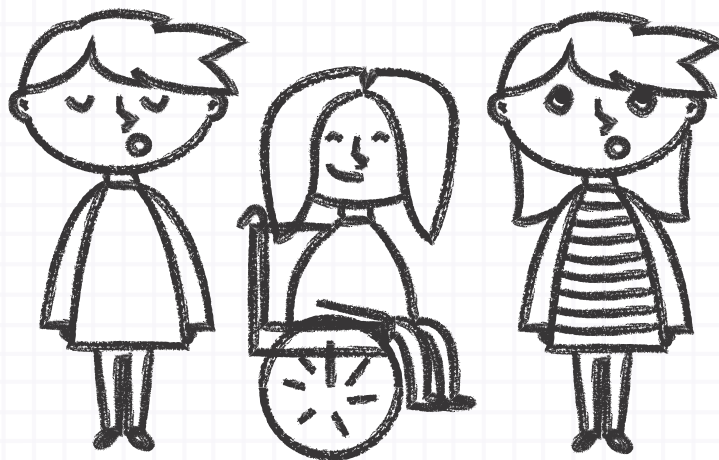


# TË NJOHIM TË DREJTAT TONA!

Udhëzues miqësor për fëmijë



Korrik 2017

Të njohim të drejtat tona!  
Udhëzues miqësor për fëmijë

Autorë:

Qëndresa Ibra-Zariqi

Dizajni:

Envinion

Botuar nga:

Qendra për Arsim e Kosovës

Deklarata e përgjegjësisë: Ky manual u hartua në kuadër të projektit "Promovimi dhe Mbrojtja e të Drejtave të Fëmijës", që financohet nga Bashkimi Evropian dhe menaxhohet nga Zyra e Bashkimit Evropian në Kosovë dhe zbatohet nga Qendra për Arsim e Kosovës në partneritet me Forum ZFD. Përmbajtja e këtij manuali është përgjegjësi e organizatave zbatuese dhe në asnjë rrethanë nuk i atribuohet donatorit.

# PËRMBAJTJA

Hyrje 5

Të drejtat tua! 6

Të drejtat tua për tu mbrojtur, mbijetuar dhe zhvilluar 7

Të drejtat tua në identitet, privatësi dhe familje 8

Liritë tua 9

Ti dhe shteti 10

Të mësojmë për tu mbrojtur 11

Dhuna shfaqet në forma të ndryshme 14

Dhuna zhvillohet në mjedise të ndryshme 15

Ndikimi i dhunës tek fëmijët 16

Jeto në paqe 17

Rregullat dhe mirësjellja 18

Barazia 19

Komunikim 20

Shmangu nga dhuna 21

Ndërmjetësimi 21

Si të veproni nëse të drejtat tuaja nuk respektohen? 22

Mbroje vetën dhe të tjerët nga dhuna 23

Si duhet të reagoni 25

Përfundim 29



# HYRJE

Udhëzuesi miqësor për të drejtat e fëmijëve është hartuar për të ndikuar në edukimin tënd në frymën e paqes, tolerancës, dinjitetit dhe solidaritetit, duke të ndihmuar që para së gjithash të mirëkuptosh të drejtat dhe përgjegjësitë tua dhe të respektosh të drejtat dhe vlerat e familjarëve, shokëve, miqve dhe gjithë njerëzve të tjerë.

Ky "Udhëzues" është hartuar për ty, fëmijë, nxënës nga klasa e V deri te e IX dhe ka për qëllim që duke t'i shpjeguar të drejtat themelore, t'i mësosh të drejtat e tua si dhe t'i njohësh dhe respektosh këto parime:

- Respektimin e dinjitetin njerëzor;
- Vlerësimin e diversitetit;
- Mirëkuptimin;
- Tolerancën;
- Ofrimin e mundësive të barabarta;

Meqë të gjithë jemi qenie njerëzore, duhet të sigurohemi që të vlerësojmë të gjithë, të gëzojmë trajtim të barabartë dhe të kemi të njëjtat shanse në jetë. Prandaj, askush nuk duhet t'i trajtojë të tjerët me ashpërsi, dhunë ose t'i ofendojë.

Megjithatë, të jetosh me të tjerët nuk është çdo herë e lehtë, gjithnjë do të gjenden shkaqe për keqkuptime dhe konflikte. E rëndësishme është që konfliktet të zgjidhen në rrugë paqësore. Dialogu është rruga më e efektshme në këtë drejtim, sepse ai ndihmon të gjenden zgjidhje, që janë të pranueshme për të gjithë.

Nuk është e mundur të kërkohet nga të tjerët të respektojnë dhe mbrojnë të drejtat e tua, po që se ato nuk i mëson dhe respekton edhe vetë.

Atëherë eja t'i mësojmë së bashku!

# TË DREJTAT TUA

Çdonjëri prej nesh është i rëndësishëm. Të gjithë jemi qenie njerëzore!



● Çdo qenie njerëzore ka të drejta. Për më tepër, si vajzë ose djalë nën moshën 18 vjeç ke disa të drejta më specifike. Një listë e këtyre të drejtave është përcaktuar në Konventën e Kombeve të Bashkuara për të Drejtat e Fëmijës, si dokument lider dhe më i rëndësishëm në mbarë globin që iu referohet njohjes së të drejtave të fëmijëve.

● Konventa për të Drejtat e Fëmijës është traktati që i referohet të drejtave të njeriut, që më së shpejti dhe gjerësisht u pranua ndërkombëtarisht deri më sot. Pranimi i pashembullt i Konventës është tregues i qartë i përpjekjeve globale për avancimin e pozitës së fëmijëve në shoqëri, respektivisht të drejtave të tyre.

● Me anë të Konventës për të Drejtat e Fëmijës, filloi të ndryshoi perceptimi dhe mënyra e trajtimit të fëmijëve, nga objekte pasive të kujdesit dhe bamirësisë, në qenie njerëzore me një grup të caktuar të të drejtave.

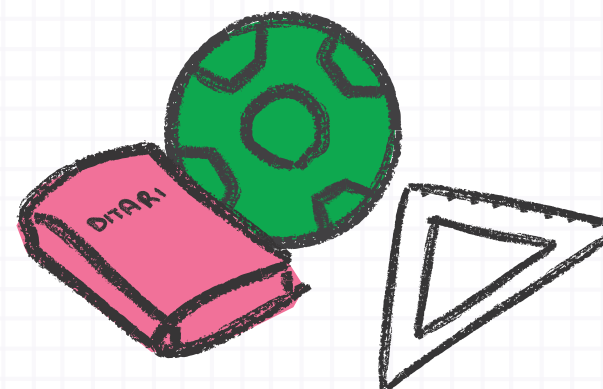
● Duke e njohur rëndësinë e pazëvendësueshme të Konventës për të Drejtat e Fëmijës, Republika e Kosovës e ka integruar atë në Kushtetutën e saj, e cila përbën pikën më të gjerë të referencës ligjore për të drejtat e fëmijëve. Me këtë hap Republika e Kosovës ka shprehur gatishmërinë dhe vullnetin e mirë politik që të marrë përsipër për t'i përmbushur obligimet ndërkombëtare të cilat sigurojnë realizimin e të gjitha të drejtave themelore e të patjetërsueshme për të gjithë fëmijët në Kosovë.

● Si rrjedhojë, Institucionet e Republikës së Kosovës sigurohen që legjislacioni të jetë i mishëruar dhe në përputhje të plotë me parimet e Konventës. Në këtë drejtim, Konventa është bërë dokument bazë dhe udhëzues për hapat/veprimet ndërmerr për gjatë jetësisht të këtyre të drejtave.

● Të drejtat që burojnë nga Konventa për të Drejtat e Fëmijës, e që njëherit janë të përfshira edhe në legjislacionin vendor, të cilat parashohin që fëmijët kanë të drejtë për përkujdesje dhe përkrahje të veçantë:

# TË DREJTAT TUA PËR T'U MBROJTUR, MBIJETUAR DHE ZHVILLUAR

1 Ti ke të drejtë të të mbrojnë interesin më të lartë tëndin në të gjitha vendimet që kanë të bëjnë me dhe për ty dhe në asnjë mënyrë mos të diskriminohesh.



2 Ti ke të drejtë për të jetuar, për zhvillim të plotë, të shëndetshëm dhe të harmonishëm, si në aspektin fizik, mendor, shpirtëror, moral dhe shoqëror.

3 Ti ke të drejtë të përmbushen nevojat themelore siç janë: ushqimi, veshmbathja, strehimi dhe ofrimi i kujdesit shëndetësor.

4 Ti ke të drejtë të mbrohesh nga të gjitha format e shfrytëzimit, abuzimit, dhunës fizike dhe psikologjike, mospërfilljes, keqtrajtimit.

5 Ti ke të drejtë për një standard të lartë të arsimit për të siguruar zhvillimin sa më të plotë të personalitetit tënd, talenteve dhe aftësive tua. Edukimi yt duhet t'ju mësojë të respektosh të drejtat dhe liritë e të tjerëve dhe të përgatisë për një jetë të përgjegjshme në një shoqëri të lirë, në frymën e mirëkuptimit, paqes, tolerancës, barazisë dhe miqësisë mes të gjithë popujve.

6 Ti ke të drejtë për një gamë të gjerë informacionesh objektive.

7 Nëse ke aftësi të kufizuar, mendore ose fizike, ke të drejtë të gëzosh jetë me dinjitet, të integrohesh në shoqëri, të zhvillosh personalitetin tënd dhe të gëzosh autonomi maksimale.

8 Ti ke të drejtë të pushosh, të kesh kohë të lirë, të luash, të marrësh pjesë në aktivitete rekreative, artistike dhe kulturore në një ambient të përshtatshëm për moshën tënde që respekton të drejtat tua.

## TË DREJTAT TUA NË IDENTITET, PRIVATËSI DHE FAMILJE

Ti ke të drejtë për një emër, kombësi dhe mbrojtjen e identitetit tënd. Nëse i përket një pakice etnike, fetare ose gjuhësore, nuk mund të privohesh nga e drejta për të udhëhequr jetën tënde kulturore, praktikuar fenë ose të përdorësh gjuhën tënde.

Ke të drejtën e mbrojtjes së privatësisë tënde. Askush nuk mund të ndërhyjë në mënyrë të paligjshme në jetën tënde private, ose atë të familjes. Shtëpia, korrespondenca, nderi dhe reputacioni yt mbrohen me ligj.

Prindërit kanë përgjegjësi të përbashkët për edukimin dhe zhvillimin tënd. Ata kanë të drejtë dhe detyrë t'ju ofrojnë udhëzime se si duhet t'i ushtrosh të drejtat dhe t'i respektosh obligimet tua.

Ti ke të drejtën të dish se kush janë prindërit tuaj dhe të rritesh prej tyre, përveç nëse kjo nuk është në interesin më të lartë tëndin.

Ti ke të drejtë të dish se kush janë prindërit tuaj dhe të hyni në një vend tjetër për t'u bashkuar me ta. Prindërit e tu kanë të njëjtën të drejtë ndaj teje.

Nëse je ndarë nga prindërit tuaj ose nga njëri prej tyre, ti ke të drejtë t'i takoni rregullisht, përveç nëse kjo nuk është në interesin tënd më të lartë.

Adoptimi mund të autorizohet vetëm nëse është në interesin tënd më të lartë.

## LIRITË TUA

Sa më shpejt që je në gjendje apo kur të duash, ti ke të drejtë të japësh mendimin për çdo gjë, me përjashtim kur është kundër të drejtave të njerëzve të tjerë. Mendimi yt duhet të merret parasysh.

Ti ke të drejtë të takohesh me të tjerët, t'u bashkëngjitesh ose të krijosh klube, me përjashtim kur është kundër të drejtave të njerëzve të tjerë.

Ti ke të drejtë të mbash atë besim fetar që dëshiron, nën udhëheqjen e prindërve. Gjithashtu, të respektosh besimin e të tjerëve.

Ti ke të drejtë të takohesh me të tjerët, t'u bashkëngjitesh ose të krijosh klube, me përjashtim kur është kundër të drejtave të njerëzve të tjerë.

Mbaj  
mend!

Ka kufizime për këto liri. Duhet të respektosh të drejtat dhe liritë e të tjerëve dhe nuk duhet të bësh veprime që paraqisni kërcënim për shoqërinë ose veten tënde.

## TI DHE SHTETI

- 1 Shteti duhet të bëjë çfarëdo që është e nevojshme për të mundësuar t'i ushtrosh të drejtat dhe liritë tua të garantuara.
- 2 Shteti duhet të mbrojë dhe të sigurojë mirëqenien tënde. Të ndihmojë prindërit ose personat që kujdesen për ty, duke krijuar institucione dhe shërbime për t'u kujdesur për interesat dhe mirëqenien tënde.
- 3 Shteti duhet të marrë masa për të të mbrojtur nga rreziqet që lidhen me dukurit negative të paligjshme.
- 4 Ti ke të drejtë për drejtësi. Shteti duhet të sigurojë që sistemi i drejtësisë të përshtatet me të drejtat dhe nevojat tua specifike.
- 5 Ti duhet të jesh i mbrojtur nga tortura, dënimi mizor ose degradues.
- 6 Ti duhet të jesh i mbrojtur nga ekzekutimi ose burgimi i përjetshëm.
- 7 Ti nuk mund të arrestohesh në mënyrë të paligjshme. Paraburgimi duhet të jetë opioni i fundit i mundshëm. Duhet të jetë sa më i shkurtër dhe të marrë parasysh nevojat tua dhe moshën tënde. Në paraburgim, duhet të ndahesh nga të paraburgosurit ose të burgosurit e rritur, përveç nëse kjo nuk është në interesin tënd më të lartë. Gjithashtu në rrethana paraburgimi ke të drejtën të qëndrosh në kontakt me familjen tënde.
- 8 Në kohë lufte, shteti duhet të mbrojë dhe të kujdeset për ty. Nëse jeni nën moshën 15 vjeç, nuk mund të rekrutohesh në ndonjë forcë të armatosur.

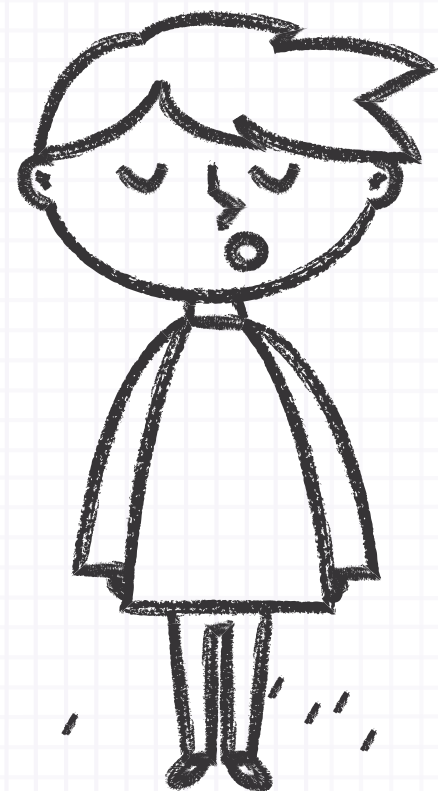
## TË MËSOJMË PËR T'U MBROJTUR

Dhuna ndaj fëmijëve është një shkelje e të drejtave të njeriut. Fëmijët përjetojnë dhunë në çdo vend të botës, pavarësisht nga kultura, besimi, prejardhja ose grupi etnik, dhe nuk ka rëndësi nëse familjet e tyre janë të arsimuara mirë apo jo, të pasur apo të varfër ... dhuna mund të zë vend kudo.

Konventa për të Drejtat e Fëmijës thekson se institucionet shtetërore kanë përgjegjësinë kryesore për të promovuar dhe mbrojtur të drejtat e fëmijëve, që fëmijët të kenë qasje në shërbime shëndetësore, arsim, sociale dhe shërbime të tjera të nevojshme. Gjithashtu duhet t'u ndihmojnë familjeve dhe të sigurohen se fëmijët po rriten në ambient edukativ dhe të shëndetshëm.

Ndërsa, duhet të sigurohen që kushdo që ushtron dhunë ndaj fëmijëve duhet të ndëshkohet.





A do të thotë kjo që askush, madje as prindërit ose kujdestarët, nuk mund të ju shkaktojë fëmijëve asnjë lloj dëmtimi ose t'i trajtojë në një mënyrë të keqe. Ndërsa, prindërit, udhëheqësit, nëpunësit shtetërorë, edukatorët, mësime dhënësit dhe të gjithë të rriturit janë të obliguar për t'u siguruar që asnjë formë e dhunës nuk është shkaktuar ndaj nesh. Përderisa ne, fëmijët, duhet të respektojmë vetën dhe të tjerët, të jemi të sjellshëm dhe produktiv.

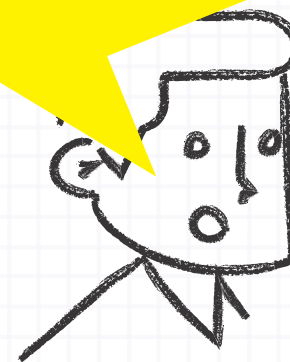
... disa fëmijë janë më shumë të rrezikuar ose më të ekspozuar ndaj dhunës sesa të tjerët, për shkak të gjinisë, racës, kulturës, grupit etnik, prejardhjes sociale dhe ekonomike, ose sepse kanë ndonjë formë të aftësisë së kufizuar, këtyre fëmijëve duhet ofruar përkrahje dhe mbrojtje e veçantë.

Një ndër gjërat më të rëndësishme është edukimi i fëmijëve si të jetojnë me integritet në paqe, të jenë të devotshëm dhe të jenë të mbrojtur nga dhuna. Për tu mbrojtur nga dhuna ne duhet të dimë se "çka është dhuna?", cilat janë "llojet e dhunës?", ku mund "shfaqet dhuna?"!

Mbaj mend!

Megjithëse në shkallë të ndryshme, dhuna mund t'i privojë fëmijët nga mirëqenia e tyre dhe aftësia për të mësuar dhe shoqëruar normalisht dhe mund të ketë efekte shkatërruese në jetën e tyre kur të rriten

"Dhunë", përfshin por nuk kufizohet në veprat apo veprimet e qëllimshme që i bën një person personit tjetër; si: përdorimi i forcës fizike, presioni psikik, çdo veprim që shkakton apo kanos dhembjen fizike dhe psikike; shkaktimi i ndjenjës së frikës, rrezikshmërisë personale, cenimit të dinjitetit; sulmi fizik pa marrë parasysh pasojat; ofendimi, sharja, thirrja me emra ofendues dhe mënyra të tjera të shqetësimit të vrazhdë; përsëritja e vazhdueshme e sjelljeve me qëllim të përuljes së personit tjetër; vënia e personit tjetër në pozitën që ai të frikësohet për gjendjen fizike, emocionale dhe ekonomike.



Kjo do të thotë që nëse një person të kërcënon se do të lëndojë, fyejë, poshtërojë, frikësojë, injorojë, godet, tërheq flokët, gjuan me gjëra të forta nga largësia, përdor fjalë banale me baza gjinore, ..., ka ushtruar "dhunë".



## ...DHUNA SHFAQET NË FORMA TË NDRYSHME

### DHUNA EMOCIONALE/ PSIKOLOGJIKE:

...nëse dikush përdor fuqinë ose pozicionin e tyre të pushtetit, për t'iu frikësuar ose kërcënuar me fjalë apo edhe duke përdorë mjetet të ndryshme (shkop, thikë, armë, etj.), me qëllim që t'iu shkaktoj dëm.

### DHUNË FIZIKE:

...nëse dikush përdor forcë për të lënduar dikë në mënyrë të qëllimshme, përfshirë goditjen me shuplakë apo me mjete të tjera, rrahjen me çfarëdo mjeti, shtrëngimin, shkuljen e flokëve apo çdo veprim tjetër që lëndon trupin dhe ndjenjat.

### DHUNË VERBALE:

...përdorimi i fjalëve ofenduese me qëllim të lëndimit, përfshirë fyerjen, etiketimin, turpërimin, bërtima, poshtërimin, ..., si dhe përdorimi i gjuhës nënçmuese në mesin e formave të komunikimit.

### NGACMIMI në mes të BASHKËMOSHATARËVE:

...nënkupton kur një nxënës ose grup i nxënësve, më të "fuqishëm", me më shumë pushtet, në mënyrë të përsëritur dhe me dashje shkaktojnë lëndim apo dëm ndaj ndonjë nxënësi tjetër ose grupi nxënësve që ndjehen të pafuqishëm për t'u kundërvënë. Ngacmimi mund të vazhdojë me kalimin e kohës, shpesh mbahet fshehtë nga te rriturit, dhe vazhdon nëse nuk ndërmerret asnjë veprim. Këtu përfshihen sjelljet si thashethemet, ofendimin, etiketimin në mesin e shokëve, goditjen, shqelmimin, dëmtimin e pronës, etj."

### DHUNË DIGJITALE:

...nëse në çfarëdo forme të komunikimit duke përdorur mjetet e teknologjisë informative pranoni thirrje, porosi, video, fotografi të cilat bartin mesazhe që kanë për qëllim shqetësimin, lëndimin apo keqpërdorimin e fëmijës.

## ...DHE ZHVILLOHET NË MJEDISE TË NDRYSHME

### NË SHTËPI:

...kur ndëshkimi fizik, keqtrajtimi dhe abuzimi verbal përdoren për të edukuar dhe disiplinuar fëmijët.

### NË RRUGË:

...ballafaqoheni me dhunë duke lozur, të qëllonjë, fyejnë ose keqtrajtojnë në rrugë.

### NË SHKOLLË:

...ngacmimi në mes të bashkëmoshatarëve, zemërimi, shqetësimi nga shokët e shkollës. Dhuna e përdorur nga mësuesit ose personeli tjerë i shkollës.

### NË INSTITUCIONE:

...që janë përgjegjëse për t'u kujdesur për fëmijët, ku fëmijët jetojnë pa familjet e tyre, dhuna ndaj tyre përdoret nga kujdestarët.

### NË INTERNET:

...përdorimi i teknologjive të informacionit dhe komunikimit (TIK) përfshin shumë rreziqe, p.sh., pedofilët ose njerëzit që përdorin me dashje rrjete ose media informuese për abuzimin seksual të fëmijëve.

Mbaj  
mend!

Përdorimi i dhunës është sjellje e mësuar..., çdo fëmijë mund të jetë në pozitë që përjeton këto lloje të dhunës nga të tjerët, ose i përdorë këto lloje të dhunës ndaj të tjerëve, apo edhe i sheh çdo ditë kur dikush përdor këto lloje të dhunës ndaj moshatarëve apo fëmijëve të tjerë, ndaj dhe mund t'i mësojë ato sjellje shumë të gabuara. Ti kurrë nuk duhet të imitosh dhe të sillesh në mënyrë të dhunshme.



# NDIKIMI I DHUNËS TEK FËMIJËT

Dhuna mund të ketë ndikim të madh mbi fëmijët, pasojat e së cilës mund të ndjehen shumë vite më vonë ... si:

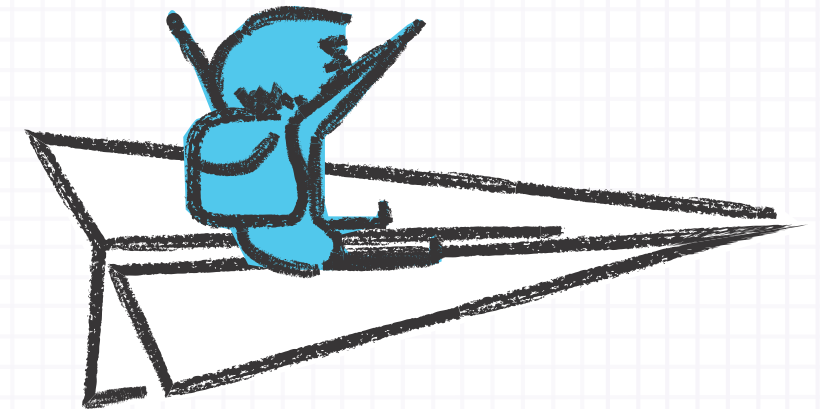
- 1 Vështirësi në krijimin e marrëdhënieve miqësore me të tjerët.
- 2 Vështirësi në të nxënë, që manifestohen me rezultate të dobëta në mësim.
- 3 Vështirësi për të shprehur ndjenjat në atë mënyrë që lehtë të kuptohet nga të tjerët.
- 4 Probleme emocionale/psikologjike shëndetësore, duke përfshirë sjellje agresive dhe vetë-shkatërruese, ankth, depresion, të tërëhjekur apo hiperaktiv.
- 5 Probleme fizike shëndetësore, të tilla si ndryshime në zhvillimin e trurit, lëndime, plagë dhe fraktura.
- 6 Probleme shëndetësore, që shprehet përmes sëmundjeve të ndryshme, jo reale, si: dhimbje koke, dhimbje barku, rrahje më të shpejta të zemrës, etj.
- 7 Rriten mundësit e përfshirjes në veprime të rrezikshme, si përdorimi i substancave narkotike, alkoolit, kryerja e veprave në kundërshtim me ligjin apo hyrja në marrëdhënie seksuale në moshë shumë të re.

# JETO NË PAQE

Mbaj mend!

Është gabim fatal të kuptuarit e dhunës si "normale", apo mënyrë për edukimin dhe disiplinimin e fëmijëve.

Fëmijët kanë më pak gjasa që të kenë probleme afatgjata që vinë si rezultat i dhunës nëse e kanë një prind ose anëtar tjetër të familjes që i bën ata të ndjehen të sigurt dhe të dashur. Apo, nëse kanë miq të cilët ju ofrojnë mbështetje e përkrahje dhe nuk i provokojnë në përfshirje të veprimeve të cilat mund të ndikojnë të sillen në mënyrë të rrezikshme e kundërvajtëse.



## RREGULLAT DHE MIRËSJELLJA

Në në çdo familje, në çdo shkollë dhe çdo shoqëri duhet të ketë rregulla që vendosem në pajtim me ligjet e shtetit dhe me pajtim me anëtarët, subjektet apo grupet e interesit. E ke parasysh në familje kemi rendin shtëpiak, jo të shkruar, por të trasuar nga gjyshërit, prindërit, apo jo? Është koha e ushqimit, koha e punës, koha e pushimit, koha e gjumit, e në shumicën e familjeve dihet edhe koha e fundit kur mbyllen dyert e shtëpisë para gjumit, kur askush nga anëtarët e familjes e sidomos fëmijët nuk bënë të rrinë më jashtë. Pastaj kemi edhe zakone që na rrjedhin nga ana e traditës dhe kulturës që i takojmë.

Njësoj edhe në shkollë dhe institucione tjera ka rregulla. Mirëpo, për dallim nga shtëpia aty rregullat janë të shkruara, se tani po bëjmë fjalë për institucion ku veprimet dhe çdo gjë evidentohet në letër- dokument.

Meqë je në moshën shkollë, po ndalemi te rregullat e shkollës dhe sigurisht e din që ato shkruhen nga përfaqësuesit e shkollës: udhëheqës, mësime dhe nxënës e pastaj miratohen nga komuna.

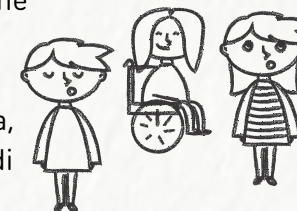
"Nëse deri tani nxënësit nuk janë përfshirë në hartimin e rregullave të shkollës, adresojë këtë te organet e shkollës sepse duhet të dëgjohet zëri i fëmijës/nxënësit.

**INSTITUCIONI I SHKOLLËS ËSHTË NË SHËRBIM TË NXËNËSVE DHE TË GJITHË BRENDË SAJ DUHET TË NDIHEN MIRË."**

## BARAZIA

Unë kam të drejtë të jetojë pa përjetuar asnjë lloj të dhunës.... Unë kam përgjegjësi të sigurohem që nuk lëndo të tjerët në asnjë mënyrë...

Çdo fëmijë, si në familje ashtu edhe në shkollë e kudo, duhet të ndihet i barabartë me shokët e shoqet e veta sepse ashtu e thonë rregullat e çdo shoqërie të shëndoshë. Para prindërve secili fëmijë duket njësoj edhe duhen po ashtu, sepse secili fëmijë e ka vlerën e vet, dashurinë dhe bukurinë e vet. Kështu në mënyrë të barabartë, të bukur, të dashur e të vlefshëm i ka fëmijët edhe mësuesi/ja, prandaj jo rastësisht edhe quhet prindi i dytë dhe shkolla gjithashtu duket si familje e dytë për çdo fëmijë.



Atëherë ti duhet ta kuptosh se për familjen dhe shkollën je personi më i çmuar, më me vlerë. E vlera është diçka e rëndësishme, që duhet ruajtur e mbrojtur gjithnjë. Kur të rritesh e shkollohesh, të formohesh intelektualisht do ta kuptosh peshën e kësaj fjale dhe secilën këshillë dhe informatë që do ta marrish nga ky udhëzues, porositi e të cilit do t'i përcjellësh te fëmijët tjerë, por edhe e do t'i formësosh edhe më tej nga mësimet dhe përvoja e jetës tënde.

Tani për tani duam ta dish që fëmijët pa dallim, duhet të trajtohen njësoj nga të gjithë. Edhe ti vetë duhet t'i i respektosh moshatarët e tu në mënyrë të barabartë sepse ashtu do të ndiheni mirë kudo, si në mësimet edhe në lojë e argëtim. Barazia dhe mirëkuptimi të bënë më fortë e më të lumtur sepse askush nuk ndihet i anashkuar e i nënçmuar. Pastaj vetë fakti që ndihesh i barabartë me të tjerët të jep kënaqësi, qetësi shpirtërore, vetëbesim dhe kurajo për të ecur përpara me mësimet dhe drejt ambicieve tua për zhvillim. Kështu edhe më pak ka vend për ngacmime e elemente të dhunshme në mes jush.

Ti duhet të rritesh në frymën e barazisë dhe mirëkuptimit. Duhet të kontribuosh që këto vlera njerëzore të kultivohen e zhvillohen në shoqërinë tënde e më gjerë!

Mbaj mend!



## KOMUNIKIMI

Që në moshë të re duhet të krijohet kultura e komunikimit të mirë. Atë duhet ta nisësh që nga familja e pastaj shkolla, e cila e ka rolin e madh në zhvillimin tënd në aspekt edukativ dhe intelektual. Këtu komunikimi gjithsesi është shtylla kryesore e cila ndihmon secilin segment drejt përmbushjen së gjithmbarshme të rolit të shkollës në edukim dhe arsimin.

Atëherë pjesa e shkathtësisë komunikuese, me shkrim, me gojë e me shenja e kode është pjesë e rezultateve që duhet t'i arrish në cilëndo nivel arsimor, prandaj ndihmoje veten dhe të tjerët duke komunikuar mirë dhe bëhu pjesë e suksesit që e kërkon secili njeri.

Mbaj mend!

Suksesi nuk arrihet pa lexim sepse leximi është bazë e ndërtimit të kulturës në të shprehur. Leximi e mësimi gjithashtu të ndihmojnë të kesh kreativitet e të fitosh shkathtësi e vlera në çdo aspekt, përfshirë mirëkomunikimin.

**"Komunikimi i mirë parandalon keqkuptimin. Mos e fyej askend! Fyerja, tallja e nënçmimi të çojnë drejt dhunës, e cila të dëmton ty dhe secilin që përfshihet në rast."**

## SHMANGU NGA DHUNA

Tani nisu nga vetja, nëse të pengon fjala e keqe apo fakti se dikush të nënçmon dhe të ngacmon, atëherë as ti mos u bë shkak i sjelljeve të këqija e të dëmshme për shokun-shoqen apo rrethin tënd shoqëror! Nganjëherë shoku a shoqja mund të sillen keq pse e ka ndonjë problem që e shqetëson, prandaj duhet të përpiqesh ta ndihmosh e jo ta

zmadhosh problemin! I bie që të shmangesh nga dhuna e konflikti, si dhe të përpiqet t'i dalësh në ndihmë, të bëhesh ndërmjetësues. Këtë rol mund ta marrësh edhe në rastet kur ngacmimi a dhuna nuk ka të bëjë fare me ty, por me cilindo shokë/shoqe që shfaqë shenja të dhunës, si:shkaktar dhune, dhunues apo viktimë.

## NDËRMJETËSIMI

Ndërmjetësimi mund të ndodhë në situata të ndryshme në rrethana brenda shkollës, gjatë rrugës, aktiviteteve jashtë shkollës, në rrethanat e aktiviteteve me moshatarët e lagjes, etj. Ti mund të jesh kontribues i paqes, tolerancës dhe mirëkuptimit në mes moshatarësh e pastaj edhe më gjerë. Do të shuhesh për vlera e cilësi pozitive.

Si ta ndihmosh? ...Të bashkëpunosh me mësuesin a kujdestarin e klasës që t'i afroheni e ta mirëkuptoni gjendjen që e ka, duke kërkuar edhe mbështetjen e familjes së tij/saj dhe shërbimeve tjera të shkollës (psikologu, pedagogu). Në rast se familja është jobashkëpunuese dhe problemin nuk po e zgjidhni dot me organet e shkollës, atëherë duhet ta referoni rastin te shërbimet apo edhe në institucionet tjera.

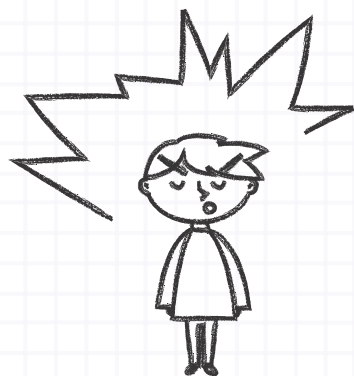
Mbaj mend!

Kur sheh rast të dhunës në mes shokëve, provo t'i pajtosh e t'i ndihmosh për ta kthyer gjendjen sikur nuk ka ndodhur asgjë.

## SI TË VEPRONI NËSE TË DREJTAT TUAJA NUK RESPEKTOHEN?

Ushtrimi i disa të drejtave mund të kufizohet për arsye të vlefshme, për shembull për t'ju mbrojtur nga rreziku i rëndësishëm ose për të marrë parasysh pjekurinë ose moshën tuaj. Disa të drejta, të tilla

si ato të jetës, arsimit, shëndetit dhe mbrojtjes nga dhuna apo shfrytëzimi, kurrë nuk mund të kufizohen nga askush, qoftë edhe nga prindërit apo mësimitdhënësit.



## MBROJE VETËN DHE TË TJERËT NGA DHUNA

Raportimi i dhunës nënkupton kur ne i tregojmë dikujt një ngjarje të cilën e kemi parë, dëgjuar, përjetuar dhe që ne e vlerësojmë si dukuri negative.

Çdo njeri, i rritur apo fëmijë duhet të raportojë nëse përjeton, sheh apo njez ndonjë rast dhune, pra pa marrë parasysh a jeni viktimë apo dëshmitarë të dhunës duhet ta raportoni atë. Arsyeja kryesore për të raportuar dhunën është trajtimi i duhur i rastit nga institucionet përgjegjëse. Raportimi në kohë dhe në vendin e duhur, po ashtu ndihmon edhe parandalimin e përshkallëzimit të dhunës, por edhe shmangien e rasteve të reja. Nëse nuk raportohet dhuna, ajo mund të bëhet më e madhe dhe pasojat e saj mund të jenë edhe më të mëdha.

Kur ndodh dhuna, duhet të raportohet në mënyrë që fëmija i përfshirë të ndihmohet dhe të parandalojë që fëmijët e tjerë të abuzohen në të njëjtën mënyrë ose nga i njëjti person. Raportimi mund të bëhet përmes telefonit mobil në numrin 192, ky numër është i Policisë së Kosovës dhe është pa pagesë.

Askush nuk ndihet mirë në rast të dhunës. Viktima dhe dëshmitari, pësojnë pasojat të konsiderueshme, prandaj mos u bë pjesë e dhunës!

Nëse përjetoni dhunë në shtëpi, rrugë, shkollë, institucione, internet apo kudo tjetër, ju duhet ta raportoni atë.

Kur të raportoni dhunën qoftë në shkollë apo tek institucionet tjera përgjegjëse, duhet ta dishë se do të trajtohesh me mirësi dhe të gjitha informatat personale tuajat dhe familjes tënde mbahen sekret. Ato ndahen vetëm me profesionistët përgjegjës për tu siguruar që fëmija që ka pësuar dhunë të ndihmohet.

Raportimi mund të bëhet përmes telefonit mobil në numrin 192, ky numër është i Policisë së Kosovës dhe është pa pagesë.





### KUR DHUNA NDODHË NË SHTËPI:

...nëse në vazhdimësi ofendoheni apo keqtrajtoheni nga vëllau, motra apo ndonjë anëtarë tjetër i familjes ju duhet ti tregoni prindërve ose një personi të rritur që i besoni. Mirëpo, nëse përjetoni dhunë nga prindërit atëherë ju duhet ti tregoni një personi të rritur që i besoni, mësimdhënësit, Policisë.

### KUR DHUNA NDODHË NË RRUGË:

...nëse përjeton dhunë nga ndonjë fëmijë i lagjes, komshi ose edhe person tjetër i panjohur në rrugë, ti menjëherë duhet ti tregosh prindërve, policisë ose një personi të rritur që i besoni.

### KUR DHUNA NDODHË NË SHKOLLË:

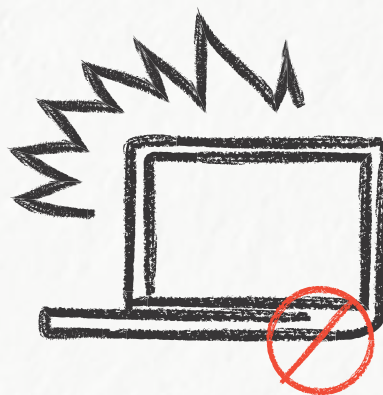
...nëse përjeton dhunë nga bashkëmoshatarët, personeli i shkollë, menjëherë duhet të njoftosh kujdestarin e klasës ose udhëheqësin e shkollës.

### KUR DHUNA NDODHË NË INSTITUCIONE:

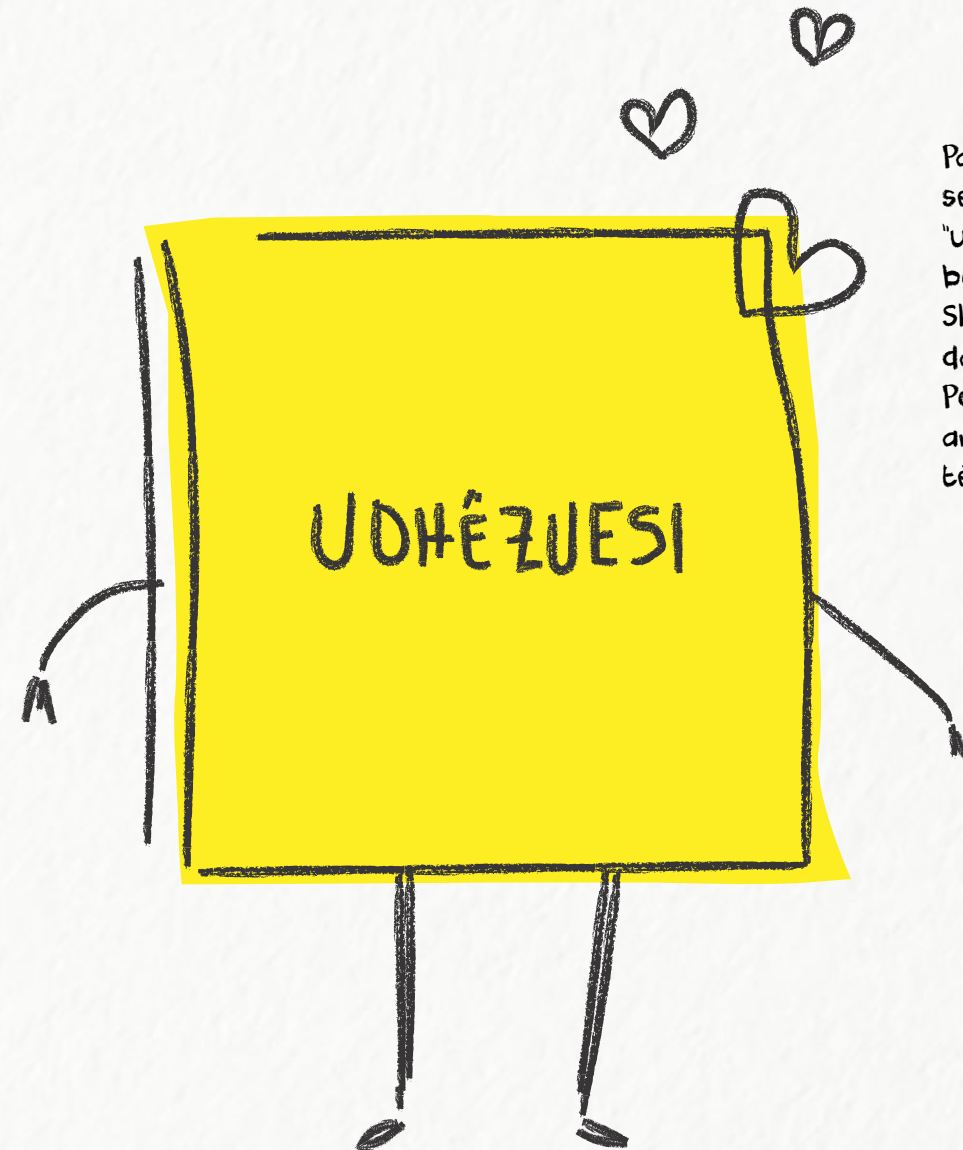
...nëse përjetoni dhunë nga bashkëmoshatarët ju duhet të njoftoni udhëheqësin e institucionit, kujdestarin ligjorë tuajin. Por nëse përjetoni dhunë nga personeli i institucionit ju duhet të njoftoni policinë, punëtorin social, mësimdhënësin ose një personi të rritur që i besoni.

### KUR NDODHË DHUNA DIGJITALE:

...nëse gjatë përdorimi të mjeteve të teknologjisë informative përjetoni dhunë, menjëherë duhet të informosh prindërit, mësimdhënësit, policinë ose një person të rritur që i besoni.



## SI DUHET TË REAGONI!



Para së gjithash, do të më premtosh se nuk do të trembesh nga ky "udhëzues", por do të kuptosh se në botë jetojnë njerëz të ndryshëm. Shumica e njerëzve janë të mirë, të dashur dhe duan të kujdesen për ty. Por disa prej tyre mund t'ju lëndojnë, andaj "udhëzuesi" do të mëson se si të mbroheni.



## THUAJ "JO"

Ju keni të drejtë të thoni "JO" për këdo që përpiket t'ju prekë në një mënyrë që ju bën të ndiheni të parehatshëm ose të frikësuar.

## KURRË NUK DUHET TË MBAHEN DISA SEKRETE

Janë disa sekrete që nuk duhet t'i mbani, edhe nëse keni premtuar që nuk do ti thuani. Asnjë dhunues nuk duhet të kërkojë nga ju ta mbani ngacmimin "sekret". Shpesh, njerëzit që u bëjnë gjëra të këqija fëmijëve, iu kërkojnë fëmijëve që mos ti tregojnë askujt se çfarë ka ndodhur, sepse ata e dinë se kanë bërë diçka të gabuar dhe kanë frikë se do të ndëshkohen.

*"Sot një shok, e nesër ti mund të jesh viktimë e atij sekreti, apo asaj dhune!"*

Përqafimet dhe puthjet janë të këndshme, veçanërisht nga njerëzit që na pëlqejnë. Askush nuk duhet t'ju kërkojë të bëni një puthje, përqafim apo prekje të fshehtë. Të rriturit mund të ju thonë se ky është vetëm një sekret i yni i vogël, nëse ju thotë ndonjë i rritur, madje edhe ndonjë person që ju e njihni mirë, menjëherë duhet t'i tregoni prindërve ose një të rrituri që i besoni.

## TRUPI JUAJ TË TAKON TY

Mësoni emrat e pjesëve të trupit tuaj dhe përpiquni të mësoni dallimin mes "prekjes së mirë" dhe "prekjes së keqe".

Askush nuk duhet t'ju prekë ju në mënyra apo vende që ju bëjnë të ndiheni keq. Gjithashtu, edhe ju duhet të mos prekni askënd tjetër në mënyrë që do t'i bënit të ndihen keq apo pakëndshëm. Bisedo me prindërit ose me një të rritur që i besoni, sa herë që nuk jeni të sigurt për prekjen ose sjelljen e dikujt tjetër.

## BËRTIT

Është mirë të bërtasësh dhe të thërrasësh nëse dikush përpiket të të lëndojë. Ju nuk duhet të ndiheni të zënë ngushtë ose në siklet nëse keni nevojë të

thirrni me zë të lartë për të kërkuar ndihmë kur jeni në telashe.

## MOS MERRNI DHURATA

Është e zakonshme të marrësh dhurata nga miqtë dhe familja. Por, nuk është e zakonshme të marrësh gjësende nga personat e panjohur. Andaj, mos merrni ndonjë ëmbëlsirë, para ose dhurata nga askush pa iu treguar prindërve apo ndonjë person

tjetër që kujdeset për ju. Keni kujdes, edhe disa të rritur që ju i njihni dhe ju besoni, mund t'ju japin dhurata dhe para për t'ju mashtruar dhe për të ju shtyrë të bëni diçka të gabuar.



## VRAPONI OSE LARGOHUNI

Nëse një i huaj apo ndokush që e njihni përpiqet të lëndojë, menjëherë vrapo apo largohu nga ai vend si

dhe kërko ndihmë. Sigurohu që gjithmonë të shkosh drejt vendeve ku ka më shumë njerëz.

## TREGOJ DIKUJT

Nëse jeni duke u dënuar fizikisht, gojarisht, abuzuar seksualisht ose ngacmuar nga bashkëmohatarët,

menjëherë duhet ti tregoni ndonjë mësimitdhënësi, prindërve ose ndonjë të rritur tjetër që ju besoni.

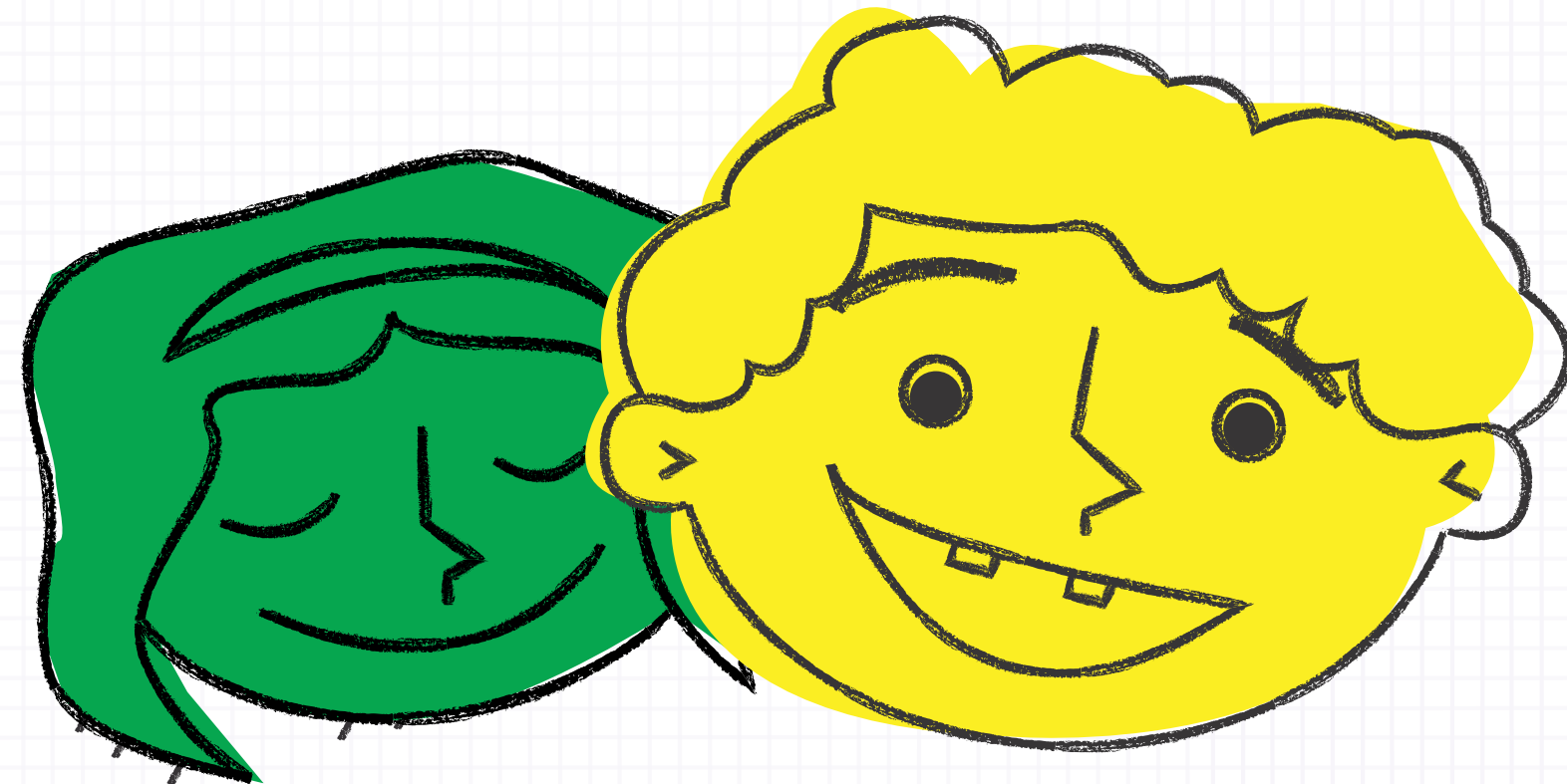
Mbaj mend!

Mos harro ti tregosh një të rritur nëse jeni i lënduar. Nëse ndokush ju dëmton, kurrë nuk është faji juaj

## PËRFUNDIM

Dhuna mund të ndodh në familje, rrugë, shkollë dhe vende tjera siç dëgjohet gjithandej. Siç u tha, format e dhunës janë të llojllojshme dhe ti duhet të dish që me sjellje të mirë, komunikim të shëndosh të qëndrosh larg sjelljeve të dhunshme, ndërkohë që bashkë me familjarët, moshatarët, dhe mësimitdhënësit duhet të kontribosh në vetëdijësim dhe reagim kundër dhunës, e cila është e dëmshme për të gjithë dhe i cenon rëndë të drejtat e fëmijës - njeriut.

*Bota ka nevojë për ide dhe qasje të reja, duke respektuar vetveten dhe të tjerët, në shtojmë dritë dhe pozitivitet në jetën tonë dhe jetën e brezave të ardhshëm. Në këtë mënyrë ti ndikon në ndërtimin e Republikës së Kosovës, shtet që ofron mundësi të barabarta për të gjithë dhe garanton të drejtat e fëmijëve*



Shprehu!



Shprehu!



Shprehu!

