

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	Fëmija juaj po kalon një krizë zemërimi?! Mos i bëni këto gabime... Top Albania Radio
ADRESA	https://www.topalbaniaradio.com/femija-juaj-po-kalon-nje-krize-zemerimi-mos-i-beni-keto-gabime/
BURIMI	topalbaniaradio.com
GJENDJA	online

KOHA

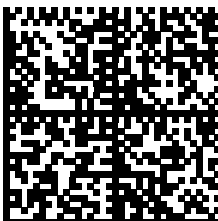
KAPUR NGA NE	15 shtator 2026, 18:23:33 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 900 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	15 shtator 2026, 13:30:44 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	fecc171dc2b0257fc074e195f62649bcfb653d7f19aeb4598d28d3ecaa455b61
TEKSTI	8a181f332daa76c3aa9d392bf24b976ab3e873ce1aabf3c7a0b282baea64f0c0
PAMJA	e717488e183ae94341f87e65e5bbe4b687a390bfc1dc2ac9d8515cdce86f7037

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	8452c7de8c8bec588234730c17d2843737bbf9bdf0c018c7fc3224cb13ba15bc
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	80f8ed3d4c77708449a259db492a6c9a12b9addcfc62e639a2bd2cb31edd1709
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/8452c7de8c8bec588234730c17d2843737bbf9bdf0c018c7fc3224cb13ba15bc>

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



Health & Beauty Lifestyle

Fëmija juaj po kalon një krizë zemërimi?! Mos i bëni këto gabime...



Gleria Liço

15 Shtator 2026



TOP ALBANIA RADIO

Q etësia, kuptimi i shkakut dhe njohja e emocioneve mund ta ndihmojnë fëmijën të mësojë t'i menaxhojë më mirë ndjenjat e forta. Nëse reagoni në mënyrën e duhur ndaj shpërthimeve të zemërimit, jo vetëm që do ta kaloni më lehtë situatën, por me kalimin e kohës mund ta ndihmoni fëmijën të zhvillojë edhe inteligjencën emocionale. Fëmijët i shprehin emocionet në mënyra të ndryshme. Shpërthimet e zemërimit, të shoqëruara me të bërtitura, britma dhe të qara, janë veçanërisht të zakonshme te disa fëmijë nga moshë dy deri në pesë vjeç. Psikologja Julie Fraga thekson se sjelljet e vështira janë pjesë normale e rritjes dhe shpesh janë një formë komunikimi, pas së cilës mund të fshihen frika, shqetësime apo nevoja të paplotësuara. **Sipas saj, mënyra si reagojnë prindërit** në këto situata mund ta ndihmojë fëmijën të mësojë gradualisht të kuptojë dhe të menaxhojë emocionet.

1. Mos reagoni menjëherë me nervozizëm

Është normale që prindi të shqetësohet kur fëmija ka një shpërthim zemërimi, por në ato momente duhet kujtuar se fëmijët mësojnë shumë duke vëzhguar sjelljen e të rriturve. Fraga këshillon që prindi fillimisht të përqipet të qetësojë veten, për shembull përmes frymëmarrjes së thellë. Emocionet mund të përcillen nga një person te tjetri. Kur prindi ruan qetësinë, edhe fëmija ka më shumë gjasa të qetësohet dhe njëkohësisht mëson si të përballojë emocionet e forta.

2. Mos u përpiqni vetëm ta ndalni sjelljen

Në vend të urdhrave ose përpjekjes për ta ndërprerë menjëherë sjelljen e padëshiruar, përpiquni të kuptoni çfarë mund të fshihet pas saj. Një reagim i tillë mund të lidhet me frikën nga ndëshkimi, përshtatjen në kopsht, ndryshime në rutinë, lodhjen ose një periudhë të vështirë zhvillimore. Fraga këshillon prindërit të pyesin veten: “Çfarë po i ndodh fëmijës që po reagon kështu?” **Kuptimi i shkakut është shpesh** hapi i parë drejt zgjidhjes së problemit.

3. Mos i injoroni emocionet që fshihen pas sjelljes

Zemërimi, shmangia apo edhe gënjeshtria ndonjëherë mund të jenë mënyra me të cilat fëmija përpigjet të mbrohet nga ndjenja të pakëndshme, si turpi, faji, frika ose trishtimi. Prindi mund ta ndihmojë duke ia emërtuar emocionin. Pyetje të thjeshta si: “A je i trishtuar?”, “A je i zemëruar?” ose “A je i shqetësuar?” mund ta ndihmojnë fëmijën të kuptojë më mirë atë që po ndien. Vetë emërtimi i emocioneve mund të ndihmojë në uljen e intensitetit të tyre.

4. Mos harroni të analizoni edhe sjelljen tuaj

Fëmijët shpesh imitojnë mënyrën si të rriturit reagojnë ndaj stresit dhe emocioneve të forta. Prandaj, Fraga këshillon prindërit të pyesin veten se si sillen kur janë të zemëruar, të frikësuar apo të trishtuar. Nëse prindi i njej më mirë emocionet dhe reagimet e veta, mund ta kuptojë më lehtë edhe cilat modele sjelljeje mund t'i ketë përvetësuar fëmija prej tij.

5. Mos e nënvlerësoni urinë, lodhjen dhe stresin

Uria, lodhja, vetmia dhe burime të tjera stresi mund ta bëjnë shumë më të vështirë që fëmija t'i kontrollojë emocionet. Prandaj, para se ta qortoni apo ndëshkoni, kontrolloni nëse ekziston ndonjë nevojë bazë që nuk është plotësuar. **Një vakt, pak pushim ose kohë cilësore me** prindin ndonjëherë mund të mjaftojnë që situata të qetësohet. Në fund, një shpërthim zemërimi nuk duhet parë vetëm si “sjellje e keqe”. Shpesh ai është mënyra e fëmijës për të treguar se ende nuk di si ta përballojë atë që ndien. Reagimi i qetë dhe i qëndrueshëm i prindit mund ta ndihmojë gradualisht që këtë aftësi ta zhvillojë vetë.

LAJME TË NGJASHME



Pse është kaq e rëndësishme vitamina D për fëmijët?

2.5 MIN



Këto janë 8 gjëra që po i shkaktoni fëmijës suaj duke i bërë turr!

4.5 MIN



A e dini se pse disa fëmijë kanë vështirësi me leximin?

1 MIN

Jeni duke vrapuar pas fëmijës tuaj me ushqim në dorë?
Epo mos e bëni më sepse kjo ndikon negativisht tek...

2 MIN

Sapo ju largoheni fëmijët qajnë?! Ja se çfarë duhet të bëni...

3 MIN

MË TË LEXUARAT



Biletat për ndeshjet e Shqipërisë, edhe fizikisht pranë "Air Albania"-s!



Arresti i Erion Veliajt, sot çështja në Gjykatën e Lartë!



"Burri e tradhtonte me shokun e ngushtë..."/ Shkënda Lili habit me rastin: Kishte kapur disa foto intime në...



Rrëzohet kërkesa e Ilir Metës për lirim nga bingu!



Oasis nuk ndalen! Liam dhe Noel Gallagher rikthehen sërish në skenë me 38 koncerte?



Kujtimet në Top Channel dhe dashuria për ekranin, "rikthehet" Albana Osmani: Do të doja të bashkëpunoja me Ledionin...



Sydney Sweeney pozon nudo për reklamën e re dhe shpërthen polemika? "Po seksualizohet sporti..."



Për kë vazhdon të blejë lule te dyqani i motrës së Stelinës? Miri zihet ngushtë: Për atë...

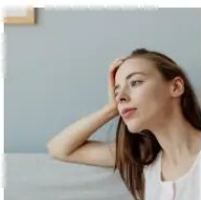


Makina përplas 69-vjeçarën me biçikletë, ndërrojnë jetë rrugës për Tiranë!



"E ëma e qëllloi me gur për ta vrarë", Pastor Vilajeti rrëfen historinë e fëmijës që shpëtoi!

EDITORI SUGJERON



"Po sikur...?" Ja si mendimet më të zakonshme na fusin në alarm...



"Po du", Rilind Alimani tregon si arriti të realizojë bashkëpunimin me Elvana Gjatën: I kam shkruar që...



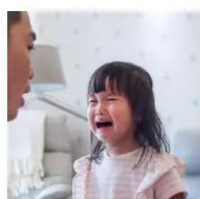
"Eksperimentova, shkoi shumë mirë"/Egri Tako flet për projektet e saj muzikore: Do kthehem tek baladat...



Të gjithë po shtojnë ekrane, Range Rover po bën të kundërtën!



Mendoni se partneri juaj po ju tradhton?! Ja se si duhet të flisni me atë...



Fëmija juaj po kalon një krizë zemërimi?! Mos i bëni këto...



Sasia ideale e proteinave që duhet të hani në mëngjes, sipas...



4 kardiologë tregojnë ushqimet që konsumojnë rregullisht për të ndihmuar në uljen e tensionit dhe...



7 ilaçe që mund të ndërveprojnë me çajin jeshil?!



Tom Holland bën histori në Hollywood, bëhet aktori me filmat më fitimprurës të të gjitha kohërave!

RRETH NESH

Top Albania Radio promovon muzikën më të zgjedhur shqiptare dhe të huaj, me edicionet informative dhe një larmi programesh kulturore. 27 vjet transmetim, për të dhënë më të mirën.

KONTAKT

Address: Sheshi Italia 1, Arena Center, Tirana, Albania
Email:

Tel: +355 69 208 0500
+355 69 442 8873

COPYRIGHTS

Përmbajtja e këtij website është pronë e Top Albania Radio. Kopjimi, përdorimi apo riprodhimi i paautorizuar i tij, përbën shkelje penale.

LINKS

[Kontaktimi](#)
[Marketing](#)
[Frekuencat](#)
[Aksesueshmëria](#)
[Mundësi Punësimi](#)
[Privacy Policy & Terms](#)

JavaScript is required for tabnav widget to work properly.

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.