-vjeçe apo më shumë. Ngjashëm, vajzat e reja thonë se ato dëshirojnë të martohen pas moshës 24-vjeçe, duke deklaruar: "Nuk jam e gatshme për këtë". Edhe pse kanë organe dhe dëshira seksuale normale, të rinjtë dhe të rejat duhet ta kuptojnë se ata kanë vetëm dy zgjidhje të ligjshme: të martohen, ose të përmbahen nga intimiteti seksual deri në martesë.

Kur'ani thotë:

E ata që nuk kanë mundësi martesë, le të përmbahen derisa Allahu t'iu begatojë me të mirat e veta... (Kur'ani, 24:33)

Profeti a.s., ka thënë:

Për Zotin, unë jam më i devotshmi në mesin tuaj, por unë agjëroj dhe e prish agjërimin, lutem dhe fle natën, dhe martohem me gra. Ai që e braktis traditën time nuk është nga unë. (BUHARIU)

Martesa është gjysma e fesë; gjysma tjetër është frika nga Allahu.
(TABERANI DHE EL-HAKIM)



Profeti a.s., ka thënë:

Ata nga ju të rinjtë që kanë mjete, duhet të martohen, përndryshe duhet të agjëroni, ngaqë ai i frenon epshet.
(EL-BUHARI)

Kur një djalë apo vajzë ndjen dëshirë të zjarrtë për t'u martuar, dhe ai/ajo nuk mund të presë, prindërit duhet të bëjnë çmos për t'i martuar ata. Nëse nuk e bëjnë këtë, ata e shtyjnë fëmijën e tyre drejt së ligës në këtë, apo atë mënyrë. Njëra nga detyrat e prindërve është përvijuar nga Profeti a.s.:

Atij që i është dhënë një fëmijë nga Allahu, duhet t'i japë atij/asaj tri të drejta: emër të bukur, edukim dhe kur ai/ajo të arrijë pubertetin, ai duhet të kujdeset që ai/ajo të martohet. (Tibrizi 1985)

Nëse prindërit nuk ia vënë veshin kërkesës së fëmijës, dhe nuk arrijnë ta ujdisin martesën, përgjegjësia e mëkatit do të bie po ashtu edhe mbi prindërit. Mirëpo, është njësoj me rëndësi të mos detyrohen të rinjtë në martesë. Disa prindër bëjnë keq duke iu imponuar partnerë martesorë fëmijëve të tyre. Ata thjesht vendosin se pasardhësit e tyre duhet

të martohen me anëtarë të familjes që janë në dispozicion, pa ua dhënë fëmijëve të tyre lirinë e zgjedhjes. Ata i privojnë fëmijët nga të drejtat e tyre për t'i parë dhe njohur paraprakisht bashkëshortët e tyre të ardhshëm. Nga ana tjetër, një martesë e ujditur me arsye, me pjesëmarrje aktive, si dhe me pëlqimin e djalit dhe vajzës, është detyrë e prindërve, ngaqë kjo do të rezultojë në një marrëdhënie të lumtur jetëgjatë midis çiftit dhe dy familjeve. Këto "ujdisje" duhet ta kenë si qëllim të tyre lumturinë dhe mirëqenien e çiftit, në vend se motivet egoiste të ndërmjetësve familjarë që i bëjnë ujditë.

Komuniteti duhet të luajë disa role për ta lehtësuar martesën:

- Të sigurojë një mjedis të shëndoshë, që djemtë dhe vajzat të takohen dhe të njihen me njëri-tjetrin, duke e dekurajuar përzjerjen e shpenguar të pambikëqyrrur të gjinive.
- Të ofrojë kurse për edukim paramartesor dhe këshillim për djemtë dhe vajzat, dhe t'i përgatisë ata për rolet e tyre si baballarë dhe bashkëshortë, nëna dhe bashkëshorte.

Dilema e sistemit arsimor kundrejt martesës së hershme

Sistemi ynë shkollor i tanishëm ka ngjallur një problem të ndërlikuar seksual. Marrja e një diplome nga kolegji, apo nga studimet e larta, dikton që martesa të vonohet deri nga mesi i viteve të njëzeta. E megjithatë kulmi i shtytjes seksuale është gjatë viteve të fundit të adoleshencës; ndërsa femrat e reja nga fundi i adoleshencës kanë një ndjenjë të fortë të varësisë emocionale, që i bën ato të prekshme ndaj ngashnjimit. Seksi paramartesor gjatë moshës madhore të hershme, rezulton me abort, nëna të pamartuara, sëmundje ngjitëse me rrugë seksuale dhe fëmijë që kanë fëmijë të jashtëligjshëm.

Duket sikur zgjidhja mund të jetë qoftë martesa gjatë viteve të shkollimit, qoftë përmbajtja deri në mbarimin e kolegjit. Martesa e hershme mund të jetë zgjidhje e kënaqshme, nëse shoqëria i përgatit adoleshentët t'ia dalin në krye me një bashkëshort(e), dhe ndoshta edhe fëmijë, me mjaft përgjegjësi.

Në shoqëritë moderne, të kërkosh nga adoleshentët të jenë të durueshëm dhe të mbeten të virgjër deri nga mesi i të njëzetave, është shumë e vështirë në ditët tona në mes të joshjes dhe provokimit seksual të vazhdueshëm. Historia ofron mësim të mirë për këtë. Në të kaluarën, ky problem nuk shfaqej, ngaqë martesa e hershme ishte normë, ndërsa rrjeti shoqëror ishte i projektuar për ta mbështetur këtë. Në kohën e Profetit a.s., dhe shumë shekuj më pas, zbatohesh sistemi i integruar vijues:

- a) Martesa e hershme inkurajohej.
- b) Familja e zgjeruar ishte ndihmesë e madhe në kujdesin për fëmijët dhe nipërit/mbesat. Ishte e zakonshme që tre breza të jetonin bashkë, ndërsa familja bërthamore bënte përjashtim. Familjet ishin më pak të lëvizshme se sot.
- c) Islami lejoi kontrollimin e lindjeve dhe planifikimin e popullatës, për t'iu ndihmuar nënave shumë të reja t'i shtyjnë shtatzënitë derisa të jenë të gatshme. Kjo varej nga bashkëpunimi i bashkëshortit, dhe dijes edhe të burrit edhe të gruas.



Në ditët tona, nënat që kanë profesion, apo që kanë diplomë universitare, mund t'i rrisin fëmijët me orar të plotë, dhe mund të kenë punë me orar të shkurtuar, deri nga mesi i të tridhjetave, dhe më pas mund të punojnë me orar të plotë, apo me orar të shkurtuar pasi fëmijët të arrijnë pubertetin, pavarësisht nëse punojnë si vullnetare apo me pagesë. Nuk do të ketë dëm për fëmijët e rinj, dhe shoqëria nuk do të privohet nga nënat kompetente profesionale me një përvojë të pasur dhe urtësi.

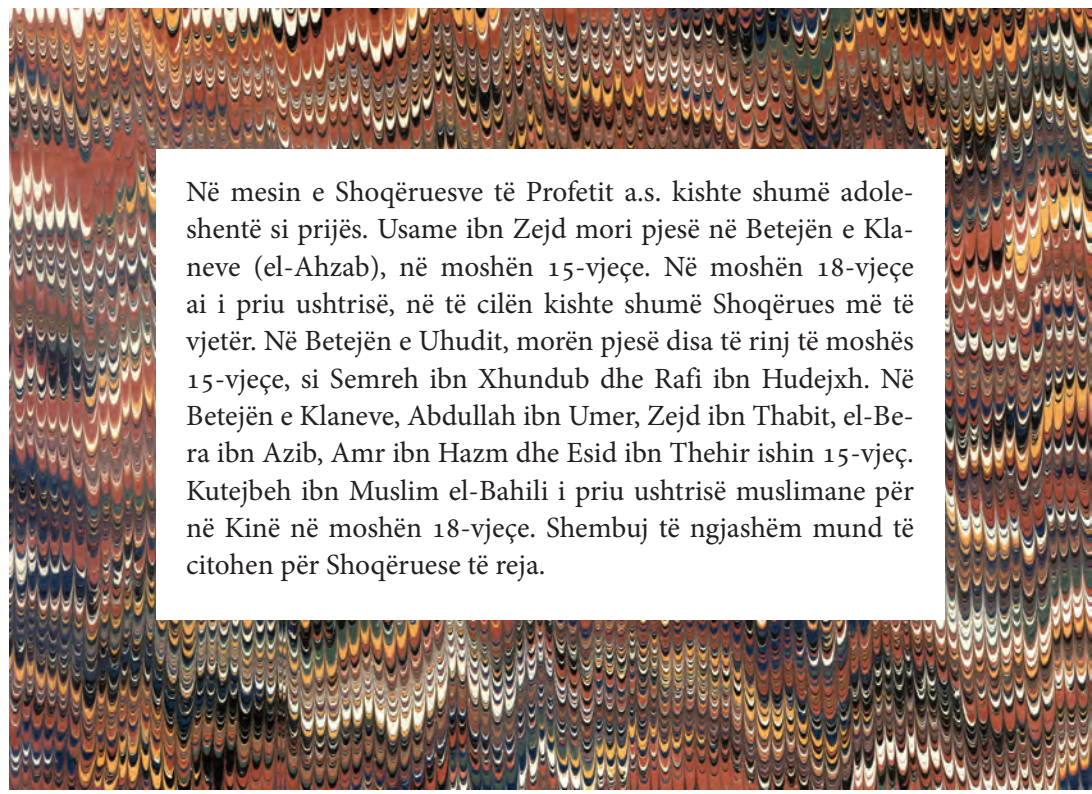
Nuk është e drejtë që fëmijët midis moshave 13 dhe 19-vjeçe të konsiderohen si jokompetentë dhe të trajtohen thjesht si konsumatorë, të privuar nga përgjegjësia dhe produktiviteti. Prirjet bashkëkohore duket se e zgjasin fazën e fëmijërisë deri nga fillimi i të njëzetave. Të rinjtë varen tërësisht nga të tjerët, në vend që të bëhen qenie njerëzore përgjegjëse, autonome dhe produktive.

Kur'ani flet për profetët e rinj, si Ibrahim, Jusufi, Musai dhe Isa (paqja qoftë mbi të gjithë ata), dhe të tjerë, që është menduar të

jenë shembuj për t'u ndjekur nga ne, dhe të cilët kanë bërë punë të mëdha gjatë moshës së adoleshencës. Është po ashtu edhe historia e Banorëve të Shpellës (*As'habu'l-Kehf*), që kanë qenë të rinj (*fitjeh*), të drejtudhëzuar, dhe të bekuar me arritje.

Modeli i tanishëm i shtyrjes së martesës deri nga mesi i të njëzetave nuk është i kënaqshëm. Sisteme të tjera të suksesshme të martesave të hershme janë praktikuar anembanë botës në të kaluarën. Thënë nga aspekti mjekësor, shtatzënitë dhe lindjet janë më të lehta në moshë të re, dhe nuk janë aq të mira në të njëzetat e vona apo të tridhjetat e hershme (ndërsa shtatzënitë e para bëhen më të vështira me kalimin e moshës).

Kjo çështje është serioze, relevante dhe urgjente. Ne duhet të merremi në mënyrë efikase me dilemën e vështirësisë së vetëpërbajtjes seksuale, domosdoshmërinë e martesës së hershme, dhe nevojën për themelimin e familjes gjatë viteve të adoleshencës (që do të planifikohet me apo pa fëmijë).



Në mesin e Shoqëruesve të Profetit a.s. kishte shumë adoleshentë si prijës. Usame ibn Zejd mori pjesë në Betejën e Klaneve (el-Ahzab), në moshën 15-vjeçe. Në moshën 18-vjeçe ai i priu ushtrisë, në të cilën kishte shumë Shoqërues më të vjetër. Në Betejën e Uhudit, morën pjesë disa të rinj të moshës 15-vjeçe, si Semreh ibn Xhundub dhe Rafi ibn Hudejxh. Në Betejën e Klaneve, Abdullah ibn Umer, Zejd ibn Thabit, el-Bera ibn Azib, Amr ibn Hazm dhe Esid ibn Thehir ishin 15-vjeç. Kutejbeh ibn Muslim el-Bahili i priu ushtrisë muslimane për në Kinë në moshën 18-vjeçe. Shembuj të ngjashëm mund të citohen për Shoqëruese të reja.

<p>Mënyra e pamoralshme</p> <p>Kurorëshkelja është e lehtë, tërheqëse dhe e arritshme.</p> <p>Seksi është i lirë, që rezulton në seks të përgjegjshëm</p>	<p>Pasoja</p> <p>Sëmundje ngjitëse me rrugë seksuale</p> <p>Shtatzëni adoleshente</p> <p>Aborti</p> <p>Fëmijë të pamartuar që kanë fëmijë</p> <p>Varfëri</p> <p>Shkurorëzim</p> <p>Familje të shkatërruara</p> <p>Familje me një prind</p> <p>Kaos seksual</p> <p>Normë të lartë kriminaliteti</p> <p>Përqindja më të lartë përdhunimi</p>	<p>Mënyra morale</p> <p>Mos iu afro kurorëshkeljes (<i>zina</i>)</p> <p>Kurorëshkelja bëhet e vështirë, jotërheqëse dhe e paarritshme</p> <p>Seksi i pastër është i denjë</p> <p>Seksi organizohet përmes martesës</p> <p>Seksi i përgjegjshëm inkurajohet</p>	<p>Pasoja</p> <p>Prindër të shëndoshë</p> <p>Fëmijë të shëndoshë</p> <p>Familje me dy prindër</p> <p>Prijës të të drejtëve</p> <p>Normë e ulët kriminaliteti</p> <p>Familje e lumtur</p> <p>Fëmijë të lumtur</p> <p>Më pak përdhunime në shoqëri</p>
--	---	---	---

KUNDREJT

Mbrojtja e fëmijëve nga abuzimi seksual nga të rriturit

Është e natyrshme që fëmijët t’iu besojnë të rriturve, ndërsa fëmijët muslimanë, në veçanti, janë të mësuar që t’iu binden të moshuarve. Fëmijët do të frikësohen nëse nuk bëjnë atë që ua kërkon një person më në moshë. Të rriturit e vrazhdë mund të jenë veçanërisht të frikshëm dhe të tmerrshëm, ndonëse nëse fëmijët e dinë se ç’të bëjnë, ata mund ta mbrojnë veten nga abuzimi. Ja disa këshilla që duhen kumtuar fëmijëve kundër të rriturve të ligj:

- Nëse një i panjohur sillet çuditshëm, afrohet tepër, i ngulit sytë, ua bllokton rrugën, apo ju ndjek – ikni me vrap dhe kërkonin ndihmë. Nëse jeni të sigurt se ai po ju vjen pas, mund të bërtisni: “Zjarr! Zjarr!”, sepse njerëzit zakonisht vijnë menjëherë dhe kjo e habit sulmuesin.
- Kurrë mos u futni në makinë, ose mos shkoni askund me një të panjohur. Edhe nëse ai duket miqësor dhe di shumë për ju dhe emrin e prindërve tuaj, shkollën tuaj apo veshjen tuaj, mos u frikësoni t’i thoni: “Jo!” me zë të lartë.
- Shmanguni vendeve të shkreta dhe lagjeve jo të sigurta, dhe mos ecni vetëm nëse mundëni, sidomos në qytetet e mëdha. Më e mira për vajzat është që të shkojnë në shkollë në grupe, ose të shoqëruara nga një i rritur.
- Mbajeni në mend numrin e emergjencës për policinë, dhe mësoni si ta thirrni atë, qoftë edhe në errësirë. Gjatë gjithë kohës mbani me vete monedha, celular apo kartë telefoni, për t’i thirrur prindërit tuaj apo policinë.
- Nëse e keni të domosdoshme të prisni vetëm brenda veturës apo në shtëpi, mbani dyert dhe dritaret e kyçura. Nëse të panjohur thërresin te dera apo me telefon, mos ua bëni me dije se jeni vetëm. Kurrë mos ia jepni një të panjohuri adresën tuaj, apo çfarëdo informate tjetër me telefon! Thoni se prindërit tuaj nuk mund të vijnë te dera apo te telefoni, ngaqë janë të zënë, ose se nuk dëshirojnë të shqetësohen. Shtiruni kinse jeni duke biseduar me dikë tjetër në dhomë.
- Nëse ndjeheni të paretshëm për atë se si dikush po ju shikon apo flet me ju, thojani këtë një personi më të rritur, të cilit i besoni.



- Mësoni diçka nga artet marciale apo teknikat për vetëmbrojtje. Nuk duhet të jeni të fortë për ta mbrojtur veten, thjesht mendoni me zgjuarsiri dhe veproni shpejt. Ka kurse vetëmbrojtjeje, ku theksi nuk vihet mbi luftimin, por mbi vetëmbrojtjen.
- Jini të vetëdijshëm për pornografinë fëmijërore. Fëmijët nuk duhet kurrë të nxirren lakuriq para të tjerëve. Ligji në shumë vende e kufizon pornografinë, ndërsa pornografia fëmijërore është e ndaluar thuajse gjithkund.
- Nëse keni frikë nga dikush, recitoni kapitujt e Kur'anit për mbrojtje (*el-Fatiha*, *Ajetu'l-Kursi*, *el-Felek* dhe *en-Nas*). Vazhdoni me përsëritjen e tyre nëse është e nevojshme, dhe lutuni Zotit për ndihmë. Allahu është shoku juaj më i ngushtë, Udhëzues dhe Mbrojtës.

FËMIJË NË MOSHË TË PËRSHTATSHME DUHET TË NDËRGJEGJËSOHEN PËR PROSTITUCIONIN

Prostitucioni është një temë e edukimit seksual që prindërit duhet t'ua shpjegojnë fëmijëve nëse ky kontekst paraqitet, natyrisht

duke e marrë parasysh moshën e tyre. Fëmijët nuk janë tërësisht të ndërgjegjshëm për realitetin e jetës së prostitutave, dhe mund të kenë pyetje rreth tyre. Kjo duhet po ashtu t'i frenojë ata që për çfarëdo rrethanash mund t'iu shkojë mendja ta braktisin shtëpinë, si një mënyrë rrugëdaljeje në të ardhmen. Prindërit duhet ta përdorin vlerësimin e tyre profesional dhe moral. Është me rëndësi që prindërit t'ua shpjegojnë fëmijëve të tyre detajet e tmerrshme të jetës së prostitutës, për ta penguar zhvillimin e një sjelljeje të shkujdesur ndaj marrëdhënieve seksuale, duke pasur parasysh ndërkohë ndjenjën e natyrshme të fëmijës për modesti. Ajo mund të detyrohet të bëjë me seks të dhimbshëm me deri njëzetë burra për çdo ditë, shpesh duke u prekur nga sëmundje serioze (si AIDS), dhe vdes në një moshë të re. Shumë pak vajza të pafat zgjedhin të bëhen prostituta. Zakonisht ato janë të detyruara në këtë nga burra të ligj dhe nga rrethanat e mjerueshme. Shpesh ato është dashur t'i braktisin shtëpitë e tyre, për shkak të rrahjeve të vazhdueshme apo abuzimit seksual, ose janë të varura nga droga, të cilave iu nevojiten para për ta mbështe-

tur shprehinë e tyre të shtrenjtë. Disa janë rrëmbyer teksa kanë udhëtuar të vetme, dhe janë mbajtur të mbyllura në dhoma në vende të huaja ku nuk e flasin gjuhën, dhe nuk dinë si të kërkojnë ndihmë. Ato mund të mos i shohin kurrë më familjet e tyre. Të tjerat mund të jenë droguar gjatë ndonjë interviste për ndonjë punë në dukje të respektuar, si dado apo shërbyese. Pastaj atyre u merren të gjitha gjërat personale, trafikohen në një vend tjetër dhe mbahen në dhomë të kyçur. “Të paktën 4.000 prostituta në Britani janë trafikuar. Grupet kundër trafikimit thonë se numri është shumë më i lartë” (Morris 2008). Në disa raste, vajza të reja arratisen nga shtëpia, për shkak të një atmosfere të padurueshme dëshpëruese aty që ndjehet si ferr, duke kërkuar rehati jashtë shtëpisë së tyre. Ky është çasti kur tutorët (burrat që i kontrollojnë prostitutat dhe i shesin shërbimet e tyre), i marrin ato dhe i detyrojnë për prostitucion. Vetëm pak nga paratë e paguara nga myshterijntë përfundon te ato vajzat, ndërsa pjesa tjetër përfundon në xhepat e tutorëve. Kur prindërit ua bëjnë jetën të mjerueshme fëmijëve të tyre, ata praktikisht i detyrojnë ata të arratisen nga kushtet torturuese të shtëpisë, dhe t’i marrin rrugët.

Cilido fëmijë që ka probleme serioze në shtëpi, dhe nuk e di se çfarë të bëjë në lidhje me situatën, duhet të kërkojë ndihmë nga një i rritur i besueshëm (si një kushëri, imam, mësues, këshilltar apo polic). Ikja, apo kthimi drogave në përpjekje për t’u arratisur nga problemet, vetëm do t’i përkeqësojë gjërat. Nëse fëmijët nuk dinë asgjë rreth prostitucionit, ata do të sajojnë përfytyrime, dhe do të fillojnë të imagjinojnë. Ato mund ta mendojnë atë si diçka të mirë, të lezetshme dhe përplot me kënaqësi seksuale. Apo se ai është një profesion fitimprurës, duke i pasur të gjitha preparatet kozmetike/parfumet që i kanë ëndërruar, veshja e rrobave tërheqëse, dhe burrat që vrapojnë pas tyre, apo jeta në hotele me 5 yje. Të gjitha këto iluzione

mund t’ua pushtojnë mendjet, nëse prindërit me përgjegjësi nuk ua shpjegojnë faktet me kohë. Fatkeqësisht, mediat i promovojnë jetët “eksituese” të kurtizaneve në histori, që stilin luksoz të jetës e “shtrydhnin” nga burrat e pasur. Emma Hamilton, dashnorja e Horatio Nelson, është një shembull i tillë.

KUR FËMIJA I DIKUJT ËSHTË VIKTIMË INCESTI APO PËRDHUNIMI

Është shumë e vështirë për një prind të pranojë se një anëtar tjetër i familjes ka mashtruar një person më të ri, duke kryer incest. Nganjëherë, është e vështirë të dëshmohet, ndaj ai/ajo mund të mos besojë, apo të mos dëshirojë të besojë. Në atë rast, gjëja më e mirë është të shkohet te imami, mësuesi, këshilltari apo në polici. Nëse krimi është kryer, policia duhet të informohet. Çdokush ka të drejtë të jetë i sigurt dhe i mbrojtur, dhe të mos detyrohet në kontakt seksual mëkatar.

Përdhunimi është bërë më i zakonshëm sot; një nga katër gra në Shtetet e Bashkuara është përdhunuar të paktën një herë gjatë jetës së saj. Duhet përmendur po ashtu se viktimat e përdhunimit përfshijnë fëmijë të të dy gjinive, disa syresh shumë të rinj. Edhe gra më në moshë janë përdhunuar nga meshkuj, që janë futur me dhunë në shtëpitë e tyre.

Në vijim po japim dy shembuj: “Një gjykatë saudite ka sjellë vendim që një burri të dënuar për përdhunim të 5 fëmijëve t’i pritret koka”. Viktima më e re ishte një djalë 3-vjeç, i lënë thellë në shkretëtirë të vdesë. (BBC Lajme 2009)

Policia e Londrës arrestoi një burrë për më shumë se 100 sulme mbi të moshuar (nga 68 deri 93-vjeç). I njohur si “Përgjuesi i Natës”, shumica e viktimave të tij ishin gra, ndërsa shumë nga sulmet përfshinin mësymje seksuale dhe përdhunim. (BBC Lajme 2009)

Nëse një vajzë është përdhunuar, ajo mund të ndjehet e lënduar, e pafuqishme, e mllëfosur dhe konfuze. Ajo mund të ndjehet fajtoare, duke menduar se ka bërë diçka të gabuar që e ka shtyrë atë burrin ta përdhunojë atë

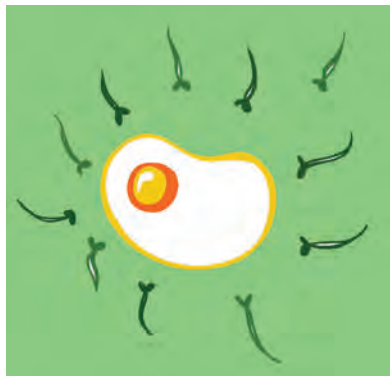


(që zakonisht nuk është e vërtetë). Ose, ajo mund të ndjehet thellësisht e turpëruar dhe e frikësuar për t'i treguar kujt do qoftë. Cilado vajzë që është përdhunuar, duhet menjëherë ta kontaktojë policinë dhe të kërkojë ndihmë dhe këshillim mjekësor. Kjo është me rëndësi, pasi nëse ajo mbetet shtatzënë, apo kap ndonjë sëmundje nga përdhunuesi, mjeku do të mund të provonte se ajo ka qenë viktimë përdhunimi, dhe se nuk ka pasur thjesht seks me një dashnor. Kjo është mënyra praktike përmes së cilës ajo mund ta pastrojë emrin e saj nga akuzat për kurvëri. Nëse një vajzë është sulmuar, ajo duhet të përpiqet të ikë, apo të përpiqet t'ia ngulë thonjtë sulmuesit të saj. Më vonë, policia mund të jetë në gjendje ta gjurmtojë ADN-në nga ato copëza lëkure që kanë ngelur nën thonjtë e saj, për ta identifikuar përdhunuesin. Klithja nuk mund të jetë e këshillueshme gjatë aktit, sepse ajo shkakton panik te sulmuesi dhe ai mund ta mbyisë, apo t'ia zërë frymën viktimës për ta detyruar të heshtë; shumë gra dhe fëmijë të gjetur të vranë kanë qenë të mbytur, apo iu është zënë fryma. Edhe pse klithma mund të

tërheqë dëshmitarë, ka pak gjasa që të tërheqë ndihmues. Është më mirë që të mbahet me vete një alarm personal, të mbahet i ndezur dhe, nëse është e mundur, të hidhet ai (apo ndonjë gjësend tjetër) nga dritarja më e afërt. Është e garantuar se vandalizmi i bën banorët e ndërtesës ta thërrasin policinë. Atëherë, mundësisht para se të ikë, duhet kapur diçka, sado të vogël – madje edhe kopsë, apo disa qime floku – nga sulmuesi, për t'i ndihmuar policisë në identifikimin e tij. Është e udhës të vishen rroba dhe këpucë, me të cilat mund të vrapohet lehtësisht nëse është e nevojshme, si pantallona dhe këpucë sportive. Adoleshentët duhet të bëhen plotësisht të ndërgjegjshëm për përdhunimet gjatë takimeve të dashurisë dhe përdhunimeve nga droga. Këto droga mund të jepen në pije joalkoolike dhe alkoolike.

Viktimave të abuzimit duhet t'iu sigurohet këshillim. Këshilltari mund ta ndihmojë viktimën që të merret me tronditjen, mllëfin, dëshpërimin, frikën dhe emocionet e ndjenjat shqetësuese që do t'i përjetojë viktimja.

Program mësimor për edukimin seksual islamik



Edukimi seksual islamik duhet mësuar në shtëpi, duke filluar që nga mosha e re. Para edukimit për anatominë dhe psikologjinë, besimi te Krijuesi duhet të jetë i vendosur mirë. Pa një besim me frikë nga Zoti, për disa lloje sjelljeje do të mendohet se janë të lejueshme për ta kënaqur epshin dhe dëshirën. Babai duhet ta mësojë djalin e tij, ndërsa nëna duhet ta mësojë vajzën e saj. Në mungesë të një prindi të gatshëm për këtë, zgjidhja e dytë më e mirë është një mësues për djemtë dhe mësuese për vajzat (mundësisht një mjek(e) apo infermier(e)), në Shkollën Islame të së Dielës. Programi mësimor duhet përgatitur sipas moshës së fëmijës, ndërsa djemtë dhe vajzat duhen

mësuar ndaras. Pyetjeve të parashtruara duhet dhënë vetëm përgjigje gjegjëse. Për shembull, nëse një gjashtëvjeçar pyet: “Si u gjeta unë në barkun e mamit?”, nuk ka nevojë të përshkruhet i gjithë akti. Ngjashëm, nuk është e domosdoshme që një gjashtëvjeçari t’i thuhet se si të vërë prezervativë. Kjo mund të ligjërohet në klasën paramartesore.

Programi mësimor për edukimin seksual (Athar 1990), përfshin:

Ajete kur’anore dhe *Hadithi* i Profetit

Rritja dhe zhvillimi seksual

Orari për pubertetin

Ndryshimet fizike gjatë pubertetit

Aspektet mendore, emocionale dhe shoqërore të pubertetit

Fiziologjia e sistemit riprodhues

Për vajzat: organet, menstruacioni, sindroma paramenstruale

Për djemtë: organet, shtytja seksuale

Ngjizja, zhvillimi i fetusit dhe lindja

Sëmundjet ngjitëse me rrugë seksuale

Etika shoqërore, morale dhe fetare

Si t’i bëhet ballë presionit nga moshatarët

Është me rëndësi vendimtare që t’iu jepet edukim seksual fëmijëve; përndryshe, ata do të mësojnë informacione të gabuara prej moshatarëve dhe mediave. Mirëpo, kjo duhet

bërë në një mënyrë të tërthortë. Shpjegimet eksplicite seksuale dhe largimi i të gjitha perdeve midis prindërve dhe fëmijëve mund të jetë kundërproduktive. Mësojuani fëmij-

ëve dallimet fizike midis gjinive, sjelljen e duhur dhe praktikat seksuale që janë thelbësore për një jetë islame të shëndetshme.

Rolet dhe qëllimet e ndryshme të burrave dhe grave duhen shpjeguar qartazi, sipas fazave të zhvillimit të fëmijës. Është me rëndësi të veçantë që prindërit ta vënë theksin mbi rreziqet nga moshatarët e devijuar. Ata duhet të shfaqin mospëlqim ndaj sjelljes së papërshtatshme, dhe të vështrojnë me kujdes ndonjë prirje të tillë te fëmijët e tyre. Ata duhet t'iu tregojnë fëmijëve si ta pikasin dhe shmangin sjelljen e gabuar, dhe t'iu udhëzojnë fëmijët në mënyrë praktike drejt shëndetit seksual.

Është detyrë e prindërve t'iu sigurojnë dhe lehtësojnë kontakte me moshatarë të mirë. Prindërit e adoleshentëve nuk duhet t'i lënë ata në padijeni për sjelljen seksuale. Prindërit duhet t'iu pengojnë fëmijët të rrinë zgjuar deri natën vonë, dhe t'ua ndalojnë të flenë te shokët, kur janë të pranishëm edhe pjesëtarë

të gjinisë së kundërt, përveç në rastet kur aty janë të pranishëm të rritur të besueshëm, të cilët janë të aftë për mbikëqyrje nga afër.

Moshat e sugjeruara për bisedë midis prindërve dhe fëmijëve rreth seksit janë si vijon:

- 5-vjeç: diskutoni dallimet fizike midis djemve dhe vajzave;
- 10-vjeç: diskutoni pubertetin, lëngun e farës dhe menstruacionin;
- 15-vjeç: diskutoni rreth kontrceptimit.

(Shënim: Ekipi i dy bashkëshortëve: Dr. Muhamed Rida Beshir dhe Dr. Ekrem, bashkë me dy vajzat e tyre, Sumejeh dhe Huda, janë autorë të nja 15 librave mbi prindërimin dhe çështjet familjare, si në anglisht ashtu edhe në gjuhë të tjera. Ata po ashtu kanë edhe një faqe interneti të gjerë, nga e cila mund të përfitojnë lexuesit: www.family-dawn.com).

Aktivitetet



AKTIVITETI 44: PASUROJINI TRUTË E FËMIJËVE TUAJ!

Benjamin Franklin e kishte zakon të ftonte një mik për darkë me familjen e tij, dhe të niste bisedë intelektuale, në mënyrë që fëmijët e tij ta dëgjonin bisedën dhe të përfitonin nga ajo, pa qenë fëmijët të vetëdijshëm se ata ishin auditori i vërtetë (Franklin 1909). Prindërit mund të ftojnë mysafirë të tillë nga brenda apo jashtë komunitetit, dhe të kërkojnë nga ata paraprakisht që të fusin si pa dashja disa tema në bisedën për dobi të fëmijëve.

AKTIVITETI 45: SISTEMI I TABELËS SË VEPRAVE TË MIRA PËR FËMIJËT

Dhe fale namazin në dy skajet (fillim dhe fund) e ditës, e edhe në orët e hershme të natës. S'ka dyshim se veprat e mira i shlyejnë ato të këqijat. Kjo është një këshillë për ata që pranojnë këshillat. (Kur'ani, 11:114)

Profeti a.s., ka thënë: “Jini të ndërgjegjshëm për Zotin kudo që të jeni, dhe ndiqeni një vepër të keqe me një të mirë për ta fshirë atë, dhe silluni mirë ndaj njerëzve”.

(TIRMIDHI)

Prindërit mund të ngjisin në frigorifer një tabelë me emrin e secilit nga fëmijët, me tri kolona: “Kredi shtesë”. “Mirë” dhe “Keq”. Kur fëmijët bëjnë ashtu siç iu thuhet, vihet një shenjë \checkmark (verifikimi) në kolonën “Mirë”, ndërsa nëse është bërë gabim, një X vihet në kolonën “Keq”. Nëse bëjnë mirë pa iu thënë, ata shpërblehen me 2 \checkmark në kolonën “Kredi shtesë”. Kredi jepet edhe nëse fëmijët bëjnë mirë pa praninë e prindërve (si në shkollë, apo në shtëpitë e kushërinjve ose të shokëve); fëmijët ua tregojnë veprën e mirë prindërve, që duhet t’iu besojnë atyre. Pikat llogariten çdo javë, dhe çdo fëmijë shpërblehet sipas të merituarës. Nëse shenjat \checkmark janë më shumë se ato X, atëherë fëmijës i jepet një çmim (diçka jo e shtrenjtë). Nëse X janë më të shumtë se \checkmark , atëherë nuk ka shpërblim. Nëse fëmija nuk fiton kurrfarë çmimi, ai/ajo do të inkurajohet të bëjë më mirë herës tjetër. Mund të duhet më shumë se një javë për të merituar shpërblimin. Është me rëndësi të kontrollohet kolona “Mirë”, edhe nëse vepra e mirë është e vogël, për ta motivuar dhe mësuar secilin fëmijë se madje edhe vepra më e imët e mirë do të bëjë ndryshimin. Edhe pse fëmijët duhen mësuar se nuk duhet të bëjnë mirë vetëm për hir të shpërblimit, kjo metodë ndihmon t’iu futet në mendje qëndrimi i drejtë kur janë të rinj, dhe t’i vlerësojnë gjërat e prekshme (si dhurata të vogla dhe fjalë mirënjohjeje), më shumë se konceptet abstrakte. Prindërit duhet po ashtu t’ua shpjegojnë fëmijëve të tyre se sjellja e tyre është ajo që është “e mirë” apo “e keqe”. Fëmijët nuk janë ata që etiketohen si të mirë apo të këqij; vetëm sjellja e tyre etiketohet si e tillë.

SHEMBULL I TABELËS VEPRA TË MIRA / VEPRA TË KËQIJA

	Hiba			Hala		
	KREDI SHITESË	MIRË	KEQ	KREDI SHITESË	MIRË	KEQ
E hënë	√ √ (ndihmoi motrën ta mbajë çantën)	√ (i nxori plehrat)			√ e rregulloi shtratin	
E martë		√ (u fal)	X (zë i lartë)			X (i gjuajti motrës)
E mërkurë			X (hodhi plehra në dysHEME)	√ √ (ndihmoi gjyshen t'i veshë çorapet)		
E enjte		√ (ndihmoi mësuesen t'i mbajë furnizi- met)			√ (i rregulloi rrobat)	
E premtë	√ √ (kartela e shkëlqyeshme e shkollës)					
E shtunë					√ (e mbaroi ushqimin)	
E diel		√ (mësoi për- mendësh Kur'anin)				
Totali		8 √	2 X		5 √	1 X
Bilanci		6 √ (fiton çmim)			4 √ (fiton çmim)	

PJESA E TRETË

Ndërtimi i karakterit dhe personalitetit

- KAPITULLI 14: Karakteri dhe personaliteti **307**
- KAPITULLI 15: Nxitja e guximit **315**
- KAPITULLI 16: Të mësuarit e dashurisë **329**
- KAPITULLI 17: Mësimi i ndershmërisë dhe besueshmërisë **345**
- KAPITULLI 18: Mësimi i përgjegjësisë **357**
- KAPITULLI 19: Mësimi (të mësuarit) i pavarësisë **371**
- KAPITULLI 20: Nxitja e kreativitetit **395**
- KAPITULLI 21: Vetëvlerësimi kundrejt fëmijëve të llastuar **413**
- KAPITULLI 22: Zgjedhja e shokëve të duhur për fëmijën tuaj **421**
- KAPITULLI 23: Ndikimi shkatërrimtar i televizionit,
video-lojërave dhe lojërave kompjuterike **431**



KAPITULLI 14

Karakteri dhe personaliteti

- Hyrje **308**
- Çfarë nënkuptohet me karakterin? **309**
- Formimi i karakterit **310**
- Karakteri nuk është sipërfaqësor, por ka rrënjë të thella **311**
- Çështë personaliteti? **312**
- Aktiviteti 46 **313**

Hyrje

Profeti a.s. ka thënë:

Njerëzit janë si mineralet (apo metalet, që kanë tipar të vetin); më të mirët nga njerëzit në kohën para-islame të injorancës (*xhahilijeh*), janë më të mirët e tyre në Islam, nëse ata kuptojnë. (BUHARI DHE MUSLIM)

O Allah! Forcoje Islamin me më të dashurin për Ty nga dy burrat, Ebu Xhehli ose Omer ibn el-Hattabi. Dhe Omeri ishte më i dashuri. (TIRMIDHI)

KËTA DY BURRA ishin me karakter të fortë që nga fëmijëria, dhe e merituan pozitën si prijës të fiseve të tyre pagane. Ata kishin cilësi të shkëlqyera para se ta merrnin fenë dhe edukimin. Thelbi i edukimit të fëmijës është të ndërtohen karaktere të fortë, të mësohen konceptet e duhura, dhe të rrënjosen vlera që do ta bëjnë ndershmërinë shprehë për fëmijët. Fëmijët e imitojnë sjelljen e prindërve të tyre, dhe prandaj, prindërit duhet të jenë të ndjeshëm ndaj zhvillimit psikologjik dhe emocional të fëmijëve të tyre.

Për shembull, nëse prindërit nuk arrijnë në një takim me të rriturit, kërkimi ndjesë mund ta korrigjojë gabimin e tyre. I njëjti gabim i bërë ndaj fëmijëve ka një ndikim më të thellë, ngaqë ata mund të ndjehen të parëndësishëm dhe të papeshë.

Lidhja e tyre emocionale për takimin mund të jetë e jashtëzakonshme, dhe ata mund të ndjehen të tradhtuar apo të lënë në baltë. Në moshën e tyre të njomë, veprimi i prindërve të tyre mund të inkurajojë mosbesim apo pandershmëri.

Në këtë libër, dëshira e parë e shërbëtorëve të

të Mëshirshmit për të “paraqitur” ekzemplarë të të devotshmëve, tanimë u diskutua. Këta prijës duhet të jenë inteligjentë, fizikisht të përgatitur dhe të fortë, si dhe t’i kenë “elementet, mineralet e duhura të karakterit”. Këto janë karakteristikat personale të udhëheqjes. Karakteristikat e tilla janë blloqe ndërtimi, që i përbëjnë shtyllat e personalitetit. Nëse komponentët e karakterit janë me cen apo të dobëta, atëherë i tërë sistemi njerëzor do të jetë jofunksional.

Elementet e karakterit përfshijnë aspekte të tjera, krahas fesë dhe arsimimit. Udhëzimi vjen nga dituria, feja dhe urtësia. Individët e udhëzuar keq, me karakter të fortë, mund të udhëzohen drejtë përmes bindjes racionale, ngaqë struktura e tyre është e fortë.

Nga ana tjetër, ata me karakter dhe personalitet të dobët, nuk mund të jenë prijës në shoqëri, edhe nëse janë të fortë me vlerat shpirtërore. Prandaj, prindërimi i mirë duhet të përqendrohet mbi ndërtimin e këtyre elementeve të karakterit të fëmijët herët në jetë, ngaqë do të jetë mjaft e vështirë që ato të vendosen më vonë.



Çfarë nënkuptohet me karakterin?

Përkufizimet përkatëse në fjalor për karakterin janë: cilësi shquese; një nga atributet apo tiparet që e formojnë dhe e dallojnë një individ; kompleks i tipareve mendore dhe etike që e bëjnë një person, grup apo komb; një person i shënuar nga tipare të dukshme apo të spikatura; personazh; reputacion; dhe përsosuri morale dhe vendosmëri.

Qëllimi i rritjes së fëmijëve është të prodhohen qenie njerëzore autonome, të drejtë dhe të përgjegjshëm.



Kuptimi arabisht i karakterit i referohet personalitetit – sjelljet e forta – morali – reputacioni – tipari – cilësia e shkëlqyer – karakteristika – përshkrimi – sjellja e mirë.

Prindërimi kujdeset për ndërtimin e tipareve prej prijësi që nga fëmijëria. Disa psikologë dhe mendimtarë i kanë theksuar tiparet e guximit, lirisë, kreativitetit, dashurisë, përgjegjësisë, zemërgjerësisë, ndershmërisë, vetëbesimit, pavarësisë, këmbënguljes, nderit, drejtësisë, të vërtetës, sinqeritetit dhe punës ekipore. Disa tipare mund të nxirren nga një tipar më parësor, ose dalin nga kombinimi i më shumë se një tipareve. Disa tipare mund të mësohen më vonë në jetë, ndërsa të tjerat duhen ushqyer gjatë foshnjërisë.

Në këtë libër, ne do të përqendrohemi mbi tiparet vijuese:

Guximi, kreativiteti, ndershmëria, besueshmëria, dashuria, përgjegjësia, pavarësia dhe liria.

Prijësit botërorë me ndikim, qofshin të mirë apo të këqij, kanë elemente nga të sipërpërmendurat në personalitetet e tyre. Merrni parasysh modelet e mëdhenj që duhen ndjekur, duke nisur që nga Ademi, Hava, pastaj Nuhi, Ibrahim, Sara, Haxhereja, Musai, Isai dhe Muhammedi (paqja qoftë mbi të gjithë ata). Mendoni po ashtu edhe për prijës të tjerë si Napoleoni, George Washington, Mao Ce-Tung, si dhe Shoqëruesit e Profetit a.s.: Sumejjeh, Hadixhe, Aisheh, Ebu Bekr, Omer ibn el-Hattab, Ali ibn Ebi-Talib, Fatimeh, Halid ibn Velid dhe heroi osman, Muhammed Fatih. Të gjithë ata ishin të guximshëm, kreativë dhe të përgjegjshëm, përndryshe nuk do të mund ta fitonin dhe ruanin udhëheqjen e tyre.

Mësimi në vijim nga Profeti Musa dhe Bijtë e Izraelit është veçanërisht me vlerë. Pasi Musai i shpëtoi izraelitët nga skllavëria e Faraonit në Egjipt, ai nuk u mbështet mbi këtë brez të skllavëruar, për të arritur diçka substanciale, ngaqë atyre u mungonin karakteristikat e duhura të guximit, lirisë dhe kreativitetit. Ata kishin jetuar për breza të tërë si skllavë, duke vuajtur nga frika dhe kërcënimi.

Ai nuk mund t'ua ndryshonte atyre karakterin e tyre themelor me fe dhe edukim, ngaqë ishte tepër vonë për t'i stërvitur ata si të rritur. "Metali" i tyre ishte me cen. Ai priti të lindte një brez i ri në shkretëtirën e Sinait, të cilët mund t'i ngrinte dhe ndërtonte në burra të fuqishëm me guxim, liri, ndershmëri dhe ndjenjë përgjegjësie. Ky proces i ndërtimit të karakterit zgjati 40 vjet. Musai dhe Haruni e shfrytëzuan shkretëtirën e gjerë dhe të lirë të Sinait, për të krijuar çifutë të fuqishëm dhe besnikë të lindur pas eksodit nga Egjipti.



Prindërit duhet të fillojnë me ndërtimin e karakterit herët gjatë foshnjërisë, ngaqë ligjërimi dhe predikimi pak e ndryshojnë karakterin gjatë moshës madhore, kur pjesa më e madhe e personalitetit tashmë është vendosur. Ka aq shumë udhëzime që prindërit duhet t'i ndjekin, e megjithatë është me rëndësi kritike që ato të zbatohen brenda një ambienti miqësor dhe të lumtur në shtëpi. Edhe pse ndërtimi i karakterit është një proces i vazhdueshëm, ai është më efikas gjatë foshnjërisë së hershme.

Është karakteri ai që e bën një person, e jo rastësitë apo rrethanat.

Formimi i karakterit

Edhe pse ndërtimi i karakterit fillon që në foshnjëri dhe vazhdon që andej e tutje, vitet e para janë më efikas. Formimi i karakterit ndodh nga dita në ditë, nga mendimi në mendim, dhe nga veprimi në veprim.

Kur formohet karakteri? Çfarë mund të bëhet rreth tij më vonë? Ne nuk i dimë përgjigjet e sakta. Dr. Spock sugjeron se midis moshës 5-muajshe dhe një vit e gjysmë është mbase periudha më e rëndësishme për vendosjen e qëndrimeve fundamentale të njerëzve ndaj jetës. Kjo është koha kur fëmijët fillojnë të ndjehen si individë të veçantë, dhe këmbëngulin për njëfarë pavarësie (si për shembull dëshira për t'i mbajtur shishet e tyre vet dhe të mos mbahen në krah shumë gjatë). Ata formojnë lidhjen e vërtetë të parë me prindërit. Nëse prindi është një person i ngrohtë, ata presin që edhe njerëzit e tjerë të jenë të tillë. Dashuria tek prindi do ta ushqejë dashurinë te ata. Nëse, nga ana tjetër, prindi i tyre është i ftohtë dhe dyshues, ata edhe vetë do të zhvillohen në këtë drejtim. Ata do të presin nga të tjerët të jenë të ftohtë,

dhe prandaj do t'i gjejnë kryesisht pjesët e ftohta të tyre. Lidhur me konceptimin e tyre për veten, bebet janë të shtyra në këtë fazë të supozojnë se ata janë në parim tërheqës, apo të pakëndshëm; të mirë, apo të padenjë. Kjo është koha kur ata priren të bëhen optimistë apo pesimistë. Nëse bebet kanë pak marrëdhënie me prindërit e tyre, ata nuk do të lidhen mirë për gjërat apo idetë. Midis moshës një vjeçe e gjysmë dhe trevjeçare, fëmijët fitojnë një ndjenjë përfundimtare për veten si njerëz të veçantë. Mirëpo, ata bëhen më të ndërgjegjshëm për varësinë e tyre nga prindi i tyre. Bebja ndjen një numër ndukjesh kundërthënëse: pavarësi kundrejt varësisë; pastërti kundrejt fëlliqies; bashkëpunim kundrejt kokëfortësisë dhe tërheqje kundrejt antagonizmit. Se si do të shfaqen fëmijët në fund të moshës së tyre trevjeçare, varet nga ajo se sa e ngrohtë është zhvilluar marrëdhënia midis tyre dhe prindërve të tyre. Formimi i karakterit po ashtu varet edhe nga ajo se si prindërit dhe fëmijët e zgjidhin konfliktin gjatë kësaj periudhe disi të tendosur.

Aty nga moshja 18-vjeçe ndërtimi i karakterit të personit në thelb është kompletuar dhe

stabilizuar. Ndërtimi i karakterit shfaqet gjatë fazave të çerdhes, kopshtit, shkollës fillore, të ndërmjetme dhe të mesme. Arsimimi i mëtejshëm në moshën 20-vjeçë e më tutje është fazë e diturisë dhe zhvillimit arsimor.

Për t'u rritur fëmija në mënyrën e duhur, duhet patur kujdes për secilin nga aspektet vijues të personalitetit: shpirtëror, moral, fizik, mendor, psikologjik dhe shoqëror.

Në secilën fushë, prindërit duhet të vendosin një lidhje të fuqishme me fëmijët e tyre. Për shembull, nëse prindërit dominojnë në mënyrë intensive dhe fëmijët janë të bindur, ata mund të bëhen tepër të nënshtruar. Nëse prindërit janë armiqësorë dhe të patak, e megjithatë iu lënë fëmijëve të tyre shtigje për t'u përgjigjur, fëmijët mund të rriten tepër

armiqësorë. Nëse prindërit janë të ashpër dhe bëjnë problem të madh nga pastërtia, fëmijët e tyre, nëse janë të dëgjueshëm për nga natyra, mund të përfundojnë si tepër të pastër dhe të përpiktë. Nëse prindërit e shqetësuar rrinë në pritje ndaj fëmijëve të tyre dhe vazhdimisht i vëzhgojnë, dhe nëse fëmijët janë të ndikueshëm, ata mund të bëhen tepër të varur.

Edhe pse psikologë të ndryshëm vlerësojnë se karakteri i një fëmije formohet në moshën trevjeçare, disa prirje të personalitetit mund të modifikohen në masë të madhe më vonë, nëse ambienti apo presioni ndryshojnë. Disa karakteristika nuk do të formohen deri në fazat e mëvonshme të fëmijërisë (si qëndrimet ndaj njerëzve të gjinisë së tyre dhe të gjinisë së kundërt).

Të fortët dëshirojnë paqe, ndërsa të dobët dëshirojnë drejtësi

Presidenti Theodore Roosevelt i paralajmëroi amerikanët të mos bëhen të butë dhe të vetëkënaqur: "Gjërat që do ta shkatërrojnë Amerikën janë prosperiteti-me-çdo-kusht, paqja-me-çdo-kusht, siguria-në-rend-të-parë, në vend të detyra në rend të parë, dashuria për jetë të këndshme dhe teoria e jetës pasurohu-shpejt". Ai tërhoqte vërejtjen se asnjë njeri nuk është mbi ligjin, dhe se përshtatshmëria nuk e justifikon keqbërjen. Virtytet mbi të cilat Amerika u ndërtua janë: guximi, nderi, drejtësia, e vërteta dhe sinqeriteti.

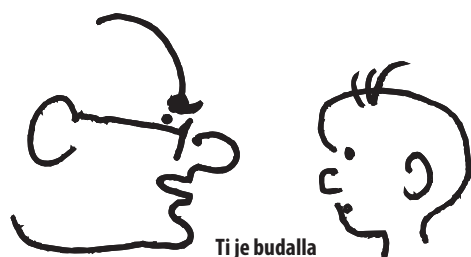
Karakter i nuk është sipërfaqësor, por ka rrënjë të thella

Karakter i nuk është diçka që iu jepet lehtësisht fëmijëve nga të tjerët me shkollim apo përvojë. Ndërtimi i karakterit duhet të ndodhë në formimin e hershëm të personalitetit. Prindërve iu duhet kohë ta ndërtojnë karakterin (njësoj si rrënjëve të një peme të lartë që iu duhet kohë për t'u rritur nën tokë). Karakteri i mirë e ruan integritetin e fëmijës, pa e lëkundur nga ngjarjet e jetës së përditshme. Karakteri i vendosur mirë, nuk lëviz si gjethet e pemës, apo e ndjek kopenë kudo që shkon ajo. Karakteri ka forcë që rritet si rrënjët e thella brenda fëmijëve. Nëse prindërit e ngulisin atë në fëmijëri, farat e karakterit të mirë mbijnë herët.



“Dhurata më e mirë që një prind mund t’ia kalojë fëmijës, është karakteri i mirë”. (Tawfiq 1967)

Shembja e karakterit të fëmijës



Ç'është personaliteti?

Kjo është një pyetje interesante. Gjerësisht, ka tri teori kryesore rreth personalitetit:

1. Teoria tradicionale është se personaliteti përbëhet nga tri elemente: mendja, trupi dhe fryma.

2. Teoria moderne është se personaliteti përbëhet vetëm nga mendja. Shejhu en-Nebhani (jurist palestinez) beson në këtë, dhe argumenton se trupi nuk ka lidhje me atë që është personaliteti.

3. Teoria postmoderne konsideron se personaliteti përbëhet nga, dhe përfshin shumë elemente. Shumica e edukatorëve dhe psikologëve besojnë se një shtrirje e gjerë ndryshoresh i formojnë personalitetet: fizike, mendore, shoqërore, emocionale dhe shpirtërore.

Fokusi këtu është mbi themelet e personalitetit: guximi, dashuria, kreativiteti, përgjegjësia, ndershmëria, besueshmëria, pavarësia dhe liria.

Sipas edukatorit të etikës Michael Josephson (në Ferguson et al. 1999), gjashtë shtyllat e karakterit janë: **besueshmëria, respekti, përgjegjësia, paanësia, kujdesi dhe qytetaria.**

Cilësitë e tjera të numëruara nga dijetarë të ndryshëm janë: urtësia durimi, përulesia, vetëpërmbytja, modestia, maturia, thjeshtësia, vetëbesimi, sakrifica dhe zemërgjerësia. Karakteri është i brendshëm dhe është i ndërlidhur me tiparet bazike të personalitetit, ndërsa sjellja është manifestimi i jashtëm i tij. Shprehja është një sjellje e vazhdueshme,

e përsëritur që bëhet e pavetëdijshme pas një kohe.

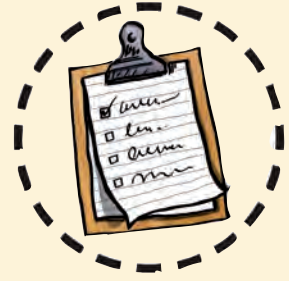
Kapitujt vijues do t'i mbulojnë elementet specifike të karakterit: Guximi (kap. 15); Dashuria (kap. 16); Ndershmëria dhe besueshmëria (kap. 17); Përgjegjësia (kap. 18); Pavarësia (kap. 19); Kreativiteti (kap. 20) dhe Vetëvlerësimi (kap. 21).

Trëndafili, bebja dhe prindërit

Nemundt'iapërngajmëbebennjëtrëndafili. Ai lulëzon, shpërhap një aromë të këndshme dhe frymëzon bukurinë. Megjithatë, kërcelli i tij ka shumë gjemba. Prindi i dhembshur e mban trëndafilin butësisht për kërcelli, duke e lënë me kujdes trëndafilin të lulëzojë, edhe pse ai mund të shpohet herë pas here. Prindi i padurueshëm, duke u përpjekur t'i shmangë gjembat, e mban trëndafilin për gonxhen e tij të butë, duke e vrarë kësioj. Ai mund të shpëtojë nga dhimbja, por e shkatërron trëndafilin. Prindërit duhet t'i trajtojnë fëmijët me kujdesin dhe durimin më të madh, njësoj si kur kanë të bëjnë me trëndafilin.



Aktivitet



AKTIVITETI 46: MËSIMI PËRMENDËSH I NJË LUTJEJE

Mësojeni përmendësh këtë lutje me familjen, qoftë në arabishte apo në shqip:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَالْكَسَلِ، وَالْعَجْزِ، وَالْجُبْنِ، وَالْبُخْلِ، وَغَلَبَةِ دَيْنٍ،
وَقَهْرِ الرِّجَالِ.

Profeti a.s., ka thënë: O Allah! Kërkoj strehim te Ti nga brenga dhe pikëllimi; kërkoj strehim te Ti nga dobësia dhe përtesa; kërkoj strehim te Ti nga frika dhe koprracia; dhe kërkoj strehim te Ti nga të qenët në borxhe të rënda dhe nga të qenit i mposhtur nga burra (të tjerë). (EBU DAVUD)

Diskutojini dhe identifikojini tiparet e përmendura në këtë *hadith*. Përse këto tipare negative duhen eliminuar në krijimin e personalitetit? A mund t'ua vonojnë prindërit fëmijëve të tyre mësimin e tipareve të mira, që i ndalojnë këto cilësi negative deri në moshën e rritur? Çfarë përvoja personale praktike mund t'ua rrëfeni fëmijëve tuaj në lidhje me këtë? Vëreni çështjet e portretizuara në këtë *hadith*:

- Stresi dhe depresioni
- Pafuqia dhe përtacia
- Frika dhe koprracia
- Borxhet e tepërta dhe mposhtja nga të tjerët



KAPITULLI 15

Nxitja e guximit

- Hyrje **316**
- Parimet kryesore të guximit dhe frikës **317**
- Të kuptuarit e zhvillimit të frikës te fëmijët **319**
- Fëmijët duhet ta mësojnë guximin emocional dhe atë fizik **321**
- Midis guximit dhe përshtatjes **321**
- Presioni nga moshatarët **321**
- Prindërit, trimëria dhe praktikat kulturore **323**
- Aktivitetet 47–53 **325**



Hyrje

Guximi është përballja dhe marrja drejtpërdrejt me gjithçka të rrezikshme, të vështirë apo të dhimbshme (në vend të tërheqjes nga ajo). Cilësia e të qenit i patrembur apo trim ka disa elemente: vlera, qëndresa, burrëria, trimëria dhe heroizmi. Guximi duhet inkurajuar te fëmijët e vegjël. Ne mund t'i ushqejmë cilësitë si guximi duke inkurajuar shpresë, duke përshpejtuar suksesin, dhe duke i inkurajuar ëndrrat që kanë fëmijët për atë se çfarë dëshirojnë të bëhen. Ne mund t'i mësojmë fëmijët t'i kenë nën kontroll situatat, duke mbetur të qetë dhe mbështetës, dhe të mos shkaktojmë panik. Prindërit mund ta ushqejnë heroizmin (i përkufizuar si guxim i lartësuar nga fisnikëria), duke u kujdesur për njerëzit e tjerë, duke i shpëtuar dhe duke i respektuar ata.

Në vijim janë përkufizimet biheviorale të guximit:

1. Ngrihu për atë që është e drejtë, qoftë edhe vetëm.
2. Kundërshto presionin negativ nga mo-shatarët.
3. Përpiqu diçka, edhe nëse ke frikë se nuk do t'ia arrish, apo se do të gabosh.
4. Shprehu, edhe nëse disa njerëz mund të mos e pranojnë atë.

Disa nga situatat më të zakonshme që kërkojnë guxim te fëmijët, janë:

1. Ta thoni të vërtetën, kur kjo ju vë në telash.
2. T'ia dilni në krye me ngacmuesit.
3. T'ia dilni në krye me presionin nga mo-shatarët.
4. Fillimi i shkollës.
5. Të jeni dukshëm të ndryshëm (për vajzat muslimane, bartja e shamisë, për djemtë muslimanë mbajtja e takijes).
6. Arritja më lartë se arritjet tuaja të mëparshme.
7. Shprehja e mendimeve jopopullore.



Mirëpo, këto janë situata në të cilat guximi bëhet pafytyrësi, si mosbindja ndaj prindërve, mësimdhënësve, rregullave dhe ligjeve. Rebelimi i rrëmbyer dhe joracional kundër kulturës dhe fesë, po ashtu dekurajohet. Është me rëndësi vendimtare të mos ngatërrohet feja me shumë kulturat e vendeve të ndryshme, sepse disa praktika kulturore janë tërësisht në kundërshtim me Ligjin Islam. Për shembull, martesat e detyruar, dhënia automatikisht e kujdestarisë ndaj fëmijëve babait, pavarësisht nga sjellja e tij, duke iu mohuar fëmijëve (sidomos

bijave) arsimimin, dhe duke ua mohuar grave trashëgiminë e ligjshme që u takon atyre, të gjitha këto janë shkelje të Ligjit Islam. Veçimi i grave dhe vajzave, derisa burrat dhe djemtë kanë lejen të shkojnë kudo, kurdo dhe me këdo që iu pëlqen, pa u shoqëruar apo mbikëqyrur, ndërsa ndëshkimi i grave dhe vajzave për dyshimin edhe më të vogël është po ashtu i ndaluar në Islam. Shumica e këtyre praktikave gabimisht pranohen si “fe”. Është po ashtu gabim për prindërit t’i detyrojnë fëmijët e tyre të thonë gënjeshtër dhe të sillen pandershmërisht.

Deklarata mbi guximin

Profeti a.s., ka thënë:

“Zotëria i martirëve është Hamza ibn Abdu’l-Muttalib (xhaxhai i Profetit), dhe një burrë që u ngrit para (një) sundimtari tiran, e foli të vërtetën, dhe sundimtari e vrau atë”. (en-Nisaburi 1990)

Kur Hamza e përqafoi Islam, ai i sfidoi adhuruesit e idhujve ta lëndonin Profetin (nëse guxonin). Ai e meritoi titullin “Zotëria i Martirëve”, kur u vra në betejë nga një sulm qyqar nga prapa. Ai ishte një burrë trim.

- Guximi është i pari i të gjitha virtyteve, sepse nëse nuk keni guxim, mund të mos keni mundësinë ta shfrytëzoni cilindo nga të tjerët”. Samuel Jackson.
- Thomas Jefferson ka thënë: “Një person me guxim është shumica”.
- Ju nuk mund të zbuloni kontinente të reja pa e humbur tokën nga shikimi.
- E liga do të vazhdojë të triumfojë për sa kohë që njerëzit e mirë nuk do të bëjnë asgjë të guximshme.

Parimet bazike të guximit dhe frikës

E kundërta e guximit është frika, njëra nga shtysat më fundamentale njerëzore. Frika mund të jetë një reagim i mësuar, apo një përgjigje mbrojtëse instinktive. Prindërit duhet të kujdesen si për frikët e paqëndrueshme, ashtu edhe për ato të ngulitura. Frika e paqëndrueshme vjen e shkon (ajo mund të mbetet për një periudhë të kufizuar, dhe pastaj fillon të fashitet). Kjo konsiderohet normale. Frika e ngulitur, nga ana tjetër, mbetet, e madje edhe mund të intensifikohet. Nuk është normale që fëmijët të kenë frikë të ngulitur nga fluturimi, lartësitë, qentë, merimangat dhe vendet me mizëri njerëzish. Frikët e ngulitura mund të kërkojnë durim të pafund për t’i kapërcyer, dhe madje mund të kërkojnë trajtim profesional. Frikët e shëndosha janë pjesë e jetës së përditshme, ngaqë ato mund t’i ndihmojnë të rriturit dhe fëmijët t’i përgjigjen aty për aty rrezikut. Disa nga frikët e shëndosha janë frika nga



gjarpërinjtë helmues, flakët dhe përdorimi pa kujdes i acidit klorhidrik. Frika është jo e shëndoshë kur ajo i pengon njerëzit nga kryerja e aktiviteteve të përditshme.

Në vijim janë disa sugjerime për t'i ndihmuar fëmijët t'ia dalin në krye me frikët:

- Prindërit duhet t'i lavdërojnë përpjekjet e fëmijëve të tyre. Kur fëmijët të bëjnë një përpjekje, ata meritojnë lavdërim për orvatjen e tyre, pavarësisht suksesit. Është veçanërisht me rëndësi të lavdërohet guximi moral – të mos shkohet me ata që kanë bërë diçka të gabuar, apo të thuhet e vërteta kur gënjeshtro do të ishte më e lehtë.
- Nxitësi më i mirë i guximit është shembulli prindëror. Kur prindërit tregojnë guxim, fëmijët do t'i ndjekin. Fëmijët janë imitues entuziastë, ngaqë ata dëshirojnë të sillen si të rriturit, veçanërisht si prindërit e tyre. Shpeshherë frikët e fëmijëve janë të njëjta me ato të prindërve të tyre.
- Prindërit duhet ta bëjnë të qartë dallimin midis guximit (cilësi kjo e lavdërueshme) dhe “ngritjes së zërit” apo “çallëmit”. Prindërit nuk duhen ngatërruar mes mungesës së guximit, turpfit dhe nderimit. Fëmijët duhen mësuar të ngrihen për të drejtat e tyre, si dhe për ato të të tjerëve. Prindërit mund t'iu shpjegojnë atyre “guximin e qetë”: guximi për t'i thënë “Jo” asaj që është e gabuar.
- Prindërit duhet të krijojnë një atmosferë pranimit dhe respekti në shtëpi. Fëmijët kanë nevojë për një vend të sigurt, për t'i shprehur haptas frikët e tyre. Çdo frikë është reale për fëmijët, pavarësisht se sa e paarsyeshme ajo mund t'iu duket të rriturve. Prindërit duhet t'i shmangen talljes apo shpërfilljes së frikëve të fëmijëve të tyre. Një fëmijë i frikësuar nuk duhet turpëruar, ndëshkuar apo mbrojtur tej mase.
- Një rutinë ditore e qëndrueshme u jep fëmijëve një ndjenjë fuqie dhe kontrolli. Frikët e fëmijëve shpesh burojnë nga mungesa e informacionit për atë që ndodh

në jetët e tyre. Kur ndryshimet në rutinën bëhen të domosdoshme, atëherë një bisedë paraprake do të ndihmonte që fëmijët të përgatiten për atë ndodhi. Udhëtimet në terren, vizitorët, stërvitjet për evakuim nga zjarri mund t'i frikësojnë fëmijët, ngaqë ata nuk e dinë se çfarë duhet të presin. Atyre mund t'iu kërkohet të përshkruajnë se çfarë ata mendojnë se do të ndodhë dhe pastaj, pas ngjarjes, ata mund të përfshihen në bisedën rreth ngjarjes dhe përvojat e tyre. Fjalët si “i frikësuar”, “frikë” dhe “i trembur” mund të përdoren për të biseduar për atë se si ndjehen fëmijët.

- Mos i detyroni fëmijët të ballafaqohen me diçka nga e cila frikësohen, para se të jenë të gatshëm. Kur duket se janë në gjendje t'ia ndalin mbanë, ata mund të inkurajohen butësisht të ballafaqohen me frikën duke iu ekspozuar shkallëshkallshëm asaj për



të cilën mendojnë se është e frikshme. Për shembull, nëse fëmijët frikësohen nga zhurma e pluhurthithëses, atëherë ata mund ta prekin atë kur është e fikur, ose dikush tjetër mund ta ndezë pluhurthithëses, teksa prindërit e mbajnë dhe i qetësojnë fëmijët. Lejimi fëmijëve që t'i fusin fytyrat nën ujë, teksa notojnë u jep atyre një ndjenjë kontrolli dhe më pak frikë.

- Mos shfaqni kujdes të tepruar kur fëmijët tuaj janë të shqetësuar. Ju do të mund t'i përforconin paqëllimshëm frikët e tyre, duke u lënë përshtypjen se ka baza për t'iu ndjerë i frikësuar. Fëmijëve mund t'iu jepet informacion i përshtatshëm për moshën e tyre me një zë qetësues dhe bindës. Për

shembull, prindi mund të thotë: “Ky është një zë shumë i lartë, apo jo? Është urgjencia, me siguri duhet të jetë rrugës për t’i ndihmuar dikujt”.

- Fëmijët duhet përkujtuar me mirësjellje dhe dhembshuri për gjërat që tashmë nuk i frikësojnë. Kjo do t’i mundësojë atyre t’i kapërcejnë edhe frikët e tjera.
- Ndhimojuni fëmijëve ta kuptojnë frikën. Për shembull: “Zërat e zhurmshëm, si fishkzjarret dhe bubullima, mund të jenë të frikshëm”. “Qentë lehin ngaqë kështu ata ‘flasin’, dhe nganjëherë ata lehin me të madhe kur janë të gëzuar kur shohin dikë”.

Mos prisni që frikët e fëmijëve të kalojnë brenda natës; kini durim.

Fëmijët marrin fjalëpërfjalshëm gjithçka që dëgjojnë, si: “Do të të marrë polici nëse nuk ulesh në ulësen tënde në makinë”, ose kur një i huaj thotë: “Je aq i lezetshëm, do të të marr me vete në shtëpi”. Vdekja nuk duhet përshkruar si gjumë, ngaqë fëmijët mund të tremben të bien të flenë. E as nuk duhet thënë fëmijëve se ata do të bëhen djalë i madh ose vajzë e madhe kur ta kapërcejnë frikën e tyre. Kjo shkakton presion të madh te fëmijët.



Të kuptuarit e zhvillimit të frikës te fëmijët

MOSHA	FRIKËT MË TË ZAKONSHME NË FËMIJËRINË E HERSHME
6 muajsh	Të panjohurit
8 muajsh	Ndarja nga prindi, rënia
1 vjeç	Ndarja nga prindi, zhurma, kafshët, mjekët, larja
2 vjeç	Ndarja nga prindi, stërvitja për nevojtoare, koha për gjumë, mjekët, larja
3 vjeç	Humbja e prindit, stërvitja për nevojtoare, koha për gjumë, përbindëshat dhe fantazmat, kushdo që duket ndryshe se familja (si dikush i gjymtuar, me mjekër, ngjyrë lëkure të ndryshme, apo veshje tjetër)
4 vjeç	Zhurmat, kafshët, koha për gjumë, përbindëshat dhe fantazmat, njerëz që duken ndryshe nga familja, humbja e prindit, vdekja e prindit, shkurorëzimi i prindit
5 vjeç	Zhurmat, kafshët, përbindëshat dhe fantazmat, humbja, shkuarja në qëndrim ditor, lëndimi, humbja, vdekja apo shkurorëzimi i prindit.

Është normale për të gjithë fëmijët të kenë frikë nga diçka në këtë pikë apo në një tjetër, qoftë kjo bubullima, qentë, bletët, errësira apo gjërat e imagjinuara si përbindëshat e neveritshëm nën shtrat. Frika duket të jetë sidomos e zakonshme midis moshës tre dhe gjashtëvjeçare, kur shtohet aftësia e fëmijës për të menduar për gjëra të frikshme apo për t'i kujtuar ato. Temperamentet e disa fëmijëve i bëjnë ata natyrshëm të frikësohen më shumë se të tjerët. Kur fëmijët i qetësojnë fëmijët e tyre të trembur, ata iu ndihmojnë atyre të ndjehen të sigurt. Kjo ndjenjë sigurie u jep atyre guximin që përfundimisht u nevojitet për t'u ballafaquar dhe për t'i mposhtur frikët e tyre.

Foshnjat tremben nga zhurmat, të panjohurit, dhe ndarja nga prindërit. Kalamajtë tremben nga ndarja nga prindërit, dhe nga e panjohura. Teksa rritet imagjinata e tyre, parashkollorët, dhe fëmijët e moshës shkollorë tremben nga errësira, nga lëndimi, nga kafshët, nga të qenit vetëm, dhe nga vdekja. Përveç këtyre frikëve, fëmijët shkollorë pak më të rritur kanë frikë se nuk

mund t'i plotësojnë pritshmëritë e prindërve dhe mësimdhënësve. Gjatë adoleshencës, adoleshentët shpeshherë brengosen nga lufta bërthamore, katastrofat natyrore dhe terrorizmi.

Fëmijët mund të tremben nga gjërat më të paimagjinueshme. Për shembull, kur fëmijët fillojnë të ecin dhe të kuptojnë se mund ta braktisin nënën e tyre, ata e kuptojnë se edhe nëna e tyre mund t'i braktisë ata. Ose uji shkon nëpër tubacion (apo nevojtoje), ndaj edhe ata mund të zhduken në tubacionin. Rrethinat e fëmijëve, si vendet e panjohura, turmat, dhe hijet nga dritat e natës mund t'i shtojnë frikët. Kur frikët e fëmijëve janë qartësisht të tepruara dhe bëhen shkatërruese për jetët e tyre, atëherë prindërit duhet të mendojnë të kërkojnë ndihmë profesionale. Kur merret ky vendim, prindërit duhet t'ia parashtrojnë vetes pyetjet vijuese: Sa kohë ka që zgjasin këto frikë? A janë frikët e dëmshme për fëmijët? A ndërhyjnë frikët me sjelljen normale apo me marrëdhëniet? A i pengojnë frikët fëmijët nga loja dhe gjumi?



Fëmijët duhet ta mësojnë guximin emocional dhe atë fizik

Guximi emocional është kur nuk keni frikë të thoni diçka, të shkruani diçka, ose të bëni diçka emocionale (si qarja). Guximi emocional është guxim i vërtetë, dhe ai lloj guximi është burim force në jetë. Filmata e popullarizuar që kanë për synim djemtë, duket sikur çmojnë vetëm një lloj guximi: ngritja kundër një kundërshtari fizikisht më të madh. Gatishmëria për të luftuar një armik, për t'ia hedhur një kafsh të madhe, për ta mposhtur një përbindësh alien, dhe për t'i bërë ballë një zuzari me armë, janë mënyrat në të cilat mediat e përshkruajnë guximin mashkullor. Djemtë kanë nevojë për shembuj guximi emocional. Ata kanë nevojë të shohin guxim në familjet e tyre dhe në jetën e njerëzve rreth tyre. Shoqëria duhet të ofrojë modele heroizmi që shkojnë përtej atij muskulor. Edhe pse shumë të rritur shfaqin guxim emocional në punën e tyre, apo në jetët personale, ata rrallëherë lejojnë që fëmijët e tyre të jenë dëshmitarë të çasteve të tyre private të ndërjegjes apo trimërisë. Njerëzit duhet të flasin për këtë. Prindërit duhet ta lavdërojnë guximin emocional të këtyre njerëzve që shfaqin guxim të mbajnë një fjalim, të jenë aktivë përkundër handikapit, të mësojnë një gjuhë të re, dhe të ndihmojnë kur do të ishte më e lehtë të kthejnë shikimin në drejtimin tjetër. Kur guximit emocional i jepet fytyrë dhe formë, atëherë lihet mbresë pozitive mbi fëmijët.

Një përmasë tjetër e guximit moral është guximi për t'i kontrolluar emocionet dhe fjalimin duke u zemëruar. Kjo është në kundërshtim me forcën fizike, siç është shpjeguar nga Profeti a.s. :

Njeri i fortë nuk është mundësi i mirë, por ai që e kontrollon veten në kohë zemërimi.

(BUHARIU)

Midis kurajës dhe përshtatjes

Shumë të rritur kanë përshkruar se si reagimi i tyre ndaj frikës është zhvilluar në fëmijëri nga prindërit dhe mësimdhënësit, që kanë përdorur taktika frikësimi dhe turpërimi. Fëmijët janë mësuar. Fëmijët janë mësuar që e kanë më mirë të përshtaten, “se përndryshe!” dhe ata publikisht janë zënë ngushtë, kërcënuar dhe turpëruar për t'iu përshtatur asaj që të tjerët kanë dëshiruar që këta të bëjnë. Fëmijët është dashur t'i ndjekin verbërisht dëshirat e të rriturve. Atyre u është thënë: “Fëmijët duhet të shihen, e jo të dëgjohen”, ose “Qepe, ose do të të jap diçka për të qarë”! Këto thënie krijojnë frikë dhe e shkatërrojnë guximin.

Fëmijët e frikësuar dhe të pasigurt kërkojnë “siguri” duke qëndruar në vende pune dhe/ apo partneritete të papërshtatshme. Për shkak të frikëve të tyre se nuk janë në gjendje për të pasur sukses, ata nuk kanë mundur të gjejnë punë më të përshtatshme. Ata kanë frikë nga mospranimi. Ata shfaqin faj, turp dhe inferioritet. Ata nuk kanë mirëbesim, nuk ndjehen të vlefshëm për kushte më të mira, dhe nuk përpiqen për liri. Duhet guxim për të qenë i lirë. Këta njerëz janë mësuar që nga fëmijëria se ata nuk janë të sigurt më vete, dhe se u duhet ndihma e të tjerëve. Ata nuk janë mësuar se si të krijojnë, por vazhdimisht janë privuar nga kreativiteti i tyre dhe, në vend të kësaj, janë mësuar të përshtaten.

Presioni nga moshatarët

Kur fëmijët janë të rinj, prindërit apo kujdestarët e tyre marrin vendime të rëndësishme për ta. Mirëpo, teksa rriten, fëmijët duhet të mësojnë që vetë të marrin vendime. Adoleshentët futen në situata shoqërore të vështira, ku ata duhet vetë të marrin vendime. Shokët dhe të njohurit mund t'iu bëjnë presion atyre që të eksperimentojnë me alkool, droga apo seks. Është vështirë të thuhet “Jo” dhe të shkohet kundër grupit.



Imitimi → Shoqërizimi → Autonomia

Mund të identifikohen tri faza të rritjes: faza e imitimit të prindërve – nga lindja deri në 7-vjeç; faza e shoqërizimit – nga 7 deri në 14-vjeç; faza e autonomisë – nga 14 deri 21-vjeç.

Fëmijët dëshirojnë të përshtaten dhe të bëhen pjesë e një grupi, dhe dëshirojnë të duken kinse janë më të sofistikuara nga ç'janë në të vërtetë. Ata nuk dëshirojnë të shihen si “bebja”. Nuk është e lehtë për ta që të ngrihen në emër të vetin, dhe të bëjnë çfarëdo që ata mendojnë se është e drejtë (sidomos kur shokët i inkurajojnë ata që thjesht të provojnë një birrë, apo një cigare). Grupi mund t'i qepet pas një fëmije, apo ta lënë një fëmijë jashtë loje. Fëmijët nganjëherë përfshihen në luftëra për pushtet brenda një rrethi të ngushtë shokësh. “Unë nuk do të jem më shoku yt më i ngushtë”, është arma e zakonshme që fëmijët e rinj e përdorin ndaj njëri-tjetrit.

Edhe fëmijët e vegjël madje dëshirojnë të jenë pjesë e një grupi, ndërsa prindërit duhet ta shpjegojnë çështjen e presionit nga moshatarët. Prindërit mund t'iu flasin

fëmijëve të tyre për atë se çfarë ndodh brenda një grupi. Nëse një grup fëmijësh luajnë lojën kukafshehthi, është me rëndësi që çdokush të luajë sipas rregullave, përndryshe, një person mund ta prishë lojën për të gjithë të tjerët. Mirëpo, nëse grupi dëshiron të bëjë diçka që është e rrezikshme apo e dëmshme, atëherë refuzimi për të qenë pjesë e grupit është diçka e mirë. Refuzimi i një fëmije për t'iu shkuar për qejfi grupit, mund t'iu japë kurajë po ashtu edhe të tjerëve t'iu thonë: Jo!” grupit.

Prindërit mund t'iu diskutojnë dallimet individuale me fëmijët e tyre. A duhet që çdokush të jetë i njëjtë me të tjerët në grup? Nëse fëmijët mund t'iu respektojnë dallimet individuale, ata do të kenë jetë më të pasura në moshën e tyre të adoleshencës dhe si të rritur. Prindërit mund të flasin për të qenit prijës apo ithtar. Ata duhet t'iu dëgjojnë fëmijët e tyre, dhe

t'ua bëjnë me dije se i kuptojnë vështirësitë për t'iu bërë ballë presioneve nga moshatarët. Nëse prindërit mund t'i dëgjojnë fëmijët e tyre dhe t'i diskutojnë çështjet pa qenë gjykues, ka gjasa që fëmijët të vazhdojnë të flasin me prindërit e tyre teksa rriten në moshë.

Moshatarët mund të jenë të mirë, por “presioni nga moshatarët” mund të jetë i keq. Megjithatë, disa fëmijë do të kenë ndikim mbi të tjerët në mënyrë të shëndoshë, pozitive dhe përkrahëse. Kur prindërit i trajtojnë shokët e fëmijëve të tyre me respekt dhe ngrohtësi, fëmijët e tyre do të shikojnë dhe do të mësojnë mësim të vlefshme për atë se si të sillen ndaj të tjerëve.

Kur prindërit i tolerojnë vështirësitë të të tjerët, dhe i çmojnë individët që mund të shihen si ekscentrikë apo të pazakontë, atëherë fëmijët e tyre po ashtu do të mësojnë të jenë tolerantë ndaj të tjerëve. Kur prindërit nuk i gjykojnë njerëzit në bazë të të ardhurave, veshjes, fesë apo prejardhjes racore të tyre, fëmijët e tyre do ta kuptojnë se në fakt nuk ka asgjë për t'u sikletosur kur njerëzit janë të ndryshëm. Edhe pse moshatarët mund të kenë ndikim të fortë mbi një fëmijë në rritje e sipër, prindërit mund të jenë edhe më me ndikim.

Shokët janë me rëndësi thelbësore gjatë jetës së një individi, ndërsa mësimi për t'u shoqëruar me të tjerët është pjesë e zhvillimit normal të fëmijëve. Të gjithë fëmijët duhet të mësojnë se si të përshtaten brenda një grupi, por megjithatë të vazhdojnë t'iu përmbahen vlerave dhe identitetit të vet. Kur prindërit i ndihmojnë fëmijët e tyre të zhvillojnë vetëbesim dhe guxim, atëherë fëmijët do të bëhen më mirë të pajisur për t'u marrë me presionet nga grupi. Ata do ta kenë forcën t'i thonë: “Jo!” gjërave që i bëjnë ata të ndjehen të parehatshëm, ose për të cilat ata besojnë se nuk janë në rregull.

Prindërit, trimëria dhe praktikat kulturore

Guximi ka të bëjë mjaft me bërjen e një prijësi. Shtimi i guximit të fëmijët fillon herët. Kjo mund të jetë më e lehtë seç mendohet

përgjithësisht, sepse kërkimet tregojnë se bebet lindin trima, pa pasur frikë nga rrethi i tyre, dhe se zakonisht janë prindërit ata që fusin frikë në mendjet e tyre. Ata bëjnë që fëmijët të kenë frikë nga kafshët, errësira, lartësitë, fantazmat, përbindëshat, giarpërinjtë, qentë dhe uji. Mënyra në të cilën janë rritur fëmijët, ka ndikim të fuqishëm mbi atë se sa trima ata bëhen. Është bërë zakon në disa kultura të përdoren kërcënime dhe frikësime për t'i bërë fëmijët të urtë dhe të bindur. Kjo qasje ka ndikuar mbi mënyrën se si fëmijëve iu është mësuar besimi, feja, mësimi përmendësh i Kur'anit, dhe emrat e bukur të Allahut. Mënyra e saktë është që të fillohet me *ajetet* që përfshijnë Dashurinë dhe Mëshirën, dhe emrat dhe atributet mirëpritës të Zotit. Në fillim, theksi duhet vënë mbi dashurinë dhe Parajsën, e jo mbi ndëshkimin dhe Ferrin.

Rrëfëni histori për trimërinë e profetëve. Profeti Ibrahim i fut në tempull, i theu idhujt me sëpatën e tij, pastaj e vari sëpatën në qafën e idhullit më të madh; Musai me të vëllain Haruni pa frikë e kundërshtuan hapur diktatorin e fuqishëm, Faraonin; ndërsa Muhammedi a.s., u fal te Kaba në Mekë, edhe pse paganët e kërcënuan dhe i gjuajtën me gurë, dhe hodhën mbeturina mbi të. Shfrytëzoni histori të vërteta të njerëzve të guximshëm në jetën tuaj. Është me rëndësi që fëmijët të mësohen të ndjehen se janë duke jetuar me praninë e Zotit. Mësojini fëmijët të jenë individë trima, të sigurt dhe të drejtë, që nuk kanë frikë nga askush, pos nga Zoti i tyre i vërtetë, që i do aq fort.

Fatkeqësisht, disa prindër nuk i lejojnë fëmijët e tyre të përzihen, dhe të luajnë me të tjerët, duke i izoluar kësisoj. Ata u thonë atyre se nëse notojnë mund të mbyten, se kalërimi mund t'i lëndojë, dhe se nga sporti mund t'i thyejnë duart dhe këmbët. Prindërit i mësojnë tutë fëmijëve kur nuk iu japin zgjedhje, dhe i privojnë ata nga vendimmarrja. Kjo i mëson fëmijët se prindërit janë të vetmit që dinë, dhe se prindërit duhet të vendosin dhe mendojnë për ta. Ata i llastojnë fëmijët duke siguruar

gjithçka për ta, dhe duke i bërë të gjitha përpjekjet në vend të tyre. Ata i ndalojnë fëmijët nga ndërmarrja e çfarëdo rreziku në jetët e tyre, dhe i mësojnë të mos bëjnë kurrfarë përpjekjesh. Prindërit po ashtu e bëjnë gabimin e të qenit mbrojtës të tepruar dhe të ndjeshëm; ata nuk i nxjerrin fëmijët jashtë shtëpisë, nga frika se mos sëmuren apo ftohen. Ata i mësojnë se fëmijëve nuk mund t'iu besohet, dhe se nuk duhet lejuar

të rrezikojnë. Zgjidhja është që fëmijët të mësohen të jenë të guximshëm, duke i vënë në situata që kërkojnë guxim dhe ndërmarrjen e rreziqeve të arsyeshme. Mësojini fëmijët si të jenë të sigurt në një mjedis të pasigurt. Shpjegojuni fëmijëve, në pyll, në fabrikë dhe në varkë, se çfarë është e sigurt, çfarë e pasigurt, dhe se si ta bëjnë dallimin. Trimëria duhet të jetë pjesë e kulturës sonë. Mbani në mend: Allahu i mbështet ata që janë trima!

- Xhaxhai i Profetit a.s., quhej Hamza, që do të thotë: "luan".

Falë guximit dhe forcës së tij, atij ia vunë nofkën "Esedu Allahi ve Resuluh", që do të thotë Luan i Zotit dhe i të Dërguarit të Tij!

Ne mund t'iu rrëfejme fëmijëve histori trimërie nga mbretëria e kafshëve:

Në strofkën e luanit ka një erë, nga e cila dhelprat frikësohen të afrohen, madje edhe kur luani është shumë larg. Te disa zogj (p.sh. trishtili), është një ndrojtje e lindur, madje edhe kur fluturojnë lart. Ndërsa fajkonjtë kanë guxim dhe krenari edhe kur vdesin.

- "Ne duhet të ndërtojmë diga guximi, për ta ndaluar vërshimin e frikës".
Martin Luther King, Jr.

NDROJTJA APO TURPI?



Ajo që ne mbrojmë është ndrojtja, por jo turpi. Turpi është të qenit introvert dhe frikë për të takuar njerëz të tjerë. Ndrojtja është të qenit fillimisht i vëmendshëm, i sjellshëm dhe i respektueshëm.

Ajo po ashtu nënkupton se dikush nuk mburret.

Aktivite



AKTIVITETI 47: KËMBIMI I PËRVOJAVE TË FRIKËS

Flituni fëmijëve tuaj për disa nga frikët që i keni përjetuar gjatë jetës suaj, dhe çfarë keni bërë kur keni qenë të frikësuar. Fëmijët mund t'i ndajnë komentet dhe përvojat e tyre.

AKTIVITETI 48: NËNTË MËNYRA PËR TË RRRITUR NJË FRIKACAK

Diskutoni praktikat e prindërimit të keq të cekura më poshtë me tërë familjen tuaj, dhe rrëfeni shembuj dhe histori nga përvoja juaj. Nëse këto gabime ndodhin, si do ta ndreqnit dëmin?

- Turpërojeni fëmijën tuaj dhe fyeni atë, sidomos para shokëve të tij.
- Thirreni fëmijën tuaj me emra të këqij. Thoni atij se nuk vlen për asgjë.
- Kurrë mos i besoni fëmijës tuaj, dhe gjithmonë dyshoni në atë që thotë. Thoni se nuk mund të ketë të drejtë, dhe se të tjerët dinë më mirë se ai.
- Shpërfillni gjithçka të mirë te ai, përqendrohuni mbi të metat e tij.
- Trajtojini vëllezërit, motrat dhe kushërinjtë e tij më mirë. Gjithmonë krahasojeni atë me ta – sa i shëmtuar dhe dembel është ai, dhe sa të bukur dhe të zellshëm janë ata.
- Llastojeni fëmijën tuaj me dhurata të tepërta.
- Mos i lejoni fëmijës tuaj të flasë para kujt do qoftë. Ai duhet gjithmonë të heshtë para të tjerëve.
- Mos i jepni fëmijës tuaj kurrfarë përgjegjësie, pavarësisht se sa e vogël mund të jetë ajo. Mësojeni atë të mbështetet mbi të tjerët dhe t'iu shmanget të gjitha rreziqeve.

AKTIVITETI 49: GUXIMI DHE BESIMI

Diskutoni me fëmijët tuaj rrëfimin se si kurejshitet u përpoqën ta ndalonin Profetin a.s. Profeti a.s. tha:

I dashuri xhaxha, me emrin e Allahut, nëse ata (kurejshitet) e vendosin diellin në dorën time të djathtë, dhe hënën në dorën time të majtë, për ta braktisur Mesazhin e dritës dhe të udhëzimit të Allahut, unë nuk do të heq dorë nga ajo, derisa Allahu ta shpallë atë, ose të vdes duke e mbrojtur atë.

1. Cilat elemente të guximit mund t'i identifikoni nga ndodhia kur Profeti a.s., i thotë xhaxhait të tij Ebu Talibit se nuk do të hiqte dorë nga mesazhi i tij?
2. Rrëfeni ndodhi të tjera guximi nga jeta e profetëve.
3. Rrëfeni ndodhi guximi nga Shoqëruesit e Profetit a.s.
4. Rrëfeni situata bashkëkohore guximi të heronjve nga fe të ndryshme anembanë botës.

Përshkruani një situatë në të cilën keni shfaqur guxim. Çfarë ishte e rëndë në atë rast? Çfarë arriti ai? Si ju përgjigjen njerëzit?

AKTIVITETI 50: GUXIMI: NJË TEST PËR ADOLESHENTËT

A je ti një person i guximshëm? Jep disa shembuj.

E VËRTETË	E GËNJESHTËRT	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Unë e mbroj atë që është e drejtë, madje edhe nëse qëndroj i vetëm.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Unë nuk e ndjek presionin negativ nga moshatarët.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Frika nga mospajtimi nuk më pengon të provoj gjëra.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Nuk kam frikë të shprehem kur të tjerët nuk e miratojnë këtë.
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Jam i gatshëm të rrezikoj dhe të marr vendime.

Mendoj se jam/nuk jam person i guximshëm, për shkak se: _____

AKTIVITETI 51: ZVOGËLOJENI FRIKËN E FËMIJËVE GJATË LUFTËRAVE DHE KATASTROFAVE

Diskutoni pikat e mëposhtme me fëmijët tuaj dhe kryeni disa prej tyre së bashku. Në ditët tona, shumë më tepër fëmijë iu janë të ekspozuar luftërave dhe katastrofave. Prindërit mund ta bëjnë vijuesen për ta zvogëluar frikën e tyre nga katastrofat:

- a. Fikni lajmet në televizor. Mirëpo, bëjuni atyre një përmbledhje të ngjarjeve.
- b. Vazhdojeni rutinën e tyre ditore (si koha për gjumë, ushtrimi i futbollit, vaktet e ngrënies dhe kohët e lutjes).
- c. Përqendrohuni mbi edukimin e fëmijëve tuaj. Mbani dhe përkëdhelni ata, kaloni kohë me ta, dhe kushtojuni atyre më shumë vëmendje dhe ngrohtësi. Inkurajoheni komunikimin duke dëgjuar dhe vlerësuar ndjenjat e tyre.
- d. Jepni një përgjigje të qetë për ngjarjet e frikshme: mos u bëni të frikësuar apo të dëshpëruar, dhe shmanguni asaj që lajmet t'ju bëhen obsesion.
- e. Lejoni fëmijët tuaj të fitojnë një të kuptuar më të mirë për luftën, duke shfrytëzuar lojën (si themelimi i një spitali për ushtarët dhe civilët e plagosur; caktimi i një vendi për robërit e luftës; vendosja se ku, si dhe çfarë të strehohet dhe t'i ushqeni refugjatët; themelimi i agjencive bamirëse për viktimat; dhe caktimi i një shërbimi lutjeje të veçantë për njerëzit që vuajnë).
- f. Korrespondoni me e-mail, apo me letra, me fëmijët e vendeve të tjera që kanë kaluar nëpër ndonjë katastrofë, dhe shkëmbeni mesazhe dhe dhurata me ta.
- g. Shkruani një letër dikujt (që përfshin një lutje drejtuar Zotit): presidentit të një vendi të shkatërruar nga lufta, armikut dhe një të mbijetuar nga katastrofa. Vizatoni një pikturë paqeje për një ushtar, gatuani biskota për dikë që është i plagosur, ose mblidhni para për t'ia dërguar një fondi të akredituar për të mbijetuarit.

AKTIVITETI 52: SI T'Ë THONI "JO", E MEGJITHATË TË MBETENI SHOKË

Ushtroni këtë strategji prej katër hapash me fëmijët tuaj, në mënyrë që ata të ndjehen të rehatshëm të thonë: "Jo". Ju mund të aktroni situata të ndryshme, duke i bërë ato të përshtatshme

për moshat e fëmijëve tuaj. Për shembull: Shoku i fëmijës tuaj dëshiron që ai/ajo të provojë të tymosë një cigare apo të pijë birrë, apo të përdorë drogë, apo të provojë seks.

- Thoni: “Jo, faleminderit; nuk dëshiroj ta bëjë atë”.
- Strategjia e parë për t’i rezistuar presionit nga shokët dhe të njohurit është e thjeshtë: “Jo, faleminderit; nuk dua ta bëj atë”. Shpeshherë ky do të jetë fund i ngjarjes. Ju keni bërë zgjedhjen tuaj, dhe të tjerët duhet ta respektojnë zgjedhjen tuaj.
- Vazhdoni të përsërisni: “Jo, faleminderit”.
- Nganjëherë, një tjetër do të vazhdojë me presionin, duke ju nxitur vazhdimisht që të provoni vetëm një herë. Thjesht përsëriteni përgjigjen tuaj të parë pa pushim. Thoni: “Jo, faleminderit, nuk dua”, sa herë që të jetë e nevojshme. Për rastet kur është e përshtatshme, thoni: “Kjo është në kundërshtim me fenë time”. Mos u mërzisni nëse duhet ta përsërisni, dhe mos u përpiqni ta justifikoni vendimin tuaj. Në fund, fëmija që bën presion do të lodhet së dëgjuari përgjigjen tuaj, dhe do të heqë dorë. Nëse kjo nuk ka efekt, atëherë thoni arsyen tuaj me zë të qartë dhe të sigurt.
- Kthejeni mbrapsht presionin: “Pse më bën presion!?”
- Nëse dikush vazhdimisht ju ngacmon, kthejeni presionin mbrapsht. Thoni atij personi: “Pse më ngacmon?” Kjo e kthen mbrapsht presionin, duke e detyruar personin tjetër që ta shpjegojë sjelljen. Kjo tregon se është ai tjetri, e jo ju, që ka problem. Ju mund të sugjeroni një alternative për ta ruajtur marrëdhënien e mirë.
- Kërkoni falje dhe largohuni: “Më falni, më duhet të iki”.
- Me një ton miqësor, thjesht thoni: “Më falni, më duhet të iki”, dhe pastaj largohuni pa diskutim. Ju nuk duhet t’ia justifikoni veprimet tuaja askujt, e as që duhet t’i toleroni presionet që ju bëjnë të ndjeheni të parehatshëm.
- Inkurajoni fëmijët tuaj të mendojnë për mënyrat e të thënit “jo”, kurdo që shokët e klasës dhe të tjerë duan të bëjnë diçka të papranueshme. Kur fëmijët të mësojnë se mund të thonë “jo”, e megjithatë të ngelin shokë, kjo u heq atyre nga qafa mjaft presion. (Përshtatur nga këshillat në www.ehow.com)

AKTIVITETI 53: GUXIMI ËSHTË...

Përmendni shembuj dhe rrëfeni histori fëmijëve tuaj në vijat vijuese:

Guximi është:

Ta ndjekësh ndërgjegjen, në vend që “ta ndjekësh turmën”.

Të refuzosh të marrësh pjesë në sjellje që lëndon, apo që është mosrespektuese.

Të flijosh fitimin personal për të mirën e të tjerëve.

Ta thuash atë që ke ndërmend, madje edhe nëse të tjerët nuk pajtohen.

Të marrësh përgjegjësi të plotë për veprimet dhe gabimet e tua.

T’i ndjekësh rregullat – dhe të këmbëngulësh që edhe të tjerët ta bëjnë të njëjtën gjë.

Ta bësh atë që e di se është e drejtë – pavarësisht rreziqeve dhe pasojave të mundshme.

T’i kundërshtosh keqbërësit, dhe t’i përkrahësh mirëbërësit.



KAPITULLI 16

Mësimi i dashurisë

- Hyrje **330**
- Themeli i fuqizimit emocional **331**
- Dashuria: Koncepti i inteligjencës krijuese dhe Kur'ani **332**
- Këshilla të dobishme për prindërit **334**
- Çfarë nëse fëmija juaj thotë: "Të urrej!" **335**
- Fëmija i parë **335**
- Përse prindërit i duan fëmijët e tyre? **337**
- Dashuria dhe vetëbesimi i prindërve **338**
- Mënyra praktike për ta zhvilluar dhembshurinë **338**
- Studim: Shumë mënyra për t'i bërë fëmijët tuaj të ndjehen të dashur **341**
- A duhet prindërit të mësojnë urrejtjen? Ndonjëherë! **342**
- Aktiviteti 54 **343**

Hyrje

BEBET LINDIN me aftësinë për të dashur, që prindërit duhet ta zhvillojnë. Qysh sa janë gjashtëjavësh, ata përgjigjen kur prindërit u gugasin. Aftësia e një prindi për të dashur është një faktor me shumë ndikim në zhvillimin e aftësisë së fëmijëve për të dashur. Ajo fillon të funksionojë kur bebet bëhen gjashtëmuajshe.

Është mirë që prindërit të tregojnë përzemërsi, jo vetëm në mënyrë të nënkuptuar, por edhe qartazi dhe fizikisht. Ka pasur një traditë në segmentin anglo-sakson të shoqërisë amerikane, për ta ndrydhur aspektin fizik të përzemërsisë, sidomos midis babait dhe birit. Kjo mundet pjesërisht të shpjegojë përse fëmijët amerikanë tërhiqen nga gjinia e ndryshme që herët, për shkak të mungesës së përzemërsisë fizike nga prindërit e tyre gjatë fëmijërisë. Eksperti i prindërimit Dr. Spock e ka kritikuar mungesën e përzemërsisë midis baballarëve dhe djemve. Ai vetë është rritur kësisoj, dhe gabimisht e ka praktikuar këtë me fëmijët e tij. Në traditën muslimane dhe në traditat e tjera, shtrëngimi i dorës, puthja e njëri-tjetrit dhe përqafimi inkurajohen.

Fëmijët i fitojnë mbresat e tyre të para për atë se si janë njerëzit e tjerë, nga prindërit e tyre. Nëse prindërit janë plot përzemërsi, kjo do ta zhvillojë aftësinë e fëmijëve për të dashur. Fëmijët do të supozojnë se të gjithë njerëzit janë

miqësorë, dhe nuk do të tremben nga të tjerët. Prindërit duhet t'iu shmangen konflikteve të panevojshme me fëmijët, madje që në moshën njëvjeçare. Për t'i parandaluar fëmijët që të mos prekin gjësende të rrezikshme dhe gjëra të thyeshme (si ilaçe, gota dhe thika), prindërit duhet t'i largojnë ato nga kapja e fëmijëve. Kjo do ta zvogëlojë numrin e herëve që iu thoni atyre: "Jo! Jo!" Shtëpia duhet të bëhet mjedis miqësor dhe i sigurt për bebet, si fizikisht ashtu edhe emocionalisht.

Ndërtimi i dashurisë fillon që nga gjdhënia. Përkëdhelja, buzëqeshja, prekja, puthja dhe fërkimi butësisht, janë thelbësore për beben. Fëmijët duhet të dëgjojnë shprehje gojore të dashurisë, pranimit dhe miratimit. Ashtu siç rriten fëmijët, ata do ta vërejnë se si prindërit sillen ndaj të tjerëve. A janë ata të dashur dhe të përzemërt, apo të vrazhdë dhe të urryer? Kjo do të ndikojë mbi konceptimin e fëmijës për botën, dhe sjelljen dhe qëndrimin e tij ndaj të tjerëve. Fëmijët po ashtu vërejnë se si prindërit sillen ndaj manareve, kafshëve, bimëve dhe mjedisit. Prindërit duhet të shfaqin vlerësim për shiun, borën, diellin, hënën dhe yjet (në vend që të mallkohen ato kur ju bezdisin). Kur merremi me natyrën, ne duhet të shfaqim një qëndrim të përzemërt dhe dashamirës.



Njëra nga dhuratat më të mëdha që një prind mund t'ia japë fëmijës gjatë uljeve dhe ngritjeve në jetë, është **DASHURIA**. Fuqia e një prindi të përzemërt është njëra nga forcat më të vullshme.

Ngrohtësia dhe miratimi nga përkujdesësit, janë përbërës thelbësorë për zhvillim emocional të shëndoshë. Në dy deri tre vitet e para, personalitetet e fëmijëve modelohen nga prindërit dhe përkujdesësit. Bebet që kanë jetuar në jetimore me personel të pamjaftueshëm, apo që rrinë shtrirë të shpërfillur në krevatet e tyre në çerdhet, mund të lëndohen për gjithë jetën. Kjo është treguar në ish-Bashkimin Sovjetik. Kur intelekti dhe emocionet e një bebeje shpërfillen, ato nuk e marrin veten tërësisht, ndërsa bebet ndaj të cilëve shfaqet kujdes nga prindërit e përzemërt, çajne përpara.



Themeli i fuqizimit emocional

Prindërit ushqejnë fuqi emocionale dhe inteligjencë të mprehtë kur u japin fëmijëve të tyre dashuri të qartë. Jepini bebes tuaj krenari dhe kënaqësi për arritjet e tyre të vockla, lodra mendare, dhe përgjigje për pyetjet e tyre. Lini ata të luajnë lirshëm, por pa rrezik, lexojuni atyre dhe tregojuni piktura. Fëmijët e dinë se janë të dobët, të papërvojë dhe të varur; prandaj ata mbështeten te prindërit e tyre për udhëheqje, dashuri dhe siguri.

Kalamajtë vazhdimisht i shohin prindërit e tyre, dhe në mënyrë instinktive e modelojnë veten sipas tyre. Kjo është mënyra se si ata i fitojnë personalitetet e tyre, forcën e tyre të karakterit, dhe aftësinë e tyre për të përballuar. Ata mësojnë në fëmijëri se si të bëhen qytetarë, punëtorë, bashkëshortë dhe prindër të rritur, duke u identifikuar me prindërit e tyre.

Prindërit e shprehin dashurinë e tyre në mënyra të panumërta: shprehje të lumtura

të fytyrës; demonstrime spontane të përziermërsisë fizike; kënaqësi nga arritjet e fëmijëve të tyre, ngushëllim kur lëndohen apo tremben, dhe siguri kur janë të kërcënuar. Është dashuria ajo që krijon dashuri te fëmijët. Është nga kjo ndjenjë dashurie ndaj prindërve që fëmijët vazhdojnë t'i formojnë marrëdhëniet e tyre pozitive në jetë – me shokët, mësimdhënësit, bashkëshortët, pasardhësit, fqinjët dhe kolegët.

Fëmijët fitojnë besim tek vetja duke qenë të dashur dhe të respektuar nga prindërit e tyre. Ky vetëbesim iu ndihmon atyre të jenë të rehatshëm me veten me të gjithë llojet e njerëzve, deri në fund të jetës së tyre. Respekti dhe dashuria nga prindërit është ajo që i mëson fëmijët që nga ana e tyre t'i shprehin respekt dhe dashuri prindërve të tyre dhe të tjerëve.

Në një shoqëri të dhunshme, fëmijët duhet të mësohen të dashurojnë në mënyrë më të fuqishme, për ta kompensuar dhunën që është gjithandej. Nëse prindërit nuk u mësojnë fëmijëve dashuri, si mund ta mësojnë ata atë gjetiu?

Profeti a.s., ka thënë:

Vërtet, në trup ka një copë mishi: nëse ajo është e shëndoshë, i tërë trupi është i shëndoshë; dhe nëse ajo është e dëmtuar, trupi është i sëmurë. Vërtet, ajo është zemra.

(EL-BUHARI DHE MUSLIM)

Dashuria: Koncepti i inteligjencës krijuese dhe Kur'ani

Kur'ani e përshkruan shpirtin (*fuad*) si seli e intuitës, të kuptuarit, përzhemërsisë dhe ndjesisë. Instituti i Matematikës së Zembrës (The Institute of Heart Math) (në Bulder Creek, California, SHBA) tregon se zemra është një ndërmjetës i fuqishëm për shndërrimin e perceptimeve, zgjidhjen e sfidave dhe manifestimin e vlerave. Harmonizimi i zembrës dhe trurit me dashuri, është ajo që mund ta themelojë inteligjencën e plotë, veten e plotë. Shpirti (*fuad*) dhe zemra (*kalb*) janë qendra shpirtërore dhe emocionale të trupit.

Kur janë “në zemër” njerëzit dëshirojnë të eksplorojnë, të mësojnë dhe të jenë krijues. Fëmijët reagojnë më lehtë kur janë “në zemër”. Kur janë “jashtë zembrës”, frustracioni, zemërimi, mërzia, vetë-keqardhja apo ankthi mund ta marrin kontrollin, dhe problemet duken të pazgjidhshme. Fëmijët që mësojnë të dashurojnë mbeten të shëndoshë dhe të drejtpeshuar, zhvillojnë një perspektivë më

të plotë për jetën, janë në gjendje të marrin vendime më të urta, kujdesen më mirë për veten dhe për të tjerët, dhe ua kalojnë më tutje fëmijëve të tyre të kuptuarit për atë se si të dashurohet. (Bradley et al. 2009)

Në librin e tij *Emotional Intelligence* (“Inteligjenca emocionale”), Goleman tregon se mësimet emocionale që një fëmijë i mëson e formojnë qarkun e trurit. Njerëzit që shquhen në jetë nuk janë zakonisht ata me inteligjencën logjike më të lartë, por ata me inteligjencën emocionale më të lartë. Inteligjenca emocionale përfshin kontrollin e impulseve, karakterin dhe vetëdisiplinën, altruizmin dhe dhembshurinë. (Goleman 2005)

Miti se aftësitë intelektuale të fëmijëve janë të pavarura nga aftësia e tyre për të dhënë dhe pranuar dashuri, nuk është i vërtetë. Perceptimet, qëndrimet mendore dhe emocionale, koha e reagimit dhe aftësitë e vendimmarrjes, janë që të gjitha të ndërlidhura drejtpërdrejt

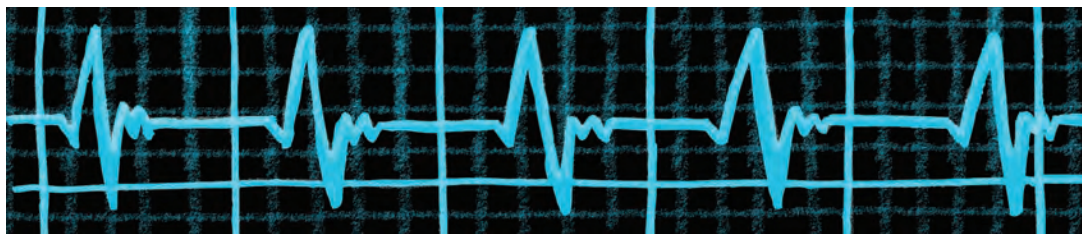
ZEMRA NË KUR'AN

Kur'ani e përshkruan zembrën e njeriut në shumë forma; të gjitha këto forma janë tregues se zemra është shumë më tepër se një pompë mekanike. Përshkrimet më të rëndësishme të zembrës në Kur'an janë se ajo është seli e:

A) ASPEKTEVE POZITIVE	<i>Iman</i> : besim	<i>Tahsha</i> : ndërgjegjja për Zotin	<i>Jutahir</i> : dëlirësi
	<i>Takva</i> : devotshmëri	<i>Hajr</i> : mirësi	<i>Munib</i> : pendim
	<i>Jehdi</i> : udhëzim	<i>Jerbit</i> : forcë	<i>Jefkahun</i> : të kuptuarit
	<i>Jakilun</i> : arsyë	<i>Mutmein</i> : kënaqësi	<i>Sekineh</i> : paqe
	<i>Lin</i> : butësi	<i>Refah</i> : dhembshuri	<i>Rahmeh</i> : mëshirë
B) ASPEKTEVE NEGATIVE	<i>Mered</i> : sëmundje	<i>Munkireh</i> : refuzim	<i>Gamreh</i> : mosdije
	<i>Athimun</i> : mëkati	<i>Te'ma</i> : verbëri	<i>Kel Hixhareh</i> : ftohtësi
	<i>Nifak</i> : dyfytirësi	<i>Gil-l</i> : mllef	<i>Lahijeh</i> : preokupim
	<i>Ru'b</i> : terror, frikë	<i>Tertab</i> : dyshim	
	<i>Kasijeh</i> : ashpërsi		
	<i>Jezig</i> : devijim		

Janë 145 vende në Kur'an ku përmendet zemra.

Është i nevojshëm një hulumtim i mëtejshëm, për ta zgjeruar diturinë tonë për zembrën.



me shëndetin e zemrës sonë. Aftësitë perceptuese më të larta në tru performojnë më mirë kur ritmet elektrike të prodhuara nga zemra janë të drejtpeshuara dhe harmonike. Dashuria, kujdesi, vlerësimi dhe dhembshuria krijojnë ritme të zemrës të drejtpeshuara dhe harmonike. Duke e drejtpeshuar kokën me zemrën, njerëzit zhvillojnë urtësi, fuqi dhe integritet në bërjen e zgjedhjeve dhe komunikim. Me dashuri, ndjeshmëria rritet, komunikimi bëhet më i qartë dhe zhvillohet të kuptuarit. Dashuria, dhembshuria dhe vlerësimi e shtojnë kreativitetin, përmirësojnë zgjidhjen e problemeve dhe e rrisin aftësinë tonë për të bërë zgjedhje të sakta.

Kur fëmijëve iu mungon dashuria, dhe janë vazhdimisht të trembur apo të brengosur, ata bëhen të stresuar, dhe dobësohet aftësia e tyre për t'u përshtatur. Teksa bëhen të kushtëzuar ndaj stresit, shabllonet neuronale të trurit shndërrohen në shabllone për përgjigje ndaj stresit; kështu, fëmijëve që iu mungon dashuria e kanë më të vështirë të mësojnë. Në një mjedis edukues dhe me kujdes, fëmijët duan të mësojnë.

Zemra fizike i përgjigjet dashurisë, dhe kjo mund të matet me ritmet e EKG (elektrokardiogram) dhe ritmet e HRV (ndryshueshmëria e ritmit të zemrës). Ndjenjat e zemërimit, brengosjes, frustracionit apo stresit, bëjnë që ritmet e zemrës të bëhen të çekuilibruara dhe të çrregulluara. Për t'i mbajtur ndjenjat pozitive dhe shpresëdhënëse për të ardhmen, fëmijët kanë nevojë për dashuri.

Dr. Ilham Eltalib (ADAMS Center seminar, 2008), shpjegon se shprehjet: “Të dua me gjithë zemër” apo: “të dua nga thellësia e zemrës” janë në fakt të sakta, ngaqë zemra është po ashtu edhe qendër e emocioneve, dashurisë dhe ndjenjave njerëzore.



**FËMIJËT REAGJONË MË LEHTË
DHE DËGJOJNË MË MIRË
KUR JANË “NË ZEMËR”.**



Këshilla të dobishme për prindërit

Fëmijët janë të lindur për të dashur. U mbetet prindërve ta ushqejnë atë cilësi dhe ta përsosin atë. Nëse prindërit u shfaqin dashuri fëmijëve të tyre, kjo do t'i inkurajojë edhe ata të dashurojnë. Në vijim janë disa hapa praktikë për t'i ndihmuar fëmijët të arrijnë personalitet të dashur.

- **FILLONI KUR ATA JANË SHUMË TË RINJ**
Rrënjosni dashuri te bebja juaj. Mbajtja e foshnjave gjatë ushqimit i mëson ata dashuri. Mbajtja, përqafimi, puthja dhe folja me foshnjat i mëson ata siguri dhe dashuri.
- **MËSIMI I FËMIJËVE: “BËNI PËR TË TJERËT, ATË QË DËSHIRONI ATA TA BËJNË PËR JU”**
Mësoni fëmijët se si t'i trajtojnë të tjerët, pa qenë egoistë apo egocentrikë. Mendimi për atë se si do të dëshironin ata që t'i trajtojë dikush, i bën fëmijët të ndalen dhe të mendojnë para se të veprojnë. Ata e kuptojnë se mënyra se si ata i trajtojnë njerëzit është mënyra se si do të trajtohen ata vetë. Rregullisht është të përgjigjet në “mënyrë më të mirë”, që do të garantojë miqësi në vend të armiqësi.

Kur përshëndeteni me ndonjë përshëndetje (selam/paqe), ju ktheni përshëndetje edhe më të mirë, ose (të paktën) kthejeni ashtu. Allahu mban llogari për çdo send. (Kur'ani, 4:86)

- **DASHURIA ZË VEND ME SHEMBULL**
Ajo që vërtetë është me rëndësi për fëmijët, është se si prindërit e shprehin dashurinë e vet ndaj tyre, ndaj njëri-tjetrit dhe ndaj anëtarëve të tjerë të familjes. Shprehni dashurinë në mënyrë adekuate. Fëmijët tuaj do t'ua shprehin dashurinë në të njëjtën mënyrë.

- ÇMOJENI PERSONALITETIN E VEÇANTË TË ÇDO INDIVIDIT

Çdo fëmijë është një personalitet i veçantë. Nuk është punë e prindërve t'i ndryshojnë personalitetet e fëmijëve të tyre, por t'iu ndihmojnë atyre të tregojnë dashurinë në mënyrën e drejtë. Prindërit duhet t'iu mësojnë dashuri të durueshme fëmijëve që janë të padurueshëm; dashuri të guximshme fëmijëve që janë të turpshëm, dhe dashuri zemërgjerë fëmijëve që janë egocentrikë.



Çfarë nëse fëmija juaj thotë: “Të urrej!”

Pas gjithë dashurisë që ua keni dhënë fëmijëve tuaj, si dhe përqaftimeve dhe puthjeve, dhuratave, vizitave të mjeku dhe ngushëllimeve të pafundme që ua keni ofruar, ata fëmijë të dashur mund të thonë: “Të urrej!” A i urrejnë ata vërtet prindërit e tyre? Natyrisht se jo! Ata e urrejnë faktin që prindërit nuk do t'iu lejojnë të hanë çamçakëz për kafjall, apo të shkojnë në ndonjë aheng. Ata flasin vetëm nga zemërimi dhe frustracioni, jo nga urrejtja. Fëmijët mësojnë që herët se ata shkaktojnë shumë vëmendje kur thonë: “Të urrej”, ngaqë reagimi i prindërve të tyre, edhe pse negativ, është vëmendje e menjëhershme. Po ashtu, prindërit janë aq të nxehur, të zemëruar dhe të lënduar, saqë në fund do t'iu dorëzohen kërkesave të fëmijëve të tyre, vetëm nëse ata thonë se nuk e kishin menduar atë. Fëmijët përpiqen t'i shtyjnë kufijtë dhe të tërheqin vëmendje. Edhe pse ata mund të urrehen për një çast apo dy, fëmijët vetëm kërkojnë

reagim nga ata. Ata shpejt do të mësojnë se të thuash “Të urrej”, nuk do ta prodhojë atë reagim, dhe ata nuk do të jenë në gjendje t'i manipulojnë prindërit e tyre në të ardhmen. Prindërit duhet, nga ana e tyre, t'i pranojnë ndjenjat që qëndrojnë pas kësaj thënieje. Ata mund t'iu thonë fëmijëve të tyre: “Dukesh shumë i zemëruar”, duke u përmbajtur të mos thonë diçka që mund t'i lëndojë. Më e dobishme është nëse prindërit mund të largohen nga situata, të shkojnë në dhomën e ditës, të ulen mbi divan dhe të marrin disa frymë të thella. Thirreni bashkëshorti(e)n tuaj për bisedë të mëtejme me fëmijët, në një kohë më të vonshme dhe më të qetë: “Do të flasim për këtë më vonë kur nuk do të jemi aq të zemëruar”.

Fëmija i parë

Prindërit me aspirata më të larta dëshirojnë që fëmijët e tyre të kenë aspirata të larta. Gjithë atë që prindërit e kanë arritur në jetën e tyre,



ata dëshirojnë që fëmija i tyre i parë ta arrijë aq po ashtu. Për gjithë atë për të cilën ata janë përpjekur dhe nuk e kanë arritur, prindërit shpresojnë që fëmija i parë i tyre të jetë më i suksesshëm. Çfarëdo gabimesh që ata mund t'i kenë bërë, i brengos ata se mos fëmija i parë i bën të njëjtat gabime. Ndryshe nga kjo, këta prindër të ndërgjegjshëm ka gjasa t'i marrin punët më shtruar me fëmijën e tyre të dytë. Kësisoj, fëmija i dytë është relativisht më i pavarur në veprimet dhe ndjenjat e tij/saj sesa i pari.

Është lehtë t'iu thuhet prindërve të rinj: “Qetësohuni me të parëlindurin tuaj. Lëroni atë të jetë ajo që është”. Kjo është njësoj sikur t'iu thuhet fillestarëve të qetësohen herën e parë që kalërojnë një kalë, apo ngasin makinë. Do të ndihmonte të çohet fëmija i parë në vende ku luajnë fëmijë të tjerë. Loja është një mundësi e jashtëzakonshme për të mësuar si duhet qenë me të tjerët, dhe si të jepet dhe merret. Vizita e fëmijëve të tjerë, dhe mikpritja e tyre për vizitë është e dobishme. T'ia kaloni mirë së bashku, është thelbi i të qenit në gjendje të doni.

Disa sociologë i këshillojnë prindërit t'i lindin të gjithë fëmijët e tyre njërin pas tjetrit, pa ndonjë ndërprerje të gjatë. Kjo e bën më të lehtë për fëmijët të kenë jetë shoqërore me njëri-tjetrin, në vend që të rriten të vetëm dhe të mësohen të jenë të vetmuar. Është më lehtë për shumë prindër të rrisin një brez të tërë

menjëherë, dhe më pas të lëvizin në një fazë të re në jetën e tyre. Nëse ata lënë zbrazëtira të mëdha midis fëmijëve të tyre, ata mund të përfundojnë me bebe, adoleshentë, dhe të rritur të rinj, duke u kujdesur kështu për tre breza njëherësh, që është një barrë e rëndë mbi prindërit, të cilët pjesën më të madhe të jetës së tyre do ta kalojnë duke “foshnjëruar”. Ata do të kenë shumë pak kohë për veten gjatë pensionimit të tyre.

Zilia shkon kundër dashurisë, ngaqë ajo është të dëshirosh që gjërat e mira të të tjerëve t'i braktisin ata dhe të vijnë te ju. Ky është një problem serioz, që prindërit duhet ta largojnë nga fëmijët e tyre herët në jetë. Profeti a.s., e konsideronte atë si një ligësi shoqërore. Profeti a.s., ka thënë:

Njerëzit vazhdojnë të jenë mirë, për sa kohë që nuk e kanë zili njëri-tjetrin.
(TABERANI)

Një bebe e re në familje shpesh e tërheq tërë vëmendjen e prindërve. Njerëz fillojnë të vijnë, dhe shpesh sjellin dhurata, dhe çdokush bën vërejtje se sa i lezetshëm është bebjja. Nëna mund të jetë shumë e lodhur, ndërsa babai shumë i zënë, për t'iu kushtuar vëmendje fëmijëve të tjerë. Vëllezërit dhe motrat më të rritura mund të ndjehen të lënë anash, sidomos më të rinjtë, të cilët mund të ndjehen të zemëruar dhe të ngatërruar, ngaqë ai/ajo më nuk është më i vogli. Është e natyrshme të ndjehet zili kur një fëmijë më të vogël i kushtohet pjesa më e madhe e vëmendjes.



Për ta parandaluar apo minimizuar zilinë, prindërit mund të bëjnë si vijon:

- Bëni që të gjithë fëmijët të ndjejnë se janë të dashur dhe të dëshiruar.
- Kur të vijë një bebe tjetër, sigurohuni që fëmijët e tjerë të mos ndjejnë më pak dashuri dhe kujdes. Është me rëndësi të vazhdohet t'i kushtohet atyre mjaft vëmendje dhe të bëhen ta ndjejnë veten me rëndësi.
- Shmanguni krahasimit dhe konkurrencës midis vëllezërve dhe motrave.
- Toleranca, shpërblimet dhe disiplina duhet të jenë të paanshme.
- Të gjithë fëmijët duhen puthur dhe përqaftuar sa më shpesh të jetë e mundur.
- Prindërit mund t'iu ofrojnë fëmijëve më të rritur një ndjenjë përgjegjësie të ndarë për kujdesin ndaj bebes së re, dhe t'i përfshijnë ata në vendimmarrjen.

Përse prindërit i duan fëmijët e tyre?

Sipas Euripidit: “Këtu i gjithë njerëzimi janë të barabartë: si të pasurit ashtu edhe të varfrit. Të gjithë ata i duan fëmijët e tyre”. Rabindranath Tagore ka thënë: “Unë nuk e dua atë pse është i mirë, por pse është djali im i vogël”.

Është një fakt i trishtuar që shumë fëmijë nuk janë të dashur, sepse:

1. janë rezultat i një “aksidenti”, presioni shoqëror apo përdhunimi;
2. ata shihen si shkak për vdekjen e bashkëshortes gjatë lindjes;
3. ata janë pjellë e një prindi që rezulton të jetë kriminel;
4. bebjat është femër, në një shoqëri ku parapëlqimi është për meshkujt.

(Në disa vende prindërit urohen vetëm nëse bebjat është djalë)

Përse fëmijët duhen keqtrajtuar pa pasur fare faj?

Mos e ndërliidhni dashurinë me sjelljen. Pa pasur ndonjë kontekst, kjo mund të tingëllojë sikur prindërit janë duke vënë kushte për dashurinë e tyre. Prindërit nuk duhet të thonë kurrë: “Unë do të të dua më shumë, kur sjellja jote të jetë e pranueshme”.

Fëmijët kanë nevojë për dashuri, sidomos kur në të parë nuk e meritojnë atë. Prindërit duhet t'i bindin fëmijët e tyre se dashuria e tyre për ta nuk bazohet mbi atë se si i bëni punët dhe se është e pavarur nga ajo. Ata i duan ashtu siç janë. Sukses i prindërve gjykohet nga shkalla deri në të cilën fëmijët ndjehen të sigurt, të dëshiruar dhe, mbi të gjitha, të dashur. Edhe pse lavdërimi dhe komplimentet dëshirohen nga fëmijët, ata më së shumti duan dashuri. Mark Twain ka thënë: “Lavdërimi është i mirë, komplimenti është i mirë, por përzemërsia – ky është shpërblimi i fundit dhe përfundimtar dhe më i çmuar që kushdo mund ta fitojë”.

Dojini vepruesit, por urreni veprimet e liga!

Marrëdhënia e dashurisë midis prindërve dhe fëmijëve duhet të jetë e pakushtëzuar. Ata duhet ta pranojnë njëri-tjetrin pa kushte. Fëmijët duhet të pranohen ashtu siç janë, me frikët, ankthet dhe originalitetet e tyre (shprehjet, mënyrat e të shprehurit dhe manierizmat). Pa kushte do të thotë pa paragjykim, apo gjykim. Fëmijët tuaj mund të jenë ose të mos jenë fëmijët

më tërheqës, më të edukuarit apo më të popullarizuarit. Megjithatë (me ndihmën e Zotit), ata janë sjellë në këtë botë, dhe kjo i kualifikon ata për pranim dhe dashuri të pakushtëzuar.

NUK MJAFTON QË FËMIJËT E RINJ TË DUHEN HESHTURAZI: SHPREHENI DASHURINË TUAJ PËR TA

Profeti a.s., i ka mësuar Shoqëruesit e tij si t'ia shprehin dashurinë e tyre njëri-tjetrit.

Një ditë, teksa Profeti a.s., rrinte i ulur me Shoqëruesit e tij, një burrë kaloi pranë tyre. Njëri nga ata që ishin të ulur tha: “Unë e dua këtë burrë”. Profeti a.s., e pyeti: “A ia ke thënë këtë?” Burri u përgjigj: “Jo”, Profeti a.s., tha: “Shko dhe thuaja”. Burri i ngrit dhe shpejtoi ta arrinte atë tjetrin dhe i tha atij: “Unë të dua për hir të Allahut”. Ai tjetri iu përgjigj: “Allahu të dashtë, ngaqë më ke dashur për hir të Tij”.

(EBU DAVUD)

Dashuria dhe vetëbesimi i prindërve

Vetëbesimi i prindërve është çelës për marrëdhënien prind-fëmijë. Nëse prindërit nuk arrijnë t'i bindin fëmijët e tyre se e dinë se ku qëndrojnë ata, dhe se ku dëshirojnë të qëndrojnë fëmijët e tyre, atëherë fëmijët do t'i sprovonjë ata, dhe do të vazhdojnë t'i sprovonjë. Ky sprovim i përjetshëm për t'i detyruar prindërit, do ta ngrejë nivelin e stresit në marrëdhënien. Stresi e lëndon përziemësinë. Pakësimi i stresit do ta lirojë prurjen e dashurisë në marrëdhënien. Në

mungesë të dashurisë, autoriteti është tiranik. Prindërit me vetëbesim përçojnë edhe autoritet edhe dashuri. Duke dashur me autoritet, si dhe duke pasur autoriteti me dashuri, ata e ruajnë ndjenjën e tyre të drejtpeshimit. Me këtë, ata iu komunikojnë siguri të madhe fëmijëve të tyre, ndërsa fëmijët e sigurt janë të qetë dhe të lumtur. Të lirë nga nevoja për t'i detyruar prindërit e tyre, fëmijët paraqesin pak probleme disipline. Kur fëmijët sillen keq, mjafton një përkujtim i thjeshtë se kush është përgjegjës në përgjithësi.



Mënyra praktike për ta zhvilluar dhembshurinë

Prindërit i duan fëmijët e tyre, ndaj fëmijët ndjejnë se janë të dashur. Mirëpo, dashuria duhet shprehur në shumë mënyra të ndryshme. Prindërit që nuk flasin shpesh për dashurinë e tyre tronditen kur zbulojnë se fëmijët e tyre nuk e kuptojnë se ata i duan.

Dhembshuria mund të zhvillohet me ushtrim. Ajo kërkon qëllim dhe veprim. Qëllimi është të kihet dëshirë për ta hapur zemrën para të tjerëve, dhe për t'iu treguar se ata janë

të rëndësishëm. Veprimi është të bëhet diçka në lidhje me qëllimet. Për shembull: prindërit rregullisht mund t'i dhurojnë ca para apo kohë (ose të dyja), një grupi që ata dëshirojnë, ose t'iu ofrojnë një buzëqeshje, apo një “përshëndetje” të sinqertë njerëzve që i takojnë në rrugë. Nuk ka rëndësi se sa bëjnë prindërit, ata thjesht duhet të bëjnë diçka. Nëna Terezë ka shpjeguar: “Ne nuk mund të bëjmë gjëra madhore në këtë tokë. Ne vetëm mund të bëjmë gjëra të vogla me dashuri të madhe”.

Në vijim janë disa mënyra, sipas të cilave prindërit mund ta përhapin dashurinë me fëmijët:

- Përqendrohuni mbi “gjërat e mëdha”, dhe shpërfillni “gjërat e vogla”. Dhembshuria zhvillon mirënjohje. Kur reflektoni për dhuratat e mëdha të jetës – si dhurata që mund ta lexoni këtë libër – ju mund të përhapni dashuri.
- Këmbeni me fëmijët tuaj, ngaqë të duash është të ndash dhe kujdesesh. Këmbeni ushqimin, paratë, stilolapsat, letrat, kompjuterët, makinat, karriget, librat, udhëtimet dhe mendimet me fëmijët.
- Thoni anëtarëve të familjes se i doni ata (sidomos para se të largoheni për disa ditë).
- Kompozoni një këngë të veçantë me fëmijët tuaj që thotë: “Ju dua”.

DASHURIA ËSHTË TË NDASH

Fëmija duhet të ketë dashuri dhe kujdes në zemrën e tij për të tjerët; ai duhet t'ua dëshirojë të tjerëve atë që ia dëshiron vetes. Profeti a.s., ka thënë:

Nuk do të jesh besimtar derisa, dhe nëse, nuk ia do vëllait tënd atë që e do për vetveten.

(EL-BUHARI)



Dashuria është...

T'i ndajmë... shpresat tona më të ndritshme, frikët tona më të errëta, qeshjet tona më të zëshme, lotët tanë më të butë, ëndrrat tona më të ëmbla, mjerimet tona më të hidhura, lartësitë tona më të larta, ultësitrat tona më të ulëta, një dashuri në rritje, gjithmonë të ndërgjegjshëm, sa më shumë ndajmë, aq më shumë kujdesemi.

Mënyra më e mirë për t'i harruar problemet tona është t'iu ndihmojmë të tjerëve t'i zgjidhin të tyret. Mund të harroni me kë keni qeshur, por nuk mund të harroni me kë keni qarë.

Një histori nga libri i John Gray: *Truly Mars and Venus* (“Vërtetë Marsi dhe Venera”)

Një mikeshë, shëndeti i së cilës po përkeqësohej, më tha se nuk kishte folur me të birin tre vjet, për shkak të një mospajtimi me të në lidhje me bashkëshorten e tij, dhe se nuk do t'i fliste atij, nëse ai nuk e merrte në telefon i pari. Unë i sugjerova që të ishte ajo e para, por ajo këmbëngulte: “Nuk mund ta bëj një gjë të tillë, ai duhet të kërkojë falje”. Ajo ishte e gatshme të vdiste, para se të fliste me të birin e saj të vetëm. Pas një inkurajimi të butë, ajo vendosi ta merrte e para. Për habi të sajën, i biri ishte mirënjohës për telefonatën e saj, dhe kërkoi falje nga ana e tij. Kur dikush e shfrytëzon rastin dhe zgjat dorën, çdokush fiton.

Urrejta është si acid. Ai mund ta dëmtojë enën në të cilën ruhet, si dhe e shkatërron objektin në të cilin derdhet.

Është me rëndësi të praktikohet përzemërsia. Edhe pse dhënia e gjëseneve materiale është diçka e mirë, nuk është njësoj si përzemërsia e sinqertë.

Sa dashuri mjafton? Prindërit mund të bëjnë shumë depozita në bankën e përzemërsisë, me manifestimet e tyre të dashurisë për fëmijët e tyre. Askush kurrë nuk brengoset për marrjen e shumë depozitave.

Sa më shumë dashuri që japin prindërit, aq më shumë do të pranojnë. Të qenit person i dashur është një tipar që mund të kontrollohet, e megjithatë pranimi i dashurisë është jashtë kontrollit. Prindërit nuk mund të presin kthim nga fëmijët e tyre, sepse dashuria është shpërblim i vetes. Fëmijët nuk mund ta kuptojnë tërësisht se sa shumë prindërit i duan ata, derisa edhe vetë të bëhen prindër.

Prindërit duhet të jenë të parët që do ta zgjasin dorën kur kanë mospajttime me fëmijën e tyre. Ka aq shumë njerëz që bëjnë inat për fyerjet e vogla nga ndonjë debat, apo mosmarrëveshje dhe presin me kokëfortësi që dikush tjetër t'ua zgjasë dorën atyre, duke besuar se kjo është mënyra e vetme me të cilën mund të falet një gabim, apo mund të rindizet një miqësi, apo lidhje familjare.

Kurdo që njerëzit kapen për zemërimin e tyre, ata e kthejnë “diçka të vogël” në realisht “diçka të madhe” në mendjet e tyre. Ata konsiderojnë se pozitat e tyre janë më të rëndësishme se lumturia e tyre. Njerëzit

paqësorë e kuptojnë se të kesh të drejtë, nuk është më me rëndësi se të jesh i lumtur. Njerëzit duhet ta largojnë zemërimin e tyre dhe t'ua zgjasin dorën të tjerëve. T'iu lejon të tjerëve të kenë të drejtë, nuk do të thotë se je gabim. Njerëzit ndjehen më mirë kur e përjetojnë paqen e të hequrit dorë nga zemërimi i tyre, si dhe lumturinë t'i lësh të tjerët të kenë të drejtë. Në kthim, të tjerët do të bëhen më pak mbrojtës dhe më të dashur ndaj kundërshtarëve të mëparshëm.

Nuk është e barabartë e mira dhe e keqja. Andaj, (të keqen) ktheje në mënyrën më të mirë, se atëherë ai, me të cilin kishit njëfarë armiqësie, do të bëhet mik i afërt.

(Kur'ani, 41:34).

- Vlen të sakrifkohet kohë, përpjekje dhe para për fëmijët. Dashuria grumbullohet si një reagim pozitiv në formë të lakut të mbyllur. Sa më shumë që prindërit i duan fëmijët e tyre, aq më shumë sakrifikojnë; dhe sa më shumë sakrifikojnë, aq më shumë dashurojnë.
- Çdo mëngjes, prindërit mund ta pyesin veten: Kujt duhet t'i dërgoj dashuri të veçantë në familjen time? Ata mund ta zgjerojnë këtë për të përfshirë dikë jashtë familjes. Dashuria çdo ditë e mban larg fyerjen.



Studim: Shumë mënyra për t'i bërë fëmijët tuaj të ndjehen të dashur

Samon (1999) i pyeti 55 nëna dhe baballarë të fëmijëve mes moshës 1 dhe 16-vjeçe se si mbetën të lidhur me fëmijët e tyre. Në secilin rast, përgjigjja ishte të kalohet kohë me fëmijët e tyre duke bërë diçka. Kjo përfshin të shikohet diçka, të lexohet diçka, të gatuhet diçka, të bisedohet për diçka, të ndahet diçka dhe të qenit bashkë. Kaloni kohë së bashku në veprimtari të përbashkët me fëmijët tuaj. Më poshtë është një listë veprimtarish që prindërit mund t'i bëjnë me fëmijët e tyre, që do ta shtonin dashurinë:

- Shëtitja së bashku
- Pikasja e formave në retë/studimi i qiellit natën
- Shikimi i videove shtëpiake/dëgjimi i radio programit/leximi i poezisë apo luajtja së bashku
- Lërimi ata t'ua krehin flokët
- Mundja së bashku
- Mbushja e një blloku shënimesh me fotografi dhe afishe
- Merrini ata në dyqan ushqimesh, dhe lejoni ata të marrin pjesë në vendimin se çfarë duhet blerë për darkë
- Luani lojëra së bashku (si "Mos u nxe", "Njëzetë pyetje"). Ato janë të lira, miqësore për mjedisin (nuk kanë nevojë për rrymë elektrike apo bateri), mendërisht më stimuluese, mund të luhen në cilëndo gjuhë dhe janë më të këndshme për syrin, sesa shikimi në ekran.
- Bërja e detyrave të shtëpisë me ta, por jo për ta
- Recitimi i Kur'anit, nashid, muzikë dhe këngë së bashku
- Larja dhe palosja e rrobave së bashku
- Vizatimi së bashku
- Përqafimi, puthja (jo në gojë), dhe mbajtja për dore
- Shkuarja në muze së bashku
- Thënia e lutjeve së bashku
- Veshja e rrobave të vjetra së bashku
- Sjellja e tyre në vendin e punës
- Përplasja e tenxhereve dhe tiganëve (pa i shqetësuar fqinjët)
- Çuarja e fëmijëve në shfaqje, për sport, kinema, ndeshje, kalërim, tubime, parqe dhe piknikë (në pyll/shkretëtirë/plazh)
- Të qenit në shtëpi dhe dëgjimi i tyre plotësisht, pa u përgjigjur telefonatave, apo pa e hapur postën
- Vizita e gjyshërve/gjysheve dhe kushërinjve të tjerë së bashku
- Pastrimi dhe fshirja e shtëpisë së bashku
- Gatimi i kuleçve, biskotave dhe kekëve së bashku
- Shikimi i albumeve familjare së bashku
- Mbledhja e mollëve, portokajve, dardhave dhe luleshtrydheve së bashku
- Bërja e punëve të kopshtarisë së bashku

A duhet prindërit të mësojnë urrejtjen? Ndonjëherë!

Edhe pse qendra e vëmendjes është mbi dashurinë, urrejtja nuk duhet harruar, ngaqë që të dyja janë me rëndësi thelbësore. Nëse njerëzit i duan Zotin, profetët, farefisin, qeniet e tjera njerëzore, kafshët, bimët, mjedisin dhe gjithësinë, atëherë ata duhet ta urrejnë djallin, të ligën, të keqen, korrupsionin, gënjimin, mashtrimin, vjedhjen, abuzimin seksual, drogat, pirjen e alkoolit, tymosjen e duhanit, xhelozinë, racizmin, fanatizmin, diskriminimin dhe zemërimin. Mirëpo, edhe pse veprimet e liga duhen urreyer, aktorët nuk duhen urreyer. Urreni të keqen, jo keqbërësin.

Djalli është armik i juaji, pra edhe ju konsiderojeni armik...

(Kur'ani, 35:6)

Aktivitet



AKTIVITETI 54: RITUALET DITORE TË DASHURISË

Një 17-vjeçar thotë: “Mua ende më pëlqen kur nëna ime e kontrollon dhomën time para se të shkojë në shtrat”.

Prindër: diskutoni ritualet tuaja ditore të dashurisë me djalin tuaj. Mos e harroni *du'anë* (lutjen) çdo ditë!



KAPITULLI 17

Mësimi i ndershmërisë dhe besueshmërisë

- Hyrje **346**
- Prindërit duhet t'iu besojnë fëmijëve të tyre, por ta verifikojnë vendndodhjen e tyre! **347**
- Parime të përgjithshme **348**
- Integrimi i karakterit me botëkuptimin e përgjithshëm **350**
- Përse gënjejnë fëmijët: Si të trajtohet gënjimi **351**
- Mënyra profetike për ta trajtuar gënjimin **354**
- Aktivitetet 55–56 **355**

Hyrje

SHUMICA E PRINDËRVE BRENGOSEN kur fëmija i tyre gënjen për herë të parë. Mirëpo, për shumicën e fëmijëve, gënjimi është një fazë kalimtare që është e rrënjosur në zhvillimin normal të fëmijëve, pjesërisht si reagim instinktiv (pra, frika nga ndëshkimi), dhe pjesërisht si sjellje e mësuar. Derisa gënjimi nuk është diçka për t'u brengosur për shumicën e fëmijëve, prindërit mundën dhe duhet të përpiqen për t'ua mësuar ndershmërinë. Gënjimi është përgjigje e fëmijës ndaj shumë faktorëve, përfshirë edhe vetëmbrojtjen.

Fëmijët e ngatërrojnë realitetin me fantazitë, ëndrrat dhe imagjinatën e tyre. Është me rëndësi që prindërit të mos i zhvlerësojnë fantazitë e fëmijëve të tyre. Ëndërrimi me sy hapur dhe imagjinata janë elemente kyçe sa i përket asaj se kush janë njerëzit, madje edhe si të rritur. Aftësia për t'u shtirur se dikush është dikush tjetër, apo diku tjetër, është shpesh çliruese dhe stres-lehtësuese. Mos u bëni tepër kritikues. Nëse fëmijët ndjejnë se ata duhet vazhdimisht ta justifikojnë veten në



prani të prindërve, kjo mund ta rrisë nivelin e tyre të pandershmërisë për t'iu shmangur qortimit.

Paganët e fisit Kurejsh e quajtën Profetin a.s. që nga fëmijëria e tij si: “i Ndershmi dhe i Besueshmi” (*es-sadik el-emin*). Besimi në arabisht ka shumë domethënie: Besim, mirëbesim, përgjegjësi, kujdes dhe kujdes-tari. Ndershmëria dhe besueshmëria janë pjesë thelbësore të karakterit të një prijësi

të drejtë. Prindërit duhet ta predikojnë, praktikojnë dhe jetojnë “ndershmërinë dhe besueshmërinë”, derisa kjo të rrënjoset te fëmijët. Fëmijët bëhen të besueshëm kur e shohin se të tjerët iu besojnë prindërve të tyre, dhe ndjejnë që paratë, pasuria dhe fshehtësitë e tyre janë të sigurta te ata. Prindërit e besueshëm ka më të ngjarë që të zgjidhen si prijës nga komunitetet e tyre. Në fakt, njëra nga cilësitë e muslimanëve që na e ka mësuar Profeti a.s., është besueshmëria:

Musliman është ai nga gjuha (të folurit) dhe dora (veprimet) e të cilit njerëzit ndjehen të sigurt, ndërsa besimtar i bekuar (emigrant), është ai që largohet nga ajo që Zoti e ka ndaluar.

(EL-BUHARI)

Mirëbesimi mes prindërve dhe fëmijëve është me rëndësi thelbësore. Vendoseni, ruajeni dhe zhvillojeni atë. Madje edhe nëse disa fëmijë janë të vështirë për t'iu besuar, prindërit duhet të sillen sikur iu besojnë. Nëse fëmijët nuk e thonë të vërtetën, prindërit duhet të jenë të kujdesshëm dhe të mos bëjnë akuza. Në rast ballafaqimi, fëmija mund t'i pyesë ata: "A nuk më besoni?"

Prindërit mund të shtiren kinse besimi është i pranishëm, derisa të gjejnë një mënyrë të volitshme dhe efektive për të dalë në krye me pandershmerinë. Fëmijët duhen mësuar se bashkë me autoritetin vjen edhe përgjegjësia, dhe me përgjegjësinë vjen mirëbesimi. Që fëmijët të vendosin mirëbesim me prindërit, ata duhet të mësojnë se si të tjerët e kanë fituar mirëbesimin e prindërve të tyre, dhe cilat sjellje shkaktojnë mosbesim.

Fitimi i mirëbesimit është një proces i vazhdueshëm. Edhe pse fëmijët mund të përjetojnë një marrëdhënie të suksesshme me prindërit e tyre, nganjëherë ajo mund të shkojë mbrapsht. Kjo do të shkaktojë që prindërit të ngurrojnë që rishitas t'iu besojnë fëmijëve të tyre. Mirëpo, është me rëndësi që ata të mbeten të sigurt! Ata duhet të jenë të durueshëm.

Prindërit duhet t'iu besojnë fëmijëve të tyre, por ta verifikojnë vendndodhjen e tyre!

Prindërit mund t'iu besojnë fëmijëve të tyre kur dalin, por në të njëjtën kohë ata duhet ta verifikojnë vendndodhjen e tyre. Prindërit duhet ta dinë se ku janë fëmijët e tyre, dhe me kë janë. Kjo mund të bëhet pa ndonjë ndjenjë mosbesimi apo censurimi. Prindërit nuk duhet të supozojnë se kur i lënë fëmijët e tyre në shkollë në mëngjes, ata do të qëndrojnë aty tërë ditën. Disa fëmijë ikin nga shkolla pa dijen e mësuesve apo prindërve të tyre. Prindërit duhet t'i kontrollojnë ata kohë pas kohe (përmes të dhënave të shkollës, përmes shokëve dhe fqinjëve të tyre, drejtpërsëdrejti apo tërthorazi). Disa fëmijë kanë rënë në telashe duke ikur gjatë ditës dhe duke kryer krime. Është me rëndësi të kontrollohen dhomat dhe rrobat e tyre, kohë pas kohe, për t'u siguruar se ata nuk janë të ngatërruar me droga, apo se nuk vjedhin para dhe gjëra të çmuara. Shpjegojuni fëmijëve tuaj se çfarë jeni duke bërë, dhe përse jeni duke e bërë atë.



Trajtoni njerëzit sikur të jenë ajo që duhet të jenë, dhe do t'iu ndihmoni të bëhen ajo që janë të aftë të bëhen. (Johann Wolfgang Von Goethe)

Besojuni njerëzve, dhe ata do të jenë të drejtë me ju; trajtoni ata me madhësi, dhe ata do të tregohen të mëdhenj. (Ralph Waldo Emerson). (Exley 1997)

Parime të përgjithshme

Në vijim janë disa pika të rëndësishme për t'i pasur parasysh kur të merreni me fëmijët:

VLERAT FAMILJARE

Fëmijët duhet ta kuptojnë që gënjimi është joetik dhe i pamoralshëm. Tregojuni atyre se gënjimi do të ketë pasoja negative. Mësojuani atyre ndershmërinë dhe besueshmërinë në fjalë dhe vepër. Prindërit duhet t'i diskutojnë bindjet e tyre në lidhje me pandershmërinë, këmbeni shembuj të pandershmërisë që janë të përshtatshme për moshën e tyre. Përfshini një politikë “mirëbesimi” në listën tuaj të vlerave familjare. Jepuni fëmijëve tuaj një përkufizim për të vërtetën dhe mirëbesimin, që ata të mund ta kuptojnë dhe të cilës mund t'i përmbahen.

MODELIMI I ROLEVE

Predikoni ndershmërinë fëmijëve tuaj. Mos gënjeni rreth vendndodhjeve tuaja, mos vidhni nga dyqanet apo punëdhënësit, dhe mos mashtroni me taksat dhe bashkëshort(ë) et tuaj(a).

Prindërit duhet ta pyesin veten: “Çfarë mesazhi jam duke dërguar?” Është me rëndësi që të shmanget pandershmëria, veçanërisht para fëmijëve. Prindërit nuk duhet kurrë të gënjejnë për moshën e fëmijëve të tyre: “Biletë për fëmijë ju lutem, ai është vetëm 11-vjeç”. Prindërit nuk duhet kurrë të kërkojnë nga fëmijët, që të gënjejnë në emër të tyre: “Thuaji gjyshes se jam duke u larë”.

Prindërit duhet të bëjnë çdo përpjekje për t'i respektuar zotimet e tyre, të jenë me kohë, të bëjnë atë që thonë se do ta bëjnë, dhe t'i bëjnë vetëm ato premtime, për të cilat e dinë se mund t'i mbajnë, veçanërisht kur ato kanë të bëjnë me fëmijët. Nëse rrethanat ndryshojnë përtej kontrollit të prindërve, atëherë ofroni një shpjegim, dhe përmbahuni nga justifikimet, dhe fajësimi i të tjerëve. Mos mashtroni përmes lojës me fjalë, si politikanin që ka thënë: “Unë premtova, por nuk premtova se do t'i mbaja premtimet e mia”.

MËSOJUNI DALLIMIN MIDIS GËNJESHTRAVE TË PADËMSHME, GENJESHTRAVE KEQDASHËSE DHE GËNJESHTRAVE TË TJERA IMAGJINARE

Është me rëndësi që fëmijëve t'iu shpjegohet dallimi midis gënjeshtres keqdashëse të dëmshme dhe asaj që thuhet nga mirësjellja. Edhe pse njerëzit mohojnë se gënjejnë, çdokush e bën këtë. Ku ka kuptim t'iu tregoni fqinjëve se janë të shëmтуar? Ose t'i thoni postierit, i cili pyet se si jeni, se ndjeheni tmerrshëm, dhe keni nevojë për ndihmë psikologjike? Nganjëherë gënjejmë nga respekti. Mësoni fëmijët të bëjnë dallimin midis gënjimit, teprimit, trillimit, metaforës dhe mashtrimit.



MËSOJUNI DALLIMIN MIDIS FANTAZISË DHE REALITETIT

Identifikoni dallimin midis asaj që është reale, dhe asaj që nuk është. Bisedoni për ëndrrat pas kohës së gjumit me fëmijët. Bisedoni se çfarë është nëpër filma, dhe çfarë është reale. Bisedoni se çfarë është në historitë, dhe çfarë ndodh në të vërtetë.

SHPËRBLENI NDRERSHMËRINË

Nëse fëmijët e kanë të vështirë ta thonë të vërtetën, është me rëndësi t'i lavdëroni ata sa herë që janë të sinqertë. Fëmijëve u pëlqen vëmendja. Prandaj, ndershmëria duhet inkurajuar, madje edhe nëse bën që fëmijët të futen në telash. Prindërit duhet t'i lavdërojnë përpjekjet për të qenë të ndershëm, dhe të japin shembuj të mirë kurdo që të jetë e mundur, duke shprehur zhgënjim për pandershmërinë.

PYETNI PARA SE TË MERRNI

Prindërit mund ta bëjnë rregull në shtëpi që çdokush të pyesë para se të marrë diçka që i përket një anëtari tjetër të familjes. Kjo i mëson fëmijët të kenë kujdes për posedimet e të tjerëve, dhe t'i respektojnë gjësendet personale të çdokujt. Kjo po ashtu do t'i mësojë ata se vjedhja nga kushdo qoftë është gabim.

ZGJIDHNI PROBLEMET PARA SE TË KENI PROBLEME

Kënaqja e menjëhershme është bërë problem serioz, deri në atë masë sa shumë njerëz kanë kursime të pakta, janë me mbipeshë dhe kanë problem serioz t'iu thonë jo blerjeve të panevojshme. Është sidomos e vështirë për fëmijët t'i shtyjnë dëshirat e tyre, dhe t'i pranojnë sinqerisht gabimet që i bëjnë. Mësojini fëmijët t'i pranojnë gabimet, dhe ta shtyjnë kënaqjen. Fëmijët nuk duhet të vjedhin, para se t'i mësojnë pasojat e këqija nga vjedhja. Bisedoni për sjelljen e papranueshme me fëmijët, para se ata ta bëjnë atë.

FËMIJËT MË TË RRRITUR

Nëse prindërit kanë fëmijë më të rritur që vazhdimisht thonë gënjeshtër dhe janë të pandershëm, nevojitet ndihmë profesionale. Shumë të rritur kanë gënjeshtër si adoleshentë, shpesh nga nevoja për privatësi. Adoleshentët nuk janë gjithnjë të gatshëm t'i ndajnë fshehtësitë e tyre me prindërit, dhe kjo është e kuptueshme. Është kjo kohë kur ata ndryshojnë shpejt dhe përfyten me nocionin e moshës madhore, ndërsa vazhdojnë që nga shumica të konsiderohen akoma si fëmijë. Është kjo kohë kur ruajtja e fshehtësive është e zakonshme. Privatësia duhet respektuar. Mirëpo, prishmëritë e prindërve duhen respektuar po ashtu nga adoleshenti. Pasoja e gënimit duhen përkufizuar qartë, dhe për to duhet patur pajtim. Adoleshentët duhet t'i kuptojnë pasojat e pandershmërisë. Nëse adoleshentët tuaj janë në shoqëri me adoleshentë të tjerë që thonë gënjeshtër, ndajini ata dhe dekurajoni miqësitë e tilla.

Është qenësore që fëmijëve t'iu mësohet rëndësia e mirëbesimit në miqësitë, përfshirë edhe besimin që ata duhet ta kenë në vete. Prandaj, ata nuk duhen vënë në situata ku mund të paraqiten mashtrimi apo ekzagjerimi (për shembull, bixhozi, lojërat me mashtrime, marketingu i shumëfishtë, dhe shitjet nën presion të lartë), e as që duhen fajësuar se gënjejnë, përveç nëse është e qartë se ata janë përgjegjës për situatën. Bisedat rreth pandershmërisë duhen zhvilluar privatisht, në mënyrë që fëmijët të mos kenë frikë ta thonë të vërtetën.



Integrimi i karakterit me botëkuptimin e përgjithshëm

O ju që besuat, pse po e thoni atë që nuk e punoni? Tek Allahu është shumë e urrejtur ta thoni atë që nuk e punoni!
(Kur'ani, 61:2-3)

Shfaqni përcaktimet e ndershmerisë, besueshmërisë dhe mbajtjes së premtimit në shtëpinë tuaj.

Përfshini virtytet si ndershmeria dhe besueshmëria në bisedat për tema të ndryshme (si politika, feja, historia, shkenca, letërsia, gjuha dhe matematika). Për shembull, a ka të bëjë diçka me etikën aftësia matematikore e sportelistit në bankë për ta fshehur një vjedhje? A kanë shkencëtarët detyrim etik që gjetjet e tyre t'i shfrytëzojnë për të mirën e njerëzimit? A kanë qenë etikë të gjithë njerëzit e përmendur në histori? A janë të gjithë personazhet në literaturën dramatike njerëz me integritet?

Gënjimi është problem serioz, që nuk mund të shpërfilllet, dhe me të cilin duhet marrë sakaq, por me urtësi. Gënjimi është aq i dëmshëm, saqë Profeti a.s., e ka shprehur si vijon:

U pyet Profeti a.s.: “A është e mundur që besimtari të gënjejë?” Ai u përgjigj: “Besimtari nuk mund të gënjejë kurrë”.
(KANZ EL-UMMAL)

Pak a shumë e gjithë e vërteta e ndershme në botë sot thuhet nga fëmijët.

(Oliver Wendell Holmes te Brown 1994)

**Një nëntëvjeçar ka thënë:
Është e vështirë të gënjesh kur shikon në sytë e nënës.**



Edhe pse bebet lindin të ndershëm, ata zakonisht mësojnë të gënjejnë, me apo pa vetëdije, nga sjellja e prindërve dhe vëllezërve/motrave. Gënjimi është një sjellje e fituar, e jo një karakteristikë e trashëguar. Me kalimin e kohës, fëmijët mësojnë të gënjejnë, dhe kjo bëhet pjesë e karakterit të tyre. Adoleshentët shpesh i drejtohen gënjimit për t'i justifikuar gabimet e tyre, për t'i fshehur fshehtësitë e tyre dhe për t'iu shmangur situatave të sikletshme. Sa më shumë që gënjejnë fëmijët, gënjimi aq më shumë ngulitet në karakterin e tyre. Gënjimi ngjall gënjimin, njësoj si ndershmëria që ngjall ndershmërinë, siç është shpjeguar në thënien e Profetit a.s.:

E vërteta ngjall mirësinë, ndërsa mirësia ngjall Parajsën. Njeriu flet të vërtetën, derisa regjistrohet si vërtetëthënës. Gënjimi ngjall amoralitetin, ndërsa amoraliteti ngjall zjarrin e Ferrit. Njeriu gënjen, derisa të regjistrohet si gënjeshtar.

(BUHARIU DHE MUSLIM)

Përse gënjejnë fëmijët: si të trajtohet gënjimi

Ja disa arsye të mundshme se pse fëmijët gënjejnë:

- Dëshirojnë t'i shmangen ndëshkimit.
- Pretendojnë pronësi mbi gjësende që iu përkasin të tjerëve.
- Ndjehen të shpërfillur, të braktisur dhe të lënë.
- Dëshirojnë të mburren për veten para moshatarëve të tyre, duke pohuar diçka që ata nuk janë.
- Dëshirojnë të pretendojnë vlerësim, për gjëra që ata nuk i kanë bërë.
- Mund të mendojnë se lejohet të gënjehet, ngaqë prindërit e tyre gënjejnë.

Arsyeja kryesore se përse fëmijët gënjejnë, është për t'i shpëtuar ndëshkimit. Ata janë në rend të parë të motivuar ose nga kënaqësia,

ose nga dhimbja. Kurdo që është e mundur, prindërit duhet t'i mësojnë fëmijët e tyre që ta pranojnë atë që kanë gabuar, dhe të kërkojnë ndjesë. Nëse fëmijët e tyre marrin diçka nga dyqani pa e paguar atë, atëherë prindërit duhet të sigurohen që fëmijët e tyre ta kthejnë atë, dhe të ballafaqohen drejtpërdrejt me pronarin e dyqanit me ndjesë.

Nëse fëmijët bien në një shabllon gënjimi, atëherë prindërit duhet t'i shqyrtojnë shkaqet. Fëmijët shpesh vendosen në një mori aktivitësh ku nuk mund ta mbajnë hapin, ndërsa presionet për kryerjen e tyre janë tepër të larta. Ata mund të gënjejnë ngaqë nuk mund t'ia dalin mbanë me presionin. Fëmijët të tjerë mund të gënjejnë ngaqë janë të mërzitur, dhe nuk ndjejnë se janë duke marrë vëmendjen e duhur. Fëmijët që kanë fituar vëmendjen duke rrëfyer histori dhe të pavërteta të hollësishme, mund të vazhdojnë me këtë për të fituar vëmendjen.

Ndjekja e sjelljes së fëmijëve, përfshirë edhe kohët dhe vendet kur ka më shumë gjasa që ata të gënjejnë, mund të jetë e dobishme për të zbuluar nëse ekziston ndonjë problem serioz. Ndoshta fëmijët gënjejnë vetëm në kohën teksa luajnë, apo ndoshta kur janë duke bërë ndonjë ligësi, apo ndoshta kur janë me shokë, dhe përpiqen të jenë në qendër të vëmendjes. Secila nga këto rrethana kërkon përgjigje të ndryshme.

Gënjimi duhet ndaluar që nga gënjeshtria e parë. Një person që rritet duke gënjyer, do të jetojë një jetë të dhimbshme. Fëmijët duhen mësuar se pandershmëria është absolutisht e papranueshme. Mos e ndëshkoni fëmijën për një prapësi, nëse fëmija e thotë të vërtetën. Mirëpo, duhet të ketë pasoja për atë që fëmijët e kanë bërë. Për shembull, nëse ata lëndojnë një fëmijë tjetër, ata duhet të çohen te prindërit, dhe të detyrohen të thonë më fal dhe të kërkojnë ndjesë; nëse kapen duke mashtruar në test në shkollë, ata duhen rrëzuar nga testi aty për aty. Mirëpo, nëse e thonë të vërtetën, atëherë nuk duhet dhënë



- “Gënjeshtria i ka këmbët e shkurtra”.
- Gënjimi do të bëjë që njerëzit t’ju besojnë më pak, dhe do të bëjë që ata të ndjehen të tradhtuar dhe të manipuluar.
- Kur e thoni të vërtetën, nuk do të ngatërroheni; nuk do të duhet t’ju kujtohet se çfarë keni thënë, dhe nuk e harroni atë që e keni thënë.
- Ndershmëria do të ngjallë një forcë që do t’ju shtyjë drejt suksesit më të madh. Kur gënjeni, ka forca të mëdha që ju shtynë drejt dështimit.

kurrfarë ndëshkimi i drejtpërdrejtë. Një nga shpërblimet për thënien e së vërtetës është që prindërit të mos reagojnë me shpërthim emocional dhe në mënyrë të tërbuar. Ata duhet të reagojnë arsyeshëm dhe të merren me problemin me urtësi.

Kjo arrin dy qëllime të rëndësishme.

E para, kjo siguron se linjat e komunikimit midis prindërve dhe fëmijëve do të jenë të hapura. Ata do të shpërblehen pse janë të sinqertë, ngaqë gënjimi zakonisht bëhet për shkak të frikës nga ndëshkimi.

E dyta, për shkak të marrëdhënieve të mira të vendosura midis prindërve dhe fëmijëve të tyre (përmes bisedimit, mirëbesimit dhe përzemërsisë), fëmijët do të dëshirojnë t’i shmangen zhgënjimit të prindërve të tyre. Marrëdhënia e dashurisë për njëri-tjetrin natyrisht se do të ketë një efekt “ndalues” dhe “squares” mbi sjelljen e tyre. Prindërit nuk duhet të frikësohen se “mosndëshkimi-për-të-vërtetën” do të shndërrohet në sjellje të

pamatur. Dashuria e ndërsjellë do të sigurojë kontroll të bollshëm.

Trajtimi vijues për gënjimin është dhënë në librin *el-Huluk el-Kamil* (“Karakterit i plotë”) nga Muhammed Xhad Elmevla (2004, në arabisht):

- Nëse fëmija gënjen ngaqë flet shumë, urdhërojeni atë të heshtë.
- Nëse fëmija gënjen ngaqë ka frikë nga një ndëshkim mizor, bëhuni i dashur dhe i dhembshur ndaj tij.
- Nëse ai gënjen nga lakmia për të marrë diçka, atëherë mos qëndroni në rrugën e tij për ta marrë atë që dëshiron.
- Nëse ai gënjen për t’i mashtruar të tjerët dhe për t’ua hedhur atyre, atëherë ndëshkoheni.
- Nëse ai gënjen për shkak të (ndikimit të) disa shokëve të këqij, atëherë gejinij atij shokë më të mirë.
- Ballafaqojeni atë me të kundërtën e asaj që ai dëshiron ta arrijë nga gënjeshttrat e tij.



Adoleshentët duhen mësuar se gënjimi është turp, dhe se është kundër mirësisë, ndershmërisë, drejtësisë dhe respektit. Ibn Halduni na këshillon:

Edukoni gënjeshtarin për aspektet joe- tike të gënjimit, dhe se kjo është në kundërshtim me sjelljen e duhur njerëzore. Njerëzit kanë dashuri për ndershmërinë, të vërtetën, drejtësinë dhe sinqeritetin.

Përdorimi i detyrimit në edukim është i dëmshëm për ata që mësojnë, sidomos për fëmijët. Kur një fëmijë rritet në një atmosferë të vrazhdë të nënshtimit dhe shtypjes, ai/ajo do të përjetojë stres dhe depresion (që shpie në përtaci dhe shtytjen për të gënjyer dhe për të bërë prapësi).

(*El-Mukaddimeh*, pjesa 32, 1992)

Mbushni jetët e fëmijëve me dhembshuri dhe kujdes. Sapo të tjerët ta zbulojnë pandershmërinë, ata do ta humbasin besimin e tyre tek ju, dhe nuk do t'ju pëlqejnë më.

Kur prindërit u thonë fëmijëve të tyre ta flasin të vërtetën, pavarësisht rrethanave, atëherë vetë prindërit duhet ta flasin të vërtetën, në mënyrë që të perceptohen si të ndershëm, dhe të konsiderohen si njerëz me integritet. Qytetarët e sinqertë dhe të ndershëm fitojnë respektin, bashkëpunimin dhe besimin e njerëzve të tjerë.

Rrëfëni fëmijëve tregime qëllimore

Shejhu Abd el-Kadir el-Xhejlani i Bagdadit rrëfen: "Iu zotova nënës sime se do ta thosha të vërtetën, gjithmonë. Unë u largova nga Meka dhe shkova në Bagdad për të kërkuar dituri. Nëna ime më dha 40 dinarë për udhëtimin. Një bandë hajdutësh e sulmoi karvanin tonë pranë Hamdanit. Njëri nga hajdutët më pyeti: 'Sa para ke?' Unë i thashë: '40 dinarë'. Ai më la rehat, duke menduar se po gënjeja. Pastaj një hajdut tjetër më pyeti, dhe edhe atij i thashë se kam 40 dinarë. Ai më dërgoi te kryesori i tyre, i cili më pyeti: 'Pse e thua të vërtetën?' Unë iu përgjigja: 'Unë i jam zotuar nënës sime se do ta them të vërtetën gjithmonë, dhe nuk dua ta shkel premtimin'. I pari i tyre u tremb. Atë e zuri paniku dhe bërtiti: 'Ti ke frikë se mos e shkelësh zotimin tënd dhënë nënës tënde, ndërsa unë nuk kam frikë ta shkel zotimin tim dhënë Zotit?!' Ai urdhëroi bandën e vet të na i kthenin të gjitha gjërat tona personale dhe tha: 'Unë do të pendohem te Allahu në përgjegjësinë tënde. I tharët e tij i thanë: 'Ti ishe prijësi ynë në vjedhje, dhe sot je bërë prijësi ynë në pendim'. Të gjithë ata u penduan si rezultat i bekimit që u tha e vërteta".

Prindër: Ky është një tregim qëllimor, pavarësisht autenticitetit të tij. Morali i tregimit për fëmijët është se sinqeriteti mund t'ju shpëtojë juve, por mund t'i shpëtojë edhe të tjerët.

Mënyra profetike për ta trajtuar gënjimin

1. Një i ri erdhi te Profeti a.s., dhe i tha: “O Profet i Allahut, unë nuk falem, unë bëj kurvëri dhe gënjej. Nga çka duhet të pendohem?” Profeti i tha: “Nga gënjimi”. Kështu burri premtoi se nuk do të gënjente. Më vonë, pasi u largua, ai u përpoq të kryente kurvëri, pastaj tha me vete: “Profeti mund të më pyesë nëse kam mëkatuar. Nëse i them jo, do të gënjej, e nëse i them po, do të përballem me ndëshkimin për mëkatin tim”.

(Tibrisi 1991)

Kur i shmangeni gënjimit – që është mëkat i madh – ju po ashtu iu shmangeni edhe mëkateve dhe veseve të tjera.

2. Thënia e së vërtetës është çështje serioze, madje edhe në situata në dukje të parëndësishme. Profeti a.s., jep direktivën vijuese:
Kushdo që i thotë një fëmijë eja dhe merre këtë (karamela) nga dora e tij e mbyllur, dhe nuk i jep atij asgjë, kjo konsiderohet gënjeshtër. (AHMED)

Profeti a.s., po ashtu ka thënë:

Më i keqi nga njerëzit është ai që ka dy fytyra: ai vë njërën fytyrë për disa njerëz dhe tjetrën për njerëzit e tjerë. (BUHARIU)

Ndershmëria dhe sinqeriteti, krahas dashurisë dhe guximit, janë tipare të karakterit, që gjenden te fëmijët që u japin kënaqësi prindërve të tyre. T’i kthehemi tani përgjegjësisë, pavarësisë dhe kreativitetit në kapituj në vijim.

Aktivite



AKTIVITETI 55: NDARJA E PËRVOJAVE

Ndani me fëmijët tuaj situatat kur e keni thënë të vërtetën (kur keni mundur të gënjeni). Cilat janë pasojat, mjetet e shërimit dhe mësimet që mund të nxirren nga gënjimi? Edhe fëmijët mund t'i ndajnë historitë e tyre të vërteta.

AKTIVITETI 56: NJËRI NGA VESET MË TË DËMSHME QË DONI QË FËMIJËT TUAJ TA SHMANGIN

Cili është njëri nga veset më të dëmshme që dëshironi që fëmijët tuaj ta shmangin? Përgjigjja: Gënjimi.

- Rrëfeni fëmijëve histori të vërteta të njerëzve që i kanë shkatërruar jetët e tyre duke gënjyer. Sikur të kishin qenë të sinqertë, ata do të kishin pasur jetë të suksesshme dhe të lumtura.
- Përkujtojini fëmijët tuaj dhe diskutoni me ta faktin që paganët e Mekës e quanin Profetin Muhammed a.s. “i Ndershmi dhe i Besueshmi” para se të fillonte misioni i tij profetik.



KAPITULLI 18

Mësimi i përgjegjësisë

- Hyrje **358**
- Hedhja e themelit: Qëndrimet dhe botëkuptimi **359**
- Mundësitë në fazat e ndryshme zhvillimore **361**
- Parimet që duhen zhvilluar **362**
- Sugjerime praktike **365**
- Ndërlidheni privilegjin me përgjegjësinë: Shembuj **366**
- Aktivitetet 57–58 **369**

Parathënie

Të qenit i përgjegjshëm do të thotë të veprohet me urtësi pa t'u thënë kjo, apo pa iu nënshtuar presionit, apo kërcënimit për të vepruar. Është kjo aftësia për të marrë vendime, dhe për të qenë llogaridhënës për to. Profeti a.s., thotë:

Ai që nuk kujdeset për çështjet e muslimanëve, nuk është prej tyre. (AHMED)

Nuk është besimtar ai që fle me stomakun plot, ndërsa fqinji i tij është i uritur, e ky e di atë. (TABERANI)

Mësimi i përgjegjshësisë fëmijëve është vendimtar. Fëmijët duhen stërvitur për t'i mbajtur mbi supe përgjegjësitë e tyre, pa iu thënë, apo pa i përkujtuar për këtë. Fëmijët e përgjegjshëm dalin vullnetarë për të shërbyer dhe ndihmuar, pa iu kërkuar kjo, apo pa iu caktuar si detyrë. Fëmijët e përgjegjshëm po ashtu kanë shtytje për arritje dhe për t'u shquar. Njëra mënyrë për rrënjosjen e përgjegjshësisë të fëmijët është t'iu mësohet vetë-monitorimi. Fëmijët e përgjegjshëm i kuptojnë rëndësinë e veprimeve të tyre dhe pasojat e veprimeve të tyre. Një shprehje e mirë që duhet ta fitojnë fëmijët është se para se të bien të flenë në mbrëmje, t'i japin llogari vetvetes për veprimet që i kanë bërë gjatë ditës. Prindërit duhet ta rrënjosin dashurinë për Zotin dhe frikën nga Ai në zemrat dhe mendjet e fëmijëve të tyre, për t'i mbajtur ata vigilentë dhe në rrugën e drejtë gjatë gjithë kohës. T'iu thuhet fëmijëve se Zoti është me çdokënd kudo që të jenë ata, e forcon ndjenjën e tyre të përgjegjshësisë.

Përgjegjësia është shumë më tepër se thjesht kujtimi për punët e përditshme, apo të qenët i bindur. Ajo kërkon kujdesin për të drejtën dhe të gabuarën, si veprimet e dikujt i prekin njerëzit e tjerë, dhe të kuptuarit përse rregullat janë të rëndësishme. Për ta mësuar përgjegjësinë, vetë prindërit duhet të jenë të përgjegjshëm.

Kur fëmija i tyre merr mbi vete përgjegjësi, prindërit duhet ta vërejnë këtë dhe ta shprehin



Shembulli i mirë: Babai dhe biri nxitojnë të mbërrijnë në dyqan para se të mbyllet. Ata ndalojnë t'i ndihmojnë një gruajë ta bartë karrocën e fëmijëve shkallëve përpjetë. Fëmija mëson se është mirë ta lësh punën tënde për t'i ndihmuar njerëzit, edhe nëse humbet ndonjë fitim financiar për veten.

vlerësimin e tyre. Shpërblimi i sjelljes së dëshirueshme inkurajon më shumë sjellje të dëshirueshme. Njerëzit shpesh i shpërfillin rastet kur fëmija është sjellë me përgjegjësi, apo i marrin ato si të mirëqena. Akoma më keq, shumë prindër komentojnë vetëm kur fëmijët e tyre janë të papërgjegjshëm. Si rezultat i kësaj, fëmijët do të thonë në vete: “Kur kam të drejtë, askush nuk e mban në mend, e kur gaboj, askush nuk e harron”. Prindërit duhet të thonë: “Faleminderit, kjo më ndihmoi shumë”. Ata duhet të jenë sidomos të vëmendshëm ta falënderojnë sjelljen që është me rëndësi për ta, por që mund të mos jetë me rëndësi për fëmijët e tyre, si: “Kam vërejtur se ti i vendos librat në dhomën tënde, në vend që t’i lësh ato mbi tryezën e ushqimit. Kjo është e mrekullueshme; tani unë mund ta shtroj tryezën për darkën”. Ose: “E vlerësoj që e var xhaketen kur futesh brenda”.

Marrja e vendimeve të duhura është parakusht për sjellje të përgjegjshme. Fëmijëve të cilëve vetëm u thuhet çfarë të bëjnë gjatë gjithë kohës, rrallëherë mësojnë të marrin vendime të informuara. Ata nuk do të përgatiten të jenë të përgjegjshëm. Është thelbësore që fëmijëve t’iu jepen zgjedhje, ngaqë mosha madhore përbëhet nga marrja e vendimeve njërin pas tjetrit. Në vend që thjesht t’iu caktohen punët e përditshme anëtarëve të familjes, bëni një listë të të gjitha gjërave që duhen bërë në shtëpi, dhe diskutojeni në një mbledhje familjare se kush çfarë do të bëjë. Së bashku këmbeni detyrat, kështu që çdo personi i caktohen detyra që ai/ajo nuk e ka problem t’i kryejë, dhe më pas zgjidhni një sistem rotacioni, në mënyrë që askush të mos ngecë vetëm me punët më të mërzitshme. Përfshirja e fëmijëve në këtë proces u tregon atyre se prindërit e tyre kanë besim tek ata, dhe i vlerësojnë mendimet e tyre, dhe kjo i ndihmon ata të bëhen partnerë të përgjegjshëm. Kjo po ashtu i bën ata pjesë të një ekipi, ku secili anëtar varet nga të tjerët për ta drejtuar shtëpinë pa probleme. Kjo është një mënyrë praktike për t’ua mësuar atyre vendimmarrjen, *shura*-në (konsultimin) si dhe përgjegjësinë.

Hedhja e themelit: qëndrimet dhe botëkuptimi

Nëse jemi prindër të përgjegjshëm, gjysma e punës është kryer. Gjysma tjetër është t’i ndihmojmë fëmijët t’i ndjekin hapat tanë.

Fëmijët kanë nevojë edhe për dituri adekuate, edhe për karakter të mirë për t’i përgatitur ata për jetën në moshën madhore. Përgjegjësia është njëri nga elementet më me rëndësi të karakterit të mirë. Përgjegjësia fillon me mendësinë, apo një sërë supozimesh, të cilat prindërit ua kalojnë fëmijëve të tyre. Nëse botëkuptimi i prindërve është se fëmijët duhet vetëm të luajnë dhe ta kënaqin veten, fëmijët do ta plotësojnë atë pritshmëri, dhe do të ankohen për punët e përditshme të tyre. Nëse prindërit besojnë se fëmijët do të jenë gjithmonë egoistë, atë pritshmëri fëmija e ka të qartë. Njëra nga mënyrat më të sigurta për të rritur fëmijë egoistë, grindavecë, të padobishëm, është të keni pritshmëri të ulëta. Mirëpo, nëse botëkuptimi i prindërve është se çdokush, pavarësisht moshës dhe aftësisë, duhet të kontribuojnë për mirëqenien e të gjithëve, atëherë veprimet e tyre, qëndrimet dhe pritshmëritë e tyre do ta pasqyrojnë atë, dhe fëmijët e tyre do ta mësojnë vlerën e përgjegjësisë.

Ne dëshirojmë të rrisim fëmijë që do të kenë sukses në jetë. Fëmijët që mësojnë përgjegjësinë tentojnë të jenë më pak të varur, dhe ka më shumë gjasa të marrin përgjegjësi për veprimet e tyre në moshën madhore. Përgjegjësia është shkathtësi e mësuar, ndërsa fëmijëve duhen mundësuar veglat për mësimin e asaj shkathtësie vendimtare.

Fëmija duhet të fillojë ta mësojë përgjegjësinë në moshë të re. Fëmijët që janë rritur në një mjedis pa pasoja, e humbasin mundësinë për ta mësuar përgjegjësinë. Disa prindër shkojnë shumë larg duke u përpjekur të krijojnë strehë të sigurt për fëmijët e tyre. Këta prindër nuk i lejojnë fëmijët e tyre t’i përjetojnë pasojat e veprimeve negative. Prindërit e tillë janë “mundësues” (ata u mundësojnë fëmijëve të tyre të jenë tej mase



të varur dhe të papërgjegjshëm). Këta fëmijë rriten me një ndjenjë merite. Ata e pranojnë qëndrimin problematik të: “bota ma ka për borxh”, në vend të qëndrimit të shëndoshë: “bota do të më trajtojë si person të përgjegjshëm, nëse veproj me përgjegjësi ndaj botës”.

Fëmijët nuk mund të jenë përgjegjës nëse nuk e dinë si, dhe këtë mund ta mësojnë vetëm nëse mësohen. Mësimi dhe stërvitja janë pjesë kritike e marrëdhënies prind-fëmijë. Të qenit i përgjegjshëm është qëndrim, por edhe shkathtësi. Fëmijët nuk do t’i lënë mënjane lodrat e tyre nëse nuk mësohen. Të rriturit nuk do të dinë si t’i kthejnë gjësendet që i kanë huazuar, apo të arrijnë në punë me kohë nëse nuk janë përgatitur. Mënyra më e mirë për prindërit që t’i mësojnë fëmijët për përgjegjësi është pak nga pak, ditë pas dite.

Mos inkurajoni prirje përtace. Kjo mund të bëhet duke iu dhënë përgjegjësi adoleshentëve. Mirëpo,

jepuni më shumë përgjegjësi adoleshentëve sesa vetëm larja e enëve dy herë në javë, dhe nxjerrja jashtë e plehrave. Kur fëmijët e papërgjegjshëm duhet t’ia dalin në krye me javën e punës prej 40 orësh (apo studime me orar të plotë në kolegji, plus punë me orar të shkurtuar), ata do të jenë të papërgatitur. Puna e zellshme dhe përgjegjësia janë të domosdoshme për një jetë në moshë të rritur produktive dhe të suksesshme.



Filloni të rinj

Degët e vogla do të drejtohen nëse përpiqeni t’i drejtoni ato.
Por ato nuk do të drejtohen nëse rriten dhe bëhen dru i fortë.

(POEZI ARABE)

Filloni në moshën parashkollore. Fëmijëve duhet t’iu thuhet (kur pritet bebja i ri): “Do të argëtohem duke u kujdesur për beben bashkë”. Ata do të ngazëlleshin nga ideja se do të jenë partner i përgjegjshëm në këtë projekt të veçantë. Fëmija pastaj mund të ndihmojë duke u kujdesur për vëllain e tij më të vogël duke sjellë pelena të pastra, duke i vënë rrobat e pista të bebes në koshin për rroba, dhe duke i ngritur lodrat që bebja i lëshon nga dora. Mësojeni atë (përmes përfshirjes, partneritetit dhe komunikimit) se është privilegj të punohet bashkë dhe të shërbehet. Truku është “Angazhimi aktiv në aktivitete”. Në vend që vetëm t’i shikojnë prindërit e tyre, fëmijët duhet të ndihmojnë.

Mundësitë në shkallët e ndryshme zhvillimore

FOSHINJA DHE KALAMANI

Në këtë fazë, fëmijët fillojnë t'i sprovajnë kufijtë e prindërve të tyre. Për shembull, fëmija dyvjeçar mëson të gjuajë me lodër në mënyrë të përsëritur, për të tërhequr vëmendjen, pastaj mëson ta gjuajë lodrën me zemërim, dhe pastaj mëson të nxisë reagimin nga një i rritur. Në këtë pikë, prindërit duhet të caktojnë kufi për fëmijët e tyre, në vend se të lejojnë që fëmija të caktojë kufi. Nëse ai gjuan me lodrën një herë, prindërit mund ta marrin dhe t'ia kthejnë atij. Mirëpo, nëse fëmija qëllimisht e gjuan lodrën vazhdimisht, atëherë është koha që lodra të hiqet anash. Kështu, fëmija do ta dijë se sjellja negative nuk do të shpërblehet. Kjo moshë quhet “dyshja e tmerrshme”.

Ashtu si foshnjat bëhen kalamaj, ata do të mësojnë se cilat veprime më së shumti do ta sprovajnë durimin e prindërve. Në këtë fazë, fëmijët duhet të mësojnë se mund të ketë pasoja për sjelljen e keqe. Nëse prindërit iu thonë fëmijëve të tyre: “nëse nuk pushon ta bësh këtë..., do të shkojmë në shtëpi”, atëherë ata duhet ta përmbushin kërcënimin e tyre”. Nëse prindërit e mësojnë fëmijën e tyre se janë duke bërë kërcënime serioze, fjalët e tyre do të bartin më shumë peshë. Është me rëndësi që të dy prindërit ta bëjnë këtë.

FËMIJËRIA E HERSHME

Në vitet e fëmijërisë së hershme, fëmijët duhet të mësojnë të kujdesen për veten. Ata duhet t'i krehin flokët, t'i lajnë dhëmbët me furçë, të pastrojnë pas vetes. Dhënia fëmijëve ca punë to vogla të përditshme nëpër shtëpi, do

të ndihmojë në kultivimin e vetëvlerësimit të tyre, dhe do t'i shtojë ndjenjat e tyre të kontributit për shtëpinë. Fëmijët që refuzojnë t'i bëjnë punët e tyre, duhet të dinë se do të ketë pasoja. Nëse punët nuk kompletohen, atëherë fëmijët nuk mund të shkojnë të luajnë me shokun e tyre, apo të shikojnë televizor, apo të bëjnë diçka që ata e konsiderojnë si “zbavitje”. Sapo të mbarohen punët e përditshme, atëherë fëmijët mund të bëjnë çfarë të dëshirojnë.

MOSHA SHKOLLORE DERI NË ATË TË PARA-ADOLESHENCËS

Ashtu si rriten fëmijët, shtohen edhe përgjegjësitë e tyre. Dhënia fëmijës para xhepi rregullisht do të ndihmojë të rritet ndjenja e tyre e vetëvlerësimit. Shpërbleni fëmijët për të qenët të përgjegjshëm: para xhepi më shumë për kujdesin e mirë ndaj një kafshe manare, një qerasje e veçantë për kartelën e vlerësimit nga shkolla, ose shënime ku thuhet se sa të mrekullueshëm mendojnë prindërit se janë fëmijët e tyre ngaqë janë të përgjegjshëm.

Nëse fëmijët nuk kalojnë mirë në shkollë, ose nuk gjenden në ndihmë në shtëpi, atëherë është me rëndësi të gjendet rrënja e problemit. Fëmijët veprojnë më mirë kur janë të ballafaquar me kufij të përcaktuar. Ata fëmijë që nuk i përmbahen një standardi veprimi (qoftë në shtëpi apo në shkollë), do të pushojnë së arrituri çfarëdo pritshmëri. Ofrimi fëmijëve një ndjenjë llogaridhënieje për veprimet e tyre kërkon një mjedis edukues. Fëmijëve duhet t'u lejohe të dështojnë si dhe të kenë sukses.

Fëmijët e moshës para adoleshente ballafaqohen në mënyrën më agresive me presionin nga moshatarët. Fëmijët që janë rritur në një familje që mëson përgjegjësi më me gjasë do ta shmangë sjelljen problematike dhe ndikimet negative nga moshatarët. Mbatja hapur e linjave të komunikimit do t'u japë fëmijëve një rrugëdalje për t'i diskutuar frikët e tyre me prindërit e tyre, dhe për të siguruar një depërtim në ndjenjat e tyre.





ADOLESHENTI

Adoleshentët ballafaqohen me një shumësi mundësish për bërje të zgjedhjeve të gabuara. Një adoleshent që mund të bëjë dallimin mes të drejtës dhe të gabuarës dhe që kupton që veprimet e këqija kanë pasoja të këqija, do t'i bëjë zgjedhjet e duhura.

Vazhdoni të mbillni një ndjenjë përgjegjësie te adoleshentët tuaj. Nëse themeli për përgjegjësinë tashmë është hedhur, prindërit do të kenë mundësi më të mirë për ta diskutuar ardhmërinë e fëmijëve të tyre me ta. Fëmijët duhet ta dinë se të qenët i përgjegjshëm është e domosdoshme për suksesin e tyre. Ndhimojuni fëmijëve të zhvillojnë objektiva që mund të arrihen.

MOSHA MADHORE E RE

Nëse u keni mësuar fëmijëve tuaj një ndjenjë përgjegjësie, ata janë tani të vetëmjaftueshëm dhe rrugës drejt një jete të ndarë nga familja. Prindërit që kanë mësuar vartësinë, do të shohin se fëmijët e tyre nuk ndahen (të rriturit e tillë mbeten të varur nga familja, për t'iu ndihmuar atyre të mbijetojnë). Të rriturit që kurrë nuk i kanë mësuar pasojat e

veprimeve të tyre negative, do të gjenden në situata të vështira, e megjithatë do të shikojnë gjetiu për ta hedhur fajin për gjëmën e tyre. Marrëdhëniet gjithmonë do të jenë sfidë për të rriturit e papërgjegjshëm.

Parimet që duhen zhvilluar

BËNI QË PUNA TË DUKET ARGËTIM

Kalamajtë dhe parashkollorët besojnë çfarëdo që u thonë prindërit e tyre, ndaj ata mund të mësohen se puna është argëtim. Prindërit mund të bëjnë lojë nga largimi i lodrave dhe sendeve ushqimore. Si adoleshentë, këta fëmijë do të jenë të zellshëm dhe të dobishëm rreth shtëpisë. Prindërit duhet të jenë të kujdesshëm për atë se çfarë thonë para fëmijëve. Nëse fëmija dëgjon: “Mami dëshiron të zbavitet me ty, por ajo duhet të punojë tani”, atëherë prindërit dërgojnë mesazhin se puna është negative dhe e padëshiruar. Në vend të kësaj, mund të thuhet: “Mund të zbavitësh me mua teksa jam duke e fshirë dyshemënë. Ti mund ta mbash kacinë për mua. A nuk do të ishte kjo zbavitëse?”

Mësojini fëmijët se kurrfarë pune shtëpiake, apo në kopsht, nuk është nën nivelin e tyre, ngaqë të gjitha punët e përditshme janë të respektueshme. Është me rëndësi që të kumtohet porosia se puna është privilegj (jo e drejtë). Prindërit duhet t'i ndajnë me fëmijët e tyre bekimet e punës fizike. Çka do të ndodhte nëse ata nuk do të mund të angazhoheshin më në veprimtaritë e tyre të zakonshme, nëse do të ishin me të meta apo të papunësuar, apo do të kishin kurrizin e dëmtuar? Çdokush duhet të jetë i ndërgjegjshëm për bekimet e trupit të shëndoshë. Prindërit nuk duhet ta humbasin asnjë mundësi për t'ua kaluar fëmijëve të tyre entuziazmin për punë fizike dhe përgjegjësi.

Prindërit duhet të përpiqen ta bëjnë argëtuese kohën për punët e përditshme (me këngë gazmore, shaka me shije apo bisedë interesante). Atmosfera gazmore ndihmon të përmirësohet qëndrimi i fëmijëve ndaj punës dhe përgjegjësishë. Nëse puna dhe loja e gjithë familjes mund të planifikohet në të njëjtën kohë të ditës, kjo do ta shmangte ndjenjën e fyerjes, që mund të rezultojë nga ajo që njëri nga fëmijët t'i bëjë punët e përditshme, e anëtarët e tjerë të familjes të zbatimen. Nëse duhet bërë puna në oborr, është me e kënaqshme nëse e gjithë familja e bën atë së bashku.

BËNI PUNËN SË BASHKU

Prindërit mund ta gjejnë të dobishme ta përdorin fjalën “ne” gjatë stërvitjes së fëmijëve. Për shembull, ata mund t'iu thonë atyre: “Ne gjithmonë i vëmë rrobat tona të palara në koshin për rroba, kësisoj, në vend se në dysheme”. Fëmijëve iu pëlqen të përfshihen, ndërsa përdorimi i fjalës “ne” e inkurajon tek ata sjelljen e duhur pa i qortuar. Në vend se t'i thoni një fëmije: “Pastroje dhomën!”, prindi mund të thotë: “Le ta pastrojmë dhomën tënde së bashku”.

Fëmijët mësojnë më së miri dhe i zhvillojnë shprehitë e përgjegjshme kur punojnë me prindërit e tyre. Ata ndjehen të dashur dhe fillojnë t'i shoqërojnë punën dhe përgjegjësinë me dashurinë e prindërve të tyre. Kjo më vonë iu jep atyre një qëndrim më pozitiv ndaj punës.



“RREGULLA DHJETËSHE” PËR TË VAZHDUAR ME PUNËN NË OBORR

Kurdo që fëmijët dalin jashtë, nga ata kërkohet të bëjnë dhjetë detyra të vogla para se të luajnë. Kjo mund të jetë mbledhja e dhjetë gurëve apo barishteve të këqija, mbledhja e dhjetë luleve të vyshkura, hedhja e dhjetë gjetheve të mëdha të vyshkura në koshin e plehrave, e të ngjashme. Ose në vend të këtyre, fëmija mund të bëjë një detyrë më të madhe, si pastrimi me grabujë apo vaditja. Kjo iu ndihmon atyre të ndihmojnë në mirëmbajtjen e pronës.

Prindërit duhet t'i inkurajojnë fëmijët e tyre që vetë ta rrisin ushqimin, kurdo që kjo të jetë e mundur.

Një libian ma përshkroi se si ai e kishte ndarë kopshtin e tij në 6 breza të ngushtë, dhe iu kishte dhënë nga një brez secilit nga 6 fëmijët e tij, të cilët mund të rrisnin aty çfarë të dëshironin. Nëse bashkëshortes së tij i nevojiteshin zarzavate për vaktet familjare, ajo i pyeste fëmijët nëse mund të merrte ca domate apo speca, apo çfarëdo që ishte e disponueshme. Kopshti ishte ruajtur mirë, dhe ky sistem i dha fund të gjitha polemikave për caktimin e detyrave të kopshtarisë!

SYLVIA HUNT

Parashkollorët duhen lejuar që të bëjnë disa zgjedhje. Ka po ashtu kohë kur një fëmijë duhet të dëgjojë: “Kjo është ajo që ti do ta bësh”. Mos e bëni gabimin t’i stërvitni fëmijët të jenë dembelë po ashtu, për shkak të dështimit për t’i detyruar ata ta bëjnë atë që nuk iu bëhet. Një pjesë thelbësore e përgjegjesisë është të mësuarit për ta bërë atë që duhet bërë, pavarësisht se çka mund të ndjejë dikush në lidhje me këtë. Bëhuni në të njëjtën kohë edhe të dashur edhe të vendosur.

NDËRTONI PËRGJEGJËSINË SHKALLËSHKALLSHËM

Një gabim që e bëjnë prindërit është t’i lënë fëmijët e tyre të luajnë (pa bërë kurrfarë pune), derisa të arrijnë një moshë “të përgjegjshme”. Pastaj papritmas ka aq shumë punë për të bërë, dhe aq shumë përgjegjësi për të plotësuar. Ndhmoni fëmijët që shkallëshkallshëm të marrin mbi vete më shumë punë dhe përgjegjësi çdo vit. Në disa vende në zhvillim, nga fëmijët (sidomos nga vajzat), pritet të kujdesen për beben dhe të bartin lëndë djegëse dhe ujë, si dhe të ndihmojnë rreth përgjegjësive shtëpiake. Fëmijët që nga mosha 8-vjeçe mund të dërgohen të punojnë si shërbyese apo shërbyes.

Bebja fillon me kurrfarë pune, ndërsa 19-vjeçarët punojnë 40 orë në javë. Detyra e prindërve është ta ndërtojnë përgjegjësinë shkallëshkallshëm. Fëmijët që janë mësuar me nivele në rritje të përgjegjesisë do të përshtaten më mirë në punën me orar të plotë kur të rriten.

Orari mund të fillojë në vitet parashkollorë (me detyra si vendosja e rrobave në kosh, dhe ngritja e lodrave). Detyra të tjera të përshtatshme për moshën dhe aftësitë e fëmijëve mund të shtohen dalëngadalë. Fëmijët e moshës gjashtëvjeçare mund ta shtrojnë tryezën çdo ditë, ta rregullojnë krevatin e tyre, të ndihmojnë në tharjen e enëve, të ushqejnë një kafshë manare, ta pastrojnë tryezën pas vaktit, dhe t’i largojnë rrobat e lara me pak ndihmë apo udhëzim. Shkallëshkallshëm përgjegjësi të reja mund të shtohen çdo vit. Adoleshentët

mund t’i lajnë rrobat dhe enët (duke e bërë me radhë me vëllezërit/motrat), ta kositin barin, t’i shkurtojnë kaçubata, dhe t’i ruajnë vëllezërit/motrat më të vegjël. Adoleshentët mund të bëjnë po ashtu edhe ndonjë punë me orar të shkurtuar, dhe punë vullnetare në komunitet.

DEKURAJOHENI QËNDRIMIN “KJO NUK ËSHTË PUNA IME”

Fëmijët duhen mësuar se përgjegjësitë duhen bartur nga familja së bashku. Fëmijët që iu lejohej të grinden rreth paanësisë, nuk e kuptojnë thelbin e të qenit i dobishëm për të tjerët. Nëse fokusi është gjithmonë mbi atë se kush ka mbledhur më shumë barishte të këqija, apo nëse dy fëmijë kanë tharë numrin e njëjtë të enëve, fëmijët zhvillojnë qëndrime grindavece, që nuk janë në favor të harmonisë familjare. Ndërtoni një mendësi të punës ekipore. Prindërit mund t’iu thonë fëmijëve: “Kur të pastrohet dhe fshihet tryeza, të gjithë mund të shikojmë një video, ose të dalim në park”, ose: “Nëse sot e mbarojmë gjithë punën në oborr, sonte mund të hamë akullore apo



kokoshka”. “Pasi të mbarojmë me pastrimin, le të shikojmë të gjithë së bashku në një udhëtim për ta festuar këtë”. Shpërblimet grupore e inkurajojnë harmoninë, punën ekipore dhe përgjegjësinë. Fëmijëve mund t’iu kërkohet ta plotësojnë vendin e njëri-tjetrit, kur njëri fëmijë është i sëmurë. Është me rëndësi të inkurajohen ata t’i ndihmojnë njëri-tjetrit në punët, dhe t’i bartin detyrimet e njëri-tjetrit. Fëmijët më të mëdhenj duhet t’i ndihmojnë fëmijët më të vegjël me detyrat e tyre të shtëpisë nga shkolla, ndërsa fëmijët më të vegjël duhet t’i ndihmojnë më të mëdhenjtë me punët e tyre të përditshme në shtëpi.

Sugjerime praktike

- Mos i mbingarkoni fëmijët me shumë detyra. Prindërit duhet t'i kenë parasysh aftësitë dhe temperamentet e fëmijëve, dhe t'iu japin atyre detyra që ata mund t'i përmbushin me sukses. Suksesi dhe lavdërimi do t'i motivojnë ata të bëjnë më shumë, ndërsa mbingarkimi mund të rezultojë me dështim, dhe ta shkatërrojë motivimin.
- “Pritni” që fëmijët të jenë të përgjegjshëm. Pritshmëritë e prindërve i motivojnë fëmijët. Kur ata i japin fëmijëve një detyrë, ata mund ta diskutojnë kohën e pranueshme brenda së cilës duhet kryer ajo. Pastaj duhet t'i lënë fëmijët ta kryejnë, dhe të supozojnë se do të kryhet. Lejojuni fëmijëve ta plotësojnë detyrën në mënyrën e tyre, pa i mbikëqyrur ose pa i përkujtuar vazhdimisht për të. Nëse ata nuk ia arrijnë ta përfundojnë detyrën, atëherë prindërit mund t'iu ndihmojnë.
- Mos i thoni një fëmije: “i papërgjegjshëm”. Madje edhe nëse fëmijët bëjnë diçka krejtësisht të papërgjegjshme, si të shkojnë në kinema pasi kanë premtuar se do t'iu ndihmojnë shokët e tyre për të mësuar për një testim, prindërit duhet të përmbahen nga etiketimi i tyre. Në vend të kësaj, është më mirë që ata të inkurajohen që t'ua plotësojnë premtimin shokëve të tyre sa më shpejt të jetë e mundur. Nëse një fëmijë ka prirje të jetë harrestar, prindërit duhet t'i shmangen vërejtjeve të llojit: “nëse kokën nuk do ta kishe të ngjitur për trupi, me gjasë edhe atë do ta kishe harruar”. Komentet e tilla janë të dëmshme dhe dekurajuese. Etiketojeni sjelljen, jo personin.
- Fëmijët kanë nevojë për ndihmë në organizimin e orarit të tyre. Tregojuni atyre se si të llogarisin se sa kohë do t'iu marrin detyrat e shtëpisë, dhe si ta bëjnë llogaritjen në përputhje me to. Ndihmoni fëmijët të bëjnë një orar për pas orëve të shkollës. Tregoni atyre se ka kohë të mjaftueshme për t'i bërë gjithë punët e tyre, edhe për



t'u larë, dhe se sërish kanë kohë për të pushuar dhe për të luajtur jashtë.

- Ndani detyrat në detyra më të vogla. Kur fëmijëve u jepen raporte për të shkruar, prindërit mund të diskutojnë që më parë se sa kohë do të nevojitet për të shkruar në bibliotekë, apo për të kërkuar në Internet, dhe për të shkruar pjesë të ndryshme të raportit. Fëmijëve iu duhet ndihmë për ta ndarë projektin në pjesë të realizueshme, dhe për të bërë një plan se si të realizohet secila pjesë.
- Prindërit nuk duhet t'i bëjnë detyrat e shtëpisë të fëmijëve në vend të tyre. Është për t'u habitur se si shumë prindër kapen në grackën e bërjes së detyrave të shtëpisë së fëmijëve të tyre, qoftë me ta, apo për ta. Fëmijëve duhet thënë se detyrat e tyre të shtëpisë janë përgjegjësi e tyre, jo e prindërve të tyre, ngaqë ajo duhet të jetë një detyrë që fëmijët janë të aftë ta bëjnë vetë. Mirëpo, fëmijëve u duhet ca ndihmë aty-këtu, dhe ata duhen testuar për shqiptimin apo fjalorin.
- Fëmijët duhet të mësohen të marrin përgjegjësi për gabimet e tyre. Prindërit nuk duhet të nguten t'i shpëtojnë ata.
- Fëmijët duhen mësuar të dinë t'i përdorin paratë. Fëmijët nuk duhet të harxhojnë më shumë seç kanë – qoftë ajo para xhepi, para të dhuruara nga gjyshërit/gjyshet, apo

para të fituara nga një punë. Nuk është e pranueshme që ata të huazojnë kur dëshirojnë diçka, dhe pastaj t'i kthejnë ato kur të kenë më shumë para. Kjo është një stërvitje e dobët. Në vend të kësaj, ata duhet të presin deri sa të kenë mjaftueshëm para nga fondet e tyre, dhe të mos futen në borxh. Fëmijët që kanë punë duhet të mësojnë të lënë anash diçka nga paratë për bamirësi dhe për kursime. Ashtu siç rriten fëmijët, prindërit mund të diskutojnë me ta se si të rriturit i menaxhojnë paratë e tyre, dhe llojet e kursimeve dhe planeve për investim që i përdorin njerëzit. Është kjo një mundësi ideale për t'iu shpjeguar fëmijëve se fajdeja është e ndaluar në të gjithë Librat e Shenjtë, dhe të mësohen ata për sistemin bankar islam.

- Inkurajoni fëmijët të gjejnë punë. Ajo mund të jetë punë vullnetare, apo pas shkolle, ose një punë verore. Fëmijët, prindërit e të cilëve drejtojnë një biznes (për shembull një dyqan, hotel, restorant, fermë apo treg), duhet të ndihmojnë që në moshë të re. Fëmijët do të mësojnë të jenë me kohë, të jenë të këndshëm pavarësisht nga ajo se si ndjehen, dhe të sigurohen që detyrat e tyre janë plotësuar.

Këshilla të përgjithshme

- Fëmijët nuk duhen mësuar kur janë të lodhur apo të uritur.
- Kritika është helm kur kombinohet me mësimin.
- Përgjegjësia kërkon durim.



Njësoj si fuqia punëtore e vërtetë... por prindërit nuk mund ta pushojnë nga puna fëmijën e tyre!!

Sjellja e papërgjegjshme është krejtësisht e papranueshme te fuqia punëtore. Të gjithë të punësuarit i dinë detyrat e tyre, dhe nga ata kërkohet që t'i kryejnë ato në kohë të caktuara, ose të rrezikojnë pushimin nga puna. Edhe pse prindërit nuk mund t'i pushojnë nga puna fëmijët e tyre, megjithatë ata mund t'iu japin atyre udhëzime dhe t'i stërvitin të jenë të përgjegjshëm.

Ka disa ditë kur fëmijët nuk mund t'i bëjnë punët e tyre (ngaqë mund ta kalojnë natën në shtëpinë e një shoku, apo të shkojnë në udhëtim). Mirëpo, njësoj si puna e vërtetë, ata mund të kërkojnë një mëngjes apo një ditë të lirë, ndonëse duhet të kërkojnë paraprakisht. Ata nuk mund të vijnë te prindërit e tyre në fillim të ditës e të thonë: "Sot më duhet ditë e lirë, ngaqë mbrëmë isha në një aheng".

Ndërlidheni privilegjin me përgjegjësinë: Shembuj

Shumë fëmijë besojnë se ata janë të titulluar për çfarëdo leverdish që ata kanë, thuajse prindërit e tyre janë krijuar për t'iu shërbyer atyre. Këta fëmijë e kanë të vështirë t'i pranojnë përgjegjësitë e moshës madhore. Një familje ka një ritual vjetor. Çdo vit, çdonjërit nga fëmijët i jepet një privilegj i ri, dhe një përgjegjësi e re: Njëra është pjesë e tjetrës. Fëmijët i diskutojnë zgjedhjet e tyre me prindërit, të cilët pastaj i marrin seriozisht shqetësimet e tyre.

Shembulli 1: Vajza juaj ka kërkuar një mace për disa vjet me radhë. Ajo pajtohet të kujdeset për vëllain e saj të vogël një herë në javë. Për këtë, ajo do ta fitojë privilegjin që të ketë mace, edhe pse vetë duhet të kujdeset për macen. Dhe ajo duhet përkujtuar se nëse e shpërfill kafshën, atë do ta japin gjetiu!

Prindërit duhet të imponojnë pasoja të duhura, që do të thotë se është e padobishme për fëmijët e tyre që t'i "shpëtojnë" ata shumë shpejt kur gabojnë. Prindërit shpesh mërzhiten, dhe pastaj i nxjerrin nga balta fëmijët e tyre dosido. Njëra nga mënyrat më të mira që fëmijët ta mësojnë përgjegjësinë, është nga ndikimi i ndëshkimeve të arsyeshme. Nëse pasojat janë të përshtatshme, fëmijët ka më pak gjasa të harrojnë dhe të jenë të papërgjegjshëm herën tjetër. Për shembull, pagesa e gjobave për kundërvajtje për parkim një adoleshenti është gabim, dhe prindërit nuk duhet ta bëjnë këtë!

Shembulli 2: I keni kërkuar birit tuaj të marrë një kuti me qumësht rrugës nga shkolla për në shtëpi, dhe ai ka harruar. Në vend që vet të nxitojë në dyqan, nëna e shërben darkën pa qumësht, dhe të nesërmen në mëngjes nuk ka asgjë për t'iu hedhur kornfleksave të të birit.

Shembulli 3: Bija del vonë nga shtëpia disa herë, dhe i ik autobusi shkollor, përkundër përpjekjeve të nënës së saj për ta çuar atë me kohë. Çdo herë, nëna duhet ta çojë me makinë të bijën në shkollë, duke i mbajtur leksione për udhe rreth përpikërisë në orar.

Mirëpo, ka më shumë gjasa që bija ta ndryshojë sjelljen e saj nëse nëna e saj pushon së foluri dhe e lë atë të ecë në këmbë deri në shkollë. Nëse diçka e tillë nuk është e rrezikshme, nëna duhet t'i thotë së bijës se do ta çojë me makinë më vonë, pasi t'i kryejë disa punë në shtëpi. Bija do të turpërohet të

arrijë vonë në shkollë pasi orët të kenë filluar, dhe kjo situatë do t'i japë asaj mundësinë t'i përmirësojë gabimet e saj, ngaqë gabimet mund të jenë mundësi për të mësuar. Nuk ka kuptim që prindërit ta humbasin durimin për dështimet e fëmijëve të tyre, ngaqë çirra rrallëherë arrin diçka, dhe bën që çdokush të ndjehet më keq. Në vend të kësaj, ata duhet të gjejnë mënyra për ta përmirësuar situatën, ngaqë fëmijët do të mësojnë më shumë sesa nga qortimet, por edhe prindërit do të ndjehen më mirë.

Shembulli 4: Është radha e djalit ta bëjë darkën. Ai harron, mbetet deri vonë në shkollë për të luajtur futboll, dhe arrin në shtëpi vonë. Në vend që t'i çirret apo ta fillojë darkën vetë, nëna mund të orvatet të thotë: "Kemi një problem tani. Si thua ti, çfarë mund të bëjmë rreth kësaj?" Ai mund të vendosë të ziejë vezë, të bëjë një sandviç të shpejtë me djathë, apo ta ndërrojë radhën me personin që e ka radhën të nesërmen. Akoma më e rëndësishme se shtruarja e darkës në tryezë, ai do të motivohet që t'i marrë seriozisht zotimet e tij.

Disa fëmijëve u bëhet shprehi t'i fajësojnë njerëzit e tjerë, apo rrethanat, për gabimet e veta. Mirëpo, kjo vetëm mund t'ua mohojë atyre mundësinë që të bëhen më të mirët që munden. Prindërve mund t'iu kujtohen situata kur ata vetë, si fëmijë, mund të kenë refuzuar ta pranojnë përgjegjësinë e plotë. Zakonisht, këto situata kanë bërë që prindërit të zhgënjehen me fëmijët e tyre, për shkak të papërgjegjësishë së tyre.

Fëmijët mund të ndiejnë se prindërit e tyre vazhdimisht u tregojnë se çfarë duhet të bëjnë. Kjo ndoshta është për shkak se fëmijët nuk e kanë marrë iniciativën për ta pranuar përgjegjësinë e plotë. Fëmijët duhet ta marrin iniciativën, dhe t'i ndryshojnë negativet në pozitive, dhe pastaj prindërit do të reshtin së thëni t'iu thonë atyre çfarë të bëjnë.

Pasojat e papërgjegjësive seksuale

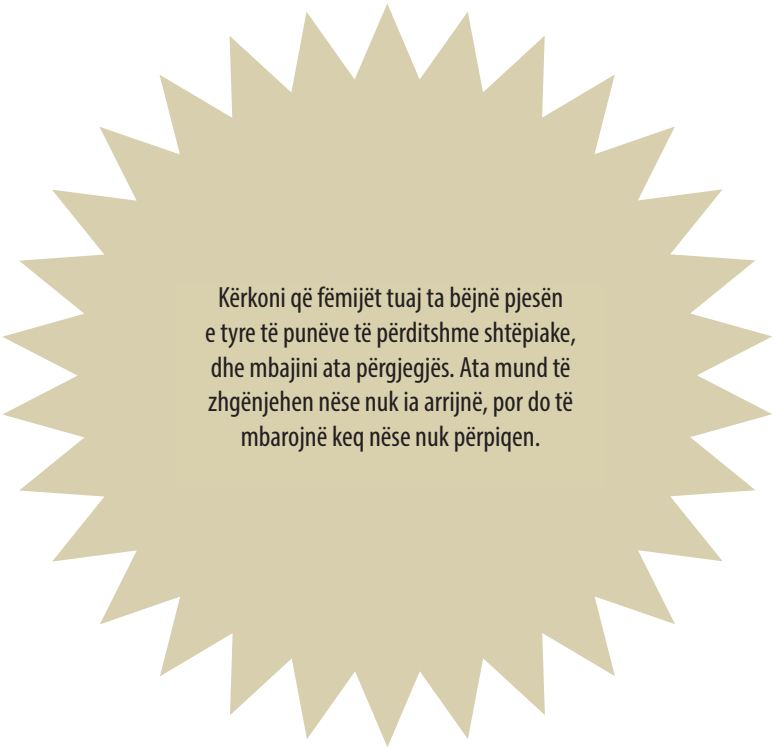
Midis viteve 2002 dhe 2007, në Mbretërinë e Bashkuar kishte 268 vajza shtatzëna të moshës 12-vjeçe; 2.527 të moshës 13-vjeçe; 14.777 të moshës 14-vjeçe dhe 45.861 të moshës 15-vjeçe, edhe pse këto shifra mund të jenë vetëm maja e ajzbergut, sepse shumë vajza të reja mund të kenë pasur aborte të padëshiruara, apo aborte të jashtëligjshme që nuk janë shfaqur në statistikat zyrtare.

Sipas Norman Wells, nga Family Education Trust (Fondacioni për Edukatë Familjare), një numër që rritet në formë spiraleje i infeksioneve që barten seksualisht, bashkë me një numër në rritje të njerëzve të rinj që kanë bagazh emocional në moshën madhore, janë vetëm disa nga pasojat e hidhura të shoqërisë sonë tejet të seksualizuar sot ku fëmijët inkurajohen të vishen dhe sillen në një mënyrë seksualisht të hershme. Ai i fajëson edukatorët “tejet të papërgjegjshëm” seksualë për këtë, të cilët “duke i inkurajuar të rinjtë të përdorin mjete kontraceptive, në vend që t’i dekurajojnë ata nga futja në veprimtari seksuale në rend të parë, e përkeqësojnë situatën”. (Martin 2010)

Kur’ani iu drejtohet veprimeve dhe pasojave:

E kush punoi ndonjë të mirë, që peshon sa grimca, atë do ta gjejë. Dhe kush punoi ndonjë të keq, që peshon sa grimca, atë do ta gjejë. (Kur’ani, 99:7-8)

Përgjegjësia dhe llogaridhënia janë parime bazë që ne duhet t’ua mësojmë fëmijëve tanë. Në kapitullin në vijim merremi me konceptin e pavarësisë, që është e domosdoshme për t’u mësuar përgjegjësia.



Kërkoni që fëmijët tuaj ta bëjnë pjesën e tyre të punëve të përditshme shtëpiake, dhe mbajini ata përgjegjës. Ata mund të zhgënjehen nëse nuk ia arrijnë, por do të mbarojnë keq nëse nuk përpiqen.

Aktivitetet



AKTIVITETI 57: ZOTI I VËZHAGON TË GJITHA GRUPET

Leni një fëmijë t'i lexojë këto tregime dhe më pas të gjithë komentoni.

a) Në kampin veror të fëmijëve në radhë për darkë kishte një tabelë në të cilën shkruante: “Merrni vetëm një mollë, Zoti vëzhgon”. Në fund të radhës, kishte ca ëmbëlsira pa tabelë. Një fëmijë shkroi një tabelë dhe e vendosi te ëmbëlsirat: “Merrni sa të dëshironi se Zoti është i zënë duke i vëzhguar mollët”. (PASTORI PETE MARTIN NË PRITJEN PËR RAMAZAN TË III, TETOR 2007)

b) Kur Omer ibn el-Hattabi ishte Halif dhe e pa një tregtar teksa mashtronte, ai i tha “tëllallit” të tij që të deklaronte me zë: “Kushdo që mashtron, nuk është nga ne. Është e paligjshme t'i shtohet ujë qumështit para se të shitet”.

Më pas, biseda vijuese u zhvillua në një shtëpi në Medine:

Nëna: Bija ime, çohu dhe shtoi ujë qumështit që të marrësh më shumë para.

Bija (me mirësjellje): A nuk e dije se tellalli i Omerit sot deklaroi se kurrfarë uji nuk duhet shtuar qumështit?

Nëna: Bëj atë që të them unë, as Omeri e as tellalli i tij nuk do të na shohin!

Bija: Si mund t'i bindem sundimtarit në publik dhe t' mos i bindem në vetmi? Nëse Omeri nuk na sheh, Zoti i Omerit na sheh! Gjithmonë!

AKTIVITETI 58: NJË MËSIM PËR AKSIDENTET DHE PËRGJEGJËSINË!

Përgjigjuni pyetjes vijuese, dhe më pas mendoni për komentet më poshtë.

Biri juaj 12-vjeç luan bejsboll në oborrin pas shtëpisë, kur e godet topin dhe e thyen xhamin e fqinjit. Ju:

a) I telefononi fqinjët për t'iu thënë se do të paguani për dritaren, pastaj e ndëshkoni birin tuaj.

b) I thoni birit tuaj të shkojë te fqinji dhe t'ia shpjegojë se ai aksidentalisht e ka thyer dritaren, dhe se do të paguajë për të. Ju paguani për dritaren dhe e hiqni atë nga paratë e xhepit që i jepni.

c) I thoni birit tuaj të shkojë te fqinji dhe t'ia shpjegojë se ai aksidentalisht e ka thyer dritaren dhe se do të paguajë për riparimin nga kursimet e tij (nëse ka), ose do të fitojë para shtesë për ta paguar menjëherë riparimin.

KOMENTE: Kjo është një situatë ideale për t'ia mësuar birit tuaj konceptin e përgjegjësisë për veprimet e tij, pa u zemëruar me të, dhe pa pasur nevojë për ta ndëshkuar. Nëse jeni përgjigjur:

a) Kur e thërrisni fqinjin, biri juaj nuk mëson asgjë, përveç se dikush do ta nxjerrë nga balta në kohë krize. Përse ta ndëshkoni? Ishte aksident.

b) Hapi i parë i mirë (ta dërgoni djalin t'iu thotë fqinjët për dritaren e thyer).

c) Shkëlqyeshëm! Tani biri juaj merr përgjegjësinë e PLOTË për veprimin e tij. Kjo metodë vepron më mirë se përgjigja (b).



KAPITULLI 19

Mësimi i pavarësisë

- Rritja “në varësi” në Amerikë **372**
- Mit **374**
- Arritjet specifike sipas moshës **375**
- Lini kalamajtë ta gjejnë rrugën e tyre **376**
- Ankthi i ndarjes: trajtimi i sjelljes ngjithëse **376**
- Adoloshentët – Realiteti **377**
- Ndikimi i stileve të prindërimit: bazuar mbi autoriteti kundrejt bazuar mbi pushtet **379**
- Shkathësi për ndërtimin e autonomisë te fëmijët **381**
- Këshilla për prindërit **385**
- Këshilla kundrejt autonomisë: bija dhe nëna e saj **387**
- Nëse prindërit nuk i pëlqejnë shokët e fëmijëve **390**
- Ndihma fëmijëve për të marrë vendime e shton autonominë **390**
- Hapa për vendimmarrje **391**
- Aktivitetet 59–61 **392**

Rritja “në varësi” në Amerikë

Prindërit në Amerikë ankohen se shumë fëmijë vazhdojnë të presin tepër nga ata për kohë shumë të gjatë. Si shoqëri, Amerika nuk ia arrin t’i përgatisë fëmijët e saj për ta braktisur shtëpinë dhe për t’u bërë të pavarur.

Këtu është në veprim një ironi e tmerrshme. Edhe pse prindërit sot dëshirojnë që fëmijët e tyre të jenë të lumtur, formula me të cilën i rrisin ata është një recetë për palumturi. Fëmijët nuk janë mësuar të jenë autonomë, ngaqë diçka e tillë nuk është pritur nga ata. Prindërit shpenzojnë gjithnjë e më shumë, financiarisht dhe emocionalisht, për mirëqenien e fëmijëve të tyre. Ata janë të sinqertë në përkushtimin e tyre, duke u përpjekur të bëjnë punë të mirë për t’i realizuar ambiciet më të thella të tyre për fëmijët e vet.

Super-prindërit dallohen në dy mënyra kryesore: nga ajo se çfarë bëjnë për fëmijët e tyre, dhe nga ajo se çfarë iu japin fëmijëve të tyre. Në mënyrë tipike, ata bëjnë çmos për t’u siguruar që fëmijët e tyre t’i kenë të gjitha leverditë. Ata i dekorojnë dhomat e fëmijëve të tyre me ngjyra stimuluese; blejnë një larmi lodrash edukuese, dhe bebes i japin një sërë masazhesh të shtrenjta. Ata i ndojnë nëpër shoma fëmijët e tyre sipas këshillës së ekspertëve për zhvillim të fëmijëve. Ata i regjistrojnë fëmijët e tyre për orë gjimnastike, i dërgojnë në institucionet parashkollore më progresive, dhe i regjistrojnë ata për futboll që në moshën katërvjeçare. Ata sakrifikojnë kohën, miqësitë dhe interesat personale – nganjëherë edhe jetën e tyre seksuale. Ata lejojnë që fëmijët e tyre t’iu ndërhyjnë dhe lënë gjithçka për të shfrytëzuar çdo çast mësimi. Çështje më e rëndësishme, ata shfrytëzojnë çdo mundësi për ta ndërtuar vetëvlerësimin e fëmijëve të tyre (duke u dhënë komplimente se sa të mençur, sa sportivë, sa artistikë, sa të talentuar dhe sa të pashëm janë ata). Ata planifikojnë festa ditëlindjeje të hollësishme, sikur fëmijët e tyre të ishin princër apo princesha. Madje edhe kur fëmijët bëhen të llastuar, prindërit vazhdojnë t’iu japin dhurata, dhe ta plotësojnë çdo kërkesë të tyre. Këta prindër nuk dëshirojnë t’i privojnë



fëmijët e tyre në asnjë mënyrë. Fatkeqësisht, kjo çon në katastrofë. Privimi i vërtetë për fëmijët e tyre qëndron në atë që nga ata nuk pritët ta braktisin shtëpinë, dhe që nuk iu lejohet ta përjetojnë pavarësinë.

Shumë nga prindërit e adoleshentëve të rinj në ditët tona në Shtetet e Bashkuara janë rritur mjaft ndryshe. Asokohe, fëmijët vetëm përziheshin me fëmijë të tjerë, dhe prindërit me prindër të tjerë. Disa nëna do t’iu thoshin kalamajve të tyre: “Mos më shqetëso, përveç nëse gjakosesh”. Angazhimet sportive mbaheshin pas orarit të mësimt, në vend se të jenë aktivitete gjatë fundjavës, dhe prindërit nuk vinin gjithmonë t’i shikonin lojërat. Prindërit zakonisht ua linin mësimdhënësve shkollimin e fëmijëve të tyre. Prindërit nuk brengoseshin aq shumë se a ishin fëmijët të lumtur; ata brengoseshin nëse vetë ishin të lumtur.

A E KEMI FJALËN PËR VARËSI APO PAVARËSI?

Mësimi i pavarësisë te fëmijët nuk do të thotë të ashpërsohen marrëdhëniet me prindërit tërësisht. Duhet pasur edhe autonomi, edhe ndërvarësi midis të gjithë anëtarëve të familjes.

Kur prindërit e sotëm ishin fëmijë në Shtetet e Bashkuara, familjet ishin më të mëdha, shtëpitë ishin më të vogla dhe shërbimet ishin të kufizuara. Shumë fëmijë punonin me orar të shkurtuar gjatë shkollës së mesme dhe kolegjit, për të ndihmuar t'i paguanin harxhimet e tyre. Ata siguronin makina vetëm kur vetë mund t'i paguanin ato. Edhe prindërit edhe fëmijët supozonin se kur të rinjtë të mbarojnë shkollën e mesme apo kolegjin dhe të gjenin punësim, ata do të bëheshin të vetëmjaftueshëm financiarisht. Ky supozim çoi në pavarësimin e fëmijëve.

Prindërit e sotëm duket sikur tepër shqetësohen që fëmijët e tyre të ndjehen mirë, dhe shpesh harrojnë t'i mësojnë ata të jenë të mirë. Nuk vihet theks i mjaftueshëm mbi të qenët qenie njerëzore të hijshme që mendojnë edhe për të tjerët, e jo vetëm për veten. Fëmijët të cilëve iu është dhënë tepër, kanë më pak dhembshuri për njerëzit e tjerë, dhe shqetësohen tepër për veten. Fëmijët e llastuar bëhen shokë dhome të këqij, e madje edhe bashkëshortë(e) më të këqij. Kur këta fëmijë të rriten, puna e prindërve nuk ka mbaruar. Ka më shumë kërkesa apo nevoja, dhe prindërit nuk thonë jo – apo e thonë këtë, por nuk i përmbahen dot. Ata dëshirojnë që fëmijët e tyre të jenë të lumtur, pavarësisht nga gjithçka. Këta prindër po ashtu besojnë se t'iu jepet më shumë do t'i bëjë ata më të lumtur. Ajo që rezulton është një sërë fëmijësh të rritur të papërgjegjshëm dhe të varur, dhe një grup gjithnjë e më i nxehur i prindërve. Atyre u ka ardhur në majë të hundës, dhe nuk e kanë idenë se çfarë të bëjnë rreth kësaj.

Kjo dukuri në asnjë mënyrë nuk është e kufizuar te familjet e begata. Ka fëmijë amerikanë të çdo niveli të ardhurash, që i shohin prindërit e tyre vetëm si burim parash. Shumë prindër

kursejnë para dhe jetojnë thjeshtë, e megjithatë iu dhurojnë një pjesë të madhe të asaj që kanë lënë anash bijve dhe bijave të tyre. Fëmijët mësojnë të jenë shkapërdarë dhe tejet të varur.

Kur arritjet e fëmijëve kanë aq rëndësi të madhe, sa që i bëjnë prindërit të intervenojnë vazhdimisht, kufiri i rëndësishëm midis “vetes” dhe “tjetrit” turbullohet, ndërsa aftësia e fëmijëve për të mësuar mjegullohet. Ndihma e duhur prindërore është e domosdoshme dhe e rëndësishme. E megjithatë, madje edhe në rastet e sëmundjes fizike apo mendore, është gabim të jepet tepër ndihmë dhe fëmijët e rritur të trajtohen si foshnja. Nganjëherë, fëmijët kanë qenë aq të mbi-drejtuar sa që ata vazhdojnë ta kenë tmerrësisht të vështirë të marrin vendime, duke nisur nga: “Çfarë të vesh?” e deri te: “A duhet ta pranoj këtë vend pune?”, apo: “A duhet të marrohem me këtë person?” Ata, të cilëve iu është dhënë aq shumë, bëhen të rritur të rinj që nuk e durojnë rolin e prindërve të tyre në jetët e tyre, ndonëse e kërkojnë atë.



Zhvillimi i vetë-mbështetjes dhe vetëbesimit
Jo varësi e plotë dhe frikë për të marrë vendime



DISA NËNA JANË TË PËRCAKTUARA TA KRYEJNË “MISIONIN E PAMUNDUR”!

DISA NËNA DËSHIROJNË T’I MBROJNË FËMIJËT E TYRE TË DASHUR NGA ÇDOKUSH DHE GJITHÇKA QË DO TË MUND T’I LËNDONTE APO DËSHPËRONTE ATA.

KY ËSHTË NJË MISION I PAMUNDUR.

Një mit

RASTI I FOSHNJAVE QARËSE

Sipas psikologut Jeffry Simpson: “Nëse jeni të pasigurt në moshën njëvjeçare, ka më shumë gjasa të përjetoni emocione negative në marrëdhënien tuaj me partnerin tuaj të tashëm kur jeni 21-vjeç”.

Simpson dhe kolegët e tij kanë ndjekur nga afër 78 njerëz gjatë më shumë se një çerek shekulli, duke filluar që nga mosha kur ata ishin bebe. Nënata i lanë foshnjat në një laborator, dhe nga ato u kërkua të largoheshin për pak kohë. Foshnjat u shqetësuan. Kur nënat u kthyen, disa nga foshnjat u kapën fort për nënat e tyre, kërkuan ngushëllim dhe pas një kohe të shkurtër, u qetësuan. Të tjerët refuzuan të pushonin së qari madje as pas një qetësimi të gjatë. Një grup i tretë bebesh refuzuan të ktheheshin fare nga nënat e tyre për qetësim.

Fëmija i sigurt mëson: “unë mund të llogaris të prindërit e mi për të më qetësuar”, dhe mëson t’i drejtohet të tjerëve. Fëmija i pasigurt mëson:

“prindi im më refuzon”, ose: “prindi im është mospërfillës”, ose: “mua më duhet të protestoj për të tërhequr vëmendje”. Nëse fëmijët janë të pasigurt në moshën njëvjeçare, ata mund të rriten të bëhen të pasigurt e të varur. Foshnjat për të cilët kujdeset në mënyrë të duhur bëhen të sigurt, dhe më pas janë të aftë për t’u bërë të pavarur. Fëmijët të cilët janë të braktisur apo të neglizhuar bëhen të pasigurt, dhe më pas janë më pak të aftë të bëhen të pavarur.

Foshnjat qarëse që iu kthehen nënave të tyre për mbështetje duhet ta marrin atë. Sapo të qetësohen, ata vazhdojnë me eksplorimin e tyre të botës. Partnerët romantikë ngjashëm bëhen më të ndërvarur, sapo të plotësohen nevojat e tyre emocionale. Është shumë më e lehtë për njerëzit të ndërmarrin rreziqe dhe t’i pranojnë sfidat kur e dinë që ka dikush në dispozicion për t’iu ndihmuar dhe për t’i qetësuar ata, nëse diçka shkon keq. Individët më të sigurt janë në gjendje t’iu drejtohen të tjerëve për mbështetje.

Njerëzit që kanë mjaft vetëbesim për t'iu drejtuar të tjerëve për ndihmë – dhe të cilëve u ofrohen ndihma – bëhen vërtet të aftë për ndërvaresi.

Arritjet specifike sipas moshës

Fëmijët e vegjël e konsiderojnë veten si të aftë dhe të pavarur, nëse prindërit e tyre i mësojnë ata të jenë të aftë dhe të pavarur. Fëmijët e mësojnë autonominë kur prindërit e tyre u japin dashuri dhe mbështetje, e inkurajojnë eksplorimin dhe kureshtjen, u mësojnë shkathtësi dhe iu lejojnë fëmijëve të bëjnë zgjedhjet e duhura. Entuziazmi i tyre për eksplorimin e fëmijëve dërgon një mesazh se ata i vlerësojnë këto veprimtari.



“Unë mund ta bëj vetë!”

Detyrat për vetëkujdes çojnë në pavarësim. Përpjekjet e foshnjave t'i ngrenë kokat e tyre, të rrotullohen, apo të ulen, është një hap domethënës drejt pavarësisimit. Dashuria, përzemërsia dhe edukimi do t'i ndihmojnë atyre ta arrijnë atë qëllim.

Ambienti i sigurt është me rëndësi të madhe sapo fëmijët të bëhen të lëvizshëm. Fëmijët kureshtarë qa sapo kanë filluar të ecin kanë pak gjykim për sigurinë e tyre. Pavarësia mund të inkurajohet duke iu dhënë atyre zgjedhje të vogla. Jepuni kalamajve një shkallë



kontrolli mbi jetët e tyre, si përzgjedhja cilin tregim ta lexojnë, cilën këngë ta këndojnë, apo cilën bluzë ta veshin. Parashkollorët janë në gjendje të shprehin shumë mendime, ndjenja dhe nevoja, dhe janë gati të ndër marrin hap më të mëdhenj drejt pavarësisimit. Inkurajoni kalamajtë t'i vënë anash rrobat dhe lodrat, ta shtrojnë tryezën, t'i palosin peshqirët, apo të ndihmojnë në përgatitjen e ushqimit. Kjo ndërton një ndjenjë konkurrence dhe pavarësie.

Kur fëmijët të arrijnë moshën shkollore, ka shumë mundësi për ta lehtësuar pavarësimin. Vendimet rreth shokëve, projekteve shkollore dhe lojës, janë që të gjitha pjesë e zgjedhjeve të tyre të përditshme jetësore. Shkathtësitë e vendim-marrjes financiare mund të mësohen duke iu dhënë fëmijëve më të rritur përgjegjësi me paratë (për shembull, dhënia e parave të xhepit javore, apo caktimi i një fëmije si arkëtar familjar). Është me rëndësi të respektohen zgjedhjet e fëmijëve kurdo të jetë e mundur. Duke ua treguar atyre entuziazmin e vërtetë dhe duke i miratuar detyrat e shumta të vogla që i arrijnë fëmijët e rinj, prindërit iu ndihmojnë atyre të marrin kontrollin mbi botën e tyre, dhe i përgatisin ata për një jetë të shëndoshë dhe të pavarur.

Lini kalamajtë ta gjejnë rrugën e tyre

Fëmijët dëshirojnë të provojnë gjëra për veten. Ju mund ta keni të vështirë ta ndiqni kur fëmijët tuaj të kalojnë nga një qëndrim këmbëngulës “më lër ta bëj unë” në një çast, në të qenët ngjitës dhe të trembur që t’ju lëshojnë në çastin tjetër. Pika në vijim ndihmojnë në marrjen me kalamajtë:

“... bëni çfarëdo që mundeni për të ndër-tuar ndjenja sigurie te fëmijët, duke kush-tuar shumë vëmendje të përzemërt...”

- Sjellja sfiduese dhe mosbindja (refuzimi për t’u pajtuar me kërkesat e të rriturve) janë pjesë thelbësore e dëshirës së kalamajve për pavarësim.
- Ndjekja e udhëheqjes së kalamajve do të largojë mjaft nga kokëdhembja. Nëse ata dëshirojnë t’iu qepen prindërve të tyre, atëherë ata duhen lejuar ta bëjnë këtë. Nëse ata dëshirojnë t’i bëjnë gjërat sipas mënyrës së tyre, atëherë prindërit duhet t’i shkojnë sipas qejfit (për sa kohë që kjo është e arsyeshme).
- Shpërqendrimi është një taktikë veçanërisht e dobishme kur kalamajtë nuk dëshirojnë të ndjekin urdhra. Në mënyrë alternative, fëmijëve mund t’iu lejojë të bëjnë zgjedhje dhe t’iu ofrohet ca kontroll.
- Duhet shmangur urdhrat dhe ultimatumet. Ato nxisin luftë për pushtet dhe beteja të pafundme me shumicën e kalamajve. Mësimi përmes udhëheqjes është më produktiv. Kalamajtë duket sikur urrejnë çfarëdo forme kontrolli nga të rriturit, duke parapëlqyer të vishen dhe të ushqehen vetë, pa ndihmën e prindërve. Kjo sjellje e kundërt është mjaft normale, madje edhe nëse prindërit e konsiderojnë këtë si irrituese.

Ankthi i ndarjes: trajtimi i sjelljes ngjitëse

Prindërit janë personat më të rëndësishëm për fëmijët e tyre, që është arsyeja se përse është normale frika e një fëmije të vogël nga të huajt dhe nga ndarja prej familjes. Pasi i kanë kaluar një apo dy vitet paraprake të lidhur për prindërit e tyre, duket e arsyeshme që ata të mos i lënë prindërit të largohen nga shikimi i tyre! Ndarja është e vështirë si për prindërit ashtu edhe për fëmijët. Ja disa pika udhëzuese për t’u marrë me ndarjen.

- Prindërit duhet të bëjnë çdo përpjekje për të ndërtuar siguri, duke dhënë sa më shumë dashuri dhe vëmendje, dhe duke i përqafuar apo duke luajtur me fëmijën e tyre. Ndërtimi i ndjenjës së sigurisë kërkon durim, dhe duhet vazhduar derisa fëmija të ndjehet i gatshëm për t’u pavarësuar.
- Ndarjet duhet të jenë të shkurtra kur është e domosdoshme të lihet kalamani, sidomos disa herët e para, dhe duhet lejuar mjaft kohë që fëmija të njihet që më parë me përkujdesësin e tij/saj.



- Është me rëndësi që fëmija të bindet. Mardje edhe ndarjet e shkurtra, si shkuarja në çerdhe fëmijësh në mëngjes, mund të jetë e vështirë për një kalama të ndjeshëm. Prindërit duhet të flasin me fëmijët paraprakisht për ndryshimet në përkujdesjen e tij/saj, dhe t'i ofrojnë të gjitha garancitë se ata do të kthehen. Dorëzimi nuk duhet bërë kurrë me ngutje.
- Prindërit nuk duhet thjesht të ikin pa rënë në sy pas shpinës së fëmijës. Edhe pse ndarjet mund të jenë shqetësuese, është më pak brengosëse për fëmijën në fund nëse prindërit thjesht nuk zhduken. Është me rëndësi që prindërit të tregohen të lumtur, dhe t'i shmangen zgjatjes së ndarjes, ngaqë shfaqja e stresit vetëm shkakton që fëmija të ndjehet i merakosur.
- “Kalamani ngjitës” – nëse fëmija i qepet prindit qoftë edhe gjatë rutinës ditore në shtëpi apo në shitore, prindi duhet të përpiqet të qëndrojë i qetë dhe të vazhdojë si gjithmonë. Ndonëse mund të mos jetë e lehtë të përgatitet dreka apo të vazhdohet biseda me dikë teksa fëmija e shtrëngon prindin kësisoj, në fund kalamani do të ndjehet më i sigurt dhe do ta lëshojë atë.

Është e natyrshme që prindërit të ndjehen paksa të pikëlluar kur bebja e tyre kalon në fazën e ardhshme zhvillimore.

Adoleshentët – realiteti

Për fëmijët e vegjël duhet kujdesur në një mënyrë që është mbrojtëse dhe autoritare, ngaqë ata kanë fare pak përvojë dhe dije. Për shkak të madhësisë së vogël të tyre, fëmijët e rinj duhen mbrojtur dhe mbështetur vazhdimisht. Nganjëherë, prindërit nuk mund të shpjegojnë si duhet përse ata duhet të sillen në një mënyrë të veçantë; ata vetëm duhet t'iu thonë fëmijëve të tyre të bëjnë atë që u thuhet.

Me adoleshentët është ndryshe. Në vend që të jenë “komandant”, prindërit duhet të

jenë negociator i shkathët që bën kompromise. Adoleshentët duhet të mësojnë si të mbijetojnë më vete; ata së shpejti do të largohen nga shtëpia, dhe do të duhet të mbijetojnë pa ndihmën e mamit dhe babit. Është detyrë e prindërve të mos iu qepen fëmijëve të cilët i kanë dashur, dhe ndoshta llastuar, por t'iu ndihmojnë atyre të bëhen të sigurt në vetvete. Prindërit duhet të ndërrojnë nga frenimi i ngushtë në frenim të lirë, dhe pastaj të përgatiten t'i dorëzojnë frenat krejtësisht. Adoleshentët duhet të mësojnë se si të jenë më pak të varur nga prindërit. Kjo është e vështirë kur ka konflikt me prindërit.

Adoleshentët bëhen përtacë kur nëna zgjedh të bëhet shërbëtoare shtëpiake për familjen e saj. Ata nuk bëhen aspak të sigurt në vetveten, por rriten duke pritur të kenë dikë që do t'i presë ata.

Gjëja e vështirë për t'u kuptuar nga një nënë që është gjithmonë shërbëtoare është se përkundër qëllimeve të mira të saj, ka të ngjarë që adoleshentët të ndjehen vetëm të nxehur dhe të irrituar ndaj saj, në vend që të jenë përplot dashuri dhe mirënjohje, ashtu siç ka shpresuar ajo. Nxehja e tyre rritet, ngaqë fëmijët rriten me ndjenjën se ata mund të bëjnë pak a shumë çfarë të dëshirojnë, dhe t'ia dalin paq. Nëse kufijtë nuk janë të qartë për adoleshentët, ata mund të jenë të pasigurt për atë që iu lejohet apo nuk iu lejohet të bëjnë, ndërsa është në natyrën njerëzore të shkohet deri në fund.

Disa prindër janë agresivë dhe kërkojnë ta kenë nën kontroll çdo situatë. Ky qëndrim çon në konflikt me të rriturit e rinj, që përpiqen ta mësojnë pavarësinë. Është detyrë e prindërve t'iu ndihmojnë adoleshentëve të marrin kontrollin mbi jetët e tyre. Vetë prindërit do të humbasin ca nga kontrolli. Kur prindërit diskutojnë disa çështje me një mik të rritur, shumë herë ata do të duhet të ndryshojnë, sepse mendjet e tyre nuk janë kopje karboni. Prindërit duhet të mësojnë si t'iu lejojnë fëmijët të kenë njëfarë lirie për të qenë ndryshe. Ata nuk



mund t'i kontrollojnë mendjet e adoleshentëve të tyre; ata vetëm mund t'i inkurajojnë ata të shohin një pikëpamje tjetër. Prindërit nuk duhet t'i detyrojnë ata. Nëse prindërit vuajnë nga një tronditje, ata do të duhet ta kapërcëjnë atë. Nëse vuajnë nga dëshpërimi, ata do të duhet të mësojnë të jetojnë me atë. Këto reagime janë normalisht problem i prindërve, jo i fëmijëve të tyre.

Megjithatë, është një problem në rritje ai i AIDS-it, drogave dhe dhunës. Rreziqet për fëmijët janë më tinëzare se kurrë më parë, dhe “mësimi nga gabimet e veta” mund të

mbartë me vete një çmim shumë të lartë. “Çfarë i ndodhi bebes sime?” dhe “Pse thjesht nuk rritesh!” janë shprehje të zakonshme të disa prindërve. Adoloshenca është koha kur prindërit dhe fëmijët e ripërkufizojnë marrëdhënien e tyre për më mirë, dhe kur të rriturit duhet gjithsesi t'iu ofrojnë adoleshentëve udhëzimin dhe rehatinë që ata do ta vlerësojnë, dhe do ta mbajnë në mend.

Shumica e prindërve e kuptojnë se ata kanë më pak për të thënë për atë që bëjnë fëmijët e tyre, teksa pasojat e veprimeve të fëmijëve të tyre bëhen më të mëdha. Prindërit duhet

Për disa baballarë, lejimi që vajzat e tyre “të largohen” është e vështirë. Ata janë tepër mbrojtës, ndaj bijat e tyre zhvillojnë varësi afatgjatë nga ata. Atëherë vajzat nuk mësojnë që të marrin vendime më vete. Ato nuk mund ta vazhdojnë patentën e shoferit apo të plotësojnë një formular për sigurimin e makinës, apo të hapin një llogari bankare, apo të bëjnë një udhëtim dy orësh me makinë vetëm. Prindërit nuk duhet të lejojnë të ndodhë kjo. Ata mund t'i japin bijës së tyre autonomi kur ajo është e vogël. Mbetja gjatë natës te shtëpia e një shoqeje, apo një javë në kamp veror nën mbikëqyrjen e prindërve të besueshëm do të ndihmonte.

Një përkufizim i pavarësisë!

Pavarësia është numri i zgjedhjeve, opsioneve apo alternativave që prindërit ia japin fëmijës së tyre.

ta pranojnë se fëmijët e tyre do të dëshirojnë t'i shkarkojnë ata si "menaxherë" të tyre dhe, kësaj, ata duhet të përpiqen të ripunë-sohen si "konsulentë", që ofrojnë udhëzim dhe vazhdojnë të ushtrojnë ndikim, e megjithatë mësojnë të heqin dorë nga kontrolli. Nëse prindërit i qepen kontrollit, ata do të kenë grindje të pafundme.

Derisa adoleshentët njihen për atë që iu thonë prindërve të tyre që t'i lënë rehat, adoleshentët e mëparshëm pajtohen se shumica e adoleshentëve fshehurazi kanë nevojë ta dinë se prindërit e tyre janë të brengosur për ta.

Për shembull, edhe pse Jimenez u rrit në një zonë ku bandat ishin aktive, prindërit e tij e paralajmëruan atë që të mos përfshihet në ndonjë bandë. Ai thotë: "Unë e dija se prindërit e mi brengoseshin për mua, prandaj nuk kisha nevojë për atë strukturën familjare që e sigurojnë bandat, dhe prindërit e mi më mësuuan të mendoj në mënyrë të pavarur dhe të mos ndjek njerëz të tjerë".

**Besimi te fëmijët + Udhëzimi prindëror →
Autonomi, Përgjegjësi**

Ndikimi i stilit të prindërimit: Bazuar mbi autoritet kundrejt bazuar mbi pushtet

Prindërimi i bazuar mbi autoritet do të thotë prindërim që ushqen dhe inkurajon vetëmbështetjen, ndërsa prindërimi i bazuar mbi pushtetin do të thotë prindërim që ushqen dhe inkurajon varësinë. Edhe pse shumë të rritur e kanë të vështirë të marrin vendime kohë pas kohe, për disa ky është një problem kronik që shkakton kërdi të përditshme në jetët e tyre. Vendimi se ku të shkohet për darkë, çfarë të blihet, apo çfarë kursi të ndiqet,

nganjëherë mund të jetë ndodhi e dhimbshme. Për disa, duket gjithmonë më mirë të lëshohet pe para gjykimit të të tjerëve, sesa të gjykojnë vetë.

Adoleshentët që kanë mjaft përgjegjësi dhe autonomi reale në jetët e tyre, ka më pak të ngjarë që ta kërkojnë atë në mënyra të rrezikshme.

Dy frikë të zakonshme zhvillohen te fëmijët që janë rritur nga prindër që bazohen te pushteti. Frika e parë është frika nga mospushteti. Për të rriturit që kanë droje nga vendimi, vështirësia e tyre shpesh zhvillohet që nga fëmijëria, në të cilën dikush vazhdimisht ka marrë vendime për ta. Shumë shpesh, ka pasur dikush që ka qenë i gatshëm t'i mbrojtë ata nga çfarëdo mundësie mospushteti; apo ka qenë thjesht më e lehtë të merret një vendim i shpejtë për ta. Fëmijët e prindërimit të bazuar mbi pushtetin thonë: "pse të rrezikoj të mos kem sukses, nëse dikush tjetër do ta bënte këtë për mua?" Këta fëmijë rriten më pak të aftë për të menduar, dhe i shmangen vendimmarrjes. Përveç kësaj, duke qenë të mbrojtur nga mospushteti, ata janë njësoj të privuar nga ndjenjat e mira që e shoqërojnë vendimmarrjen e suksesshme.

Frika e dytë është frika nga refuzimi. Fëmijët që janë rritur me varësinë që shpesh e shoqëron prindërimin e bazuar mbi fuqi, janë të prirë të rriten duke pasur nevojë për miratimin e mamit dhe babit. Edhe pse në vitet e hershme të tyre kjo mund të jetë e shëndoshë dhe e dëshiruar, në fund, vetë-vlerësimi dhe vetë-aprovimi i tyre bie. Kur vetë-aprovimi është i dobët, ata do ta bartin atë nevojë për aprovim nga mami dhe babi te të tjerët në jetën e tyre. Qëndrimi i tyre mund të jetë: "Meqë marrja e vendimit të gabuar mund të çojë në mosmiratim dhe refuzim, më mirë është të mbetem pasiv dhe i varur".

Nga ana tjetër, prindërit që bazohen mbi autoritetin, i mësojnë fëmijët e tyre të merren guximshëm me mospushtetin dhe refuzimin. Në të njëjtën kohë, ata i ndihmojnë fëmijëve të marrin rreziqe të mësuara, gjë që është me



rëndësi thelbësore për vendimmarrjen e mirë. Duke e inkurajuar vetëmbështetjen, prindërit iu ofrojnë fëmijëve mundësi për të mësuar, dhe për të pasur sukses, duke iu dhënë atyre mundësinë që realisht të kenë mossukses. Thënia: “ma trego një sukses, që unë të ta tregoj një mossukses”, nënkupton se shumë suksese vijnë si rezultat i mossuksesit. Fëmijët do të mësojnë nga ato mossuksese duke vlerësuar se çfarë nuk ka shkuar siç duhet, duke vendosur se çfarë duhet shmangur herës tjetër, dhe pastaj duke provuar sërish.

Vendosni udhëzime, por mos e ngatërmoni fleksibilitetin me mungesën e konsistencës. Meqenëse konsistenca ushqen sigurinë, parashikueshmërinë dhe një të kuptuar për shkakun dhe pasojën, ajo është një karakteristikë e rëndësishme e prindërimit. Çelësi është të qenit i gatshëm dhe i aftë për të qenë fleksibël dhe, në të njëjtën kohë, konsekuent. Fleksibiliteti që është shenjë dalluese e prindërimit të bazuar mbi autoritet, i referohet paanësisë dhe gatishmërisë për t’i rivlerësuar vendimet, bazuar mbi të dhënat e reja që dalin në dritë. Udhëzimet e vendosura nga prindërit që bazohen mbi autoritetin nganjëherë ndryshojnë, por vetëm kur ka arsye të mirë për këtë.

Ngurtësia, nga ana tjetër, është refuzimi për të ndryshuar edhe kur rrethanat e reja kërkojnë nga ju të ndryshoni. Mesazhi që e pranojnë fëmijët nga prindërit e tyre që bazohen te pushteti është: “ngaqë unë thashë ashtu”, ose:

“ngaqë unë jam prindi yt”, ose: “bëj si them unë” (pa ndonjë logjikë apo kuptim). Fëmijët përfundimisht mund të arrijnë një nivel të tillë frustracioni, saqë t’i shkelin udhëzimet e ngurta të prindërve të tyre. Ata fillojnë të bëjnë gjëra: “në mënyrën time dhe për vetë”, pa e menduar deri në fund “shkakun dhe pasojën”. Meqenëse ata nuk kanë mësuar se si ta mbijetojnë mossuksesin dhe refuzimin, rebelimi i tyre çon në më shumë gabime, me të cilat ata nuk janë të pajisur të dalin në krye. Rezultati i pashmangshëm është frustracioni, vetëmposhtja dhe respekti i dobët për veten. Ne shohim shenja të kësaj kudo në shoqëri sot në formën e adoleshentëve kriminelë dhe shkatërrimtarë.

Rezultati tjetër fatkeq i prindërimit të bazuar mbi pushtet është se disa fëmijë reagojnë në mënyra të kundërta nga ato të përshkruara më sipër. Ata bëhen të rritur qullashë që lejojnë dikush tjetër t’i kontrollojë. Kjo rezulton në martesë ku një person, që ka nevojë të kontrollojë dhe dominojë, kërkon një tjetër që ka nevojë të kontrollohet dhe të dominohet. Çifti i tillë e bën marrëdhënien të mjerë, dhe ajo shpesh përfundon në dhimbje dhe pikëllim.

Fëmijët e prindërve që bazohen mbi pushtet mund ta kenë të vështirë me bashkëshorte(i)n e tij/saj gjatë martesës: tepër të shqetësuar ose tepër argumentues!



Shkathtësitë për ndërtimin e autonomisë të fëmijët

Çështjet si bandat, drogat apo seksi, përfshijnë rreziqe të vërteta, dhe pasoja të përhershme. Këto rreziqe nganjëherë mund t'i provokojnë prindërit të bëhen diktatorë, në vend se konsulentë. Të rinjtë thonë se gjatë këtyre çështjeve të vështira, pikërisht besimi të fëmijët është vendimtar (Faber dhe Mazlish 1982).

Liz, 20-vjeçe, e cila u rrit në Kaliforni, thotë se ajo e vlerësonte faktin që prindërit e saj merreshin hapur me çfarëdo pyetjesh që ajo kishte rreth seksit apo drogave. Ata e pranonin se fëmijët provonin gjëra të reja, e megjithatë ata i kishin dhënë asaj një mesazh të fuqishëm për të qëndruar larg seksit dhe drogave. Ato nga shoqet e saj të klasës, prindërit e të cilave e ndalonin diskutimin rreth drogave dhe konsumimit të alkoolit, ishin pikërisht ato që

vazhdimisht ishin të dehura pas shpinës së prindërve të tyre. Inkurajimi i fëmijëve që ta ushtrojnë “vendimmarrjen” e tyre, është më e mençur se marrja e të gjitha vendimeve për ta, pavarësisht se sa më mirë dinë babai apo nëna. Adoleshentët që kanë përgjegjësi dhe autonomi reale të mjaftueshme, ka më pak të ngjarë të bëjnë gjëra të rrezikshme.

Kur njerëzit vendosen në pozita të varura, ata përjetojnë ndjenja të pafuqisë, pavlerës, fyerjes dhe mllëfit. Kjo paraqet një dilemë për prindërit. Nga njëra anë, fëmijët janë haptazi të varur nga ne për shkak të papërvojës. Ka aq shumë gjëra që ne duhet t'i bëjmë për ta, dhe t'ua themi atyre dhe t'ua tregojmë atyre. Nga ana tjetër, varësia e tyre mund të çojë në armiqësi. Fatmirësisht, mundësitë për ta inkurajuar autonominë e fëmijëve paraqiten për çdo ditë. Ja disa shkathtësi që mund t'iu ndihmojnë fëmijëve që të mbështeten tek vetja: (Faber dhe Mazlish 1982)



• Kurdo që prindërit i dëgjojnë ndjenjat e fëmijëve, apo i ndajnë ndjenjat e veta me ta, apo i ftojnë ata të zgjidhin ndonjë problem bashkë me ta, ata e inkurajojnë vetëmbështetjen e tyre. Një nënë ka thënë: “Unë akoma mund ta dëgjoj gjyshen time teksa me admirim thotë për një fqinjë: ‘Ajo është nëna më e mrekullueshme. Ajo bën gjithçka për fëmijën e saj!’” Shumë njerëz janë rritur duke besuar se nënat e mira kanë bërë thuajse gjithçka për fëmijët e tyre. Çështje akoma më e keqja, ata po ashtu edhe kanë menduar për ta. Kontrolli i tepërt rezulton në polemika rreth çështjeve triviale, garë midis dëshirave dhe shumë frustracion.

• Prindërit duhet që shkallë-shkallshëm t’ua kalojnë fëmijëve përgjegjësitë që me të drejtë iu takojnë atyre. Kurdo që prindërit ndjejnë se janë duke u përfshirë, ata duhet ta pyesin veten: “A kam unë ndonjë zgjidhje këtu? A duhet ta marr këtë mbi vete? A mund t’i bëj fëmijët përgjegjës?”

• Një shprehje e mirë për prindërit është që ta pyesin veten shpesh: Çfarë them apo bëj unë që e mban fëmijën të varur nga unë? Dhe shmangeni atë. Çfarë mund të them apo bëj unë për ta inkurajuar autonominë e fëmijës tim? Dhe bëjeni atë.

Orvatja për t’i mbrojtur fëmijët nga zhgënjimi, po ashtu i pengon ata nga shpresa, përpjekja, ëndërimi dhe arritja.

NJË HISTORI E VËRTETË E PABESUESHME!

Një nënë e rrëfeu këtë histori: Më kujtohet kënaqësia nga ndjenja që isha tërësisht e nevojshme për tre fëmijët e mi. Dhe kështu ndodhi që me ndjenja të përziera zbulova që një orë mekanike me alarm mund t'i zgjonte ata në mënyrë më efikase se unë; dhe po ashtu me ndjenja të përziera unë hoqa dorë nga puna ime si lexues i tregimeve për gjumë, kur fëmijët mësuani të lexonin vetë.

Ishin pikërisht emocionet e mia kundërthënëse për pavarësinë e tyre në rritje e sipër, që më ndihmuan ta kuptoj një histori të rrëfyer nga një mësuese në kopshtin për fëmijë, që i përshkroi përpjekjet e saj për ta bindur një nënë të re se i biri i saj do të ishte në rregull, edhe nëse ajo nuk do të qëndronte në klasë bashkë me të. Pesë minuta pasi u largua nëna, fëmija kishte nevojë të shkonte në nevojtoje. Kur mësuesja i tha të shkonte, ai murmuriti i trishtuar: "S'mundem se mami im nuk është këtu. Ajo më duartrokoi kur unë mbaroj". Mësuesja i tha: "Ti mund të shkosh në nevojtoje e pastaj vetë të duartrokasësh". Fëmija u duk paksa i habitur, por mësuesja e çoi deri te nevojtoja dhe priti jashtë. Pas ca minutash, ajo dëgjoi një zë duartrokitjeje.

Më vonë atë ditë nëna e thirri mësuesen për t'i thënë se fëmija i saj kishte ardhur në shtëpi duke thënë: "Mami, unë mund të duartrokas për veten. Nuk më duhesh më në nevojtoje!"

"A mund ta besoni", bërtiti mësuesja: "nëna tha se ajo në të vërtetë ishte e dëshpëruar për shkak të kësaj".

LINI FËMIJËT TË BËJNË ZGJEDHJE

Pyetni një fëmijë nëse dëshiron gjysmë gote me qumësht, apo një gotë të plotë me qumësht, apo nëse e do bukën e tij të thekur pak, apo shumë. Për të çdo zgjedhje e vogël paraqet një mundësi më shumë për të ushtruar kontroll mbi jetën e tij. Ai mund të bëhet i nxehur dhe kokëfortë nëse kurrë nuk i jepet zgjedhje.

Ai vazhdimisht dëgjon urdhrat:

"Duhet ta marrësh ilaçin".

"Mjaft i bie tavolinës".

"Shko të flesh tani".

Nëse ne mund t'i ofrojmë atij një zgjedhje, shpeshherë ajo zgjedhje mjafton për ta pakësuar nxehjen e tij.

"Unë mund ta shoh se sa nuk të pëlqen ky ilaçi. A do të ishte më lehtë sikur ta pije me lëng molle apo me lëng portokalli?"

"Kjo e rëna tavolinës vërtet më bezdis. Mund të ndalosh me këtë dhe të rrish këtu, ose të shkosh në dhomën tënde e t'i biesh tavolinës atje. Ti vendos".

"Është koha që mami dhe babi të bisedojnë, dhe koha që ti të shkosh të flesh. A dëshiron të flesh tani, apo dëshiron të luash pak në shtrat, dhe të na thërrasësh kur të jesh gati për gjumë?"

Personat që është më së vështiri të binden se janë në moshën kur duhet të tërhiqen, janë fëmijët në kohën për gjumë.

(BROWN, 1994)

Zgjedhja e detyruar aspak nuk është ndonjë zgjedhje, dhe bëhet vetëm edhe një tjetër mënyrë për ta kontrolluar fëmijën. Një alternativë është të kërkohet nga fëmija të sugjerojë zgjedhje, që do të ishin të pranueshme për të gjithë. Një baba tha: "Gruaja ime dhe unë sapo bëheshim gati ta kapërcenim rrugën me Hanyn, që është trevjeçar, dhe me beben. Ai urren kur e mbajmë për dore, dhe përpiqet të lirohet – nganjëherë në mes të rrugës. Para se të kapërcenim, unë thashë: 'Hany, ti mund ta kapësh ose dorën e mamasë ose dorën time. Ose ndoshta ke ndonjë ide tjetër të sigurt'. Ai u mendua dhe tha: 'Unë do ta mbaj karrocën'. Zgjedhja e tij ishte në rregull për ne".

TREGONI RESPEKT PËR PËRPJËKJEN E FËMIJËS

Kur fëmijëve u thuhet se diçka është "e lehtë", kjo mund të mos iu ndihmojë atyre. Nëse ata ia arrijnë të bëjnë diçka që është e lehtë, ata ndjejnë se nuk kanë arritur shumë. Nëse

dështojnë, atëherë kanë dështuar të bëjnë diçka të thjeshtë.

Mirëpo, nëse atyre në vend të kësaj u thuhet: “Ti mund ta bësh, dhe kjo është e lehtë”, ata marrin një mesazh tjetër. Nëse arrijnë të bëjnë, ata mund të krenohen se kanë bërë diçka të vështirë. Nëse dështojnë, ata janë të kënaqur se kjo detyrë ishte e vështirë. Disa mendojnë se prindërit janë jo të sinqertë kur thonë: “Kjo mund të jetë e vështirë”. Mirëpo, nëse ata e shikojnë detyrën nga këndvështrimi i një fëmije të papërvojë, ata do ta kuptonin se herën e parë që dikush bën diçka të re, është vërtet e vështirë. (Shmanguni thënies: “Kjo duhet të jetë e rëndë për ty”. Fëmija mund të mendojë: “Pse për mua? Pse jo për dikë tjetër?”).

Për disa prindër, është e padurueshme që thjesht të qëndrojnë e ta shikojnë përpjekjen e fëmijës (duke shprehur vetëm keqardhje). Megjithatë, në vend që ta bëni punën për fëmijën, do të ishte më mirë të jepnit informacion të dobishëm: “Nganjëherë është e udhës nëse e tërheq fundin e zinxhirit deri poshtë, para se ta tërheqësh përpjetë”. Ose: “Nganjëherë ndihmon nëse e rrotullon dorezën e drynit të kasafortës disa herë, para se ta provosh kombinimin sërish”. Shprehja: “nganjëherë ndihmon” është veçanërisht e dobishme këtu sepse nëse nuk ndihmon, fëmija është i kursyer nga ndjenjat e papërshtatshmërisë.

MOS PYETNI SHUMË PYETJE

“Ku shkove?” ... “Jashtë”. “Çfarë bëre?”...“Asgjë”. Fëmijët përdorin taktika mbrojtëse për t'i shpërfillur pyetjet, të cilave as nuk janë të gatshëm e as që dëshirojnë t'iu përgjigjen. “Nuk e di”, ose “Më lër rehat”. Kjo nuk do të thotë se prindërit nuk duhet kurrë t'i pyesin fëmijët. Ajo që është me rëndësi është se duhet qenë të ndjeshëm ndaj efektit të mundshëm të pyetjeve.



Një hetim prindëror i zakonshëm që duket të jetë bezdisës është: “A u kënaqe sot?” Kjo është diçka e paarsyeshme t’iu bëhet fëmijëve. Jo vetëm që ata është dashur të shkojnë në zbavitje (shkollë, lojë, kamp...), por po ashtu pritshmëria është që ata duhet të jenë kënaqur. Nëse jo, ata kanë zhgënjimin e vet me të cilin duhet t’ia dalin në krye, plus atë të prindërve. Fëmijët ndjejnë se i kanë zhgënjyer prindërit e tyre, me atë që nuk janë kënaqur.

MOS NXITONI T’IU PËRGJIGJENI PYETJEVE

Duke u rritur, fëmijët pyesin një mori të habitshme pyetjesh: “Çfarë është ylberi?” “Pse bebja nuk mund të kthehet aty nga ka ardhur?” “A duhet ti të shkosh në kolegi?” Prindërit shpesh ndjehen të zënë në grackë, dhe kërkojnë në mendjet e tyre përgjigje të menjëhershme, të përshtatshme. Zakonisht, fëmijët tashmë kanë menduar paksa rreth përgjigjes. Ajo që ata dëshirojnë, është t’i eksplorojnë mendimet e tyre më tutje. Normalisht, gjithmonë ka kohë që i rrituri ta sigurojë përgjigjen “e saktë” më vonë, nëse ajo vazhdon të jetë me rëndësi. Dhënia e përgjigjeve të menjëhershme nuk iu ndihmon fëmijëve. Kjo është kinse prindërit e bëjnë ushtrimin mendor apo të menduarit e tyre më të gjerë për ta. Për fëmijët është më

ndihmuese që pyetjet e tyre t'iu kthehen atyre për ekzaminim të mëtejshëm:

“Pyete veten për këtë? Si thua?”

Prindërit madje mundet edhe ta përsërisin pyetjen.

“Përse njerëzit nuk mund të bëjnë atë që dëshirojnë?”

Ata mund ta vlerësojnë pyetësin:

“Je duke pyetur një pyetje me rëndësi, një të tillë që filozofët e kanë parashtruar me shekuj”.

Nuk duhet të ketë kurrfarë ngutjeje; procesi i kërkimit të përgjigjes është i vlershëm në vete.

INKURAJONI FËMIJËT T’I SHFRYTËZOJNË BURIMET JASHTË SHTËPISË

Një mënyrë për t’ua lehtësuar fëmijëve ndjenjat e varësisë nga familja e tyre, është t’iu tregohet atyre se ka një komunitet më të gjerë aty jashtë, me burime të vlefshme që presin për t’iu vënë rubinetat. Bota nuk është një vend i huaj; aty ka ndihmë për të dhënë kur nevojitet.

Përveç dobisë së qartë për fëmijët, kjo po ashtu i çliron prindërit nga nevoja për të qenë kontrollues gjatë gjithë kohës. Edukatorja në kopsht mund t’i diskutojë shprehitë e ndjeshme të ngrënies me fëmijët me mbipeshë; shitësi i këpucëve mund të shpjegojë se çfarë mund t’i shkaktojë këmbëve përdorimi i vazhdueshëm i atleteve; bibliotekari mund t’i ndihmojë një të riu me një punim kërkimor; dhe dentisti mund të shpjegojë se çfarë u ndodh dhëmbëve që nuk pastrohen me furçë, apo për efektet e ngrënies së shumë karamelëve. Të gjitha këto burime të jashtme mund të zëvendësojnë vëllime të tëra të leksioneve nga mami dhe babi.

MOS E LARGONI SHPRESËN

Shumë nga kënaqësia e jetës qëndron tek ëndërrimi, fantazimi, parashikimi dhe planifikimi. Duke i parandaluar fëmijët nga çfarëdo zhgënjimi, prindërit mund t’i privojnë ata nga përvojat e rëndësishme të këndshme.

Informacione për prindërit

Ja disa mënyra shitesë për ndërtimin e pavarësisë te fëmijët:

LËRINI ATA TË JENË PRONARË TË TRUPIT TË TYRE

Prindërit nuk duhet që vazhdimisht t’i largojnë flokët nga sytë e fëmijëve, t’i forcojnë shpatullat e tyre, t’i palosin këmishët e tyre, dhe ta rirregullojnë jakën e tyre. Fëmijët e ndjejnë këtë sjellje të tepruar si një ndërhyrje në privatësinë fizike të tyre.

MOS FLISNI PËR FËMIJËT NË PRANINË E TYRE, PAVARËSISHT SE SA TË RINJ JANË

Prindërit duhet ta përfytyrojnë veten duke qëndruar pranë nënës së tyre, teksa ajo i tregon një shoqes së saj si vijon:

“Në klasën e parë ai ishte i pakënaqur për shkak të leximit të tij, tani është më mirë”. Ose: “Mos ia merrni për të madhe. Ai është pak i turpshëm”.

Kur fëmijët dëgjojnë se si bisedohet për ta kësisoj, ata turpërohen. Ata trajtohen si objekte dhe prona.

LËRINI FËMIJËT TË PËRGJIGJEN VETË

Vazhdimisht prindit, në prani të fëmijës, i parashtrihen pyetje të llojit:

“A e do ai beben e re?” “Pse nuk luan ai me lodrën e tij të re?” Shenja e vërtetë e respektit të autonomisë së fëmijës është t’i thuhet të rriturit që pyet: “Amiri mund t’ju tregojë. Është ai që e di”.

TREGONI RESPEKT PËR “GATISHMËRINË” PËRFUNDIMTARE TË FËMIJËS TUAJ

Nganjëherë një fëmijë dëshiron të bëjë diçka jashtë mase, por nuk është emocionalisht apo fizikisht i gatshëm për atë. Për shembull: ajo dëshiron ta shfrytëzojë banjën si “vajzë e rritur”, por ende nuk mundet. Ajo dëshiron të notojë si i vëllai, e megjithatë ka frikë nga uji. Ajo dëshiron të pushojë së thithuri gishtin e

madh, e megjithatë kur është e lodhur kjo gjë i vjen mirë.

Në vend që ti detyrojnë, nxisin apo turpërojnë të vegjlit, prindërit mund ta shprehin besimin e tyre te fëmijët në një mënyrë pozitive:

“Një ditë prej këtyre ditëve, ti do ta shfrytëzosh banjën si mami dhe babi”.

“Unë nuk brengosem. Kur të jesh gati do të futesh në ujë”.

“Kur të vendosësh vetë, do të pushosh së thithuri gishtin e madh”.

KUJDES NGA SHUMË “JO”.

Do të ketë shumë raste, kur prindërit duhet t'ua mohojnë dëshirat fëmijëve të tyre. E megjithatë disa fëmijë e marrin një “Jo” të prerë, si sulm i drejtpërdrejtë mbi autonominë e tyre. Ata klithin, kanë zemërim të çastit, shajnë, apo bëhen të zymtë. Ata i vendosin barazh prindit me: “Pse jo...? Ti je i lig... Të urrej!” Kjo është rraskapitëse madje edhe për shumicën e prindërve. A duhet prindërit të dorëzohen dhe të thonë “Po” për gjithçka? Natyrisht që jo. Fatmirësisht, ka disa alternativa ndihmuese që iu lejojnë prindërve të jenë të vendosur pa shkaktuar përplasje. Shembuj për këtë është që shtëpia të bëhet e sigurt për lëvizjen e fëmijëve, apo të shpërqendrohet vëmendja e tyre në diçka tjetër, pa thënë: “Jo”.

KONSULTOJENI FËMIJËN TUAJ

Shumë prindër nuk i diskutojnë me fëmijët e tyre çështjet që kanë të bëjnë me ta. Nëse dëshirojnë t'i shpërblejnë ata me darkë për dhënie e provimeve, është e udhës që fëmijët ta zgjedhin restorantin e tyre të preferuar. Është festa e tyre, jo e juaja. Po ashtu, nëse prindërit dëshirojnë t'iu blejnë atyre ndonjë lodër apo lojë, ata duhen konsultuar për këtë; përndryshe prindërit do të blejnë lodra sipas shijes së tyre, e jo sipas shijes së fëmijëve. Prindërit përfundojnë duke luajtur me lodrën, ndërsa fëmija mërzhitet duke shikuar ose qan. Është me rëndësi që fëmijët të përfshihen në

punët e prindërve, në vend që prindërit t'ua detyrojnë atyre gjërat që ata vetë i pëlqejnë, apo nuk i pëlqejnë. Kur fëmijët trajtohen si partnerë, kjo do të ndihmojë të përmirësohen qëndrimet në të dyja anët.

Umer ibn el-Hattab ka thënë:

Luani me fëmijën tuaj gjatë shtatë viteve të para, mësojeni dhe disiplinojeni atë në shtatë vitet e ardhshme, pastaj bëheni atë shoqërues tuajin për shtatë vitet e treta. Më pas lëreni të jetë i lirë.

Të quhen (disa tipare të karakterit) virtyte të veçuara, është njësoj si skeleti të konsiderohet si trup i gjallë... Morali ka të bëjë me hiç më pak se gjithë karakterin, ndërsa i gjithë karakteri është identik me njeriun në strukturën dhe manifestimet e tij konkrete. Të kesh virtyt nuk do të thotë të kesh kultivuar disa tipare që mund të emërtohen dhe të veçanta; kjo do të thotë të jesh krejtësisht dhe në mënyrë adekuate ajo që dikush është i aftë të bëhet përmes shoqërimit me të tjerët në të gjitha detyrat e jetës.

John Dewey

MËSOJUNI FËMIJËVE TUAJ PAVARËSI TË PËRGJEGJSHME

Pavarësia që përkrahet këtu është ajo që është e përgjegjshme, e ngarkuar me vlera dhe e udhëzuar drejt. Ajo nuk është menduar të jetë kaotike dhe t'i mungojë çfarëdo ndjenje drejtimi, që është rezultat i çlirimit të vetes nga parimet, etika dhe morali. Prindërit inkurajohen të ndërtojnë ndershmëri me autonominë, në mënyrë që fëmijët të marrin vendime të sakta më vete. Pajisni fëmijët me autonomi dhe ndershmëri, në mënyrë që ata të jenë në gjendje të përballen me çfarëdo sfidash.



Këshilla kundrejt autonomisë: bija dhe e ëma

Kur u thuhet prindërve se dhënia e këshillave fëmijëve mund ta pengojë autonominë e tyre, shumica syresh menjëherë shqetësohen. Ata ndjejnë kinse: “Tani kjo u teprua!” Ata nuk mund ta kuptojnë se përse duhet të privohen nga e drejta për ta ndarë urtësinë dhe përvojën e tyre prindërore.

SHEMBULLI NR. 1

Merreni parasysh rastin e nënës këmbëngulëse dhe bijës së saj:

“Përse bija ime të mos e ketë përfitimin e këshillës sime kur ka ndonjë problem? Bija ime nuk ishte e sigurt nëse duhej të shkonte te festa e diplomimit të shoqes së saj, ngaqë nuk i pëlqenin disa nga vajzat. Ato ‘vazhdimisht pëshpëritin dhe shajnë’. Çfarë ka të keqe nëse i them asaj se duhet të shkojë gjithsesi, ngaqë prindryshe do ta zhgënjente shoqen e saj?”

Kur prindërit japin këshillë të menjëhershme, fëmijët mund të ndjehen si budallenj (“Pse kjo nuk m’u kujtua mua?”), të nxehur (“Mos më trego si ta jetoj jetën time!”), apo të irrituar (“Ç’ të bën të mendosh se unë tashmë nuk e mendova atë?”). Kur fëmijët vendosin për veten se çfarë dëshirojnë të bëjnë, atyre u shtohet vetëbesimi dhe janë të gatshëm të marrin përgjegjësi për vendimet e tyre.

“A nuk duhet të bëj gjë unë kur fëmija im ka problem? Disa herë që i kam thënë: ‘Është problemi yt; ti merru me të, ajo dukej shumë e shqetësuar’. Fëmijët ndjehen të lënduar dhe të braktisur nëse prindërit i shpërfillin problemet e tyre. Mirëpo, midis skajshmërive të shpërfilljes dhe këshillimit të menjëhershëm, ka shumëçka që prindërit mund të bëjnë, për shembull:

- Prindërit mund të ndihmojnë t’i klasifikojnë mendimet dhe ndjenjat e kokla-

vitura të fëmijëve. “Nga ajo që thua, si duket ti ke dy ndjenja: Ti dëshiron të jesh e pranishme, por nuk dëshiron të grindesh me vajzat që nuk i pëlqen”.

- Ata mund ta thjeshtësojnë problemin si pyetje: “Atëherë, si duket pyetja është: ‘Si mund të gjesh një mënyrë që të jesh në festën dhe t’i durosh fyerjet e disa vajzave?’” Prindërit pastaj duhet të heshtin pasi të kenë parashtruar një pyetje të këtillë. Heshtja e tyre i lejon fëmijës të gjejë zgjidhje.
- Bëjani me dije fëmijëve burimet që janë në dispozicion jashtë shtëpisë. “Vërejtja që seksioni ‘Të rriturit e rinj’ në bibliotekë, kishte disa libra për adoleshentët në lidhje me ballafaqimin me lloje të ndryshme të problemeve shoqërore. Ndoshta do të dëshiroje të shohësh se çfarë thonë ato”.

“Le të themi që unë i bëj të gjitha këto, dhe më pas më kujtohet një zgjidhje për të cilën jam e sigurt se ajo nuk e ka menduar. A mund t’ia përmend asaj?” Po, por pasi ajo të ketë pasur ca kohë për të menduar. Ajo do të jetë në gjendje ta dëgjojë idenë e prindërve, sidomos nëse ajo i paraqitet në një mënyrë që tregon respekt për autonominë e saj: “Si do të ndjeheshe sikur ta merrje me vete regjistrimin tënd te shoqja jote, atë nga ai aktori komik i ri? Ndoshta vajzat do të jenë tepër të zëna duke qeshur, sesa të të bezdisin ty”.

Fillojeni sugjerimin me: “Si do të ndjeheshe për...”, ose: “A do ta konsideroje...” Këshillat që na duken aq të “ndjeshme” neve, mund të jenë “jo shumë të ndjeshme” për fëmijën.

“Le të themi që unë besoj se ajo duhet të shkojë në festimin. A duhet unë të hesht?” Pasi fëmija ta ketë eksploruar problemin e saj, mund të jetë e ndihmës që t’i dëgjojë mendimet e prindit të saj:

“Mua do të më bezdiste sikur ta humbisja argëtimin e një festimi për shkak të mënyrës se si sillen disa vajza. Mendoj se është me

rëndësi të jem e pranishme, dhe të mos e zhgënjë një shoqe me rastin e diplomimit të saj, edhe nëse kjo kërkon njëfarë sakrifice”.

Të rinjtë kanë të drejtë t’i dinë vlerat e prindërve të tyre. Edhe nëse ata zgjedhin të mos veprojnë sipas tyre në atë çast, prindërit u kanë dhënë atyre për të menduar diçka dhe një leksion për ta mësuar.

SHEMBULLI NR. 2

Një nënë tha: “Unë kisha vazhdimisht zënka rreth veshjes me time bijë. Tani e lë atë të veshë çfarë të dëshirojë kur nuk ka shkollë. Gjatë ditëve shkollore unë vendos dy takëme mbi shtratin e saj dhe ajo vendos”. Përparësia e uniformës shkollore është se nuk ka zgjedhje – dhe prandaj, kurrfarë debati – për atë se çfarë duhet veshur!

SHEMBULLI NR. 3

Nëna e Samyt: “Më në fund u dhashë fund sherreve ditore me birin tim rreth asaj se a duhej të vishte triko apo xhup. I thashë: ‘Samy, mendova diçka. Në vend që të të tregoj se çfarë të veshësh çdo ditë, mendoj se ti mund t’ia thuash vetes. Ta bëjmë një tabelë dhe të vendosim se cilat rroba shkojnë me cilat gradë të temperaturës jashtë’. Pastaj përpilua një tabelë së bashku:

TEMPERATURA E JASHTME	VESHJA E PËRSHTATSHME
20° Celsius dhe mbi	Pa pulovër
10°– 20° Celsius	Pulovër
9° Celsius dhe më poshtë	Xhup të trashë

E blemë një termometër të madh dhe e varëm jashtë mbi një pemë. Tani ai e shikon atë çdo mëngjes, dhe nuk ka më debate. E ndjej veten si gjeni”.

SHEMBULLI NR. 4

Muna e pyeti të ëmën: “Pse ne nuk shkojmë kurrë në ndonjë vend të mirë për pushime, si në Bermuda apo Florida?” “Unë sapo desha t’i përgjigjem asaj, por m’u tek të mos e bëja këtë. Thashë me vete: ‘Pse mos?’ Muna u rrotullua rreth kuzhinës dhe tha: ‘E di, e di... Sepse është shumë shtrenjtë... Epo, të paktën a mund të shkojmë në kopshtin zoologjik?’”

**A e detyroni bijën tuaj të mbulohet? nga Noha Beshir**

Prindërit e mi nuk më kanë detyruar të bëj gjëra. Nuk më kujtohet që ndonjëherë prindërit e mi të mos më lënë të zgjedh. Kur fillova të mbaj shami, mami im nuk më tha: “Ti duhet ta mbash atë, sepse kjo është feja jote”. Ajo më shpjegoi se përse ne e mbajmë atë, dhe se nga njëherë mund të mos jetë e rehatshme, dhe se mbajtja e saj në verë nuk do të thotë veshje pulovri dhe xhinsesh. “Jo, ti mund të veshësh pantallona të lehta që e lënë erën të kalojë nëpër to, dhe një këmishë të lehtë me kopsa. Kësisoj, kur shoqet e tua të të pyesin se përse e vesh atë, ti faktikisht mund t’iu japësh një arsye se TI beson në të, jo se është pjesë e fesë sime, dhe prindërit e mi më detyrojnë ta mbaj”. Në të vërtetë pati ca që më thanë: “Duhet të vesh një nga ato”, pasi iu tregova se përse e mbaj atë veshur. Unë jam vërtet e rehatshme me prindërit e mi. Kjo nuk do të thotë se nuk mund të jetoj pa ta. Për njëfarë arsye gjithmonë përfundoj duke i respektuar ata gjithnjë e më shumë. Unë vërtet e dua familjen time, dhe më vjen mirë që mund t’iu tregoj atyre thujse gjithçka. Motra ime dhe unë kemi një lidhje të fortë mes nesh. Por gjëja më e mirë te familja ime është se ndonëse Amirah është më e madhja e unë më e vogla, në familjen tonë të gjithë jemi të barabartë.

(Beshir dhe Rida 1998)

Nëse prindërit nuk i pëlqejnë shokët/ shoqet e fëmijëve të tyre

Prindërit dëshirojnë që fëmijët e tyre të kenë shokë/shoqe që janë të sjellshëm, të ndershëm dhe të zgjuar, dhe të cilët nuk pinë alkool, e që nuk përdorin droga. Prindërit dëshirojnë t'i mbrojnë fëmijët e tyre dhe, në të njëjtën kohë, ta inkurajojnë autonominë. Shumë nga shoqërimet për të cilët brengosen prindërit janë jetëshkurtra. Shpesh fëmijët zbulojnë që një shok, të cilin në fillim e kanë admiruar, në të vërtetë nuk është aq i shkëlqyer. Lejimi që një shoqërim të vazhdojë në drejtim të vetin mund të dalë më mirë, sesa përpjekja aktive për ta ndaluar atë. Këtu, është me rëndësi t'i drejtohet nevojës që e plotëson shoqërimi, duke i pyetur fëmijët se çfarë është ajo që iu

pëlqen atyre te një shok i caktuar. Përgjigjja mund t'iu japë prindërve disa ide për arsyen e vërtetë se çfarë i tërheq ata te ai shok.

Fëmijët duhet të mësojnë të merren me disa lloje njerëzish. Disa herë shoqërimet janë kërcënuese dhe potencialisht të rrezikshme, si në rastin kur fëmijët lidhen me shokë që marrin pjesë në rrahje, dhe që përfshihen në veprime antisociale apo kriminale. Prindërit kanë përgjegjësinë t'i dekurajojnë shoqërimet me ata, sjellja e të cilëve është e papranueshme.

Mbështetja, besimi dhe durimi prindëror do t'iu ndihmojnë fëmijëve t'i përmirësojnë ndërveprimet e tyre shoqërore. Fëmijët kanë nevojë për udhëzime, për t'iu ndihmuar atyre t'ia kalojnë mirë me njerëzit, të ndjehen mirë për vetveten dhe të jenë të përgjegjshëm për veprimet e tyre.



Ndihma fëmijëve për të marrë vendime e forcon autonominë

Prindërit mund të mësojnë pavarësinë duke bërë vijuesen:

- T'iu japin mundësi fëmijëve të marrin vendime (si zgjedhja e vendit për shëtitjen familjare, ose ndarja e punëve të përditshme në mënyrë të drejtë).
- T'iu tregojnë fëmijëve se si t'i peshojnë opsionet e tyre, të mbledhin të dhënat e duhura, dhe t'i mendojnë rezultatet e mundshme të vendimeve të tyre (p.sh. të vendosin se cilat rroba duhet veshur).
- T'i mësojnë fëmijët se vendimet kanë pasoja për ata vetë, dhe për të tjerët. Shfrytëzoni shembullin e tymosjes së duhanit: dhëmbë të zverdhur, erë e keqe e frymës, dhe rrezik i shtuar nga kanceri dhe sëmundja e zëmërës. Kultivimi i duhanit është shkatërrues. Ai e zhvesh tokën nga lëndët ushqyese të tij. Përveç kësaj, toka e shfrytëzuar për kultivimin e duhanit mund të shfrytëzohet më mirë për prodhimin e ushqimit dhe veshjes për njerëzit në nevojë.

- Fëmijëve duhet t'iu tregohet se mosmarrja e vendimit, kur një vendim është i nevojshëm, mund të jetë po aq keq sa edhe marrja e një vendimi “të gabuar”.
- Prindërit duhet t'i pranojnë vendimet e fëmijëve kurdo që të jetë e mundur. Asnjë vendim nuk është i përkryer, ndaj prindërit duhet ta përkrahin aftësinë e fëmijëve të tyre për të marrë vendime, dhe të përmirësohen në atë drejtim.
- Vendimet e fëmijëve bazohen mbi shijet dhe nevojat e tyre, dhe ato mund të mos jenë në pajtim me vendimet e prindërve.
- Duhet shtruar rregulla apo kufij për vendimmarrjen. Vendimet që janë qartazi të dëmshme janë të papranueshme, ndaj prindërit duhet të shpjegojnë se pse ato janë të papranueshme.



Hapa për vendimmarrje

Aftësia për të marrë vendime ndihmon në përmirësimin e respektit për veten. Fëmijët që mund të ushtrojnë njëfarë kontrolli mbi jetët e tyre, janë duke u përgatitur për t'u bërë të rritur të sigurt në vetvete, të përgjegjshëm dhe më të lumtur. Fëmijët e pavarur janë të aftë t'i kalojnë hapat vijues:

- Të kuptojnë se duhet marrë një vendim
- Të mbledhin të dhëna për të ndihmuar marrjen e vendimit
- T'i identifikojnë vendimet alternative
- T'i ekzaminonë rezultatet e mundshme të vendimit
- Të marrin në konsideratë se si opsionet ujdisen me vlerat dhe qëllimet personale
- T'i njohin arsyet e dobëta (si presioni nga moshatarët, dëshira për ta dëshmuar pjekurinë apo ndjenja e rebelimit), për zgjedhjen e vendimeve të caktuara
- Ta zbatojnë vendimin

Aktivitate



AKTIVITETI 59: TESTIMI I KOEFICIENTIT TË DOMINIMIT TË PRINDËRVE

Provoni t'i parashtroni një fëmijë në prani të prindit të tij dhjetë pyetje të thjeshta për çfarëdo teme. Vëreni nëse fëmija i jep përgjigjet, ose nëse prindi ndërhyr dhe përgjigjet në emër të fëmijës. Numri i pyetjeve të përgjigjura nga prindi është tregues i qartë i "Koeficientit të Dominimit" të prindit. Po ashtu vështroni se sa i shqetësuar dhe i tensionuar bëhet prindi, kur fëmija orvatet t'i përgjigjet një pyetjeje të vështirë!

Prindërit duhet ta shndërrojnë veten nga të qenit menaxherë autoritarë, në konsulentë udhëzues (për ta lehtësuar autonominë e duhur për fëmijët e tyre).

AKTIVITETI 60: SHPJEGOJANI SISTEMIN E VLERAVE TË FAMILJES SUAJ FËMIJËVE TUAJ

Është gabim t'i detyrojmë fëmijët tanë të ndjekin ndonjë karrierë të caktuar, apo të bëhen kopja jonë. Rrënjoseni te ata besimin e pastër (*akideh*), sistemin e vlerave dhe botëkuptimin për të cilin kanë nevojë ata. Po ashtu, këmbeni me ta vlerat tuaja përkitazi me dashurinë për qeniet njerëzore, kafshët, bimët dhe mjedisin.

Fëmijët e sotëm i habisin prindërit e tyre me mënyrat e tyre të shumta kreative për arritjen e qëllimeve dhe synimeve. Diskutoni me familjen tuaj dhe pyetni fëmijët tuaj se si do t'i mishëronin ata këto vlera.

AKTIVITETI 61: A JENI JU NJË PRIND MBËSHTETËS APO NDËRHYRËS?

Ne fillojmë si të vetëm, martohe mi dhe kemi fëmijë. Dy dhjetëvjeçarë më pas, fëmijët e braktisin folenë dhe shkojnë në kolegji.

Gjenerali MacArthur dhe Presidenti Roosevelt kishin nëna që u zhvendosën më afër tyre kur ata shkuan në kolegji. Ato nuk kishin telefona celularë dhe e-mail në dispozicion 24/7 për t'i kontrolluar ata.

Shumica e prindërve thonë se ata i respektojnë kufijtë e fëmijëve të tyre, dhe se nuk përzien në jetët e fëmijëve të tyre. Më poshtë janë disa pyetje të cilave mund t'iu përgjigjen prindërit, për ta zbuluar sjelljen e tyre të vërtetë:

- Sa shpesh komunikoni me fëmijën tuaj gjatë kolegjit? Përditë, në javë, në muaj?
- A kontaktoni me profesorët e fëmijës tuaj?
- A merrni pjesë në punimet e fëmijës tuaj nëse ai/ajo e ka problem t'i shkruajë ato?
- Kur e vizitoni fëmijën tuaj, a i bëni punët e përditshme të tyre (pastroni dhomën e tij/saj, i lani rrobat, i nxirrni plehrat)?
- Nëse fëmija juaj ka problem me shokun/shoqen e dhomës, a ndërhyri ju?

- Diskutoni përgjigjet me familjen tuaj. Ja disa sugjerime për t'u marrë me studentët që jetojnë larg shtëpisë:
- Lëreni që fëmija juaj t'i iniciojë thirrjet. Kjo ndihmon për t'ia mësuar vetëmbështetjen.
- Punimet dhe detyrat duhen bërë nga studenti.
- Studenti juaj në kolegji është një i rritur, që është në gjendje të kujdeset për nevojat e tij/saj, ndaj ata/ato duhet t'i bëjnë punët e tyre të përditshme.

(Kantrowitz dhe Tyre 2006)



Nxitja e kreativitetit

- Hyrje **396**
- Konceptet e përgjithshme të kreativitetit **397**
- Shpikjet e mirëfillta historike **399**
- Ndrydhja e kreativitetit të fëmijëve **400**
- Qëndrime negative që e bllokojnë kreativitetin **401**
- Mënyra për zhvillimin e kreativitetit **402**
 - Pyetjet kreative 402*
 - Aktivitete praktike 402*
 - Përvoja e larmishme 403*
 - Aktivitete të nxitjes së mendimeve 403*
 - Loja kreative 403*
 - Shkrimi i fëmijëve 404*
 - Arti i fëmijëve 404*
- Idetë e gabuara: Idetë e ‘çuditshme’ apo ‘joproduktive’ **405**
- Çfarë mund të bëjnë prindërit? **406**
- Një shënim për lodrat **406**
- Aktivitetet 62–65 **409**

Hyrje

KREATIVITETI ËSHTË një formë e vetëshprehjes. Është një ndjenjë e madhe kënaqësie kur fëmijët shprehen hapur dhe pa gjykim. Aftësia për të krijuar diçka origjinale është një pjesë e rëndësishme e karakterit të mirë. Përvojat me të gjitha llojet e artit mund ta shtojnë zhvillimin e kreativitetit të fëmijëve. Fëmijët kreativë mund t'i shprehin dhe të përballen me ndjenjat e tyre, derisa janë duke i zhvilluar talentet e tyre. Të provuarit e mënyrave të reja të të menduarit dhe zgjidhjes së problemeve, është cilësi e një fëmije kreativ.

Ne mund ta karakterizojmë personin kreativ si dikë që është kureshtar, që i pëlqen sfida, që është optimist, që është i aftë ta pezullojë gjykimin, dhe që ka imagjinatë. Njerëzit kreativë i shohin problemet si mundësi, i sfidojnë supozimet, punojnë me zell, nuk heqin dorë lehtë dhe këmbëngulin. Shumë njerëz dështojnë për shkak se ata kalojnë vetëm nëntë minuta, me një problem që kërkon dhjetë minuta për t'u zgjidhur.

Fëmijët kanë nevojë për kohë të zgjatur, jo të nxituar, për të eksploruar dhe për të bërë punën e tyre më të mirë. Atyre nuk duhet ndaluar dhe kërkuar të kalojnë në një aktivitet, kur janë ende të angazhuar dhe motivuar në mënyrë produktive me një çikë punë kreative. Ata kanë nevojë për një vend ku do ta lënë punën e pambaruar për ta vazhduar atë më vonë, dhe atyre u nevojitet hapësirë që i frymëzon për ta bërë punën më të mirë. Një mjedis shterp shtëpiak nuk është i favorshëm për punë kreative. Fëmijët kanë nevojë për një hapësirë që ka dritë natyrore, ngjyra harmonike, ulëse të rehatshme dhe zona

me përmasa të përshtatshme për fëmijët. Dhoma duhet të shfaqë shembuj të punës së tyre, dhe të të tjerëve. Prindërit duhet t'i pranojnë gabimet, ta inkurajojnë ndërmarrjen e rreziqeve, dhe ta promovojnë veçantinë. Kreativitetit i nevojitet një masë tollovie, zhurme dhe lirie, pa kaos ose kontroll të shtrënguar.

Si prind, ju duhet të keni ndikim enorm mbi kreativitetin e fëmijës tuaj. Mendjemprehtësitë dhe shkathhtësitë për zgjidhjen e problemeve mund të zhvillohen me origjinalitet dhe kënaqësi. Për një fëmijë të ri “bërja” e një aktiviteti është gjëja e rëndësishme, produkti përfundimtar është me më pak interes. Shmanguni komenteve si: “Kjo u duk si argëtuese”, ose: “Ti punove me zell për këtë”, dhe në vend të tyre bëni komente që kanë të bëjnë me perceptimin e vetë fëmijës për aktivitetin, dhe komentoni veçantinë e produktit



të tyre. Shumë fëmijë të ndjeshëm tremben nga aktivitetet kreative, kur nga ata pritët që të prodhojnë “diçka”. Një fëmijë që fillon të vizatojë, apo të ndërtojë, apo të sajojë këngë, për t’ia bërë qejfin një të rrituri, tashmë ka humbur pak nga entuziazmi për kreativitet. Lejoni dhe vlerësoni përdorimin kreativ të gjësendeve të zakonshme shtëpiake si tiganë, tenxhere, kanoçe dhe jastëkë divani. Jepuni parashkollorëve materiale arti, sa më shpejt të jetë e mundur. Një fëmijë 2 vjeç e gjysmë që ka një sirtar arti të ulët në kuzhinë, mund të jetë më kreativ se fëmija i të njëjtës moshë që duhet të presë derisa dikush t’ia zbresë ngjyrat nga një sirtar i lartë. Mos i bëni rregullat aq të vështira deri në pikën që aktivitetet e artit të

bëhen më shumë bezdi sesa që ia vlejnë. Thjeshtësia është çelësi i suksesit në artin e kalamajve. Ashtu si rriten fëmijët, ju mund të prisni më shumë rregullsi.

Energjia e harxhuar në përshtatjen ndaj normave të rregullsisë, do të marrë nga energjia e eksplorimit dhe origjinalitetit. Çdo fëmijë ka nevojë t'i mësojë të drejtat e të tjerëve dhe rregullat e sigurisë. Pa një kuadër të pritshmërive të arsyeshme, eksplorimi dhe origjinaliteti priren drejt kaosit. Mirëpo, fëmija i kontrolluar tej mase e sakrifikon origjinalitetin dhe eksplorimin, për hir të miratimit. Nëse një fëmijë ndjen se vetë-vlera e tij apo e saj është i bazuar tërësisht mbi të qenit i pastër dhe i rregullt, atëherë do të ketë pak energji apo kurajë në dispozicion për kreativitetin. Kreativiteti ndrydhet nëse përgjigjja e zakonshme është: “kij kujdes – pastroje atë!”.



Konceptet e përgjithshme të kreativitetit

Ja disa këshilla për nxitjen e kreativitetit:

- Përshtatuni ideve të fëmijëve, në vend që të përpiqeni që idetë e fëmijëve t'ia përshtatni vetes. Pranoni idetë e pazakonshme nga fëmijët dhe diskutoni ato.
- Përdorni problemzgjidhjen kreative për problemet që shfaqen në jetën e përditshme. Jepuni fëmijëve liri për të gabuar. Lejoni fëmijët të eksperimentojnë pa pasur frikë nga dështimi.
- Lejoni kohë fëmijëve për t'i eksploruar të gjitha mundësitë.
- Inkurajoni fëmijët të eksperimentojnë me objekte që janë të pazakonta. Dëgjoni pyetjet dhe komentet e fëmijëve. Qartësoni atë që kanë vërejtur fëmijët, duke përsëritur atë që keni dëgjuar ju, dhe pyetni pyetje të tjera për përvojën.
- Siguroni një mjedis stimulues që i tërheq fëmijët. Jepuni fëmijëve një larmi materialesh, librash dhe lojërash, dhe mundësi të shumta për të eksperimentuar me këto materiale.
- Vini fëmijët tuaj përballë shumëllojshmërisë së kulturave, përvojave, njerëzve, feve dhe mënyrave të të menduarit. Lëroni ata të shohin se ka mënyra të ndryshme për të menduar rreth një problemi. Inkurajoni fëmijët të provojnë përvoja të reja me aftësitë e tyre. Vizitoni muzetë e fëmijëve.
- Vlerësoni mënyrat e reja të të menduarit. Këmbeni projektet tuaja artistike, shkencore dhe kreative me fëmijën tuaj. Pjesëmarrja në një projekt për të cilin ju jeni i pasionuar, do ta nxisë pasionin te fëmijët tuaj.
- Modeloni këmbënguljen. Inkurajoni fëmijët për të kompletuar një projekt, duke inkurajuar çdo hap të procesit, dhe duke i ndihmuar ata t'i kuptojnë pikat e forta dhe dobësitë e tyre.



Studenti kreativ: Ndërlikimi kundrejt thjeshtësisë

Një student u intervistua për t'u pranuar në Institutin prestigjioz të Menaxhimit. Intervistuesi tha: "Do t'ju pyes ose dhjetë pyetje të lehta, ose një pyetje vërtet të vështirë. Mendohuni mirë".

Djaloshi tha: "Një pyetje vërtet të vështirë".

Tani më thoni këtë: "Kush vjen e para, dita apo nata?"

"Është DITA zotëri!"

"Si?" pyeti intervistuesi.

"Më falni zotëri, ju më premtuat se nuk do të më pyesnit një pyetje TË DYTË të vështirë!"

Ai u përzgjodh!

Shkathësi teknike është të zotërohet kompleksiteti, ndërsa kreativiteti është zotërimi i thjeshtësisë!

- Toleroni "të pazakontën". Lërimi fëmijët ta dinë që nuk është gjithmonë e domosdoshme të kenë përgjigjen "e saktë" për problemin. Qasjet risimtare dhe të veçanta vlerësohen po ashtu.
- Mbështetni imagjinatën e fëmijës suaj. Njerëzit kreativë janë të rehatshëm me mendimet e tyre të çuditshme, të egra ose të pazakonta. Nxitja e mendimeve do të inkurajojë një larmi mendimesh të veçanta dhe idesh interesante.

- Ushqeni bindjen se gabimet janë të mirëseardhura. Dështimi nuk është katastrofë, ai është një mundësi arsimore, dhe mund të çojë në sukses. Një shef ekzekutiv i paralajmëron menaxherët e tij: “Sigurohuni që do të bëni një numër të arsyeshëm gabimesh”.
- Shiheni të mirën te e keqja. Mendimtarët kreativë, të ballafaquar me zgjidhje të këqija, pyesin: “Ç’është mirë në këtë?” Mund të ketë diçka të dobishme, madje edhe në idetë më të këqija.

Shiheni të mirën te e keqja

Si mund t’i bindim studentët të mësojnë më mirë? Zgjidhja: Goditini në prapnicë me shkop! Kjo nuk është një zgjidhje e mirë, pjesërisht ngaqë është e jashtëligjshme. Mirëpo, a duhet thjesht ta flakim atë? Pse të mos pyesim: “Ç’është e mira në këtë?” Ajo i jep vëmendje individuale ekzekutuesve të dobët; kjo i motivon studentët e tjerë si dhe studentin që goditet; është e lehtë dhe nuk kushton asgjë.

Pyetja e ardhshme është: “A mund të përshtatim disa nga këto gjëra të mira, në një zgjidhje më të pranueshme, qoftë të prejdardhur nga origjinalja apo jo?”

Ne lehtësisht biem në këtë të menduar dhe besojmë se një zgjidhje e keqe është e keqe, në çdo aspekt. Në fakt, ajo mund të ketë disa pjesë të mira që mund t’i huazojmë, ose mund të bëjë në mënyrë të papërshtatshme diçka që ia vlen të bëhet në mënyrë të përshtatshme. Dhe shpesh, zgjidhja e keqe ka vetëm një pjesë vërtet të keqe shkëlqyese, e cila, pasi të ndreqet, lë një zgjidhje mjaft të mirë.

Shpikjet e mirëfillta historike

1. Njerëzit kreativë kërkojnë të gjejnë përmirësime. Për shembull, margarina e parë u bë nga dhjami i kaut, qumështi, uji dhe sisa e copëtuar e lopës. Ajo nuk ishte as e shijshme e as e shëndetshme. Pastaj në fillim të shekullit të njëzetë mungesa e mishit krijoi problem. Çfarë të përdorej? Bërësit e margarinës iu kthyen yndyrave bimore. Vajrat e sojës, misrit dhe lulediellit që ata i zgjodhën, vazhdojnë të jenë në përdorim edhe sot. Margarina u bë më e shëndetshme dhe shijonte më mirë.
2. Ju nuk duhet të jeni gjeni për të qenë kreativë. Shkencëtarët jashtëzakonisht të shkathët dhe të përgatitur, që punojnë në industrinë e hapësirës, fillimisht nuk ishin në gjendje të zhvillojnë një stilolaps me zero gravitet, që do të mund të përdorej në hapësirë. Zgjidhja: përdorni laps. Mirëpo, përfundimisht, një kompani zhvilloi stilolapsin në mënyrë të pavarur nga programi hapësinor, dhe kërkoi nga NASA ta provojë. Ai kishte sukses dhe është pranuar si nga agjencia hapësinore amerikane, ashtu edhe nga ajo sovjetike.
3. Një problem mund të jetë po ashtu edhe zgjidhje. Diçka që ndonjë person mund ta përshkruajë si “pengesë” mund të bëhet nganjëherë “mundësi” për dikë tjetër.

Për shembull, shpejt pas paraqitjes së adeziveve cianoakrilativ (super ngjitësja), u vërejt se nëse nuk jeni të kujdesshëm, mund t’i ngjisni gishtat tuaj me të. Ky problem – një lidhje e përhershme e lëkurës – më pas u pa po ashtu edhe si zgjidhje. Kirurgët në Vietnam filluan ta përdornin super ngjitësen për t’i mbyllur plagët.

Një shembull tjetër i ngjitëses: Një kimist që punonte për korporatën 3M në SHBA eksperimentonte me adezivet, dhe prodhoi një të tillë aq të dobët, saqë mund ta qëronit nga lëkura. Ngjitëse që nuk do të mbajë?





Vërtet problem. Megjithatë, ky problem u kthye në zgjidhje. Më 1980 ky produkt u lëshua në qarkullim si Etiketat “Postoje”, dhe sot përdoret anembanë botës.

Ndrydhja e kreativitetit të fëmijëve

Është mbase ironike që ne i japim një vlerë të tillë kreativitetit, por pastaj e shkatërrojmë atë te fëmijët. Amabile dhe Hennessey (1992) i identifikon këta “vrasës të kreativitetit” të zakonshëm:

- Mbikëqyrja e tepruar – Qëndrimi mbi kokën e fëmijëve, dhe bërja që ata të ndjejnë sikur janë vazhdimisht nën mbikëqyrje, bën që të zhduket ndërmarrja e rrezikut dhe kreativiteti.
- Vlerësimi i vrazhdë – Kur ne në mënyrë konstante bëjmë që fëmijët të brengosen për atë se si ia kalojnë, kreativiteti i tyre dobësohet.
- Shumë shpërblime – Përdorimi i tepërt i shpërblimeve e privon fëmijën nga kënaqësia e brendshme për aktivitet kreativ. Kur njerëzit nuk presin shpërblim, ata janë më kreativë dhe më shumë kënaqen gjatë procesit. Një shpërblim i papritur që vjen pas përfundimit të një projekti është i vlefshëm, por jo edhe i domosdoshëm për kreativitetin. Motivacioni i tepërt i jashtëm (si paraja apo privilegjet e veçanta), e minon kreativitetin.
- Konkurrenca e skajshme – Futja e fëmijëve në gara të padrejta me të tjerët, e shkatërron motivacionin dhe kreativitetin e tyre.
- Kufizimi i zgjedhjeve – T’iu thuhet fëmijëve se në cilat aktivitete ata duhet të angazhohen, në vend që të lihen që ata vetë ta ndjekin kureshtjen dhe pasionin e tyre, e shkatërron kreativitetin.
- Presioni – Vendosja e pritshmërive të stërmëdha për performancën e fëmijëve çon në rënie në kreativitet.

Qëndrimet negative që e bllokojnë kreativitetin

Ka shumë mënyra të tjera për ta vështirësuar kreativitetin. Në vijim janë shprehjet e zakonshme të përdorura për ta bllokuar kreativitetin te fëmijët.

- *Oh, jo, problem!* Nganjëherë, reagimi ndaj problemit mund të jetë problem më i madh sesa vetë problemi. Një problem nuk duhet fryrë jashtë mase. Njerëzit e lumtur i mirëpresin problemet, duke i shikuar ato si mundësi për t'u përmirësuar. Problemi është dallimi midis asaj që keni dhe asaj që dëshironi. Ka diçka më mirë se situata e tashme, ndërsa kreativiteti mund t'ju ndihmojë.
- *Nuk mund të bëhet.* Kjo është si të dorëzohesh para betejës. Duke supozuar se diçka nuk mund të bëhet, një person i jep problemit fuqinë që nuk e ka pasur më parë. Dorëzimi para fillimit, është sëmundja më e keqe. Imagjinoni sikur të gjithë ne të ngrinin dorë nga përpjekja: njerëzit kurrë nuk do të fluturonin, sëmundjet kurrë nuk do të mposhteshin, dhe raketat kurrë nuk do ta braktisnin atmosferën. Qëndrimi i duhur duhet të jetë: "Të vështirën e bëjmë menjëherë; e pamundura merr pak më shumë kohë".
- *Ti nuk mund ta bësh.* Ose: *Nuk mund të bësh gjë.* Disa njerëz mendojnë: "Në rregull, ndoshta problemi mund të zgjidhet nga ndonjë ekspert, sepse unë nuk jam mjaft i zgjuar". "Unë nuk mund ta zgjidh atë sepse nuk jam ekspert". Në fakt, pjesa më e madhe e risive në industri, kanë ardhur nga individë (jo grupe kërkimore) jashtë fushës së rrisë. Një qëndrim pozitiv dhe shkathësi të mira do ta zgjidhin cilindo problem. Përkushtimi ndaj problemit është çelësi. Madje edhe nëse ju nuk mund ta çrrënjosni tërësisht një problem nga faqja e dheut, ju gjithmonë mund ta përmirësoni situatën.

- *Kjo është fëmijërore.* Në përpjekjet tona për t'u dukur gjithmonë të pjekur dhe të sofistikuar, ne shpesh e tallim kreativitetin dhe gjallërinë. Mirëpo, nëse ju zgjidhni një problem që ua shpëton martesën, apo ju sjell ngritje në pozitë, apo e shpëton mikun tuaj nga vetëvrasja, a ju intereson nëse njerëzit e përshkruajnë rrugën tuaj deri te zgjidhja si "fëmijërore"? Përveç kësaj, a nuk është loja plot argëtim?
- *Çfarë do të mendojnë njerëzit?* Është një presion i fuqishëm shoqëror për t'u përshtatur, për të qenë të rëndomtë dhe për të qenë normalë. Ja disa shembuj:
Personi kreativ: "Dua t'i hedh ujë lëngut prej portokalli që të jetë më pak i ëmbël".
Njeriu i rëndomtë: "Je i çuditshëm, a e di këtë?"
Personi kreativ: "Ne gatuajmë në mesnatë".
Personi i rëndomtë: "Ti je i çmendur".
Personi kreativ: "Pse të mos shtojmë pak hudhra apo mustardë?"
Personi i rëndomtë: "Ngaqë receta nuk i kërkon ato gjëra".

Përparimi bëhet nga ata që janë mjaft të fortë që të durojnë kur qeshen me ta. Gabimet nuk janë argëtuese, por janë gjithsesi edukuese.



Thomas Edison, në kërkim të pejzës së përkryer për llambën inkandeshente, provoi qimet nga mjekra e një shokut të tij, si dhe 1800 gjësende të tjera. Pas rreth 1000 tentativash, dikush e pyeti atë nëse ishte i irrituar. Ai tha: "Kam fituar shumë dituri – tani di një mijë gjësende që nuk funksionojnë".

Aftësia gjeniale e jo-specialistëve!

- Vëllezërit Wright që e shpikën aeroplanin nuk ishin inxhinierë të avionit, ata ishin mekanikë biçikletash.
- Stilolapsi me sferë në majë u shpik nga një korrektor bocash të tipografisë, Ladislao Biro, jo inxhinier mekanik.
- Përparësitë kryesore në dizajnin e nëndetëseve u bënë nga kleriku anglez, G.W. Garrett dhe drejtori i shkollës, irlandezi John Holland.
- Makina zhveshëse e pambukut u shpik nga një avokat dhe mësues privat, Eli Whitney.
- Bombola e gazit zjarrfikës u shpik nga oficeri ushtarak, George Manby.
- Kodakromi (filmi me ngjyra) u shpik nga dy muzikantë.
- Procesi i vazhdueshëm i derdhjes së çelikut u shpik nga një orëbërës (që kalonte kohën me derdhjen e tunxhit).
- Kimistët që prodhonin sapunë i refuzuan detergjentet sintetike: ato detergjente u shpikën nga kimistët që bënë bojëra.



- *Mund të dështosh.* Imagjinoni t'i lejoni frikët tuaja nga dështimi ta udhëheqin ndërmarrjen e rreziqeve dhe tentativat tuaja. Ju provoni vetëm 3 gjëra në vit, nga- që jeni të sigurt se do të keni sukses. Në fund të vitit rezultati është: Sukses 3, Dështime 0. Tani imagjinoni që vitin në vijim nuk brengoseni nga dështimi, ndaj provoni 12 gjëra. Dështoni në 6 prej tyre. Rezultati është: Sukses 6, Dështime 6. Çfarë do të dëshironit më shumë: 3 sukses apo 6? E imagjinoni se çfarë do t'ju kishin mësuar 12 dështime.

Mënyra për ta zhvilluar kreativitetin

Ka disa teknika për ta zhvilluar kreativitetin, nga të cilat në vijim po japim disa:

PYETJET KREATIVE

Parashtroni fëmijës suaj pyetje të nivelit të lartë. Këto pyetje e angazhojnë tërë trurin, ngaqë ato e kombinojnë inteligjencën emocionale me inteligjencën logjike dhe inteligjencën hapësinore:

- Çfarë do të ishte më kreative: makina më mrekullueshme, më e lezetshme dhe më

efektive që mund të imagjinohet, apo një kubë, minare apo katedrale që e ka kapur thelbin e artit dhe të fesë në një mënyrë krejtësisht të veçantë?

- A krijon dikush ide të reja, apo njerëzit thjesht i rizbulojnë të vjetrat?
- Çka është më e vështirë: nisja e një projekti kreativ, apo përfundimi i tij? Pse?
- A është lloji i kreativitetit që iu lejon njerëzve t'i zgjidhin problemet në themel i ndryshëm nga kreativiteti për të bërë art?

AKTIVITETE PRAKTIKE

- Bëni një ditë në drejtim të kundërt, duke filluar me darkën në vend të mëngjesit.
- Përdorni një makinë fotokopjimi apo kompjuter për t'i zmadhuar objektet e vogla, dhe për t'i tkurrur të mëdhatë. Bëni një kolazh.
- Formoni një lojë me letra. Mund të filloni duke ndryshuar një lojë që e dini dhe pastaj ta ndryshoni atë rishitas: domino, tavllë, dhe dy takëme të kombinuara dominosh.
- Provoni të gatuarit me erëza të reja dhe të pazakonta, që kurrë nuk i keni përdorur. Përdorni aromat për ta udhëzuar eksplorimin tuaj kulinar.

- Qasuni në Internet dhe luani lojë ku i ndiqni linkët jo duke u bazuar mbi atë se çfarë informacioni prezantohet, por bazuar mbi shkronjën e parë të linkut. Shihni se çfarë faqesh të rastësishme dhe zbatimëse do të gjeni.
- Krijoni një model ambienti, në të cilin do të kishit dëshiruar të jetonit. Shfrytëzoni vetëm objekte shtëpiake dhe materiale natyrore.
- Bëni poezinë tuaj duke përdorur fjalë të rastësishme.

LARMI TË PËRVOJËS

- Kombinoni festat shumëtnike, shumëkulturore dhe shumëfetare në mënyra kreative.
- Imagjinoni se jeni nga një planet tjetër. Shtiruni kinse jeni duke vizituar planeta të tjera. Imagjinata dhe shtirja e nxisin kreativitetin.

AKTIVITETE TË NXITJES SË MENDIMIT

- Jepjani fëmijës një copë argjile për modelim, dhe kërkoni nga fëmija të imagjinojë se ai/ajo është argjilë për modelim.
- Vendoseni fëmijën në kohë dhe vend të ndryshëm. Për shembull, kërkoni nga fëmija të përshkruajë se si ai/ajo do të gatonte ushqim pa rrymë elektrike, enë dhe pjata.
- Bëni një listë pyetjesh të cilave nuk mund t'iu përgjigjet.

LOJA KREATIVE

Kërkoni nga fëmijët tuaj që të përdorin materiale të njohura në një mënyrë të re, apo të pazakontë. Angazhohuni në luajtje rolesh dhe në lojë spontane dhe të vetë-drejtuar gjatë gjithë ditës.

Që nga foshnjëria, loja e ushqen zhvillimin fizik duke nxitur zhvillimin e eksplorimit ndijor dhe shkathtësitë motorike. Me lojën dhe përsëritjen e shkathtësive

fizike bazike, fëmijët bëhen të aftë për detyra gjithnjë e më të vështira fizike. Fëmijët që luajnë me kuba, përballen me sfida të lidhura me matjen, barazinë, drejtpeshimin, formën dhe marrëdhëniet hapësinore.

Loja dramatike nënkupton imitimim e njerëzve në shoqëri; ajo u ndihmon fëmijëve të eksperimentojnë me rolet shoqërore. Në lojën dramatike, fëmijët shkallëshkallshëm mësojnë t'i marrin parasysh nevojat e njëri-tjetrit, dhe t'i çmojnë vlerat e ndryshme.

Me lojën, fëmijët janë në gjendje t'i shprehin ndjenjat e tyre dhe të përballen me to. Loja po ashtu ndihmon të lehtësohet stresi dhe presioni. Fëmijët mund të jenë të lirë nga kufizimet e të rriturve. Nuk ka nevojë për t'i plotësuar standardet e të rriturve gjatë lojës.

Si kujdestarë, ne duhet të kemi kujdes që t'i shmangemi dominimit me lojën nga ana jonë. Loja është supozuar të jetë rezultat i ideve të fëmijëve dhe jo e drejtuar nga i rrituri. Ne duhet t'i nxisim frymëzimet e tyre, jo tonat.

Për ta lehtësuar një numër shkathtësish, përfshirë edhe leximin dhe të kuptuarit e njerëzve, ju mund të dëshironi ta luani një dramë të shkruar me fëmijët tuaj. Secili person ka një personazh që duhet ta eksplorojë, ndjenjat e të cilit duhet t'i kuptojë, dhe pastaj ta mësojë "rolin" e tij duke i lexuar pjesët që janë relevante për të. Kërkoni nga fëmijët ta mbajnë një shfaqje për ju, të organizuar vetëm nga ata me kostume të thjeshta.





SHKRIMI I FËMIJËVE

Fëmijët që nuk dinë të lexojnë mund t'ua diktojnë një tregim që ju ta shkruani, dhe më pas ata mund ta ilustronjë atë. Sapo fëmija juaj të jetë i aftë të artikulojë disa fjalë, ai/ajo mund të fillojë të shkruajë. Mos u shqetësoni për drejtshkrimin kësaj radhe. Kjo do të vijë më vonë. Sapo fëmija juaj të bëhet entuziast për të shkruar, ju mund të filloni t'ia mësoni metodën e të shkruarit që e përdorin autorët e librave. Zakonisht, një autor fillon me një skicë të papërpunuar, dhe shkallëshkallshëm e lustron atë derisa të jetë gati për botim. Një mënyrë e mirë për ta mësuar këtë, është të kërkonit nga fëmija juaj të zgjedhë një tregim të parapëlqyer, dhe pastaj t'i ndihmoni atij/asaj të shohë se si ta shkruajë më qartë tregimin. Ky tregim më pas mund të bëhet në një libër të vogël të punuar me dorë. Fëmijët më të rritur mund të bëjnë punë të mrekullueshme të krijimit të librave me përdorimin e kompjuterit. Mos harroni vlerën e leximit. Shkrimtarët e mirë janë lexues të mirë, dhe leximi do t'i japë fëmijës suaj shumë ide imagjinare për shkrim.

ARTI I FËMIJËVE

- *Sigurojuni fëmijëve aktivitetet e hapura arti.* Në vend që të ekspozoni një model projekti arti që fëmijët ta kopjojnë, inku-

rajoni fëmijët ta shfrytëzojnë imagjinatën e tyre. Në vend që të shpërndani fletë të librit për të ngjyrosur, të gjitha me vija të njëjta për vizatim, lëshoni një muzikë të lehtë dhe kërkonit nga fëmijët të vizatojnë atë që dëgjojnë!

- *Krijoni një ambient që i forcon pesë shqisat.* Lejoni atyre ta ndjejnë cilësinë e letrës, t'i nuhasin ngjyrat e drurit, ta dëgjojnë tingullin e ngjyrat e drurit tekta mprihet, dhe të shohin se si ndryshojnë ngjyrat kur përzihet bojërat!
- *Inkurajoni eksplorimin spontan.* Siguroni një furnizim të vazhdueshëm, lehtësisht të qasshëm të materialeve bazë si ngjyra druri, marker, ngjitëse, letër formimi, furça dhe ngjyra. Lejoni fëmijëve t'i zbulojnë vetitë e këtyre gjësedeve dhe si t'i përdorin ato. A munden fëmijët t'i shfrytëzojnë gishtërinjtë e tyre si furça? A munden fëmijët të vizatojnë një pikturë në baltë duke përdorur një shkop? T'i bëjnë trupat e tyre në të njëjtën formë si një pemë? Të përshkruajnë se si ndjehet ngjyra vjollcë? Të marshojnë nëpër dhomë në mënyrë të lumtur, të pikëlluar apo qesharake?
- *Përmbahuni nga kritika e asaj që e konsideroni si punë e keqe.* Ne duhet t'i mbrojmë fëmijët nga kritikën dhe gjykimet e moshtarëve, të rriturve, e madje edhe të vetes së



tyre. Nuk ka të mirë apo të keqe; çdo krijim është i veçantë. Kjo është me rëndësi madje edhe në institucionet parashkollore. Në art, çdokush është shef i veprës së tij/saj, dhe mund ta bëjë atë si t'i dojë qejfi. Fëmijët bëhen të tendosur dhe dyshues nëse puna e tyre vazhdimisht përshkruhet si e shëmtuar, apo jo e kompletuar.

Keqkuptime: Idetë 'e çuditshme' apo 'joproductive'

Disa tipare të personalitetit që i zhvillojnë fëmijët kreativë mund të shihen nga të tjerët si të çuditshme apo joproductive. Në vijim po japim disa shembuj për këtë:

- Të menduarit e lirë: Kur fëmijët kreativë flasin për idetë, ata mund të duken të padisiplinuar apo kaotikë;
- Leshtësia: Fëmijët kreativë emocionohen për idetë e çuditshme, dhe mund të mos i shohin disavantazhet apo të metat që një i rritur mund t'i shohë lehtë;
- Humori: Fëmijët kreativë gjejnë humor në idetë që të rriturit i konsiderojnë si serioze. Aftësia për t'i vënë në pyetje dhe për të parë perspektiva të tjera, mund të interpretohet si tallëse dhe e padurueshme;

- Fantazimi: Fëmijët kreativë mësojnë nga imagjinata dhe zgjidhin shumë nga problemet e tyre duke përdorur fantazinë. Lënia e mendjes të brehtë mund ta ndihmojë imagjinatën të formojë lidhje të reja, edhe pse mund të shikohet si diçka e pavëmendshme apo e shpërqendruar;
- Vetmia: Kreativiteti zhvillohet nga ide të thjeshta, të paformuara. Fëmijët mund të kenë nevojë të jenë vetëm, teksa shfaqen idetë e tyre;
- Aktiviteti: Idetë mund të vijnë në kohë kur “nuk bëhet asgjë”. Sapo të vijë ideja, fëmija kreativ do të absorbohet në aktivitet. Është praktikë e mirë që lapsa dhe letra të vendosen në vende strategjike në shtëpi, që fëmijët t'i regjistrojnë mendimet e tyre.

Dhurata e imagjinatës ka qenë më me rëndësi për mua, sesa talenti im për ta përthithur diturinë pozitive.

ALBERT EINSTEIN

Çfarë mund të bëjnë prindërit?

- **Jepni një shembull:** Nderoni kureshtjen tuaj prej fëmije, entuziazmin dhe idetë “e çmendura”. Bëhuni i hapur për përvoja të reja, këmbeni interesat tuaja kreative dhe kënaquni në interesimet e fëmijës tuaj.
- **Besoni fëmijës tuaj:** Fëmijët që ndjehen të dashur dhe të besuar, fitojnë vetëbesim për të qenë të ndryshëm dhe guximin për të krijuar. Brengosja e tepërt për traditën shoqërore apo stereotipat për rolet gjinore, mund ta pengojnë kreativitetin.
- **Inkurajoni fëmijën tuaj:** Inkurajoni eksperimentimin dhe eksplorimin. Ushtrojani dëgjimin fëmijës tuaj pa qenë paragjykses. Mbështetni fëmijët tuaj kur dështojnë. Shmanguni “lavdërimin kot”.
- **Pasuroni ambientin:** Siguroni materiale që e inkurajojnë imagjinatën, dhe mundësoni fëmijëve të krijojnë veprën e vet të artit. Revista, libra, gazeta, lojëra, rroba dhe bizhuteri të vjetra mund të përdoren për një larmi projektesh. Copëza pëlhure mund të shfrytëzohen për të dizajnuar jorganë dhe mbulesa.
- **Shikoni TV së bashku:** Kjo ide është për shkak të ndikimit negativ të televizorit mbi fëmijët. Përqendrohuni mbi dokumentarët dhe angazhoni imagjinatën e tyre në diskutim.
- **Ndihmoni fëmijët tuaj t'i regjistrojnë idetë:** Fëmijëve u pëlqen të ngjyrosin dhe vizatojnë që nga mosha shumë e re. Para se të fillojnë të shkruajnë, ata mund t'ua diktojnë idetë e tyre të rriturve apo fëmijëve të tyre. Më vonë, ju mund ta inkurajoni fëmijën tuaj të mbajë ditar apo libër shënimesh.

Një shënim për lodrat

Mendoni rreth lodrave që ua blini fëmijëve tuaj. Lodrat duhet ta nxisin kreativitetin dhe të jenë edukative. Kubat për ndërtim (si ato Lego) e stimulojnë të menduarit. Disa kukulla (si Bratz), sjellin deri te ngatërimi i

roleve të gjinive. Loja me kukulla dhe arushë plushë është e shëndetshme për fëmijët; kjo u jep fëmijëve një shoqërues; ata mund të luajnë role me kukullat duke u bërë nëna, apo shokë, dhe mund t'i nxjerrin frustracionet e tyre te kukullat. Blini lodra që mësojnë thurjen, qëndisjen, qepjen dhe zdrukthëtarinë. Metra shiriti të vegjël dhe çekiçë të vegjël (të përdorur nën mbikëqyrje), janë po ashtu të mirë. Lodra që reklamohet në TV, apo që është më e shtrenjta, nuk është domosdo edhe lodër më e mirë. Nëse keni më shumë se një fëmijë, përpuni të blini lodra (si lojëra dërrase/tabele), që iu lejojnë fëmijëve të luajnë së bashku.







Mendoni për lodrat që ua blini fëmijëve tuaj. Lodrat duhet ta nxisin kreativitetin dhe të jenë edukative. Kubat për ndërtim (si ato Lego) e stimulojnë të menduarit.

Ka po ashtu lodra në dispozicion në mënyrë të veçantë për fëmijët me aftësi të ndryshme, dhe për fëmijë me autizëm, të dizajnuara nga specialistë për t'iu përgjigjur sfidave me të cilat ballafaqohen këta fëmijë.

Aktivitete



AKTIVITETI 62: USHTRIME FAMILJARE PËR NXITJEN E KREATIVITETIT

Provoni veglat kreative vijuese me fëmijët:

- Përdorni lojë kreative:** Aktivitetet si “ndiqe prijësin”, e inkurajojnë fëmijën të mendojë për lëvizje kreative, dhe ta përjetojë shpërblimin e të tjerëve që e ndjekin shembullin e tij/saj. Aktivitetet ndërtimore mund të përdorin materiale të thjeshta (kuba, baltë, rërë, argjilë, ujë), që i lejojnë fëmijës të ndërtojë dhe dizajnojë struktura të ndryshme.
- Përdorni konceptin e tregimit të vazhdueshëm:** Dikush e fillon tregimin dhe çdo person shton nga një pjesë. Lexoni një tregim dhe luani sipas atij. Përdorni kukulla për ta luajtur tregimin.
- Përdorni objekte për të krijuar ide të reja:** Provoni lojën e biskotave të kripura me kafshë: fëmija e zgjedh një biskotë, e shikon atë dhe pastaj e ha. Atëherë fëmija bëhet ajo kafsha për 1-2 minuta. Përdorni lëvizje kreative për ta luajtur se si sillet dhe lëviz kafsha.
- Përdorni luajtje të roleve:** Lojërat stimuluese mund t’iu ndihmojnë fëmijëve t’i shohin pikëpamjet e të tjerëve, dhe t’i eksplorojnë ndjenjat e tyre.
- Parashtroni pyetje të hapura:** Tregojani fëmijës një fotografi dhe pastaj parashtroni pyetje. Për shembull: “Çfarë bëjnë njerëzit në këtë fotografi?” “Çfarë thonë njerëzit?” “Çfarë kishte interesante në ditën tënde?”, në vend të: “A kishte ditë të mirë?”
- Kërkoni nga fëmijët t’i përdorin shqisat e tyre:**
 - Kërkoni që fëmijët t’i mbyllin sytë dhe t’ia qëllojnë se çfarë keni vënë në duart e tyre (si një copë gome, një guralec).
 - Kërkoni që fëmijët t’i mbyllin sytë dhe t’ia qëllojnë se çfarë dëgjojnë (përdorni tinguj të tillë si përzjerje të letrave, vërtitjen e monedhave, fërkimi me zumpara, grisje të letres).
- Pyetni fëmijët për ndryshimet:** Kërkoni nga ata t’i ndryshojnë gjërat për t’i bërë ato ashtu siç do të kishin dëshiruar ata. Për shembull:
 - Çfarë do të shijonte më mirë, po të ishte më e ëmbël?
 - Çfarë do të ishte më e mirë, po të ishte më e vogël?
 - Çfarë do të ishte më argëtuese, po të ishte më e shpejtë?
 - Çfarë do të ishte më e mirë, po të ishte më e qetë?
 - Çfarë do të ishte më e lumtur, po të ishte më e madhe?
 - Çfarë do të ishte më eksituese, po të shkonte mbrapsht?
 - Si do të ishte anglishtja nëse do t’i shkruanim fjalët ashtu si i shqiptojmë?
 Përpiquni ta shkruani një paragraf duke përdorur këtë metodë fonetike. Ka gjuhë të tilla, a mund t’i emërtoni disa?

8. Parashtroni pyetje me shumë përgjigje: Ja disa shembuj duke e përdorur konceptin e ujit (koncepte të tjera përfshijnë: zjarrin, erën, rërën, makinat, tymin, akullin):

- Cilat janë disa nga përdorimet e ujit?
- Çfarë noton mbi ujë?
- Si na ndihmon uji neve?
- Përse uji i ftohtë është i ftohtë?
- Çka qëndron gjithmonë nën ujë?
- Cilat janë ngjyrat e ndryshme që mund t'i ketë uji?

9. Parashtroni pyetje: “Çfarë do të ndodhte sikur...”:

- Çfarë do të ndodhte sikur të gjitha pemët në botë të ishin blu?
- Çfarë do të ndodhte sikur të zhdukeshin makinat?
- Çfarë do të ndodhte sikur çdokush t'i vishte rrobat e njëjta? Të kishin të njëjtin emër?
- Çfarë do të ndodhte sikur të fluturoje?
- Çfarë do të ndodhte sikur askush të mos e pastronte shtëpinë?
- Çfarë do të ndodhte sikur çdokush të ishte i drejtë apo i lig?
- Çfarë do të ndodhte sikur çdokush të ishte i sëmure apo i shëndoshë?

10. Parashtroni pyetjet: “Në sa mënyra të ndryshme...”:

- Në sa mënyra të ndryshme mund të përdoret një lugë?
- Në sa mënyra të ndryshme mund të përdoret një kopsë?
- Në sa mënyra të ndryshme mund të përdoret një tel?
- Në sa mënyra të ndryshme mund të përdoret një kapëse letrash?

AKTIVITETI 63: PERSONAZHET QË JANË TË RËNDËSISHËM!

Kur i erdhi shpallja e parë Profetit Muhammed a.s., ai u tremb dhe u kthye në shtëpi te e shoqja, Hadixheja. Ajo e qetësoi atë dhe i numëroi disa nga sjelljet e mira të tij:

- Përkrahja e të afërmit
- Ndihma të dobët
- Dhënia të varfrit
- Ofrimi i mikpritjes mysafirit, dhe
- Mbështetja të sëmurit

Diskutojeni me fëmijët tuaj rëndësinë e secilës nga këto sjellje. Shkruani një tregim bashkë që i përfshin këto sjellje.

AKTIVITETI 64: SHPJEGIMI I PYETJEVE TË NGATËRRUARA

Tuboni disa prindër për të diskutuar se si duhet përgjigjur këtyre pyetjeve, që fëmijët i pyesin shpesh (pyetni të tjerët nëse keni nevojë për ndihmë).

- “Kush e krijoi Zotin?”, “Përse t'i ndëshkojë Zoti njerëzit pse nuk e besojnë Atë?”, “Pse ka aq shumë njerëz që kurrë nuk kanë pranuar Shpallje Hyjnore?”, “Si mund të jetojmë përgjithmonë në Parajsë pa u mërëzitur?”
- Si t'i shpjegojmë konceptet e “vullnetit të lirë” dhe “determinizmit” në një mënyrë që i inkurajon të menduarit proaktiv, nga njëra anë, dhe pranimin e Vullnetit të Zotit, nga ana tjetër? Nga kemi ardhur ne? Ku do të përfundojmë ne? Si duket Bota e Përtejme? A mund ta shohim Zotin? Pse jo? Zoti mund të bëjë që çdokush ta besojë Atë, përse Ai nuk e bën këtë?

Këto janë pyetje të ngatërruara për fëmijët. Ne duhet t'ua shpjegojmë atyre ato sipas moshës dhe pjekurisë së tyre.

Në përfytyrimin e Parajsës, Profeti a.s., shpjegoi se Parajsa është aq e mirë dhe e veçantë, sa asnjë sy nuk e ka parë, asnjë vesh nuk e ka dëgjuar, dhe asnjë zemër apo mendje nuk e ka imagjinuar! Ajo është një sistem krejtësisht i ri i ekzistencës që shqisat tona nuk mund ta kuptojnë.

AKTIVITETI 65: ËSHTË PERCEPTIMI I HAJDUTIT QË LLOGARITET!

NJË ZGJIDHJE KREATIVE

Lëroni fëmijët ta lexojnë historinë e vërtetë vijuese. Pastaj mendoni së bashku rreth disa problemeve me të cilat ballafaqohet familja dhe si të zgjidhen ato.

Kur Drejtori Ekzekutiv i American Airlines pa një rojtar që rrinte në aeroport, ai e pyeti Menaxherin: “A mund t’i shkurtojme harxhimet?” Menaxheri iu përgjigj me pyetje: “Si?” Drejtori Ekzekutiv tha se nëse do ta mbanin rojtarin vetëm për tre net të rastësishme, hajdutët nuk do të mund ta dinin se në cilat net roja do të jetë në detyrë. Vitin në vijim, u ngrit e njëjta çështje e shkurtimit të harxhimeve, dhe u dha e njëjta përgjigje: “Si?” Drejtori Ekzekutiv sugjeroi zëvendësimin e rojës me një qen të lig. Vitin e tretë, sërish, u parashtrua e njëjta pyetje. Zgjidhja ishte që qeni të ishte me orar të shkurtuar. Vitin e katërt, Drejtori Ekzekutiv i tha Menaxherit: “Meqenëse llogaritet perceptimi i hajdutëve, përse nuk e bëni qenin shumë të uritur, dhe t’ia incizoni lehjen e tij të egër dhe ta lëshoni atë në orë të rastësishme natën?” Kjo pati sukses! Ata kursyen pa pasur roje nate. (MSNBC, 3 nëntor, 2007).



KAPITULLI 21

Vetëvlerësimi kundrejt fëmijëve të llastuar

- Vetëvlerësimi **414**
- Si t'i shmangemi rritjes së një fëmije "të llastuar" **416**
- Zemërimet e çastit: Mos lejoni që qarja të përdoret si mjet **417**
- Aktivitetet 66–68 **418**

Vetëvlerësimi



FËMIJËT KANË NEVOJË PËR INKURAJIM kur bëjnë gabime, po aq sa edhe kur gjejnë zgjidhje. Në fakt, meqenëse gabimet janë pjesë e jetës, është me rëndësi që fëmijët të mësohen t'i shikojnë ato si përvoja mësimi, në vend se si dështime. Mos lejoni që dështimet t'i dekurajojnë fëmijët; në vend të kësaj shfrytëzoni dështimet si një mundësi për t'i inkurajuar ata. Ekziston një dallim i madh midis thënies: "Si mund të ishe aq budalla?" dhe thënies: "Unë e di se ti je i zgjuar dhe i aftë!" Inkurajimi e ndihmon fëmijën të bëjë më mirë në të ardhmen. Fëmijëve që iu thuhet se janë dështakë nga njerëzit që ata i admirojnë më së shumti, do të bëhen dështakë.

Mendimet që janë të natyrës dekurajuese, si: "Unë dështova, prandaj nuk vlej për asgjë", do ta pakësojnë kënaqësinë e fëmijës me jetën, do ta shterin energjinë e tyre emocionale, dhe do ta rrisin mundësinë që ata ta zgjedhin rrugën e lehtë për rrugëdalje kur të jenë të tensionuar. Fëmijët pa vetëvlerësim nuk do t'i harxhojnë përpjekjet e tyre mbi

qëllime që i perceptojnë si të paarritshme. Suksesi në afat të gjatë (përmes studimit dhe qëndresës ndaj presionit nga moshatarët), kërkon vetëvlerësim. Fëmijët që më pak e vlerësojnë veten janë më impulsivë, dhe kanë më pak shqetësim për pasojat e tyre. Ata kanë pak vetëbesim për t'i ndjekur qëllimet e tyre. Fëmijët me vetëvlerësim janë më të prirë për kënaqje të atypëratyshme përmes alkoolit, drogave, seksit dhe dhunës.

Fëmijët duhen mësuar se nuk ka asgjë që iu mungon atyre, dhe t'i shikojnë gabimet si mundësi për të mësuar. Këta fëmijë e kanë energjinë e nevojshme për ta zgjedhur atë që është më mirë (të mësojnë për provimin në vend që të dalin me shokët). Ata kanë shpresë dhe janë optimistë se do të arrijnë sukses (me punë të zellshme dhe përpjekjet e tyre). Ata i vërejnë përfitimet e përpjekjeve të tyre dhe përkufizojnë veten si fitimtarë. Lumturia që e ndjek suksesin e bën edhe më të ngjarë se ata do ta gjejnë suksesin në të ardhmen.



Dashuria, guximi, kreativiteti, ndershmëria dhe ndjenja e përgjegjësisë – në mënyrë të drejtpërdrejtë po tërthorazi – i ndërtojnë vetëbesimin dhe vetëvlerësimin. Të gjitha këto karakteristika bashkëveprojnë dhe e forcojnë njëra-tjetrën. Ato do ta shtojnë energjinë emocionale dhe kapitalin psikologjik të fëmija.

Ne vendosim nëse gota është gjysmë e mbushur, apo gjysmë e zbrazur. Nxitni guximin dhe vetëbesimin të fëmijët kurdo që ju jepet rasti. Nëse mbillet bar i keq, ai edhe do të rritet. Prandaj, mbillni lule.



Si ti shmangemi rritjes së një fëmije “të llastuar”

Fëmijët duhet të mësojnë se si t'ia dalin në krye me konkurrencën dhe stresin. Fëmijët duhen mësuar se si t'i bëjnë ballë një “jo”-je nga prindërit dhe shokët, mësimdhënësit, fqinjët dhe të panjohurit. Stërvitni fëmijët tuaj t'ia dalin në krye me zhgënjimet, mohimet dhe refuzimet. Në vijim janë disa mënyra për t'iu shmangur llastimit të fëmijës:

MOS E PRISHNI DISIPLINËN

Disa prindër tentojnë t'i përkëdhelin jashtë mase fëmijët e tyre. Bollëku i gjithçkaje, qofshin lodra, lojëra, para ose çokollata, i llaston fëmijët në moshë shumë të re. Fëmijët e rritur brenda familjeve të kamura, mund të llastohen nëse kanë shumë nga gjithçka. Prindërit nuk duhet t'iu japin fëmijëve të tyre më shumë se çështje e nevojshme. Fëmijët duhet të përgatiten për kohë të vështira dhe kohë të qeta në jetë.

KURRË MOS I KËNAQNI TË GJITHA KËRKESAT

Prindërit nxjerrin kënaqësi nga plotësimi i dëshirave të fëmijëve të tyre. Mirëpo, prindi duhet që qëllimisht t'i lërë disa dëshira të paplotësuara. Nëse plotësohet çdo dëshirë dhe kërkesë e fëmijëve, fëmija rritet për t'u bërë person narciz. Këta fëmijë bëhen jologjikë, të dhunshëm dhe të frustruar. Ata nuk do të jenë në gjendje ta pranojnë refuzimin në një intervistë për punë më vonë në jetë. Ata janë të prirë ndaj depresionit dhe nuk mund t'i përballojnë zhgënjimet.

DEKURAJONI KRAHASIMET

Prindërit duhet ta dekurajojnë tendencën e fëmijës së tyre për t'i krahasuar gjësendet që ajo apo ai i zotëron me fëmijët e tjerë. Nëse fëmijët kërkojnë një lodër thjesht për shkak se një fqinj e ka një të tillë, kërkesa e tyre duhet dekurajuar. Këta fëmijë përfundojnë duke e krahasuar vazhdimisht veten me njerëzit që kanë më shumë se ç'kanë ata vetë.

SHMANGNI QETËSIMIN

Për t'iu shmangur konfliktet disa prindër tentojnë që vazhdimisht t'i qetësojnë fëmijët. Qetësimi është përfitim afatshkurtër por humbje afatgjatë. Njerëzit e humbasin respektin për prindërit e tillë. Prindërit duhet të jenë të ndershëm dhe t'i thonë jo kërkesave të paarsyeshme nga fëmijët e tyre. Ju nuk mund ta bazoni tërë jetën tuaj mbi kërkesat e fëmijëve tuaj.

MOS U DORËZONI PËR SHKAK TË FAJIT

Disa prindër tentojnë t'ua bëjnë qejfin fëmijëve të tyre për shkak të fajit. Për shembull, shumë nëna që punojnë vijnë vonë në shtëpi dhe nuk kanë kohë t'iu ndihmojnë fëmijëve me detyrat e shtëpisë. Fëmija kërkon akulllore para darkë. Nëna pajtohet. Fëmija është mjaft i zgjuar që ta dijë arsyen që gjendet pas ryshfetit. Prindërit duhet ta kenë guximin të thonë jo, pavarësisht zemërimeve të çastit të fëmijës.

Fëmijët duhen mësuar se si t'i bëjnë ballë një “jo”-je nga prindërit dhe shokët, mësimdhënësit dhe fqinjët.

Zemërimet e çastit: mos lejoni që qarja të përdoret si mjet

Ka të qarë që vjen nga një nevojë e vërtetë (për shembull: uria, ethet, dhimbja apo frika). Kjo kërkon vëmendjen e prindërve. Është edhe një lloj tjetër të qare që është e qara nga zemërimet e çastit. Fëmija dëshiron të ketë diçka të parëndësishme ndaj ai/ajo qan dhe ulërin me zë të lartë. Ky lloj e qare duhet injoruar. Përndryshe do të nisë një shabllon: ulërimat do të bëhen më të zëshme derisa prindi i zhgënjyer të dorëzohet. Fëmija do të mësojë se ai/ajo e ka kontrollin mbi prindin përmes qarjes së panevojshme. Kur qarja është pjesë e zemërimit të çastit, injoroheni atë. Mos i bërtisni fëmijës. Qëndroni i qetë dhe në kontroll, dhe pranoni ndjenjat e fëmijës. Mos u dorëzoni. Kur zemërimi i çastit të mbarojë, fëmija do ta kuptojë se të qarët pa nevojë nuk është sjellje e pranueshme.



Aktivitate



AKTIVITETI 66: TESTI I BESUESHMËRISË

Karakteristikat e ndryshme të një personaliteti të mirë përkojnë me njëri-tjetrin. Në një ambient familjar, të gjithë anëtarët duhet ta diskutojnë rëndësinë e besueshmërisë dhe t’iu përgjigjen pyetjeve vijuese:

- A i mbaj unë premtimet e mia?
- A i nderoj unë më të vjetrit e mi?
- A i respektoj unë zotimet e mia?
- A i paguaj unë borxhet e mia me kohë?
- A e kthej unë sakaq atë që e huazoj?
- A i përmbush unë afatet?
- A falem unë në kohë?
- A jam unë i përpiktë?

AKTIVITETI 67: KËNAQËSIA

Lexojeni këtë histori dhe mendoni rreth praktikave të familjes suaj, farefisit tuaj dhe shokëve tuaj.

Profeti a.s., ka thënë:

“Jini të kënaqur me atë që Zoti ua ka siguruar për ju, dhe do të jeni njerëzit më të pasur”.

Njëri nga shoqëruesit e kishte zakon të falej pas Profetit a.s., i veshur me të njëjtat rroba të grisura. Profeti vërejti se si ai largohej me shpejtësi pas çdo lutjeje. Ai u interesua për këtë njeri: “Ku është ai?” Ata i thanë: “U kthye në shtëpi”. Profeti e thirri atë dhe ai erdhi, e Profeti e pyeti: “Pse largohesh shpejt dhe nuk i përfundon lutjet e tua?” Shoqëruesi iu përgjigj: “Ngaqë bashkëshortja ime dhe unë kemi vetëm një palë rroba, kështu që unë kthehem shpejt te bashkëshortja ime që t’ia jap rrobat në mënyrë që edhe ajo t’i kryejë lutjet para se të kalojë koha”. Kështu Profeti ia dha shoqëruesit këmishën e vet. Ai ia çoi atë i gëzuar bashkëshortes së tij, e cila e pyeti: “E kujt është kjo këmisha?” Ai u përgjigj: “Këmisha e Profetit; ai na e dha”. Ajo iu përgjigj: “A iu ankove ti për Zotin, Profetit të Zotit?” Ai iu përgjigj: “Për Zotin, unë nuk iu ankova! Për Zotin unë vetëm e pranova që këmisha e të Dërguarit të jetë qefini im në varr!”

IMAM EL-GAZALI, IHJA ULUM ED-DIN

AKTIVITETI 68: ANGAZHIMI AKTIV

Lexoni vijuesen bashkë me fëmijët tuaj, pastaj ndërliidhni gjërat specifike me përvojat e tyre personale.

Mësimi më efektiv ndodh kur fëmijët janë të angazhuar aktivisht në eksplorimin e botës që i rrethon: përpjekja për t'i kuptuar gjërat, rënia dhe pastaj përpjekja për t'u ngritur rishtas dhe shprehja e mendimeve, ideve dhe emocioneve të tyre si përgjigje ndaj asaj që e shohin. Prindërit duhet t'ua kalojnë idetë dhe mësimet e tyre gjatë eksplorimit të fëmijës. Jepuni fëmijëve mundësinë për ta testuar dhe zbatuar dijen e tyre gjatë këtyre “çasteve të mësimit”, shprehje kjo të cilën Presidenti Obama shpesh e përdorte për ta ilustruar një takim të rastësishtëm.

Lejoni fëmijës kohën që të ecë i heshtur, të shikojë përreth, të marrë frymë thellë, ta shprehë frustracionin dhe të mendojë. Kjo nuk është shenjë dobësie, ata vërtet mendojnë dhe përpiqen të vendosin çfarë të bëjnë me atë që kanë. Fatkeqësisht, shumë prindër do t'i përgjigjen pyetjeve në emër të fëmijëve të tyre, do t'i strehojnë ata nga situatat sfiduese, dhe do ta marrin mbi vete detyrën për ta marrë nën kontroll situatën kur fëmija i tyre përpriqet të kuptojë diçka. Kjo ka ndikim negativ mbi vetëbesimin e fëmijës, mbi aftësinë për zgjidhje të problemit, durimin dhe shkathtësitë negociatore. Ata janë mësuar vetëm të mbështeten te të tjerët për t'i zgjidhur problemet e tyre.

Prindërit duhet t'i marrin rolet e një eksperti, trajneri dhe mentori. Lejoni fëmijëve mundësinë për ta përdorur dijen, shkathtësitë dhe aftësitë e tyre. Prindërit duhet t'i udhëzojnë dhe ndihmojnë fëmijët e tyre që të mendojnë në situata të vështira, duke i shfrytëzuar aftësitë personale të fëmijës.

Prindërit duhet t'i lejojnë fëmijët e tyre të bëjnë gabime. Ndhimojini fëmijës ta kuptojë dhe eksplorojë se çfarë shkoi mirë, çfarë shkoi keq, pse e bënë atë, si mund ta bëjnë më mirë herën tjetër, çfarë kanë mësuar nga kjo përvojë dhe çfarë duhet të bëjnë ndryshe herën tjetër. Nuk është me rëndësi vetëm detyra aktuale. Përpjekja mendore për ta kryer detyrën dhe për t'i shmangur të njëjtat gabime vazhdimisht është po ashtu shumë me rëndësi.

Përmes angazhimit aktiv, lidhja prind-fëmijë dhe fëmijë-prind forcohet dhe krijohet një marrëdhënie më e thellë. Sapo të vendoset kjo lidhje, fëmija do të jetë më i gatshëm të konsultohet me prindërit e tij/saj, teksa sfidat të shfaqen në vitet e mëvonshme të jetës, dhe të bëhen gjithnjë e më komplekse.



KAPITULLI 22

Zgjedhja e shokëve të duhur për fëmijën tuaj

- Shokët e fëmijës tuaj **422**
- Disa probleme me shokët e këqij **423**
- Presioni i përditshëm nga moshatarët në shkollë **424**
- Zgjedhja e shokëve të duhur **424**
- Çka nëse fëmija juaj zgjedh shokë të padëshiruar? **425**
- Pse këto joshje të forta ndër adoleshentët? **426**
- Familjet në lokacione të padëshiruara **428**
- Aktivitetet 69–71 **429**

Shokët e fëmijës tuaj

NË FIZIKË, NGARKESAT e ngjashme (polariteti) e sprapsin njëra-tjetrën, të kundërtat e tërheqin njëra-tjetrën. Te kafshët: “Zogjtë e puplës mblidhen në tufë bashkë” (njerëzit e një brumi bëhen bashkë). Ne përpiqemi të vendosim marrëdhënie miqësore me njerëz që takojmë: fqinj, fëmijë në shkollë, shitës në treg e kështu me radhë. Ne duhet ta trajtojmë çdokënd me mirësi dhe respekt. Në të njëjtën kohë, më e mira është që të mos vendosim miqësi të ngushta me njerëz që çojnë jetë të pavlerë. Zgjidhni besimtarë praktikues për shokë apo miq. Shokët e tillë nuk do ta kenë problem të ndalojnë për disa minuta në mes të lojës për t’u falur me ju. Ata do ta kuptojnë se përse ju nuk pini alkool apo nuk përdorni droga.

Nganjëherë, nuk është e mundur të bëheni shokë me ata që i ndajnë vlerat tuaja, ngaqë ju jetoni shumë larg tyre. Fëmijët e tyre nuk shkojnë në të njëjtën shkollë me fëmijët tuaj. Mirëpo, megjithatë do të jetë e mundur të gjeni një shok aty afër nga një familje e mirë e cilësdo fe, që ndajnë vlerat e ngjashme dhe që i respektojnë zakonet tuaja. Organizatat e

komunitetit, si klubet sportive, skautët dhe grupet ambientaliste, mund të jenë vende të mira për t’u bërë shokë me djem të rinj, që i ndajnë të njëjtat interesa dhe dëshirojnë të zbatimen në mënyrë të shëndetshme dhe të pastër.

Shok i mirë është dikush që i ndan vlerat e besnikërisë, bujarisë, simpatisë dhe mirëkuptimit. Si një i rritur, ju keni standarde të caktuara, por adoleshentët tuaj mund të mos pajtohen me standardet tuaja. Shokët kanë ndikimin më të madh mbi adoleshentët. Ata do të eksperimentojnë me mënyrat e veshjes, sjelljes dhe raportin me njerëz të tjerë.

Vajzat tentojnë të kenë shoqëri të veçantë me një person, ose vetëm me një grup të vogël vajzash. Djemtë tentojnë të lëvizin në grupe të mëdha, apo t’i identifikojnë shokët e tyre në lidhje me një sport apo hobi të posaçëm. Këto shoqëri janë të rëndësishme dhe mund të jenë shumë të thella. Ato po ashtu mund të prishen papritmas, nëse një person tjetër “i shkel rregullat” e besnikërisë.

Mos u irritoni nëse fëmijët tuaj duket sikur kujdesen më shumë për shokët e tyre, sesa për familjet e tyre. Ju nuk duhet të punoni



Bëni njëqind miq
dhe as një armik
të vetëm!!



P: Çfarë është e përbashkët midis futbollit amerikan (ragbi) dhe një prijësi të drejtë?

P: Të dy i vlerësojnë fuqinë, guximin, frymën ekipore dhe shpresën.

P: Çfarë është e përbashkët midis ushtarëve dhe anëtarëve të mafies?

P: Të dy tregojnë besnikëri dhe guxim të jashtëzakonshëm ndaj organizatave të tyre – ushtarët ndaj vendit të tyre, ndërsa mafia ndaj bandave të saj. Ushtarët punojnë për çështje të mirë, ndërsa mafia për të ligë.

shumë për t'i mbajtur kushërinjtë tuaj – ju keni lindur me ta. E gjithë ajo që duhet ta punoni është se si të jeni të lumtur me ta, ngaqë ata tashmë ju duan dhe brengosen për ju. Mirëpo, sa i përket shokëve, ju duhet t'i gjeni vetë ata. Ata duhen bindur që t'ju shohin si person të pëlqyeshëm; ju duhet ta fitoni shoqërinë e tyre.

Kini parasysh re se shokët janë burim i familjeve të së nesërme. Thënia e vjetër italiane: “Blini lopë nga fusha juaj”, do të thotë se është më mirë të shoqëroheni me diçka që e keni të njohur.

Ka shumë lloje shokësh:

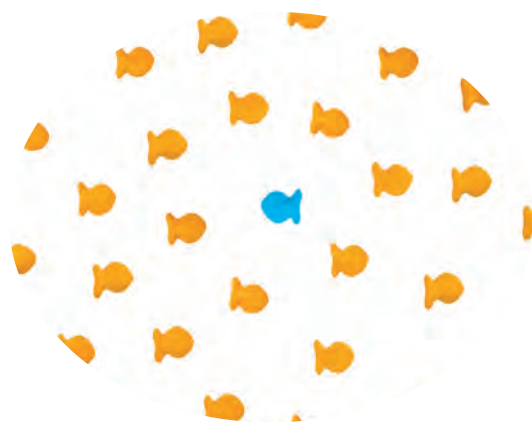
- Kolegët – njerëz me të cilët një adoleshent duhet të punojë apo të bashkëpunojë në një aktivitet. Ata mund të mos i pëlqejnë ata, por duhet të jenë “miqësorë” me ta, me qëllim që puna të kryhet.
- Të njohurit – njerëz të cilët ata i njohin pak. Ata nuk kanë ndjenja të forta për ta.
- Shokët e rëndomtë – këta janë njerëz të cilët ata i njohin dhe i pëlqejnë; ata janë pjesë e shkollës dhe lagjes.
- Shokët e ngushtë – janë ata të cilët i njohin mirë dhe për të cilët kujdesen. Ata ua hapin zemrën atyre në mirëbesim, dhe varen nga ata.
- Shokët më të ngushtë – Ndjenjat e tyre për ta janë më shumë si dashuri, sesa si pëlqim. Ata ndajnë gjithçka, dhe sado që të grinden, mbeten shokë më të ngushtë.

Miqësia është litar me dy skaje – është e vështirë të lidhesh me një person që nuk është i lidhur me ty. Ju duhet të jepni aq sa pranoni në një shoqëri: tolerancë, përzemërsi, humor, kujdes dhe sakrificë. Ju duhet të mbeteni në kontakt.

Shumica e njerëzve ndryshojnë. Shpjegoni adoleshentit tuaj se ata nuk duhet ta fajësojnë veten nëse shokët e tyre kalojnë nëpër një kohë të vështirë, apo duken më pak entuziastë se zakonisht. Miqësia kërkon nga ju të ndani. Prindërit janë të mërzitur nëse adoleshentët e tyre mbarojnë me shokë “të padëshirueshëm” (të rinj, vlerat e të cilëve janë në konflikt me atë që ju jeni munduar t'ua mësoni fëmijëve tuaj). “Shokët e padëshirueshëm” nuk e kanë frikë Zotin, tymosin duhan ose marrin droga, përdorin gjuhë të pakëndshme, kanë pasur telashe me policinë, apo inkurajojnë sjellje të rrezikshme. Mbani në mend se disa shokë “të padëshirueshëm” mund të tërhiqen nga vlerat e fëmijëve dhe familjes tuaj.

Disa probleme me shokët e këqij

- Ata i dëmtojnë gjësendet dhe pronën tuaj.
- Ata janë të vrazhdët dhe të pakëndshëm.
- Ata ua pushtojnë shtëpinë.
- Ata ju frikësojnë dhe ju shpërfillin.
- Ju jeni i pikëlluar që ata e marrin djalin apo vajzën tuaj nga ju, dhe i udhëheqin ata në rrugë të liga.



Presioni i përditshëm nga moshatarët në shkollë

Sistemi shkollor ushtron presion mbi fëmijën për t'i pranuar shokët/shoqet e klasës. Një fëmijë musliman në një ambient jomusliman mund të jetë në disavantazh, për shkak të gjuhës, kodit të veshjes (sidomos për vajzat), dhe shprehive të të ushqyerit. Besime fetare të ndryshme zakonisht përkthehen në strukturë veprimesh të ndryshme. Këto dallime mund të perceptohen si kërcënuese nga shokët/shoqet e tjerë të klasës. Është po ashtu edhe dallimi në ngjyrën e lëkurës, që mund të çojë në vështirësi për një fëmijë në një ambient racist.

Zgjedhja e shokëve të duhur

Ju duhet ta dini kush janë shokët e fëmijës tuaj. Ftojini ata në shtëpinë tuaj për të pasur një ide më të mirë për atë se kush janë ata, dhe çfarë ndikimi mund të kenë mbi fëmijën tuaj. Të ftohen të tjerët mund të jetë i vetmi rast që ata të shohin se si duket shtëpia e një besimtar. Imagjinojeni ndikimin e jashtëzakonshëm që familja juaj mund ta ketë mbi ndonjë të ril!

Flisni me fëmijët tuaj për zgjedhjen e tyre të shokëve, sidomos nëse disa nga ato zgjedhje ju shqetësojnë. Trajtojeni këtë çështje me kujdes. Fëmijët tuaj duhet të fillojnë t'i marrin vendimet e veta në lidhje me shokët. Nëse ju vendosni për ta, ju ua mësoni atyre varësinë. Kjo nuk iu ndihmon atyre kur të qëndrojnë në këmbët e veta, sepse ju nuk do të jeni gjithmonë aty pari.

Kur diskutoni për shokët me fëmijët tuaj, bëni dy gjëra të rëndësishme:

- *Bëni deklaratat "Unë"*. Flisni me fëmijën tuaj për atë se si jeni ndjerë kur keni qenë përreth shokut/shoqes së tij/saj. Për shembull: "Kur ishe duke luajtur me Jasminen,

mua m'u duk sikur ajo gjithmonë merrte gjësende nga të tjerët. Shikimi i një fëmije që sillet në mënyrë egoiste më pikëllon". Ose: "Kur fola me Sarën, vërejtja se ajo tha gjëra të këqija për të ëmën. Kjo më bëri të ndjehesha keq".

Këtu, ju i jepni birit/bijës suaj një rast për t'i bërë të njëjtat vërejtje që ju i keni bërë pa u ndjerë mbrojtës. Nuk duhet të thoni: "Të gjithësi zgjedh shokë/shoqe egoistë, të shkujdesur për të luajtur, apo jo?"



- *Parashtroni pyetje*. Pyetni fëmijën tuaj nëse ai/ajo i ka vërejtur po të njëjtat probleme, dhe pyeteni atë se si është ndjerë nga kjo. Dëgjojeni me kujdes përgjigjet e tyre. Ajo që ju kërkoni është vlerësimi i sinqertë i fëmijëve tuaj. Nëse ata i ndajnë shqetësimet tuaja, ju mund të thoni: "A mendon se mund të jetë ide e mirë që ti të kalosh më shumë kohë me shokët/shoqet tjera të tua, sesa me Jasminen apo Sarën?"

Fillojeni këtë proces sa më herët që të mundeni. Jepjani fëmijëve tuaj lejen që të diskutojnë haptazi për shokët e tyre me ju. Kjo do të jetë një "urë" e vlefshme që mund ta shfrytëzoni kur ata të jenë shumë më të rritur, ndërsa rreziqet konsiderueshëm më të lartë.

Çka nëse fëmija juaj zgjedh shokë të padëshiruar?

Iman el-Kadi (një punëtoare sociale) ka thënë:

“Fëmija mund të zgjedhë një shok që është i pasjellshëm dhe harbut. Mos u merakosni, sepse fëmijët kureshtja natyrshëm i bën të tërhiqen nga e panjohura, dhe porsa të kënaqet kjo kureshtje, ata zakonisht e humbasin interesimin. Nëse ne përpiqemi t’i japim fund kësaj shoqërie menjëherë në bazë të autoriteteve prindërore, kjo mund të shkaktojë qepje më të fortë për atë shok/shoqe, nëse për asgjë tjetër, atëherë për shkak të kokëfortësisë”. Kur një shok/shoqe i tillë është në shtëpinë tuaj, ju mund të thoni: ‘je i/e mirëseardhur, por të lutem bindu rregullave të shtëpisë sonë’.

Mbase ndikimi më i rrezikshëm mbi një fëmijë është ai e shokut me të njëjtin besim, që nuk i përmbahet fesë dhe kryen vese. Më kujtohet tronditja që përjetuan dy djemtë e mi (7 dhe 9-vjeç) kur e vizituan Stambollin për herë të parë. Të edukuar në një ambient familjar fetar në Amerikë, ata as që mund ta imagjinonin se në Stamboll disa njerëz mund të pinin alkool, të shfaqnin pornografi në rrugë, dhe haptazi të mos agjëronin gjatë Ramazanit. Unë iu ndihmova të kuptonin se njerëzit mund të lindin muslimanë, por mund të mos veprojnë në mënyrat e duhura islame.

Fëmijët ndikohen nga pikëpamjet dhe parimet e prindërve të tyre. Është vendimtare për prindërit që ta kuptojnë kur fëmijët nuk i ndjekin ato parime. Cilët janë faktorët që e sollën fëmijën te ky shok i dëmshëm? Pse ne shohim një fëmijë që tymos duhan dhe një tjetër që nuk e bën këtë? Çfarë është duke ofruar shoku, e që nuk ofrohet në shtëpi?

Inkurajimi i fëmijëve t’iu bashkohen aktiviteteve të dobishme është me rëndësi vendimtare për zgjedhjen e moshatarëve për ta.

Ja edhe disa këshilla:

- Nëse fëmija që nuk ju pëlqen vjen te ju, sugjeroni të ftohen edhe shokë të tjerë që ju dëshironi të vijnë, duke nxitur kështu një ndikim më të mirë.
- Mbajeni fëmijën të zënë me gjëra të tjera (p.sh. vizitë një kushëriri).
- Krijoni një sërë rregullash të zbatueshme për të gjithë (siç është të mos bërtitet, shahet apo goditet).



JU DUHET TA DINI
KUSH JANË
SHOKËT E FËMIJËS TUAJ



Pse këto joshje të forta ndër adoleshentët?

Adoleshentët ndikohen nga moshatarët e tyre për dy arsye kryesore:

- *Ata i zgjedhin shokët e tyre*, për dallim nga familja dhe kushërinjtë, ku marrëdhëniet tashmë janë zgjedhur për ta.
- *Afërsia e tyre me moshatarët është për shkak të ngjashmërive në moshë, përvojë, ndjenja, hobi, sfida, probleme, rrethana dhe mjedisi shkollor.*

Adoleshentët i formojnë grupet e veta shoqërore me kulturë, simbole, gjuhë, vlera dhe norma të veçanta.

Adoleshentët priren të konsultohen më pak me prindërit, dhe më shumë me shokët me të cilët rriten. Sa më pak të bashkëveprojnë me prindërit, mësimdhënësit dhe të moshuarit, aq më shumë adoleshentët priren të bashkëveprojnë me moshatarët e tyre. Në çështjet

financiare, adoleshentët ndikohen më shumë nga prindërit; në hobi, veshje, klube, kohën e lirë, udhëtime, xhiro dhe modele makinash, ata i ndjekin shokët e tyre.

Larmitë e ndërveprimit shoqëror

- Fëmijët e rinj me moshatarët e tyre
- Keqbërësit me keqbërës
- Të rinjtë me të rinjtë
- Duhanpirësit me duhanpirës
- Të moshuarit me të moshuar
- Përdoruesit e drogave me përdorues drogash
- Persona të ndershëm me të ndershëm
- Profesionistë me ata të të njëjtit profesion



Shokët ndikojnë mbi shokët e tyre. Profeti a.s., ka shpjeguar:

Një person ndikohet nga mënyrat e shokut të tij, ndaj çdokush nga ju le të shohë se kë e mban si shok.
(TIRMIDHI DHE EBU DAVUD)

Njeriu do të jetë me këto që ai e do.
(BUHARIU DHE MUSLIM)

Shembulli i një shoqëruesi të mirë dhe shoqëruesi të keq, është si shembulli i shitësit të parfumeve dhe farkëtarit. Sa i përket shitësit të parfumeve, ai ose do t'ju dhurojë pak, ose ju do të blini diçka nga ai, ose të paktën do të kënaqeni me aromën e këndshme nga ai. Sa për farkëtarin, ai ose do t'ua djegë rrobat, ose do të ndjeni një kundërmim të rëndë nga ai. (BUHARIU DHE MUSLIM)

Ajetet në vijim e shpjegojnë efektin e ndikimeve të këqija:

Atë ditë zullumqari do t'i kafshojë duart e veta dhe do të thotë: "I mjeri unë, ta kisha marrë rrugën e Pejgamberit! O shkatërrimi im, ah të mos e kisha bërë filanin mik! Në të vërtetë, pasi e gjeta rrugën e drejtë, ai më largoi mua prej asaj", e djalli është ai që njeriun e humb dhe e lë të vetmuar.
(Kur'ani, 25:27-29)

Familjet në lokacione të padëshiruara

Shokët e ligj krijojnë probleme që janë serioze, reale dhe nuk mund të fshihen mënjane. Shokët e shkollës dhe fëmijët e lagjes që sillen keq, mund ta prishin një familje. Nëse familja jeton në një vend ku nuk mund të gjejnë shokë të duhur për fëmijët e tyre, ata duhet të zhvendosen në një vend ku ka shokë të mirë. Shumë prindër e ndërrojnë shkollën e fëmijës së tyre, ose madje edhe migrojnë në një qytet tjetër, nëse nuk mund t'iu sigurojnë shokë të mirë fëmijëve të tyre. Kjo është një sakrificë e vogël nga prindërit krahasuar me përfitimet e mëdha që do t'i vjelin më vonë.

**Profetët migruan nga një komunitet në një tjetër,
siç është përmendur në shkrimet e shenjta.**

Prindër: Lëreni fëmijën tuaj ta ftojë shokun/shoqen e vet në shtëpi dhe vëzhgoni ata. Studijoni sjelljen e tyre drejtësisht dhe paanshëm. Përpikuni të bëheni shok me shokun e fëmijës tuaj!

Dr. James S. Coleman, ish Presidenti i American Sociological Association (Asociacionit Amerikan të Sociologëve), dhe njëri nga sociologët më të famshëm botërorë, e promovoi mbylljen brendabreznore. Kjo do të thotë që prindërit i njohin prindërit e shokëve të fëmijëve të tyre. Kjo e promovon mbylljen në shoqëri, që do të thotë aftësinë për ta promovuar sjelljen e mirë dhe për ta dekurajuar sjelljen e keqe.

Aktivitete



AKTIVITETI 69: MODELET QË DUHEN NDJEKUR TË FËMIJËS SUAJ

Kërkoni nga fëmija juaj t'i emërtojë tre persona që ai/ajo dëshiron më së shumti t'i takojë. Kjo mund të zbulojë mjaft për perceptimin prej tyre të “modeleve që duhen ndjekur” të tyre.

Diskutoni me fëmijët tuaj për modelet e mirë dhe të këqij që ndiqen.

AKTIVITETI 70: FËMIJA ME NDIKIM TË KEQ

Diskutoni rreth situatës vijuese dhe pastaj diskutoni opsionet e dhëna më poshtë.

Bija nëntëvjeçare e fqinjit tuaj ka ndikim të keq mbi bijën tuaj shtatëvjeçare. Fëmijët janë bashkë thuajse çdo ditë, dhe ju dëshironi ta minimizoni kontaktin mes atyre të dyjave. A:

1. Do të kërkoni nga bija juaj që t'i thotë vajzës se nuk mund të luajë me të, dhe se nuk mund ta shohë më atë.
2. Do t'i thoni fëmijës së fqinjit se ajo nuk mund të luajë më me bijën tuaj, dhe se nuk mund të vijë në shtëpinë tuaj, e as bija juaj nuk do ta vizitojë shtëpinë e saj.
3. Do t'i lini dy shoqet të jenë bashkë vetëm kur ju mund ta mbikëqyrni tërësisht sjelljen e saj.
4. Do të bisedoni me fqinjin tuaj, dhe t'ia shpjegoni shqetësimet tuaja për atë që fëmijët janë bashkë.

Fëmija që ka ndikim të keq u shkakton shqetësim shumë prindërve. Në vijim janë komentet për secilën nga përgjigjet e mësipërme.

1. Mos bëni që fëmija juaj të përpiket t'ia shpjegojë problemin fëmijës tjetër. Ato janë me siguri tepër të reja për t'i kuptuar shqetësimet tuaja, dhe ju gjithsesi do të bëheni “horri” i çdokujt me këtë qasje.
2. Përpjekja për t'ia shpjeguar shqetësimet tuaja, ose për t'i vendosur rregulla një fëmije që nuk është i juaj, është e pavend.
3. Kjo kërkon shumë punë. Ju bëheni mbikëqyrës me orar të plotë, dhe detyra juaj kërkohet çdo herë kur fëmijët janë bashkë. Kjo do të ishte skajshmërisht e lodhshme me kalimin e kohës.
4. Nuk është kurrë detyrë e lehtë ta ballafaqoni fqinjin me atë që ju e perceptoni si të papërshtatshme nga ana e fëmijës së tyre. Megjithatë, kjo është mënyra më e mirë për të ndihmuar zgjidhjen e problemit.

AKTIVITETI 71: PO TA DIJA MË MIRË, DO TË KISHA VEPRUAR NDRYSHE!

Në një mbledhje familjare, prindërit duhet t'i përgjigjen pyetjes: “Po ta nisja jetën time rishtas, çfarë do të bëja ndryshe?” Pranoni gabimet tuaja para fëmijëve tuaj. Inkurajoni fëmijët tuaj t'i ndajnë gabimet e tyre po ashtu.



Ndikimi shkatërrimtar i televizionit, video-lojërave dhe lojërave kompjuterike

- Hyrje **432**
- Pyetësor për prindërit **432**
- Efektet negative të TV-së **433**
- Shtëpi pa TV!? **438**
- Ide për t'ju ndihmuar të liroheni nga TV-ja **439**
- Fakte të shpejta për TV-në **440**
- Kultura jonë e TV-së **440**
- I huaji **441**
- Si ta ndryshojmë shprehinë e TV-së: përvoja të disa familjeve **442**
- Një paralajmërim për TV-në **443**
- Listë e alternativave familjare kundrejt shikimit të TV-së **444**
- Opsione më serioze **446**
- Dëmi nga përdorimi i tepërt i Internetit **449**
- Lojërat kompjuterike **449**
- Video-lojërat dhe fëmijët **450**
- Në përmbledhje **452**
- Aktivitetet 72–76 **453**

Hyrje

KA DIÇKA në shtëpinë tonë që luan një rol të jashtëzakonshëm në jetën tonë, e që megjithatë rri i qetë në cep, që kalon më shumë kohë me fëmijët tanë se ne, edhe pse ne jemi të ndërgjegjshëm për këtë, dhe që mund të shkatërrojë familje të tëra, e që megjithatë nuk shihet si shkak për këtë. Kjo gjë është televizori. Mos e nënçmoni TV-në dhe ndikimin e tij të stërmadh mbi jetët tona!

Një pyetësor për prindërit

- A shikojnë fëmijët televizor gjatë kafjallit, dhe para se të shkojnë në shkollë?
- A shikon familja televizor gjatë vakteve?
- Sa nga biseda dhe loja e fëmijës tuaj është e ndërlidhur me televizorin?
- A është i kyçur televizori kur fëmijët luajnë me shokët dhe lodrat?
- A kërkojnë ata ushqim të shpejtë dhe lodra që i shohin të reklamohen në televizion?
- A është e planifikuar jeta familjare rreth asaj që jepet në televizor?
- A mundet fëmija juaj ta shkyçë televizorin në përfundim të një programi, apo a vazhdon ai/ajo të shikojë?
- A është fëmija shpesh i lodhur nga qëndrimi deri vonë natën duke shikuar televizor?
- A ka fëmija frikë apo ankthe nga ajo që sheh në televizor?
- A e parapëlqen fëmija televizorin apo lojën?
- A e injoron fëmija ardhjen e një mysafiri kur ai/ajo shikon televizor?
- A i vonon fëmija lutjet për shkak të televizorit?



Shikimi i tepërt i televizorit është një formë vartësie, dhe ka shumë ngjashmëri me përdorimin e drogës. Shumë fëmijë bien në gjendje transi kur shohin televizor, tërësisht të përthithur dhe të pavëmendshëm ndaj çdo gjëje tjetër. Nëse iu flisni, ata nuk ju dëgjojnë, dhe nëse bie telefoni pranë tyre, ata nuk përgjigjen. Madje edhe shprehitë e tyre të fytyrës pësojnë transformim teksa shohin televizor, nofulla e poshtme është e çlodhur dhe ri varur lirshëm, gjuha mbështetet mbi dhëmbët e parmë dhe sytë janë në trans. Në vend që të jenë aktivë dhe mendërisht vigilentë, fëmijët bien në një gjendje trulllosjeje (mpirje, ngathtësi dhe fikje intelektuale), të hipnotizuar nga ekrani drithërues para tyre.



Për përmbajtjen televizive mund të debatohet pafundësisht, me atë që disa programe janë të dobishme e disa të dëmshme. Mirëpo, çështja e përmbajtjes është më pak e rëndësishme, sesa nëse vetë përvoja dhe koha e kaluar janë të dobishme apo të dëmshme.

Disa fëmijë shikojnë televizor pafundësisht, saqë ai bëhet një shok zëvendësues dhe “vrasës” i kohës. Një fëmijë me vartësi nga televizori, me gjasë do të ketë më shumë probleme, sesa fëmijët e tjerë: ai/ajo mund të jetë tepër i turpshëm, agresiv, i prekshëm dhe nuk mund të kalojë mirë me të tjerët.

Një i varur nga televizori në familje mjafton për të krijuar problem serioz. Është më vështirë të organizohen dhe të shijohen aktivitetet familjare kur një anëtar më me dëshirë do të shikonte televizor. Është shumë më lehtë të kalohet nga aktivitete që nuk janë të lidhura me televizorin (si leximi, loja dhe vizatimi), në shikimin e televizionit, sesa nga shikimi i televizionit në aktivitete të tjera; fëmija i varur nga televizori do ta gjejë se tërheqja nga televizori është shumë e fortë.

Sipas Marie Winn (2002) televizori ka një efekt hipnotizues mbi shumë njerëz. Ata bëhen si “zombi” (të ngathët, të trashë nga mendja dhe lehtë të kontrollueshëm). Problemi më i vogël është se çfarë ndodh kur një person shikon televizor; problemi më i madh është se çfarë nuk ndodh kur një person

shikon televizor. Fëmijët që kalojnë me qindra orë duke shikuar televizor, e dëmtojnë zhvillimin e tyre intelektual dhe shoqëror. Do të ketë qindra mijëra fjalë të pathëna dhe të papërgjigjura nga një qenie tjetër njerëzore, dhe mijëra pyetje të papyetura dhe të papërgjigjura nga një qenie tjetër njerëzore.

Efektet negative të televizionit

Kur është fjala për vlerësimin e televizionit, prindërit janë të prirë të përqendrohen më shumë mbi përmbajtjen, sesa mbi sasinë e kohës së kaluar duke shikuar televizor. Ata përqendrohen mbi nevojat e veta, në vend se mbi ato të fëmijëve të tyre. Prindërit kanë nevojë për një burim argëtimi për fëmijët e tyre. Ata kanë nevojë për paqe dhe qetësi në shtëpi. Prindërve iu duhet një dado elektronike për fëmijët që është e lirë, nuk ankohej, është e besueshme dhe është gjithmonë aty pari. Kjo është në kundërshtim me nevojat e fëmijëve të tyre. Televizori nuk e plotëson nevojën e fëmijëve për të qenë të pavarur, për t'i zbuluar anët e forta dhe të dobëta të tyre dhe për të mësuar si të komunikojnë (të flasin dhe të shkruajnë mirë). Fëmijët kanë nevojë të merren me fantazi imagjinuese që ata i krijojnë, në vend që të rriturit t'i krijojnë ato për ta. Fëmijët po ashtu kanë nevojë për stimulim intelektual që vjen nga marrja me diçka, prekja dhe bërja, në vend të thjesht shikimit pasiv të ekranit televiziv.

Shumë prindër e përdorin televizorin për ta qetësuar një fëmijë tepër aktiv, ngaqë ai shkakton një gjendje tejet të çlodhur, në vend të një përqendrimi të fortë mendor. Shpërqendrimi i vockël i syve teksa shikon televizor, është ngjashëm me atë që iu ndodh syve gjatë gjendjes së ëndërrimit me sy të hapur. Materiali në televizor del të ketë një cilësi joreale, në trajtë ëndrre. Shikuesit e tepruar të televizionit janë po aq të çekuilibruar në jetët e tyre nga “shprehia” televizive e tyre, sa janë edhe të varurit nga droga dhe alkoolikët. Ata i kapërcejnë aktivitetet që çojnë drejt rritjes apo zhvillimit ose një

ndjenje arritjeje. Televizioni është një përvojë joproduktive; thuhet se çdo aktivitet tjetër është më i vlefshëm. Edhe pse televizori nuk i kënaq fëmijët, ata vazhdojnë ta shikojnë atë në vend që të lexojnë, të mbjellin një kopsht, të qepin, të luajnë lojëra apo të bisedojnë. Këto veprimtari “domethënëse” nuk janë më aq të dëshirueshme sa shikimi i televizorit. Televizori i “robëron” fëmijët, për shkak se është aq i pëlqyeshëm. Edhe pse nuk është aq i pëlqyeshëm sa ngrënia, apo të qenit i përqaftuar, megjithatë, televizori mund të jetë shumë tërheqës. Ai është “i rrejshëm” në kuptimin se nuk ju “jep” asgjë në mënyrën në të cilën ushqimi dhe anëtarët e dashur të familjes ju japin diçka, e megjithatë është aq mahnitës, ngaqë e përqendron një sasi të gjerë kënaqësie në një burim: pamjet e shkëlqyera, tingujt e ndryshëm dhe muzikën, dhe skena të njohshme si dhe skena fantazie. Më shumë se gjysma e prindërve amerikanë e shfrytëzojnë privimin nga shikimi i televizorit si formë ndëshkimi, dhe kjo është bërë forma gjerësisht më e përdorur e ndëshkimit në Amerikë.

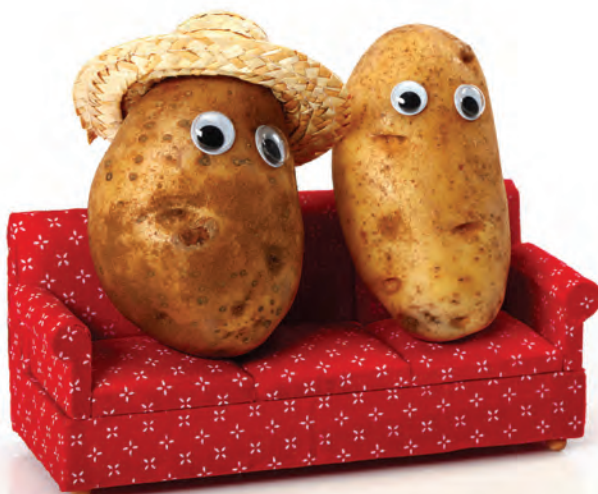
Televizioni i shastis fëmijët, që mund t'i përgjigjen atij vetëm duke u shkyçur dhe duke u bërë më pasiv, i heshtur dhe joaktiv. Ndërrimi i vazhdueshëm i pamjeve, ndryshimet e vazhdueshme të këndit dhe fokusit të kamerës, ndërrimi i vazhdueshëm i pikës së referimit të shikuesit në çdo disa sekonda, mund të çojë në krijimin e një intervali të shkurtër të vëmendjes. Fëmijët shkollorë hiperaktivë mund të përpiqen ta rikapin cilësinë dinamike të pamjeve televizive, duke ndryshuar me shpejtësi orientimin perceptues të tyre. Madje edhe emisionet televizive për fëmijë janë tejet stimulues. Ato janë “shkatërrues ndijor” për disa parashkollorë, të cilët nuk janë të pajisur nga aspekti zhvillimor për t'u marrë me stimulimin elektronik me ritëm të shpejtë. Kjo mund të jetë e ndërlikuar me sjelljen e xhindosur të vërejtur me shpeshtësi më të madhe ndër fëmijët sot. Kjo mund të jetë po ashtu e ndërlikuar edhe me epideminë e ADHD në mesin e fëmijëve (Attention Deficit

Hyperactivity Disorder / Çrregullimi i hiperaktivitetit të mungesës së vëmendjes). Lëshoni një emision televiziv të fëmijëve dhe numëroni se sa shpejt ndodh ndërrimi i secilës skenë dhe ndërrimi i secilit kënd të kamerës. Dëgjoni po ashtu vëllimin dhe ritmin e të folurit nga prezantuesit: ai do të jetë me zë të lartë dhe i shpejtë. Pastaj kuptoni se ky lloj programimi e ndalon zhvillimin mendor, ndryshe nga një libër, i cili ka efektin e zhvillimit të mendjes së fëmijës.

Shumë prindër vërejnë se kur e fikin televizorin, fëmijët bëhen të xhindosur dhe të tërbuar (shumë të eksituar dhe të shpërqendruar, kërcejnë përreth, vrapojnë si të egërsuar dhe janë jashtë kontrolli). Ky quhet sindrom i rifutjes. Ai është i ngjashëm me zemërimin që njerëzit e përjetojnë kur kalojnë nga të qenit plotësisht në gjumë, në të qenit krejtësisht i zgjuar. Ata janë të irritueshëm dhe të paafte për t'u përqendruar, apo për t'i përdorur shqisat e tyre në mënyrë të duhur. Kjo vlen po ashtu edhe për ata që e kalojnë një deheje me alkool apo përdorimin e drogës. Fëmijët janë në një gjendje gati të pavetëdijshme të të droguarit, derisa shohin televizor një kohë të gjatë. Në mesin e fëmijëve që janë të varur nga televizori, shkyçja e televizorit shpesh rezulton me sjellje të vrazhdë, sharje, bërtitje dhe veprim në mënyrë të papëlqyer.

PËRVOJA ME SERIALIN “SESAME STREET”

“Sesame Street” (“Rruga e susamit”) është një emision televiziv ndërkombëtar për fëmijë që ua mëson fëmijëve alfabetin dhe shumë fjalë. Producentët e “Sesame Street” pretendojnë se programi i tyre është një përvojë edukative e rëndësishme për fëmijët e rinj. Mirëpo, ka gjëra të tjera që janë po ashtu të vërteta për “Sesame Street”. Ai luan një rol shumë të rëndësishëm në shkaktimin që fëmijët të bëhen të varur nga televizori. Mësimdhënësit vërejnë se disa fëmijë futen në kopsht dhe çerdhe fëmijësh duke i njohur shkronjat nga “Sesame Street”. Mirëpo, të varurit nga televizori kanë një rënie në lojën imagjinare, një rritje në vrapimin vërdallë të paqëllim, nuk përdorin lodra dhe



materiale për lojë, kanë tolerancë të ulët të frustracionit, u mungon këmbëngulja, dhe e ngatërrojnë realitetin me fantazinë.

Mësimi i suksesshëm kërkon përvojë aktive, praktike. “Sesame Street” dhe programet e këtij lloji “edukativ” janë zëvendësim i dobët për përvojat e mësimit real, ballë për ballë. Në të vërtetë, cilido libër i mirë është më mirë se “Sesame Street”.

Mësuesit e shkollave fillore janë bërë të frustruar me shumë nxënës, sepse fëmijët nuk dëshirojnë të lexojnë apo t’iu kushtojnë vëmendje. Derisa televizori mund t’i përmirësojë shkathtësitë jo-verbale të të menduarit, ai nuk ndihmon për shkathtësitë e tjera, të cilat janë absolutisht të domosdoshme për sukses në shkollë. Shikimi 100 orë i “Sesame Street” siguron më pak vlerë arsimore, sesa kalimi i 10 orëve me një libër të mirë. Një prind dhe një libër mund të bëjnë punë më të mirë për më pak kohë se “Sesame Street”, me më shumë avantazhe për zhvillimin intelektual të fëmijës, dhe pa asnjë nga disavantazhet e televizorit (si pasiviteti, trulllosja, stimulimi i tepërt dhe humbja e zhvillimit të fjalorit).

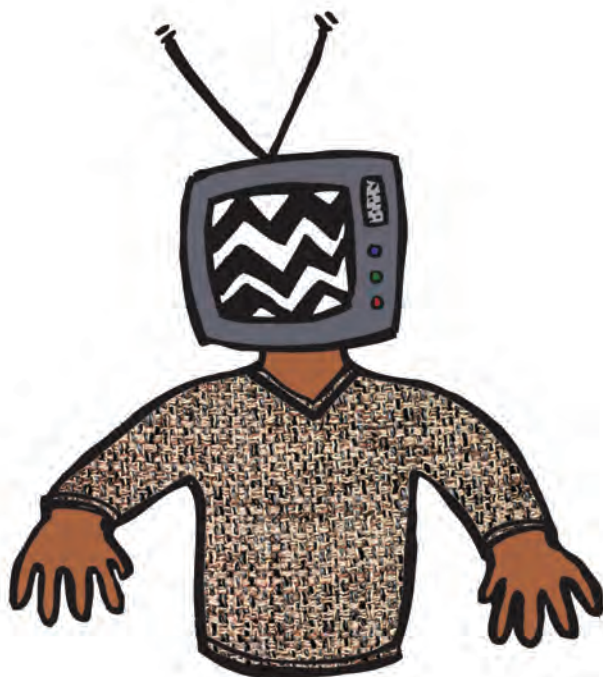
Sa më shumë që fëmijët shikojnë televizor, aq më keq kalojnë në shkollë. Suksesi në shkollë kërkon dashuri për leximin, aftësi për t’ia kaluar mirë me të tjerët, dhe shprehi të përqendrimit mbi detyrat e bezdisshme, të

përsëritshme (si mësimi i tabelës së shumëzimit). Të gjitha këto shkathtësi reduktohen apo shkatërrohen nga shikimi i tepërt i televizorit.

PARA PARAQITJES SË TELEVIZORIT

Para paraqitjes së televizorit, prindërit ishin më të vendosur me fëmijët e tyre, jo ngaqë besonin se kjo është mënyrë më e mirë për të rritur fëmijë (që në fakt është), por ngaqë vendosmëria ishte e domosdoshme për mbijetesën e prindërve. Para televizorit, prindërit i vëzhgonin fëmijët e tyre. Ata i ushtronin fëmijët e tyre të luanin vetë për periudha të caktuara kohore, duke e monitoruar vazhdimisht zhvillimin e fëmijëve të tyre. Ata i ndihmonin fëmijët të mësonin të zbaviteshin suksesshëm dhe seriozisht. Ata i ushtronin fëmijët e tyre të bënin një sy gjumë, ngaqë pushimi i qetë është i mirë për fëmijën. Prindërit siguroheshin që fëmijët të flinin apo të rrinin të qetë në dhomën e tyre, të luanin apo dëgjonin muzikë, apo të lëviznin përreth në qetësi.

Pas shfaqjes së televizionit, shumë nga këto praktika u zhdukën. Në ditët tona, fëmijët nuk dinë si të zbavitën. Në vend që të ndjekin ndonjë hobi apo aventura, sapo të fiket televizori, ata nuk bëjnë asgjë. Ata e refuzojnë argëtimin, aktivitetet kreative, leximin dhe përzetësinë.



Para televizionit, fëmijët ishin në gjendje ta zhvillonin pavarësinë, dhe të ndryshonin nga të qenit të qendëruar te prindi (gjatë foshnjërisë), në të qenit i qendëruar te ambienti dhe aktivë. Për të mbijetuar në shoqëri ju duhet të jeni të aftë të përshtateni. Deri në kohën kur fëmijët bëhen trevjeçarë, ata e fillojnë ndërvarësinë dhe ndërveprimin me botën rreth tyre.

Mirëpo, televizori shpesh shfrytëzohet si dado gjatë kësaj periudhe të jetës së fëmijës. Derisa shikojnë televizionin, fëmijët e vegjël janë të sigurt, të parrezikshëm dhe receptues, ashtu siç kanë qenë në krahët e nënave të tyre. Ata nuk duhet të ofrojnë asgjë, siç duhet të bëjnë kur luajnë me një fëmijë tjetër. Për fëmijët, shikimi i televizionit nuk ka asnjë nga rreziqet që i ka loja normale: ata nuk do të lëndohen apo të bien në telash, dhe nuk do t'i zemërojnë prindërit. Ashtu si fillojnë të dalin nga pafuqia e tyre foshnjore, televizori i kthen ata në një gjendje lidhjeje dhe varësie.

Para televizionit, fëmijët i zgjerorin interesat e tyre dhe provonin gjëra të reja; ata e tejkalonin mërzinë duke shpikur loja të reja, lexonin, rilexonin, shkruanin letra

dhe kishin hobi. Pas televizionit, fëmijët ankohen se “nuk kanë ç’të bëjnë”, dhe gjithçka tjetër iu duket më pak interesante. Ata kurrë nuk janë zbavitur kaq shumë, dhe kurrë nuk janë mërzitur kaq shumë! Shikimi i televizionit është bërë një mënyrë e sigurt, e pamundimshme, zbavitëse e përjetimit të kohës dhe jetës, ndërsa gjetja e diçkaje për t’u zbavitur është bërë si punë! Filmata televizivë të librave e largojnë imagjinatën nga fëmijët, dhe iu japin atyre një përvojë mendjelehtë, në vend të asaj intelektuale. Ata nuk rriten me personazhet e tregimit, apo t’i kuptojnë mendjehollësitë, përpjekjet dhe vlerat e tyre. Në vend të ditëve të kaluara duke lexuar një histori që pastaj të vihet në fundin e saj, e tërë historia përfundon në 90 minuta. Fëmijët largohen nga televizori të zbavitur, por të paplotësuar. Të paktën duke lexuar librin, ata pjesërisht do ta kishin jetuar përvojën, do të miqësoheshin me personazhet, dhe do ta ushtronin imagjinatën e tyre. Aspekti i të prekurit, nuhaturit dhe ndjenjës të një libri iu lejon fëmijëve të lidhen me tregimin, dhe të jenë në gjendje t’i lexojnë fragmentet rishtas. Televizori jep një ndjenjë tërheqjeje,

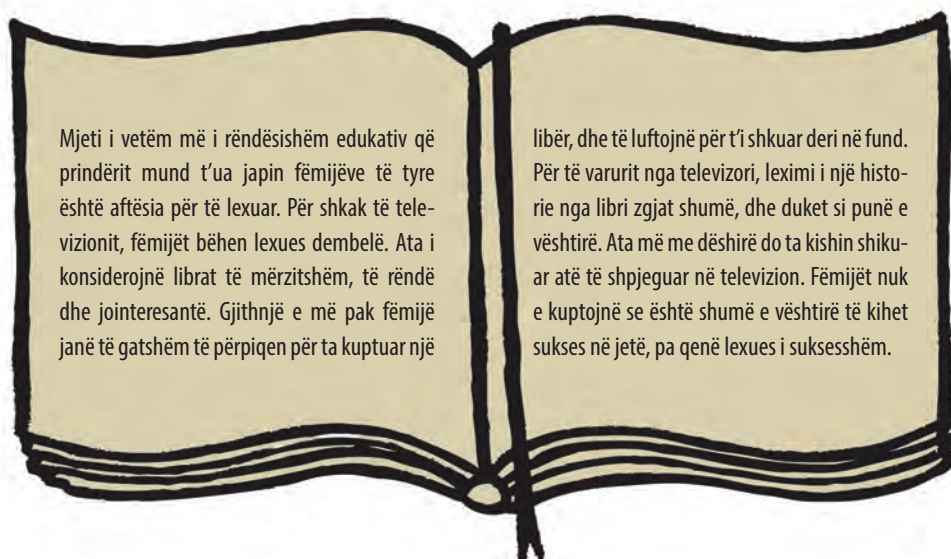
një lloj depresioni kur një film përfundon beftë dhe ata duhet të largohen. Ekziston një lidhje e thellë mes nesh dhe librave që nuk mund të studiohet, t'i përcaktohet sasia apo të shpjegohet. Kjo lidhje e rëndësishme emocionale nuk mundësohet nga televizori.

Televizori e forcon pafuqinë dhe vartësinë nga të rriturit. Në të kaluarën, koha e lirë iu siguronte fëmijëve mundësitë e domosdoshme për ta reduktuar vartësinë e tyre nga të rriturit. Sot, për shumë fëmijë, koha e lirë është mallkim. E vetmja gjë zbavitëse që ata bëjnë me kohën e tyre të lirë, është të shikojnë televizor. Disa fëmijë madje hanë, e kalojnë kohën me shokët e tyre dhe i bëjnë detyrat e shtëpisë para televizorit.

Jeta familjare është prekur seriozisht nga shikimi i televizorit. Regjimet e zakonshme ditore shpesh rrotullohen rreth televizorit, ndërsa ritualet familjare kanë vdekur. Pjesëmarrja në aktivitete fetare dhe komunitare ka rënë, ndërsa televizori është shkaku kryesor për këtë. Shumë prindër ankohen se shtëpitë e tyre janë bërë si hotel dhe restorant: vetëm vend për të ngrënë dhe për të fjetur. Ata janë shpesh të pavetëdijshëm se kur televizori mbizotëron me jetën familjare, ky është një rezultat i pashmangshëm. Që një familje të jetë e shëndoshë, duhet të ketë një masë të madhe përvojash të ndara. Një masë e madhe

e aktiviteteve të përditshme që ndodhin, rishfaqen, ndryshojnë dhe zhvillohen gjatë shumë viteve, është përbërësi që krijon marrëdhënie të forta familjare. Përndryshe, prindërit thjesht bëhen kujdestarë, të angazhuar për ushqim, veshje dhe strehim, dhe jo diçka më shumë; prindërit zvogëlohen duke u shndërruar në njerëz në prapaskenën e jetës së fëmijëve.

Televizioni e rrënon në themel familjen, duke e vjedhur kohën nga marrja me njerëz të vërtetë të gjallë. Shumica e familjeve amerikane shikojnë televizor gjatë vakteve, dhe jo gjithmonë në të njëjtin aparat televiziv! Edhe sikur të gjithë ata të shikinin programe të shkëlqyera televizive për natyrën dhe moralin, apo ngjarjet aktuale, ata megjithatë do të jenë të privuar nga diçka shumë më e rëndësishme. A këmbyen me njëri-tjetrin se çfarë kanë bërë atë ditë? A kanë bërë plane, shkëmbyer mendime, treguar batuta dhe folur për sukseset dhe mossukseset e tyre? Në çfarë kuptimi ata janë familje e vërtetë? Derisa televizioni më vete nuk e shkatërron jetën familjare, ai gjithsesi nuk e forcon jetën familjare. Mirëpo, ai merr kohën nga krijimi i marrëdhënieve të besimit dhe sigurisë emocionale midis anëtarëve të familjes, dhe qëndron në rrugën e prindërve për t'i edukuar dhe për t'u kënaqur me fëmijët e tyre.



Shtëpi pa TV!?

Zgjidhja e problemeve të krijuara nga televizioni është njëra nga gjërat më të rënda që një familje mund të bëjë. Kjo është e ngjashme me problemin me të cilin ballafaqohen duhanpirësit, të varurit nga droga dhe alkoolikët. Ata e dinë se duhet ta lënë, dhe e dinë se janë duke bërë diçka të dëmshme. Megjithatë, ata vazhdojnë me këtë shprehi, ngaqë është vështirë për ta lënë.

Shumica e prindërve e dinë se mënyra për t'i kapërcyer problemet e shkaktuara nga televizioni, është që thjesht ta heqin qafe atë përgjithmonë. Mirëpo, shumë syresh, nuk mund ta gjejnë bindjen dhe guximin për ta bërë këtë. Ata gjejnë justifikime për ta mbajtur televizorin në shtëpinë e tyre. Arsyet e tyre zakonisht kanë të bëjnë me egoizmin, dembelinë, vartësinë apo imoralitetin. Disa prindër e kanë të nevojshme të dinë se çfarë ndodh në botë për arsye biznesi. Mirëpo, shumë shpesh, ata e nënçmojnë ndikimin e dëmshëm të tij, dhe ndjejnë sikur dobitë “edukative” të tij i kapërcejnë dëmet e tij. Të tjerët e mashtrojnë veten, duke menduar se ata e kontrollojnë atë që fëmijët e tyre e shikojnë dhe sa fëmijët e tyre shikojnë.

Iluzionet e krijuara nga televizioni

Njëherë më thirri një çift që kishin dy fëmijë, për t'i këshilluar ata rreth problemeve familjare. Të dy prindërit ishin mjekë. Për habinë time, nëna tha: “Para martesës, unë mendoja se martesja do të ishte plot argëtim pa përgjegjësi, njësoj siç përshkruhet nga aktoret e Hollywood-it”. Nëse profesionistët mashtrohen nga portretizimi i jetës nga televizioni, atëherë çfarë shansesh kanë fëmijët?

Kur ne ishim në klasën e dytë, mësuesi na lexonte një histori të lashtë për një çift të moshuar që kishin një mace dhe një qen. Macja e tradhtoi çiftin, ndërsa qeni iu mbeti besnik. Qeni vrapoi pas maces, e cila iku me të katra, dhe u ngjit në një pemë për të qenë e sigurt. Historia përfundoi me thënien: “Që nga ajo ditë, kurdo që qeni shihte një mace, ai vraponte pas saj për ta kafshuar”. Për shumë vite unë vërtet besoja se arsyeja përse qentë i luftojnë macet ishte ai mëkati burimor i tradhtisë së asaj maces ndaj atij çiftit të mirë pleqsh. Mësuesi duhet të na shpjegonte qartë se historitë e këtilla janë trillim, sepse fëmijët i besojnë asaj që e dëgjojnë dhe shohin. Ngjashëm, prindërit duhet t'iu thonë fëmijëve të tyre se ajo që ata e shohin në TV nuk është reale.

Shikimi i tepërt i TV-së mund:

- Të kontribuojë për të qenë të mbipeshë dhe obezë
- Ta minojë arritjen akademike
- T'i dëmtojë lidhjet familjare, dhe
- Të nxisë sjellje anti-shoqërore

ISH KIRURGU I PËRGJITHSHËM

C. EVERETT KOOP, SHBA

Ide për t'ju ndihmuar të liroheni nga TV-ja

Prindërit mund t'i bëjnë gjërat në vijim për ta reduktuar shikimin e televizorit:

- Zhvendoseni televizorin në një vend më pak të spikatur në shtëpi. Televizori është më pak joshës kur nuk është lehtësisht në dispozicion.
- Fshiheni telekomandën.
- Largojeni televizorin nga dhoma e gjumit e fëmijës tuaj. Një televizor në dhomën e gjumit i largon fëmijët nga aktivitetet familjare, dhe i shkëput ata nga detyrat e shtëpisë, të men-duarit, leximi dhe gjumi. Prindërit po ashtu do ta kenë të vështirë t'i mbikëqyrin programet e dëmshme.
- Mbajeni televizorin të fikur gjatë vakteve dhe bisedoni.
- Vendosni kufij të qartë për shikimin e televizorit. Përpiquni ta kufizoni shikimin në gjysmë ore në ditë, apo një orë çdo të dytën mbrëmje. Shpjegoni rregullat tuaja. Përpiquni ta zë-vendësoni: “Mund të shikosh televizor”, me: “Le ta fikim televizorin që të mund të ...”
- Caktoni disa ditë të javës si ditë pa televizor (për shembull, netët e shkollës).
- Mos e përdorni televizorin si shpërblim. Kjo mund t'ia rrisë fuqinë.
- Dëgjoni recitimet, këngët, muzikën dhe radion tuaj të preferuar. Mos e përdorni televizorin si zhurmë në sfond.
- Mos u shqetësoni nëse fëmijët ankohen: “Jam i mërzitur!” Koha e lirë duhet t'i shtyjë fë-mijët të luajnë dhe të bëjnë projekte së bashku.
- Mos lejoni që televizori ta zhvendosë atë që është me rëndësi: bisedat familjare, ushtrimet dhe lojën.

Citate të shquara për televizionin

Televizioni e ka ndryshuar fëmijën nga forcë e papërmbajtshme, në një objekt të palëvizshëm.

Autor i panjohur

Sikur të vinit e ta gjenit një njeri të huaj... duke i mësuar fëmijët tuaj ta godasin njëri-tjetrin me grushte, apo duke u përpjekur t'iu shesë atyre prodhime të të gjitha llojeve, ju do ta nxirrnit atë me shqelma nga shtëpia; por ja që vini në shtëpi dhe televizori është i ndezur, dhe as që mendoheni dy herë rreth kësaj.

Jerome Singer

A nuk do të kishit dëshiruar që të kishte një buton te televizori për ta rritur inteligjencën? Është një ku shkruan “ndriçimi” (zgjuarsia), por ai nuk bën punë.

Gallagher

Televizori ka bërë mjaft për psikiatrinë, duke përhapur informata për të, si dhe ka kontribuar për nevojën për të.

Alfred Hitchcock

Nëse fëmijët zbaviten nga dy shkronja, imagjinoni se sa do të zbaviteshin me 36. Hape-ni imagjinatën e fëmijës tuaj. Hapni një libër.

Autor i panjohur

(BURIMI: WWW.QUOTE.GARDEN.COM)

Fakte të shpejta për TV-në

- Amerikanët shikojnë mesatarisht më shumë se katër orë televizor në ditë, apo dy muaj të plotë shikim televizori gjatë një viti.
- 86 për qind e amerikanëve të klasës së 12-të që shikojnë gjashtë orë televizor në ditë, kalojnë dobët në teste leximi.
- Deri në moshën 18-vjeçe, fëmijët amerikanë do të kenë parë mesatarisht më shumë se 200.000 akte dhune, përfshirë 16.000 vrasje në TV.
- Përmasa e fëmijëve amerikanë me mbipeshë është dyfishuar që nga viti 1980, pjesërisht për shkak të shikimit të TV-së, dhe mënyrës së keqe të të ushqyerit.



FIKE TELEVIZORIN NDIZE JETËN

Droga me prizë: Televizori, kompjuteri dhe jeta familjare

Fëmijët tuaj a shikojnë (televizor) apo jetojnë?

“Familjet me rregulla për më pak shikim të televizorit, (konstatojnë që) fëmijët e tyre janë më të lumtur dhe më mirë të përshtatur, sesa familjet pa rregulla”. (Winn 2002)

Paralajmërimi i Kirurgut të Përgjithshëm: Televizioni nxit analfabetizmin

NJË RREGULL I MIRË! NUK KA TV NË NETËT E SHKOLLËS

Vendosmëria është e rëndësishme. Familjet që e kufizojnë shikimin e televizorit, konstatojnë që fëmijët e tyre mësohen pa televizor.

Kultura jonë televizive

Kilpatrick (1993) vlerëson se arsyeja për vakumin kulturor në shumë shtëpi, është ngaqë televizori është bërë parimi organizativ i jetës familjare. Televizori nuk është më pjesë e kulturës; thënë më mirë: “ai është kultura jonë”. Televizori nuk është vetëm mediumi mbizotërues i zbatimjes amerikane; ai është realiteti i vetëm i ndarë më i rëndësishëm në mbarë shoqërinë tonë. Emisionet televizive përcaktojnë se si jetojmë, lëvizim, hamë dhe luajmë.

Televizioni i përcakton prioritetet tona, ai na tregon se çfarë është me rëndësi dhe çfarë nuk është me rëndësi. Ai e trajtëson shikimin tonë të realitetit. Ai iu kushton rëndësi

ngjarjeve duke iu kushtuar vëmendje atyre, ose duke e mbajtur vëmendjen nga ato ai ua mohon rëndësinë atyre. Ai, për shembull, nuk i kushton shumë rëndësi fesë. Edhe pse besimi fetar vazhdon të luajë rol të rëndësishëm në jetët e shumicës së familjeve amerikane, ai është gati joekzistues në jetën e familjeve televizive. Rrallëherë ndonjë personazh televiziv shkon në kishë, xhami, apo tempull, kërkon këshillë fetare, apo lutet për udhëzim moral. Një përshtypje tjetër që e lë televizionin është se seksi është pothuajse në themel të gjithçkaje: se ai është vazhdimisht në mendjen e çdokujt, apo se duhet të jetë. Në të njëjtën kohë, seksi televiziv rrallëherë zë vend brenda kontekstit të martesës, por thuhet pa përjashtim jashtë martesës. Shkollat janë nganjëherë

kundër vlerave prindërore. Programet televizive janë thuajse gjithmonë kundër vlerave tradicionale. Ai e hap shtëpinë për t'u bërë depozitë për çfarëdo që dikush në Hollywood dëshiron ta hedhë në dyshemenë e dhomës sonë ditore, dhe në mendjet e fëmijëve tanë. Ata që mendojnë se fëmijët e tyre nuk do të prishen nga televizori, gabojnë. Televizori i mëson fëmijët të jenë të vetëdijshëm për atë që nuk e kanë, në vend të asaj që e kanë. Televizori përqendrohet mbi njerëzit e pashëm, dhe i bën fëmijët të jenë të pakënaqur me vetveten. Televizori i jep fëmijëve një ndjenjë të ngatërruar të moralit, duke i minuar vlerat e bazuara mbi fenë dhe besimin te Zoti. “Djemtë e mirë” shihen duke pirë alkool, duke tymosur duhan, duke pasur dashnore, dhe duke gjuajtur dhe vlarë njerëz! Televizori i ekspozon që herët fëmijët ndaj seksualizmit, qoftë ajo me një bikini të veshur nga Sirena e Vogël e Disneyt, ose veshjet që nxjerrin tepër në shesh të yjeve të filmit.

Prindërit mund të mos dëshirojnë që fëmijët e tyre të shikojnë dhunë, vulgaritet, material seksual apo reklama joshëse për ushqim të shpejtë dhe lodra të kota në TV. Mirëpo, shumë prindër pyesin: A ia vlen të shikohen programe edukative? Prindërit do të habiten kur do të mësojnë se gjithnjë e më shumë mësimdhënës dhe studiues të zhvillimit të fëmijëve thonë JO. Ata e dinë se shikimi i televizionit:

- Kërkon më pak punë mendore se leximi,
- E pengon mësimin e shkathtësive të leximit,
- E pakëson këmbënguljen e fëmijës për të gjetur përgjigje për problemet.

Këto disavantazhe të televizionit i tejkalojnë cilatdo avantazhe.

I huaji

“Disa muaj para se të lind unë, babai im e takoi një të panjohur i cili ishte i ri në qytezën tonë të vogël. Që nga fillimi, babi ishte i mahnitur me këtë të porsaardhur të këndshëm, dhe së shpejti e ftoi atë të jetojë me familjen tonë. I huaji u pranua shpejt dhe më mirëpriti mua në këtë botë pas disa muajsh. Teksa po rritesha unë kurrë nuk e vura në dyshim vendin e tij në familjen tonë. Mami më mësonte ta dua Fjalën e Zotit. Babi më mësonte t'i bindem Zotit. Por i huaji ishte tregimtari ynë. Ai mund të rrëfente përralla nga më mahnitëset. Aventurat, misteret dhe komeditë ishin me bollëk. Ai mund ta pushtonte tërë familjen tonë për orë të tëra çdo mbrëmje. Ai ishte si një shok i gjithë familjes. Ai na mori mua dhe babin për të parë lojën tonë të parë të bejsbollit. Ai vazhdimisht na inkurajonte të shihnim filma, dhe madje organizoi që të na prezantonte me disa yje të filmit. I huaji ishte një folës i pareshtur. Babin si duket kjo nuk i pengonte, por nganjëherë mami do të ngruhej avash, teksa ne të tjerët dëgjonim ndonjërin nga historitë e tij për vendet e largëta, dhe do të shkonte në dhomën e saj, do ta lexonte Biblën dhe do të lutej. E pyes veten tani nëse ajo ndonjëherë është lutur që ai i huaji të largohej. Shikoni, babi im e mbushi shtëpinë tonë me parime morale. Por ky i huaji nuk ndjeu kurrë detyrimin që t'i respektonte ato. Blasfemia, për shembull, nuk lejohej në shtëpinë tonë – as nga ne, apo shokët tanë, apo të rriturit. Mirëpo, vizitori ynë me qëndrim të gjatë përdorte fjalë të pista, që m'i digjnin veshët dhe bënin që babi të përpëltej. I huaji nuk u kundërshtua kurrë. Babi im nuk lejonte alkool në shtëpinë e tij – madje as për gatim. Por i huaji shpesh na ofronte birrë dhe pije të tjera alkoolike. Ai bënte që cigaret të dukeshin të shijshme, purot të dukeshin tërheqëse, ndërsa llullat të hijshme.



Ai fliste shpesh për seksin. Komentet e tija ishin nganjëherë të pahijshme, nganjëherë sugjestive, dhe nganjëherë të turpshme. Unë tani e di se konceptet e mia të hershme për marrëdhënien burrë/grua ishin ndikuar nga i huaji. Teksa shikoj prapa, besoj se ishte mëshira e Zotit që e pengoi të huajin të kishte ndikim më të madh mbi ne. Kohë pas kohe ai i kundërshtonte vlerat e prindërve të mi. E megjithatë ai rrallëherë qortohej, dhe kurrë nuk iu kërkua të largohej. Kanë kaluar më shumë se tridhjetë vjet qëkur i huaji u vendos te ne. Por sikur unë të futesha sot në shtëpinë e prindërve të mi, ju do ta shihnit prapë atë të ulur në cep, duke prituri dikë që ta dëgjojë teksa flet, dhe ta shohë se si i vizaton pikturat e tij. Emri i tij? Ne gjithmonë e quanim televizor”. (AUTORI I PANJOHUR)

Si ta ndryshojmë shprehinë e TV-së: përvoja nga disa familje

Suzana, nëna e një pesëvjeçari dhe një dyvjeçari, e kuptoi se ishte vartësia e saj personale nga televizori që duhej ndërprerë fillimisht. Fëmijët shikonin TV kohë pas kohe, ndoshta dy apo tre emisione në javë, por ata nuk zhvilluan kurrë një shprehje ditore për televizorin. Pasi e lexoi librin e Marie Winn, *The Plug-in Drug* (“Droga në prizë”) dhe librin e Dr. Jane Healy, *Endangered Minds* (“Mendjet e rrezikuara”), ajo u bind se familja duhej të shikonte më pak televizor. Ne e ndërpreme shërbimin kabllor të televizionit dhe nuk kemi antenë”, thotë Suzana, “ndaj tani kemi një marrje shumë të dobët. Kjo e pengon televizionin nga të qenit aq tundues”.

VENDOSNI KUFIJ PËR SASINË DHE PËRMBJATJEN E TELEVISIONIT QË SHIKOJNË FËMIJËT TUAJ

Pam vendosi të marrë pjesë në “Javën e fikjes së TV-së”. Fëmijët e saj, që asokohe ishin 13, 11 dhe 4-vjeç në fillim murmurisnin, dhe pastaj pushuan së ankuari, meqë gjetën

gjëra të tjera për të bërë atë javë. Fëmijët më të mëdhenj lexuan më shumë, dhe luanin bashkë, madje edhe e mësonin motrën e tyre të vogël të luajë futboll. Fëmijët organizuan aktivitete familjare dhe ishin më të sjellshëm me njëri-tjetrin. Mospasja e televizorit bëri dallim të madh. Tani kishim në dispozicion kohën për familjen.



KURRË MOS SHIKONI PARA FËMIJËVE TUAJ FILMA QË TREGOJNË AKTIVITETE QË NUK DËSHIRONI QË ATA T’I BËJNË

Disa prindër e kanë fikur përgjithmonë televizorin, dhe janë pajtuar se përpjekja ia ka vlerë. Familja e Kane-s e bëri këtë kalim gjatë pushimit: Nuk kishte TV në dispozicion kur ishim në pushim, ndaj ishte kohë e natyrshme për të bërë ndryshimin. Në fillim, bija jonë pyeste për të, por ne thjesht ia hiqim mendjen kurdo që ajo pyeste.

Prindërit mendojnë se fëmijët duhet të zbavitën vazhdimisht. Prindërit ndjehen të detyruar t'i ndihmojnë fëmijët e tyre: "Oh, do të gjej diçka të bësh". Mirëpo, pas një kohe, ata janë rehat që i lënë fëmijët e tyre të gjejnë aktivitete për vetë.

Fëmijët e rinj veçanërisht përfitojnë duke iu ndihmuar prindërve të tyre rreth punëve të rëndomta të shtëpisë. Thirrni fëmijët të ndihmojnë me gatimin. A duhet prindërit të jenë modele që duhen ndjekur për fëmijët e tyre? Nëse fëmijët i shohin prindërit të pushojnë apo të jenë të angazhuar pa televizor, atëherë edhe fëmijët do të mësojnë ta bëjnë këtë.

Një paralajmërim për TV-në

Televizori është bërë njëri nga objektet më të zakonshme në shoqërinë tonë. Nëse fëmijët ndjejnë se janë të penguar nga TV-ja me forcë, ata mund ta shohin këtë si humbje e të drejtave të tyre. Kjo mund t'i detyrojë ata të shkojnë në vende të tjera për të parë TV, ku nuk është e sigurt për ta të bëjnë diçka të tillë, ose ku ata janë të cenusshëm. Qasjet vijuese ndihmojnë të lehtësohet problemi:

- Angazhoni fëmijët me aktivitete të tjera që iu pëlqejnë atyre (aktivitete shkencore, kulturore, shpirtërore apo fizike).
- Kurdo të jetë e mundur, mos i lejonit fëmijët të shikojnë TV vetëm; prindërit duhet të jenë me ta për t'i komentuar në mënyrë të përshtatshme disa skena dhe programe. Me shpresë, kjo do t'i drejtojë fëmijët nga disa vlera dhe parime. Kjo po ashtu do të zhvillojë imunitet te fëmijët ndaj skenave të liga dhe të dhunshme. Zhvilloni një mburojë besimi, që në të ardhmen e pengon mëkatin. Besimi i fortë nevojitet për shkak se prindërit nuk mund të jenë me fëmijët gjatë gjithë kohës.
- Bllokimi i emisioneve televizive të dëmshme mund të bëhet përmes pajisjes V-Chip, që u prezantua më 1999.

Ekspertët dhe hulumtimi për televizionin për fëmijët

Spock (1998) dhe American Academy of Pediatrics (Akademia Amerikane e Pediatërve) (1999) thonë se kalamajtë dhe fëmijët **nuk duhet** fare të shikojnë TV, ngaqë: "shikimi i televizorit nga foshnjat shoqërohet me gjuhë të vonuar, shkurtime të intervaleve kohore të vëmendjes dhe zhvillim njohës të vonuar". "Dëshmi shkencore për dobinë thjesht nuk ka, ndërsa dëshmia më e mirë në dispozicion sugjeron dëm".

Spock e kupton se kjo strategji është "tepër e skajshme" për shumicën e prindërve.

Rosemond (1993) sugjeron **ndalimin** e TV-së derisa një fëmijë të mund të lexojë dhe të kënaqet me librat. Edhe atëherë, kufizojeni atë në pesë orë në javë.

Rankin (2006) përmend studimet kryesore që sugjerojnë se shikimi i televizorit prej tre apo më shumë orësh në ditë, e dëmton ndjekjen e mësimin në shkollë, por emisionet edukative të përzgjedhura mirë mund të ndihmojnë. Emisionet edukative po ashtu janë ndërlidhur me kreativitetin e shtuar.

Këmbeni me fëmijët tuaj tregime dhe poezi frymëzuese dhe edukuese

(BENNET, 1996)



Listë e alternativave familjare kundrejt shikimit të televizorit

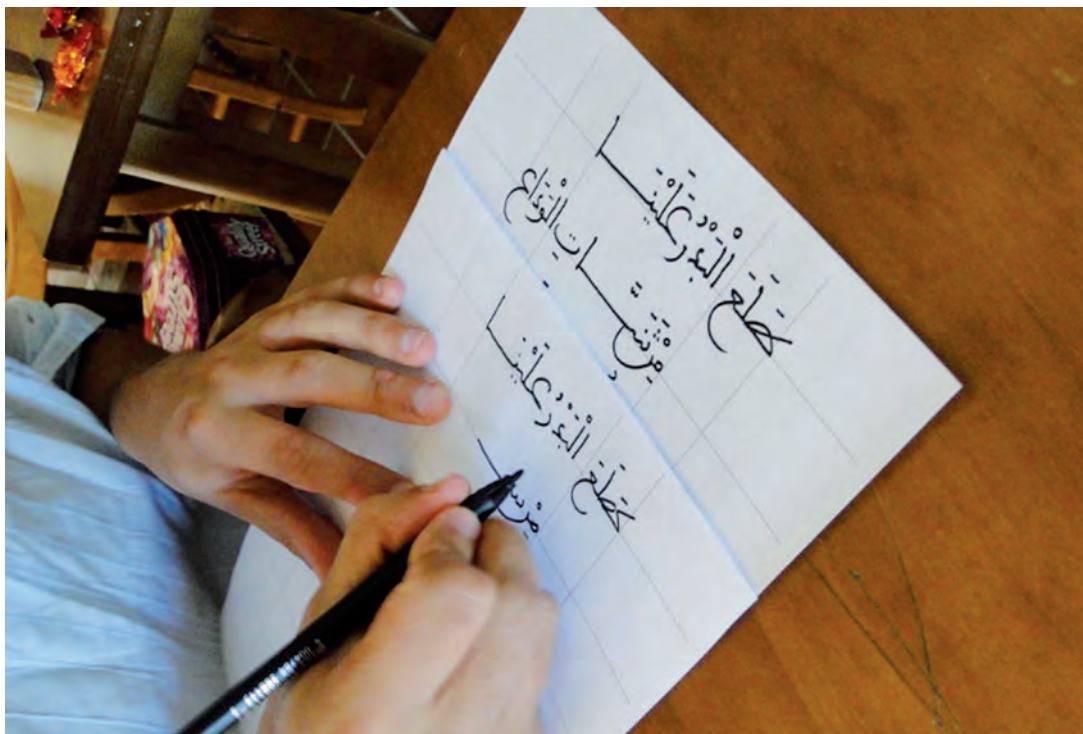
Shumica e prindërve i lejojnë fëmijët e tyre të shikojnë televizor, për shkak të mungesës së opsioneve për plotësimin e kohës së fëmijëve. Prindërit janë aq të lodhur sa që TV-ja u jep atyre kohë për t'u çlodhur, duke i mbajtur fëmijët larg tyre. Zgjidhja është të fillohet me angazhim në aktivitete të dobishme. Ne i përmendëm të ligat e shumta që vijnë nga shikimi i televizorit, si për fëmijët ashtu edhe për prindërit. Ndoshta dëmi më i madh që TV-ja ia bën familjes është të banalizohet ai, dhe ky është një rrezik që nuk kuptohet nga shumëkush. Familjet nuk kanë ndërveprim mes vete; televizori iu pengon atyre që të jenë së bashku. Konsideroni disa nga alternativat për të shikuar televizor.

Si do ta trajtonit një hajdut që ua vjedh paratë? E ç'të thuhet për hajdutin që ua vjedh kohën dhe jetën e familjes tuaj? TV-ja ju shkakton më shumë dëm se vjedhja e parave tuaja. Ai ua merr lumturinë. Edhe pse ju mund t'i ktheni disa paratë tuaja, ju nuk mund ta ktheni kohën dhe lumturinë tuaj.

Alternativat për shikimin e televizorit

Varësisht nga moshja e fëmijës, mund të zgjidhen aktivitetet të përshtatshme. Ka libra që numërojnë mijëra aktivitete nga të cilat mund të zgjedhin familjet:

1. Ndërtoni një fortesë
2. Organizoni pastrim në komunitet
3. Vizitoni bibliotekën, huazoni një libër, merrni pjesë në aktivitetet e bibliotekës
4. Dëgjoni radio
5. Vizitoni kopshtin zoologjik, apo muzeun
6. Pikturoni një pikturë
7. Shkoni në qendrën e komunitetit tuaj ose në park
8. Shkoni për not
9. Lexoni një libër me zë vëllait/motrës tuaj më të vogël
10. Planifikoni një piknik
11. Ecni, vraponi apo ngitni biçikletën
12. Këndoni një këngë, apo mësoni përmendësh një vjershë
13. Shkoni të shikoni zogj
14. Kërceni me litar
15. Dilni vullnetar për një organizatë të komunitetit, apo shoqatë bamirësie
16. Shkoni për kamping (qoftë edhe nëse është në oborrin pas shtëpie)
17. Shkruani letër një shoku/shoqeje, kushëriri apo gjyshit/gjyshes
18. Mbillni një kopsht lulësh, zarzavatesh apo barishtesh kuzhine
19. Lexoni revista apo gazeta
20. Luani shah
21. Bëni byzylykë shoqërie (miqësie); vendosjani në kyç të dorës një personi dhe një tjetër në kyçin e dorës të një personi tjetër
22. Dhurojuani artikujt e tepërt refugjatëve, apo shoqatave bamirëse
23. Filloni një ditar
24. Vizitoni një dyqan librash lokal
25. Hulumtoni historinë e familjes suaj
26. Mësoni të bëni punime druri dhe bëni një raft librash
27. Bëni punime dore për t'i dhuruar
28. Sajoni një tregim dhe shkruajeni
29. Shkoni për të ecur në natyrë. Mblidhni farëra dhe gjethe. Bëni një kolazh me materialet që i keni mbledhur, dhe ngjiteni atë në frigorifer
30. Shikojeni qiellin natën përmes dylbive: dalloni yjësitë e ndryshme. Vëzhgojeni hënën. Lexoni diçka për astronominë
31. Gatvani ëmbëlsira për fqinjët tuaj
32. Pyetni një anëtar më të moshuar të familjes t'ju tregojë një histori për fëmijërinë e tij apo të saj. Shkruani rreth kësaj
33. Bëni xhem
34. Zini kos
35. Stërvitni
36. Ecni në këmbë deri në punë apo në shkollë
37. Shkoni për lojë gjyle (boulting)
38. Luani futboll amerikan
39. Ndiqni shërbime fetare të feve të ndryshme
40. Vraponi një garë me thasë patatesh
41. Luani futboll, volejbol ose basketboll
42. Mësoni daktilografimin
43. Mësoni punën në kompjuter
44. Mësoni ta ngisni makinën
45. Luani pingpong
46. Organizoni një gjuhë në lagje për të gjetur diçka të fshehur
47. Lani rrobat me dorë
48. Fshijeni shtëpinë me pluhurthithëse
49. Pastroni dritaret
50. Gatvani darkë me shokët/shoqet apo familjen
51. Pajtoni mandatet bankare
52. Shkruani një përmbledhje libri
53. Diskutojeni buxhetin mujor të familjes
54. Përgatitni një gosti
55. Shkëmbeni revistat me shokët/shoqet tuaj
56. Pastroni dhomën tuaj
57. Luani frizbi apo hokej
58. Shkruani një letër autorit tuaj të preferuar, qoftë i gjallë apo i vdekur
59. Luani me manaren tuaj, apo me manaret e fqinjët
60. Bëni punët e oborrit
61. Fluturoni një balonë
62. Shkoni në udhëtim familjar
63. Varni një termometër dhe barometër në verandë, apo mbi një dru
64. Sajoni një lojë
65. Shkoni të rrëshqisni me sajë, dhe bëni një burrë dëbore
66. Bëni një kolazh me fotografitë nga revistat e vjetra
67. Vizitoni një shtëpi pleqsh
68. Bëni punën e dados për prindër të rinj
69. Bëni një shëtitje në këmbë
70. Zgjidhni enigma (pazlla)
71. Bëni një shok/shoqe të ri
72. Nisni një grup leximi librash
73. Luani lojëra me kuti të shënuar me familjen apo shokët/shoqet tuaj
74. Bëni një fermë milingonash
75. Organizoni një gosti çaji në kopsht
76. Bëni një anije në miniaturë, dhe lëshojeni të lundrojë mbi ujë
77. Vizitoni piktura të anëtarëve të familjes tuaj
78. Mësoni se si të përdorni një kompas dhe hartë
79. Mësojeni sistemin metrik
80. Bisedoni me një person më të moshuar
81. Luani damë
82. Mësoni të qepni
83. Vizitoni fshatin
84. Milni një lopë
85. Hipni mbi një pemë
86. Mblidhni batuta, regjistroni ato në një fletore dhe tregojuni shokëve/shoqeve dhe familjes
87. Mësoni disa gjëgjëza
88. Vështroni perëndimin dhe lindjen e diellit
89. Përgatitni një listë për në ushqimore
90. Mësoni të thoni shprehje të thjeshta në disa gjuhë të huaja (Faleminderit, mirë mëngjes/dita/mbrëma, po, jo, numëroni nga 1 deri në 10, ditët e javës...)



Opsione më serioze

Në vijim janë disa aktivitete më serioze që duhet t'i kryejnë fëmijët (përshtatur nga Bashir et al. 1998)

Aktivitete komunitare

- Mësoni një gjuhë tjetër përveç dy gjuhëve që janë me rëndësi vendimtare: gjuhën indigjene të vendit tuaj dhe arabishten e Kur'anit.
- Merrni pjesë në kampe rinore: Sigurohuni se aty organizohen mjaft aktivitete të dobishme për fëmijët, sidomos gjatë pushimeve të gjata. Përveç përmbajtjes intelektuale dhe shpirtërore, programet e kampit duhet të përfshijnë drama, sporte, skeçe dhe gara.
- Anëtarësohuni në klube për djem dhe vajza.
- Bashkojuni grupeve të *nashid* (ilahive). Zgjidhni këngë që janë të hijshme dhe të lehta për t'u mësuar nga fëmijët, dhe lejoni atyre t'i interpretojnë në festime të komunitetit.

- Merrni pjesë në mbremje dëfrimi: mbremjet me të fjetur të organizuara nga fëmijët, dhe të mbikëqyruara nga prindërit, ofrojnë shumë argëtim për fëmijët, dhe ndihmojnë të krijohen lidhje të forta midis tyre.
- Luani në shi, borë ose në diell (përdorni mbrojtje të duhur).

Umer ibn el-Hattab ka thënë:

“Mësojuani fëmijëve tuaj notin, harkëtarinë, dhe kalërimin”

- Mësoni vetëmbrojtjen.
- Ndiqni orët e *texhvidit* (recitim i Kur'anit me intonacion të duhur) dhe poezisë.
- Mësoni rregullat e sigurisë në rast zjarri.
- Mësoni të folurit në publik.
- Mësoni të debatoni.
- Mësoni anglisht dhe kaligrafinë arabe.
- Shkoni për peshkim.
- Mësoni CPR (ringjalljen kardiopulmonare)
- Mësoni manovrën e Heimlichit

AKTIVITETE NË NATYRË

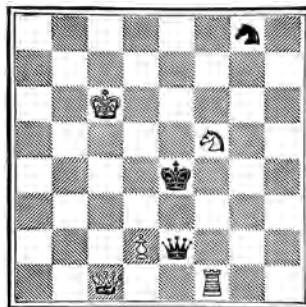
- **Eksploroni natyrën sipas qejfit tuaj.** Duhet gjetur shtigje për ecje ku familja mund të bëjë një shëtitje me nge, apo një ecje më energjike për t'i shikuar mrekullitë e natyrës: zogjtë, insektet, gjarpërinjtë, lulet dhe pemët. Fëmijët mund të kalojnë orë të tëra duke mbledhur gurë në lumë. Ata po ashtu mund të ngasin biçikleta.
- **Vështroni ngultas yjet.** Vështrimi ngultas i yjeve është një aktivitet i shkëlqyer. Përdorni një hartë të yjësive. Merrni një batanije dhe ca fruta, dhe shkoni diku ku ka shumë pak dritë. Mund të jetë oborri pas shtëpisë suaj, ose maja e një bregu. Kur të jetë tërësisht errësirë, përpikuni t'ia tregoni me gisht njëri-tjetrit yjësitë e ndryshme. Tregoni drejt Arushës së Vogël dhe pastaj kërkoni Luanin. Në fund, fëmijët do të fillojnë t'i gjejnë format e tyre në yjet, njësoj siç e bëjnë në retë.

LOJËRA

- Luani lojën e gishtave, duke e krahasuar gjatësinë relative të gishtërinjve tuaj. Secili person e ngre lartë dorën e tij apo të saj me gishtërinjte pranë njëri tjetrit. Do të zbuloni se gishti tregues i juaj është më i shkurtër se gishti i unazës, dhe se gishti i mesëm është më i gjatë, por se struktura është e ndryshme te secili person. Pastaj kontrolloni gishtërinjte e këmbëve tuaja: nxirrni çorapet, shtrihuni në shpinë pranë njëri tjetrit dhe shikoni këmbët tuaja. Edhe gishtërinjte e këmbëve janë të ndryshëm.
- Numërimi i brinjëve të fëmijëve tuaj mund të jetë argëtuese, sidomos nëse bëhet nga gjyshi apo gjyshja.
- Gjatë udhëtimeve me makinë, ndajeni makinën në dy ekipe, ana e majtë dhe ana e djathtë. Në heshtje numëroni lopët, delet dhe kuajt. Numëroni qentë, macet dhe zogjtë. Mund t'i numëroni vetëm kafshët në anën

tuaj. Mirëpo, nëse vëreni ndonjë varrezë në anën e oponentëve tuaj, të gjitha kafshët e numëruara nga ata do të jenë “të vdekura”, dhe ata do të duhet t'ia nisin nga fillimi.

- Luani lojën e alfabetit. Secili person në makinë e mbledh çdo shkronjë të alfabetit nga shenjat rrugore. Ato duhet të mbli-dhen të renditura. Askush nuk lejohet ta kthejë kokën për të parë shenja në anën tjetër të rrugës. Personi i parë që do ta shohë shkronjën “z”, do të fitojë.
- Gjatë udhëtimeve, “mblidhni” targat nga sa më shumë qytete që të mundeni.
- Luani “G. G. Grerëza, unë shoh diçka që ti nuk sheh”. Kështu mund ta mbani një fëmijë dyvjeçar të zënë për disa minuta. Ju filloni i pari dhe thoni: “G. G. Grerëza, unë shoh diçka që ti nuk e sheh, dhe ajo është e kuqe”. Pastaj jepni bijës tuaj mundësinë të shikojë përreth dhomës dhe t'ia qëllojë se cilin gjësend të kuq jeni duke e shikuar ju. Kur ta japë përgjigjen e saktë, është radha e saj. Ose: “Unë spiunoj me syrin tim të vogël diçka që fillon me A”, dhe fëmija duhet t'ia qëllojë se çfarë gjësendi jeni duke shikuar ju që fillon me një shkronjë, në këtë rast me A.
- Luani shah. Njëra nga mënyrat efektive për t'i përgatitur fëmijët tuaj të mendojnë dhe të jenë kreativë është të luani një lojë shahu. Ai mëson durim dhe e disiplinon mendjen. Edhe ju mund të mësoni diçka për personalitetin e oponentëve tuaj, duke e analizuar strategjinë e tyre në lojë. A janë ata agresivë apo mbrojtës? A ndërmarrin rreziqe apo jo?





Tingujt e natyrës

Kërkoni nga fëmijët të ulen përdhe, t'i mbyllin sytë dhe të jenë sa më të qetë, duke i numëruar të gjithë tingujt e ndryshëm që mund t'i dëgjojnë. Dëgjoni zërin e zogjve, insekteve dhe bretkosës.

Nxirrini ata në natyrë

Fëmijët tanë janë duke u larguar nga bota e pyjeve, lumenjve dhe maleve në botën e televizorit, kompjuterëve dhe video-lojërave. Kthejini ata prapa në natyrë.



NGRËNIA ME FËMIJËT TUAJ

Sipas një studimi nga National Center on Addiction and Substance Abuse (Qendra Kombëtare për Vartësi dhe Abuzim me Substanca) në Universitetin Columbia:

- Fëmijët që hanë darkën me familjen e tyre komunikojnë më mirë me familjen e tyre. Darkat familjare janë më shumë se vetëm ndarje ushqimi. Bisedat iu ndihmojnë prindërve të mësojnë për jetët e fëmijëve të tyre, sfidat me të cilat ballafaqohen ata dhe aktivitetet që fëmijët dëshirojnë t'i bëjnë.
- Adoleshentët në SHBA që kurrë nuk hanë darkë me familjet e tyre kanë 72 për qind më shumë gjasa të konsumojnë droga, alkool dhe cigare.
- Fëmijët që kanë darka të shpeshta familjare marrin nota më të mira në shkollë, kanë më pak stres në shtëpi, dhe iu besojnë më shumë prindërve të tyre.



Dëmi nga përdorimi i tepruar i Internetit

Shumë nga diskutimi për efektet negative të TV-së mundet po ashtu të aplikohet edhe për Internetin dhe lojërat kompjuterike. Prindërit shpesh e inkurajojnë përdorimin e tepërt të kompjuterëve. Disa prindër pandehin se kompjuterët janë vegla që mund të sjellin vetëm dobi në jetët tona. Nuk është ashtu! Prindërit presin që fëmijët e tyre t'i përdorin kompjuterët me maturi dhe përgjegjësi. Mirëpo, realiteti është se disa kalimtarë i përdorin kompjuterët për të kaluar orë në “dhomat për muhabet”, të qasen në faqe të kota dhe të shikojnë pornografi.

Si në rastin e televizorit, përdorimi i tepërt i Internetit mund të nxisë apati, të ndërhyjë në punën e ligjshme, ta shtojë abezitetin dhe ta vështirësojë shoqërimin normal midis fëmijëve. Fëmijët po ashtu i janë të ekspozuar ideve të liga dhe reklamave të tepërta. Kompjuterët janë një vegël e fuqishme që mund të sjellë dobi dhe informacione shumë të nevojshme. Mirëpo, prindërit duhet ta mbikëqyrin përdorimin e tyre, të fusin

fjalëkalime, t'i bllokojnë disa faqe të caktuara, të përdorin masa sigurie, dhe ta njohin më mirë atë medium. Mos i lejoni fëmijët të kalojnë kohë të tepruar në Internet, dhe mbani kompjuterët në dhomën e ditës para syve të familjes.

Lojërat kompjuterike

Lojërat kompjuterike po ashtu marrin shumë nga koha e fëmijëve – sidomos e djemve. Ajo që mund të duket si një lojë e padëmshme, në të vërtetë mund t'i dëmtojë fëmijët.

Lojërat kompjuterike përmbajnë dhunë dhe janë tejet vartëse. Rastet e skajshme të vartësisë kanë çuar po ashtu në humbje jete (disa vdekje ndodhën në Korenë Jugore nga vartësia nga lojërat) (BBC Lajmet 2005).

Këto lojëra e bëjnë të pandjeshëm realitetin, kështu që mjaft nga bota reale reduktohet në lojë, dhe në një arenë për “argëtim”. Lojërat që inkurajojnë luftën dhe vrasjen e stilit komando, e ulin vlerën e jetës njerëz-

ore. Ushtarakët i stërvitin ushtarët e tyre të vrasin, duke përdorur lojëra kompjuterike si ato të cilat i luajnë fëmijët. Tema të tjera përfshijnë magjinë, demonë dhe botën e mistershme. Magjepsja dhe magjitë janë bërë të zakonshme në lojërat kompjuterike.

Fatkeqësisht, ashtu si përparon teknologjia, këto lojëra bëhen gjithnjë e më reale dhe më “të gjalla”. Kjo është tejet e rrezikshme, duke e përzier botën reale në fantazi. Fëmijët nuk duhen inkurajuar të ikin nga realiteti, por të përballen me të me të gjitha sfidat e tij.

Prindërit duhet ta kufizojnë sasinë e kohës që fëmijët e kalojnë në lojëra kompjuterike dhe t'i kontrollojnë lojërat që ata zgjedhin t'i luajnë.

Videolojërat dhe fëmijët

Videolojërat u prezantuan në vitet 1970. Që atëherë ato janë bërë shumë të popullarizuara te fëmijët. Dhuna, abuzimi me substanca dhe seksi janë duke u bërë gjithnjë e më të zakonshme te videolojërat.

Paducah (Kentucky), Jonesboro (Arkansas), Littleton (Colorado) dhe Blacksburg (Virginia), janë katër qyteza amerikane që përjetuan të shtëna në shkollë nga nxënës që shpesh kishin luajtur videolojëra agresive. Në masakrën e Shkollës së Mesme Columbine në vitin 1999 (Gibs 1999), adoleshentët Eric Harris dhe Dylan Klebold vranë 13 njerëz dhe plagosën 23 të tjerë, para se të

kryenin vetëvrasje. Këtyre dy adoleshentëve i pëlqente ta luanin videolojën *Doom* (“Fundi i Botës”), një lojë e përgjakshme, me të shtëna me qëllim për t’i stërvitur ushtarët të vrasin. Harris kishte krijuar një version të përshtatur të lojës me dy gjuajtës, armë shtesë, municion të pakufizuar dhe viktimë që nuk mund t’i kundërpërgjigjen sulmit – tipare të ngjashme me të shtënat e vërteta që do t’i kryente ai (Anderson dhe Dill 2000). Sa më shumë që fëmijët ushtrojnë akte të dhunshme, aq më shumë ka gjasa që ata të kryejnë akte të dhunshme. (Clark 1993)

Ekziston një marrëdhënie midis sjelljes agresive nga fëmijët, dhe ekspozimit të tyre ndaj agresionit në videolojërat. Sa më shumë që një fëmijë angazhohet në dhunë si pjesë e një videoloje, aq më të mëdha janë gjasat që ai të ketë sjellje të dhunshme ndaj njerëzve të tjerë.

Meshkujt luajnë videolojëra më shpesh se femrat.

Videolojërat promovojnë sjellje antisociale dhe antifetare (si vrasje, abuzim verbal dhe vjedhje).

Përmbajtja sociale e videolojërave ka portretizime negative të grave. Në lojërat Nintendo, gratë zakonisht llogariten si persona mbi të cilat më shumë vepron, sesa si nismëtarë veprimi; në raste të skajshme, ato përshkruhen si viktimë. Shumë lojëra janë bazuar mbi një skenar në të cilin një grua rrëmbehet, ose se duhet shpëtuar. (Funk 1993)

Shikimi i tepërt i televizorit shoqërohet nga sjellje agresive, rezultate të dobëta akademike, seksualizëm të hershëm, abuzimet dhe përdorim drogash apo alkoolit. Lojërat e dhunshme shoqërohen me armiçësi dhe përleshje fizike.

Luajtja e lojërave të dhunshme çon në:

- 1) Zgjim të shtuar psikologjik;
- 2) Mendime agresive të shtuara;
- 3) Ndjenja agresive të shtuara;
- 4) Sjellje agresive të shtuara, dhe
- 5) Sjellje të pakësuara të ndihmës pro-shoqërore.



PIKTURIMI I DALLIMEVE GJINORE NË TELEVISION:

1. Në ndërveprimin televiziv mashkull-femër, burrat janë zakonisht më dominues.
2. Burrat në TV janë zakonisht të arsyeshëm, ambiciozë, të zgjuar, konkurrues, të fuqishëm, të qëndrueshëm dhe tolerantë, ndërsa gratë janë romantike, të nënshtrueshme dhe të druajtura, përveç nëse janë të portretizuara si dreqe manipuluese.
3. Te burrat, theksi vihet mbi forcën, performimin dhe shkathhtësinë; te gratë, ai vihet mbi joshjen dhe të qenit të dëshirueshme.
4. Martesa dhe familja nuk janë të rëndësishme për burrat në shumë emisione televizive. Për gati gjysmën prej tyre, nuk ka qenë e mundur të thuhet nëse kanë qenë të martuar, fakt ky që ka vlejtur për vetëm për 11 për qind të grave.

Shumica e femrave në programet televizive të natës janë të reja, joshëse, të dobëta dhe sa

për zbulurim. Femrat vazhdimisht vihen në situata ku pamja vlen më shumë se truri, dhe ku priten sjellje të paafta dhe jokompetente. Burrat kanë dyfish më shumë gjasa të shfaqen si kompetentë dhe të aftë për t'i zgjidhur problemet. Gratë pikturohen si objekte seksi më shpesh se burrat, ndërsa burrat portretizohen si të ngathët kur merren me nevojat e fëmijëve. (Seidman, 1999; Davis, 1990; Beal, 1994)

Në televizionin muzikor amerikan (MTV), femrat shpesh shfaqen si objekte seksi, duke u përpjekur t'ia tërheqin vëmendjen një mashkulli. Në videot muzikore të muzikës rap femrat portretizohen si objekte epshi. Gratë ka katër herë më shumë gjasa të veshin pak rroba, sesa burrat, ndërsa burrat gati gjithmonë janë të veshur tërësisht.

SHPËRQENDRIMI FAMILJAR: Videolojërat vënë theksin mbi veprimin solo, sesa bashkëpunimin. Skenari i zakonshëm i një loje është ai i një personazhi anonim që kryen një akt agresiv kundër një armiku anonim. Bota e video-



lojërave ka pak ndjenjë për komunitetin dhe disa lojtarë të ekipit. Shumica e videolojërave nuk lejojnë lojën e më shumë se një lojtari në një kohë të caktuar. National Institute of Media and the Family (Instituti Kombëtar i Mediave dhe Familja), e ka studiuar dhe ka

raportuar mbi ndikimin e videolojërave për shumë vite me radhë. Ne kemi konstatuar se shumë videolojëra e përlëvdojnë kulturën e bandave, e lartësojnë brutalitetin, promovojnë vrazhdësinë dhe i mbështesin dhunën dhe brutalitetin ndaj grave!

Në përmbledhje

- Fëmijët që luajnë më pak videolojëra kalojnë më mirë në shkollë, dhe po ashtu futen në më pak përleshje.
- Inkurajoni lojërat edukative, dhe dekurajoni lojërat e dhunshme.
- Televizori dhe videolojërat kanë më pak ndikim mbi fëmijët që kanë karakter të mirë.
- Prindërit duhet të vendosin kufij mbi sasinë e kohës që fëmijët e kalojnë me videolojëra.

Fikeni televizorin dhe ndizeni jetën

Kënaquni me Fëmijët më Shumë dhe rrini me ta. Prindërimi është puna më sfiduese dhe më shpërblyese; ai kërkon shkencë, art dhe besim. Kënaquni me fëmijët tuaj çdo ditë (në vend se me televizorin).

Aktivite



ALTERNATIVA PËR TELEVIZORIN DHE VIDEOLOJËRAT

AKTIVITETI 72: VIZITAT EDUKATIVE

Nxirrni fëmijët tuaja para shumë situatave të ndryshme. “Më thuaj dhe unë do të harroj. Më trego dhe unë do ta mbaj në mend. Më përfshi, dhe unë do ta kuptoj”.

- Çoni fëmijët tuaj në një gjykatë, t’i shohin gjykatësit dhe avokatët.
- Çoni fëmijët tuaj në stacione policore dhe burgje.
- Vizitoni vendet për adhurim të feve të tjera, bashkë me fëmijët tuaj.
- Vizitoni muze, parqe, biblioteka dhe ferma.

AKTIVITETI 73: BËJINI ATA TË NDËRGJEGJSHËM PËR USHQIMIN

Pyetni fëmijët për përbërësit e ushqimit, dhe se si përgatiten gatimet: supat, pica, buka, kosi, djathi, hamburgerët, petullat, pitet, kerri, byrjani, tortat, mjalti, kokoshkat, majoneza, keçapi, çaji dhe kafeja.

Tregojuani fëmijëve përbërësit dhe përgatitjen e: sapunit, shamos, letrës, bojës, rrobave, plastikës, asfaltit, këpucëve, mobilieve dhe qilimave.

Lëreni që çdo fëmijë të zgjedhë një lloj ushqimi dhe recete, dhe të përpiqet ta gatujë me ndihmën tuaj.

AKTIVITETI 74: ÇFARË VLERËSONI MË SË SHUMTI?

Në një mbledhje familjare, pyeteni secilin anëtar: “Sikur të të kishte mbetur vetëm një ditë për të jetuar, çfarë do të bëje? Pse?” Pastaj lërinë që secili ta diskutojë përgjigjen.

AKTIVITETI 75: PERLA URTËSIE PËR FËMIJËT!

Mblidheni familjen bashkë, dhe kërkoni nga një fëmijë t’i lexojë me zë fragmentet vijuese. Shpjegojeni kuptimin dhe përmendni shembuj nga përvoja juaj. Inkurajoni fëmijët t’i ndajnë mendimet e tyre.

Fëmija im: Kujdes nga...

Njeriu fisnik nëse e fyen atë,

Njeriu i urtë nëse e turpëron atë,

Njeriu i poshtër, nëse je shpirtmirë ndaj tij,

Njeriu i pamend, nëse tallesh me të, dhe

Njeriu i shturur nëse shoqërohesh me të.

Djali im i dashur;

Unë i kam shijuar të gjitha llojet e ëndjeve, dhe nuk kam gjetur asgjë më të ëmbël se shëndeti. Kam vuajtur të gjitha llojet e hidhërimeve, dhe nuk kam gjetur asgjë më të hidhur se nevoja për të tjerët.

Kam mbajtur barrë të rënda hekuri dhe gurësh, dhe nuk kam gjetur asgjë më të rëndë se borxhi.

Ji i ndërgjegjshëm se jeta jote është vetëm dy lloje ditësh... një për ty dhe një kundër teje.

Kur është dita jote, mos u bëj arrogant dhe mosmirënjohës,

Kur është kundër teje, vetëm ji i durueshëm.

(ALI IBN EBU TALIB)

AKTIVITETI 76: A JENI DUKE E DREJTUAR FAMILJEN TUAJ ME MENÇURI?**Listë kontrolluese: Si jam duke kaluar si prind?**

Prindërimi është edhe detyrë sfiduese edhe shpërblyese. Prindërit janë të përfshirë në edukim, disiplinim, menaxhim, udhëheqje dhe këshillim. Prindërit angazhohen në mësim, stërvitje, përgatitje dhe mentorim. Ata janë si një mjek i mëshirshëm, qëllimi i të cilit është gjithmonë të ndihmojë për përmirësim dhe të mos dëmtojë. Prindërit iu japin mundësi, i inkurajojnë, i rrisin dhe ua zgjasin dorën e ndihmës fëmijëve. Shqyrtojini praktikatat tuaja të prindërimit pikë pas pike. (Mund të duhen disa sesione për t'i mbuluar të gjitha pikat).

Si prind:

- A e kam zgjedhur bashkëshorte(i)n time me mençuri?
- Koha dhe përpjekja që kam kaluar për ta gjetur bashkëshort(e)n e duhur nuk është asgjë, krahasuar me kohën që do të duhet ta kaloj duke u marrë me bashkëshorte(i)n e gabuar. Kërkoni me kujdes, në mënyrë që t'ia kaloni mirë.
- A ua kam shpjeguar qartë fëmijëve të mi misionin e familjes?
- A ua kam mësuar vlerat e sakta? Ajo që e bën një shtëpi të mrekullueshme nuk janë muret dhe tavanet, por vlerat dhe morali.
- A i kam nxitur aftësitë më të mira te secili nga fëmijët e mi? Secili fëmijë ka interesa dhe hobi të veçanta; ne duhet t'i forcojmë talentet e tyre.
- A i kam shfrytëzuar në mënyrën më të mirë resurset tona familjare: kohën, paratë dhe materialet?
- A iu kam kushtuar vëmendje ndjenjave dhe perceptimeve të fëmijës tim? Perceptimet e tyre janë me rëndësi. Unë duhet "të ec pak në këpucët e tyre".
- A i kam stërvitur fëmijët e mi? Fëmijët nuk duan të injorohen, edhe nëse gabojnë. Ata kanë nevojë të punohet me ta, të përfshihen, të miratohen dhe të shpërblehen.
- A iu kam siguruar fëmijëve të mi udhëzime të duhura? Prindërit duhet të sigurojnë disiplinë, përgjigje dhe rregulla.
- A kam dhënë shembull të mirë? Mënyra se si ata flasin me njëri-tjetrin dhe për njëri-tjetrin, llojet e shakave që ua thoni, premtimet që i mbani, shokët që i keni, dhe nderimin që e këmbeni në mënyrë të duhur... të gjitha këto janë me rëndësi.
- A i kam bërë të gjitha detyrat e mia prej prindi për hir të Krijuesit tonë, Zotit tonë, i cili ma ka dhuruar dhe ma ka besuar këtë familje?
- A kam bërë plane për t'i arritur qëllimet tona familjare? Plani juaj familjar duhet t'iu përgjigjet këtyre pyetjeve:

- Çfarë duhet përmbushur?
- Pse duhet bërë kjo? Si i kontribuon kjo misionit tonë të përgjithshëm?
- Kur duhet përmbushur kjo?
- Ku qendrojmë ne tani në raport me këtë qëllim?
- Nga kush do të kërkohet ta përmbushë planin?
- Si do të përmbushet ai? Çfarë aktivitete specifike detyrohen dhe çfarë resursesh kërkohen?

**Fëmijët tuaj dhe bashkëshortja juaj varen nga ju, njësoj si ju që varen nga ata.
Mos i zhgënjëni ata.**



Përfundim

Përfundim

NE BESOJMË SE familja ka kapacitetin dhe është menduar për të prodhuar qytetarë të drejtë, efektivë. Kjo detyrë më së miri mund të bëhet brenda një familjeje të lumtur dhe përkrahëse. Prindërit janë mësuesit e parë dhe më të mirë për fëmijët e tyre. Prindërit duhet të veprojnë si model, barinj, pastorë, edukatorë, stërvitës, disiplinues, mentorë dhe trajnerë.

Sot, as bota perëndimore e as bota muslimane nuk ofrojnë një model të kënaqshëm për prindërimin. Ne duhet të mësojmë më shumë nga njëri-tjetri. Perëndimi e ka pranuar një stil jetese që është i përqendruar mbi vetë-kënaqjen. Morali dhe vlerat janë dobësuar. Ky sistem që është neutral ndaj vlerave, ka vuajtur nga abuzimi me droga, alkoolizmi, shthurja seksuale dhe dobësimi i familjes.

Nga ana tjetër, bota muslimane është përplot me shtypje, detyrim, frikë, korrupsion dhe kërcënim. Shumë muslimanë kanë një mendësi prej skllavi që e ngulfat guximin, kreativitetin dhe mendimin e lirë. Bota muslimane ka prodhuar një brez joracional, të besëtytnishëm, paragjykses dhe të varur fëmijësh, që rriten pa u shqetësuar për interesin publik.

Jomuslimanët duhet ta kthejnë Zotin prapa në jetët e tyre, dhe t'i plotësojnë arritjet e tyre të mëdha në shkencë dhe teknologji me fetarinë që e pranon *Allahu Ekber* (Zoti është më i Madhi) dhe *Allahu Alem* (Zoti e di më së miri). Muslimanët duhet ta rizbulojnë Zotin, dhe të promovojnë shoqëri të patrazuara, të lira, që praktikojnë tolerancën dhe demokracinë (*shûrâ*).

Në një mikro-nivel, prindërimi i mirë është fara nga e cila mund të mbijë e gjithë kjo. Prindërimi është një detyrë 24/7, 365 ditë në vit. Ai është një përpjekje që nuk ka pushime, nuk delegohet, i bërë nën ndërhyrje të panumërta dhe shumë stres. Ai kërkon një ekip babai dhe nëne me arsyeshmëri dhe dije të plotësuar me emocione dhe ndjenja. Psikologjia, sociologjia, shkencat mjekësore, komunikimi dhe besimi, janë që të gjitha kërkesa të domosdoshme për prindërimin. Ne nuk mund ta fitojmë luftën me fëmijët tanë; ne duhet t'i mundim ata me dashuri, durim dhe komunikim të dyanshëm. Mos harroni kurrë se çdo fëmijë çirret: "Ju lutem bëni të ndjehem i rëndësishëm".

Shumë prindër mendojnë se i njohin mirë fëmijët e tyre, dhe e kundërta, por rrallëherë është kështu. Fëmijët mund ta kuptojnë ndihmën si ndërhyrje, këshillën si shitje mend, dhe përzemërsinë si sjellje ndaj një foshnje. Ekziston një perceptim i gabuar te shumë fëmijë se prindërit e tyre nuk i duan ata!

Reduktojeni aspektet negative dhe shtoni tiparet pozitive në personalitetin e fëmijës suaj. Prindërit duhet ta identifikojnë se çfarë stili prindërimi shfaqin ata: autokratik, lejues, demokratik apo autoritar. Prindërit duhet ta pyesin veten: "A jemi duke e bërë vërtet gjënë e duhur?" Përgjigjja mund të kërkohet nga sa më shumë burime të jetë e mundur.

Mësoni fazat fizike dhe emocionale të zhvillimit të fëmijës. Arrijeni potencialin maksimal të secilit fëmijë në kohën e duhur. Për shembull, fëmijët mund të mbajnë në mend mirë, dhe të mësojnë gjuhë dhe muzikën mjaft lehtë, para moshës dhjetëvjeçare.

Nëse do të duhej ta rrisja fëmijën tim sërish nga fillimi, fillimisht do ta ndërtoja vlerësimin për veten, e pastaj shtëpinë. Do të kisha vizatuar me gisht më shumë dhe do të tregoja me gisht më pak. Do të bëja më pak përmirësim, e më shumë lidhje. Do t'i largoja sytë nga ora ime, dhe do të shikoja me sytë e mi. Do të ecja më shumë, dhe do të fluturoja më shumë balona. Do të pushoja së qeni serioz, dhe do të luaja seriozisht. Do të vrapoja nëpër më shumë fusha, e do të shikoja me ngulmim më shumë yje. Më shumë do të përqafoja, e më pak do të ndukja. (Loomans 2000)

Moshatarët kanë ndikim të tmerrshëm mbi fëmijët. Prindërit duhet të ofrojnë një atmosferë mirëseardhjeje në shtëpinë e tyre për shokët/shoqet e fëmijëve të tyre. Prindërit duhet të miqësohen me shokët dhe prindërit e shokëve të fëmijëve të tyre, për të tërhequr llojin e duhur të shokëve/shoqeve.

Prindërit duhet të marrin shkathtësi, arsimim dhe mjete të nevojshme, për rritjen e duhur të fëmijëve të tyre.

Ndërtimi i karakterit nuk ka kufi kohor. Gjydhënia i parandalon shumë sëmundje, dhe i siguron foshnjës “kapital” psikologjik dhe emocional. Mësojuani fëmijëve dashurinë, guximin, kreativitetin, ndershmërinë, lirinë, vetëbesimin, bujarinë dhe besimin.

Prindërit duhet t'ia mësojnë çdo fëmijë menaxhimin e kohës, menaxhimin e parave, rregullat e mirësjelljes gjatë mosmarrëve shjes, vendimmarrjen, artin e lutjes, zgjidhjen e problemeve, sjelljet e mira (njerëzinë, respekti, durimi, përlësia), artin e të dëgjuarit dhe modestinë.

Fëmijët, baballarët dhe nënat e të cilëve janë tepër të zënë për ta, janë si jetimët. Shumica e prindërve nuk kalojnë kohë të mjaftueshme me fëmijët e tyre, dhe ata iu kthehen gjërave të tjera për ta kompensuar këtë (si televizioni, dadot dhe dhuratat). Shikimi i tepërt i televizorit është i dëmshëm. Zgjidhja për këtë është të kalohet kohë cilësore dhe sasiore me familjen. Familja e gjerë (gjyshërit/gjyshet, hallat/tezet, xhaxhallarët/dajallarët dhe kushërinjtë) janë dadot, mentorët dhe modelet më të mirë për të ndjekur.

Ndërtoni tiparet e karakterit të dashurisë, guximit, ndershmërisë, kreativitetit, përgjegjësisë dhe pavarësisë. E gjithë kjo duhet bërë brenda një ambienti të lumtur familjar,

që vepron si një inkubator për prodhimin e të rriturve të ndershëm. Një shtëpi e lumtur bazohet mbi komunikimin dykahësh të vazhdueshëm midis prindërve dhe fëmijëve. Lavdërimi i sinqertë është përbërës themelor kur iu jepni komplimente fëmijëve tuaj për punët që i bëjnë si duhet. Organizimi i tubimeve mujore familjare është një praktikë e shkëlqyer dhe e favorshme për vendosjen e harmonisë familjare. Prekja, puthja, përqafimi dhe buzëqeshja ndërton dashurinë midis prindërve dhe fëmijëve. Prindërit duhet ta mjeshtërojnë artin e dëgjimit të fëmijëve të tyre.

Fëmijët janë vëzhgues të mirë, por interpretues të dobët. Ata shikojnë dhe vëzhgojnë se si babai dhe nëna e tyre e trajtojnë njëri-tjetrin, dhe se si ata i trajtojnë gjyshërit dhe gjyshet, kushërinjtë, vëllezërit-motrat e tyre, mysafirët, të pasurit dhe të varfrit, shërbëtorët dhe fqinjët. Ata shikojnë se si ata i trajtojnë manaret, kafshët, bimët, lulet dhe ambientin. Ata i krahasojnë fjalët e prindërve të tyre me veprat e tyre, dhe e zbulojnë si të vërtetën, ashtu edhe dyfytërsinë. “Bëj si them unë, mos bëj si bëj unë”, nuk është e pranueshme. Prindërit



duhet ta praktikojnë atë që e predikojnë. Mirëpo, kur prindërit bëjnë ndonjë gabim, më e pakta që mund ta bëjnë është që sinqerisht t'i pranojnë të metat e veta para fëmijëve të tyre.

Fëmijët kanë nevojë për modele që duhen ndjekur. Nëse prindërit nuk iu ofrojnë atyre modele të mirë për të ndjekur, fëmijët do t'i zgjedhin të gabuarit. Më i miri nga të gjithë modelet që duhet ndjekur janë profetët e Zotit, të pasuar nga ata prijës anëmbanë globit që promovojnë moralitetin dhe vlerat familjare.

Nënat e luajnë rolin më jetik në rritjen dhe edukimin e fëmijëve. Nuk është e rastësishme

që profetët Ismail, Musa, Isa dhe Muhammed (paqja qoftë mbi të gjithë ata) u rritën nga nënat e tyre. Për t'i nderuar gratë në jetën tonë, burrat duhet ta shfaqin respektin e tyre për to me fjalë dhe vepra.

Një prind u ndal dhe vërejtë: “Unë jam tepër i parëndësishëm për të bërë dallim!” Kjo nuk është e vërtetë. Prindërimi është detyrë tepër e rëndësishme për t'u bërë në izolim. Formimi i grupeve mbështetëse është shumë e dobishme. Ju nuk mund t'i ndërroni stërgjyshërit tuaj, por gjithsesi mund t'i përmirësoni pasardhësit tuaj. Si prind, ju mund të bëni dallim të madh në

këtë botë, prandaj mos humbisni shpresë. Kurrë nuk është tepër vonë!

Personalitetet e fëmijëve ndikohen nga natyra, të ushqyerit dhe, mbi të gjitha, nga Vullneti i Krijuesit! Prindërimi është shkencë dhe art. Ky libër është i pari në këtë varg dhe, në dashtë Zotit, libra të tjerë do të vijojnë. Ne i ftojme dijetarët dhe ekspertët ta pasurojnë fushën e prindërimit me kontributin aq të nevojshëm të tyre.

Në fund të jetës tuaj parashatrojani vetes këtë pyetje: “A kam qenë prind i mirë që është përpjekur ta përmirësojë botën?”

Bëni sa të mundeni. Kini besim te Zoti dhe pushoni!

**Ajo që do të jetë me rëndësi në fund nuk është se çfarë makinash,
shtëpish apo llogarish bankare keni pasur,
por sa prind i mirë keni qenë!**

Mos prisni deri sa të bëhet tepër vonë!

Shtojca 1

*Ajete kur'anore dhe tradita të Profetit Muhammed a.s.
të përzgjedhura për prindërimin.*

Ajete kur'anore të përzgjedhura

Edhe ata që lutën: “Zoti ynë, na bën që të jemi të gëzuar me (punën) e grave tona dhe pasardhësve tanë, e neve na bën shembull për të devotshmit”.

(Kur'an, 25:74)

E ata që vetë besuan, e edhe pasardhësit e tyre ishin me besim, Ne atyre do t'ua shoqërojmë pasardhësit e tyre dhe asgjë nuk u pakësojmë nga veprat e tyre (prindërve). Secili njeri është peng i asaj që ka punuar.

(Kur'an, 52:21)

Nuk është as pasuria juaj, e as fëmijët tuaj ajo që ju afron pranë Nesh, është vetëm besimi dhe veprat e mira; të tillët shpërblehen shumëfish për atë që vepruan dhe ata janë në dhoma të larta të shpëtuar!

(Kur'an, 34:37)

Allahu është Ai që ju krijoi në një gjendje të dobët, pastaj pas asaj dobësie ju dha fuqi, e pas fuqisë, dobësi e pleqëri. Ai krijon çka të dojë, Ai është më i dijsmi, më i fuqishmi.

(Kur'an, 30:54)

Allahu ju nxori nga barqet e nënave tuaja (si foshnje) që nuk dinit asgjë. Ju pajisi me (shqisa për) të dëgjuar, me të parë dhe me zemër, ashtu që të jeni falënderues.

(Kur'an, 16:78)

O ju që besuat, vërtet, disa nga bashkëshortet tuaja dhe nga fëmijët tuaj janë armiq tuaj, andaj kini kujdes ndaj tyre, e nëse nuk merrni masa, nuk ua vini veshin dhe i falni, ta dini se edhe Allahu është mëkatfalës, mëshirues.

(Kur'an, 64:14)

O ju që besuat, as pasuria juaj e as fëmijët tuaj të mos u shmangin prej adhurimit të Allahut, e kush bën ashtu të tillët janë mu ata të humburit.

(Kur'an, 63:9)

Thuaj: “Të dështuar në ditën e kijametit janë ata që e kanë humbur veten dhe familjen e vet. Vini re: ky është ai dështimi i njëmendtë”.

(Kur'an, 39:15)

Kur Llukmani duke e këshilluar, birit të vet i tha: “O djali im, mos i përshkruaj Allahut shok, sepse idhujtaria është padrejtësi më e madhe!” Ne njeriun e kemi urdhëruar për (sjellje të mira ndaj) prindit të vet, sepse nëna e vet atë e barti me mund pas mundi dhe pas dy viteve ia ndau gjirin. (E porositëm) Të jesh mirënjohës ndaj Meje dhe ndaj

dy prindërve tu, pse vetëm tek Unë është kthimi juaj. E nëse ata të dy tentojnë që ti të më përshkruash Mua shok, për çka ti nuk ke kurrfarë fakti, atëherë mos i respekto ata, po në çështjet e jetës së kësaj bote të kesh mirëkuptim ndaj tyre, e ti ndiqe rrugën e atij që është i kthyer kah Unë, mandej kthimi juaj është tek Unë, e Unë do t'ju njoftoj për atë që keni punuar.

O djali im, s'ka dyshim se edhe nëse ajo (vepra) peshon sa kokrra e lirit, e të jetë e fshehur në rrasë guri, ose në qiej apo në tokë, Allahu do ta sjellë atë, se Allahu është i butë dhe hollësisht i informuar. O djali im, fale namazin, urdhëro për punë të mira, e ndalo nga të këqijat, përballo me durim çdo gjë që të godet, vërtet, këto janë nga çështjet më të preferuara. Dhe mos shtrembëro fytyrën tënde prej njerëzve, mos ec nëpër tokë kryelartë, se Allahu nuk e do asnjë mendjemadh e që shumë lavdërohet. Të jesh i matur në ecjen tënde, ulë zërin tënd, se zëri më i egër është zëri i gomarit.

(Kur'an, 31:13–19)

Pasuria dhe fëmijët janë stoli e jetës së kësaj bote, kurse veprat e mira (fryti i të cilave është i përjetshëm) janë shpërblimi më i mirë te Zoti yt dhe janë shpresa më e mirë.

(Kur'an, 18:46)

“O Zoti im! Më bën mua nga ata që falin namazin, e edhe prej pasardhësve të mi dhe pranoje lutjen time o Zoti ynë!”

(Kur'an, 14:40)

“Zoti ynë! Më fal (gabimet) mua edhe prindërve të mi, fali edhe të gjithë besimtarët ditën kur jepet llogaria”.

(Kur'an, 14:41)

Për sa i përket murit, ai ishte i dy djelmoshave jetimë të atij qyteti, e nën të ata kishin një thesar (ari) dhe babai i tyre ka qenë njeri i mirë, e Zoti yt dëshiroi që ata dy (jetimë) ta arrijnë pjekurinë e vet dhe ta nxjerrin ata vetë thesarin e tyre. Kjo ishte mëshirë e Zotit tënd (ndaj tyre). Dhe unë nuk e punova tërë atë sipas bindjes sime (po sipas udhëzimit të Zotit). Ky, pra, është sqarimi i asaj për të cilën nuk munde të kesh durim!

(Kur'an, 18:82)

Traditat e Profetit Muhammed ﷺ

Njerëzit janë si mineralet (apo metalet, që kanë tipar të vetin); më të mirët nga njerëzit në kohën (para-islame) të injorancës (xhahilijeh), janë më të mirët e tyre në (kohën e) Islam, nëse ata kuptojnë (dhe perceptojnë).

(BUHARIU DHE MUSLIM)

Veprimtaria më e dashur pas riteve është ta lumturosh një musliman.

(BUHARIU)

Është më e mirë për një burrë ta disiplinojë të birin, sesa të japë lëmoshë çdo ditë.

(TIRMIDHI)

Kur një person vdes, veprave të tij iu vjen fundi, për tri syresh: bamirësia e përsëritur, apo dija nga e cila kanë dobi njerëzit, ose fëmija i devotshëm që lutet për të ndjerin.

(MUSLIM)

Zoti juaj ka të drejtë mbi ju; dhe trupi juaj ka të drejtë mbi ju; dhe familja juaj ka të drejtë mbi ju; prandaj ju duhet t'i plotësoni të drejtat e të gjithë atyre që kanë të drejtë mbi ju.

(BUHARIU)

“Është mëkat i madh për njeriun që i shpërfill detyrimet e tij dhe e mban furnizimin e vartësve të tij”.

(EBU DAVUD)

“Të gjithë ju jeni mbrojtës dhe përgjegjës për vartësit tuaj dhe gjërat nën kujdesin tuaj. Imami është mbrojtës i nënshtetasve të tij dhe është përgjegjës për ata. Burri është mbrojtës i familjes së tij dhe është përgjegjës për ata. Gruaja është mbrojtëse e shtëpisë së burrit të saj përgjegjëse për të. Shërbëtori është mbrojtës i gjërave personale të shefit të tij dhe është përgjegjës për ato. Të gjithë ju jeni mbrojtës dhe përgjegjës për vartësit tuaj dhe gjërat nën kujdesin tuaj”.

(BUHARIU)

Këshilla e Profetit Muhammed æ dhënë një fëmije

Ibn Abbasit, si fëmijë, Profeti Muhammed æ i kishte thënë:

“O i ri: Po të mësoj disa fjalë. Ndjehu i afërt me Allahun; kujtoje Allahun, Allahu do të të mbrojë.

Kujtoje Allahun; Allahu do të kujdeset për ty. Nëse ke ndonjë nevojë, drejtoju Allahut që të të furnizojë. Nëse ke nevojë për ndihmë, lute Allahun për ndihmë.

Dije që nëse e gjithë bota bashkohet kundër teje, nuk do të jetë në gjendje të të dëmtojë, përpos nëse Allahu ka dëshiruar diçka të tillë. Nëse e gjithë bota bashkohet për të të bërë dobi, nuk do të jetë në gjendje të të bëjë dobi, përpos nëse Allahu ka dëshiruar diçka të tillë.”

(TIRMIDHI DHE AHMED IBN HANBEL)

Shtojca 2

Lista e aktiviteteve

Lista e aktiviteteve

AKTIVITETI NR.	KAPITULLI NR.	FAQJA NR.
1. A jeni pyetur ndonjëherë përse?	1	20
2. Stili juaj i prindërimit	1	20
3. Një listë e sjelljeve të këqija të zakonshme të fëmijëve	1	20
4. Përsiatje rreth një poezie	1	21
5. Prindërit e sotëm karshi atyre të djeshëm	1	22
6. Si prind, ju mund të bëni ndryshim!!!	1	22
7. Fëmijë: Çfarë prisni ju nga prindërit tuaj?	1	22
8. Tri brengat kryesore të shekullit njëzetën	2	67
9. Zbatimi i attributeve të fëmijët	2	67
10. Diskutimi i shkaqeve reale të dhunës të fëmijët	2	68
11. Marrja me problemet shoqërore	2	68
12. Modeli i prindërimit në Amerikë i dr. Spock (1903-1998): disa “bëj si them unë, mos bëj si bëj unë!”	2	68
13. Diskutim mbi tronditjen kulturore	2	69
14. Mendësia e prijësve të vërtetë	2	69
15. Diskutimi i historisë familjare	2	70
16. Diskutim për ambientin shtëpiak	3	80
17. Prindër: Mësojini fëmijët tuaj	3	80
18. Disa proverba të gabuara në kulturën arabe	3	81
19. Botëkuptimi i bazuar mbi miqësinë e vërtetë	3	81
20. Diskutim i qetë midis anëtarëve të familjes: rregullisht!	3	81
21. Përparimi i Japonisë dhe Gjermanisë karshi prapambetjes së vendeve muslimane	4	99
22. Vënia e lidhjes midis fëmijëve dhe krijuesit të tyre – qysh herët!	4	99
23. Vlerësimi i favoreve dhe bekimeve të Zotit	4	101
24. Vënia e problemeve në perspektivë	4	101
25. Shtatë koncepte që duhen mësuar fëmijëve	4	101
26. Komunikimi i koncepteve të rëndësishme	5	111
27. Përvojat e vështira personale	6	120
28. Diskutimi i mendimeve mbi prindërimin	6	120
29. Pyetje dhe përgjigje për prindërit dhe adoleshentët	7	130
30. Një aktivitet problem-zgjidhës	7	130
31. Këshillë për prindërit	8	158
32. Tabela e kontrolleve mjekësore	9	190
33. Plani për formë fizike të familjes	9	190
34. Angazhohuni më mirë me përshëndetje kuptimplota	9	190
35. Shprehitë e gjumit	9	190
36. Krijimi i një ambienti shtëpiak të përshtatshëm	9	191

37. Një diskutim proaktiv mbi shenjat e abuzimit me droga	9	191
38. Luajtja e rolit si polic	9	191
39. Më pengon ...	10	206
40. Vendosni sistemin e librit të muajit	11	228
41. Muhabeti i prindërve	12	255
42. Falënderimi i qoftë Zotit për atë që jam!	12	255
43. Barack Obama: Një shembull i prindërimit të vetëm!	12	255
44. Pasurojini trutë e fëmijëve tuaj!	13	303
45. Sistemi i Tabelës së veprave të mira për fëmijët	13	303
46. Mësimi përmendësh i një lutjeje	14	313
47. Këmbimi i përvojave të frikës	15	325
48. Nëntë mënyra për të rritur një frikacak	15	325
49. Guximi dhe besimi	15	325
50. Guximi: Një test për adoleshentët	15	326
51. Zvogëlojeni frikën e fëmijëve gjatë luftërave dhe katastrofave	15	326
52. Si t'i thoni "Jo", e megjithatë të mbeteni shokë	15	326
53. Guximi është ...	15	327
54. Ritualet e dashura ditore	16	343
55. Këmbimi i përvojave	17	355
56. Njëri nga veset më të dëmshme që doni që fëmijët tuaj ta shmangin	17	355
57. Zoti i vëzhgon TË GJITHA grupet	18	369
58. Një mësim për aksidentet dhe përgjegjësinë!	18	369
59. Testimi i koeficientit të dominimit të prindërve	19	392
60. Shpjegojani sistemin e vlerave të familjes suaj fëmijëve tuaj	19	392
61. A jeni ju prind mbështetës apo që përzihet?	19	392
62. Ushtrime familjare për nxitjen e kreativitetit	20	409
63. Personazhe që janë të rëndësishëm!	20	410
64. Shpjegimi i pyetjeve të ngatëruara	20	410
65. Është perceptimi i hajdutit që llogaritet! Një zgjidhje kreative	20	411
66. Testi i besueshmërisë	21	418
67. Kënaqësia	21	418
68. Angazhimi aktiv	21	419
69. Modelet që duhen ndjekur të fëmijës tuaj	22	429
70. Fëmija me ndikim të keq	22	429
71. Po ta dija më mirë, do të kisha vepruar ndryshe!	22	429
72. Vizitat edukative	23	453
73. Bëjini ata të ndërgjegjshëm për ushqimin	23	453
74. Çfarë vlerësoni më së shumti?	23	453
75. Perla urtësie për fëmijët!	23	453
76. A jeni duke e drejtuar familjen tuaj me mençuri?	23	454

Bibliografia

Bibliografia

ANGLISHT

- Abd al-Ati, Hammudah. *The Family Structure in Islam*. Indianapolis, IN: American Trust Publications, 1997.
- *Islam in Focus*, 3rd rev. edn. Beltsville, MD: Amana Publications, 1998.
- Abdul Hye, Hamid. "Islam on the Rearing of Children." *The Muslim World Journal*, vol. 18 (issues 11 & 12) India, May/June 1991.
- Abdullah, Nina. "Qur'an Memorization and Memory." Unpublished paper. Reston, Virginia, 1994.
- Abel, Gene and Nora Harlow. *The Stop Child Molestation Book*. La Vergne, Tennessee: Ingram Content Group, 2001.
- AbuSulayman, AbdulHamid. "Islam and the Family." Unpublished paper presented at the Conference on 'Youth' Brunei, April 4, 1984.
- "Islamic Educational Reform: Top Priority in Intellectual Islamic Work." Editorial. *The American Journal of Islamic Social Sciences (AJISS)*, vol. 15, issue 1, USA, Spring 1998.
- *Islamization of Knowledge: General Principles and Work Plan*. Herndon, VA: IIIT, 1995.
- Abu-Talib, Ali. *Nahjul Balagha* (Peak of Eloquence). Elmhurst, New York: Tahrike Tarsile Qur'an, 1996.
- Adler, Jerry. "Building a Better Dad." *Newsweek*, June 17, 1996.
- Agnivesh, Swami et al. "Missing: 50 Million Indian Girls." *International Herald Tribune*, November 25, 2005.
- Ahmad, Imad-ad-Dean. *Islam and the Discovery of Freedom*. Beltsville, MD: Amana Publications; 1st edn., 1997.
- Aids Education Global Information System (AEGIS), (website article dated August 31, 2001): <http://www.aegis.com/news/afp/2001/af010886.html>
- Akhtar, et al. "Views on Breastfeeding in Medical Science and Islam." *Journal of Islamic Medical Association (JIMA)*, vol. 30, 1998.
- Alcohol Concern. Factsheet: Young People and Alcohol. September 2009. <http://www.alcoholconcern.org.uk/publications/factsheets-and-booklets/factsheet-young-people>
- 'Ali, 'Abdullah Yusuf. *Translation of The Meaning of the Holy Qur'an*. Beltsville, MD: Amana Publications, 2004.
- Allain, Annelies. *Protecting Infant Health*. Penang, Malaysia: International Baby Food Action Network, 1993.
- Altalib, Ilham. The Muslim Family in North America. Ten Unpublished Articles. Reston, Virginia: 1984.
- The Human Heart in the Qur'an, Seminar at ADAMS Center, Herndon, Virginia, September 2008.
- Amabile, T.M. & B.A. Hennessey. "The Motivation For Creativity in Children" in T. Pittman & A. Boggiano (Eds.) *Achievement And Motivation: A Social Developmental Perspective*. New York: Cambridge University Press, 1992.
- Athar, Shahid. "Sex Education for Muslim Youth and Their Parents." *Journal of Islamic Medical Association (JIMA)*, vol. 22, USA, 1990.
- *Reflections of an American Muslim*. Chicago, IL: Kazi Publications, 1994.
- (ed.) *Sex Education: An Islamic Perspective*. <http://www.teachislam.com/dmdocuments/33/BOOK/>
- Atkins, Andrea. "The Gender Divide." *Parenting Magazine*, August 1998.
- Badaraco, Joseph. *Leading Quietly*. Harvard Business Review Press, 2002.
- Badi, Jamal and Mustapha Tajudin. *Creative Thinking: An Islamic Perspective*. 2nd edn. International Islamic University Malaysia: Kuala Lumpur, Malaysia, 2005.
- Bailey, Joseph. *The Serenity Principle*. San Francisco, CA: Harper & Row, 1990.

- al-Bar, Mohammad Ali, and Osama Kandil. "Breastfeeding and Islamic Teaching." *Islamic World Medical Journal*, July/August 1986.
- Barazangi, Nimat Hafez. "The Education of North American Muslim Parents and Children: Conceptual Change as a Contribution to the Islamization of Education." *AJISS*. 7(3), 1990.
- Baron-Cohen, Simon. "The Extreme Male Brain Theory of Autism." *Trends in Cognitive Sciences*, vol. 6, issue 6, June 2002.
- Barzinji, Jamal. "The Prophet as a Father." Lecture at ADAMS Center, Herndon, VA, April, 11, 1993.
- Bashir, Askia H. *How to Manage Your Parents (Without Manipulation)*. Atlanta, GA: KYD Publishers, 1995.
- Baumrind, Diana et al. *Parenting for Character: Five Experts, Five Cases*. Portland, Oregon: Center for Spiritual and Ethical Education, 2008.
- BBC News. "Breast Milk 'Boosts Babies' Brainpower." 8 May 2002. <http://news.bbc.co.uk/1/hi/health/1974976.stm>
- BBC News. "South Korean Dies after Games Session." 10 August 2005. <http://news.bbc.co.uk/1/hi/technology/4137782.stm>
- Beal, C. *Boys And Girls: The Development of Gender Roles*. New York: McGraw-Hill, Inc., 1994.
- Begley, Sharon. "Child's Brain: Use It or Lose It." *Newsweek*, June 17, 1996.
 — "The Parent Trap." *Newsweek*, September 7, 1997.
 — "A Mother's Cocaine Use: They Call Them Snowbabies." *Newsweek*, September 29, 1998.
 — "Tuning Up the Brain." *Newsweek*, Fall/Winter 2000.
 — and Pat Wingert. "Teach Your Parents Well." *Newsweek*, April 28, 1997.
 — "Your Child's Brain", *Newsweek*, vol. 127, no. 8, p.54, February 19, 1996.
- Bennett, William. *The Book of Virtues*. New York: Simon & Schuster, 1996.
- Beshir, Ekram and Mohamed Rida. *Meeting the Challenge of Parenting in the West: An Islamic Perspective*. Beltsville, MD: Amana Publications, 1998.
- Biller, Henry. "The Father Factor in Building a Better Dad." *Newsweek*, June 17, 1996.
 — *Fathers and Families: Paternal Factors in Child Development*. Westport, Connecticut: Auburn House, 1993.
- Blum, Deborah. *Sex on the Brain: The Biological Differences Between Men and Women*. New York: Penguin Books, 1998.
- Bohmer, Carol and Andrea Parrot. *Sexual Assault on Campus: The Problem and the Solution*. New York: Lexington Books, 1993.
- Boorstein, Sylvia. *It's Easier Than You Think*. San Francisco, CA: HarperCollins, 1996.
- Booth, Caroline and Mindy Henderson. *I Love My Grandmother Because....* Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1998.
- Boydston, Jo Ann (editor). *The Collected Works of John Dewey*. Carbondale and Edwardsville: Southern Illinois University Press, 1969-1991.
- Bradley, Raymond et al. *Facilitating Emotional Self-Regulation in Preschool Children*. Boulder Creek, California: Institute of HeartMath, 2009.
- Branden, Nathaniel, *The Psychology of Self-Esteem: A Revolutionary Approach to Self-Understanding that Launched a New Era in Modern Psychology*. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 2001
- Brawer, Barney. "Raising Sons in a World of Changing Gender Roles." *Women in Higher Education*, November 1998.
- Brazelton, Leach; Lemonick, Michael. "War of the Diapers." *Time*, January 25, 1999, vol. 153, no. 3.
- Brizendine, Louann. *The Female Brain*. New York: Morgan Road Books, 2006.
- Brooks, Arthur. *Gross National Happiness*. New York: Basic Books, 2008.
- Brown, H. Jackson, Jr. *Life's Little Treasure Book On Success*. Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1994.
 — *Life's Little Treasure Book On Marriage and the Family*. Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1995.

- *Life's Little Treasure Book On Friendship*. Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1996.
- *Life's Little Treasure Book On Parenting*. Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1995.
- Burgess. *Fathers and Parenting Interventions*. London: Fatherhood Institute, 2009.
- Burt, Sandra and Linda Perlis. *Parents as Mentors: A New Perspective on Parenting that Can Change Your Child's Life*. Rocklin, CA: Prima Publishing, 1999.
- Campo, Juan. *Encyclopedia of Islam*. New York: Infobase Publishing, 2009.
- Canadian Child Care Federation. "Children and Creativity." Resource Sheet no. 15, http://www.cccffcsge.ca/docs/cccf/rs015_en.htm
- Cancer Research UK. <http://info.cancerresearchuk.org/cancerstats/types/cervix/riskfactors/>
- Canfield, Jack and Mark Victor Hansen. *Another Sip of Chicken Soup for the Soul*. Kansas City, MO: Andrews McMeel Publishing, 1997.
- *Chicken Soup for the Father's Soul*. Deerfield Beach, Florida: Health Communications, 2001
- Carlson, Richard. *Don't Sweat the Small Stuff – and It's All Small Stuff: Simple Ways to Keep the Little Things from Taking over Your Life*. New York: Hyperion, 1997.
- Carmichael, Mary. "A Shot of Hope." *Newsweek*. October 1, 2007.
- "Stronger, Faster, Smarter." *Newsweek*, March 26, 2007.
- Cassidy, Anne. "Take Charge of Your Time." *Working Mother*, May 1998.
- Cassidy, Jude and Phillip Shaver. *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*. New York: Guilford Press, 1999.
- Cesarone, Bernard. "Video Games and Children." Urbana, Illinois: ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education, University of Illinois, 1994.
- Chandler, Michael Alison and Maria Glod. "More Schools Trying Separation of the Sexes." *Washington Post*, June, 15, 2008.
- Clark, C.S. "TV Violence." *CQ Researcher*, (3), March 26, 1993.
- Clark, Reginald. *Family Life and School Achievement*. Chicago, IL: University of Chicago Press. 1983.
- Clinton, Hillary R. *It Takes a Village To Raise a Child*. New York: Simon & Schuster, 1996.
- Coleman, James Samuel. *Adolescent Society: The Social Life of the Teenager and Its Impact on Education*. New York: The Free Press, 1961; Macmillan, 1963.
- Coloroso, Barbara. *Kids are Worth it! Giving Your Child the Gift of Inner Discipline*. New York: Harper Collins, 2002.
- Covey, Stephen R. "Secrets of Much, Much Better Family Relationships." *Bottom Line*, July 30, 1992.
- Davidson, Maurice et al. *Working with Fathers: Methods and Perspectives*. Stillwater, Minnesota: Nu Ink, 1992.
- Davis, D. "Portrayals of Women in Prime Time Network Television: Some Demographic Characteristics." *Sex Roles*, vol. 23, pp.325–332, 1990.
- Davis, William et al. *An Introduction to Music Therapy*. Silver Spring, Maryland: American Music Therapy Association, 2008.
- Dawson, Geraldine. "Imitation and Social Responsiveness in Autistic Children." *Journal of Abnormal Child Psychology*, vol. 12, 1984, pp.209–225.
- Dodd, Virginia. "Implications of Kangaroo Care for Growth and Development in Preterm Infants." *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, vol. 34, no. 2, March 2005, pp.218–232.
- D'Oyen, Fatima M. *The Miracle of Life*. Leicester, UK: Islamic Foundation, 1996.
- The Economist*. "Arab Learning: Know Thyself." October 25, 2003.
- eHow Website. How to Teach Kids to Say No to Peer Pressure. http://www.ehow.com/how_6108016_teach-kids-say-peer-pressure.html
- Elbert, Thomas et al. "Increased Cortical Representation of the Fingers of the Left Hand in String Players." *Science Journal*, vol. 270, no. 5234, pp.305–307, 13 October 1995
- Elias, Maurice, Steven Tobias and Brian Friedlander. *Emotionally Intelligent Parenting, How to Raise A Self-Disciplined,*

- Responsible, Socially Skilled Child*. London: Hodder and Stoughton, 2000.
- Eliot, Lise. *Pink Brain, Blue Brain*. New York: Houghton Mifflin Harcourt, 2009.
- Elkadi, Iman. "Construction of Muslim Communities: Raising Children." *Al-Ittihad*. Gary, Indiana: The MSA of the US and Canada, spring 1972.
- Elkind, David. "The Family in the Postmodern World." *Phi Kappa Phi Journal*. 1995.
- Elmore, Tim. *Nurturing the Leader within Your Child: What Every Parent Needs to Know*. Nashville, TN: Thomas Nelson Publishers, 2001.
- Epinions. "Teaching our Children to Love." January 2001. <http://www.epinions.com/kifm-review-3EoB-2F84CB47-3A52CFB3-prod2>
- Exley, Helen. *Words of Wisdom*. New York: Exley, 1997.
- *Words of Calm*. New York: Exley, 1998.
- Eyre, Linda and Richard. *3 Steps to a Strong Family*. New York: Simon & Schuster. 1994.
- *Teaching Your Children Values*. Sound recording: 2 cassettes. New York: Simon & Schuster Audio, 1994.
- Faber, Adele and Elaine Mazlish. *How to Talk so Kids Will Listen and Listen so Kids Will Talk*. New York: Avon Books. 1982.
- *Siblings Without Rivalry*. New York: Avon Books. 1998.
- Fannoun, Kathy. *Our Loving Grandparents*. Chicago, Illinois: Iqra, 1994.
- Ferguson, Andrew et al. *Time*, May, 24, 1999, vol. 153, no. 20, p.68.
- Field, et al. "Infants of Depressed Mothers Show Depressed Behavior Even with Non-depressed Adults." *Child Development* journal, vol. 59, issue 6, December 1988, pp.1569–1579.
- Fisher, et al. "Sex on the Brain." *Journal of Sex Research*, vol. 49, issue 1, 2012, pp.69–77.
- Fowler, Lynda. "Encouraging Creativity in Children." Department of Family & Consumer Sciences, Ohio State University. <http://www.ohioline.osu.edu/flm97/nro4.html>
- Franklin, Benjamin, *The Autobiography of Benjamin Franklin*. New York: P. F. Collier and Son, 1909.
- Freedman, Joshua. Creativity for Emotional Intelligence: Ideas and Activities. <http://www.kidsource.com/kidsource/content4/creativity.eq.html>
- Friedman, Jenny. "Avoiding Gender Stereotypes: Learn How to Overcome the Typical Stereotypes in Raising Your Son or Daughter." 1998. <http://www.americanbaby.com/ab/story.jhtml?storyid=/templatedata/hk/story/data/1172.xml>
- Funk, J.B. "Reevaluating the Impact of Video Games." *Clinical Pediatrics*, vol. 32 (Feb. 2, 1993), pp.86–90.
- Geoparent, <http://geoparent.com/family/growth/independence.htm>
- Gibbs, Nancy. "In Sorrow and Disbelief – Special Report: The Littleton Massacre." *Time*, May 3, 1999.
- Gilbert, Michael. "Single-sex Schools Help Children Thrive: Bleaching Out Gender Differences Hampers the Education of Both Girls and Boys." September 20, 2007. <http://www.csmonitor.com/2007/0920/p09s01-coop.html>.
- Gilmartin, Patricia and Jeffrey Patton. "Comparing the Sexes on Spatial Abilities." *Annals of the Association of American Geographers*, vol. 74, issue 4, 1984.
- Ginott, G. Haim. *Between Parent and Teenager*. New York: Avon Books, 1971.
- Glod, Marie. "Schools Try Elementary Approach to Teaching Foreign Languages." *Washington Post*, August 8, 2006.
- Godfrey, Neale and Carolina Edwards. *Money Doesn't Grow on Trees: A Parent's Guide to Raising Financially Responsible Children*. A Fireside Book. New York: Simon & Schuster, 1994.
- Goldscheider, Frances K. and Linda J. Waite. *New Families, No Families? The Transformation of the American Home*. Berkeley, CA: University of California Press, 1991.
- Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Doubleday Dell Publishing Group, 1996.

- Gookin, Dan and Sandy. *Parenting for Dummies*, 2nd edn. New York: HarperCollins, 2002.
- Gordon, Thomas. *Parent Effectiveness Training: The No-Lose Program for Raising Responsible Children*. New York: Three Rivers Press, 2000.
- Gray, John. *Truly Mars and Venus: Men are from Mars, Women are from Venus: A Practical Guide for Improving Communication and Getting What You Want in Your Relationships*. New York: HarperCollins, 2003.
- Gur, Ruben and Raquel Gur et al. "Sex Differences in Brain Gray and White Matter in Healthy Young Adults." *The Journal of Neuroscience*, vol. 19, no. 10, pp.4065-4072, 15 May 1999.
- Gurian, Anita and Alice Pope. "Do Kids Need Friends?" March 21, 2001. http://www.aboutourkids.org/articles/do_kids_need_friends
- Gurian, Michael. *Boys and Girls Learn Differently: A Guide for Teachers and Parents*. San Fransisco, CA: Jossey-Bass, 2001.
- Haq, S. Moinul. Trans., Ibn Saad's *Kitab al-Tabaqat* [The Book of Classes]. India: Islamic Book Service, 1967.
- Harper, Cynthia C. and Sara S. McLanahan. "Father Absence and Youth Incarceration." *Journal of Research on Adolescence*, vol. 14, no. 3, pp. 369-397, September 2004.
- Harris, Judith. *The Nurture Assumption*. New York: Free Press, 1998.
- Harris, Robert. "Introduction to Creative Thinking." *Virtual Salt*, July 1, 1998 <http://www.virtualsalt.com/crebook1.htm>
- Harrison, Harry H., Jr. *Father to Son: Life Lessons on Raising a Boy*. New York: Workman Publishing, 2000.
- Hart, Michael H. *The 100: A Ranking of the Most Influential Persons in History*. New York: Hart Publishing, 1978.
- Harvey, Eric et al. *The Leadership Secrets of Santa Claus*. Dallas, Texas: The Walk the Talk Company, 2003.
- Al-Hashmi, Muhammad. *The Ideal Muslim*. [Arabic] Riyadh, Saudi Arabia: International Islamic Publishing House, 1999.
- Al-Hassani, Salim. *1001 Inventions: Muslim Heritage in Our World*. Manchester, UK: Foundation for Science, Technology and Civilisation, 2011.
- Head, Christina. *An Educated Decision: One Approach to the Vaccination Problem Using Homeopathy*. London: Lavender Hill Homeopathic Centre, 1999.
- Al-Hewar*, vol. 13, no. 4, Spring 2002.
- Hicks, Felicity. "The Role of Music Therapy in the Care of the Newborn," *Nursing Times* journal, vol. 91, issue 38, pp. 31-33.
- Holy Bible: New King James Version*. Austin, TX: National Publishing Company, 1982.
- Hughes, et al. *The Factbook on Global Sexual Exploitation*. New York: Coalition Against Trafficking in Women, 1999.
- Hwedy, Fahmy. "Islam is Greater than Waging a Battle against an Instrument or Art." (In Arabic). *Al-Mujtama*, vol. 933, January 1, 1998.
- Hyde, Barbara and Brian Sansoni. "Women Better at Hand Habits, Hands Down." *American Society for Microbiology*, Washington DC. 2005. http://www.eurekaalert.org/pub_releases/2005-09/asfm-wbao91905.php.
- Ibn Khaldun, *al-Muqaddimah*, Beirut: Dār al-Qalam, 1992.
- Institute of Medicine. *The Hidden Epidemic. Confronting Sexually Transmitted Diseases*. Washington, DC: National Academy Press, 1997.
- Islamic Schools Department. "Homework: Your Child and You." (Pamphlet). Plainfield, IN: Islamic Society of North America, 1994.
- Islamic Society of North America. "Greatest Obstacles Confronting Muslim Children Raised in America." *Islamic Horizons*, vol. 11, no. 11, November 1986.
- Ja'fari, Suzanne Fatimah. *Muslim Names*. Beltsville, MD: Amana Publications, 1998.
- Jaffe, Charles A. "Your Money." *Chicago Tribune*, April 2, 1998.
- Jameelah, Maryam. *The Generation Gap: Its Causes and Consequences*. Lahore, Pakistan: Muhammed Yusuf Khan, 1981.
- Johnson, Anne. "Exploring Women's Creativity: The No-Push Method for Developing

- Creativity." 1999. <http://www.womenfolk.com/creativity/kids.htm>.
- Josephson, Michael S.; Val J. Peter and Tom Dowd. *Parenting to Build Character in Your Teen*. Boys Town, NB: Boys Town Press, 2001.
- Kalb, Claudia. "Farewell to Aunt Flo." *Newsweek*, February 3, 2003.
- Kane, Frank L. and Bathke, Leigh Anne Nicholson. "Parenting and Child Care." *Newsweek*, September 29, 1997.
- Kantrowitz, Barbara and Wingert, Pat. "How Well do You Know Your Kid?" *Newsweek*, May 10, 1999.
- Kantrowitz, Barbara and Peg Tyre. "The Fine Art of Letting Go." *Newsweek*, May 22, 2006.
- Karp, Miriam. "Make Room for Your Child's Creativity." *Natural Jewish Parenting*, issue 3, <http://www.jewishholiday.com/creativity.html>.
- Kasule, Omar. "Character-Building." Unpublished paper presented at the Third International Seminar on "Medical Curriculum: The Holistic Approach," Kuala Lumpur, Malaysia, February 1999.
- Keller, Nuh. *Becoming Muslim*. Jordan: Wakeel Books. 2001.
- Kendall, Francis. *Super Parents, Super Kids*. Johannesburg: Delta Books. 1983.
- Kessler, Suzanne J. and Wendy McKenna. "Some Children are Gender Nonconformists." <http://www.webehave.com/hottopic.htm>
- Kilpatrick, William. *Why Johnny Can't Tell Right from Wrong and What We Can Do About It*. New York: Simon & Schuster, 1993.
- Kindlon, Daniel J. and Michael Thompson. *Raising Cain: Protecting the Emotional Life of Boys*. New York: Ballantine Books, 1999.
- Knox, David and Caroline Schacht. *Parenting Choices in Relationships: An Introduction to Marriage and the Family*, 5th edn. Belmont, CA: Wadsworth Publishing, 1997.
- Komurcu, Nuran. "Effect of music therapy on anxiety in pregnant women during labor" (in Turkish). *Hemsirelik Forumu*, 1999, vol. 2, pp.89-96.
- Kotulak, Ron. cited in: "Unlocking the Mind." *Chicago Tribune*, 1993.
- Kuczarski, Robert J.; Flegal, Katherine M.; Campbell, Stephen M.; and Johnson, Clifford L. "Increasing Prevalence of Overweight Among US Adults." *American Medical Association*, vol. 272, no. 3. 1994.
- Kulkarni, Chaya and Lynn Oldershaw. *Helping Children Overcome Their Fears. Comfort, Play and Teach: A Positive Approach to Parenting* (Get Set for Life program). Toronto, Ontario, Canada: 2005.
- Lazear, Jonathon and Wendy. *Meditations for Parents Who do too Much*. New York: Simon & Schuster, 1993.
- Lebelle, Linda. Focus Adolescent Services. <http://www.focusas.com>.
- Leland, John. "Tightening the Knot." *Newsweek*, February 19, 1996.
- Lemonick, Michael D. "Eat Your Heart Out." *Time*, July 19, 1999.
- "War of the Diapers." *Time*, January 25, 1999, vol. 153, no. 3.
- Leonhardt, Mary. "It is Never Too Soon to Foster a Love of Reading in Young Children or Too Late to Help an Older Child Gain a Love of Books." *Bottom Line*, May 5, 1991.
- Longfield, Anne and Mike Fitzpatrick. "Should Parenting be Taught?" *The Independent*, December 4, 1999.
- Maier, Thomas. "On the Life of Dr. Spock." *Biography Magazine*, April 1998.
- "Raised by Dr. Spock." *Newsweek* March 30, 1998.
- Maqsood, Ruqaiyyah Waris. *Living with Teenagers: A Guide for Muslim Parents*. London: Ta-Ha Publishers, 1995.
- Martin, Daniel. "Schoolgirls Aged Just Ten Falling Pregnant As Underage Pregnancies Continue To Rise." *Daily Mail*, 8th February 2010.
- Maternal and Child Health (MCH) Early Childhood Development and Parent Education Program. http://www.ok.gov/health/Child_and_Family_Health/Maternal_and_Child_Health_Service/
- Matthews, Andrew. *Making Friends*. Singapore: Media Masters, 1990; Princes Risborough, UK: J. Wilson Booksales, 1998.
- Mayhew, Mary M. *Your Star Child: Attracting,*

- Birth and Parenting an Evolved Soul*. Fairfield, IA: Sunstar Publishing, 1995.
- Mazrui, Ali. "North American Muslims: Rising to the Challenge of Dual Identity." *Islamic Horizons*, March–April 1996.
- Meiji, Stewart. *Parenting: Part Joy, Part Guerrilla Warfare*. Novata, CA: Portal Publications, 1999.
- Minawi, Kawther M. et al. *The Child's Rights in Islam*. Riyadh: Safir Press, 1992.
- Mirza, Tanveer Ahmad. "Parenting." Weekly Parenting Workshops at ADAMS Center, Herndon, VA, 1994–1999.
- Moir, Anne and David Jessel. *The Real Difference Between Men and Women*. New York: Delta Books, 1991.
- Moran, James D. III. Creativity in Young Children, http://www.kidsource.com/kid-source/content2/Creativity_in_kids.html
- Morgan, Michael Hamilton. *Lost History: The Enduring Legacy of Muslim Scientists, Thinkers and Artists*. Washington, DC: National Geographic Books, 2007.
- Morris, Sophie. "Sex for Sale: The Truth About Prostitution in Britain." *Independent*. 26 November 2008.
- Murad, Abdul Hakim. "Ramadan in Istanbul." *Meeting Point*, August 2009.
- Murphy, Sam. "Why Barefoot Is Best For Children." *The Guardian* newspaper. August 9, 2010. <http://www.guardian.co.uk/lifeand-style/2010/aug/09/barefoot-best-for-children>
- Nash, J. Madeleine. "How a Child's Brain Develops." *Time*, February 3, 1997.
— "Fertile Minds." *Time*, February 3, 1997.
— "The Personality Genes." *Time*, April 27, 1998.
- National Association for the Education of Young Children. www.naeyc.org
- The National Center on Addiction and Substance Abuse, www.casacolumbia.org.
Family Day – A Day to Eat Dinner with your Children. www.casafamilyday.org
- National PTA Parenting Guide, http://www.lausd.k12.ca.us/Haskell_EL/parent%20information/decision.htm, 1994.
- Natural Resources Defense Council. "Benefits of Breastfeeding", 2010. <http://www.nrdc.org/breastmilk/benefits.asp>
- Norris, Jeannette; Nurius, Paula; Graham, Thomas. "When a Date Changes from Fun to Dangerous." *Violence Against Women*, vol. 5, no. 3, pp.230–250, March 1999.
- Olasky, Marvin. *The Tragedy of American Compassion*. Regnery Publishing: 1994.
- Osman, Fathi. *Concepts of the Qur'an*. Los Angeles, CA: Multimedia Vera International, 1997.
- Parke, Ross (ed.). *Review of Child Development Research*, vol. 7. Chicago, Illinois: University of Chicago Press, 1984.
— *Fatherhood*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press, 1996.
- Parkes, Peter. "Milk Kinship in Islam." *Social Anthropology*, vol. 13, issue 3, 2005.
- Paul, J. P., et al. "Understanding Childhood Sexual Abuse as a Predictor of Sexual Risk-taking Among Men who have Sex with Men." *Child Abuse & Neglect*, vol. 25, issue 4, April 2001, pp.557–584.
- Piotrowski, Caroline. "Rules of Everyday Family Life." *International Journal of Behavioral Development*, vol. 21, no. 3, pp.571–598, October 1997.
- Porter, Dalia and Gabriel Cervantes. *All About Dad: Insights, Thoughts, and Life Lessons on Fatherhood*. Cincinnati, Ohio: Adams Media Corporation, 2007
- Positive Parenting. www.webehave.com
- Preschool Education. *Encouraging Creativity in Children*, 1997–2006, <http://www.preschool-education.com/art60.shtml>
- Pryor, Fred. *How to Manage Conflict, Anger, and Emotion*. Fred Pryor Seminars, 1994, 3-volume video set (6 audio cassettes).
- al-Qaradawi, Yusuf. *The Lawful and the Prohibited in Islam*. Trans. Kamal el-Helbawy et al. New Revised Edition by Zaynab Alawiye. London: Al-Birr Foundation, 2003.
- Qutb, Sayyid. *In the Shade of the Qur'an*. Trans. and ed. Adil Salahi and Ashur Shamis. Leicester, UK: The Islamic Foundation and Islamonline.net, 2011.

- Ramey, C.T. The Abecedarian Project. *Encyclopedia of Human Intelligence*. Ed. R.J. Sternberg. New York: Macmillan, 1994.
- Rankin, Jane. *Parenting Experts: Their Advice, the Research and Getting it Right*. Westport, CT: Praeger, 2006.
- Ricks, Shirley. "Father-Infant Interactions: A Review of Empirical Research." *Family Relations*, vol. 34, no. 4, October 1985, pp.505-511.
- Riera, Michael. "Uncommon Sense with Parents of Teenagers." *Target The Family*, August 1996.
- Robins, Joyce. *Naming Your Baby*. London, UK: Chancellor Press, 1996.
- Robinson, Holly. "The Working Mother's Guide to Breastfeeding." *Working Mother*, May 1998.
- Rosemond, John. "Tender Loving Discipline." *Hemisphere* (United Air Lines), June 1993, p.67.
- "Is Your Family a Healthy One? Family Counselor." *Hemisphere* (United Air Lines), December 1994.
- Rycus, Judith; Hughes, Ronald. *Child Development and Child Welfare*. Washington, DC: Child Welfare League of America, 1998.
- Samalin, Nancy. "Personal Responsibility: How to Teach Children Responsibility." *Bottom Line*, February 15, 1994.
- Samon, Katherine Ann. "55 Ways to Make Your Kid Feel Loved." *Parents' Magazine*, January 1999.
- Sample, Steven. *The Contrarian's Guide to Leadership*. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 2001.
- Sax, Leonard. *Why Gender Matters: What Parents and Teachers Need to Know about the Emerging Science of Sex Differences*. New York: Broadway, 2006.
- Schachter, Robert and Carole Spearin McCauley. *When Your Child Is Afraid*. New York: Simon & Schuster, 1988.
- Schirra, Walter. *Chicken Soup For the Father's Soul*. Deerfield Beach, Florida: Health Communications, 2001.
- Scott, Buddy. *Relief for Hurting Parents: What to Do and How to Think*. Nashville, TN: Oliver Nelson Books, 1989.
- Sears, William. *Keys to Calming the Fussy Baby*. New York: Barron's, 1991.
- Seidman, S. A. "Revisiting Sex Role Stereotyping in MTV videos." *International Journal of Instructional Media*, vol. 26, pp.11-22, 1999.
- Shamma, Freda. Literature for Muslim American Students in K-12 Islamic Schools and Homeschoolers. Presented at the Islamic Education Conference, Georgetown University, Washington, DC, April 2006.
- Shapiro, Laura. "The Myth of Quality Time." *Newsweek*, May 12, 1997.
- Shaw, Eva, *For the Love of Children*. Deerfield Beach, Florida: Health Communications, 1998.
- Sherman, Paul; Billing, Jennifer. "Antimicrobial Functions of Spices," *Quarterly Review of Biology*, vol. 73, issue 3, 1998.
- Siddiqui, Dilnawaz. *The Muslim Observer*. April 30, 1999.
- Silverstein, Shel. *The Giving Tree*. New York: HarperCollins Publishers, 1986.
- Sinclair, Ian. *Health: The Only Immunity: The Alternative to Vaccination*. The Informed Parent Publications, 2009.
- Smalley, Gary. "Hidden Keys to Loving Relationships." 16 video cassettes, 1995.
- Smith, Charles. *Mighty Hearts: 8 Steps to Raising Kids with Courage*. Paper presented at a Workshop held by the Parenting Education Institute, State College, Pennsylvania, June 2004
- Smith, David; Gates, Gary. *Gay and Lesbian Families in the United States*. Washington, DC: Human Rights Campaign, 2001.
- Spock, Benjamin. *Raising Children in a Difficult Time: A Philosophy of Parental Leadership and High Ideals*. New York: Norton, 1974.
- Stanley, Gary, *What My Dog has Taught Me about Life: Meditations for Dog Lovers*. Tulsa, OK: Honor Books, 1999.
- Staso, William. "Toddler Brain Development." *Washington Families*, July 1998.
- Stein, Rob. "Scientists Finding Out What Losing Sleep Does to a Body." *The Washington Post*, Oct. 9, 2005.
- Sutherland, John and Jane Stoeber. "Important

- Facts about Children and Nutrition." Special Advertising Section, *Newsweek*, September 29, 1997.
- "Parenting: Child Care." Special Advertising Section, *Newsweek*, September 29, 1997.
- Taffel, Ron. *Why Parents Disagree: How Women and Men Parent Differently and How We Can Work Together*. New York: William Morrow, 1994.
- *Getting Through to Difficult Kids and Parents*. New York: Guilford Press, 2001.
- Takim, Liyakatali. *Overcoming Dualities: Muslim Youth in North America*. Unpublished paper presented at the ISNA Conference, Indianapolis, IN, July 5, 1997.
- Time*, June 29, 1998. "Giving Birth Online." <http://www.time.com/time/community/transcripts/chattro61798.html>
- Tremblay, George, Allen Israel. "Children's Adjustment to Parental Death." *Clinical Psychology: Science and Practices*, vol. 5, issue 4, 1998.
- Turecki, Stanley and Sarah Wernick. "How to Put Your Foot Down without Squashing Your Child." *Family Circle*, March 16, 1994.
- Underwood, Anne and Kuchment, Anna. "Fussy Kids, Flustered Mom." *Newsweek*, August 18, 2008, vol. 152, no. 7, pp.60–62.
- UNICEF. *The State of the World's Children 2007*. New York: United Nations International Children's Emergency Fund, 2006.
- United Nations. *Arab Human Development Report*. New York: United Nations Development Program, 2009.
- United Nations. *World Population Prospects*. New York: UN Department of Economic and Social Affairs, 2010.
- Unus, Iqbal. "A-Z Guide for Muslim Fathers," pamphlet. Herndon, VA: IIIT, 1994.
- U.S. Census Bureau, Current Population Survey, Washington DC: March 2002.
- Versi, Ahmed. "Wonder Boy in UK." *The Muslim News*, February, 1998.
- Villani, S. "Violence in the Media." *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38, 1208, 1999.
- Weiss, Rick. "Study Debunks Theory On Teen Sex, Delinquency." *The Washington Post*. Nov 11, 2007. p.A.3
- Willatts, P. et al. "Effect of long-chain polyunsaturated fatty acids in infant formula on problem solving at 10 months of age." *The Lancet*, vol. 352, no. 9129, pp.688–691, August 29, 1998.
- Williams, Rowan. "Archbishop Damns Disney." *Daily Mail*, July 23, 2002, <http://www.dailymail.co.uk/news/article-129452/Archbishop-damns-Disney.html#ixzzorfbjTvIV>
- Wimberly, Ed. *A Parent's Guide to Raising Great Kids*. <http://www.raisinggreatkids.com/>
- Wingert, Pat et al. "Building a Better Dad." *Newsweek*, June 17, 1996
- Winn, Marie. *The Plug-in Drug*. New York: Penguin, 2002.
- Winnicott, D. W. *Babies and Their Mothers*. MA: De Capo Press, 1992.
- Wolgemuth, Robert D. *She Calls Me Daddy: Seven Things Every Man Needs to Know about Building a Complete Daughter*. Colorado Springs, CO: Focus on the Family Publishing, 1996.
- The Women's Committee of the Muslim Students Association of the United States and Canada, *Parents' Manual: A Guide for Muslim Parents*. Baltimore, MD: American Trust Publications, 1976.
- Wood, Joyce. "Quality Time." *Family Circle*, March 16, 1994.
- Woolf, Marie. "Children to Learn Pitfalls of Being a Parent." *Daily Telegraph*, December 30, 1999.
- Wright, Robert. "The Power of Their Peers." *Time*, vol. 152, no. 8, August 24, 1998.
- Wulf, Steve. "What Makes a Good School." *Time*, October 27, 1997.
- Yogman, Michael. "Games Fathers and Mothers Play with their Infants." *Infant Mental Health Journal*, vol. 2, pp.241–248, 1981.
- Zogby International*. December 15, 2006
- Zorn, Eric. "Only Way to Teach Values: Help Kids Discover Them." *Chicago Tribune*, April 7, 1998.

المراجع العربية

- محمد علي الصابوني . صفوة التفاسير ، بيروت : دار القرآن الكريم ، 1981م .
- محمد علي الصابوني . مختصر تفسير بن كثير ، بيروت : دار القرآن الكريم ، 1981م .
- محمد حسن الحمصي . تفسير وبيان مفردات القرآن مع أسباب النزول للسيوطي ، دمشق : دار الرشيد ، 1984م .

كتب وبحوث عربية

- الجزيري ، عبد الرحمن ، الفقه على المذاهب الأربعة ، دار الكتب العلمية ، 2003 م .
- سابق ، السيد ، فقه السنة ، بيروت : دار الكتاب العربي ، 1971م .
- أبو الحب ، ضياء ، الطفل : هذا الكائن العجيب ، بغداد : دار الحرية للطباعة ، منشورات وزارة الثقافة والإعلام ، 1979م .
- أبو سليمان ، عبد الحميد ، " تأملات في ظاهرية ابن حزم وإعجاز الرسالة المحمدية " ، مجلة التجديد (كوالالمبور) س 2 : ع 3 ، 1998 .
- أبو سليمان ، عبد الحميد ، البعد النفسي في الخطاب الإسلامي المعاصر ، بحث قدم في ندوة المعهد العالمي للفكر الإسلامي ، الموسم الثقافي ، القاهرة ، 1999م .
- أبو سليمان ، عبد الحميد ، أزمة الإرادة والوجدان المسلم : البعد الغائب في مشروع إصلاح الأمة ، دمشق : دار الفكر ، 2004م .
- أبو سليمان ، عبد الحميد ، دليل مكتبة الأسرة المسلمة ، فيرجينيا : المعهد العالمي للفكر الإسلامي ، 1988م .
- أحمد أحمد ، حمد ، نحو قانون موحد للأسرة في الأقطار الإسلامية ، قطر : جامعة قطر ، مكتبة الملك فيصل الإسلامية ، 1990م .
- البهي ، محمد ، الفكر الإسلامي والمجتمع المعاصر : مشكلات الأسرة والتكافل ، القاهرة : مكتبة وهبة ، 1982م .
- أحمد التل ، شادية ، مراحل النمو الإنساني ومطالبها التربوية ، إربد : جامعة اليرموك ، قسم التربية ، 1986م .
- الجراجرة ، عيسى حسن ، ريادة الإسلام في تفهم خصوصية عالم الأطفال وفي تقرير وتطبيق حقوقهم الخاصة في الرعاية والتربية ، عمان : دار ابن رشد ، دار الكرمل ، 1988م .
- الجمالي ، محمد فاضل ، تربية الإنسان الجديد ، دمشق : دار الحكمة ، 1995م .
- محمد ، السيد محمد الزعلاوي ، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس ، الرياض : مكتبة التوبة ؛ بيروت : مؤسسة الكتب الثقافية ، 1996م .
- السيد ، فؤاد البهي ، الأسس النفسية للنمو من المهد إلى الشيخوخة ، القاهرة : دار النهضة العربية ، 1975م .

- الضامن، ربما كمال، الأسرة ورعاية الذات الإنسانية للأطفال من 6 إلى 12 سنة، عمان: منشورات دار البشير، 1989م.
- العبادي، فضال محمد أمين، الأحاديث النبوية الواردة في الأطفال، جمع وتصنيف وتحقيق، عمان: كلية أصول الدين، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، 1990م.
- العظم، يوسف، براعم الإسلام (في الحياة، وفي العقيدة) ج2، عمان: المكتب الإسلامي، 1985م.
- العلواني، طه جابر، أدب الاختلاف في الاسلام، فيرجينيا: المعهد العالمي للفكر الإسلامي، 1997م.
- العيسوي، عبد الرحمن، مقومات الشخصية الإسلامية والعربية وأساليب تنميتها، الإسكندرية: دار الفكر الجامعي، 1986م.
- الغزالي، محمد أبو حامد، إحياء علوم الدين، القاهرة: عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، 2005م.
- الغزالي، محمد، كيف تعامل مع القرآن، فيرجينيا: المعهد العالمي للفكر الإسلامي، 1992م.
- الندوي، أبو الحسن، نحو التربية الإسلامية الحرة في الحكومات والبلاد الإسلامية، بيروت: مؤسسة الرسالة، 1985م.
- النغمشي، عبد العزيز محمد، المراهقون، دراسة نفسية إسلامية للآباء والمعلمين والدعاة، الرياض: جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، دار المسلم للنشر والتوزيع، الطبعة الثانية، 1993م.
- الهاشمي، محمد علي، شخصية المسلم كما يصوغها الإسلام في الكتاب والسنة، دار البشائر الإسلامية، بيروت، 1986م.
- بدرانة، سعد الدين أحمد سعد الدين، الأساليب التربوية في غرس القيم العقدية لدى الطفل المسلم، رسالة ماجستير بإشراف د. شادية التل ومروان القيسى، إربد: جامعة اليرموك، 1994م.
- جابر، جابر عبد الحميد، علم النفس التربوي، القاهرة: دار النهضة العربية، 1977م.
- الحامد، محمد، ردود على أباطيل وتمحيصات لحقائق دينية، دمشق: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2003م.
- حماد، سهيلة زين العابدين، بناء الأسرة المسلمة، جدة: الدار السعودية للنشر والتوزيع، 1984م.
- حمد، أحمد، الأسرة: التكوين، الحقوق، والواجبات: دراسة مقارنة في الشريعة والقانون، طنطا: دار الكتب الجامعية، 1986م.
- زهران، حامد، علم نفس الطفل، القاهرة: عالم الكتب، 1977م.

- زين العابدين، وجيه، الإسلام والتربية الجنسية، الكويت: مكتبة المنار الإسلامية، 1979م.
- زين العابدين، وجيه، الإسلام والطفل، مكتبة المنار، الكويت، 1980م.
- عفيفي، محمد الصادق، المجتمع الإسلامي وبناء الأسرة، موسوعة المجتمعات والنظم الإسلامية، الكتاب الرابع، مكتبة الأنجلو المصرية، 1981م.
- علوان، عبد الله ناصح، تربية الأولاد في الإسلام، دار السلام للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الثالثة، جزآن، حلب: سوريا، 1981م.
- فاضل، خليل، الصحة النفسية للأسرة، الدار السعودية للنشر والتوزيع، 1987م.
- الرفاع، رفاعة، المرشد الأمين للبنات والبنين، القاهرة: مطبعة المدارس الملكية، 1871م.
- قطب، محمد، منهج التربية الإسلامية، الجزء الأول، القاهرة: دار الشروق، 1989م.
- نافع، إبراهيم، في بيتنا مدمن: كيف نمنع الكارثة؟، القاهرة: مركز الأهرام للترجمة والنشر، 1991م.
- النجار، عبد المجيد، "عقيدة تكريم الإنسان وأثرها التربوي"، القاهرة: المسلم المعاصر، س19، ع74-73، 1995م.
- يالجن، مقداد والقاضي، يوسف، علم النفس التربوي في الإسلام، الرياض: دار المريخ، 1980م.

مجالات عربية

- عبد الله، عبد الستار، "في زواج الأقارب: متهم لم تثبت إدانته"، مجلة الأسرة، 1996م.
- فكار، رشدي، ندوة "الإسلام وتحديات القرن القادم"، القاهرة، 1996م.
- الرشودي، فاطمة، "مقتطفات"، أمريكا: مجلة المرأة المسلمة.
- "عشرة أخطاء يرتكبها الآباء مع المراهقين وكيفية تجنبها"، مجلة صححك اليوم، أكتوبر/ديسمبر 1997م.
- سافران، كبير، "6 أفكار تنجح ولدك في المدرسة"، المختار، مارس 1987م.
- "ذكاء الطفل: فطري أم مكتسب؟"، الكويت: مجلة المجتمع، 23/9/1999م.

Burimet nga faqet e Internetit dhe lexime të tjera për prindërit

Bulizmi (mujshia)

<http://www.bullying.co.uk>

<http://www.kidpower.org>

<http://www.stopbullying.gov>

Inteligjenca e fëmijëve

<http://www.raisesmartkid.com>

<http://www.mensaforkids.org>

www.sciencemadesimple.com

www.kidzone.ws/dolch (*This site contains a huge collection of sight words*)

Drogat

<http://www.drugfree.org>

<http://www.talktofrank.com>

<http://www.teensusingdrugs.org>

Shkollimi shtëpiak

<http://www.muslimhomeschool.net>

<http://themuslimhomeschool.tripod.com>

Të ushqyerit

<http://www.kidsandnutrition.co.uk>

<http://www.healthychildren.org>

<http://www.usda.gov>

Adoleshentët problematikë

<http://www.teenswithproblems.com>

<http://www.empoweringparents.com>

Prindërit e vetëm

<http://www.lone-parents.org.uk>

<http://www.gingerbread.org.uk>

<http://www.thekidsandme.co.uk> (*This site lists holidays for single parents to connect with their children*)

Mësimi i përgjegjës dhe etikës së punës fëmijëve

<http://www.myjobchart.com>

<http://www.theartofhomemaking.com/teach>

[childrenwork.htm](http://www.childrenwork.htm)

http://www.aish.com/family/mensch/Teaching_Children_Responsibility.asp

Televizioni

<http://www.insteadoftv.com>

<http://www.limitv.org>

<http://www.whitedot.org>

TË PËRGJITHSHME

American Academy of Pediatrics

www.aap.org

American Heart Association

www.americanheart.org

BBC

<http://www.bbc.co.uk/health>

Canadian Living

<http://www.canadianliving.com/CanadianLiving/client/en/Family/Search.asp>

Child Development Institute

<http://childdevelopmentinfo.com>

The Dr Spock Website for Parents

<http://www.drspock.com>

Family Dawn

<http://www.familydawn.com>

Fatherhood Institute

<http://www.fatherhoodinstitute.org>

Josephson Institute-Centre for Youth Ethics

<http://www.charactercounts.com>

Ndërgjegjësimi për mediat

http://www.media-awareness.ca/english/parents/marketing/marketers_target_kids.cfm

National Prevention Information Network

<http://www.cdcnpi.org>

National Safety Council

www.nsc.org

The Nemours Foundation

www.kidshealth.org

Pathfinder Parent Center – North Dakota

<http://www.pathfinder.minot.com/index2.html>

PBS

<http://www.pbs.org/wholechild/providers/play.html>

Progressive Parenting Solutions

<http://www.progressiveparenting.com>

SoundVision

soundvision.com/info/parenting

The Teaching Home

<http://www.teachinghome.com/supplement/summeroo/training.cfm>

Wellness: The Wellspring

<http://www.thewellspring.com>

Fjalorthi

Adhān (ezan): thirrje për t'u falur

Adl: drejtësi

Akl: mendje

Fuad: zemër

Halife: mëkëmbës

Hallall: fetarisht e lejuar

Haram: fetarisht e ndaluar

Ihsan: përsosuri; përmirësim

Imran: qytetërim

Ikamet: thirrje për faljen e menjëhershme

Itkan: përkryerje

Meveddeh: dhembshuri

Nefs: shpirt

Neshid: këngë fetare

Rahmet: mëshirë

Terbije: edukatë; stërvitje

Ummet: komuniteti musliman anëmbanë botës

Treguesi

- aborti, 55, 167, 274–75
 Ibrahim, Profeti, 323
 abstenim, 283–84. *Shih po ashtu* seksi; edukimi seksual.
 abstraktimi, aftësia për tek adoleshentët, 151
 abuzimi me droga, 49–50, 55, 183–88
 abuzimi me seksin, 266–67
 abuzimi seksual, 297–98
 adoleshentët
 abstenimi, 283–84
 aktiviteti seksual, 258–59
 dhënia e detyrave, 360
 gënjimi, problemet me, 349, 352–53
 komunikimi me, 128–29
 marrëdhëniet i dashur-e dashur, 271–73, 292
 marrja në pyetje, si jo e këshillueshme, 384
 miqësia ndër, 426–27
 mirëkuptimi, 150–53
 ngatërrimi rreth sjelljes seksuale, 262
 ngulitja e ndjenjës së përgjegjësive të, 362
 pavarësia në, rëndësia në, 377–79
 pijet dehëse, përdorimi i, 183–88
 puberteti, 141, 147–49
 si prijës, 296
 testi i guximit, 326
 vitet e adolehencës, 125–26
 zemërimi në, 127–30
Shih po ashtu presioni i moshatarëve.
 ādāb, mësimi i fëmijëve, 97
 Ademi dhe Hava, 141
adl (drejtësi), sistemi, 61
 Adler, Alfred, 52
 ADN, 225
 adolehenca pavarësia në, 377
 adolehenca, 125–26
 adoptimi (birësimi), 275–76
 adhurimi (*ibādāt*), kuptimi më i gjerë në Islam, 85, 92
 aftësia inxhinierike, lidhja me muzikën, 213
 Agnivesh, 254
 agjërimi
 gratë me të përmuajshmet si të liruara nga, 149
 shprehitë e këqija të gjumit gjatë, 180
 Ahsen, Dr. Manazir, 14
 AIDS/SIDA
 si e bartur seksualisht, 270
 si vrasësi më i madh në Tajlandë, 261
 Aishe, 219–20, 280–81
akike festimi, 25
 aktivitetet në komunitet, si alternativa ndaj TV, 446
 alkooli, 55, 183–88, 292
 Alcohol Concern, 185
 Ali ibn Ebi T. alib, 15, 201
 Ali, Jusuf, 201
 Allahu
 dashuria për, 42, 155
 mësimi i dashurisë për, 93–95, 97–98
 rritja e fëmijëve me dashurinë për, 84
 alergjitë
 lidhja me imunizimin, 163
 qumështi i lopës si shkaktar, 198
 Altalib, Dr. Ilham, 333
 Alzheimer (Alzheimer), sëmundja, 154
 Amabile, 400
 Amerika
 edukimi seksual në, 259–62
 gratë gjidhënese në, 199
 kundrejt vendeve muslimane, familjet në, 55–57
 mitet për prindërimin në, 50–52
 ndikimi perëndimor mbi prindërimin musliman, 57–58
 ngrënia e tepërt, problemet me, 168–69
 njësia familjare në, 49–54
 prindërimi në, 58
 American Academy for Pediatricians – AAP (Akademia Amerikane e Pediatërve), 201
 American Sociological Association (Asociacioni Amerikan i Sociologëve), 428
 amësia
 dashuria e nënës, 43
 rëndësia e kujdesit për, 224
 rraskapitja, 25–26
 statusi i, 458
 zëvendësimi për një baba që mungon, 35
Shih po ashtu nënat që punojnë.
 Amru ibn el-As, 75
 amigdala, 215, 223
 angazhimi aktiv, 419

- Anwar, Profesor Mumtaz, 15–16
- apatia, 85
- Arab Human Development Report (Raporti për Zhvillim Njerëzor Arab), 98
- arsyeja, si e shtypur nga emocioni, 223
- arsyetimi hapësinor
- lidhja me muzikën, 213–14
- si më i fortë te burrat sesa te gratë, 231
- të folurit, gjatë fazës së foshnjërisë, 146. *Shih po ashtu* gjuha.
- arsyetimi logjik, lidhja me muzikën, 213
- arsyetimi matematikor
- inkurajimi te vajzat, 245
- lidhja me muzikën, 213
- artet martesore, 298
- arti dhe zeja, rëndësia e, 396–405
- arroganca në mendimin perëndimor, 63–65
- Ataturk, Mustafa Kemal, 58
- Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Çrregullimi i hiperaktivitetit të mungesës së vëmendjes) dhe TV-ja, 434
- Athar, Dr. Shahid, 259
- autizmi, lodrat për fëmijët me, 408
- autonomia te fëmijët, ndërtimi i, 381–85, 387–89
- autopsitë, si të ndaluara, 167
- autoritarizmi. *Shih* prindërimi autoritar.
- Avicena (Ibn Sina), 150, 220, 227
- avreh* (lakuriqësia), 236
- baballarët
- bashkëveprimi me fëmijët, 9
- prirja për të qenë tepër mbrojtës ndaj bijave, 378
- që mungojnë, 243
- rëndësia e dashurisë me bijtë, 330
- roli i, 27
- si kujdestarë, 242 mirëkuptues me gruan, 105
- el-Bahili, Kutejbeh ibn Muslim, 296
- banja
- pastërtia në, 165
- statistikat e larjes së duarve, 164
- lutjet për hyrjen dhe daljen nga, 100
- bar micvah, 125
- barinjte, 76
- bashkëjetesa, 30–31
- Bashkimi Sovjetik, 331
- bebet
- fazat e zhvillimit, 138, 140–42
- formimi i karakterit te, 310
- gjydhënia si kontribuese për zhvillimin e trurit, 195
- leximi i Kur'anit, 106
- lindja dhe foshnjëria e hershme, 143–46
- mrekullia e shtatzënisë, 142–43
- ritet tradicionale me rastin e lindjes së, 25
- rrënjosja e dashurisë te, 334
- si të lindur guximtarë, 323
- si të dashur, 330
- stimulimi i zhvillimit të trurit te, 210–11
- shikimi, zhvillimi i, 212
- terapia muzikore, 214
- të ushqyerit te, 170
- toleranca më e ulët i baballarëve ndaj, 232
- ushtrimi i gjymtyrëve të, 180
- zëri, zhvillimi i 212–13
- Shih po ashtu* fëmijët; fazat e zhvillimit.
- el-Ber, 197
- besimi, ngulitja te fëmijët, 85
- besëtytnitë, 8, 90–91
- besueshmëria
- si shtyllë e karakterit, 312
- si veçori e synuar, 309
- vendosja e besimit, 346–47
- Beshir, Noha, 389
- Beteja e Klaneve, 296
- Better Sleep Council (Këshilli për Gjumë më të Mirë), 80
- bijat
- autonomia, ndërtimi i, 387–89
- çrregullimet në ngrënie, 174
- e Pejgamberit 0e, 15
- lavdërimi profetik për prindërit e, 251
- mbulimi, 389
- mos-theksimi i krehjes dhe veshjes, 239
- mohimi i arsimimit si e kundërt me ligjin islam, 317
- nevojat e, 244–45
- nëna si përgjegjëse për mësimin e edukimit seksual, 301
- përgatitja për periudhat mujore, 265–66, 282
- prirja për mbrojtje të tepërt, 378
- rëndësia e baballarëve për, 35
- shturja seksuale te, 271–73
- veshja me rroba që lejojnë aktivitet fizik, 239
- vrasja e foshnjave femra, 254
- bimët, analogjia e një fëmije në rritje, 66
- Biro, Ladislao, 402
- Blair, Tony, 218
- Bota muslimane
- mungesa e unitetit në, 87
- prapambetja dhe besëtytnia, 90–91
- përzierja ushqimore, përdorimi i shtuar në, 200–201
- tronditja kulturore kur shkohet në, 62–63, 69

- zhvillimi i ulët në, 99
- Bota e Përtejme, besimi në, 64, 93–94
- Britania
- edukimi për prindërimin në, 18
- prindërimi në, 58
- Brooks, Arthur, 28
- bukuria, kultura e, 49
- bulizmi (mujshia)
- fëmija që frikëson prindin, 115–16
- trajtimi i problemit të, 124–25
- burrat femërorë, 240
- Byrne, Tracy, 177
- Chugani, Dr. Harry, 212
- Clinton, Hilary, 49
- Cohen, Rona, 199
- Coleman, Dr. James S., 428
- dadot, 4
- dashuria
- aktivitete për shtimin e, 341
- brenda familjes, 38, 42–43
- dashuria ndaj të tjerëve për dritën e Allahut, 81
- përzemërsia, metodat për zhvillim e, 338–40
- e pakushtëzuar, 337–38
- inteligjenca emocionale, 332
- miti për, 50
- për Kur'anin, 93–95
- për Zotin, rritja e fëmijëve me, 84
- rëndësia e, 330
- si tipar i synuar, 309
- si themel i fuqizimit emocional, 331–32
- vetëbesimi i prindërve si çelës për, 338
- dashuria e pakushtëzuar, 337–38
- Dawson, Dr. Geraldine, 223
- delegimi i prindërimin një bashkëshorti/eje, 115
- dembelia, 362–64
- derdhjet gjatë natës, 149, 265, 282–83
- detyrat e shtëpisë, 365
- detyrat e vetë-kujdesit, që çon në pavarësi, 375
- Dewey, John, 386
- dëllirësia, 263, 293
- dështimi dhe sukcesi, 379–80
- dieta
- direktivat kur'anore për, 175–76
- erëzat, dobitë e, 175
- frutat dhe zarzavatet, 173
- gjatë gjidhënies, 203
- marrja e kalciumit për vajzat, 171
- në faza të ndryshme zhvillimi, 170–71
- ngrënësit nazeli, 174
- ngrënësia e tepërt, 168–69
- ushqimet e pasura me fibra, 174
- ushqimi i shpejtë, 174
- vegjetarianizmi, 172
- yndyrat, rëndësia e te, 170, 172
- Shih po ashtu* ushqimi; shëndeti.
- difteria, 161
- dijetarët, mungesa e angazhimit me punët publike, 86
- diktatorial. *Shih* prindërimi autoritar.
- Dirks, Dr. Jerald F., 61
- disiplina
- disiplinimi i fëmijëve, 123
- minimi, 416
- dituria e ekspertëve, miti i, 51
- djali i mirë i keq, miti i, 50
- dobësia, 92
- dominimi, koeficienti i, 392. *Shih po ashtu* prindërimi i pushtetshëm.
- D'Oyen, F., 142, 271
- dremitja e mesditës, dobia nga, 191
- du'aja*. *Shih* lutja.
- duart, larja e, 164, 166
- dyfytyrësia, poshtërsia e të qenit, 354
- dyshja e tmerrshme, 361
- dhembshuria (*meveddeh*), si themel i marrëdhënies martesore, 38
- dhembshuria, metodat e zhvillimit, 338–40
- dhikr* (përkujtimi i Allah)
- domethënia e, 85
- lutjet ditore, 100
- mësimi fëmijëve, 95
- si përkujtues për detyrën tënde, 92
- dhimbjet e periodave, 149, 235
- dhuna
- Masakra në Shkollën e Mesme Columbine, 53–54
- në TV, 49
- në video lojërat, 450–52
- dhurimi i organeve, 167
- Ebu Talib, 325
- Ebu Xhehl, 308
- ecja në natyrë dhe aktivitetet jashtë, si alternativë ndaj TV, 447–48
- ecja zbathur, dobitë e, 177–78
- edukimi (arsimimi)
- qasja autoritare në, 7
- bulizmi (mujshia) në shkollë, 124–25
- dallimet gjinore gjatë mësimin, 247–49
- dhe zhvillimi i fëmijës, 45–47

- martesë e hershme në, 295–96
 mësimi në vitet e adoleshencës, 151
 mësimi i prindërimit në shkollë, 16–19
 mungesa e paautorizuar nga shkollë, 347
 në botën muslimane, 47–48
 performanca në shkollë, 9
 roli në bashkimin e botës muslimane, 88
 shkollimi një-gjinor kundrejt atij të përzier, 247–50
 vlerat, mësimi i, 54–55
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit.
 edukimi i karakterit, 54
 edukimi seksual
 arsyeja për mësimin e, 264–65
 çfarë të mësohet, 265–66
 detyra prindërore ndaj fëmijëve, 281–82
 i përkufizuar, 258–59
 islamik, 279–81
 ngatërrimi ndër adoleshentët, 262
 programi mësimor për, 301–302
 vlerat dhe, 262–63
Shih po ashtu seksi.
 edukimi seksual i pavlerë, 259
 edukimi seksual islam, 279–81. *Shih po ashtu*
 edukimi seksual.
edhān (ezan), leximi në veshin të porsalindurit, 25,
 227
 Edison, Thomas, 401
 Egjipti, 195
 ekip, prindërimi si një, 107
 eksperimenti nazist, 254
 Elalvani, Shejh Taha Xhabir, 63, 188
 El-Kadi, Iman, 425
 Elmevla, Muhammed Xhad, 352
 emërtimi i fëmijës, 25
 emocioni
 dashuria si themel i qëndrueshmërisë së, 331–32
 energjia e prindit, si ndikon te fëmija, 222
 lidhjet gjinore dhe emocionale, 232–33
 mësimi i djemve për ta shprehur, 245
 mungesa e, 122
 rritja e trurit të djemtë dhe vajzat, 226
 si shtypëse e arsyes, 223
 zhvillimi i, 214–15
 e qara e bebeve, 144, 374
 e qara, që foshnjat e përdorin si mjet, 417
 erëzat, dobitë e në dietë, 175
 eugenika, 254
 Eva (Hava), 141
 e vërteta, krahasuar me lirinë, 58–61
 ëndrrat e lagura, 149
 ëndërrimi syhapur, 152, 346, 349, 405
 familja
 e përkufizuar, 24
 historia familjare, rrëfimi, 70
 mbledhjet rregullta, 81
 modeli bujqësor i, 66
 ndikimi i TV mbi, 437
 në Amerikë, 49–54
 njerku-njerka, 36–37
 objektivat e, sipas Kur'anit, 41–43
 plani i formës fizike, 190. *Shih po ashtu* ushtrimi
 fizik.
 prindërit e vetëm. (*Shih* prindërit e vetëm).
 rëndësia e në Islam, 38–41
 rënia e familjes muslimane, 43–45
 stabiliteti martesor, 25–29
 tkurrja e madhësisë së, 29
 vendimmarrja në, 240
 familja muslimane, rënia e, 43–45
 familjet e njerku-njerkës, 36–37
 familja e zgjeruar, si pasuri për fëmijët, 39
 familja shekullare, miti i, 52
 fantazitë, 346, 349
 fara, derdhja në gjumë e, 149, 265, 282–83
 farefisnia, e vendosur përmes gjidhënies, 194–95
 el-Fatih, Muh. ammed, 309
 fazat e zhvillimit, 138
 frikët e zakonshme në, 319
 lindja dhe fëmijëria e hershme, 143–46
 kapitalizimi nga, 155–57
 mosha madhore, 153
 ngjizja dhe shtatzënia, 142–43
 përshkrimi kur'anor i, 140–42
 pleqëria, 154
 stimulimi i zhvillimit të trurit, 210–11
 të ushqyerit, 170–71
 vitet e adoleshencës, 150–53
 feja
 mësimi i Kur'anit, 93–95
 mësimi i lutjes, 95
 ndjenja për e zhvilluar në vitet e adoleshencës, 152
 si diçka që mungon në TV, 440
 si parandaluese e keqpërdorimit të pijeve dehëse,
 188
 feminizmi, 240
 Ferri, zjarri i, 93–94
 festat fetare, 52
 fëmija i parë, 335–37
 fëmijëria, rëndësia e, 116
 fëmijët
 abuzimi seksual, mbrojtja nga, 297–98

- adoleshentët. (*Shih* adoleshentët).
- angazhimi në veprimtaritë familjare, 359–64
- arritjet specifike për moshën, 375
- autonomia, ndërtimi i, 381–85
- birësimi i, 275–76
- dashuria e Profetit Muhammed *oe* për, 15
- dashuria, mësimi, 334–35
- disiplinimi i fëmijëve rebelues, 123
- efekti i mbi qëndrueshmërinë martesore, 27–28
- fazat e zhvillimit, 138, 140–42
- fëmija i parë, 335–37
- frikët, kapërcimi, 318–19
- guximi emocional, 321
- gjumi, rëndësia e, 180–82
- identiteti gjinor, formimi i, 238–39
- imunizimi si masë preventive, 161–63
- izolimi, si i dëmshëm, 323–24
- krahasimi me të tjerët, si i dëmshëm, 416
- ku të rriten, 62–63
- lindja e fëmijëve njëri-pas-tjetri pa distancë të madhe kohore, përparësitë e, 336
- literatura muslimane mbi, mungesa e, 14–15
- llastimi, 416
- trajtimi i pandershmerisë tek, 346–47, 351–53
- marrja në pyetje, si e pakëshillueshme, 384
- mësimi i sjelljes, 97
- mësimi përmendësh në fëmijëri, përparësitë e, 157
- miqësia, 422–24
- mospajtimet me, 340
- muzika në zhvillimin e arsytimit logjik, 213–14
- ndërtimi i karakterit, 136–38
- ndikimi te, 106
- nevojat specifike sipas gjinisë, 244–45
- ngrënësit nazeli, 174
- perceptimi i prindërve, 107–108
- përvetësimi i gjuhës, 213
- përdorimi i frikës në rritjen e, 6–8
- përse prindërit i duan fëmijët, 337
- pijet dehëse, përdorimi i, 183–88
- plotësimi i dëshirave të paplotësuara përmes, 114
- ritet tradicionale me rastin e lindjes së, 25
- rivaliteti mes motrave-vëllezërve, 336–37
- rënjosja e koncepteve të gabuara te, 109
- rritja e suksesshme në njësinë me një prind, 33
- rritja me besim, 84–85
- sjellja ngjitetëse, 376–77
- si e pasuruar nga familja e zgjeruar, 39
- stërvitja për oturak, 145, 147
- stimulimi i zhvillimit të trurit te, 210–11
- shokët e padëshiruar, trajtimi, 390
- tetë parimet e prindërimit të mirë të, 10–12
- të folurit për ta në praninë e tyre, shmangia e, 385
- të folurit pozitivisht me, 216–17
- të lindur jashtë lidhjes martesore, 30–31
- të ushqyerit në, 167–76
- toleranca më e ulët e baballarëve ndaj, 232
- trajtimi i individëve ndryshe, 116
- thënia ‘Të urrej’, 335
- ushtrimi fizik, 177–80
- vendosja e besimit, 346–47
- vetëbesimi, 414–15
- vetë-imazhi pozitiv, 109
- fibrat (fijet), rëndësia e në ushqim, 174
- fitreh* (gjendja e brendshme), 60
- fleksibiliteti, rëndësia e në prindërim, 380
- foshnjat që sapo kanë filluar të ecin, 144–46
- angazhimi në punët e shtëpisë, 362–64
- inkurajimi i pavarësisë, 375–76
- sjellja ngjitetëse, 376–77
- zhvillimi i trurit te, 221–22
- Franklin, Benjamin, 303
- frika
- parimet bazë të, 317–19
- përdorimi i në prindërim, 6–8
- përvetësimi i te fëmijët, 147
- frika e ngulitur, përkufizimi, 317
- frika e paqëndrueshme, përkufizimi, 317
- frutat dhe zarzavatet në ushqim, 173
- fruthi, 161
- fū’ād* (selia e ndjenjave dhe emocioneve), 210, 332
- fuqia, krahasuar me udhëheqjen, 74–75
- gabimet, mirëpritja e, 399
- Garrett, G. W., 402
- gënjeshtrat, llojet e, 348. *Shih po ashtu* gënjimi; ndershmëria.
- el-Gazālī, Imami
- për kënaqësinë, 418
- për shprehitë e ngrënies, 170
- el-Gazali, Shejh Muhammed, 155, 237
- girusi i dhëmbëzuar, 216
- guximi emocional, 321
- gusl*, kur është i detyrueshëm, 149
- Gilbert, Michael, 248
- Goleman, 332
- gratë, rëndësia në rritjen e fëmijëve, 15
- gratë mashkullore, 240. *Shih po ashtu* gjinia.
- Gray, John, 231, 340
- grykësia, 168–69. *Shih po ashtu* dieta; shëndeti.
- Gur, 232
- Gurian, Michael, 247
- guximi, 136–37
- guximi fizik, 321

- gjendja në formë transi e shkaktuar nga TV, 432
- gjenet, dominues dhe prapavajtës, 225
- gjenogram, 70
- Gjermania, 99
- gjdhënia
- dieta optimale për, 203
- këshilla për nënat ushqyese, 202–203
- kohëzgjatja e, 201–202
- ndikimi psikologjik i, 144
- në Kur'an, 196–97
- nënat që punojnë dhe, 199
- përparësitë emocionale nga, 155
- përparësitë mjekësore dhe psikologjike të, 197–99
- rëndësia e, 204–205
- si fokus i reformatoreve muslimanë, 15
- vendosja e lidhjeve familjare përmes, 194–95
- Shih po ashtu* qumështi.
- gjinia
- dallimet gjuhësore, 231
- dallimet mësimore midis, 247–49
- dallimet midis mashkullit dhe femrës, 230–31
- gratë, aftësia për t'i lexuar shprehjet e fytyrës, 234
- identiteti gjinor, formimi i, 238–39
- marrja e kalciumit për femrat, 171
- mashkullia, kufizimi i në kulturën e popullarizuar, 245
- nevojat e djemve, 245
- nevojat e vajzave, 244–45
- parabarzia midis, 56
- paraqitja e dallimeve gjinore në TV, 451
- perceptimi i shtuar ndijor te vajzat, 233
- perspektiva islame për, 251–54
- përzierja e lirë, rreziqet e, 291–92
- reagimi ndaj dallimeve në, 246
- rolet prindërore në përkujdesjen fëmijërore, 241–42
- sjellja “ndërgjinore”, 246–47
- stereotipizimi i karaktereve, 234
- urtësia e dallimeve në, 235–37
- vetëdija për, 147
- gjuha
- dallimet gjinore, 231
- fëmijët e varfër dhe të pasur, dallimet në përvetësimin e, 216–18
- mësimi në fëmijëri, 156, 211–13
- përvetësimi i, 213
- të folurit pozitiv me fëmijët, 216–17
- të folurit me foshnjat që sapo kanë ecur, 222
- gjuha e dytë, mësimi në fëmijëri, 156, 211–13
- gjumi
- pozita e duhur për, 190–91
- rëndësia e, 180–82
- hadithi
- kundër muzikës, vlerësimi i el-Kardaviut për, 220
- mbi besimtarin e fortë, 180, 204
- mbi intimitetin martesor, 280
- mbi miqësinë e vërtetë, 81
- mbi veçoritë e karakterit të keq, mbrojtja nga, 313
- mbi vendosjen e problemeve në perspektivë, 101
- mbi veshjen ndërgjinore, 291
- qëllimet e prindërimit të mirë të marrë nga, 76–77
- të mbrojturit me hije në Ditën e Gjykimit, 101
- Hadixhe (bashkëshortja e Profetit), 410
- Halifa, Dr. Jusuf, 157
- halveh*, rreziqet e, 291–92
- el-Hamid, Shejh Muhammed, 284
- Hamilton, Emma, 299
- H. amza ibn Abdu'l-Mut.t.alib, 317
- Harris, Eric, 450
- Harris, Judith, 139
- Healy, Dr. Jane, 442
- H. eja. Shih* modestia.
- Hennessey, 400
- higjiena, 163–66
- hiperaktiviteti dhe TV, 434
- hiper-mashkullia, 243
- historia e familjes, rrëfimi, 70 festat fetare, 52
- hixhabi*, 389
- Holmes, Oliver Wendell, 350
- Hollywood, 49
- homoseksualizmi, 55, 167, 276–79
- hudhra, si shtuese e furnizimit me qumësht te nëna gjdhënëse, 202
- humbja e peshës, përmes gjdhënies, 197
- Hunt, Sylvia, 363
- ibādāt* (adhurimi), kuptimi më i gjerë i në Islam, 85, 92
- Ibn H. azm, mbi gjdhënien, 201
- Ibn Sah. nün, 15
- Ibn el-Xhezzār, 15
- Id (Bajrami)*, festimi me muzikë, 219–20
- idealizmi tek adoleshentët, 152
- IgA (imunoglobulin A), 198
- iluzionet e formuara nga TV, 438
- imagjinata
- dallimi midis fantazisë dhe realitetit, 349
- dhe kreativiteti, 398
- ngatërrimi me realitetin, te fëmijët, 346
- imazhi për trupin, mosvënia e theksit mbi, 244
- imitimi i stileve të prindërimit, 114
- imunizimi, 161–63
- imunoglobulin A (IgA), 198

- incesti, 299–300
- India, vrasja e foshnjave femra në, 254
- individualizmi, nocioni i në Amerikë, 50
- Inkuizicioni spanjoll, 164
- inkurajimi i fëmijëve, 384
- Institute of Heart Math (Instituti i Matematikës së Zemrës), 332
- inteligjenca emocionale, 332
- International Islamic University, Malaysia, 249
- interneti, dëmi nga shfrytëzimi i tepruar, 449
- interpretimi (*tefsir*) i Kur'anit, 94
- inxhinieria gjenetike, 167
- Islami
- dallimet gjinore në ligjin familjar, 236
- familja, rëndësia e në, 38–41
- jurisprudenca e vjetruar, 89–90
- muzika dhe, 219–220
- perspektiva mbi gjininë, 251–54
- qëndrimi mbi kurorëshkeljen, 266–70
- shëndeti dhe higjiena në, 164–66
- shkurorëzimi në, 36–38
- Islamic Foundation, 14
- Islamic University of Malaysia, 17, 249
- istihlāf* (kujdestaria e njerëzimit), koncepti i, 86
- istinxhā* (larja pas shfrytëzimit të tualetit), 165
- Ismail, Profeti, i rritur nga prind i vetëm, 34
- izraelitët, 309–10
- Jackson, Samuel, 317
- Japonia, 57, 99
- Jefferson, Thomas, 317
- Jenner, Dr. Edward, 162
- jeta, shenjtëria e, 60
- Isai, Profet, i rritur nga prind i vetëm, 34
- jofleksibiliteti i prindërimit, 105
- Josephson, Michael, 312
- joshja hipnotike e TV, 432
- Jusufi, Profet, 285–86
- juristët, mungesa e angazhimit me punët publike, 86
- el-Kabs, Ali, 15
- Kabili dhe Habili, 60
- kalamajtë ngjitës, 376–77
- kalciumi, marrja e shtuar për vajzat, 171
- kampet rinore, 446
- kanceri
- i qafës së mitrës, 270
- rëndësia e rolit të familjes mbështetëse, 234
- mungesa e gjumit si rrezik i shtuar për, 182
- Shih po ashtu* truri.
- kanceri i qafës së mitrës, 270
- Kandil, 197
- kapitalizmi, si përfitues nga vlerat e krishtera, 64–65
- el-Karadavi, Jusuf, 220
- karakteri
- formimi i, 310–11
- i përkufizuar, 309–10
- lutja kundër karakterit të keq, 313
- përgjegjësia si themelore për, 359–60
- si diçka që ka rrënjë të thella, 311
- Shih po ashtu* ndërtimi i karakterit.
- katastrofat natyrore, 326
- kavanozi i kafesë i mbushur me topa golfi rrëfimi, 78
- Keller, Shejh Nuh Ha Mim, 61
- keqkuptimi për eksplorimin naiv në edukimin seksual, 259
- kevāli* poezia, 214
- kënaja, lejimi i përdorimit të, 165
- kënaqja, rëndësia e shtyrjes së, 349
- kënaqësia, 418
- këpucët, si të dëmshme për zhvillimin cerebral, 177–78
- këshillimi i fëmijëve kundrejt autonomisë, 387–89
- Kilpatrick, William, 50, 440
- Kina, politika e një fëmije, 254
- Klebold, Dylan, 450
- klubi i librit, duke filluar nga familja, 228
- 434–35, 437
- kodi i veshjes, 291
- koeficienti i dominimit, 392
- Kohn, Alfie, 54
- kokaina, përdorimi ndër gratë shtatzëna, 186
- kolektivizmi, 89
- kolesteroli, 176
- kolla e mirë, 161
- komunikimi
- me adoleshentët, 128–29
- rëndësia e në familje, 12
- komunizmi, vlerat funksionale në, 64
- konkurrenca, si vrasëse e kreativitetit, 400
- kontraceptivët, gjidhënia si, 198
- kontrollat mjekësore, 190
- kontrolli, përdorimi i në prindërim, 6–8. *Shih po ashtu* prindërimi i bazuar mbi autoritet.
- kopshtaria, 363
- Koreja e Jugut, 449
- kreativiteti
- dhe shpikja, 399
- idetë e çuditshme apo joproductive, inkurajimi, 405

lodrat që e nxisin, 406, 408
 këshillë për rrënjosjen e, 397, 406
 kundrejt përshtatjes, 321
 qëndrimet negative që e bllokojnë, 401
 rëndësia e, 396
 si tipar i synuar, 309
 shtypja te fëmijët, 400
 teknikat për zhvillim, 402-405
 ushtrime të sugjeruara për nxitjen e, 409-10
 krijimi, përkryerja e, 60
 kromozomet, 224
 Kuhl, Patricia, 212
 kufijtë, caktimi i, 361
 kuraja morale, 321
 Kur'ani
 dëgjimi i, efektet pozitive të, 214
 direktivat rreth ushqimit, 175-76
 fazat e zhvillimit njerëzor, 140-42
 gjidhënia në, 196-97
 kur të fillohet mësimi, 150
 mbajtja në mend e, 155-57, 216
 mësimi i dashurisë për, 93-95
 objektivat e familjes, 41-43
 për dëlirësinë, 293
 për gjininë, 240, 251
 për marrëdhëniet seksuale, 265, 279-80
 për miqësinë e keqe, 427
 për modestinë, 290
 për zemrën, 332
 për veprimet dhe pasojat, 368
 qëndrimi për homoseksualizmin, 276
 qëllimet e prindërimit të mirë të marrë nga, 74-76
 si i drejtohet intelektit, 90
 ushqimet e përmendura veçanërisht në, 167
 vargjet mbrojtëse, 298
 kureshtja, nxitja te fëmijët, 244
 kurorëshkelja (kurvëria), 130, 266-70
kuttab shkollat, 48

lakmia, largimi nga fëmijët, 336
 lakuriqësia (*avreth*), 236
 lakuriqësia në traditat artistike perëndimore, 289
 Lane, Rose Wilder, 163
 LCPUFA acidet yndyrore në qumështin njerëzor,
 200
 Lebel, Linda, 127
 leja e lindjes, 204
 leximi, rëndësia e, 434-35, 437. *Shih po ashtu*
 televizioni.
 lëmosha, dhënie, me rastin e lindjes së foshnjës, 25
 lëvizja, rëndësia e në zhvillimin e trurit, 215-16

librat, vlera edukative krahasuar me TV-në,
 lidhës zinku, si i pranishëm në qumështin njerëzor,
 198
 liria
 kufijtë e ndër muslimanët, 45
 perspektiva e Islamit për, 58-61
 si veçori e synuar, 309
 literatura mbi prindërimin, 14
 literatura muslimane mbi rritjen e fëmijëve, 14-15
 lodrat, zgjedhja me kujdes, 406, 408
 logjika, mbështetja e tepërt mbi, 115
 loja dramatike, 403
 lojëra dërrase/tabele, 406
 lojërat kompjuterike, varësia ndaj, 449-52
 lojërat, si alternativa për TV, 447
 Loomans, 457
 loja
 kreative, 403
 me fëmijët, rëndësia e, 12
 rëndësia e, 336
 luajtja e rolit të policit, 191
 lufta, 326
 lufta kundër fëmijëve, 115
 lutja
dhikri që duhet recituar çdo ditë, 100
 mësimi fëmijëve, 95
 lutjet, mësimi i fëmijëve, 95

llastimi i fëmijëve, 116, 359-60, 372-73, 416

makina, lojëra për të luajtur në, 447
 Manby, George, 402
 margarina, 399
 martesat
 e hershme, rëndësia e, 283, 293-97
 intimiteti seksual në, 280-81
 qëndrueshmëria martesore, 25-29
 si detyrë e prindërve, 294
 si e nënvlerësuar në TV, 451
 vonesa, shkak për homoseksualizëm, 278-79
 martesat e detyruar, 294
 martesat e hershme, 293-97
 martesat e gjinisë së njëjtë, 55
 martesat e rregulluara, 294
 Martin, Pastor Pete, 369
 marrja në pyetje e fëmijëve, si jo e këshillueshme,
 384
 marrëdhënia seksuale paramartesore, 271-74, 292.
Shih po ashtu seksi; presioni i moshatarëve.
 marrëdhëniet e dashur-i dashur, 271-73, 292. *Shih*
po ashtu gjinia.

- marrëdhëniet i dashur-e dashur, 271–73, 292
- masakra në Shkollën e Mesme Columbine, 53–54, 450
- masturbimi, 149–50, 284
- mashkullia, kufizimi i në kulturën e popullarizuar, 245.
- Shih po ashtu* gjinia.
- mashtrimi, 369
- Mazrui, Profesor Ali, 57
- mësimi përmendësh
- i Kur'anit, 93–94, 155–57
- në vitet e adoleshencës, 153
- si metodë bazë e mëimit, 48
- te fëmijëri, 216
- mbështetja, 418. *Shih po ashtu* përgjegjësia.
- mbikëqyrja, si vrasëse e kreativitetit, 400
- mbyllja ndër-breznore, 428
- McCullough, 249
- Mead, Margaret, 248
- meditimi, rëndësia e, 36
- Melatonina, 182
- menaxhimi me burimet, 108
- menaxhimi me paratë, 361, 365–66
- mendësia e skllavit, kultura e, 7–8
- mendimi perëndimor, konceptet që mungojnë te, 63–64
- mendja. *Shih* truri.
- menstruacioni, 148–49
- dhe edukimi seksual, 265–66
- kujdesi për gratë gjatë, 235
- seksi gjatë, 282
- meveddeh* (dhembshuria), si themel i lidhjes bashkëshortore, 38. *Shih po ashtu* dashuria; familja.
- mëkatimi në publik, shtimi i tepërt i, 269
- mëndesha, 194–95, 197, 202
- kafjalli, rëndësia e, 174
- mëngjesi, lutja e recituar në, 100
- mësimi brenda barkut, 222
- mësuesit, në botën muslimane të hershme, 47. *Shih po ashtu* arsimimi/edukimi.
- mëshira (*rah.meh*), si themel i lidhjes martesore, 38. *Shih po ashtu* dashuria; familja.
- miqësia, 422–24
- dallimet gjinore në, 232. (*Shih po ashtu* gjinia).
- kalimi në mjedis më të mirë, 428
- llojet e shokëve, 423
- ndër adoleshentët, 426–27
- përzgjedhja e shokëve të duhur, 424–25
- shokët e padëshiruar, marrja me, 390
- mitet për prindërimin, 117–19
- mjalti, 167
- modeli bujqësor i familjes, 66
- modestia, 287–91
- Musa, Profeti
- mësime prindërimi nga, 110
- ndërtimi i karakterit të kombit të ri të izraelitëve, 309–10
- si i rritur nga një prind, 34
- moraliteti, mësimi, 54–55. *Shih po ashtu* ndërtimi i karakterit; karakteri.
- mosbindja, si dëshirë e foshnjës për pavarësi, 376
- mospajtimet me fëmijët, 340
- mosha e mesme, 153
- Mu'adh ibn Xhebel, 75
- Murphy, Sam, 178
- Mus'ab ibn Umejr, 75
- muzika
- dhe Islami, 219–220
- seksualisht eksplicite, si e dëmshme, 290
- rëndësia e në zhvillimin e fëmijës, 213–14
- videot muzikore, 451
- mungesa e unitetit mes muslimanëve, 87
- narkotikët, 49–50, 55
- National Association for Sport and Physical Education (NASPE), 179
- natyra, rëndësia e vlerësimit të, 330
- natyra ndërdisiplinore e prindërimit, 107
- ndershmëria
- mësimi fëmijëve, 346–47, 352–53
- si tipar i synuar, 309
- shpërblimi, 349
- Shih po ashtu* ndërtimi i karakterit.
- ndërtimi i identitetit, 156
- ndërtimi i karakterit, 136–38
- kreativiteti, 396ff
- moral, 54–55, 321
- ndershmëria dhe besueshmëria, 346ff
- në fëmijërinë e hershme, 76
- pavarësia, mësimi, 372ff
- përgjegjësia, 359ff
- psikologjia fëmijërore si kërkesë e, 118
- Shih po ashtu* karakteri.
- ndëshkimi fizik, përdorimi i, 48
- ndihma në para, dhënia fëmijëve të moshës shkollore, 361, 365–66
- parimet bazë të, 317–19
- kundrejt përshtatjes, 321
- i përkufizuar, 316–17
- emocional kundrejt atij fizik, 321
- dhe udhëheqja, 323–24

- presioni i moshatarëve, 321–23
 i Profetit Muhammed œ, 323, 325
 si tipar i synuar, 309
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit.
 ndryshimi i humorit te adoleshentët 150
 ‘ne’ – përdorimi i, rëndësia e, 363
 en-Nebhani, Shejh, 312
 en-Nedvi, Ebu’l-Hasan, 57
 Nelson, Horatio, 299
 neokorteks, funksioni i, 223
 Nëna Tereza, 339
 nënat që punojnë
 gjidhënia dhe, 199
 në Perëndim, 237
 sfidat e, 224
Shih po ashtu amësia.
 ngrënësit nazeli, 174
 ngrënia e tepërt, 168–69, 177, 440. *Shih po ashtu*
 dieta; shëndeti.
 ngjizja, mrekuillia e, 142–43
 nxitja e mendimeve, 403
 Nucci, Larry, 54
- Obama, Barack, 255–56, 419
 obeziteti, 168, 177. *Shih po ashtu* dieta; shëndeti.
 objektivat. *Shih* qëllimet.
 Olasky, 55
 orari, ndihma fëmijëve për ta organizuar, 365
 osteoporozë, 171
- paanësia, si shtyllë e karakterit, 312
 pacientët që mbahen nën aparate, 167
 pandershmëria
 llojet e gënjeshtrove, 348
 si duhet trajtuar, 346–47, 351–53
 si poshtërsi, 350
 tek adoleshentët, 349, 352–53
 Umeri dhe tregtari, 369
Shih po ashtu përgjegjësia; ndërtimi i karakterit.
 pastërtia, 163–66
 para xhepi, 361, 365–66
 Parajsa, 411
 paraloja, rëndësia e për intimitetin seksual, 281.
Shih po ashtu seksi; edukimi seksual.
 parfumi, këshillimi për përdorim, 165
 pasiguritë të fëmijët, 374
 pasojat dhe përgjegjësia, 123, 367–68.
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit. konsultimi
 (*shūrā*), 61, 359, 386
 pasqyra, lutja kur shihemi në, 100
 pastoria, 6
- pavarësia
 autonomia te fëmijët, ndërtimi, 381–85
 këshilla për ndërtimin e, 385–86
 këshillimi i fëmijëve kundrejt autonomisë, 387–89
 mësimi i fëmijëve, 372ff
 si tipar i synuar, 309
 te adoleshentët, rëndësia e, 377–79
 vendimmarrja, 390–91
 zgjedhja, rëndësia e, 383
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit.
 pemët familjare, 70
 pendimi, mësimi fëmijëve, 96
 perceptimi ndijor, si i shtuar te vajzat, 233
 perëndimorizimi, 57–58. *Shih po ashtu* Amerika.
 personaliteti, i përkufizuar, 312. *Shih po ashtu*
 karakteri; ndërtimi i karakterit.
 përdhunimi, 299–30
 përgjegjësia personale, mungesa e, 89–90
 përparësia e IQ tek fëmijët e ushqyer me gj, 198
 përpikëria në orar, 367
 përshtatja, kundrejt guximit, 321
 përlësia, si diçka që mungon në mendimin
 perëndimor, 63–64
 përvetësimi i fjalorit, 216
 përzierja ushqimore për foshnjat, përdorimi i
 shtuar në botën muslimane, 200–201. *Shih po*
ashtu gjidhënia; qumështi.
 përzierja e lirë, rreziqet e, 291–92. *Shih po ashtu*
 gjinia.
 përgjegjësia
 mësimi fëmijëve, 358–59
 ndërtimi i shkallëshkallshëm i, 364
 papërgjegjësia seksuale, 368
 puna ekipore, inkurajimi i qëndrimit të, 364.
 si shtyllë e karakterit, 312
 si tipar i synuar, 309
 sugjerime praktike për zhvillimin e ndjenjës së,
 365–66
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit.
 përsëritja, rëndësia e në zhvillimin e trurit të
 foshnjave, 222
 përzemërsia
 midis babait dhe birit, rëndësia e, 330
 ndikimi i mungesës së, 226
 rëndësia për djemtë, 245
 pijet dehëse, 183–88, 292
 pikëllimi, dallimet gjinore në daljen në krye me,
 235
 pikturat, pikëpamja e Islamit për, 220–21
 pjekuria, 153
 pjesëmarrja, inkurajimi te kalamajtë, 221

- plakja, 154
- pleqëria, 154. *Shih po ashtu* fazat e zhvillimit.
- poezia, efektet pozitive të dëgjimit të, 214
- politika e një fëmije në Kinë, 254
- pop-psikologjia, 138–39
- pornografia, 290–91
- pornografia fëmijërore, 298
- Post-It Shënimet, 400
- praktika, rëndësia e në zhvillimin e turit të fëmijëve, 222
- prapambetja në botën muslimane, 90–91
- prejardhja, rëndësia e, 275
- presioni, si ndrydhës i kreativitetit, 400
- presioni i moshatarëve,
- guximi për t'i rezistuar, ndërtimi, 321–33, 327
- në shkollë, 424
- për t'u kënaqur me seks paramartesor, 292–93
- prestigji, krahasuar me udhëheqjen, 74–75
- prindërimi
- baballarët që mungojnë, 243
- bazuar mbi fuqinë, si i dëmshëm, 379–80
- caktimi i qëllimeve, 72–74
- fëmija i parë, 335–37
- fëmijë të njëpasnjëshëm, përparësitë e, 336
- frikët, ndihma fëmijës për t'i kapërcyer, 318–19
- gabimet, pranimit para fëmijëve, 187
- keqkuptimet e zakonshme, 114–16
- ku të rriten fëmijët, 62–63
- liria në rritjen e fëmijëve, 58–61
- literatura muslimane për, mangësitë në, 14–15
- mbrojtja e tepruar, si e dëmshme, 323–24
- mësimi i, 4–5
- mësimi në shkollë, 16–19 kalimi në të qenit prind, 24–25
- ndarja e përvojave praktike, 11 stilet e. *Shih* stilet e prindërimit.
- ndërtimi i karakterit, 136–38
- ndikimi perëndimor mbi prindërimin musliman, 57–58
- në Amerikë, 49–54
- pavarësia, mësimi, 372ff informimi mbi, shfrytëzimi, 14
- prindi si trajner dhe mentor, 419
- rëndësia e, xxiv
- rënia e familjes muslimane, 43–45
- rolet në kujdesin për fëmijët që janë specifike për gjinitë, 241–42
- sfidat e, 104–109
- skica për qëllimet e prindërimit të mirë, 73
- tetë parimet e, 10–12
- “djegia”, shmangia e, 119
- të qenit i ndershëm, rëndësia e të qenit shembull i mirë, 348
- vetëbesimi si çelës për marrëdhënie të dashur, 338
- vlerësimi i sjelljes së përgjegjshme, 358–59
- vlerësimi i vetes, 454–55
- Shih po ashtu* prindërit e vetëm.
- prindërimi autoritar, 6–8. *Shih po ashtu* stilet e prindërimit.
- prindërimi bazuar mbi autoritet, 6, 379–80. *Shih po ashtu* stilet e prindërimit.
- prindërimi bazuar mbi pushtet, dëmi i shkaktuar nga, 379–80. *Shih po ashtu* stilet e prindërimit.
- prindërimi demokratik, 6
- prindërimi inteligjent, 72
- prindërimi lejues, 6
- prindërimi mbështetës, 9
- prindërit e vetëm
- baballarët që mungojnë, 243
- miti i, 51
- ndikimi negativ i, 32
- në historitë e profetëve, 34
- njësitë familjare me, 30–32
- rritja e fëmijëve të suksesshëm në, 33
- shembulli Obama, 255–256
- zëvendësimi për prindin që mungon, 35
- prindër kontrollues, dëmi i shkaktuar nga, 379–80.
- Shih po ashtu* prindërimi i bazuar mbi autoritet.
- prindër që mungojnë. *Shih* prind i vetëm.
- prindërit ndërhyrës, 392
- privatësia, nevoja e adoleshentëve për, 151
- problemet psikologjike, miti i, 51
- Profeti Muhammed oë
- dashuria ndaj, 42
- dashuria e ndaj fëmijëve, 15
- festimi i *akikas* nga, 25
- mbi miqësinë dhe shoqërine, 427
- mësimi i fëmijëve për, 96
- ndershëmëria dhe besueshmëria e, 77
- pastërtia, theksi mbi, 163, 165
- për bekimet e të pasurit vajza, 251
- për dashurinë ndaj të tjerëve, 339
- për dashurinë si poshtërsi, 350, 351, 354
- për guximin, 317
- për guximin moral, 321
- për intimitetin martesor, 280–81
- për kënaqjen, 418
- për lakminë si ligësi shoqërore, 336–37
- për martesën, 294
- për modestinë, 287
- për Parajsën, 411
- për shprehjen me zë të dashurisë për tjetrin, 338

për të qenit i përgjegjshëm, 358
 për zemrën, 332
 poezia në lavdi të, efektet pozitive të dëgjimit të,
 214
 qëllimet e prindërimit të mirë të marrë nga, 76–77
 si i Ndershmi dhe i Besueshmi, 346
 si i rritur pa një baba të pranishëm, 34
 sjellja e mirë me familjen, 252
 shëndeti dhe vrulli i, 164
 shpallja e parë, 410
 trimëria e, 323, 325
 profetët
 karakteri i mirë i, 77
 mësimi i fëmijëve për, 96
Shih po ashtu profetët e veçantë
 Programi parashkollor “Head Start”, 217–18
 prostitucioni, 298–99
 psikologjia, 138–39
 puberteti, 147–49
 dallimet gjinore në përqindje të, 232
 në zhvillimin njerëzor, 141
Shih po ashtu adoleshentët; adoleshenca; fazat e
 zhvillimit.
 puna, inkurajimi i fëmijëve të, 366
 puna ekipore, inkurajimi ndër fëmijët, 364
 punët shtëpiake
 argëtimi me, 362–63
 ndarja e, 359–64
 ndërtimi i shkallëshkallshëm, 364
 sugjerime praktike, 365–66
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit.
 pyetjet
 e vështira, 410–11
 kreative, si angazhim i gjithë trurit, 402
 shmangia e përgjigjes së menjëhershme, 384–85

qeniet njerëzore
 fazat e zhvillimit, 140–42. *Shih po ashtu* fazat.
 roli i mbi tokë, 41
 qetësimi, si i dëmshëm, 416
 qëllimet
 caktimi, 72–74
 rëndësia e caktimit, 11
 skicë e qëllimeve të prindërimit të mirë, 73
 qëllimet e prindërimit të mirë
 marrë nga hadithi i Profetit, 76–77
 marrë nga lutjet e Kur’anit, 74–76 *Shih po ashtu*
 prindërimi.
 skica e, 73
 qëndrueshmëria martesore, 25–29
 qëndrimi negativ, si bllokues i kreativitetit, 401

qimet nën sqetulla, largimi, 165
 qimet pubike, largimi, 165, 282
 qytetaria, si shtyllë e karakterit, 312. *Shih po ashtu*
 ndërtimi i karakterit.
 qytetërimi, roli i prindërve në si parësor, 48
 qytetërim islam, rritja e fëmijëve në, 8
 qumështi
 futja e qumështit të lopës në dietë, 170
 i mazitur dhe i yndyrshëm, kur të përdoret, 172
 krahasimi i qumështit të gjirit dhe të lopës, 197–98
 përzjerja ushqimore për foshnjat, përdorimi i
 shtuar në botën muslimane, 200–201
Shih po ashtu gjidhënia.

rahmeh (mëshirë), si themel i marrëdhënies
 bashkëshortore, 38
 Ramazani, shprehitë e këqija të gjumit gjatë, 180
 Rankin, Jane, 65, 443
 racionalizmi, mbizotërimi i në arsimimin modern,
 84
 Rauscher, Frances, 213
 Reagan, Ronald, 31
 rebelimi të fëmijët, 123
 reforma. *Shih* reforma muslimane.
 Reforma muslimane
 edukimi si mjet për, 43–48
 mungesa e fokusit mbi prindërimin e mirë, 8
 relativizmi, sëmundja e, 54, 61
 respekti, si shtyllë e karakterit, 312. *Shih po ashtu*
 ndërtimi i karakterit.
 rënia e familjes muslimane, 43–45
 riprodhimi, 141
 Ritalin, 248
 ritualet e dashurisë, 343
 rivaliteti mes vëllezërve-motrave, 336–37
 Roosevelt, Theodore, 311, 392
 Rosemond, 443
 Rousseau, 50

rrahje zemre, e nënës teksta i jep gji bebes, 214
 rregullat, rëndësia e shpjegimit të, 6–7
 rregullsia kundrejt kreativitetit, 396–97

Samon, 341
 Santa Claus, 109
 Sax, 249
 Schernhammer, Eva, 182
 Scott, 188
 abstenimi, 283–84
 dallimet gjinore në qëndrimin ndaj, 235
 gjatë menstruacionit, 282

- incesti dhe përdhunimi, 299–300
 jashtë martesës, 266–70
 kënaqja e nevojave të gruas, 261. *Shih po ashtu*
 edukimi seksual.
 mësimi islam për, 279–81
 modestia, 287–91 obsesioni në TV me, 440
 papërgjegjësia, pasojat e, 368
 prostitucioni, 298–99
 zgjidhja islame për dilemën e, 285ff
 seksi anal, 281
 seksi i sigurt, 259
 seksi oral, 281
 sekuenca, rëndësia e saj në zhvillimin e trurit të
 foshnjave, 221
 Sesame Street, 434–35
 sëmundja, roli i familjes mbështetëse në
 kapërcimin, 234
 sëmundjet ngjithëse me rrugë seksuale, 270
 Siddiki, Profesor Dilnavaz, 53–54
 sifilizi (frëngjia), 270
 Simpson, Jeffry, 374
 Simpsons, The, 52
 sistemi imun, dobësimi i nga mungesa e gjumit, 181
 situata, rëndësia e në zhvillimin e trurit të
 foshnjave, 221
 sjellja, mësimi i fëmijëve, 97
 sjellja e përzier, 246–47
 skllavëria, 309–10
 skulpturat, pikëpamja e Islamit për, 220–21
 Smalley, 230
 Spock, Dr. Benjamin, 68–69, 310, 330, 443
 Stamboll, 425
 statusi dhe gjinia, 233–34
 stërgjyshërit, rrëfimi i historive për, 70
 stërvitja për oturak, 145, 147
 stilet e prindërimit
 llojet e, 6
 parashikimi, 9
 prindërimi i bazuar mbi autoritet, 6, 379–80
 qasja autoritare, 6–8
 stresi, ndikimi i në zhvillimin e trurit, 215
 suksesi dhe dështimi, 379–80
 Sulejman, Dr. Fet' hijjeh, 195
es-sunen el-llāhijeh (ligjet e natyrës), 90
 super ngjitësja, 399
 super-prindërit, 372
 synetimi, 161, 282
 shahu, 447
 shakaja me fëmijët, rëndësia e, 12
 Shatz, Carla, 212
 Shaw, Gordon, 213
 shembuj për t'u ndjekur
 aktiviteti për ta zbuluar perceptimin e fëmijës për,
 429
 babai si, 245
 në sjelljet e ndershme me të tjerët, 348
 prindërit si, 11
 shëndeti
 familja mbështetëse, roli i në kapërcimin e
 sëmundjes, 234
 gjatë shtatzënisë, 160–61
 gjumi, rëndësia e, 180–82
 këshilla ushqimore, 167–76, 203
 ushtrimi fizik, 177–80
 vaksinimi dhe imunizimi, 161–63
 zhvillimi i trurit. *Shih* truri.
Shih po ashtu dieta; fazat e zhvillimit.
 Shgalah, Abdullah Ahmed, 157
 shikimi, ulja e, 288, 290
 shikimi, zhvillimi i te bebet, 212
 shkenca, kufizimet e, 139
 shkolla. *Shih* arsimimi/edukimi.
 shkollat e një gjinie, 248–50
 shkollat private në botën muslimane, 47–48
 shkollimi me gjini të përziera, 248–50
 shkrimi, si art, 404
 shkurorezimi
 perspektiva e Islamit për, 36–38
 shkurorezimi pa faj, 31
 shokët e këqij, 423–25, 429
 shoqëria qytetare
 mungesa e pjesëmarrjes në, 86–88
 nxitja e fëmijëve të marrin pjesë në, 85
 Shoqëruesit, rritja e, 46
 shpikjet, 399, 401–402
 shprehja e fytyrës, leximi, 234
 shpresa, rëndësia e, 385
 shtatzënia
 adoleshente, 49, 55, 258, 272–74
 kokaina, përdorimi gjatë, 186
 mrekuillia e, 142–43
 shëndeti gjatë, 10, 160–61
 të ushqyerit gjatë, 77, 170
 shtatzënia adoleshente, 49, 55, 258, 272–74
 Shtetet e Bashkuara. *Shih* Amerika.
 shtëpia
 lutjet gjatë hyrjes dhe daljes, 100
 si platformë e marrëdhënies prind-fëmijë, xxiv- xxv
 shtëpitë e pleqve, 55
 shtrengimi. *Shih* prindërimi autoritar.
 shturja seksuale, 55, 130, 266–73

shūrā (këshillimi) sistemi, 61, 359

Tabatabai, Sejjid Muhammed Husejn, 156

tabela e veprave të mira, 303–304

Tagore, Rabindranath, 337

Tailanda, epidemia e AIDS në, 261

Tanveer, Dr. Serdar, 52

tefsir (interpretimi) i Kur'anit, 94

teknika e shpërqendrimit me foshnjat, 376

televizioni

alternativat për, 444–48

dëmi nga, 432–37

dhuna në, 49

fakte shqetësuese për, 440

këshilla për reduktimin e shikimit të, 439

krahasimi i jetës familjare para- dhe pas-

televizionit, 435–37

largimi nga shtëpia, 438

ndryshimi i shprehisë së, 442–43

paraqitja e dallimeve gjinore, 451

privimi nga, si ndëshkim, 434

pyetësor për prindërit, 432

si një i huaj në shtëpi, 441–42

shmangia e, 81

TV kultura, 440–41

temperamenti dhe gjinia, 246–47

teoria e psikologjisë individuale, 52

terapia muzikore, 214

terbijeh, 15. *Shih po ashtu* prindërimi.

tetanus, 161

tevbe (pendimi), mësimi fëmijëve, 96

të huajt, frika nga, 320

të porsalindurit, ritet që lidhen me, 25. *Shih po ashtu* bebet.

të qenit pozitiv, rëndësia e, 54, 222

të ushqyerit, 167–76, 203. *Shih po ashtu* dieta; shëndeti.

të ushqyerit apo natyra, 224–26

topi i golfit në tregimin e kavanozit, 78 gonorre, 270

trafikimi me njerëz, 299

transfuzioni i gjakut, si i lejuar, 166

transplantimi i organeve, si i lejuar, 167

transvestitët, 277, 291

trashëgimi i stilit të prindërimit, 114

tregimi i kavanozit të plotë, 78

trëndafili, analogjia e fëmijëve, 312

trimëria. *Shih* guximi.

trigonela e merme, çaji, si shtues i furnizimit me qumësht të nënës, 202

tronditja kulturore kur kalohet në shoqëri të

ndryshme, 62–63, 69

truri

dallimet gjinore, 232

dallimet midis atij mashkullor dhe femëror, 230–31

efekti i këpucëve në zhvillimin e, 177–78

emocioni, zhvillimi i, 214–15

emocioni si shtypës i arsyes, 223

harmonizimi me zemër, 332

gjuhësor, aktivitete për zhvillimin e, 219

logjik, aktivitetet për zhvillimin e, 218

muzikor, aktivitetet për zhvillimin e, 218

ndikimi i TV mbi zhvillimin mendor, 432–34

rëndësia e të kuptuarit të zhvillimit të 210

stimulimi i zhvillimit të, 210–11

stresi, ndikimi i tij në zhvillimin e, 215

zhvillimi i neuroneve, 211–12

tualeti. *Shih* banja; stërvitja për oturak.

turpi (ndrojtja), 324

tutorët, 299

turpi, 324

Turqia, 57–58, 237, 425

TV. *Shih* televizioni.

TV edukativ, 434–35

tymosja e duhanit

dëmi nga, 187

gjatë shtatzënisë, 160–61

inkurajimi i fëmijëve të marrin vendime autonome

rreth, 390

rreziku nga kanceri në qafën e mitrës, 270

Twain, Mark, 337

thirrja për lutje

në veshin e të porsalindurit, 25, 227

thonjtë, prerja, 165

Ubejdeh ibn el-Xherräh, 75

udhëheqja

domethënia e, xxiv

e përkufizuar, 74–76

gjenetika, roli i në përcaktimin, 226

ndërtimi i karakterit, 136–38

si një objektivë e familjes, 43

skica e qëllimeve të prindërimit të mirë, 73

Shih po ashtu ndërtimi i karakterit.

udhëtimet edukative, 453

Uhud, Beteja në, 296

uji, lutja para pirjes, 100

Umer ibn Abd el-'Aziz dhe gjdhënia, 195

Umer ibn el-Hat.t.äb

për fazat e fëmijërisë, 386

për gjdhënenin, 195, 197

- për mashtrimin në treg, 369
 mëkatimi privatisht krahasuar me në publik, 269
 si i dashur për Allahun, 308
 Umm Kulthum, 157
 Ummeti
 mungesa e unitetit në, 87
 prapambetja dhe besëtytnia, 90–91
 rënia e familjes në, 43–45
 UNICEF shqyrtimi, 58
 universi, përsosuria e, 60
 urdhja gjenitale (herpesi), 270
 urtësia e Zotit, si e shpërfillur nga mendimi
 perëndimor, 63–64
 urrejtja, çfarë duhet mësuar për, 342
 Usāmeħ ibn Zejd, 296
 ushqimi
 lutja para ngrënies, 100
 këshilla ushqimore, 167–76, 203
 ngrënia e tepërt, 168–69
 ngrënia me fëmijët, rëndësia e, 449
 ngrënia para TV, 437
Shih po ashtu dieta; shëndeti.
 ushqimi i shpejtë, 174
 ushqimet e pasura me fibra, 174
 ushtrimi. *Shih* ushtrimi fizik; shëndeti. përvoja,
 mungesa e me fëmijën e parë, 105
 ushtrimet fizike
 për vajzat, 244
 rëndësia e, 177
 roli në zhvillimin e trurit, 215–16
 Uthmān ibn Affān, 186
- vaji i ullirit, dobitë e, 176
 vajzat, marrja e shtuar e kalciumit te, 171. *Shih po ashtu* bijat; gjinia.
 vaksinimi, 161–63
 vaktet, kapërcimi si i dëmshëm, 171. *Shih po ashtu* dieta; ushqimi; shëndeti.
 vallëzimi, rëndësia e shmangies së, 293 takimet (e dashurisë), 271–73, 292
 vatra e lumtur familjare, rëndësia e saj në zhvillimin e foshnjës, 222
 vdekja, 141
 vegetarianizmi, 172
 vendimmarrja
 inkurajimi te fëmijët, 381
 inkurajimi i vajzave për, 244
 nxitja e autonomisë përmes, 390–91
 në familje, 240
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit.
 veshja, lutja gjatë, 100
- vetëbesimi
 rrënjosja te vajzat, 244
 te prindërit, si çelës për marrëdhënie të dashur, 338
 vetëbesimi i ulët, dëmi i, 414–15 gënjimi
 llojet e gënjimit, 348
 si një poshtërsi, 350
 tek adoleshentët, 349, 352–53
 trajtimi i pandershmërisë te fëmijët, 346–47,
 351–53
 Umeri dhe tregtari, 369
Shih po ashtu përgjegjësia; ndërtimi i karakterit.
 vetëdija për Zotin, rritja e fëmijëve me, 84.
 vetë-imazhi pozitiv, 109
 vetëvlerësimi
 ndërtimi, 414–15
 rëndësia e, 457
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit. egoizmi te
 fëmijët, shmangia, 359–60
 vetëvrasja, 49, 60, 166
Shih po ashtu Allah.
 vetëvrasja e ndihmuar, si e ndaluar, 166
 vetmia, si mënyrë për nxjerrjen e kreativitetit, 405
 videot e muzikës rap, 451
 video lojërat, 450–52
 virgjëria, 55, 271
 vizitat edukative, 453
 vlerat
 dhe edukimi seksual, 262–63
 krahasimi i besimit dhe vlerave funksionale, 64–65
 ruajtja e, 60
 vështirësia e rrënjosjes, 118
 mësimi i, 54–55
Shih po ashtu ndërtimi i karakterit.
 vlerat e besimit, krahasuar me ato funksionale,
 64–65
 vlerat funksionale, krahasuar me vlerat e besimit,
 64–65
 vlerat e krishtera, 64–65
 vrasja e foshnjave femra, 254
 vrasja për nder, 269
- Warren, 232
 Wells, Norman, 368
 Whitney, Eli, 402
 Winn, Marie, 433, 442
 Winnicott, D. W., 51
 Wright, vëllezërit, 402
- xhamitë
 gratë në, 237
 lutja gjatë hyrjes, 100

el-Xhejlani, Shejh Abd el-Kadir, 354

el-Xherexhreh, 116

xhinnët, obsesioni me, 90, 109

el-Xhurxhāni, 287

yndyrat, rëndësia në ushqimin e fëmijëve, 170, 172

zanati, rëndësia e , 396–405

zarzavatet në mënyrën e të ushqyerit, 173

zbathur, përfitimet nga ecja, 177–78

zbutja e dhimbjes përmes muzikës, 214

zbutja e zemërimeve të çastit, 145, 361, 417

Zejd ibn H. āritheh, 15, 276

Zejneb (bashkëshortja e Profetit), 276

zemërimi

rëndësia e kontrollit të, 215

te adoleshentët, 127–30

Shih po ashtu zemërimet e çastit.

zemërimet e çastit, 145, 361, 417

zemra, 332–33. *Shih po ashtu* dashuria.

zëmra midis vakteve, 172–73

zëri, zhvillimi i te bebet, 212–13

zgjedhja, rëndësia e ofrimit fëmijëve, 383

zgjidhja e konflikteve, rëndësia e mësimit të, 245

zgjimi, lutja, 100

Zoti. *Shih* Allah.

Zorn, Eric, 54

zuzarët, 50

zhvillimi. *Shih* fazat e zhvillimit.

zhvillimi cerebral, efekti i këpucëve mbi, 177–78.

zhvillimi i foshnjës

fazat e. (*Shih* fazat e zhvillimit).

sistemi edukativ dhe, 45–47

zhvillimi i neuroneve në tru, 211–12

CIP - Каталогизација во публикација
Национална и универзитетска библиотека "Св. Климент Охридски", Скопје

CIP - katalogu në publikim
Biblioteka Kombëtare Universitare "Shën Kliment Ohridski", Shkup

316.812.1-055.2-055.6

ALTALIB, Hisham

Marrëdhëniet prind-fëmijë: Udhëzues për rritjen e fëmijëve / Hisham Altalib, AbdulHamid EbuSulejman, Omar Altalib;
nga anglishtja: Urim Poshka. - Shkup: Logos-A, 2022. - 500 fq.: ilustr.; 30 см. - (Biblioteka Botime të veçanta)

Превод на делото: Parent - child relations. - Фусноти кон текстот. -
Библиографија: стр. 468-479. - Fjalorthi: стр. 482. - Регистар

ISBN 978-9989-58-777-1

1. EbuSulejman, AbdulHamid [автор] 2. Altalib, Omar [автор]

а) Родителство - Однос родител - дете - Прирачници

COBISS.MK-ID 110882826

PRIND-FËMIJË



Ky udhëzues gjithëpërfshirës dhe i lehtë për t'u lexuar, përmban atë që duhet të dini se si të jeni prindër me vetëbesim. I mbushur me këshilla të fuqishme, duke përdorur kërkimet më të fundit mbi zhvillimin e fëmijëve dhe teknikat e prindërimit, ai ofron një minierë informacioni se si t'i lini fëmijët të lulëzojnë, si ta largojnë zhgënjimin nga prindërimi dhe si të zhvillojnë marrëdhënie të lumtura familjare. Autorët ofrojnë udhëzime për zhvillimin e karakterit, njohurive, vlerave dhe aftësive, si dhe një këndvështrim të bazuar mbi besim tek fëmijët, duke përfutur prindërit me fëmijë të të gjitha moshave. Strategjitë dhe teknikat e shumta të ofruara përfshijnë: mësimin e fëmijëve se si të zgjidhin problemet, si të marrin vendime dhe si ta zhvillojnë vetëvlerësimin. Të rritësh fëmijë të vetëdijshëm, moralë, të suksesshëm, me një ndjenjë përgjegjësie qytetare në botën e sotme nuk është e lehtë. Gjithashtu nuk është e pamundur. Prindërimi efektiv është çelësi i kësaj.

Më e rëndësishmja, është libri propozon zgjidhje islame për çështjet problematike në rritjen e fëmijëve. Më bëri përshtypje mbulimi gjithëpërfshirës i shumicës së teorive të disponueshme për zhvillimin e fëmijëve. Autorët nuk e kanë lënë pa folur për keqkuptimet e zakonshme të psikologjisë së popullarizuar.

DR. KUTAIBA CHALEBY, *Psikiatër për fëmijë, i certifikuar nga Bordi Amerikan i Psikiatrisë dhe Neurologjisë. Ai është gjithashtu ish Kreu i Seksionit të Psikiatrisë, Spitali dhe Qendra Kërkimore Mbreti Faisal, Arabi Saudite.*

Një nga librat më të hollësishëm dhe gjithëpërfshirës mbi prindërimin efektiv. Vepra trajton çështjet në mjedisin e shtëpisë dhe botën e përvojave të fëmijëve, dhe i ka përbërësit për të transformuar familjet anembanë globit.

Edris Khamissa, *Konsulent Ndërkombëtar për Arsim dhe Zhvillimin Njerëzor*

Ky libër ka shumë veçori të spikatura, dhe këtë e them si autor i shumë librave me temën e prindërimit dhe çështjeve familjare, të cilët janë përkthyer në gjuhë të ndryshme. Ai paraqet shumë burime dhe referenca të vlefshme për t'i ndihmuar prindërit, vë në dukje ndjenjën e duhur të plotësisht për fëmijët, dhe thekson se kjo duhet të vijë nga lidhja dhe përfshirja në komunitet, si dhe nga lidhja familjare, dhe ofron një listë të madhe aktiviteteve në fund të çdo kapitull, që nëse zbatohen nga prindërit do të sigurojnë një atmosferë të shëndetshme dhe pozitive familjare.

DR. MOHAMED R. BESHIR, *anëtar i Bordit Këshillues të SIFCA "Shûrâ e Këshilltarëve Familjarë Islamë të Amerikës". Gjithashtu Këshilltar i Departamenteve të Asociacionit Musliman të Kanadasë (Muslim Association of Canada - MAC) dhe Asociacionit Musliman Amerikan (Muslim American Society - MAS) për çështjet e Terbijes.*

Libri inkurajon prindërimin si nga babai ashtu edhe nga nëna, të përgatitur për komunikimin familjar. Vazhdimisht theksohet investimi i kohës, përpjekjes, dashurisë dhe mirëkuptimit në rritjen e fëmijëve që do të kenë personalitetin e tyre. Referencat kur'anore në këtë libër janë të mira dhe e theksojnë çështjen, pa e mbingarkuar mesazhin më të madh. Është e qartë se autorët kanë një sfond mbresëlënës fetar, ndaj ata i trajtojnë mirë argumentet e tyre. Nuk do të më befasonte nëse pjesë të librit do të nxirreshin dhe përmbledheshin për seminare, këshillime dhe detyra të tjera.

PAUL HENRY TYSON, *nëpunës në pension i Shërbimit të Jashtëm të SHBA-së i cili ka shërbyer në Egjipt, Irak, Kuvajt dhe Arabinë Saudite.*