



Kosovo Educational Research Journal

Volume 3, Issue 3, 32-39

ISSN: 2710-0871

<https://kerjournal.com/>

EDUKIMI FIZIK NË FUNKSION TË PARANDALIMIT TË DHUNËS TEK FËMIJËT NË SHKOLLA

Lulzim IBRI

Shemsi MORINA

University of Prizren "Ukshin Hoti"

University of Prizren "Ukshin Hoti"

Abstrakt: Duke pasur parasysh nivelin e lartë të sjelljes së dhunshme të fëmijëve si te ne ashtu edhe në botë, shqyrtimi dhe analizimi i masave për parandalimin e sjelljeve të dhunshme të fëmijëve në mjedisin shkollor është i pashmangshëm dhe është temë aktuale. Dhuna tek fëmijët është dukuri e shpeshtë në shkolla. Shumë fëmijë me dashje ose pa dashje përballen më këtë fenomen dhe nga momenti që vërehen sjellje dhe shenja të dhunës duhet ndërmarrë masa konkrete për evitimin e saj. Dhuna tek fëmijët është një dukuri gjerësisht e shtruar dhe e trajtuar gjithandej. Në fakt problemi i parandalimit të dhunës në shkolla është shqetësim jo vetëm i prindërve dhe shkollës por edhe i tërë shoqërisë, e cila duhet të gjej zgjidhje për mënjanimin e këtij kanceri shoqëror. Një nga format në funksion të parandalimit të dhunës dhe sjelljeve të dhunshme tek fëmijët në shkolla, është edhe edukimi fizik, i cili nuk është vetëm faktor që kontribuon në rritjen trupore, zhvillimin e aftësive fizike, përmirësimin e funksioneve të organizmit të njeriut, forcimin e shëndetit, por edhe faktor i rëndësishëm në që ndikon në proceset e socializimit dhe të zhvillimit moral.

To cite this article: Ibri, L. & Morina, SH. (2022). Edukimi fizik në funksion të parandalimit të dhunës tek fëmijët në shkolla . Kosovo Educational Research Journal, 3(3). 32-39.

HYRJE

Edukimi fizik, sistemi i ushtrimeve fizike, lojërat, aktivitetet e ndryshme fizike dhe sportet në rend të parë ndikojnë në zhvillimin e një organizmi të shëndetshëm, në zhvillimin e aftësive fizike dhe shpirtërore të njeriut, ndikojnë në suksesin dhe lumturinë personale jo vetëm të një individi por edhe të shoqërisë. Prandaj edukimit fizik po i kushtohet vëmendje gjithnjë e më e madhe në nivelin individual dhe atë global të zhvillimit shoqëror. Nga niveli i zhvillimit të aftësive psikomotorike dhe gjendja e mirë nga shëndetësore, në masë të madhe varet edhe sukcesi i njeriut në kryerjen e detyrave të përditshme dhe profesionale të tij (APEHP, 2008). Nevoja për lloje të ndryshme të

aktiviteteve fizike është një nga nevojat themelore të njeriut. Në botën bashkëkohore, të automatizimit, robotikës dhe kompjuterizimit, tendencat për të reduktuar aktivitetin fizik dhe lëvizjen e njeriut janë gjithnjë e më të pranishme, mosaktiviteti fizik çon në një sërë fenomenesh që ndikojnë negativisht në zhvillimin dhe shëndetin e organizmit të njeriut; zvogëlohet qëndrueshmëria e organizmit, favorizon shfaqjen e deformimeve të trupit, sëmundjet e organeve të frymëmarrjes, të tretjes dhe të qarkullimit të gjakut, obeziteti i tepërt etj. Edukimi fizik mund të ndikojë në shfrytëzimin e mirë menduar të kohës së lirë, rritjen e energjisë psikofizike etj. Nëpërmjet zhvillimit të edukimit fizik mund të plotësohen nevojat për lëvizje, lojë, shoqëri, gara, arritje dhe vetërealizim (APEHP, 2008). Familja, institucionet parashkollore, shkollat, organizatat e edukimit fizik, klubet sportive dhe mjetet e komunikimit masiv luajnë një rol të rëndësishëm në realizimin e edukimit fizik. Vendi më të rëndësishëm në realizimin e detyrave të edukimit fizik në shkollë e zë mësimi i edukimit fizik. Në shkolla organizohen seksione të ndryshme sportive, gara sportive, organizime sportive, kurse dhe aktivitete të tjera, përmes të cilave realizohen detyrat e edukimit fizik dhe u japin mundësi nxënësve të plotësojnë interesat dhe nevojat e tyre sportive dhe rekreative. Ushtrimet e fizike të përditshme, lojërat dhe sportet bëhen faktor i rëndësishëm i pushimit aktiv, argëtimit të shëndetshme dhe të dobishme të njeriut bashkëkohorë. Angazhimi në këto aktivitete kontribuon në relaksim të organizmit, rikuperimin e trupit, rritjen e energjisë jetësore dhe optimizimin e njeriut. Qëndrimi në ajër të pastër, ecja, bjeshkataria, kampingu, verimet, dimërimet, lojërat dhe sportet ndikojnë pozitivisht në ruajtjen e gjendjes fizike, freskinë mendore, aftësinë për punë dhe përmirësimin e funksioneve të organizmit të njeriut në tërësi. Në aktivitetet rekreative, proceset e socializimit intensifikohen, krijohen miqësi të reja, zgjerohen interesat dhe nevojat njerëzore. Mirëpo në këto aktivitete shpesh ndodh të paraqiten edhe dukuri jo të mira, siç është dhuna. Dhuna te fëmijët është problem psiko-pedagogjik dhe social që mund të paraqitet te çdo fëmijë, pa dallim moshe. Dhuna si fenomen seriozisht e çrregullon sjelljen e fëmijës dhe nëse nuk parandalohet dhe kontrollohet ka pasoja për jetën normale. Disa nxënës lehtë kalojnë në forma të sjelljes agresive dhe reagimet e tyre janë nga pozita e varshmërisë. Dhuna te fëmijët nuk kufizohet vetëm me abuzimin fizik. Fenomeni i dhunës të fëmijëve në shkollë është real dhe normal mbase ajo paraqitet për arsye të ndryshme. Dhuna që në moshën e hershme të fëmijës mund të jetë e trashëguar nga prindërit. Mirëpo, jo gjithmonë ajo është gjenetike. Sjellja e dhunshme është sjellje agresive mes fëmijëve, nxënësve kryesisht të së njëjtës moshë. Çdo fëmijë ka të drejtë në mbrojtje nga çdo formë dhune, abuzimi dhe neglizhimi, kështu që shkolla si një

institucion edukative arsimor duhet të mbrojnë të drejtat e fëmijëve dhe të krijojnë një mjedis pozitiv në të cilin fëmijët do të ndjehen të sigurt, të mbrojtur dhe të pranuar (Cicvarić, Ćunić – Cicvarić, 2009). Shkolla është e obliguar që nxënësve t'u garantojë siguri të plotë dhe ambient të përshtatshëm, shpesh herë përmbushja e këtij obligimi rrezikohet nga nxënës të tjerë që vijnë shkollën e njëjtë, apo edhe nga nxënës të shkollave tjera, huliganë apo nga persona tjerë të rritur (S. Mekolli 2015). Shkolla ka për qëllim që t'u sigurojë nxënësve njohuritë, aftësitë, qëndrimet dhe shprehjet e duhura që janë të nevojshme për jetën dhe edukimin e mëtejshëm. Detyra kryesore e sajë është të sigurojë vazhdimësi në zhvillimin e nxënësit si qenie shpirtërore, intelektuale, fizike, morale dhe shoqërore me aftësitë dhe prirjet të tije (Ajanović, Stevanović, 1998). Shkolla duhet të ndihmojë nxënësit në zhvillimin e tipareve pozitive, duke parandaluar kështu shfaqjen e dukurisë së dhunës, të bashkëmohatarët. Manifestimi i saj fillimisht shfaqet ku në bazë ka agresivitetin verbal dhe agresivitetin fizik. Faktikisht kjo si synim e ka maltretimin e tjetrit apo të tjerëve që në fakt janë dy palë: i maltretuari (viktima) dhe maltretuesi (dhunuesi). Në këtë kontekst, fituesi i vërtetë është vet dhuna. Një nga përkufizimet që do të shqyrtojmë është përcaktimi i dhunës si i qëllimshëm dhe i pajustificuar duke i shkaktuar dëm tjetrit (Popadić, 2009). Kur flasim për dhunën e bashkëmohatarëve, përkufizimi të cilin do ta pasqyrojmë është përkufizimi i Olweus i cili citohet më shpesh. Sipas Olweus, një nxënës abuzohet ose viktimizohet kur ajo ose ai ekspozohet në mënyrë të përsëritur dhe të përhershme ndaj veprimeve negative nga një ose më shumë nxënës (Olweus, 1998: 19). Dhuna e bashkëmohatarëve, ose sjellja e dhunshme mes fëmijëve, mund të përkufizohet si sjellje e një fëmije që synon të lëndojë dhe të shkaktojë dhimbje (fizike ose psikologjike) tek një fëmijë tjetër që përpiqet ta shmang këtë. Në dritën e këtij përkufizimi, ngacmimet miqësore, mosmarrëveshjet, grindjet apo keqkuptimet, por edhe zgjidhja e dhunshme e konflikteve midis miqve, shkaktimi i paqëllimtë i dhimbjes nuk do të karakterizohet si sjellje e dhunshme (Zeçević, 2010:5). Burimi i dhunës dhe konfliktet janë armiqësitë, grindjet, shpërthimet e zemërimit, pakënaqësitë,, xhelozia e tepruar, humbja e kontrollit të emocioneve, rrahjet, maltretimet, keqkuptimet, keqtrajtimet fizike, mosdurimi, jotoleranca e të tjera. Sjellja e dhunshme nuk është me afat, mund të përsëritet kohë pas kohe, por më e rëndësishme është se fëmijët në zhvillimin e tyre do të kenë probleme serioze të adaptimit funksional.

PARAQITJA E DHUNËS

Ekzistojnë forma të ndryshme të dhunës, por kryesisht janë: Manifestimi i dhunës verbale si përqeshja, përdorja e fjalëve dhe emrave ofendues, kërcënim me fjalë, të bërtiturat, sharjet

poshtëuese etj. Manifestimi i dhunës psikike, emocionale si kërcënimi me shikim, komente të papëlqyeshme dhe ofenduese, nënçmim etj. Plagët e dhunës emocionale janë të padukshme dhe shpesh kalojnë pa u vënë re nga të tjerët. Manifestimi i dhunës fizike si shtyrje, tërheqje, rrahje, shkatërrimi i sendeve personale, rebelim e të ngjashme. Manifestimi i dhunës sociale si gënjeshtria, mashtrime, lansimi i zërave të turpshëm, barsoleta të pahijshme, sjellje jo adekuate, kritika të vazhdueshme etj. Manifestimi i dhunës teknologjike si dërgimi i porosive kërcënuese dhe ofenduese përmes internetit, rrjeteve sociale, fotografi, komente, sharje. Teknologjia shënon një dimension të ri të dhunës ndaj fëmijëve dhe jo vetëm ndaj tyre. Secili fëmijë mund të gjendet në situatë dhune, disa prej tyre me gjasë, shumë herë mund të gjenden në situata të tilla. Kjo ndodh në raste të shumta në ambiente shkollore apo ambiente ku fëmijët kalojnë një kohë me moshatarët për qëllime argëtimi apo loje. Fëmijët e tillë përgjithësisht kanë disa tipare që ata i bëjnë të dallohen nga të tjerët si për shembull, janë nxënës me sukses të dobët, nuk mësojnë, largohen nga shkolla pa ndonjë qëllim, bredhin lartë-poshtë, kanë shprehje negative, frekuentojnë kafenetë, çajtoret, aparatet e fatit, e të ngjashme. Por, në shumë raste fëmijët që paraqiten si dhunues janë edhe nxënës të shkëlqyeshëm, manifestojnë arrogancë, kryelartësi, kokëfortësi etj. Në manifestimin e dhunës mes meshkujve dhe femrave mund të thuhet se në studime të cilat e fokusojnë këtë fenomen ka të dhëna të shumta, por sipas disa të dhënave dominojnë meshkujt. Tek femrat dominon dhuna verbale dhe emocionale, ndërkaq dhuna fizike shprehimisht është më e përhapur tek meshkujt. Mund të numërohen më shumë shkaqe për paraqitjen e dhunës mes fëmijëve, por si shkaqe më të përgjithshme mund të numërojmë: xhelozinë, nevoja për kujdes apo mungesa e kujdesit, zemërimi, hidhërimi momental, dëshira për kontrollin e të tjerëve, forca ndaj të tjerëve. Shenjat e agresivitetit dhe të dhunës tek fëmijët lehtë mund të duken dhe në kohë mund të vërehen. Janë numër i madh i shenjave që i veçojnë përjetuesit e dhunës, si: depresioni, vetmia dhe anksioziteti, mungesë e vetëbesimit, dhimbje koke, plogështia, rënia e suksesit në shkollë, ikja nga shtëpia, ikja nga shkolla, izolimi nga shoqëria, humbja e shokëve, shkatërrimi i sendeve personale, thyerje e të ngjashme. Në fakt, të fëmijët e përfshirë në procese dhune duken qartë; turpi, frika, mungesat nga shkolla, mësojnë më pak dhe me vështirësi, shprehin çekuilibrim emocional, nuk janë të gatshëm për shoqërim dhe vetë izolohehen. Pasojat e dhunës në cilëndo formë, janë të mëdha dhe të dëmshme në jetën e fëmijës dhe në formimin e personalitetit të tij. Dhuna paraqitet si faktor që lë pasoja në disa drejtime si për shembull; pengon socializimin e fëmijës, çrregullon zhvillimin emotiv, e bën jetën e fëmijës të pa qëndrueshme në aspektin emocional dhe ngadalëson zhvillimin intelektual.

Njëherazi reflekton në stabilitetin biopsikosocial të fëmijës. Shumë fëmijë përballen me fenomenin e dhunës dhe kjo i përshkruhet mungesës së edukatës (Krkeljčić, 2003). Megjithatë, prindërit dhe mësuesit janë më të çmuarit për parandalimin e saj. Nuk është e mjaftueshme vetëm tu flitet fëmijëve si duhet të sillen ata në shoqëri, në rrugë, në shkollë etj. Më e rëndësishme është të jesh shembull i mirë për ta, sepse fëmijët më së miri mësojnë duke i parë prindërit dhe edukatorët e tyre. Prindërit duhet të kujdesen dhe të aftësohen përmes trajnimeve në parandalimin e dhunës. Pra duhet preventivë e mirëfilltë. Në veprimin pedagogjik kjo nënkupton dy gjëra të rëndësishme: preventiva ndahet në dy pjesë: pjesa kauzale, që ka të bëjë me zbulimin e shkaqeve të dhunës, dhe pjesa e dytë është ajo simptomatike, që nënkupton ndikimin në pasojat e dhunës. Në fakt, që të dy pjesët janë efikase nëse integrohen në një drejtim të veprimit.

PARANDALIMIN E DHUNËS

Për të parandaluar dhunën e bashkëmoshatarëve, rëndësi të madhe kanë masat dhe aktivitetet që kryhen në shkollë si institucion edukativo arsimor. Duke qenë se fëmijët fillojnë shkollën shumë herët, ajo ka një ndikim të madh në formimin e personalitetit të tyre. Prandaj, shkolla duhet të krijojë mjedis pozitiv që do t'i ndihmojë nxënësit në zhvillimin e personalitetit të tyre, e në këtë mënyrë të parandalojë shfaqjen e çdo forme të sjelljes së papranueshme shoqërore (Miković 2004). Preventiva apo çrrënjësja e dhunës tek fëmijët sa është komplekse po aq është edhe e vështirë dhe është një proces i gjatë dhe i pafund. Fillimisht duhet të pajtohemi me faktin se dhuna tek fëmijët në shkollë është gjithësi e pranishme. Prandaj për të evituar këtë dukuri, duhet të ngrihet vetëdija. Gjithashtu është me rëndësi që mësuesit ta përcjellin këtë fenomen dhe të aftësohen për të zbuluar rastet dhe për të parandaluar atë. Kjo veçanërisht është e rëndësishme në zbulimin dhe trajtimin e dhunës fizike dhe asaj emocionale. Masat kryesore që duhet ndërmarrë janë mënjanimi i situatave që nxisin dhunë, kontrollimi i sjelljes agresive të fëmijëve, reagimet e tij dhe dhënia e drejtimeve, këshillave dhe përkrahja përmirësimit të sjelljes. Kur flasim për parandalimin e dhunës së bashkëmoshatarëve, duhet theksuar se faktorët kryesorë të saj janë: familja, duke pasur parasysh se aty fëmija formon qëndrimet dhe shprehjet bazë që e ndjekin gjatë gjithë jetës; institucionet fetare; shkolla; kohë e lirë; policia; qendrat e mirëqenies sociale (Singer, 1996). Për të parandaluar dhunën dhe agresivitetin mes nxënësve në shkollë duhet një bashkëpunim serioz mes shkollës dhe familjes, mes prindërve dhe mësuesve, me pjesëmarrjen aktive të shërbimit pedagogjik të shkollës (Singer, 1996). Shkollat kanë potencialin më të madh për të ndikuar në sjelljet e nxënësve përmes një ndër këta faktorë është edhe edukimi fizik, i cili përmes mënyrave të ndryshme ndikon

drejtpërdrejt në sjelljen e nxënësve, shëndetin fizik, atë mendor, në aftësitë sociale dhe kognitive të njeriut. Aktiviteti fizik i referohet të gjitha veprimtarive gjatë një dite shkollore që nuk kanë asnjë lidhje me mësimin e lëndëve shkollore. Këtu mund të përfshihen: pushimet më të gjata dhe më aktive, dhe koha e pushimit kur nxënësve u ofrohet stimul, mjete dhe inkurajim për t'u përfshirë në rekreacion, argëtim, aktivitete fizike dhe lojëra në shkollës ose në vende të krijuara posaçërisht për këtë qëllim. Udhëtimi aktiv nga shtëpia për në shkollë dhe në kthim ku fëmijët, në bashkëpunim me prindërit, inkurajohen të ecin, ngasin biçikletën, ngasin dërrasën rrëshqitëse individualisht ose në grup. Programet sportive në shkollë, që zhvillohen brenda apo jashtë shkolle. Ngjarjet sportive dhe garat kanë qenë prej kohësh pjesë integrale e mjedisit shkollos, duke rritur pjesëmarrjen e përditshme të nxënësve në aktivitetin fizik dhe në sportet e organizuara. Edukimi fizik si lëndë shkollore u ofron të gjithë fëmijëve qasje në aktivitet dhe mund t'ua zhvillojë aftësitë, njohuritë dhe qëndrimet që janë të nevojshme që ata ta krijojnë dhe të mbajnë një mënyrë jetese fizikisht aktive. Përfitimet e mundshme të pjesëmarrjes së nxënësve në edukimin fizik sigurohen më së miri nëse ofrohet edukim fizik cilësor. Përvojat e të nxënësve që u ofrohen fëmijëve përmes njësive mësimore të edukimit fizik duhet të jenë të përshtatshme në aspektin zhvillimor për t'i ndihmuar ata të fitojnë aftësitë psikomotorike, të kuptuarit kognitiv, aftësitë sociale dhe emocionale që u duhen për të bërë një jetë fizikisht aktive (APEHP, 2008). Nxënësit duhet të tregojnë interesim të shtuar për pjesëmarrje në aktivitete fizike brenda apo aktivitete fizike jashtë shkollore. Përmes këtyre aktiviteteve fizike fëmijët harxhojnë energjinë e tepërt, mësojnë të punojnë në ekip, të krijojnë shoqëri dhe miqësi, të ndërtojnë vetëbesimin, të nxisin krijimin dhe inovacionin, të shtojnë pasionin dhe tolerancën, të forcojnë disiplinën, të reduktojnë stresin, të ndihmojnë në komunikim, të ndihmojnë fëmijët të zbulojnë aftësitë dhe interesat dhe kështu ta shfaqin identitetin e tyre personal e të zhvillohen sa më mirë. Ato përveç se janë të dobishme për shëndet, shtojnë konkurrencën në gara, ofrojnë mundësi që fëmijët të zhvillojnë aftësi të rëndësishme sociale, emocionale dhe njohëse.

Përfshirja në aktivitete fizike është shumë e rëndësishme pasi lejon fëmijët të eksplorojnë interesa të ndryshme duke u argëtuar në të njëjtën kohë. Përmes angazhimit në aktivitete fizike, mund të fitohen aftësi të ndryshme si, zhvillimi i të menduarit, shprehitë e të jetuarit shëndetshëm, të fitojnë përgjegjësi, të ndihen mirë, të sfidojnë frikën, të zgjidhin konflikte, të gjejnë veten dhe mbi të gjitha të kuptojnë se duke i bërë gjërat me kreativitet dhe me dashuri të shkëlqejnë dhe të ndjehen të lirë.

PËRFUNDIMI

Dhuna tek fëmijët është dukuri e shpeshtë në shkolla. Shumë fëmijë me dashje ose pa dashje përballen me këtë fenomen dhe nga momenti që vërehen sjellje dhe shenja të dhunës duhet ndërmarrë masa konkrete për evitimin e saj. Është shpresë e vazhdueshme këmbëngulëse, që mëton të na shpjegjë në evitimin e shkaqeve që sjellin deri në dhunë, besojmë se forcat e edukimit, do të mbizotërojnë duke kontribuar në ndërtimin e raporteve të mira, të tolerueshme, të raporteve që afrojnë e jo që nxisin situata konfliktuale dhe dhune. Aktiviteti i rregullt fizik ndikon drejtpërdrejt në shëndetin fizik, atë mendor, në aftësitë sociale dhe kognitive të njeriut. Shkollat kanë potencialin më të madh për të ndikuar në sjelljet e nxënësve përmes aktiviteteve fizike, përmes mënyrave të ndryshme. Aktiviteti fizik jashtë mësimit, aktiviteti fizik gjatë pushimeve më të gjata, inkurajim i nxënësve për t'u përfshirë në rekreacion, argëtim, aktivitete fizike dhe lojëra në shkollë. Udhëtimi aktiv nga shtëpia për në shkollë dhe në kthim ku fëmijët, në bashkëpunim me prindërit, inkurajohen të ecin, ngasin biçikletën, ngasin dërrasën rrëshqitëse në shkollë, individualisht ose në grup. Ecjet, shëtitjet, vizitat e ndryshme, kampet, verimet, dimërimet, garat sportive, programet sportive në shkollë, që zhvillohen brenda apo jashtë shkolle, kanë qenë prej kohësh pjesë integrale e mjedisit shkollor, duke rritur pjesëmarrjen e përditshme të nxënësve në aktivitetin fizik dhe në sportet e organizuara. Këto aktivitete fizike të këndshme për nxënës i kontribuojnë shoqërimin, krijimit të një klime të ngrohtë dhe jetës së mirë sociale ato mund të kontribuojnë edhe në parandalimin e dhunës mes bashkëmoshatarëve në shkollë. Përfitimet e mundshme të pjesëmarrjes së nxënësve në edukimin fizik sigurohen më së miri nëse ofrohet edukim fizik cilësor.

LITERATURA

- Ajanović, D. i Stevanović, M. (1998). Školska pedagogija. Sarajevo: Prosvjetni list
- Association for Physical Education, Health Position Paper, 2008. - (APEHP 2008).
- Cicvarić, R. i Ćunić – Cicvarić, J. (2009). Nasilje u školi. Utiče: Utički centar za prava djeteta
- Krkeljčić, Lj. (2003). Priručnik – Škola bez nasilja- ka sigurnom i podsticajnom okruženju za djecu. Ministarstvo prosvjete Crne Gore i UNICEF
- Miković, M. (2004). Maloljetnička delikvencija i socijalni rad. Sarajevo: Magistrat
- Olweus, D. (1998). Nasilje među djecom u školi. Zagreb: Školska knjiga
- Popadić, D. (2009). Nasilje u školama. Beograd: Institut za psihologiju

Singer, M. (1996). Kriminologija. Zagreb: Nakladni zavod Globus

1. Zečević, I. (2010). Priručnik- Program prevencije vršnjačkog nasilja u školama. Banja Luka