

Ndërlidhja ndërmjet vetëvlerësimit, mbështetjes sociale, mirëqenies subjektive, mediave sociale në raport me simptomat e depresionit tek të rinjtë 18-25 vjeç në Kosovë

TEMA PËR TITULLIN
MASTER I SHKENCËS NË PSIKOLOGJI KLINIKE DHE KOMUNITETI

Nga

Illir Kastrati



UNIVERSITETI “HASAN PRISHTINA”

FAKULTETI FILOZOFIK

Departamenti i Psikologjisë

Prishtinë

Korrik, 2026

Ndërlidhja ndërmjet vetëvlerësimit, mbështetjes sociale, mirëqenies subjektive, mediave sociale në raport me simptomat e depresionit tek të rinjtë 18-25 vjeç në Kosovë

Ilir Kastrati

Mentore: Kaltrina Kelmendi, Prof. Asoc. Dr

Depresioni është një nga çrregullimet më të përhapura dhe me ndikim të thellë në shëndetin mendor në nivel global. Sipas World Health Organization (WHO, 2023), depresioni prek qindra miliona njerëz në mbarë botën dhe përbën një nga shkaqet kryesore të paaftësisë në funksionim. Tek të rinjtë, ky çrregullim lidhet me vështirësi në funksionimin emocional, shoqëror dhe akademik, duke ndikuar në marrëdhëniet ndërpersonale, performancën akademike dhe mirëqenien e përgjithshme psikologjike (Kessler et al., 2005). Përveç ndikimit individual, depresioni tek të rinjtë përbën gjithashtu një sfidë të rëndësishme për sistemet arsimore, shëndetësore dhe shoqërore, pasi lidhet me ulje të produktivitetit, rritje të kostove të kujdesit shëndetësor dhe vështirësi në integrimin social (Patel et al., 2007). Studimet tregojnë se një pjesë e madhe e çrregullimeve të shëndetit mendor fillojnë gjatë adoleshencës dhe rinisë së hershme, duke e bërë këtë periudhë kritike për identifikimin dhe parandalimin e hershëm të simptomave depressive (Kessler et al., 2005; WHO, 2023).

Depresioni nuk mund të kuptohet si rezultat i një faktori të vetëm, por si produkt i ndërveprimit kompleks ndërmjet faktorëve individualë, psikologjikë dhe socialë (Engel, 1977; Thoits, 2011). Brenda faktorëve individualë, vetëvlerësimi ka një rol kyç në mënyrën se si të rinjtë përballen me stresorët dhe sfidat e përditshme. Studimet tregojnë se nivelet më të ulëta të vetëvlerësimit lidhen me rritje të simptomave depressive, ndërsa nivelet më të larta shoqërohen me

reziliencë më të mirë dhe mirëqenie emocionale (Orth et al., 2014). Mbështetja sociale është një komponent tjetër thelbësor i mirëqenies psikologjike dhe lidhet me nivele më të ulëta të simptomave depresive (Cohen & Wills, 1985; Lakey & Orehek, 2011). Gjithashtu, mirëqenia subjektive është një tregues i rëndësishëm i funksionimit psikologjik dhe shëndetit mendor pozitiv (Diener et al., 2018). Studimet sugjerojnë se mirëqenia subjektive mund të ndërmjetësojë lidhjen ndërmjet mbështetjes sociale, vetëvlerësimit dhe simptomave depresive, duke vepruar si një mekanizëm mbrojtës indirekt (Thoits, 2011). Përveç faktorëve psikologjikë dhe socialë tradicionalë, zhvillimet teknologjike dhe përdorimi i mediave sociale kanë filluar të luajnë një rol gjithnjë e më të rëndësishëm në mirëqenien psikologjike të të rinjve. Në dekadat e fundit, përdorimi i mediave sociale është bërë një komponent i pandashëm i jetës së të rinjve dhe ndikon në mënyrën e ndërtimit të identitetit, komunikimit dhe ndërveprimeve sociale (Valkenburg et al., 2022; Primack et al., 2017; Keles et al., 2020). Megjithëse literatura ndërkombëtare ofron të dhëna të rëndësishme, ekziston një mungesë e studimeve që shqyrtojnë në mënyrë të integruar vetëvlerësimin, mbështetjen sociale, mirëqenien subjektive dhe përdorimin e mediave sociale në lidhje me simptomat depresive tek të rinjtë, veçanërisht në kontekste sociokulturore më pak të studiuar, si ai kosovar, andaj kjo thekson nevojën për hulumtime empirike të kontekstualizuara që marrin parasysh realitetet sociale, kulturore dhe digjitale të të rinjve në Kosovë.

Pyetjet kërkimore të këtij hulumtimi janë:

PK1: Cila është marrëdhënia ndërmjet vetëvlerësimit, mbështetjes sociale, mirëqenies subjektive dhe simptomave depresive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç?

PK2: Si ndërlidhen ndërmjet tyre vetëvlerësimi, mbështetja sociale e perceptuar dhe mirëqenia subjektive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç?

PK3: A ekziston një lidhje ndërmjet përdorimit të mediave sociale dhe simptomave depresive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç?

Hipotezat e këtij studimi janë:

H1: Ekziston ndërlidhje negative signifikante ndërmjet vetëvlerësimit dhe simptomave depresive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç, ku nivelet më të ulëta të vetëvlerësimit shoqërohen me nivele më të larta të simptomave depresive.

H2: Ekziston ndërlidhje negative signifikante ndërmjet mbështetjes sociale të perceptuar dhe simptomave depresive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç, ku nivelet më të larta të mbështetjes sociale shoqërohen me nivele më të ulëta të simptomave depresive.

H3: Ekziston ndërlidhje negative signifikante ndërmjet mirëqenies subjektive dhe simptomave depresive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç, ku nivelet më të larta të mirëqenies subjektive shoqërohen me nivele më të ulëta të simptomave depresive.

H4A: Ekziston ndërlidhje pozitive signifikante ndërmjet vetëvlerësimit dhe mirëqenies subjektive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç, ku nivelet më të larta të vetëvlerësimit shoqërohen me nivele më të larta të mirëqenies subjektive.

H4B: Ekziston ndërlidhje pozitive signifikante ndërmjet mbështetjes sociale të perceptuar dhe mirëqenies subjektive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç, ku nivelet më të larta të mbështetjes sociale të perceptuar shoqërohen me nivele më të larta të mirëqenies subjektive.

H5: Ekziston ndërlidhje pozitive signifikante ndërmjet përdorimit problematik të mediave sociale dhe simptomave depresive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç.

Studimi është realizuar me një mostër prej 286 pjesëmarrësish të moshës 18 deri në 25 vjeç ($M = 43.79$, $SD = 17.35$). Rezultatet treguan se vetëvlerësimi lidhet pozitivisht me mirëqenien subjektive ($\rho = .461$, $p < .001$) dhe mbështetjen sociale ($\rho = .401$, $p < .001$), ndërsa lidhet negativisht me përdorimin problematik të mediave sociale ($\rho = -.471$, $p < .001$) dhe depresionin ($\rho = -.512$, $p < .001$). Gjithashtu, mirëqenia subjektive shfaqti korrelacion pozitiv me mbështetjen sociale ($\rho = .515$, $p < .001$) dhe korrelacion negativ me përdorimin problematik të mediave sociale ($\rho = -.206$, $p < .001$) dhe depresionin ($\rho = -.339$, $p < .001$). Mbështetja sociale shfaqti korrelacion negativ me përdorimin problematik të mediave sociale ($\rho = -.167$, $p = .005$) dhe depresionin ($\rho = -.465$, $p < .001$). Ndërsa përdorimi problematik i mediave sociale kishte korrelacion pozitiv me depresionin ($\rho = .293$, $p < .001$).

Rezultatet mbështetën hipotezat e studimit, duke treguar se vetëvlerësimi, mbështetja sociale e perceptuar dhe mirëqenia subjektive lidhen negativisht me simptomat depresive, ndërsa përdorimi problematik i mediave sociale lidhet pozitivisht me simptomat depresive. Më tej, vetëvlerësimi dhe mbështetja sociale rezultuan të lidhura pozitivisht me mirëqenien subjektive. Nga ana tjetër, analiza e regresionit linear të shumëfishtë tregoi se vetëm vetëvlerësimi dhe mbështetja sociale e perceptuar kontribuan në mënyrë të pavarur dhe statistikisht domethënëse në parashikimin e simptomave depresive. Megjithëse mirëqenia subjektive dhe përdorimi problematik i mediave sociale shfaqën lidhje të rëndësishme korrelative me depresionin, ato nuk rezultuan parashikues domethënës kur u analizuan së bashku me variablat e tjera në modelin e regresionit. Këto gjetje sugjerojnë se vetëvlerësimi dhe mbështetja sociale përbëjnë faktorë veçanërisht të rëndësishëm në kuptimin e simptomave depresive tek të rinjtë e moshës 18-25 vjeç.