

NDËRVEPRIMI NË MES ANKTHIT TË SHËNDETI DHE
VETËVLERËSIMIT TE NXËNËSIT NË SHKOLLAT E MESME GJATË PANDEMISË
SARS-COVID 19 NË KOSOVË

TEMA PËR TITULLIN
MASTER SHKENCOR NË PSIKOLOGJI KLINIKE DHE SHËNDETI

NGA
IBELINDA HALILI



UNIVERSITETI I PRISHTINËS “HASAN PRISHTINA”
FAKULTETI FILOZOFIK
DEPARTAMENTI I PSIKOLOGJISË
PSIKOLOGJI KLINIKE DHE SHËNDETI

PRISHTINË

NËNTOR, 2021

NDËRVEPRIMI NË MES ANKTHIT TË SHËNDETIT DHE
VETËVLERËSIMIT TE NXËNËSIT NË SHKOLLAT E MESME GJATË PANDEMISË
SARS-COVID 19 NË KOSOSVË

nga

Ibelinda Halili

Mentori: Prof. Ass. Dr. Liridona Jemini Gashi

Qëllimi i këtij studimi është të zbulojë ndërveprimin mes ankthit të shëndetit dhe vetëvlerësimit te nxënësit në shkollat e mesme gjatë pandemisë Sars-Covis 19 në Kosovë. Për përgaditjen e studimit janë shqyrtuar modele të studimeve të ndryshme në lidhje me marrëdhënien që ekziston në mes ankthit të shëndetit dhe vetëvlerësimit tek të rinjët, gjithmonë duke pasur parasysh edhe kufijtë e referimeve nga studimet tjera.

Studimi u krye gjatë muajve Korrik, Gusht dhe Shtator 2021. Për realizimin e tij, është përdorur metoda online e plotësimit të pyetësorëve, studimi ka karakter sasiorë. Pjesëmarrësit ishin 380 të rinjë të moshës 13 - 18 vjeç të shkollave të mesme të Kosovës. Për të matur ndërveprimin në mes ankthit të shëndetit dhe vetëvlerësimit tek të rinjët, janë zbatuar dy instrumente matëse: Inventari i Shkurtër i Ankthit të Shëndetit (SHAI) dhe Shkalla e Vetëvlerësimit nga Rosemberg (RSES).

Studimet e sotme rreth ankthit të shëndetit dhe vetëvlerësimit të të rinjëve paraqesin interes jo vetëm teoriko-shkencor por edhe rëndësi praktike dhe shëndetësore. Nga shqyrtimi i literaturës vihet re një ndryshim në mënyrën se si perceptohen “të rinjët” dhe në lidhje me atë se çfarë ata kanë nevojë në mënyrë që të aktualizojnë potencialet e tyre dhe të kontribuojnë pozitivisht më vonë në mirëqenien psikologjike të tyre, në zhvillimin e vetes, familjes dhe komunitetit apo shoqërisë në të cilën jetojnë. Ajo që dominon sot debatin teorik dhe praktikën e vendit tonë është një fokusim në parandalimin e sjelljeve problematike të të rinjve dhe pak apo aspak i kushtohet vëmendje promovimit të aseteve të rëndësishme për një zhvillim të duhur të të rinjëve. Në këtë kuadër përfshihet dhe qëllimi i studimit për kontekstin dhe ankthin e shëndetit, dimensionet dhe rolin e tyre në problemet e vetëvlerësimit të të rinjëve të shkollave të mesme në Kosovë.

Më konkretisht objektivat kryesore të këtij studimi janë:

- Të analizojë konceptet kryesore teorike që lidhen me zhvillimin mendor pozitiv të adoleshenteve dhe ndërlidhjen e këtyre me ankthin shëndetsor dhe vetëvlerësimin.
- Të përcaktojë ndërlidhjen që ka ankthi shëndetsor me vetëvlerësimin në gjininë mashkullore dhe femërore.
- Të zbulojë lidhjen midis ankthit shëndetsor të të rinjëve dhe disa aspekteve të përfshirjes prindërore si: diskutimi prind-adoleshent, roli i mjedisi familjar në mbështetje emocionale të të rinjëve, besimi reciprok familje-adoleshent.
- Të ofrojë një perspektivë krejt të veçantë për hartimin e politikave shëndetsore në mbështetje të të rinjëve me probleme psiko-emocionale dhe shëndetsore.

Këto objektiva pritet të realizohen duke u përgjegjur katër pyetjeve kërkimore të këtij studimi:

- Çfarë ndërlidhje ekziston në mes variablave (ankthit shëndetsor dhe vetëvlerësimit tek të rinjtë e shkollave të mesme në Kosovë)?
- A ekziston ndonjë dallim tek të rinjtë që jetojnë në vende rurale dhe atyre në vende urbane sa i përket nivelit të vetëvlerësimit?
- Cilat janë dallimet gjinore sa i përket përjetimit të ankthit shëndetsor?
- Sa ndikon gjendja financiare dhe niveli i punësimit të prindërve në vetëvlerësimin e të rinjëve?

Nga studimet e shumta është vërejtur se, ankthi luan një rol mjaft të rëndësishëm në gjendjen mendore të të rinjëve duke u ndërlidhur edhe me vetëvlerësimin e tyre, përkatësisht mungesa e vetëvlerësimit rezulton me simptoma ankstoze tek të rinjtë. Të rinjtë me nivel të ulët të vetëvlerësimit, kanë shkallë më të lartë të ankthit të shëndetit. Studimi pati për qëllim të analizojë 1) ndërlidhjen në mes variablave (ankthit të shëndetit dhe vetëvlerësimit tek të rinjtë e moshës 13-18 vjeç në shkollat e Kosovës gjatë pandemisë Sars-Covid19); 2) dallimet gjinore tek të rinjtë pjesmarrës në studim sa i përket përjetimit të ankthit shëndetsorë dhe vetvlersimit; 3)

ndikimin e gjendjes financiare në vetëvlerësimin tek të rinjët e moshës 13-18 vjeç në shkollat e Kosovës gjatë pandemisë Sars-Covid19)

Për të vërtetuar hipotezat, H1: Të rinjët me nivel të ulët të vetëvlerësimit, kanë shkallë më të lartë të ankthit të shëndetit, u krye analiza e korelacionit dhe rezultatet tregojnë që ka një ndërlidhshmëri ndërmjet vetëvlerësimit dhe ankthit të shëndetit $r=.85$ dhe $Sig=.000$

H2: Femrat e moshës 13-18 vjeç kanë shkallë më të lartë të ankthit të shëndetit, krahasuar me meshkujt e të njejtës moshë, u kryen analizat e krahasimit të mesatareve nëpërmjet t-testit për të kuptuar dallimet gjinore, të cilat kanë dhënë këto rezultate: për ankthin shëndetsorë meshkujt (N= 164) kishin mesatare prej: $\bar{x}= 35.16$ të pikëve, kurse femrat (N=215) kishin mesatare prej: $\bar{x}= 29.44$. Rezultatet tregojnë që femrat përjetojnë ankth të shëndetit më të lartë se sa bashkëmoshatarët meshkuj. Dhe rezultatet tregohet që janë signifikante $Sig=.000$

H3: Të rinjët që jetojnë në vende rurale kanë vetëvlerësim më të ulët, e shkallë më të lartë të ankthit shëndetsor krahasuar me ata që jetojnë në vende urbane, është bërë analiza e independet sample t-testit duke dhënë këto rezultate; për të rinjët që jetonin në vende rurale (N=157), mesatarje e pikëve të vetëvlerësimit rezultoi: $\bar{x}=16.42$, dhe për ata që jetonin në vende urbane (N=218) rezultoi: $\bar{x}=26.56$. Rezultatet tregojnë që ka dallime $Sig=.002$, të rinjët të cilët jetojnë në vende rurale kanë vetëvlerësim më të ulët krahasuar me bashkëmoshatarët e tyre që jetojnë në vende urbane.

H4: Të rinjët, familjet e të cilëve kanë gjendje të vështirë ekonomike, kanë vetëvlerësim më të ulët sesa ata të cilët kanë gjendje mesatare dhe të lartë të të ardhurave mujore, u kryen analizat e variancës (ANOVA) e cila tregoj se vetëvlerësimi për të rinjët që kishin të ardhura të larta mujore: N=76, $\bar{x}=27.66$, për të rinjët të cilët kishin të ardhura mesatare mujore: N=110, $\bar{x}=24.41$, dhe për të rinjët të cilët kishin të ardhura të ulta mujore: N=191, $\bar{x}=20.21$. dhe rezultatet tregojnë që ka dallime signifikante $Sig=.000$ në mesataren e pikëve të vetëvlerësimit tek të rinjët që kanë të ardhura mujore të ulëta me ata që kanë të ardhura mesatare dhe të larta.

Nga rezultatet, përpunimi dhe interpretimi i të dhënave të marra nga nxënësit, në këtë studim rezultojë që ka një ndërlidhshmëri ndërmjet ankthit të shëndetit dhe vetëvlerësimit, korelacioni $r=.85$ dhe rezultatet janë signifikante $Sig=.000$.

Të dhënat që dalin nga analizat dhe rezultatet e gjetjeve shkencore nga këndvështime të ndryshme teorike, përmes së cilave shpjegohen konceptet e ndryshme mbi ankthin shëndetsorë dhe vetëvlerësimin, faktorët që ndikojnë në këto të dyja, vërtetojnë rolin dhe rëndësinë e promovimit të shëndetit mendor te të rinjët. Nga shqyrtimet teorike dhe ato studimore të elaboruara dhe nga të dhënat e analizuara në këtë studim, ankthi shëndetsorë ndërvepron me vetëvlerësimin tek të rinjët, por njëkohësisht varet edhe nga faktorët gjenetik, social, psikologjik, ekonomik dhe faktorëve mjedisorë, ndërsa kriza e fundit pandemike ka pas rol kyq në këtë kohë në të cilën po jetojmë.

Ankthi shëndetsor është një problem sfidues dhe Pandemia COVID-19 po e bën atë akoma më të vështirë për disa njerëz, Sipas ekspertëve dhe hulumtimeve të kufizuara që janë bërë deri më tani, pandemia COVID-19 në të vërtetë ka ardhur me një grup unik faktorësh që sigurisht mund të nxisin ankthin shëndetsor tek njerëzit që tashmë janë të predispozuar ndaj tij. "Nëse do të kishte një cenueshmëri para-ekzistuese, kjo pandemi ka qenë një stimul masiv i mundshëm ose shkas që kjo të përshkallëzohet,"(Gueren, 2021)

Ndikimi i pandemisë në ankthin shëndetsor është veçanërisht ajo që studiuesit kanë kërkuar. Një studim i botuar në Prill 2021 në Gazetën Ndërkombëtare të Terapisë Kognitive e shpjegoi ankthin si një përgjigje të shpërthimit të simptomeve dhe e krahasoi atë me realitetin tonë aktual. Studiuesit arritën në përfundimin se pandemia COVID-19 ka shumë karakteristika unike që e bëjnë atë veçanërisht shqetësuese për njerëzit të predispozuar ndaj ankthit shëndetsor. (Gueren, 2021)

Praktika Klinik gjithonë ka dëshmuar që personat që kanë vetëvlerësim të ulët e kanë shumë më të vështirë të përballen edhe me sëmundjet organike por edhe me ato psikike, kurse për personat me vetëvlerësim më të lartë sëmundjet përpunohen në mënyrë më racionale dhe si rezultat ciklet e sëmundjeve mendore janë më të shkurta dhe nganjëherë simptomat menaxhohen pa u bërë problematike.

Evidente janë shumë pa rregullësi në shërbimet e shëndetit në përgjithësi në vendin tonë por theks të veçantë kanë shërbimet e shëndetit mendor të cialt së pari nuk janë të promovuara sa duhet dhe për këtë arsye stigma është shumë e madhe ende në komunitet dhe si pasojë vjen edhe hezitimi ose mos kërkimi i ndihmës për problemet e shëndetit mendor dhe një paragjykim për këto probleme, mungojnë kuadro të kualifikuara për dhënjen e këtyre shërbimeve për të rinjtë prandaj duhet që intensivisht të punohet në ngritjen e kapaciteteve dhe shkollimit adekuat të profesionistëve të cilët do të mirren me identifikimin, adresimin dhe trajtimin e probleme të shëndetit mendor të të rinjëve duke i ndihmuar ata që të kenë qasje proaktive dhe të jenë vetë kontribues në komunitet për ta lehtësuar procesin e vetëdimit mbi këtë problematikë të ndjeshme.

Në aspektin praktik, më së shumti rëndësi ka trajnimi mbi parandalimin e problemve të shëndetit mendor i të gjithë akterëve përgjegjës për shëndetin e fëmijëve përfshirë familjen punonjësit edukativ dhe ata shëndetsorë ku marrin shërbim fëmijët dhe adoleshentët. Një informim i drejtë qasje e lehtë në shërbimet e shëndetit mendor si dhe mundësi të barabartë në këto shërbime do ta lehtësonin shumë nevojë që mund ta kenë të rinjtë me probleme të shëndetit mendor, po ashtu kampanjat e promovimit të shëndetit mendor në vazhdimësi mund të ndihmojë për të minimizuar hendekun midis nevojës për shërbim dhe marrjës së tij. Aftësia e familjarëve, edukatorëve dhe e profesionistëve tjerë të cilët punojnë me fëmijë për të identifikuar dhe për të adresuar që në fillim problemet e shëndetit mendor mund të ndikojë në përmirësim të shpejtë dhe kostoja e trajtimit është shumë më e ulët se sa kur problemet e kësaj natyre kanë vite të pa trajtuara. Mënyrat e vetëndihmës fillestare mund të inkurajohen nëpërmjet promovimit të shëndetit mendor dhe sigurimit të materialeve të nevojshme dhe të rëndësishme me informacione për shëndetin mendor të fëmijëve.