

Ky dokument nuk është prova. Prova janë bajtët e ruajtur: HTML-ja e faqes, pamja e saj, dhe zinxhiri i hash-eve që i lidh. Kjo dëshmi është paraqitja e tyre, e prodhuar automatikisht. Verifikohet me kodin më poshtë **pa na pyetur ne**.

ARTIKULLI

TITULLI	5 këshilla për bashkëprindërim të shëndetshëm pas ndarjes
ADRESA	https://boldnews.al/2026/10/02/5-keshilla-per-bashkeprinderim-te-shendetshem-pas-ndarjes/
BURIMI	boldnews.al
GJENDJA	online

KOHA

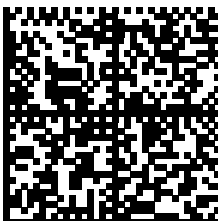
KAPUR NGA NE	2 tetor 2026, 18:27:37 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 300 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	2 tetor 2026, 18:25:06 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	fbc31e2d73818b9f2327142387957dca41deb329ab72daead71f0de8a7d9e54b
TEKSTI	809fc570aa4be113eff9ba16a420712b95fbc8adf8d52b143a0a65a20fa376a
PAMJA	63473b8b559222c6281dac4171d6eb067b02f32d1745f4b19a31702bef55d06a

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	261b2f22aba2697b3856561e46207b417fee9a81be2c48b8f8c93196366768a8
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	—
ANKORIMI	nuk është ankoruar ende <i>Kjo hyrje nuk është përfshirë ende në asnjë pemë Merkle të dërguar. Zinxhiri i hash-eve provon rendin dhe integritetin; koha jo.</i>



SKANOJE PËR TA VERIFIKUAR

Kodi të nxjerr te eksploruesi i STAMLES. Ai regjistër nuk është yni: nëse serveri ynë bie nesër, vula mbetet aty ku është.

Faqja tregon njërën nga tri gjendjet — **nuk u gjet**, **në radhë**, ose **e konfirmuar** me bllokun, rrënjën Merkle dhe transaksionin në Polygon. Krahazo hash-in që gjen atje me atë të shtypur më lart: nëse përputhen, kjo kapje ekzistonte para asaj ore, dhe ne nuk mund ta kishim ndryshuar pas saj.

<https://scan.stamles.eu/verify/261b2f22aba2697b3856561e46207b417fee9a81be2c48b8f8c93196366768a8>

PAMJA E FAQES

Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

Motori: chromium-stored+assets · dritarja 1280×1024 px

Fillimi > NDRYSHE

5 këshilla për bashkëprindërim të shëndetshëm pas ndarjes

20:25 : 02/10/2026 në NDRYSHE



Rritja e fëmijëve pas ndarjes së prindërve mund të jetë e vështirë, por babai beqar dhe këshilltari për bashkëprindërimin Aaron Dale sugjeron mënyrat më të mira për ta bërë këtë.

Miliona nëna dhe baballarë detyrohen të ndajnë prindërimin pas ndarjes ose divorcit. Dhe shumë prej tyre nuk e kanë idenë se si ta bëjnë këtë në mënyrë harmonike.

Rezultati mund të jenë mënyra bashkëprindërimi që jo domosdoshmërisht janë në interesin më të mirë të fëmijëve të përfshirë, sepse thjesht ta duash fëmijën tënd nuk është gjithmonë e mjaftueshme, vëren Aaron Dale, autor i librit të ri *The Co-Parent: A Toolkit for Parenting Together, Apart*.

Dale, i cili u rrit nga një nënë e vetme dhe bashkëprindëron dy djemtë e tij me nënat e tyre, thotë: “Pavarësisht se sa të zakonshme janë bërë ndarja dhe bashkëprindërimi, shumë prej nesh hyjnë në këtë rrugëtim me shumë pak ndërgjegjësim ose kuptim për atë që kërkon ai.”

Babai, i cili është këshilltar për bashkëprindërimin dhe gjithashtu themelues i platformës së mediave sociale për prindërimin e përbashkët, thotë se kur u bë vetë bashkëprind, kuptoi shpejt se dashuria për fëmijën nuk ishte domosdoshmërisht e mjaftueshme që bashkëprindërimi të funksiononte.

Lexo edhe:

[Atentat në një lokal të Athinës, plagoset fëmija shqiptar](#)

["Tabela e rezultateve", loja e rrezikshme që po përhapet në rrjete sociale mes të rinjve](#)

“Dy prindër mund ta duan thellësisht fëmijën e tyre, të duan më të mirën për të dhe, megjithatë, të kenë vështirësi me komunikimin dhe mosmarrëveshjet”, vëren ai.

Dale, 40 vjeç, shpjegon se pikërisht për këtë arsye ai u ndje “i detyruar” të shkruante librin dhe thekson: “I njihja personalisht sfidat dhe doja t’i ndihmoja bashkëprindërit duke krijuar burimin që do të doja ta kisha kur nisa të përballesha me rrugën e paparashikueshme të bashkëprindërimin. Diçka praktike, të sqartë dhe të arritshme, në vend të diçkaje që thjesht u tregonte prindërve se çfarë duhet të bënin.

TË GJITHA



5 këshilla për bashkëprindërim të shëndetshëm pas ndarjes

20:25 : 02/10/2026



“Edhe sa vila ke o ‘Bela belaja?’”, qytetarja: Sado të mundohet Rama të të mbrojë, do ikësh

20:08 : 02/10/2026



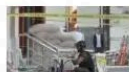
“Mesazhi” me tritol në pikën e karburantit, identifikohet autori

19:51 : 02/10/2026



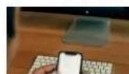
Qytetarët marshojnë drejt Kryeministrit: Nuk shitet Shqipëria, shitet qeveria

19:34 : 02/10/2026



Kërcënohet me eksploziv biznesi në Peshkopi, autorët kërkojnë 50 mln lekë

19:17 : 02/10/2026



Videot intime pa pëlqim, ekspertët: Pasojat mund të jenë tragjike

19:05 : 02/10/2026



Nesho: Yeffet, SHISH dhe armët, skandali që çon te pushteti

18:53 : 02/10/2026

“Realiteti është se nuk ka një qasje të vetme që u përshatet të gjithëve për bashkëprindërimin.”

Ai thotë se, ndërsa disa prindër të ndarë, për shembull, komunikojnë çdo ditë dhe kjo funksionon për ta, të tjerë mund të komunikojnë vetëm kur kanë nevojë. Disa mund ta ndajnë prindërimin në mënyrë të barabartë, ndërsa të tjerë mund të kenë një orar prej një muaji në muaj që funksionon për ta dhe për fëmijën e tyre.

Por ai thekson: *“Pavarësisht nga rrethanat tuaja, ekziston një gjë që të gjithë duhet ta kemi të përbashkët: dëshirën për të rritur një të rritur të shëndetshëm, të sigurt dhe të pajisur mirë emocionalisht.”*

Shoqata Kombëtare e Qendrave të Kontaktit me Fëmijët (NACCC) i ndihmon fëmijët të qëndrojnë në kontakt me prindërit pas ndarjes dhe divorcit, dhe Phil Coleman, menaxher i zhvillimit të shërbimeve në NACCC, thekson se, ndërsa ndarja mund të jetë padëshim sfiduese për të gjithë të përfshirët, ajo nuk ka pse të përcaktojë të ardhmen e një fëmije.

“Një nga faktorët më të rëndësishëm që ndikon në mënyrën se si fëmijët përshatën është aftësia e prindërve për të punuar së bashku në mbështetje të nevojave të fëmijës së tyre, edhe kur marrëdhënia e tyre ka marrë fund”, thotë ai.

Megjithatë, ai thekson se bashkëprindërimi efektiv ndonjëherë keqkuptohet dhe shpjegon: *“Prindërit nuk duhet të jenë miq, të bien dakord për gjithçka apo të kalojnë kohë së bashku në shoqëri.”*

Coleman thotë se qendrat e kontaktit me fëmijët të akredituara nga NACCC mund të luajnë një rol të rëndësishëm në ndihmën ndaj familjeve për të kaluar drejt një bashkëprindërimi më të shëndetshëm, dhe shton: *“Ajo që ka rëndësi është që prindërit ta mbajnë fëmijën e tyre në qendër të vendimeve, të komunikojnë me respekt, t'i menaxhojnë mosmarrëveshjet në mënyrë të duhur dhe ta vendosin mirëqenien e fëmijës së tyre mbi konfliktin e pazgjidhur.”*

Për të bërë atë që është më e mira për fëmijët e prindërve të ndarë, Dale sugjeron këto mënyra praktike për të marrë vendime më të mira, për të komunikuar në mënyrë më efektive dhe për ta mbajtur fëmijën në qendër të prindërimit të tyre.

Ndarja mund të jetë fillimi, jo fundi

Dale thotë se, megjithëse është e lehtë ta shohësh fundin e një marrëdhënieje si një dështim, në disa rrethana ndarja mund të krijojë mundësinë për diçka më të shëndetshme.

Ai thekson se një sondazh i vitit 2015 me të rinj të moshës 14 deri në 22 vjeç, i kryer për organizatën e së drejtës familjare Resolution, zbuloi se 82% do të preferonin që prindërit e tyre të divorcoheshin, në vend që të qëndronin bashkë në një marrëdhënie të palumtur.

Përveç kësaj, ai thotë se një studim nga Direct Line Life Insurance zbuloi se më shumë se një e pesta e prindërve që do të ishin ndarë qëndruan bashkë më gjatë për shkak se kishin fëmijë, ndërsa prindërit qëndruan në marrëdhënie mesatarisht më shumë se pesë vjet më gjatë sesa do të kishin qëndruar ndryshe.

“Këto gjetje e sfidojnë qartë idenë se të qëndrosh bashkë me çdo kusht është gjithmonë ajo që është më e mira për një fëmijë”, thotë ai.

“Ju nuk keni dështuar si prind thjesht sepse marrëdhënia juaj dështoi. Ndonjëherë gjëja më e shëndetshme që mund t'i jepni fëmijës suaj nuk janë dy prindër që shtiren sikur gjithçka është në rregull, por dy prindër që mësojnë të jenë mirë veçmas.”

Kufijtë janë mbrojtje, jo ndëshkim

Nëse prindi tjetër thotë se nuk mund ta telefononi pas një ore të caktuar, ose se nuk dëshiron që ju të hyni në hapësirën e tij personale, apo çfarëdo qoftë tjetër, reagimi juaj i parë mund të jetë: *“Pse po ma bëjnë këtë mua?”*, thotë Dale.

Por ai përdor analogjinë e një kopshti me lule të rrethuar nga një gardh me një tabelë ku shkruhet *“Nuk lejohen lojërë me top”*, dhe thekson: *“Ju nuk e shikoni gardhin dhe mendoni se lulet po tregohen të vështira. Ju e kuptoni se gardhi është aty për të mbrojtur atë që ndodhet brenda.”*

“Bashkëprindërimi kërkon që të zhvillojmë të njëjtin kuptim. Një kufi nuk është domosdoshmërisht një përpjekje për t'ju penguar të përfshihen në jetën e fëmijës suaj ai mund të jetë thjesht një nënshkrim i prindit tjetër për të mbrojtur gatësinë dhe mirëqenien e tij

manë të jetë angazhuar një përpjekje e përmallës për të marrë gjatë kohës dhe mirëqenien e tij emocionale.”

Nuk keni pse të jeni miq për të bashkëprindëruar me sukses

Të jesh miqësor me ish-partnerin tuaj nuk është përkufizimi i bashkëprindërimit të suksesshëm, thekson Dale.

Ai thotë se prindërit e ndarë ndonjëherë i bëjnë vetes një presion të jashtëzakonshëm për të rikrijuar dinamikën familjare që kishin para ndarjes, ndoshta duke kaluar së bashku ditëlindjet e fëmijëve dhe Krishtlindjet, etj.

Por Dale paralajmëron: “Fëmijët nuk kanë domosdoshmërisht nevojë që prindërit e tyre të shtiren sikur janë ende çift. Ata kanë nevojë për prindër që mund t’u ofrojnë siguri, qëndrueshmëri dhe qetësim. Qëllimi nuk është të rikrijoni marrëdhënien tuaj të vjetër – qëllimi është të krijoni një partneritet të ri dhe të shëndetshëm në prindërim.”

Plani juaj i prindërimit është udhërrëfyese juaj

Një nga sfidat më të mëdha të bashkëprindërimit është mungesa e qëndrueshmërisë, thotë Dale. Ai thekson se fëmijët lulëzojnë kur kanë strukturë, rutinë dhe parashikueshmëri, megjithatë shumë bashkëprindër nuk kanë një plan të qartë për mënyrën se si do ta menaxhojnë këtë.

Ai thotë se çdo vendim i vogël mund të kthehet në një mundësi për mosmarrëveshje mes bashkëprindërve, por një plan prindërimi mund të ndihmojë në parandalimin e kësaj.

Ky është një marrëveshje mes bashkëprindërve për mënyrën se si do t’i menaxhojnë aspektet praktike të rritjes së fëmijës së tyre. Dale thekson se plani nuk ka nevojë të jetë i ndërlikuar dhe as të mbetet i njëjti përgjithmonë, pasi nevojat e fëmijëve dhe rrethanat e prindërve mund të ndryshojnë.

Ai këshillon: “Koha më e mirë për të krijuar strukturë është zakonisht përpara se të keni dëshpërimisht nevojë për të. Është shumë më e lehtë të uleni dhe të bini dakord për marrëveshjet kur komunikimi është relativisht i qetë, sesa kur të dy prindërit janë të zemëruar, të lënduar dhe reagojnë ndaj njëri-tjetrit.”

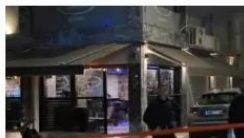
Fëmija juaj nuk duhet të mbajë mbi vete atë që ju takon juve

Megjithëse prindërit mund të kenë ndjenja të forta si lëndimi, zemërimi dhe xhelozia kur marrëdhënia e tyre përfundon, Dale thekson: “Fëmija juaj nuk duhet të ketë për t’i mbajtur ato për ju. Ai nuk duhet të bëhet lajmëtari mes dy prindërve. Nuk duhet t’i kërkohet të zgjedhë një krah.

“Një nga pjesët më të rëndësishme të bashkëprindërimit është të mësoni të ndani përvojën tuaj me prindin tjetër nga përvoja që fëmija juaj ka me të.”/ **dpa**

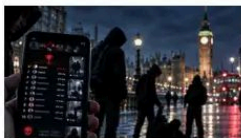
Etiketa: divorc fëmijë prinder

Lajme të lidhura



Atentat në një lokal të Athinës, plagoset fëmija shqiptar

08:28 : 26/09/2026



“Tabela e rezultateve”, loja e rrezikshme që po përhapet në rrjetet sociale mes të rinjve

19:11 : 23/09/2026



Të rrisësh një foshnjë në Shqipëri kushton sa 66% e pagës vjetore, barra e dytë më e lartë në Europë

16:39 : 20/09/2026



Detaje tronditëse nga çifti që mbajti foshnjën e pajetë për 4 vite në frigorifer

18:41 : 18/09/2026



Skrapar/ Foshnja dëmton dorën me grirëse mishi, niset me helikopter drejt Tiranës

18:15 : 18/09/2026



21 viktima nga shembja e një ndërtese në Gaza, mes tyre tetë fëmijë

20:25 : 16/09/2026



RRETH NESH

Boldnews.al mbetet zgjedhja e parë për një lexues i cili kërkon të informohet me saktësi për një lajm. Misioni jonë kryesor është paanshëmëria dhe profesionalizmi dhe për këtë janë të punësuar gazetarët më të mirë në tregun mediatik.

Na kontakto:

NA NDIQ



Pamja këtu është e ri-koduar për ta futur në dokument. Artefakti autoritar është skedari WebP i ruajtur, dhe hash-i i tij është ai i shtypur te faqja e parë — pra dallimi është i verifikueshëm, jo i fshehur.