

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	Nëse bëni këto gjëra, tregoni se keni inteligjencë të lartë – Vizion Plus
ADRESA	https://www.vizionplus.tv/nese-beni-keto-gjera-tregoni-se-keni-inteligjence-te-larte/
BURIMI	vizionplus.tv
GJENDJA	edited

KOHA

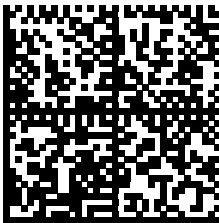
KAPUR NGA NE	6 shtator 2026, 17:50:54 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 300 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	2 shtator 2026, 20:30:03 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	07eba82716cf0699b733351602d298167ddb10a8e4322d73e569cca8e8c32ec
TEKSTI	d9502c102b2faad991441411d7ed14641a44d31171fd0fdcc867a7787630d9fe
PAMJA	64b2aa91b0e58988fa1413d4aed2d775c3b19b29f82c444c602e571dc15804e9

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	874e8f669851590bd93be5faffbf5580b453aaf9b70a3c06b207d144a535433b
E MËPARSHMJA	010aca633c2eddc8fcb017c96570fbe88637012f7744d8d6b9b302ab9331cec1
RRËNJJA 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/874e8f669851590bd93be5faffbf5580b453aaf9b70a3c06b207d144a535433b>

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



të zgjidhë probleme dhe të jetë një hap përpara.

Por inteligjenca njerëzore nuk funksionon si një makinë që mund të punojë pa ndërprerje me kapacitet maksimal. Burimet tona mendore, fizike dhe emocionale janë të kufizuara. Dhe ata që dinë t'i menaxhojnë me zgjuarsi nuk i ngjajnë gjithmonë stereotipit të njeriut të palodhur dhe "superproduktiv".

Ndonjëherë, siç shpjegon psikologu Mark Travers në Psychology Today, disa prej zakoneve të tyre mund të keqinterpretohen si dembelizëm. Në të vërtetë, ato mund të tregojnë një mënyrë më inteligjente të të vepruarit.

1.Shmangin përpjekjet e panevojshme

Zakoni i parë mund të duket kontradiktor: njerëzit inteligjentë shpesh shmangin punën e tepërt, por jo sepse janë indiferentë apo dembelë.

Ajo që shmangin është përpjekja e kotë. Ata kërkojnë rrugë më të shkurtra, automatizojnë detyrat që përsëriten, vënë në pikëpyetje procedurat që nuk japin rezultat dhe preferojnë zgjidhje që u kursejnë kohë dhe energji.

Dy njerëz mund të arrijnë të njëjtin rezultat, por njëri mund ta bëjë duke ndjekur çdo hap të mundshëm, ndërsa tjetri duke dalluar menjëherë modelin që e çon drejt zgjidhjes. Personi i dytë mund të duket sikur po përpiqet më pak. Në të vërtetë, ai thjesht ka gjetur mënyrën më efikase.

2.I japin rëndësi pushimit

5 Zgjedhjet vendore/ Bëhni vota në Tiranë në favor të një partie politike...

NEWSLETTER

Përmbledhja e ditës në e-mail

Abonohu

Gjumi, sidomos kur zgjat shume ose shoqerohet me disa periudha pushimi gjatë ditës, shpesh shihet si shenjë dembelizmi. Por neuroshkenca na jep një pamje tjetër.

Gjumi nuk është një periudhë pasiviteti, por një proces aktiv që lidhet me forcimin e kujtesës, të mësuarit, rregullimin e emocioneve, mendimin krijues dhe vendimmarrjen.

Një studim i publikuar në Scientific Reports analizoi lidhjen mes inteligjencës dhe disa modeleve të aktivitetit të trurit gjatë gjumit të pasdites. Studiuesit gjetën një lidhje mes inteligjencës fluide, pra aftësisë për të arsyetuar dhe zgjidhur probleme të reja, dhe disa karakteristikave të gjumit që lidhen me një përpunim më efikas të informacionit.

Ky zbulim vë në pikëpyetje idenë e “gjeniut” që sakrifikon vazhdimisht gjumin për të qenë sa më produktiv. Në të vërtetë, mungesa e pushimit dëmton përqendrimin, kujtesën, gjykimin dhe ekuilibrin emocional.

3. Nuk reagojnë ndaj çdo gjëje

Zakoni i tretë lidhet me diçka që shpesh keqkuptohet: zgjedhjen për t’i lënë disa gjëra të kalojnë pa reaguari.

Në një shoqëri ku shpesh vlerësohet reagimi i menjëhershëm, përgjigjja e shpejtë dhe dëshira për të pasur gjithmonë fjalën e fundit, qetësia mund të interpretohet si indiferencë. Por jo gjithmonë është kështu.

Aftësia për të mos u përfshirë në çdo konflikt, për të mos harxhuar energji për çdo koment dashakeq dhe për të mos u marrë vazhdimisht me çdo bezdi mund të jetë shenjë e inteligjencës emocionale.

Në praktikë, bëhet fjalë për të ditur se cilat beteja ia vlen të bësh. Jo çdo fyerje kërkon përgjigje, jo çdo zhgënjim duhet analizuar dhe jo çdo problem kërkon reagim të menjëhershëm.

Studimet mbi menaxhimin e stresit e lidhin distancimin psikologjik, pra aftësinë për t’u shkëputur mendërisht nga faktorët që shkaktojnë stres, me një shëndet mendor dhe mirëqenie më të mirë.

Energjia është një burim i kufizuar. Dhe inteligjenca nuk matet vetëm me shpejtësinë me të cilën mendon dikush, por edhe me aftësinë për të kuptuar se kur nuk ia vlen ta “shpenzojë” mendimin dhe energjinë e tij.

Në fund, ajo që mund të duket si dembelizëm, në të vërtetë mund të jetë një formë më e pjekur e vetërregullimit.

Inteligjenca nuk shfaqet vetëm përmes shpejtësisë, përpjekjes apo vigjilencës së vazhdueshme, por edhe përmes aftësisë për të kursyer energji, për t’i dhënë rëndësinë e duhur pushimit dhe për të zgjedhur se ku ia vlen vërtet të investosh vëmendjen dhe përpjekjet e tua.

#Inteligjencë

#VizionPlus



Taulant Halili

Gazetar/e · Vizion Plus · Redaksia e Vizion Plus.

Të gjithë artikujt

| Vazhdo të lexosh





LIFESTYLE

Kush janë shenjat më besnike dhe më...

Xhuljana
Zhuleku

Dje
21:32



LIFESTYLE

“Një surprizë mund t’ju ndryshojë...

Xhuljana
Zhuleku

Dje
10:32



LIFESTYLE

Pse gërhitja e partnerit mund të...

Taulant Halili · 12 Sht



Vizion Plus është një nga televizionet kryesore kombëtare në Shqipëri — lajme, programe, seriale dhe sport, drejtpërdrejt dhe on demand, 24 orë në ditë, kudo që je.

LIVE



Lajme

Politikë

Bota

Vendi

Kronikë

Lifestyle

Programe

Programe

Seriale

Guida TV

Video

Ekipi i Vizion Plus

Rrjeti

Rreth nesh

Karriera

Kontakt

Reklamo me ne

Dërgo lajmin tënd

Ligjore

Kushtet e përdorimit

Privatësia

Cookies

Politika editoriale

© 2026 Vizion Plus · Të gjitha të drejtat e rezervuara

vizionplus.tv

Kthehu lart ↑

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.