

RIPËRSHTATJA SOCIO-EMOCIONALE NË PËRIUDHËN E PANDEMISË TE
STUDENTËT E UNIVERSITETIT TË PRISHTINËS

TEMA PËR TITULLIN MASTER I ARTEVE NË PROGRAMIN “PSIKOLOGJI
SHKOLLORE DHE KËSHILLIM”

NGA

BESNIK PEÇI



UNIVERSITETI I PRISHTINËS

FAKULTETI FILOZOFIK

DEPARTAMENTI I PSIKOLOGJISË

Shtator, 2023

RIPËRSHTATJA SOCIO-EMOCIONALE NË PËRIUDHËN E PANDEMISË TE STUDENTËT E UNIVERSITETIT TË PRISHTINËS

Kandidat: Besnik Peci

Mentore, Prof. Asoc. Dr. Liridona Jemini-Gashi

Ballafaqimi me ngjarje stresuese është i pashmangshëm. Por, mënyra se si ne ballafaqohemi me këto ngjarje është e ndryshme. Në këtë drejtim, nëse ngjarjet stresuese janë në intenzitet të lartë për një kohë të shkurtër, mirëqenia jonë zvogëlohet, rrjedhimisht ripërshtatja ngadalësohet. Ky studimi ka pasur për qëllim eksplorimin e ngjarjeve stresuese para dhe gjatë pandemisë tek të rriturit në Kosovë duke investiguar kështu kapacitetin me të cilin mekanizmat e ripërshtatjes funksionojnë. Kështu, nga vlerësimi i stresorëve dhe funksionimit të mekanizmave të ripërshtatjes, mirëqenia e individëve në të ardhmën mund të kontrollohet dhe si rrjedhojë minimizohen efektet negative të keqpërshtatjes.

Punimi Përbehet nga **Kapitulli i Parë** ku përfshihet Arsyetimi i studimit, Qëllimi, Pyetjet Kërkimore si dhe Hipotezat e Studimit. Pastaj në **Kapitullin e dytë** përfshihet Shqyrtimi i Literaturës ku janë ealboruar pikpamjet teorike si dhe teoritë mbi stresin dhe ripërshtatjen socio-emcionale, poashtu janë identifikuar faktorët sfidues negative dhe ata pozitiv të pandemisë. **Kapitulli i tretë** ka trajtuar Metodologjinë, Instrumentin, mostrën, parimet etike si dhe procedurën e realizimit të punimit. Në **Kapitullin e IV** janë shpalosur rezultatet e studimit ku janë paraqitur në formë të grafikoneve dhe tabelave. **Kapituli i V** - pestë i ka takuar diskutimit të rezultateve. **Kapituli i VI** përmban Konkluzionet, limitet dhe Përparësitë e Studimit. Si dhe punimi përmbillet me Rekomandimet e nxjerrura nga studimi si dhe me Referencat e Studimit.

Pyetjet kërkimore

P1: A ka dallime në raportim në mes të niveleve më të shtuara të stresorëve dhe stresit pas pandemisë në krahasim me periudhën para pandemisë?

H2: A janë të ndërlidhura nivelet e stresit me mirëqenien, në atë mënyrë që personat me nivele më të larta të stresorëve do të raportojnë nivele më të ulëta të mirëqenies?

Hipotezat e studimit

H1: Mbështetur në hulumtimet e mëparshme, është hipotetizuar që të rriturit do të raportojnë nivele më të shtuara të stresorëve dhe stresit pas pandemisë në krahasim me periudhën para pandemisë. Pra, dallimi në mestare të rezultateve në dy periudha kohore përmes testit të pavarur të t-së.

H2: Gjithashtu, është hipotetizuar se nivelet e stresit do të kenë ndërlidhje signifikante negative me mirëqenien, në atë mënyrë që personat me nivele më të larta të stresorëve do të raportojnë nivele më të ulëta të mirëqenies. Analiza korrelacionale është përdorur për këtë qëllim.

Rezultatet

Rezultatet tregojnë se pandemia ka pasur një ndikim shumë të rëndësishëm në stresin dhe mirëqenien e të rriturve në Kosovë. Nivelet e stresit kanë shkuar lart pas pandemisë krahasuar me periudhën para saj, dhe kjo ka ndikuar negativisht në mirëqenien e tyre. Rezultatet e hulumtimit konfirmojnë hipotezat tona të parashikuara në fillim të studimit.

Rezultatet në punim paraqesin ndryshimet e nivelit të shqetësimit për stresorët e ndryshëm para dhe gjatë pandemisë. Një nga stresorët më të rëndësishëm është "vdekja e një anëtari të familjes," ku rritja e shqetësimit është 20% gjatë pandemisë. Ky ndryshim është shprehje e një ndryshimi shumë të rëndësishëm në jetën e individëve. Ndryshime të rëndësishme kanë ndodhur edhe në stresorët si "ndryshimet serioze në shëndetin e anëtarëve të familjes," "ndryshimi i vendit të punës," "ndryshimi i vendbanimit," "ndryshimet në aktivitetet sociale," "shkelje të lehta të ligjit," "ndryshimi në gjendjen financiare," "ndryshimi në zakonet e ushqimit," dhe "ndryshimi në zakonet e gjumit."

Rezultatet gjithashtu tregojnë që njerëzit me nivele të larta të stresit raportojnë nivele të ulëta të mirëqenies, duke konfirmuar se ka një ndërsjellje të rëndësishme midis stresit dhe mirëqenies së individëve. Një gjetje interesante është se ndryshimet në nivelin e shqetësimit për "arritje të shquara personale" kanë qenë të vogla dhe jo të rëndësishme në krahasim me ndryshimet në stresoret e tjera.

Ky studim sugjeron që individët kanë reaguar ndryshe ndaj pandemisë dhe ngjarjeve stresuese, dhe kështu janë diferencuar në nivelin e ndikimit që kanë këto stresore në jetën e tyre.

Në fund, një pikë e rëndësishme e rezultateve është se mirëqenia sociale ka shënuar një rënie të rëndësishme gjatë pandemisë, ndërsa para pandemisë ishte në nivele të larta. Kjo tregon që pandemia ka pasur një impakt shumë të rëndësishëm në lidhjet sociale të individëve, ku ka shkaktuar shqetësime dhe keqëpërshtatje.

Konkluzion

Si konkluzion vlerësoj që rezultatet e këtij hulumtimi konfirmojnë që pandemia ka sjellë ndryshime të rëndësishme në nivelin e stresit dhe mirëqenies së të rriturve në Kosovë. Nivelet e stresit kanë shkuar lart, ndërsa mirëqenia ka patur një rënie të rëndësishme. Këto ndryshime kanë qenë të shprehura sidomos në lidhje me stresoret si vdekja e një anëtari të familjes, ndryshimet serioze në shëndetin e anëtarëve të familjes, ndryshimi i vendit të punës, ndryshimi i vendbanimit, ndryshimet në aktivitetet sociale, shkelje të lehta të ligjit, ndryshimi në gjendjen financiare, ndryshimi në zakonet e ushqimit dhe ndryshimi në zakonet e gjumit.

Këto rezultate japin një kontribut të rëndësishëm në kuptimin e ndikimit të pandemisë dhe ngjarjeve stresuese në jetën e individëve dhe në kapacitetin e tyre për tu ripërshtatur dhe kontrolluar efektet negative të keqëpërshtatjes.

Ky studim ka sjellë informacion të vlefshëm dhe të vërtetueshme rreth ndikimit të ngjarjeve stresuese dhe pandemisë COVID-19 tek të rriturit në Kosovë.