

NDIKIMI I FUQIVE NDËRPERSONALE DHE BURIMEVE TË MJEDISIT
NË ZHVILLIMIN E RRITJES POSTTRAUMATIKE TE TË RINJTË: ROLI I
SHPRESËS DHE EKOLIDHJES

TEMA PËR TITULLIN

MASTER I ARTEVE NË PSIKOLOGJI SHKOLLORE DHE KËSHILLIM

nga

BESARTA CURRI



UNIVERSITETI I PRISHTINËS

FAKULTETI FILOZOFIK

DEPARTAMENTI I PSIKOLOGJISË

Prishtinë

Qershor, 2026

Ndikimi i fuqive ndërpersonale dhe burimeve të mjedisit në zhvillimin e rritjes posttraumatike te të rinjtë: Roli i shpresës dhe ekolidhjes.

Kandidatja: Besarta Curri

Mentore: Prof. assoc. Kaltrina Kelmendi

Ngjarjet apo situatat stresuese të jetës rrisin nivelin e depresionit, ankthit, shkaktojnë shqetësim më të lartë psikologjik dhe ulin cilësinë dhe kënaqshmërinë me jetën tek adoleshentët dhe të rinjtë (Carvalho et al., 2024; Graupensperger et al., 2022; Milas et al., 2022). Ajo se çka ndërmjetëson lidhjen mes stresit, simptomave të depresionit dhe shëndetit fizik është mbështetja nga familja, miqtë dhe partnerët romantikë (Lee et al., 2018; McMahon et al., 2020). Mbështetja sociale ka një rol pozitiv në reziliencën psikologjike tek të rinjtë, përmes mënyrave të përballimit që ndërmjetësojnë marrëdhënien midis mbështetjes sociale dhe reziliencës (Cao et al., 2024).

Rritja posttraumatike (PTG) përkufizohet si ndryshim pozitiv psikologjik që lind nga mënyra se si përballemi me sfida të ndryshme apo situata jo të favorshme përgjatë jetës dhe jo vetëm si ngjarje që plotësojnë kriteret klinike të traumës (Dell’Osso et al., 2022; Jayawickreme & Blackie, 2014; Tedeschi & Calhoun, 2004). Një hulumtim longitudinal i kryer me të rinjtë tregoi se dimensionet e PTG-së kanë një ndërlidhje signifikante pozitive me kuptimin e mëvonshëm në jetë, qëllimin, kënaqshmërinë në jetë, cilësinë e marrëdhënies, shpresën, faljen dhe uljen e ankthit, megjithëse "lidhja me të tjerët" pra fuqitë ndërpersonale ishin faktori i cili luante një rol kyç në të gjitha rezultatet (Bandyopadhyay et al., 2024). Faktorët siç janë rezilienca, pozitiviteti, marrëdhëniet mbështetëse dhe burimet mjedisore/ekologjike (lidhja me natyrën, mundësitë për angazhim në komunitet) së bashku kontribuojnë në rritjen e aftësisë së të rinjve për t’u përballur me ngjarje stresuese, rrjedhimisht në rritjen posttraumatike. Angazhimi në komunitet i referohet pjesëmarrjes aktive të individëve në aktivitete sociale dhe ekologjike që synojnë përmirësimin e mirëqenies së komunitetit dhe mbrojtjen e mjedisit, duke theksuar rëndësinë e lidhjes së të rinjve me natyrën dhe shoqërinë në zhvillimin e reziliencës dhe shpresës (Chawla, 2000; Corvello, 2025; Gunasiri et al., 2022; Malboeuf-Hurtubise et al.,

2024). Shpresa dhe rivlerësimi pozitiv në bazë të rezultateve nga hulumtimet me të rinjtë tregojnë se luajnë një rol ndërmjetësues mes mbështetjes sociale dhe rritjes posttraumatike (Zhou et al., 2017).

Në kontekstin kosovar, rritja posttraumatike është e lidhur pozitivisht me komponentët e krijimit të kuptimit, si ndjenja e qëllimit, shpresa, optimizmi dhe interpretimi fetar i përvojave, duke theksuar rëndësinë e mënyrës se si individët i japin kuptim përvojave dhe rolin e shpresës në përballimin e situatave stresuese (Kelmendi & Hamby, 2024). Gjithashtu, individët përdorin fuqitë ndërpersonale dhe burimet e vetërregullimit për të përballuar sfidat dhe për të kuptuar përvojat e tyre, përfshirë këtu mbështetjen sociale dhe orientimin drejt së ardhmes (Hamiti et al., 2024). Kuptimi që një individ i jep një përvoje të tij, marrëdhëniet ndërpersonale dhe burimet e mjedisit poashtu, ndërlidhen me rritjen posttraumatike (Kelmendi et al., 2026). Ky hulumtim është bazuar në modelin e Portofolit të Reziliencës (Portfolio Resilience), të zhvilluar nga Grych, Hamby dhe Banyard në vitin 2015. Sipas këtij modeli, pikat e forta dhe faktorët mbrojtës kontribuojnë në zhvillimin e reziliencës duke ndikuar në mënyrën e përballimit të situatave stresuese. Këta faktorë veprojnë në nivele të ndryshme, përfshirë atë individual, familjar, të bashkëmoshatarëve dhe komunitetit, duke shpjeguar se si ndërveprimi i tyre nxit reziliencën tek individët.

Qëllimi i këtij hulumtimi është të eksplorojë ndikimin e fuqive ndërpersonale dhe burimeve të mjedisit në zhvillimin e rritjes posttraumatike te të rinjtë duke u fokusuar kryesisht në rolin ndërmjetësues të shpresës dhe ekolidhjes në këtë marrëdhënie si dhe të ofrojë rekomandime praktike për nxitjen e rritjes posttraumatike te të rinjtë. Në bazë të kësaj pyetjet kërkimore dhe hipotezat e këtij hulumtimi janë:

PK1: Cila është marrëdhënia ndërmjet fuqive ndërpersonale dhe burimeve të mjedisit me rritjen posttraumatike te të rinjtë?

PK2: Cili është roli ndërmjetësues i shpresës dhe ekolidhjeve në marrëdhënien ndërmjet fuqive ndërpersonale dhe burimeve të mjedisit me rritjen posttraumatike te të rinjtë?

H1: Fuqitë ndërpersonale dhe burimet e mjedisit kanë lidhje signifikante pozitive me rritjen posttraumatike te të rinjtë.

H2: Fuqitë ndërpersonale dhe burimet e mjedisit ndikojnë në rritjen posttraumatike te të rinjtë përmes rritjes së nivelit të shpresës dhe ekolidhjeve.

Hulumtimi ka qenë hulumtim i dizajnit kuantitativ duke përmbytur kështu të dhëna kuantitative. Mostra e këtij hulumtimi përfshin gjithësej 101 të rinjë nga qytete të ndryshme të Kosovës së moshës 18-25 vjeç. Nga gjithsej 101 pjesëmarrës, shumica janë gra me një përqindje prej 80.2, ndërsa 14.9% janë burra. Për të matur fuqitë ndërpersonale, burimet e mjedisit, shpresën, dhe ekolidhjen te të rinjtë është përdorur Resilience Portfolio Questionnaire (RPQ), i cili përfshin disa seksione dhe nënshkallë që matin dimensione të ndryshme të reziliencës (Grych et al., 2015). Ndërkaq, rritja posttraumatike është matur nëpërmjet Pyetësorit të Reziliencës Familjare nga Walsh (WFRQ). WFRQ përdoret për matjen e rritjes posttraumatike sepse përfshin dimensione që reflektojnë krijimin e kuptimit, shpresën, forcimin e marrëdhënieve dhe përshtatjen pozitive pas përvojave stresuese, të cilat janë komponentë thelbësorë të konstruktit të rritjes posttraumatike.

Të dhënat e mbledhura janë analizuar përmes programit statistikor SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Në bazë të rezultateve të nxjerra nga analiza e korrelacionit Pearson doli se ka ndërlidhje pozitive dhe statistikisht signifikante ndërmjet fuqive ndërpersonale, burimeve të mjedisit dhe rritjes posttraumatike, duke mbështetur kështu hipotezën e parë se faktorët socialë dhe mjedisorë lidhen me nivele më të larta të rritjes posttraumatike te të rinjtë. Ndërsa për të testuar hipotezën e dytë u realizua analiza e regresionit linear në katër hapa për të testuar hipotezën se fuqitë ndërpersonale dhe burimet e mjedisit ndikojnë në rritjen posttraumatike te të rinjtë përmes shpresës dhe ekolidhjes. Në hapin e parë, vetëm aktivitetet sociale u identifikuan si parashikues i rëndësishëm i rritjes posttraumatike ($\beta = .457$, $t = 4.773$, $p = .001$), ndërsa mbështetja sociale ($\beta = .149$, $p = .127$) dhe burimet mjedisore ($\beta = .053$, $p = .559$) nuk rezultuan statistikisht të rëndësishme. Në hapin 2A, modeli i regresionit

për parashikimin e shpresës rezultoi statistikisht domethënëse, $F(3, 97) = 20.249$, $p < .001$, duke shpjeguar 38.5% të variancës, ku aktivitetet sociale dhe burimet mjedisore dolën si parashikues të rëndësishëm, ndërsa mbështetja sociale nuk ishte domethënëse. Në hapin 2B sërish aktivitetet sociale dhe resurset në mjedisin e ndërtuar rezultuan të rëndësishme. Ndërsa në hapin 3, modeli i plotë për rritjen posttraumatike ishte gjithashtu domethënëse, $F(5, 93) = 15.484$, $p < .001$, ku shpresa u identifikua si parashikuesi kryesor, ndërsa aktivitetet sociale mbetën të rëndësishme dhe variablat e tjera nuk rezultuan statistikisht domethënëse.

Ky hulumtim ka disa kufizime, përfshirë përdorimin e pyetësorëve vetëraportues, dizajnin transversal i cili nuk lejon konkluzione shkak-pasojë, si dhe kufizimet në përfaqësimin e mostrës. Gjithashtu, përdorimi i metodës Baron dhe Kenny për testimin e hipotezës së dytë konsiderohet më pak i avancuar, prandaj rekomandohet përdorimi i bootstrap në studimet e ardhshme për rezultate më të besueshme. Në përgjithësi, sugjerohet që institucionet dhe profesionistët e shëndetit mendor të zhvillojnë programe që forcojnë mbështetjen sociale, shpresën, përfshirjen në komunitet dhe lidhjen me natyrën, duke promovuar mirëqenien dhe rritjen posttraumatike tek të rinjtë përmes qasjeve socio-ekologjike.