

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 - REPORT.AL
ADRESA	https://report.al/5-keshilla-per-bashkeprinderim-te-shendetshem-pas-ndarjes/
BURIMI	report.al
GJENDJA	online

KOHA

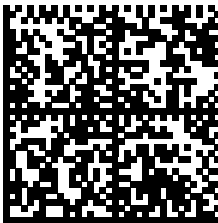
KAPUR NGA NE	2 tetor 2026, 22:06:59 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 900 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	2 tetor 2026, 21:58:20 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	e3323a4a0317f7779ec0ded2578893ab07c15c241f2a352e7ad8c54461ac3803
TEKSTI	809fc5700aa4be113eff9ba16a420712b95fbc8adf8d52b143a0a65a20fa376a
PAMJA	c2bcaffe6f4f81ea40ef1b8c1d34a0afff2176e8f7f4a089a487d438dc0aebb6

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	3c289242bd19a6ff8bcda36c2e4df62a110b0d71f947d3226cec45897bbb0d0d
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	1b6166ff4e72679e71f495de36d8aacf6e3a9ce6770f190cc45f7a1729149e6a
ANKORIMI	submitted — dërguar, ende pa bllok <i>Deri te blloku, kjo provon integritetin, jo kohën.</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/3c289242bd19a6ff8bcda36c2e4df62a110b0d71f947d3226cec45897bbb0d0d>

PAMJA E FAQES

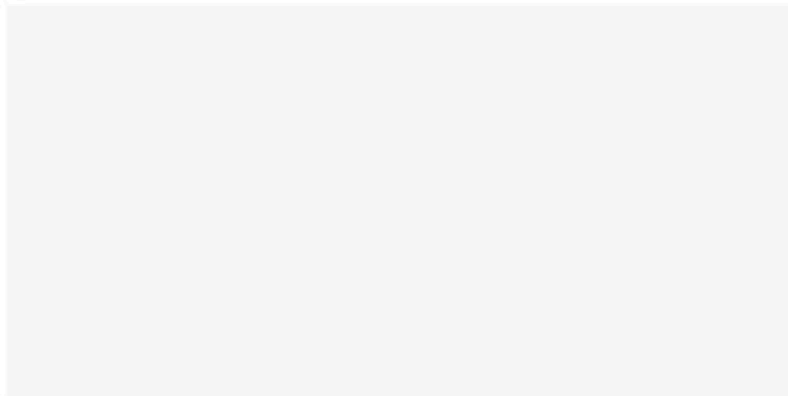
Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

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

Home Sociale

5 këshilla për bashkëprindërim të shëndetshëm pas ndarjes

by Bota Bota — October 2, 2026 in Sociale

0
SHARES

Share on Facebook

X Share on Twitter

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.

"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 bashkëprindërimit. Diçka praktike, të sinkertë dhe të arritshme, në vend të diçkaje që thjesht u tregonte prindërve se çfarë duhet të bënin."*

"Realiteti është se nuk ka një qasje të vetme që u përshtatet 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 padyshim sfiduese për të gjithë të përfshirë, ajo nuk ka pse të shkaktojë tërheqjen e një fëmije.

TË FUNDIT

5 këshilla për bashkëprindërim të shëndetshëm pas ndarjes

OCTOBER 2, 2026

Vendet ku është më e lehtë të jetosh si nomad dixhital

OCTOBER 2, 2026

SPAK i sekuestron telefonin Ardi Velut, çfarë deklaronte pak javë më parë për KAYO-n

OCTOBER 2, 2026

Tetori nis me vapë, moti ndryshon në javën e dytë/ Meteorologia: Stuhi e ulje temperaturash

OCTOBER 2, 2026

Klinika dentare në shkollë pa autoklava sterilizuese, rrezik për sëmundje

OCTOBER 2, 2026

"Do të rikthejmë lekët që ke humbur..."/ Si funksiononte Call Center i Taulant Beleraj, policia: Dyshojmë për bashkëpunëtorë

OCTOBER 2, 2026

"Fjalë për fjalë"/ Plagjiaturë edhe në punimin shkencor të ish-ministres së Arsimit, Evis Kushit

OCTOBER 2, 2026

UEFA Nations League/ Kombëtarja mbyll përgatitjet në Helsinki, gati për sfidën ndaj Finlandës

OCTOBER 2, 2026

EMRI/ Kush është shqiptari i zhdukur pas sulmit ndaj anijes turke në Detin e Zi

OCTOBER 2, 2026

"Mesazhi" me tritol në pikën e karburantit, identifikohet autori

OCTOBER 2, 2026

te perzaktye te ardhmen e nje famije.

"Një nga faktorët më të rëndësishëm që ndikon në mënyrën se si fëmijët përshtaten 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 mënyrën e 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 lojtarat 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 përpjekje e prindit tjetër për të mbrojtur qetësinë 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 udhërrëfyesi 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 njëjtë nënrihtmanë, pasi nevojat e fëmijëve dhe rrethanat e prindërve mund të ndryshojnë.

programet, për të bërë të kuptueshme dhe të njohura për publikun të mëdha të shqiptarëve.

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 kërkohej 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**

Tags: divorc fëmijë prinder

Previous Post

Vendet ku është më e lehtë të jetosh si nomad dixhital



Bota Bota

report.al

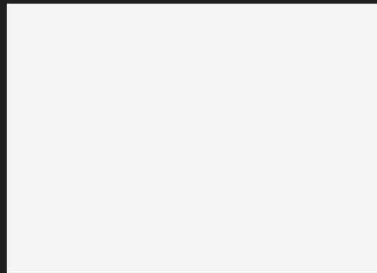
REPORT.AL

Portali report.al është një media online e pavarur që sjell lajme, analiza dhe informacione të sakta në kohë reale. Me fokus tek transparencia dhe vërtetësia, portali synon t’u ofrojë lexuesve shqiptarë një burim të besueshëm lajmesh nga politika, ekonomia, shoqëria dhe ngjarjet ndërkombëtare.

RUBRIKAT

Aktualitet
OP-ED
Politike
Rajon
Showbiz
Sociale
Shëndet
Sport

MË TË KLIKUARAT



Aksident në Cërrik, motoçikleta përplas nxënësen 14-vjeçare

0 SHARES

01



Skandali me VIDEO-t intime të VIP-ave, policia merr në pyetje kompozitorin Adi Hila

0 SHARES



Pacienti ndërroi jetë, nisim hetimet për dy mjekët neurologë në Shkodër

0 SHARES

© 2025 REPORT.AL

Aktualitet / OP-ED / Politike / Rajon / Showbiz / Sociale / Shëndet / Sport

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.