



**UNIVERSITETI I TIRANËS**  
**FAKULTETI I SHKENCAVE SOCIALE**

---

**STRESI SI REZULTAT I EVENIMENTEVE  
TRAUMATIKE TË PËRJETUARA GJATË USHTRIMIT  
TË DETYRES NGA PUNONJËSIT E SIGURISË PUBLIKE**

**Paraqitur në kërkim të gradës shkencore  
“Doktor”  
nga Msc. Krenar Ahmeti**

**Udhëhequr nga:  
Prof. Dr. Theodhori KARAJ**

**TIRANË, 2015**

## **DEKLARATË STATUORE**

Nën përgjegjësinë time deklaroj se ky punim është shkruar prej meje, nuk është botuar dhe prezantuar asnjëherë para një institucioni tjetër për vlerësim. Punimi nuk përmban material të shkruar nga ndonjë person tjetër, përveç rasteve të cituara dhe të referuara.

© Copyright

K. AHMETI

Të gjitha të drejtat e rezervuara

**TIRANË, 2015**



**UNIVERSITETI I TIRANËS**

**FAKULTETI I SHKENCAVE SOCIALE**

**STRESI SI REZULTAT I SITUATAVE  
TRAUMATIKE TË PËRJETUARA GJATË USHTRIMIT  
TË DETYRËS NGA PUNONJËSIT E SIGURISË PUBLIKE**

**Paraqitur në kërkim të gradës shkencore “Doktor”  
nga Msc. Krenar AHMETI**

**Udhëhequr nga:  
Prof. Dr. Theodhori KARAJ**

**Juria e mbrojtjes:**

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

**TIRANË, 2015**

## ABSTRAKT

Në këtë kërkim shkencor u synua të kuptohej lidhja ndërmjet stresit të përjetuar si shkak i situatave traumatike që hasen gjatë ushtrimit të detyrës të punonjësve të sigurisë publike. Në një kontekst më të detajuar studimi ka shqyrtuar se cilat janë situatat traumatike, lidhja e tyre me stresin dhe ngarkesat e tjera psikologjike që e shoqërojnë. Mënyra e përjetuar, niveli, intensiteti i ngarkesave të ndryshme e sidomos e stresit si premisa edhe për devijanca të tjera, etj. Si instrumente matës u përdorën intervistat, intervistat në fokus grup dhe pyetëtori “OPTI-Fragebogen”, ku ky i fundit është një mjet matës i zhvilluar specifikisht për punonjësit e sigurisë publike, me qëllim për të krijuar një panoramë sa më të saktë të këtij fenomeni në këto popullata, taksonominë e situatave traumatike, nivelin e stresit dhe predispozitën në veçanti të kësaj popullate për t’u prekur nga çrregullimi i stresit pas traumës dhe ngarkesave psikologjike të tjera. Si kampion u mor 10% të efektivave të përgjithshëm të tre institucioneve kryesore: Policisë së Shtetit, P.M.N.Z. (Zjarrfikësit) dhe punonjës të sigurisë në I.E.V.P. (Policia e burgjeve) të Republikës së Shqipërisë. Ky studim nxjerr në dritë nevojën e masave parandaluese nga organet kompetente që efektivet e këtyre institucioneve të përballen me sa më pak stres gjatë dhe pas ushtrimit të detyrës, sepse një punonjës i shëndetshëm mendërisht është në gjendje të realizojë më mirë detyrat funksionale. Ky fenomen është studiuar gjerësisht në vendet e zhvilluara të globit, por në vendin tonë ky fenomen studiohet për herë të parë mbi baza rigoroze shkencore dhe është pikë referimi për studime të mëtejshme në këtë fushë.

Fjalët kyç: Stres, ngarkesa psikologjike, situatë traumatike, Punonjës i sigurisë publike, Republika e Shqipërisë

## ABSTRACT

This study aims to understand and figure out the connection between stress and trauma situations experienced by members of those employed to ensure public safety. This study tries to explore what is the link and connection to stress due to trauma situations, experienced by the members of forces serving in public safety and security while they are exercising their duty. In a more detailed context the study examined what were the trauma situations and their connection to stress and to other psychological weights accompanying it. The manner through which they experience stress, its level of intensity and that of different weights especially that of stress serving as premise for other deviations, etc.

The OPTI-Fragebogen questionnaire, interviews, focus group interviews were used as measuring instruments, where the former is developed as a measuring tool especially for public safety employees, to provide a clear expose and overview of the existence of this phenomenon, *taxonomic* of trauma situations, stress level and the predisposition of this group of population in particular to be affected by the post trauma disorder and psychological burdens. Ten percent of the general number of State Police, Firefighters and Correction Officers all over the Republic of Albania were polled for this questionnaire.

This study also sheds light on the need of competent and respective bodies to take preventive measures in order to enable the employees of these institutions to face and experience as little as possible stress while and after exercising their duties because an employ who enjoys good mental health, will accomplish and fulfill in the best manner his functional responsibilities. This phenomenon has been widely studied in the most developed countries of the world, but this is the very first time ever that it is being studied in our country based on rigorously scientific foundations and serves as a referral point to further studies in this field.

Key words: Stress, psychological load, traumatic situation, Employee of public safety and security, Republic of Albania

# MIRËNJOHJE

Punimi shkencor me temë “Stresi si rezultat i situatave traumatike të përjetuara gjatë ushtrimit të detyrës nga punonjësi i sigurisë publike” është një studim, i cili do të ishte gati i pamundur pa ndihmën e shumë personave. Si autor i këtij dizertacioni dua të falënderoj në mënyrë të veçantë:

Prof. Dr. Theodhori Karajn, Dekan i Fakultetit të Shkencave Sociale, në Universitetin e Tiranës, i cili ka kontribuar në mënyrë të veçantë në dhënien e ideve të qarta e alternativave rreth mënyrës se si është strukturuar punimi dhe në ofrimin e pikëpamjeve kritike se si mund të përmirësohej më tej ky punim.

Një falënderim i veçantë shkon për Drejtorët e Përgjithshëm të Policisë së Shtetit, zotin Haki Çako, Drejtorin e Përgjithshëm të I.E.V.P.-ve zotin Artur Zoto dhe Drejtorin e Përgjithshëm të Emergjencave Civile, zotin Shemsi Premçi, të cilët u përkushtuan duke më ndihmuar pa hezituat në përzgjedhjen e kampionit dhe më krijuan lehtësira gjatë përdorimit të instrumenteve duke shmangur çdo pengesë administrative brenda etikës së kërkimit shkencor.

Unë dëshiroj gjithashtu të falënderoj të gjithë personat kyç, dhe sidomos drejtuesit e të gjithë institucioneve të sigurisë publike, të cilët jo vetëm pranuan të intervistohen rreth problematikës së studiuar, por dhe krijuan hapësirë për ambiente komode ku u aplikuan instrumentet shkencore.

Një falënderim shkon dhe për kolegët e mi, Dr. Migena Buka, MSC Florian Kulla, MSC Aurel Jeniçeri për ndihmën pa kufi që më kanë dhënë në të gjitha dimensionet për realizimin e shumë proceseve. Gjithashtu dhe zotin Edvin Shvarc si redaktor të materialit. Së fundmi i shpreh mirënjohjen familjes sime që ka sakrifikuar shumë, jo vetëm financiarisht, por dhe emocionalisht duke më mbështetur në çdo hap të implementimit të këtij punimi.

Ju faleminderit!

**Krenar AHMETI**

## TABELA E PERMBAJTJES

KAPITULLI 1.....	1
HYRJE.....	1
1.1Prezantimi I Problemit .....	2
1.2Rendesia e studimit .....	3
1.3Qellimi I studimit .....	7
1.4Objektivat dhe pyetjet kerkimore qe shtron ky kerkim .....	8
1.4.1Projekt objektivi I pare .....	8
1.4.2Projekt objektivi I dyte .....	8
1.4.3Projekt objektivi I trete .....	9
1.5 Perkufizimi I koncepteve kryesore .....	9
1.6Organizimi I studimit .....	10
KAPITULLI 2-SHQYRTIMI I LITERATURES .....	11
2.1 Hyrje .....	11
2.2 Teoritë mbi stresin .....	12
2.2.1 Konceptet e përgjithshme të stresit .....	16
2.2.1.1 Koncepti e stimulit .....	16
2.2.1.2 Koncepti reagimit .....	17
2.2.1.3 Teoria transaksionale .....	19
2.2.2 Faktorët që ndikojnë në përvojën e stresit në vendin e punës .....	23
2.2.3 Faktorët personale të përjetimit të stresit. ....	29
2.2.4 Efektet e stresit për shkak të perceptimit individual .....	31
KAPITULLI III-METODOLOGJIA .....	33
3.1 Lloji I kërkimit .....	33
3.2 Instrumentat .....	34
3.2.1 Intervistat gjysëm të hapura të strukturuar .....	38
3.2.1.1 Qëllimi i intervistave .....	38
3.2.1.2 Objektivat e intervistës .....	39
3.2.1.3 Organizimi i intervistave në lidhje me temën .....	39
3.2.1.4 Përgatitja e intervistuesve .....	40
3.2.1.5 Pilotimi i intervistës .....	41
3.2.1.6 Kampionimi i intervistave .....	41

3.2.2 Intervistat në fokus grup .....	42
3.2.2.1 Konceptimi i fokus grupeve .....	43
3.2.2.2.Pilotimi i intervistës në fokus grup .....	44
3.2.2.3 Kryerja e intervistave në fokus grup .....	44
3.2.2.4 Kampionimi ne intervistat në fokus grup .....	46
3.2.3 Pyetëtori .....	46
3.2.3.1 Zanafilla e pyetësoreve të zhvilluara për këtë profesion .....	46
3.2.3.2 Dimensionët e pyetësit .....	47
3.2.3.3 Procedurat dhe vendi i kryerjes së anketimeve me .....	50
3.2.3.4 Kampionimi i pyetësit .....	51
3.2.3.5 Avantazhet e kampionimit të rastësishëm .....	55
3.3. Aspekti etik i studimit .....	55
3.4Analizimi i të dhënave .....	55
3.2.1.6 Mënyra e vlersimit të tre instrumentave .....	56
3.2.3.6 Kufizimet e studimit .....	57
<b>KAPITULLI IV -REZULTATET E STUDIMIT .....</b>	<b>57</b>
4.1 Rezultatet e inrevistave .....	58
4.1.1 Sasia dhe cilesia e përmbledhjeve retropektive të situatave traumatike .....	58
4.2.2Taksonomia intervistave .....	58
4.2 Rezultatet e inrevistave me fokus grup .....	59
4.2.1 Sasia dhe ciilesia e permbledhjeve retropektive te situatave traumatike e intervistave me focus .....	59
4.2.2 Taksonomia intervistave me fokus grup .....	62
4.3 Rezultatet e pyetësit. ....	64
4.3.1 Demografia e kampionit .....	64
4.3.2Taksonomia e pyetësit .....	66
4.3.3 Të dhënat për variablat kryesorë të studimit .....	67
4.3.4 Marrëdhëniet korelacionale ndërmjet variablave.....	70
4.3.5 Krahasimet ndërmjet grupeve .....	73
4.4 Rezultatet sipas llojit .....	74
4.4.1Niveli i intensitetit sipas llojit të punonjësit të sigurisë publike .....	74
4.4.2 Krahasimet i ngarkesave për katër javët e fundit sipas llojit .....	75
4.5 Krahasimet për Policinë e shtetit .....	76
4.5.1 Krahasimet i ngarkesave për katër javët e fundit për Policinë e shtetit sipas nenllojeve te mare ne studim .....	77
4.5.2 Rezultatet për Policinë Rrugore .....	80



4.6 Rezultatet për I.E.V.Penale .....	81
4.7 Rezultatet për P.M.N.Z (zjarrfikësit) .....	84
4.8 Përmbledhja e pikëve totale të petësorit .....	86
<b>KAPITULLI V- DISKUTIM .....</b>	<b>89</b>
5.1 Këndvështrim i përgjithshëm bazuar në gjetjet e instrumentave .....	89
5.2 Epidemiologjia e ngarkesave psikolodhike dhe e stresit .....	92
5.3 Shpeshësia e përballjes me situatat traumatike .....	94
5.4 Shpërndarja e ngarkesave psikologjike dhe stresit, pikët totale .....	94
5.4 Niveli i ngarkesave psikologjike sipas institucioneve të mara në studim për katër javet e fundit .....	95
5.5 Rezultatet sipas gjinisë .....	96
5.6 Niveli i intensitetit sipas institucioneve të mara në studim .....	98
5.7 Rezultatet e Policisë së Shtetit sipas funksioneve .....	99
5.8 Rezultatet për I.E.V.P(Policia e burgjeve .....	101
5.9 Rezultatet e P.M.N.Z (zjarrfikësit) .....	103
5.10 Korelacionet ndërmjet variablave .....	105
<b>KAPITULLI VI -KONKLuzionet dhe Rekomandimet.....</b>	<b>106</b>
6.1 Konkluzione .....	106
6.1.1 Projekt objektivi i pare.....	106
6.1.2 Projekt objektivi idytë .....	106
6.2 Rekomandime .....	107
<b>REFERENCAT.....</b>	<b>113</b>

## **LISTA E TABELAVE**

TABELA1- Ndarja e të intervistuarve gjatë pilotimit sipas institucioneve .....	41
TABELA2- Ndarja e të intervistuarve gjatë sipas institucioneve .....	41
TABELA3- Ndarja e të intervistuarve sipas institucioneve dhe funksionit.....	42
TABELA4- Ndarja e të intervistuarve sipas gjinisë. ....	42
TABELA5- Ndarja e të intervistuarve në fokus grup sipas institucioneve .....	46
TABELA6- Ndarja e punonjësve të marë në studim sipas institucioneve qëndrore. ....	51

TABELA7- Ndarja e punonjësve të sigurisë të marë në studim sipas gjinisë .....	52
TABELA8- Ndarja e punonjësve të marë në studim sipas llojit dhe gjinisë.....	52
TABELA9- Shtrirja gjeografike e I.E.V.Penale nga ku u mor kampini .....	53
TABELA10-Shpërndarja e kampionit sipas rretheve.....	54
TABELA11- Shpërndarja e kampionit të Policisë së Shtetit sipas llojeve.....	54
TABELA12- Kategorite kryesore të intervistave .....	59
TABELA13- Nënkatëgorite kryesore të intervistave .....	60
TABELA14- Shpërndarja e ngarkesave .....	60
TABELA15- Nënkatëgorite kryesore të ndara në përqindje.....	61
TABELA16- Kategorite kryesore .....	63
TABELA17- Nënkatëgorite kryesore .....	63
TABELA18- Te dhënat demografike për qytetet nga ku janë të punësuar pjesëmarrësit .....	64
TABELA19- Të dhënat e pyetjes: Si rezultat i një konflikti ose problemi ndërpersonal ose social. Në këtë klasifikim duhen nënrenditur situatat që kanë lidhje me marrëdhëniet me kolegët ose eprorët.....	65
TABELA20-Si rezultat i një detyre të veçantë si punonjës i sigurisë publike. Në këtë klasifikohen situata si rrjedhojë e detyrës specifike që kryen p.sh. përballimi me lajmin e vdekjes së një personi, konflikte të forta familjare, shkëmbim me armë zjarri, përdori.....	65
TABELA21Si rezultat i kushteve të papërshtatshme të vendit të punës, kohëzgjatjes së punës, kushteve dhe ngarkesës fizike të punës. p.sh: Puna me turne, orët e zgjatura, planëzimi i keq i kohës, kushtet e këqija të mjedisit ku punon ku ka dhe përqendrim të madh.....	66
TABELA22Si rezultat i organizimit dhe strukturës ku bëni pjesë. Këtu duhet të keni parasysh se bëhet fjalë për organizimin, mbarëvajtjen dhe koordinimi që mund të sjellin shqetësime si p.sh. presion i afateve, mjetet logjistike në dispozicion, mënyra e keqe e drejtimit.....	66
TABELA23 Si rezultat i rrethanave të veçanta gjatë ushtrimit të detyrës që ju klasifikoni stresante dhe nuk janë përmendur në katër ndarjet e më sipërme.....	66
TABELA24- Frekuenca për të pestë kategoritë .....	67
TABELA25- Shpeshësia e përjetimit të situatave stresuese në vendin e punës.....	67
TABELA26- Frekuenca e situatave stresuese në vendin e punës.....	68
TABELA27- Niveli i lartë/ulët i variablave tek pjesëmarrësit.....	69
TABELA28- Marrëdhëniet korelacionale ndërmjet variablave .....	70
TABELA29- Korelacioni ndërmjet stresit dhe moshës .....	71
TABELA30- Korelacioni ndërmjet stresit dhe viteve të punës .....	72
TABELA31- Krahasimi meshkuj-femra në terma të pasojave të stresit .....	73
TABELA32- Tabela e Regresionit për simptomat e fizike & psikologjike bazuar në intensitetin e stresit.....	80
TABELA33- Gjinia e pjesëmarrësve.....	81
TABELA34- Regresioni për simptomat e fizike & psikologjike bazuar në intensitetin e stresit. ....	83
TABELA35- Ndryshimet e intensitetit të stresit dhe simptomave të raportuara, sipas gjinisë. ....	83

TABELA36- Shpërndarja e kampionit sipas qyteteve.....	84
TABELA37- Shpërndarja e kampionit sipas gradës .....	84
TABELA38- Stresorët më të mëdhenj të cituar nga zjarrfikësit.....	85
TABELA39- Piket totale (segmentuar) .....	87

## **LISTA GRAFIKEVE**

GRAFIKU1- Grafiku i ngarkesës psikologjike për punonjësit e sigurisë publike .....	70
GRAFIKU2-Intensitetit sipas llojit për punonjësit e sigurisë publike.....	75
GRAFIKU3- Ngarkesat psikologjik sipas llojit për punonjësit e sigurisë publike.....	76
GRAFIKU4- Grafiku i intensitetit për punonjësit e Policisë së Shtetit .....	77
GRAFIKU5- Grafiku i ngarkesës psikologjike për nënlojet e Policisë së Shtetit si punonjës të sigurisë publike .....	78
GRAFIKU6- Niveli i simptomave të vetë-raportuara nga policët rrugorë .....	79
GRAFIKU7- Intensiteti i stresit tek policët rrugorë .....	80
GRAFIKU8- Niveli i simptomave të vetëraportuara nga punonjësit e burgjeve.....	81
GRAFIKU9- Intensiteti i stresit tek punonjësit e I.E.V.Penale .....	82
GRAFIKU10-Piket totale .....	88

# KAPITULLI I

## 1. HYRJJE

Në organizimin politiko-social të shtetit tonë si një formë demokratike, që synon përmbushjen e kontratës shoqërore, ku në themelet e tij ka sundimin e ligjit mbi parime etiko-morale në respektim të të drejtave universale të njeriut dhe kushtetutshmërinë e çdo veprimi juridiko-ekzekutiv, një vend primordial zënë institucionet e sigurisë.

Personeli i rekrutuar në këto institucione në përmbushje të misionit të tyre duke u bazuar në egzigjencat ligjore duhet të jetë në çdo moment në nivelet optimale psiko-fizike për t'u shërbyer qytetarëve.

Gjatë ushtrimit të detyrës punonjësi i sigurisë publike përballet me shumë situata të ndryshme e specifike për këtë profesion, situata që potencialisht sjellin ngarkesa psikologjike dhe në shumë raste niveli i këtyre ngarkesave mund të jetë relativisht i lartë, pra ky profesion nuk është i imunizuar nga këto fenomene të cilat amplifikohen si rezultat i situatave traumatike me të cilat i duhet të përballet gjatë përmbushjes së detyrës funksionale.

Duke qenë një profesion i rëndësishëm në çështjet e sigurisë, shëndeti mendor i personelit është thelbësor, sepse vetë detyra e tij ka një element të veçantë dhe ky është kontakti i drejtpërdrejtë me komunitetin e në çdo kontakt forcat e sigurisë duhet të jenë brenda procedurave ligjore. Pa një shëndet mendor të kënaqshëm performanca e forcave ligjzbatuese nuk do të ishte në nivelin që kërkon ligji dhe komuniteti.

Ndryshimi i sistemit politik pas 1990-s solli kërkesa të tilla për institucionet e sigurisë publike në kuadrin e një sistemi pluralist duke e gjetur gati të papërgatitur për të përmbushur detyrat funksionale.

Kondicioni kryesor është ndryshim i konceptit të punës, strukturës dhe metodologjisë të shoqëruar me ndryshimet e legjislacionit.

Ky presion i jashtëzakonshëm i gjeti të papërgatitur institucionet e Policisë së Shtetit, Policinë e Burgjeve, Emergjencave civile, Zjarrfikësit etj, me personelin në efikasitet dhe me atë të riun që do rekrutohej pasi vetë institucionet që përgatisnin këto forca duhet të reformoheshin vetë rrënjësisht.

Duke qenë institucionet më të mëdha buxhetore, me rritjen galopante të krimit me format më të sofistikuara të tij dhe shfaqjen e shumë figurave të reja të krimit, katastrofat natyrore, incidentet dhe kërkesat e tjera ligjore, e gjetën të papërgatitur personelin e sigurisë publike të çdo kategorie dhe në këtë kuadër presioni social e institucional që bëhej mbi punonjësit në kryerjen e detyrës, rritja e konsiderueshme e numrit të situatave traumatike ku është i ekspozuar personeli i sigurisë publike solli një rritje të mundësive për t'u prekur nga shqetësime psikologjike si çrregullime të

ankthit, stresit akut dhe atij pas traumës e deviacioneve të tjera deri dhe me pasoja të rënda për shëndetin mendor të tyre.

Edhe sot e kësaj dite nuk kemi struktura të mirëfillta të atashuara brenda institucioneve të sigurisë publike që të jenë përgjegjëse për shëndetin mendor të punonjësit të sigurisë publike duke filluar nga rekrutimi, përgatitja psikologjike për detyrën që do të kryejnë, parandalimin dhe trajtimin e çrregullimeve që shfaqen gjatë ushtrimit të detyrës për t'u dhënë asistencën e nevojshme punonjësit të sigurisë publike që ky i fundit të jetë në parametrat optimal që kërkon një komunitet, i cili aspiron të jetë pjesë e familjes evropiane.

## **1.1 Prezantimi i problemit.**

Gjithnjë më ka preokupuar mosekzistenca e një studimi të tillë, as më pak e as më shumë si në institucionet homologe të vendeve të Evropës Perëndimore, të cilat i marrim si shembull për organizimin politiko-social të shtetit dhe të sistemit hierarkiko-organizativ në çdo qelizë të të gjithë shoqërisë sonë, si atë vertikal e horizontal. Ngritja dhe atashimi i institucionit të mirëfilltë të psikologut brenda strukturave të sigurisë publike dhe konsolidimi i tyre me detyrë parësore parandalimin e problematikave psikologjike të punonjësve të sigurisë, të cilët janë të ekspozuar më tepër se punonjësit e tjerë me status civil me situatat që mund të jenë burim i ngarkesave psikologjike e kryesisht stresit, duhet të jetë një prioritet i këtyre institucioneve ligjzbatuese.

Duke qenë një vend në zhvillim me një shoqëri që kërkon të integrohet në familjen e madhe të Bashkimit Evropian, kërkesat ligjore në këtë frymë fokusohen dhe tek institucionet e sigurisë si garant të rendit kushtetues. Pa një personel të mirëformuar, të mirëtrajtuar nga autoritetet kompetente përmbushja e detyrave funksionale në parametrat optimal do të jetë gati mision i pamundur. Në këtë trajtim vend të veçantë zë trajtimi i punonjësit të sigurisë publike, i cili si çdo qenie njerëzore ka individualitetin e tij dhe nuk mund të konsiderohet si entitet i shkëputur nga shoqëria ku jeton, i cili kryen detyrën e vet funksionale dhe përmbush kërkesat e institucionit ku aderon. Pra shëndeti mendor i punonjësve zë një vend të pazëvendësueshëm në kuadrin e përmbushjes së detyrës.

Fenomeni i marrë në studim në vendin tonë është i trajtuar gjerësisht në vendet e zhvilluara e me demokraci funksionale. Ka studime të mirëfillta dhe të shtrira në kohë, të cilat theksojnë se punonjësit e sigurisë publike janë më shumë të ekspozuar ndaj situatave traumatike për shkak të detyrës funksionale që kryejnë dhe si rezultat i këtij ekspozimi potencialisht janë më të rrezikuar që të preken nga çrregullimet e shëndetit mendor më tepër se pjesa tjetër e komunitetit ku bëjnë pjesë. Pra rrjedhimisht dhe punonjësit e institucioneve tona të sigurisë publike nuk duhet të bëjnë përjashtim nga ky fenomen.

Ekzistenca e problemeve psikologjike cenon jo vetëm mirëqenien e individit, por dhe produktin për të cilin punonjësi është rekrutuar. Një punonjës i cili mbart ngarkesa psikologjike, i cili nuk i trajton ato dhe nuk gjen ndihmën e nevojshme nga organet kompetente nuk do të jetë në gjendje të përmbushë në parametra optimal detyrën e tij.

Bindja që një fenomen i tillë ekziston edhe tek punonjësit tanë të sigurisë mbështetet nga sa theksova më sipër pasi dhe ne si komunitet nuk mund të jemi të shkëputur nga tendencat e çdo zhvillimi të kontekstit globalist.

## 1.2 Rëndësia e studimit.

Në këtë punim shkencor do të diskutohen hulumtimet dhe përkufizimet shkencore themelore të stresit, dhe do të ilustrim supozimet themelore të koncepteve të përbashkëta mbi stresin. Gjithashtu do të marrim në konsideratë modelet shpjeguese të shkaktimit të stresit dhe faktorëve që ndikojnë këtë fenomen, ky i fundit i parë në fokusin e përmbushjes së detyrës funksionale të punonjësit të sigurisë publike, faktorë të cilët mund të ndikojnë në përjetimin e stresit dhe pasojat të mundshme të tyre.

Institucionet e sigurisë publike janë entet më të njohura nga komuniteti, duke qenë në funksion të shtetasve pa ndërprerje për të zgjidhur situata të ndryshme, në përmbushje të misionit të tyre.

Sipas Cumming veprimtaritë e përditshme të institucioneve të sigurisë publike mund të klasifikohen në dy fusha të mëdha veprimi, ajo e mbështetjes për zgjidhjen e situatave dhe menaxhimin e incidenteve dhe ajo kontrollit, duke synuar që parametrat e sigurisë të jenë në nivelet e kërkuara. (1965, p 276.).

Në ruajtjen e rendit publik është e njohur teza për ta konsideruar punonjësin e sigurisë publike si mbështetës, orientues dhe bashkëpunues. (Bittner 1975;). A mund të jetë ai i tillë pa një shëndet psiko-fizik me parametra optimalë?

Për këtë arsye në këto dekada, studime të shumta janë kryer dhe kanë analizuar detyrat e trupës së punonjësve të sigurisë publike dhe një pjesë dërrmuese e tyre arrijnë në përfundimin se këto institucione përballen me situata relativisht të vështira gjatë përmbushjes së detyrës funksionale, situata të cilat kanë nevojë për t'u zgjidhur shpejt dhe kryesisht ngarkesat psikologjike kanë të bëjnë me pasigurinë dhe paqartësinë e punonjësve përballë situatave, incidenteve të ndryshëm dhe kërkesave legjitime të qytetarëve. (Broën & Campbell, 1994; Colombat & Fouquereau, 2013; Schaible & Gecas, 2010; Violanti & Aron, 1995;).

Gjithashtu stresuesit ndaj të cilëve është i ekspozuar punonjësi i sigurisë publike mund të shkaktojnë çrregullime me pasoja për shëndetin fizik dhe mendor të tij, ku mund të përmendim çrregullimet e stresit akut, çrregullimet e stresit pas trauma, depresioni, sjelljet agresive dhe vetëvrasjet (Blum, 2000; Violanti, 1996;).

Hulumtimet e mëparshme dhe hetimi i shkaqeve të stresit kanë qenë të përqendruara kryesisht tek shkaktarët e jashtëm të tij, kryesisht në lidhjet me kriteret e detyrës apo ndikimet e organizative ose ndikimet sociale (Bühler & Toka, 2003;).

Mund të shtrohet pyetja se pse në kushte të njëjta veprimi, një individ preket nga ngarkesat psikologjike ndërkohë që një tjetër nuk tregon simptoma në lidhje me rastin. Kjo mund të jetë e mundshme si rezultat i shkaqeve të tjera të tilla si personaliteti, gjendja psiko-fizike etj, të cilat mendohet të luajnë një rol të madh në mënyrën se si përjetohen situatat traumatike nga individit. Studime të shumta i janë kushtuar personalitetit dhe karakteristikave individuale të punonjësve të sigurisë publike. Veçanërisht tipareve të personalitetit të tilla si "personalitetit profesional" ose "personaliteti predispozicional", të dy këto koncepte të përcaktuara nga (Bonifacio, 1991, p 147.). Me fjalë të tjera, kërkimet janë fokusuar në analizimin e shkaqeve, arsyet dhe motivimet për t'u bërë një punonjës i sigurisë publike, p.sh. është e njohur shprehja: "Polici lind, nuk bëhesh!" është kjo një zgjedhje e ndikuar nga një kulturë dhe socializimit në punë që ndikon në profilin e personalitetit të punonjësit të sigurisë publike, si produkt nga përvojat e tij, pasi ai është rekrutuar në detyrë apo diçka tjetër?

Ngarkesat psikologjike dhe përjetimi i stresit janë karakteristika individuale, të cilat shpjegohen nga teoritë biologjike apo sociale dhe shpesh të referuara si tipare të personalitetit të punonjësit të sigurisë publike. (Lorenz, 1966; Bandura, 1973; Bittner, 1991; Berkoëitz, 1993; Rubinstein, 2006;).

Megjithatë stresi dhe ngarkesat e tjera psikike janë po aq përjetime emocionalisht stresuese të cilat shkaktohen nga situata, sa shkaktojnë që personi të vlerësojë situatën si më të rrezikshme se sa ajo është në të vërtetë. (Griffin & Bernard, 2003;).

Shumë pak profesioneve, si ai i punonjësit të sigurisë publike, u kërkohet të përballen me kaq shumë situa të vështira në njësinë e kohës gjatë përmbushjes së detyrave të tyre funksionale. Ata janë vazhdimisht nën presion, të ekspozuar ndaj stresuesve të shumtë dhe në situata ku ndihen të pa pasigurt në shumë. (Oligny, 1991; Broën & Campbell, 1994; Blum, 2000; Mazerolle & Ransley, 2009).

Përveç kësaj, Stone thekson se qenia si punonjës i sigurisë publike është një profesion me përjetime stresuese në rritje, profesion që ka si qëllim për të mbrojtur sigurinë publike, nëpërmjet zbatimit të ligjit, se ka punonjës të sigurisë publike të cilët humbin jetën më shpesh nga situatat traumatike në përmbushje të detyrës që kanë lidhje me ngarkesat psikologjike se sa nga krimi. (Stone, 2004; Ranta & Sud, 2008)

Kur krahasohen nivelet e stresit në punë në mesin e profesioneve të ndryshme, nga të dhënat e mbledhura në mes të viteve 1985 e në vazhdim, tregojnë atë që punonjësi i sigurisë publike është aktiviteti i dytë më i vështirë (Gonçalves & Neves 2010; Johnson et al, 2005;).

Ekspozimi i punonjësve ndaj stresuesve mund të jetë i dëmshme për rezultatet në punë, imazhin publik (Sidomos në përdorimin e forcës së tepruar), dhe ka pasoja individuale si fizike dhe

çrregullime mendore dhe deri në vetëvrasje për shkak të kontaktit të lehtë me një armë. (Selye, 1978; Broën & Campbell, 1994; Hackett & Violanti, 2003;).

Shumica e studimeve kanë hulumtuar kryesisht pasojat individuale dhe organizative, të stresit. Fenomeni i stresit dhe ngarkesave të tjera psiko-fizike në kryerjen e detyrës janë të shpeshta në shoqërinë e sotme, duke shkaktuar sëmundje fizike dhe mendore, dhe uljen e cilësisë së shërbimeve ndaj komunitetit (Stinchcomb, 2004).

Hulumtuesit kanë treguar interes në rritje në studimin e stresit tek punonjësit e sigurisë publike. Studimet në lidhje me shkaqet e stresit janë përqendruar kryesisht në shkaqet e jashtme, veçanërisht në ndikimet organizative apo sociale, duke injoruar reagimet individuale dhe të personalitetit si një etiologji e mundshme të stresit. (Alarcon et al., 2009).

Megjithatë është e rëndësishme që të jemi të vetëdijshëm që ka gjithashtu studime të cilat kanë hetuar lidhjen në mes stresit dhe tipareve të personalitetit, duke identifikuar faktorët e cenueshmërisë (Gustafsson, Persson, Eriksson, Norberg & Strangenberg, 2009; Polman, Borkoles & Nikolls 2010; Sëider & Zimmermann, 2010; Silva & Queirós 2013;).

Studime të ndryshme i referohen ndikimeve të karakteristikave individuale mbi përjetimin e stresuesve midis punonjësve të sigurisë publike, rrjedhimisht edhe në përjetimin e stresit në mesin e kësaj popullate (Alarcon, Eschleman & Boëling, 2009; Ivie & Garland, 2011; Sëider & Zimmermann 2010).

Sipas Ransley dhe Mazerolle shekulli 21 është një epokë e pasigurisë, duke sjellë terrorizmin, dhunën, varfërinë, katastrofa natyrore dhe krime në vende të ndryshme. Kjo kërkon nga forcat e sigurisë publike të përshtaten shpejt me kërkesat e reja dhe të jenë relevant. (Ransley & Mazerolle, 2009)

Megjithatë, kur ekziston një mospërputhje në mes të kërkesave të detyrës dhe burimeve adaptuese të personit, ndodh që stresi në punë mund të cenojë shëndetin mendorë dhe mirëqenien e punonjësit. (Schaufeli & Buunk, 2003).

Në këtë kontekst ky studim shkencor ka një sërë vlerash:

**Së pari**, punimi shkencor do kontribuojë në fushën psikologjike në Shqipëri duke qenë së eksploron për herë të parë këtë fenomen. Duke marrë parasysh këndvështrime të ndryshme teorike ngarkesat psikologjike, mbi stresin dhe çrregullimet mendore, të punonjësit të sigurisë publike. Ky studim ka për qëllim të japë një panoramë të qartë të këtij fenomeni psikologjik mbi në strukturat dhe organet e sigurisë publike dhe private.

**Së dyti**, ky studim ofron modele të trajnimit psikologjik të cilat mund të zbatohen. Në të njëjtën kohë ky studim shkencor do të kontribuojë në fushën psikologjike në Shqipëri duke qenë së eksploron për herë të parë këtë fenomen brenda strukturave të sigurisë publike, sepse duke pasur



një strukturë ku individi gëzon shëndet të mirë mendor plotëson më mirë detyrat e veta funksionale.

**Së treti**, studimi gjithashtu është i vlefshëm edhe për institucione qeveritare apo joqeveritare, të cilët janë të interesuar të kenë informacion mbi ekzistencën e këtij fenomeni. Studimi gjithashtu mund të jetë i vlefshëm dhe për institucione të tjera të sigurisë e punonjësve me status civil e ushtarak dhe ato private, të cilët janë të interesuar të kenë informacion mbi problematikën e shëndetit mendor, ngarkesave psikologjike, stresin dhe mënyrën së si mund të reduktohen e të trajtohen mbi praktika standarde të njohura.

**Së katërti**, instrumentet e përdorur, mënyra triangolare e analizimit për të pasur gjetje sa më të sakta dhe numri i optimal i kampionit ofron mundësi për të ofruar të dhëna reale mbi këtë fenomen.

**Së pesti**, rezultatet e këtij kërkimi do jenë të vlefshme sepse do të bazohen në analiza empirike të informacionit të mbledhur nëpërmjet një metodologjie triangulare e cila do të bazohet në intervista individuale, intervista në fokus grup dhe pyetësorë.

**Së fundmi** ky studim hap horizonte të reja për studime të mëtejshme mbi këtë fenomen në vendin tonë.

### **1.3 Qëllimi i studimit.**

Qëllimi primar për ndërmarrjen e këtij studimi është hulumtimi i shfaqjes së ngarkesave psikologjike e kryesisht stresit dhe e çrregullimeve mendore të punonjësit të sigurisë publike e analizuar në baza shkencore.

Matja e nivelit të këtij fenomeni brenda rregullave rigoroze empirike për të dhënë një pasqyrë sa më të qartë mbi argumente shkencorë.

Sensibilizimin e institucioneve kompetente për ekzistencën e një problematike të tillë.

Theksimin e rëndësisë së psikologut të atashuar brenda institucioneve të sigurisë publike, dhënia e tij e rëndësisë që ka në trajtimin e këtij fenomeni mbi baza shkencore.

Ofrimi i një perspektive se si mund të parandalohet dhe trajtohet ky fenomen duke marrë si referencë dhe modelet më të zhvilluara evropiane të institucioneve homologe.

### **1.4 Objektivat dhe pyetjet kërkimore që shtron ky kërkim janë.**

Në lidhje me realizimin e qëllimit të këtij studimi janë parashikuar këto objektiva dhe pyetje kërkimore.

#### **1.4.1 Projekt objektivi i parë.**

Eksplorimi i shkaqeve që stimulon ngarkesat psikologjike, lindjen e stresit dhe çrregullimeve mendore të punonjësit të sigurisë publike. Identifikimi i situatave traumatike të cilat shkaktojnë

stres dhe ngarkesa psikologjike tek punonjësit e sigurisë publike. Përmbledhja e ngarkesave psikologjike dhe faktorët në përmbushjen e detyrës së punonjësit të sigurisë publike.

#### **Pyetjet kërkimore në lidhje me këtë objektiv janë.**

- Cilat janë situatat traumatike që vlerësohen nga punonjësit e sigurisë publike si burim i ngarkesave psikologjike?
- Si klasifikohen dhe ndahen në kategori dhe nënkategori këto situata?
- Cila është taksonomia e këtyre situatave?

#### **1.4.2 Projekt objektivi i dytë.**

Sasia dhe cilësia e përmbledhjeve retrospektive të ngarkesave, shqetësimeve psikologjike kryesisht stresi premisa për çrregullime mendore të punonjësit të sigurisë publike.

Pyetjet kërkimore në lidhje me këtë objektiv janë:

- Sa është frekuenca e situatave traumatike?
- Sa është intensiteti i tyre?
- Sa është niveli i stresit brenda kësaj popullate?
- Në ç'raport qëndron niveli i stresit të gjetur në vendin tonë në krahasim me popullatat e ngjashme të vendeve të tjera?
- Sa është ndryshimi me nivelin mesatar të popullsisë ku vepron punonjësi i sigurisë publike?

#### **1.4.3 Projekt objektivi i tretë.**

Zhvillimi dhe evoluimi i programeve parandaluese të këtij fenomeni. Ofrimi i rekomandimeve dhe guidave psikologjike së si mund të parandalohet dhe trajtohet ky fenomen duke u bazuar në përvojën e institucioneve homologe dhe cilësia e përmbledhjeve retrospektive të çrregullimeve mendore të punonjësit të sigurisë publike.

- Cilat janë metodat bashkëkohore që përdoren në vendet e tjera për trajtimin e këtij fenomeni brenda kësaj popullate?
- Cilat janë këndvështrimet dhe rezultatet e këtyre metodave të parandalimit?
- Cilat janë institucionet kompetente që duhet të trajtojnë këtë fenomen në vendet e tjera?
- Cilat janë pasojat e mosefiçences së intucioneve të ndihmës psikologjike për punonjësit e policisë të prekur nga ky fenomen.
- Po në vendin tonë si trajtohet ky fenomen?

#### **1.5 Përkufizimi i koncepteve kryesore.**

Përkufizimi i koncepteve kryesore të përdorura në këtë studim shkencor përshkruhen si më poshtë:

1. Stresi si rezultat i situatave traumatike:
2. Punonjës i sigurisë publike.
3. Ngarkesa psikologjike.
4. Taksonomia e situatave traumatike gjatë ushtrimit të detyrës.
5. Intensiteti i ngarkesave psikologjike.

### **1.6 Organizimi i studimit.**

Ky kërkim shkencorë është organizuar në gjashtë kapituj dhe këto konsistojnë si më poshtë:

Në kapitullin **e parë** bëhet hyrja duke paraqitur çështjen në studim në terma të përgjithshëm, rëndësisë së studimit, qëllimit, objektivave të tij, dhe përkufizimin e termave specifike të përdorur.

Në kapitullin **e dytë** bëhet një paraqitje e literaturës ku mbështetet ky studim. Bëhet një paraqitje e hollësishme e një numri të konsiderueshëm të punimeve në të gjithë globin, pikëpamjet dhe përkufizimet mbi stresin, këndvështrimet e autorëve të ndryshëm në lidhje me ngarkesat psikologjike të punonjësve të sigurisë publike.

Në kapitullin **e tretë** përshkruhet me hollësi metodologjia e përdorur në kërkimin shkencorë, procedurat e standardizuara, kampioni dhe përzgjedhja e tij, instrumentet kërkimore, mënyrat e analizimit të të dhënave dhe elementet etiko-ligjore të studimit.

Në kapitullin **e katërt** paraqiten rezultatet e përftuara nga përdorimi i instrumenteve të këtij kërkimi. Të dhënat e përftuara nga intervistat, intervistat në fokus grup dhe pyetësorët. Niveli i stresit, intensiteti në korrelacion me kategoritë e ndryshme të situatave traumatike.

Në kapitullin **e pestë** bëhet analizimi i rezultateve dhe gjetjeve në funksion të qëllimit dhe detyrave të parashtruar në kapitullin përkatës. Analizimi konsiston në atë kualitativ e kuantitativ.

Në kapitullin **e gjashtë** dhe të fundit përfshihen konkluzionet dhe rekomandimet kundrejt subjekteve dhe institucioneve përkatëse, rekomandime dhe sugjerime për kërkime të mëtejshme si dhe kufizimet e këtij studimi.

## KAPITULLI II.

### SHQYRTIMI I LITERATURËS.

#### 2.1 Hyrje

Ky kapitull jep një pasqyrë të modeleve, kushteve të formimit dhe efektet e stresit, duke demonstruar proceset themelore dhe faktorët që ndikojnë në përjetimin e stresit. qëllimi është që të theksohen ndikimet e dy faktorëve kryesorë të këtij fenomeni, faktorët e situatave dhe ato personale që presupozohen të jenë dy aspektet bazë të lidhur me stresin. Ky supozim është bazë për orientimin empirik të këtij studimi.

Në vijim deklaratat e përgjithshme për zhvillimin e stresit dhe ngarkesave të ndryshme psikologjike janë aplikuar për objektin kërkimor duke synuar si popullatë punonjësit e sigurisë publike. Për të paraqitur ngarkesat dhe nivelin i stresit specifik në detyrë lidhur me profesionin, duhen shpjeguar dy aspekte të situatës së stresit, si dhe faktorët që ndikojnë në përvojën personale, në mënyrë që të bëhet dallimi thelbësor midis mjedisit dhe personit dhe si vijim studimet në drejtim të konceptit të stresit transaksional.

Literatura shkencore ka arritur në shkallë të gjerë në analizimin e stresit në mesin e punonjësve të sigurisë publike, sidomos pas viteve 1990.

Ajo mund të gjendet në vende të ndryshme si:

Australia: (Mazerolle & Ransley 2009),

Shtetet e Bashkuara të Amerikës: (Goodman, 1990; Hassell, Archbold & Stichman 2011; Menard & Arter, 2013), Kanada (Le Blanc, Regehr, Jelley & Bareth 2008, Oligny, 1991),

Në Afrikë: Afrika e Jugut (Agolla 2009. Storm & Rothmann, 2003), Izraeli (Pines & Keinan, 2006),

Në Azi: Tajvan (Chen 2009, Chueh, Yen, Lu dhe Yang, 2011) India (Baëa & Kaur, 2011; Ranta & Sud, 2008),

Në Amerikë e Jugut: Brazil (Coleta & Coleta 2008, Soares et al, 2012.).

Në Evropë: në Holandë (Euëema, Kop & Bakker, 2004; Velden, Zam, Grievink & Yzermans, 2010), Zvicër (Gerber, Hartman, Holsboer-Trachsler dhe Pühse, 2010), Finlandë (Vuorensyrja & Malkia 2011), Norvegjia ( Innstrand, Hagtvet, Falkum & Aasland, 2009), Lituania (Bandzeviciene, Birbilaite & Dirzyte, 2010), Turqia (Azizoglu & Ozyer, 2010), Italia (Pancheri et al., 2002), Spanja (Durán, Montalbán & Stangeland, 2006; Gil-Monte, 2002; Ravelo, Garcia dhe

Dorta, 2009), dhe Portugalia (Duraó 2010, 2011; Gonçalves & Neves 2010, Manuel & Soeiro 2010; Queirós & Marques 2013 ; Recasens i Brunet, Basanta, Agra, Queirós & Selmini, 2009).

Nga kjo literaturë dalin në pah dallimet specifike midis vendeve ku janë bërë studimet. Pavarësisht të dhënave, ato kanë treguar vazhdimisht që punonjësi i sigurisë publike është i ekspozuar ndaj stresit, sëmundjeve psiko-fizike, sjelljeve agresive, depresionit, vetëvrasjeve etj., shumë më tepër se mesatarja e komuniteteve ku ata operojnë.

### **Si stresorë kryesorë të identifikuar janë:**

Frika se përgjegjësia për një incident gjatë menaxhimit të situatës bie mbi vet punonjësin e sigurisë, detyrat e tepërta administrative, mungesa e mbështetjes nga institucioni, nevoja për të shtypur disa emocione dhe konfliktin emotiv shprehur nga konflikti në mes të kërkesave të detyrës dhe burimeve në dispozicion si dhe i mënyrave të zgjidhjes së situatave që kanë të bëjnë kryesisht me rrezikun ndaj jetës së tij dhe pasigurinë si rezultat e mospasjes së kompetencës teknike në përmbushjen e detyrës, paga e ulët, mos respekti, kundërshtimi e deri në armiqësi nga qytetarët etj. (Violanti, 1999. Le Blanc et al, 2008; Euëma & Schaufeli, 1999; Pines & Keinan 2006; Le Blanc et al, 2008; Agolla 2009; Page & Jacobs, 2011; Ravelo et al, 2009; van Gelderen, Bakker, Demerouti & Konijn, 2011; Pines & Keinan 2006; el Pancheri 2002).

## **2.2 Teoritë mbi stresin**

Sinonimet e termit "stresor", "faktor stresi" ose shqip "ngarkesë psikologjike" janë përdorur në literaturë për ngarkesën psikologjike. Stresi si koncept shpesh i referohet si "stres", "përgjigje stresi", ose në literaturën anglo-amerikane si "dëm".

Përdorimi i termit "stres", përkufizuar në shumë forma jo të qarta në literaturë, në hulumtimet shkencore në vendet gjermanishtfolëse ky koncepti klasifikohet si tendosje dhe ka një kohë relativisht të gjatë që njihet si fenomen në këto vende. ( Rohmert & Rod Franz, 1975).

Termi "stres" vjen nga materiale të hulumtimeve shkencore, ku fenomeni përcaktohet si shkak i efekteve të forcave të jashtme kryesisht me karakter fizik, të cilat konsiderohen se veprojnë si stimuj material dhe përdoret si përcaktim i impakteve korresponduese mbi individin. Prandaj stresi si ngarkesës ka një madhësi edhe është një efekt.

Në analogji të stresit si koncept i tendosjes, kuptohet të vepruarit fizik të faktorëve të jashtëm mbi qenien njerëzore si zhurma, sjellje informative, numri i informacioneve në njësinë e kohës, lloji të informacionit, gjithashtu faktorë me natyrë psiko-emotive, të cilat mund të jenë sjellja e qytetarëve, kolegëve, dhe mjedisi shoqërorë në të cilin jeton individ, etj. Por në këtë këndvështrim më të rëndësishme për këtë koncept janë efektet e këtyre faktorëve kur veprojnë mbi qenien njerëzore. (Rohmert & Rod Franz, 1983).

Ndërsa koncepti stres-tendosje vjen nga tradita hulumtuese gjermane, kërkimet e para për stresin kanë një origjinë anglo-saksone. Termi origjinal në gjuhën angleze "stress" është huazuar nga materialet kërkimore dhe në këtë kontekst është tensioni, përkulja ose deformimi i masës. Ky termi u huazua nga Cannon (1914) në shkencat humane dhe është përmendur nga Selye (1950) e më pas u përdor në gjuhën e përditshme në format si tensione mendore, emocionale, stres intensiv ose në të përgjithshmen si zhgënjim e sfidë për të treguar presionin e kohës, etj.

Në hapat e parë në përkufizimin e këtij koncepti si ngarkesë psikologjike është përdorur në kuptimin e përshkruar më lart, pra si një fenomen lineare thjesht me lidhjen shkak pasojë, por tashmë ky fenomen konsiderohet të jetë si produkt i një numri të madh shkaqesh të larmishëm, duke zgjeruar spektrin e këtyre të fundit gati në një formë shteruese bashkë me përcaktimin e burimeve të tij duke marrë si pikë referuese përkufizimin e marrëdhënies së konceptit të stresit dhe tendosjes, si funksione të kushteve specifike ku jeton dhe operon individ. Kjo marrëdhënie është e ndikuar ndër të tjera nga faktorë rrethorë e personal gjithashtu dhe nga mënyra e përjetimeve subjektive të stresit nga individ. Pra stresi mund të përkufizohet si përjetim subjektiv i ngarkesave të cilat mund të maten dhe përpunohen mbi çdo subjekt. Për këtë arsye ai mund të merret në konsideratë si marrëdhënie stres-tendosje jo thjesht si model stimul-përgjigje, por si proces i ndërmjetësimit dhe i *feed back*-ut (Udris & FRESE 1999; Frieling & Sonntag, 1999; Ulich, 2001 Kirchler & Hölzl, 2005;).

Intensiteti i njëjtë dhe ngarkesa të ngjashme mund të çojnë në nivele të ndryshme stresi dhe anasjelltas, variacione të ndryshme stresorësh mund të shprehin pasoja të ngjashme tendosje.

Selye (1950) e sheh stresin në kuptimin fiziologjik si përgjigje jo specifike të organizmit ndaj çdo kërkese. Në literaturë, përkufizimet e stresit gjenden me theksime të ndryshme të cilat janë një zgjatje e përcaktimit të përmendur më sipër, për të zgjeruar dimensionin psikologjik, por jo thjesht duke u bazuar tek reaktiviteti i orientuar.

Janke thekson se stresi kuptohet si një gjendje mendore dhe somatike, të cilat janë karakteristika të një zgjatimi ose devijimi më të madh sa jepet zakonisht në një kohë të caktuar të intervalit të këtij zgjatimi (Janke 1976).

Selye përshkruan në detaje se në nivelin psikologjik stresi manifestohet si përjetim i një ngritje të brendëshme emotive ose tensione psikologjike që sjellin çrregullime të larta në nivel endokrin dhe egzokrin dhe si rrjedhojë në nivel somatik (kryesisht të adrenalinës dhe kortizonit) dhe reagimeve autonome (duke rritur sidomos aktivitet e këndshme). Selye (1950, 1974, 1978)

Richter dhe Hacker e përcaktojnë stresin si "përgjigje të papranueshme apo kërcënuese të kërkesave dhe përjetimeve metakonfliktuale. Kërkesa të forta pozitive apo negative të performancës dhe ekzgjencave kryesore, brenda kontekstit të roleve sociale. Reagimet ndaj stresit janë karakteristika të situatave në të cilat personi në fjalë arrin të shmangë, rrethanat e vështira, ose nga veprimet e tij arrihet ndryshimi i situatës ". Ky përkufizim, edhe pse është vlerësim subjektiv është bazuar kryesisht tek reaktiviteti. (Richter & Hacker 1998 f. 125)

Greif thekson se vlerësimi individual i situatës është më i spikatur. Pra stresi është një "Gjendje intensivisht e pakëndshme në një forcë të kundërt, kërcënuese, subjektive dhe afatgjatë, ku shmangia e tyre në mënyrë subjektive është e rëndësishme" (Greif (1991. f 13)

Richter e transferon këtë përkufizim mbi aktivitetin e punës duke e konsideruar stresin si një "konflikt në mes të kërkesave të punës dhe kryerjes së detyrës, e cila përjetohet si kërcënuese, kritike dhe e pashmangshme. Punonjësi mendon dhe ndjehet nën presionin e detyrave që ai nuk mund të përballojë në mënyrë adekuate. "Richter 2000, f 77).

Ulich thekson se stresi është i lidhur sidomos me humbjen e kontrollit, ndjenja e kërcënimit, e pafuqisë dhe të varësisë. Ulich (1983)

Të gjitha përkufizimet e mësipërme theksojnë pak a shumë, se individi është në varësinë e një situatë e cila edhe pse konjitivisht e vlerësuar, ajo mund të posedojë burime të mjaftueshme kundërshtimi, në mënyrë të tillë që përvoja e kësaj situatë të ketë ndikime negative në përjetimin e ngarkesave psikologjike.

Nga an tjetër, në përkufizimin e tij për stresin Lazarin ka theksuar se stresi është ndërveprimi dinamik i personit dhe i situatës, procese të vlerësimit subjektiv dhe e menaxhimit të tij nga vetë personi. (Lazarin, 1966, Lazarin&Launier, 1978, 1981)

Në bazë të modelit të tij transaksional të stresit, ky fenomen përcaktohet si një vlerësim subjektiv i individit që kërkon strategji personale të përballimit kur mirëqenia e individit është në rrezik. Vlerësimi subjektiv mund të ndryshohet nga ndikimi reciprok i personit në lidhje me situatën. Kështu reagimet e stresit janë rezultat i bashkëveprimit të personit me situatën.

Në përkufizimet e stresit ndeshen në masë të madhe komponentët e mëposhtëm:

- (1) Stresi është shkaktuar nga një stimul që mund të jetë fizik apo psikologjik.
- (2) Personi reagon nën këtë stimul.
- (3) Stresi është i lidhur me kufizimet, të cilat ndalojnë personin të bëjë diçka të dëshiruar.
- (4) Duhet të mbizotërojë pasiguria në lidhje me ngjarjen.
- (5) Ngjarja për personin duhet të jetë e rëndësishme.

Mbi këto baza përcaktohet stresi si "një përgjigje adaptuese, e cila është shkaktuar nga dallimet ndër-individuale dhe proceset psikologjike që rezultojnë nga aktivitetet e mjedisit, situatat, apo ngjarjet që shtrojnë kërkesa të tepërta psikologjike apo fizike tek personi" ( Eïnert 1998, fq.234)

Duke përmbledhur përkufizimet e mësipërme së bashku, bëhet e qartë se stresi karakterizohet nga një "përplasje" midis personit dhe mjedisit, me një mospërputhje në mes të kërkesave të mjedisit ose të gjendjes së personit dhe strategjive të tij individuale përballuese. Këto terma janë përdorur kryesisht në kontekstin negativ në përdorimin e gjuhës së folur, ato mbartin konceptet shkencore në një kuptim thjesht përshkrues, ndonëse edhe në këtë rast kryesisht dalin në pah efektet negative të stresit.

Megjithëse e parë nga një tjetër perspektivë shkencore, stresi mund të ketë efekte pozitive, kjo në varësi se si personi e percepton një situatë stresuese të veçantë dhe kapacitetet përballuese që ka në

dispozicion për ta menaxhuar atë. Prandaj në një situatë stresuese aktivizimi dhe nxitja e (stresit pozitiv) ose (stresit negativ) është e pa evitueshme. Përjetimet efekteve pozitive të stresit mund të konsistojnë në përballimin e sfidave (Lazar, 1995), ose në eufori, gëzim, krenari. (Selye 1974).

### **2.2.1 Konceptet e përgjithshme të stresit.**

Duke u bazuar në definicionet e mësipërme një dallim është i qartë. Ndërsa hulumtuesit bien dakord dhe e definojnë stresin në përgjithësi si reagim gati automatik ndaj stimujve, ata kanë bërë përkufizime të ndryshme lidhur me natyrën subjektive të përjetimeve të stresit. Përbërësit e stresit janë të lidhur me aspektet objektive pavarësisht nga vlerësimet subjektive të individëve, kjo do të thotë që objektivisht ngarkesa të ngjashme mund të referohen nga përvoja të ndryshme individuale, gjithashtu dhe strategji të ndryshme përballimi për t'i kapërcyer. Kapacitetet e ndryshimit dinamik të këtyre vlerësimeve janë përfshirë në përkufizimin e stresit nga Lazari. Këto prioritete po i rendisim edhe në konceptet e stresit të paraqitura në paragrafët në vijim, të cilat mund të ndahen në këto grupe kryesore.

#### **2.2.1.1 Koncepti e stimulit.**

Situata të caktuara të cilat gjenerojnë stres zakonisht shihen si burime stimuluese ose thjeshtë stresorë. Pra stresi konsiderohet si stimul mjedisor që vepron mbi organizmin me efekte negative në përgjithësi. Si rrjedhim stresi konsiderohet një madhësi e matshme (input), i cili shkakton reagime të ndryshme në organizëm dhe mund të ndikojë në zhvillimin e sëmundjeve dhe kryesisht ndaj shëndetit mendor. Objekt hulumtimi janë ngjarjet e rëndësishme të jetës së individëve, të cilat japin ngarkesa psiko-fizike, të cilat potencialisht shkaktojnë çrregullime të ndryshme mendore e kryesisht ato të stresit. Në qendër të këtyre koncepteve konkludohet se në situata të njëjta, me kushte objektive të jashtme të njëjta, por me individ të ndryshëm, mund të shkaktojnë reagime të ndryshme, pra në këtë mënyrë, asnjë stimul linear dhe mono-shkakësor, në marrëdhënien stimul-përgjigje nuk mund të supozohet i njëjtë. (Holmes & Rahe, 1967; Filipp, 1995;)

Por duhet të theksojmë që, vlerësimi njohës dhe përjetimi emocional i stimujve në këto koncepte nuk merren mjaftueshëm në konsideratë. Ende mund të gjejmë disa klasa stimujsh, të cilat janë perceptuar si stresorë në një grup më të madh individësh (p.sh. sëmundje, ngjarjet e humbjeve të diçkaje të rëndësishme, fatkeqësitë) bashkë me reagimet përkatëse. Gjithashtu të tjetër burime stresi, megjithëse të konsideruara relativisht me ngarkesa psikofizike të vogla, janë stresorët e përditshme të cilët mund të shkaktojnë reagime të konsiderueshme, "andrrallat e përditshme" (Koncepti i Kanner, Coyne, Schaefer & Lazar, 1981).

#### **2.2.1.2 Koncepti reagimit**



Këto reagime janë përcaktuar si përgjigje ndaj stresit në sjelljen e individit, pavarësisht se si shkaktohen ato. Për këtë arsye stresi konsiderohet si një përgjigje e organizmit ndaj tij (output), i cili faktorizohet si shkak i ndikimit të stresorëve të larmishëm mjedisore. E përmbledhur, kjo klasë e reagimesh shfaqen në përgjithësi nën ndikimin stresorëve të papërcaktuar. Koncepti më i shquar i këtij grupimi njihet " Sindroma Gjenerale e Përshtatjes " ose modeli (A.A.S), i pranuar si reagimi fiziologjik ndaj stresit të Selye (Selye 1974, 1978, 1981;).

Kjo shihet si e tillë, pra si një sindromë "e përgjithshme", sepse reagimet e mbrojtjes ose të përballimit ndaj stresorëve ndikojnë në shumë fusha të organizmit dhe në mënyra të larmishme. Gjithashtu quhet "adaptuese", sepse aktivizon mekanizmat fiziologjike e psikologjike të mbrojtjes me qëllim për të ndihmuar organizmin të përballet me stimujt aversivë. Së fundmi shihet si një "sindromë" nga kompleksiteti i reagimeve, këto referuar si reagime psikofiziologjike për të formuar strategjitë e përballimit (Kirchler & Hölzl, 2005).

Pra e thënë në mënyrë më koncize A.A.S është një model stereotipi hormonal ku në çdo ekspozim intensiv ndaj stimulit konsiderohet si një përgjigje që vepron në mënyrë të pavarur nga lloji i shqetësimit.

## **Mbrojtja e përdorur ndahet në tri faza.**

### **1. Faza e Alarmit**

Në këtë fazë trupi reagon me një aktivizim simpatik, i cili rrit përgatitjen fizike. Fiziologjikisht, sistemi endokrin dhe ekzokrin është i aktivizuar dhe kjo do të konsiston në rritjen dhe shpërndarjen e hormoneve të katekolaminës, noradrenalinës dhe adrenalinës. Kjo çon ndër të tjera në uljen e prodhimit të pështymës, në rritjen e aktivitetit elektrodermal, rrahjet e zemrës, rrit presionin e gjakut në vena, lëkurës, etj. Në fazën e alarmit një person reagon intensivisht ndaj stresorëve dhe trupi mobilizon energjitë shumë shpejt, në mënyrë që t'i përgjigjet një stresori me "luftë" ose "ikje, largim".

### **2. Faza e rezistencës.**

Në këtë fazë ku reagimet adaptuese arrijnë vlerën e tyre optimale dhe gjendja nën stres relativ të gjatë në kohë shkakton një efekt antirregullator të sistemit nervor autonom parasimpatik, deri në atë nivel të tillë sa reagimi autonom simpatik i fazës së alarmit të konsiderohet i dobësuar. Megjithatë niveli i hormonal i prodhuar nga hipofiza mbetet i lartë dhe si rrjedhojë edhe hormonet e adrenalinës, noradrenalinës dhe kortizolit. Kjo shkakton dobësimin e funksioneve fizike (p.sh. tiroides dhe funksionit seksual, sistemit imun), dhe të proceseve inflamatore.

### **3. Faza e zbrazjes ose e shterjes.**

Kur stresori vazhdon të jetë prezent edhe pas ezaurimit të fazave të lartpërmendura, shfaqët faza lodhjes. Në këtë stad energjia dhe rezistenca fillojnë të konsumohen përfundimisht. Fiziologjikisht bëhet fjala për problemet e furnizimit me energji (glukozë), d.m.th fillojnë vështirësitë e përshtatjes. Rritja, proceset riprodhuese dhe sistemi imunitar nuk funksionon, proceset e organizmit për menaxhimin e stresit nuk janë në nivele të kënaqshme. E gjitha kjo, shfaqët me simptoma të reflektuara tek veshkat, tkurrje të gjendrës thymus, formimi i ulçerës, probleme somatike në zonën abdominale, humbje në peshë dhe sidomos të masës muskulare dhe çrregullime të tjera psikosomatike. Sëmundjet që mund të pasojnë janë me efekte më afatgjata si hipertensioni, sëmundje inflamatore, alergji dhe në raste ekstreme deri me pasoja fatale.

Ky model tregon se organizmi ka mekanizma psikofiziologjik funksionale në rast emergjence që lejojnë atë të përmbushin përballjen e shkurtër ndaj stresorëve.

Teoria e evolucionit thekson se kjo strategji ka funksionuar, sidomos kur stresorët ose rreziqet e tjetra reale mund të përballohen duke luftuar ose duke iu shmangur situatës. Ky koncept transferohet në botën e tanishme e gjithashtu në atë të punës, ku ky aktivizim i afatshkurtër i energjive është i dobishëm. Ky reagim rezulton jo funksional përkundrejt stresorëve të qëndrueshëm në kohë, pasi organizmi nuk mund të ofrojë gjithmonë nivelin të larta të energjisë, por kërkon kohën e pushimit. Për këtë arsye stresorët afatgjatë dobësojnë sistemin imunitar deri në atë shkallë sa rritet shumë rreziku shfaqjes së çrregullimeve dhe sëmundjeve të tjera mendore.

Problemi kryesor në këtë qasje reaktive qëndron në zgjedhjen e kriterëve për klasifikim. Nivelet e ndryshme të matjes si parametrat fiziologjike, parametrat e perceptimit dhe vlerësimet subjektive korrelojnë relativisht në nivele të ulët me njëri-tjetrin. Përveç kësaj, sidomos në aspektin fiziologjik, të njëjtat reagime të organizmit që janë shkaktuar nga ngjarje të ndryshme kanë një vlerë të ulët deklarative për të identifikuar shkaktarët e stresit ( Lach, 1999; Udris & FRESE, 1999).

### **2.2.1.3 Teoria transaksionale.**

Përveç definicioneve të koncepteve të lartpërmendura të cilat përqendrohen tek ndikimi dhe tek shkaktarët e stresit e pikërisht tek konceptet e përqendrimit ose konceptet reaktive, hulumtues të tjerë theksojnë se vetë individi ka një "black-box" përgjegjës në drejtim të proceseve psikologjike. Përpunimi dhe vlerësimi i këtyre proceseve nuk janë marrë parasysh më pare në këto definicione, në mënyrë që këto modele të ofrojnë nivel optimal shpjeguese për sjelljet individuale. Në paraqitjen e më poshtme të kësaj kategorie dhe pikërisht konceptit transaksional nuk do të tentohet të argumentohet nga një lidhje lineare stimul-përgjigje, por tek kapaciteti njohës i përpunimit, kapacitet që luan një rol qendror në formimin dhe menaxhimin e stresit. Qasja transaksionale supozon se, në situata tensioni psikologjik, ndërveprimi dhe transaksionet janë procese komplekse

dhe dinamike midis personit dhe mjedisit ku ndodhin. Komponenti kryesor i kësaj qasjeje është mospërputhja midis kërkesave të mjedisit dhe cilësive të individit. Stresi ndodh kur kërkesat e situatës janë të larta ose përshtatshmëria e mjedisit dhe burimet e personit pretendohet se janë të pakta. Automatikisht kjo të çon tek kërkesat objektive mjedisore, ku vlerësimi dhe përpunimi nga individi është madhësia e ndërmjetësimit në procesin e stresit.

Një shkallë e lartë njohje në kërkimin shkencor psikologjik ka fituar i ashtuquajtimi modeli transaksional i stresit i Lazarit. Lazari e sheh stresin si proces kompleks i ndërveprimeve në mes të kërkesave të situatës dhe personit që vepron. Në modelin transaksional të stresit sjelljet e individit janë procese të vlerësimit dhe përballimit ose ballafaqimit. ( Lazarus & Folkman, 1984; Llazari & Launier, 1978, 1981)

### **Procesi i shqyrtimit zhvillohet në tri faza:**

#### **1. Shqyrtimi fillestar.**

Konsiston në vlerësimin e rëndësisë së situatës stresante nga individi. Nëse situata konsiderohet stresante, vlerësohet nëse aftësitë e përshtatjes të personit janë të prekura, d.m.th. nëse situata sjell një dëmtim ose humbje, e cila mund të sjellë një kërcënim ose një sfidë.

#### **2. Shqyrtimi sekondar.**

Individi vlerëson aftësitë e tij përballuese personale dhe strategjitë përballuese rrethanore. Strategjitat përballuese mund të jenë të dobishme ose shkaktojnë ndërlikime të bazuara në vlerësimet subjektive, pra në aspektin emocional, bazuara në çrregullime intrapsikike të emocioneve, të qetësisë, relaksimit, etj. Në varësi të situatës të dy funksionet mund të jenë të përshtatshme.

#### **3. Strategjia e përballimit.**

Kjo strategji ndjek një rishqyrtim të situatës, vlerësim i sukseseve apo dështimeve të procesit të përballimit. Rivlerësimi konsiston në fitimin e përvojave që mund të përdoren në një përsëritje eventuale të situatës. Procesi karakterizohet nga përpjekjet e individit, i cili mund të reagojë në mënyra të ndryshme ndaj stimujve të njëjtë me kalimin e kohës dhe në varësi të përvojës.

Klasifikimi i fazave të vlerësimit në shqyrtimin fillestar dhe të mesëm nuk do të thotë një sekuençë kohe apo renditje e rëndësishme. Dallimi qëndron më tepër në atë se si është vlerësuar situata.

Ndërsa gjendja e mirë e individit, si vlerësim primar është vlerësuar si aftësi përballuese edhe aftësitë e tjera janë vlerësuar në shqyrtimet e fazës të mesme të ndërlidhura me reagimet dhe përpjekjet e përballimit të personit, i cili arrin me anë të një procesi reagimi në lidhje me ndryshimet në mjedis, të cilat iu përgjigjen përsëri në një proces të vazhdueshëm të ndërveprimit

ndërmjet tij dhe mjedisit. Kështu, në situatën aktuale, përvojat do të ndikojnë edhe në mendimet edhe reagimet në situata të ngjashme në të ardhmen.

### **Zgjedhja e strategjisë së përballimit varet nga këta faktorë kryesorë:**

- (a) Shkalla e pasigurisë ose paqartësia e situatës.
- (b) Vlerësimi i shkallës së kërcënimit.
- (c) Ekzistenca e një konflikti.
- (d) Shkalla e pamundësisë për të kontrolluar situatën.

Këto faktorë vazhdojnë të ndikohen nga ndryshimet e personalitetit të konsideruara si sisteme të veçanta vlerash, angazhimesh dhe besimesh mbi proceset e përballimit.

Lazarus ka theksuar në modelin e tij se faktorët e personalitetit dhe mënyra e interpretimit të situatës janë shumë të rëndësishme. Pra në rastet kur individi beson se ai mund të kontrollojë situatën edhe nëse rreziku vlerësohet të jetë më i lartë se sa forca individuale. (1966; Lazarus & Folkman, 1984; Llazari & Launier, 1978, 1981)

Kështu, për shembull, një individ me vetimazh pozitiv, të qëndrueshëm dhe vetëkontroll të lartë, në mënyrë aktive, vepron ndaj faktorëve që shkaktojnë stres dhe për rrjedhojë nis përpjekjet e duhura për zgjidhje. Kjo do të thotë që individët, të cilët janë shumë të ndryshëm, mund të përjetojnë e të preken në mënyra shumë të ndryshme përkundrejt një stresori të veçantë. E rëndësishme për nivelin e stresit në një situatë ose ngjarje nuk janë kryesisht karakteristikat objektive të kësaj situatë, por perceptimi subjektiv dhe përpunimi i situatës nga ana e personit të prekur nga ngarkesa. Prandaj një stimul nuk mund të jetë stresant, sepse ai, sipas Seyle-it tejkalon pragun me një intensitet të caktuar, por ky është vetëm si vlerësim i perceptimeve subjektive. Pyetja, se në çfarë kushtesh të veçanta të reagimit ndodh?, nuk është e specifikuar në qasjen e Lazarinit.

Cox (1993) shkon në një zgjerim të qasjes së Lazarus (1966), supozojmë se kërkesat dhe burimet janë të pranishëm në të dy anët, pra nga ana e mjedisit edhe nga ana e personit. Mjedisi është kërkesa e jashtme për individin, por individi ka edhe kërkesa të brendshme për veten e tij. Nga njëra anë ky siguron kontrollin dhe mbështetjen e burimeve mjedisore, po ky individ në anën tjetër ka aftësi të caktuara për përballim. Të gjithë këto faktorë i nënshtrohen procesit të vlerësimeve njohëse nga individi. Rezultatet njohëse janë vlerësime të ndryshmeve nga ana e reagimeve emocionale të stresit. Reagimet e stresit nga ana tjetër mund të shfaqen si njohëse, sjellje ose ndryshime fiziologjike. Këto ndryshime mund të jenë si efekt i reagimit në binomin njeri-mjedisi dhe në vlerësimet njohëse të njëjta nga ana e tij. Në marrëdhëniet afatgjata sociale, sjellja dhe shëndeti i individit mund të ndikohen nga këto procese të ndryshimit. Edhe disa nga konceptet e punës dhe psikologjisë organizative mbështesin idenë themelore të konceptit transaksional të stresit.

Modelet më të shquara shpjeguese të cilat janë transferuar në analogji për konceptin transaksional të stresit, janë teoria "Rregulli i veprimit" (Hacker, 1986, Volpert, 1987), modeli Person-Mjedis (Caplan, 1983), (Caplan & Harrison, 1982), Modeli i punës "Kërkesë-kontroll" (Karasek, 1979, 1989) dhe teoria e "Rolit" (Kahn, Eöfö, Quinn, Snock dhe Rosenthal, 1964).

Të gjitha këto modele supozojnë se stresi lind në botën e punës përmes ndërveprimit të personit dhe mjedisit dhe ndikohet nga proceset e ndryshme të shqyrtimit dhe strategjitë e përballimit. Edhe pse qasjet e mësipërme nuk mund të jenë përmendura si koncepte të stresit në kuptimin e ngushtë, shpjegimi i përjetimeve dhe sjelljet e njerëzve në botën e punës, por edhe efektet e fenomeneve të ndryshme psikologjike të aktivitetit të punës si kënaqësinë e punës, motivimi punë, udhëheqja, etj., i quajnë si lehtësim të aspekteve të caktuara ose faktorëve të përvojës gjatë aktivitetit të punës, të cilat mund të veprojnë si faktorë lehtësues mbi individët. Për këtë qëllim kushtet e formimit dhe përballimit të strategjive të stresit në vendin e punës janë trajtuar pak a shumë në mënyrë eksplicite. Kjo ilustron shumë qartë se supozimet themelore të konceptit transaksional të stresit në kërkimin shkencor psikologjik pasqyrohen në mënyra të ndryshme dhe janë pranuar në përgjithësi si të tillë.

## **2.2.2 Faktorët që ndikojnë në përvojën e stresit në vendin e punës.**

Këto faktorë janë të bazuar në parimet qendrore të një bashkëveprimi në mes variablave mjedisore dhe personale në zhvillimin e stresit, pra janë të përfaqësuara në botën e punës nën ndikimin e situatës, pra mjedisit, dhe faktorëve personale të përjetimit të stresit.

### **1. Faktorët rrethorë të përvojës me stresin.**

Në përgjithësi faktorët stresantë shumë rrallë i referohen ngjarjeve të mëdha, ato i referohen sidomos ngjarjeve, ndodhive më të vogla, bezdive të përditshme etj. Këto janë përdorur në literaturë si mikrostressor (Schönplflug 1987).

Stresorët "e vegjël" për gjenezën e stresit janë më të rëndësishme se ato ngjarje negative ditore, të cilat janë të mëdha dhe të rralla në vendin e punës. Stresorët e vegjël mund të jenë faktorë vendimtarë. (Kanner et al., 1981)

Akumulimi i ngjarjeve të tilla mund të çojë një person në një gjendje të vazhdueshme të përjetimit të stresit. Në literaturë ka një numër të klasifikimit që ofrohet për sistematizimin e stresorëve në lidhje me punën të cilat edhe pse kanë në përmbajtje mbivendosjeje, kanë theksa të ndryshëm. Kjo ka të bëjë me spektrin ose demarkacionin ndërmjet punës edhe aktiviteteve të jetës joprofesionale dhe lokalizimin e stresorëve të punës në nivele të ndryshme hierarkike. (McGrath 1976)

Ky numër mbetet relativisht i afërt me aktivitetin individual joprofesional dhe dallon gjashtë kategori të punës lidhur me stresin dhe stresorët:

## **2. Stresorë nga detyra të punës:**

Kërkesa shumë të larta cilësore dhe sasiore, detyra të paplota, papërshtatshmëri, mungesa e përvojës së punës, koha dhe presioni i afateve, mbingarkesë informacioni, delegim i paqartë, udhëzime kontradiktore, ndërprerje e papritur dhe shqetësime.

## **3. Stresorë të rolit të punës:**

Përgjegjësia, sjellja konkurruese në mesin e të punësuarve, ngacmime të ndryshme, mungesa e mbështetjes dhe ndihmës, zhgënjimi, mungesa e njohjes, (krizës kënaqësi etj.), konfliktet me mbikëqyrësit dhe të punësuarit.

## **4. Stresorë të mjedisit material:**

Ndikimet mjedisore (zhurma, vibrimet mekanike, të ftohtët, vapa, toksinat), sisteme komplekse teknike, kërkesat e tepërta njerëzore dhe gjykimet, aftësitë për regjistrimin e informacionit dhe kapaciteteve të përpunimit etj.

## **5. Stresorë të mjedisit shoqëror:**

Mjedisi i punës, ndryshimi i mjedisit, stafit dhe fusha e objektit, ndryshimet strukturore në institucion, mungesa e informacionit etj.

## **6. Stresorë që kanë lidhje me integrimin në vendin e punës:**

Izolimi (single-user), dendësia e punonjësve në një ambient të caktuar.

## **7. Stresorë të lidhur me sistemin e detyrave funksionale:**

Frika nga detyrat, dështimit, ofendimi dhe sanksionet, stilet joefikase të veprimit.

Më vonë McGrath dalloj tri lloje kushtesh shkaktare të stresit, të cilat kanë cilësi të ndryshme dhe nuk duhet domosdoshmërisht të jenë të lidhur shumë ngushtë me aktivitetet individuale (McGrath 1982). Ato janë:

(a). Sulmi fizik.

(b). Kërcënim psikologjik ndaj vetes.

(c). Përçarje ose frikë në lidhje me marrëdhëniet shoqërore.

Gjithashtu mbeten të përafërta me aktivitetin e punës, por edhe të përfshirjes së faktorëve të ngarkesave psikologjike në kufirin mes jetës së punës dhe jetës private. (Udris & Frese, 1999).

Cilësohen shtatë kategori të stresorëve në punë, të cilat përputhen deri diku me aspektet e mësipërme:

### **1. Stresorë në kryerjen e detyrave të punës:**

Përfshijnë faktorë cilësor dhe sasior. Rrjedhimisht, ekzistojnë katër lloje themelore:

(a). **Ngarkesa sasimore** : Uniformiteti i përkohshëm i aktivitetit (p.sh. përsëritja, monotonia, monotonia e punës dhe të aktiviteteve të mbikëqyrjes me stimuj të rralla).

(b). **Ngarkesa cilësore**: Ekzistenca e shkathtësisë nuk mund të përdoret në përputhje me rrethanat, e cila çon në rritjen e ngopjes dhe zhgënjimit të përvojave mendore.

(c). **Mbingarkesë sasimore**: Shuma e detyrave të kërkuara për njësi kohë është shumë e lartë, ka presion kohë. Aktivitetet monotone në lidhje me presionin e kohës mund të gjenden p.sh. në vendet e punës me një punë tashmë të pa kryer.

(d). **Mbingarkesë kualitative**: Vështirësia apo kompleksiteti i detyrës tejkalon aftësitë e një personi, paqartësi dhe mospërputhje e urdhrave të punës.

### **2. Stresorë fizike:**

Kjo kategori përfshin kushte të jashtme mjedisore (p.sh. zhurma, pluhuri, vapa, vibrime, kontakti me materiale të rrezikshme)

### **3. Stresorë në dimensionin kohor:**

Kjo klasë përfshin orë të pafavorshme të punës, si dhe punën me turne. E një rëndësie të veçantë në kuptimin ligështues janë efektet e orëve të gjata të punës, punën e natës kundër ritmit fiziologjik, "desinkronizim shoqëror", etj. Gjithashtu marrëveshjet e veçanta të punës, të tilla si: orët e punës me turne natën dhe nivelet e alarmit dhe gadishmëritë.

### **4. Stresorë në situata sociale:**

Me këtë duhet të kuptojmë rolin e konflikt dhe rolin e dykuptimësi (Udris & FRESE (1999).

Konfliktet lindin kur pritshmëritë dhe kërkesat janë kontradiktore. Paqartësitë lindin kur pritshmëritë nuk janë të qarta për atë person që ka përgjegjësinë dhe udhëzimet e eprorëve nuk janë të qarta (Caplan, Cobb, Van Harrison & Pinneau, 1982).

Sjelljet e kolegëve dhe eprorëve mund të përfaqësojnë një stresor social. Stresorë të tjerë socialë mund të jenë shkaktuar nga stresorë në aktivitete si mosmarrëveshje që përfshijnë presionin në punë, etj.

## **5. Stresorët organizative:**

Pengesat janë konsideruar si stresorë organizativë të punës, p.sh. me furnizim të pamjaftueshëm material ose me personel, etj.

## **6. Stresorë në karrierën profesionale:**

Këto përfshijnë pranimin në jetën profesionale, proceset e konvertimit në punë ose reaksione të brendshme. E zakonshme për këto stresorë është fakti që, aftësitë e fituara më parë dhe rutina duhet të zëvendësohen shpejt nga sjellje të reja.

## **7. Pritje të papunësisë dhe të punës së pasigurt:**

Frika e humbjes së vendeve të punës në fund është një faktor që nuk duhet nënvlerësuar si burim stresi për shumë punëtorë.

Dallohen pesë burime potenciale të stresorëve në punë, të cilat gjithashtu kanë përqsasje të gjera me qasjet e klasifikimit të përmendura më lart dhe që përfshijnë nivele të ndryshme organizative si burime stresi potencial. (Eeinert 1998)

Eeinert i ndau këto stresorë në nivel hierarkike midis punës dhe jetës private.

**1. Mjedisi fizik:** Këto përfshijnë faktorët e mjedisit të tilla si drita, zhurma, temperatura dhe ajri i keq.

**2. Niveli individual:** Në nivel individual janë aspekte të rolit personal të kuptuarit, konflikti i roleve, roli paqartësisë, roli i trupëzuar me përgjegjësinë, si dhe mungesa e kontrollit dhe të nivelit të lartë të përgjegjësisë për njerëzit në një kontekst profesional në vendimmarrje.

**3. Niveli Grupit:** Kjo klasë përfshin aspektet e marrëdhënieve të drejtpërdrejta me kolegët e punës, bashkëpunëtorët, mbikëqyrësit, si dhe drejtuesit dhe konfliktet brenda grupit.

**4. Niveli Organizativ:** Në nivelin organizativ, stresorë të tillë si struktura organizative, klimë organizative, stili i menaxhimit, teknologjisë, kërkesat e detyrave, kërkesat e roleve.

**5. Niveli Ekstraorganizacional:** këto përfshijnë faktorë në kontekstin profesional dhe jetën private, në kuptimin joprofesional, p.sh. familja, pasiguria ekonomike, mungesa e mobilitetit, cilësia e jetës, pasiguria, etj.

Klasifikimit të stresorëve të ashtuquajtur profesionalë:

Zgjerimet e ndryshme të stresorëve të aktivitetit të punës bëhen më të qarta nga Semmer (1984) i cili dallon tre nivelet e klasifikimit të stresorëve profesionalë:

**1. Niveli makro:** I cili ka të bëjë me marrëdhëniet në mes punës dhe fushave të tjera të jetës dhe kushteve si puna dhe familja, standardet etike (p.sh. ndjenjën për të bërë punën e dobishme), prestigji i dobët në punë, apo kërcënimin e humbjes së vendit të punës.



**2. Niveli i mesëm:** Ka të bëjë me faktorë organizativë të tilla si mundësitë e promovimit, diskriminimit, drejtësisë në pagë dhe promovimi ose ndarja e punës, konfliktet sociale, etj.

**3. Niveli makro:** Ka të bëjë me stresorë të detyrave dhe kushtet e ekzekutimit të tyre në punë. Përveç faktorëve stresues të mjedisit dhe përmbajtjes së punës, të cilat mund të jenë të pamjaftueshme dhe mund të pengojnë kryerjen e punës, pasiguria në lidhje me efektet e veprimeve të tyre, janë pasiguritë për shkak të kërkesave të paqarta ose kontradiktore.

Përveç sa përmendëm më sipër, stresorët klasikë kanë dy aspekte të tjera që shfaqen në kohët e fundit si të rëndësishme në diskutimin e stresit të punës:

**Së pari,** fleksibiliteti i jetës në punë i cili përfshin konceptet e reja të punës si dhe situatat aktuale në tregun e punës.

**Së dyti,** kërkesat e punës ndryshojnë me anë të zhvillimeve teknologjike dhe rritjen e automatizimit dhe kompjuterizimit në kushtet e globalizimit. Këto dy faktorë duhet të trajtohen të ndarë. Fleksibiliteti në punë nuk ka të bëjë me ndryshimet e shpeshta të vendit të punës, ky mobilitet sidomos në fushën psiko-mendore konsiderohet si aspekt stresant në vetvete. Eieland dhe Krajeëski (2002) theksojnë se në mes jetës profesionale dhe asaj jashtë rolit të profesionit ekzistojnë stresorë të lidhur me fleksibilitetin e kushteve të punës. Ata propozojnë një koncept integruar të ngarkesave të mundshme dhe pasojave, duke përfshirë pamjen koherente të punës, kohën e lirë dhe familjen dhe marrëdhëniet shoqërore.

Puna paraqet rreziqe të veçanta për organizimin shoqëror të jetës private dhe rekreative, përbën një vështirësi për një shërim personal dhe mund të kërkojë rritjen e aktiviteteve të koordinimit të fushave të ndryshme të jetës.

Përveç burimeve stresore, ngarkesat ndikojnë mbi karakteristikat e përgjithshme në mënyrë pozitive ose negative në përjetimin e stresit, duke përforcuar stresin në vetvete, ose mund ta zbusin atë. Tregues i tillë i përgjithshëm i situatave stresante janë intensiteti dhe kohëzgjatja e stresorëve, aftësia për t'i kontrolluar, parashikueshmëria, njohja apo instruktimi për situatën, shkalla e paqartësisë dhe rëndësia personale.

Në veçanti, konceptet e kontrollit të situatës dhe parashikueshmërisë janë studiuar mjaft mirë në hulumtime psikologjike dhe janë diskutuar në lidhje me kushtet e punës, shëndetit dhe mbrojtjes nga stresorët. Me gjendjen e kontrollit kuptojmë, nevojën për transparencë, parashikueshmërinë dhe aftësi kontrolluese të ngjarjeve.

Midis kontrollit objektiv dhe subjektiv është bërë një dallim i cili në formë më të detajuar ka të bëjë me shkallën e kontrollit objektiv të gjendjes aktuale të sugjeruar dhe shkallën kontrollit subjektiv nën ndikimin e perceptimit të parashikuar apo të imagjinuar të kushteve mjedisore. (Udris & Frese 1999). Ata theksojnë se, nevojat e kontrollit të një personi janë shpesh më të mëdha se mundësitë objektive ekzistuese apo të njohura të një situatë.

Nëse kontrolli është perceptuar subjektivisht, por ai është objektiv, ndodhemi përballë "iluzionit të kontrollit" (Langer, 1975).

Në terminologjinë e kontrollit dhe të kushtëzimit do të thotë se pasojat e sjelljes janë shpërblim pozitiv apo ndëshkim negativ të një ngjarjeje në lidhje me sjelljen e mësipërm. Këto janë pasoja, pavarësisht nga sjellja e një personi, e cila është e pakontrollueshme dhe mund të dallohen mes mospërmbajtjes objektive dhe subjektive (Black 1993).

Përvoja me stresin mund të ketë ndikim negativ motivues, emocional dhe njohëse dhe shprehet me pasivitet, ankth, dorëheqje dhe mungesë energjie për të vepruar (Seligman, 1992;). Në këtë kontekst ai ka shpikur termin "i mësuar me pafuqi", që do të thotë se kur njerëzit janë të ekspozuar ndaj periudhave të gjata kohore ndaj stresit të pakontrollueshëm, ngjarjesh të pakëndshme, ata më në fund nuk bëjnë të gjitha përpjekjet për të përballuar situatën ose ta shmangin atë plotësisht. Si pasojë, kjo përvojë mund të çojë në depresion.

Një numër studimesh ka treguar se situata e kontrolluar për më pak stres çon në përvoja të pakontrollueshme (Frese & Semmer, 1991;).

Parashikueshmëria është e lidhur ngushtë me gjendjen e funksionit të kontrollit. Në terminologjinë e përkufizimit të parashikueshmërisë klasike të kushtëzuar, ndodhin një sërë ngjarjesh të cilat mund të parashikohen nga një stimul reference. Ndërsa paparashikueshmëria e ngjarjeve krijon pasiguri, e cila, mund të manifestohet me ndjenja ankthi e frike dhe përjetim stresi (Kohlmann, 1990;).

Stresi i transferuar në aktivitetet e punës mund të çojë në kushte potencialisht të vështira të saj (Frese & Semmer, 1991;).

### **2.2.3 Faktorët personale të përjetimit të stresit.**

Përveç situatave stresuese dhe me ngarkesa psikologjike të ndryshme, përjetimet dhe aftësitë, trajtuar në këndvështrimin e dispozitave personale, ndikojnë tek individit në mënyrë të konsiderueshme në marrëdhëniet me stresin. Në këtë mënyrë përveç vlerësimit të kërkesave të situatës dhe burimeve personale, ngarkesat psikologjike si rezultat i situatave traumatike janë elementë qendrorë të përjetimit të stresit dhe menaxhimit të kërkesave.

Në këtë kontekst, literatura në menaxhimin e stresit thekson ekzistencën e një gjeni të veçantë të kontrollit, pritshmërisë, vetëfikasitetit dhe e përkrahjes sociale si faktorë thelbësorë personal të përjetimit të stresit.

Kontrolli i brendshëm ose siç njihet në terminologji "locus of control", bën fjalë për referencat e pritshmërive të përgjithësuara në lidhje me shkallën në të cilën individit ka lidhje me një ngjarje ose si pasojë e saj ndikon tek sjelljet (faktorë të brendshëm të kontrollit) ose ngjarje të ndikuara nga faktorë të jashtëm, siç janë fati apo situatat rastësore (faktorët e jashtëm të besimit të

kontrollit). Rotter e sheh kontrollin e brendshëm, si një tipar të qëndrueshëm të personalitetit dhe mbi këto baza themeloi teorinë e tij të personalitetit social të të mësuarit. (Rotter 1954, 1966).

Sipas Rotter "locus of control" është zhvilluar bazuar në përvojat e procesit të përgjithësimit, d.m.th. situata specifike të paparashikuara përgjithësohen në përputhje me parimet e *kondicionimit operant*. Rotter dallon besimet përgjithësuere dhe gjendjen specifike të kontrollit. Besimet e përgjithësuara të kontrollit brenda kuptimit të " locus of control " janë të qëndrueshme dhe situatat e pavarura janë përdorur kryesisht për të parashikuar sjelljet. Në të kundërt, besimet e kontrollit në situata specifike të mirëstrukturuara janë tepër të varura nga karakteristikat e situatave dhe janë më të përshtatshme për parashikimin e sjelljes. (Rotter 1966)

Në studimet mbi marrëdhëniet midis besimeve të kontrollit dhe përjetimeve të stresit në fushën e punës tregohet me mjaft konsistencë që njerëzit me besime të jashtme kontrolli kanë përjetime më të forta stresi, shëndet të ulët mendor dhe kënaqësi më të ulët në punë (Capel, 1987; Kahn & Cooper, 1990).

Gjithashtu u gjeti se, besimet e kontrollit të perceptuara nga punonjësit të cilët përjetojnë stres, zvogëlojnë sekretimin e kortizolit, për rrjedhojë, zvogëlojnë reagimet ndaj stresit fiziologjik ( Cullen,1980).

Koncepti i vetëfikasitetit bazohet në teorinë sociale të mësuarit e Banduras (1962, 1977). Vetëfikasiteti i një individi është pritshmëria subjektive e një personi që i ka mundësitë për veprim në një situatë të caktuar dhe në këtë mënyrë të jetë efektiv në lidhje me ekzekutimin e një sjellje të caktuar.

Sipas Banduras **katër burime** mund të ndikojnë në zhvillimin e besimeve të vetëfikasitetin.

- 1. Përvojë të drejtpërdrejtë**, personi vetë ka ekzekutuar tashmë një sjellje më parë të suksesshme,
- 2. Ndryshimi i përfaqësuar nga përvoja**, shkalla në të cilën situata të ngjashme që kanë mundur të sjellin sukses për individin.
- 3. Bindje verbale**, shkalla në të cilën një person mund të inkurajojë veten, ose mund të inkurajojë njerëzit e tjerë që një sjellje e caktuar do të jetë e suksesshme.
- 4. Zgjimi fizik**, një zgjim jo ulët i perceptuar çon në pritshmëri më të lartë të një situatë të suksesshme të menaxhimit.

Studimet tregojnë se njerëzit me vetëvlerësim të lartë janë më imunë ndaj përjetimeve të stresit dhe mund të përballojnë më mirë gjendjet e sëmundjeve kronike, kanë sjellje të mirë shëndetësore dhe një qëndrim pozitiv ndaj jetës si kënaqësisë me jetesën, optimizëm e vetë-respektin se sa njerëzit me vetëvlerësim të ulët. (Bandura, 1992; Jeruzalem & Schëarzer 1992, Kramper, 1991, Schëarzer, 1993).

Gjithashtu, prania e mbështetjes sociale mund të shihet si një aspekt personal të përjetimit të stresit. Mbështetja sociale do të thotë prania e rrjeteve të qëndrueshme socio-emocionale dhe

asistencë në mjedisin e një personi për të cilin ka një funksion të rëndësishëm parandalues nga çrregullimet e shëndetit mendore. ( Schëarzer & Leppin, 1989).

Kjo konsiston në dy drejtime: në njërën anë të aftësive të një personi për të mobilizuar dhe për të marrë mbështetjen sociale, nga ana tjetër duke siguruar se përkrahja sociale në dispozicion ofrohet nga jashtë. Kështu, mbështetja sociale nuk është vetëm një burim i brendshëm i një individi por mund të zhvillojë ose të largojë nga mendja edhe një aspekt mjedisor. Prandaj, koncepti i mbështetjes sociale zë një pozicion të ndërmjetëm në skemën aktuale, nga njëra anë si një faktor personal, nga ana tjetër si një tipar i përgjithshëm i përjetimeve të situatave stresante. Përveç sa u tha më sipër, një numër tiparësh të tjera janë të lidhura me marrëdhënien stres-personalitet p.sh., neuroticismi, extraversioni, introversioni, varësia dhe pavarësia në terren, tipare të ankthit, etj. Hetimi i marrëdhënieve midis tipareve të personalitetit të përgjithshëm dhe formimit të stresit, nuk është subjekt i këtij punimi.

#### **2.2.4 Efektet e stresit për shkak të perceptimit individual.**

Efektet e stresit për shkak të perceptimit individual dhe strategjitë e përballimit janë implikime dhe pasoja shumë të ndryshme dhe për këtë arsye mund të përfaqësohen vetëm nga një prototip në këtë pikë. Në thelb, reagimet ndaj stresit fizik dhe mendor dhe niveli i sjelljes mund të shfaqen duke filluar nga reagimet afatshkurtra, të përkohshme deri në ato afatgjata ose manifestimet kronike. Në nivelin njohës-emocional, reagimet e stresit janë të shprehura në mendimet dhe ndjenjat negative. Në këtë nivel klasifikohen, përveç simptomave individuale të manifestuara e të përshkruara, gjithashtu edhe ngjarje me një afat të shkurtër, me efekt e pasoja të mëdha negative apo deri në sindroma, të cilat mund të zënë një pozitë të veçantë, për shkak se ato mund të jenë një pjesë e pasojave dhe shkaqeve të stresit (Richter, 2000)

Lodhja mendore mund të ndodhë si pasojë e stresit psikologjik në situata të ndryshme. Richter e përshkruan lodhjen mendore si "një gjendje të lodhjes që ndodh pas një periudhe të gjatë të veprimtarisë ose detyrës me vështirësi në rritje, p.sh. si rezultat i mbingarkesës së informacionit " (Richter 2000, f. 78).

Në kontrast me lodhjen fizike, stresi i shkaktuar nga lodhja mendore rezultojnë në lodhje mendore ose psikomotore, këtu faktorët e stresit janë aktivitetet në mjedisin e punës, p.sh. përmes një varfërie të kushteve të punës, siç ndodh shpesh në aktivitetet monitoruese.

Lodhja mendore është po aq e ndikuar nga vendosja nën presionin e kohës, veprime të shpeshta e të njëanshme me cikël të shkurtër pa shkallë të lirisë për të ndryshuar mënyrën e punës, paparashikueshmëria, veprimi kërkohet shpejt, lidhje të qëndrueshme vëmendje, mbingarkesë cilësore dhe sasiore e kapacitetit të përpunimit, si dhe kërkesat që përfshijnë vazhdimisht emocionet (Richter, 2000).

Monotonia është një gjendje mërzie, e cila është shkaktuar nga privimi i stimulit dhe çon në uljen e aktivizimit motorik, p.sh. mbikëqyrja dhe kontrolli i aktiviteteve në turnin e natës (Richter, 2000 f. 79). Në kontrast me lodhjen mendore, monotonia është një ndjenjë lodhje e përjetuar, e cila korrespondon me ndjenjën e lodhjes gjatë gjendjeve të monotonisë dhe jo të një përgjumje ose sorollatej. Monotonia manifestohet subjektivisht në faktin se situata është përjetuar si monotone, e mërzitshme dhe zgjatja në koha është relativisht e gjatë. Një qëndrim indiferent, apatik, zvogëlon vëmendjen dhe rrit lodhjen. Përjetimi i monotonisë favorizohet nga mungesa e stimulit, ngushtimi i fushës perceptuale, natyra përsëritëse e veprimtarisë gjatë një periudhe të gjatë, vështirësia tepër e ulët e detyrës, mungesa e komunikimit dhe bashkëpunimit dhe shoqërohet me ndryshime fizike anësore (Richter, 2000;).

Një shembull klasik i këtij aktiviteti janë detyrat e monitorimit nga ana e punonjësit: nga njëra anë, monitorimi duhet të jetë i përhershëm, por nga ana tjetër, ky aktivitet nuk është përtej mundësisë së operimit "aktiv" dhe konfrontimit. Në kontrast me monotoninë vigjilencia është një monotoni si gjendje, por në kontrast rrallë lind monotoni nga veprimet dhe reagimet të parregullta.

Din e përkufizon vigjilencën e reduktuar, si një gjendje të degraduar të performancës në rritje të ngadaltë të stimulit në aktivitete të ndryshme të monitorimit të varfër, p.sh. vëzhgimet e instrumenteve. (Din, 1987)

Ngopja mentale përjetohet sidomos kur aktiviteti ose kryerja e detyrës është në pikëpyetje ose kur qëllimet personale nuk janë në përputhje me objektivat e punës që do të kryhen ose kundërshtojnë njëra-tjetrën (Richter 2000).

Si simptoma të ngopjes mendore përfshijnë një refuzim të aktivitetit nervor të tronditur e të ngarkuar emocionalisht dhe të quajtur nga përvoja "on-the-spot-kicking".

Richter supozon se përvoja e ngopjes mendore është më pak e lidhur me karakteristika të caktuara të punës, por më tepër me vendosjen e personit në lidhje me aktivitetin që do të kryej. Pasojat e ngopjes mendore lindin kryesisht nga fakti se një aktivitet kryhet në rezistencë të fortë emocionale dhe afektive dhe rritjes së rrezikut. (Richter,2000. Kvasnicka, Schaaf & Thau,1975;)

Lodhja mendore, monotonia dhe vigjilencia ndryshojnë në shtrirjen e tyre në lidhje me gjenezën e ngopjes mendore, ato shkaktohen kryesisht nga karakteristikat e veçanta të aktivitetit si monotonia dhe mungesa e stimulit, siç është tradicionalisht rasti për monitorimin e detyrave.

Hipoteza e këtij studimi kërkimor bazohet në modelin teorik të çrregullimeve mendore.

Psikopatologjia dhe psikobiologjia e çrregullimit pas traumës. (Horoëitz, 1976;)

Çrregullimet mendore si rezultat i përvojave me dhunën (Fischer & Riedesser,1998;)

Trajtimi psikoterapeutik në kontekstin e profesioneve të veçanta (Flatten, 2001;)

Strategjitë e trajtimit psikologjik dhe dhënia e asistencës psikoterapeutike (Bering, 2002;)

Problemet e ngarkesave psikologjike në planin profesional (Violant & Aron, 1994;)

Shfaqja e simptomave të stresit ekstrem gjatë kryerjes së detyrës në të cilën funksionarit i rrezikohet jeta seriozisht. (Robinson, 1997;)

Ndihma psikosociale ndaj punonjësve të sigurisë publike që kanë probleme të shëndetit mendor si rezultat i ngarkesës problematike të profesionit. (Senkamp & Martin, 2003;)

Ndryshimet gjinore pasqyrojnë dhe problematike të ndryshme për të njëjtin ekspozim ndaj ngarkesës psikologjike, p.sh. femrat janë me rezistencë ndaj stresit por janë më të prekshme nga çrregullime të tjera psikologjike (Bar, 2004;)

Aksidentet gjatë ushtrimit të detyrës sjellin trauma psikike afatgjata të punonjësit të sigurisë publike kjo e parë në fokusin e psikotraumatologjisë. (Schnyder & Malt, 1998; Malt 1988; Mayon, 1993;)

Dëmtimet fiziologjike në kombinim me çrregullimet mendore sjellin një rezultat më të madh të këtyre të fundit. Faktorët e rrezikut biografik, ndjenja e një kërcënimi me vdekje, simptomat e ndërhyrjes, si dhe problemi i orientuar drejt përballimit, secili kontribuoi ndjeshëm në modelin parashikues. (Schnyder & Buddeberg, 1996;)

## **KAPITULLI III.**

### **METODOLOGJIA**

#### **3.1 Lloji i kërkimit**

Ky studim kërkimor ekzaminon në terma cilësor dhe sasior ekzistencën e shqetësimeve, të çrregullimeve mendore dhe kryesisht ngarkesat psikologjike të shfaqura në formën e stresit tek punonjësit e sigurisë publike si rezultat i situatave traumatike me të cilat ai përballet gjatë ushtrimit të detyrës. Studimi në vetvete kombinon të dhëna nga burime primare dhe sekondare duke përdorur një sërë metodash në mbledhjen e këtyre të dhënave. Lidhja e studimit me sfondin teorik kryhet në një mënyrë deduktive. Një proces kërkimi deduktiv nënkupton që studimi bazohet në disa teori të cilat përdoren për të shpjeguar gjetjet në procesin e analizës së të dhënave. Teoritë vijnë përpara kërkimit ndërsa gjetjet në terren përdoren për të rishikuar teoritë.

Hapi i parë i këtij kërkimi ishte mbledhja e të dhënave nga të dhëna zyrtare të përpunuara në raporte, strategji qeveritare dhe joqeveritare, të cilat përshkruanin këtë fenomen. Një hap i rëndësishëm ishte identifikimi i mënyrave se si ky fenomen ka ndikuar brenda kësaj popullate të marrë në studim. Nga ana tjetër pjesë e një monitorimi të imët kanë qenë artikujt shkencorë, raportet akademike ndërkombëtare të publikuara nga institucione akademike mbi këtë fenomen. Njëkohësisht një vend të rëndësishëm në rishikimin e literaturës zuri studimi i të gjitha pikëpamjeve teorike psikologjike të cilat më ndihmuan për të krijuar një pikëpamje më të plotë mbi gjetjet e kohëve të fundit mbi çështjen që po studioj.

Hipoteza e këtij studimi kërkimor bazohet në modelin teorik të çrregullimeve mendore.

Unë jam munduar t'i shpëtoj maksimalisht tendencës njerëzore të influencimit të literaturës së tepërt në pritshmëritë personale gjatë procesit të kërkimit.

### **3.2 Instrumentet.**

Informacioni mbi burimet e ngarkesave psikologjike, stresit dhe llojet e çrregullimeve mendore që ekzistojnë mes punonjësve të policisë u mblodh nëpërmjet përdorimit të tre teknikave cilësore e sasiore. Ato janë:

1. Intervistat gjysmë të strukturuar,
2. Intervistat në fokus grup
3. Pyetësi.

Në studimin konkret u krijuan gjatë përdorimit të instrumenteve të mësipërm situata relativisht të vështira gjatë procesit deduktiv dhe induktiv të cilat u transferuan në një sistem kategorish. Kategoritë kryesore të situatave të ngarkesave janë formuluar në mënyrë deduktive bazuar në taksonominë e burimeve të ngarkesave psikologjike dhe kryesisht te stresit në vendin e punës (McGrath 1981). Kjo qasje siguroi një fushë të gjerë për të përmbledh konceptet, si dhe një shqyrtim specifik të aktiviteteve tipike te punonjësit të sigurisë publike kryesisht në fushën profesionale. Kodifikimi në sipërfaqe u projektua si një formë e shtjelluar nga ekspertë të fushës në përcaktimin e kategorive sipas ngarkesave të situatave të ngarkesave psikologjike e kryesisht stresit të përjetuar në punë nga individët që janë në përmbushje të detyrës funksionale si punonjës të sigurisë publike.

Të anketuarve në mënyrën e lartpërmendur iu paraqitën kategoritë e mëposhtme. Kategori që përmbledhin situatat me të ngarkuara psikologjike dhe potencialisht mund të jenë burime të shqetësimeve psikologjike e burime stresi dhe patologji të tjera.

1. Situata traumatike me të cilat lidhet profesioni i punonjësit të sigurisë publike. Gjithashtu specifikat e këtyre situatave që kanë lidhje me funksionin e të anketuarit.
2. Shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinë si rezultat i organizimit dhe vijueshmërisë së punës e të strukturës të institucionit ku aderon i anketuari.
3. Shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinë si rezultat i kushteve jo të përshtatshme për kryerjen e detyrës funksionale të tij.
4. Shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinë si rezultat i kushteve sociale në të cilat ndodhet punonjësi i sigurisë publike.
5. Çështje të tjera të cilat nuk janë klasifikuar në kategoritë e lartpërmendura, por që i intervistuari i mendon të rëndësishme për t'u përmendur dhe kanë lidhje me temën që po trajtohet.

Më pas, kategoritë u ndanë në nënkategori të diferencuara në mënyrë induktive, duke marrë në konsideratë specifikat e këtyre situatave që kanë lidhje me funksionin e të anketuarve.

Për të sqaruar më me hollësi kompleksitetin e kategorive ato u ndanë duke i zbërthyer në nënkategori situatat traumatike me të cilat përballen punonjësit të sigurisë publike. Ato janë:

- Nënkatgoria e parë përmbledh situata që përjetohen si të pakëndshme dhe me ngarkesa të larta emocionale si lajmi për vdekjen e dikujt, mashtrim, marrëdhënie seksuale me dhunë etj.
- Nënkatgoria e dytë përmbledh situata ku është në rrezik jeta e të tjerëve për të cilën punonjësi i sigurisë publike është përgjegjës në përmbushje të detyrës së tij funksionale si kryerja e operacioneve në rast pengmarrje, shkëmbim zjarri, fatkeqësi natyrore, zjarr në ambiente ku kanë mbetur të bllokuar qytetarë, etj.
- Nënkatgoria e tretë përmbledh situata në të cilat punonjësi i sigurisë publike gjatë kryerjes së detyrës përballlet me viktime ose të plagosur të panjohur prej tij si ngjarje kriminale, aksidente automobilistike, fatkeqësi natyrore, zjarr masiv me viktime, etj.
- Nënkatgoria e katërt përmbledh situata të cilësuar në nënkategorinë e tretë, por në këtë bëjnë pjesë persona të cilët janë të njohur nga ana e punonjësit të sigurisë publike si vrasja e kolegut, mikut, të njohurit, ose të afërmit e familjes, etj.
- Nënkatgoria e pestë përmbledh situata si në nënkategorinë e tretë dhe të katërt, por viktimat e dhunës janë të mitur, si rastet me fëmijë, pornografi me të mitur, marrëdhënie seksuale me të mitur, etj.
- Nënkatgoria e gjashtë përmbledh situata të cilat përbejnë rrezik për vetë jetën e punonjësit të sigurisë publike si kërcënime për jetën nga elementët kriminel, përdorimi i armëve të ndryshme, marrja pjesë në operacione kërkim-shpëtimi me rrezik të lartë, kur ai është vetë i dëmtuar, etj.
- Nënkatgoria e shtatë përmbledh të gjitha situatat e tjera të cilat nuk janë parashikuar në nënkategoritë e tjera, por kanë një ndikim të konsiderueshëm tek punonjësi i sigurisë publike dhe këto situatë ai i vlerëson vetë që përbejnë ngarkesë për të.

**Në kategorinë e dytë** ku janë parashikuar shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinë si rezultat i organizimit dhe vijueshmërisë së punës e të strukturës së organizimit. Për të sqaruar më me hollësi kompleksitetin e kategorisë së dytë u zbërthye në nënkategori si më poshtë:

- Intensiteti i punës (Presioni i kohës, ritëm i lartë punë, përqendrim i lartë, etj)
- Mungesë e informacionit dhe e mjeteve të komunikimit.
- Fleksibilitet i vogël në punë, rutinë dhe mungesë larmie.
- Urdhra dhe udhëzime kontradiktore për përmbushjen e detyrës.
- Probleme me menaxhimin e ndryshimit. Ndryshim drejtuesve të institucionit ku aderon, etj.



- Përgjegjësi e madhe për të tjerët.
- Statusi dhe mirënjohja për punën e kryer (mungesë e kompetencës sociale nga eprorët).
- Drejtuesit, eprorët dhe rrethi i bashkëpunëtorëve.
- Pushimet periodike.
- Informacioni dhe situata politike.
- Karriera dhe promovimi.

**Në kategorinë e tretë** u parashikuan shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinin si rezultat i kushteve jo të përshtatshme për kryerjen e detyrës funksionale.

Për të sqaruar më me hollësi kompleksitetin e kategorisë së tretë u zbërthyen në nënkategori:

- Kushte të papërshtatshme të punës.
- Ngarkesë fizike e madhe.
- Kohë e gjatë e punës.
- Puna me turne.

**Në kategorinë e katërt** ku u parashikuan shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinin si rezultat i kushteve sociale në të cilat ndodhet punonjësi i sigurisë publike. Për të sqaruar më me hollësi kompleksitetin e kategorisë së katërt është zbërthyer në nënkategori.

- Konfliktet ndërpersonale me kolegët dhe eprorët në punë.
- Klime jo e mirë në punë, agresivitet i lartë.
- Mbipopullim i ambienteve të punës.
- Vartësi e lartë nga të tjerët, mungesë autonomie në vendimmarrje.
- Ndërrim i shpeshtë i vendit të punës si rezultat i konflikteve ndërpersonale.
- Probleme familjare.

**Në kategorinë e pestë** u klasifikuan të gjitha situatat që nuk bënin pjesë tek katër kategoritë të sipërpërmëndura, por të intervistuarit i vlerësonin si situata që gjeneronin stres.

### **3.2.1 Intervistat gjysmë të hapura të strukturuar.**

Intervista u përdor në këto kërkime shkencore sepse konsiderohet si instrument, i cili u jep liri të intervistuarve të flasin lirshëm dhe ofrojnë për kërkuesin sasi të mëdha informacioni në lidhje me çështjen që studiohet (May T 2001)

Përdorimi i intervistave lehtëson kërkuesin shkencor të mbledhë informacion më të detajuar mbi çështjet e studimit (Sëale 2004). Ky instrument siguron dhe një masë të lartë sinqeriteti dhe fleksibiliteti me qëllim që intervistuesi të shprehet më lirshëm (Fielding & Thomas, 2001)

Disavantazhet e intervistave lidhen me faktin se vlerësimi dhe ndryshimi i ritmit të komunikimit të intervistuesit me të intervistuarin mund të çorientojë këtë të fundit (Sëale 2003).

Këto intervista u kryhen me persona kyç në të gjitha institucionet e sigurisë publike e grupet respektive në studim, drejtori institucionesh qeveritare, profesionistë që ofrojnë shërbime të sigurisë publike.

Avantazhi i kësaj metode ishte se u përftua informacion i vlefshëm nga eksperiencia të drejtpërdrejta të punonjësve të sigurisë publike në lidhje me temën që po studiohet.

Nga ana tjetër struktura e kësaj interviste më ndihmoi të organizoj një proces intervistues ku përmblodha të gjitha të dhënat e nevojshme për një interpretim të saktë të fakteve.

### **3.2.1.1 Qëllimi i intervistave.**

Qëllimi parësor për kryerjen e këtyre intervistave si instrument i parë i këtij kërkimi shkencore ishte jo vetëm hulumtimi i situatave traumatike si burim kryesor i stresit që ndikon në shëndetin mendore të punonjësit të sigurisë publike, e analizuar në baza shkencore, por edhe ofrimi i një perspektive se si mund të parandalohen dhe trajtohen këto fenomene duke marrë si referencë dhe modelet më të zhvilluara evropiane brenda institucioneve homologe.

- Projekt qëllimi i parë: Cila është sasia dhe cilësia e përmbledhjeve retrospektive të situatave traumatike që ndikojnë tek punonjësi i sigurisë publike?
- Projekt qëllimi i dytë: Të bëhej një vlerësim spontan i traumave profesionale.
- Projekt qëllimi i tretë: Të gjendej se sa ishte niveli i këtij fenomeni i matur me metodat bashkëkohore.

### **3.2.1.2 Objektivat e intervistës.**

Për të qenë sa më të fokusuar në temën që po studiohet dhe për të qenë sa më specifik brenda kësaj fushe kaq të gjerë u përcaktuan dhe objektivat e intervistave.

- Objektivi i parë ishte: Identifikimi i situatave traumatike si burim i stresit dhe i çrregullimeve tipike mendore të punonjësit të sigurisë publike (premisë për çrregullime të mëtejshme)
- Objektivi i dytë ishte: Eksplorimi i shkaqeve që ka stimuluar ngarkesat psikologjike e kryesish lindjen e stresit dhe çrregullimeve të tjera mendore të punonjësit të sigurisë publike.
- Objektivi i tretë qe: Përmbledhja e ngarkesave psikologjike, faktorët pengues që ndikojnë në përmbushjen e detyrës së punonjësit të sigurisë publike.

### **3.2.1.3 Organizimi i intervistave në lidhje me temën.**

Në fazën e parë të kërkimit u intervistuan punonjësit e sigurisë publike që punojnë në institucione, të cilat kanë si mision dhe funksion të tyre të parashikuar me ligj sigurinë publike si p.sh. Policia e Shtetit, Policia e Burgjeve dhe Zjarrfikësit.

Me qëllim që të identifikohen situatat traumatike në punën e përditshme në përmbushje të detyrës funksionale të punonjësit të sigurisë publike. Rezultatet u integruan, u analizuan dhe u nxorën përfundime për të realizuar studime të mëtejshme.

Për të qenë sa më specifik gjatë zhvillimit të intervistave për situatat traumatike të punonjësve të sigurisë publike, u patën parasysh këto çështje:

- Cilat situata ose faktorë në punën e punonjësit të sigurisë publike konsiderohen me ngarkesë psikologjike (kualiteti i situatës) ?
- Cilat karakteristika të këtyre situatave ndikojnë tek punonjësi i sigurisë publike (sasia, rrjedha dhe struktura gjithashtu specifika të situatave stresuese)?
- Kush janë me të spikatura nga moria e situatave stresuese të identifikuara.

Intervista u organizua gjysmë e strukturuar në mënyrën ballë për ballë, pyetje përgjigje me të intervistuarin. (Meuser & Nagel, 1991;)

Intervista konsistoi në këto hapa:

- Hyrja dhe sqarimi i temës.
- Marrja e informacionit personal nga i intervistuari.
- Mbledhja e situatave stresuese e traumatike të përjetuara nga i intervistuari mbi bazat e “Critical-incident-Technique” (Falangan, 1954;)
- Masat e marra aktualisht nga autoritetet kompetente për parandalimin, minimizimin dhe mbështetjen për përballimin e këtyre shqetësimeve dhe ngarkesave psikologjike si rezultat situatave traumatike gjatë përmbushjes së detyrave funksionale të punonjësve të sigurisë publike.

### **3.2.1.4 Përgatitja e intervistuesve.**

U përgatitën me njohuritë e nevojshme intervistues në fushën e situatave traumatike, për strukturat e pyetjeve që u bënë u trajnuan intervistuesit në harkun kohor prej 8 orësh.

Ky trajnim konsistoi në përgatitjen e intervistuesve që të zotëronin kompetencën teknike në intervistim dhe elementë plotësues që kishin të bënin me marrëdhëniet ndërpersonale.

Kjo konsistoi në:

- Paraqitjen dhe analizën e çështjes së regjistruar.

- Njohuri të nevojshme mbi mënyrën e intervistimit.
- Përcaktimi i kategorive ku do të bazohet intervistimi.
- Mënyra e konsultimit kur do të paraqiten vështirësi gjatë procesit të intervistimit.
- Mënyra e dokumentimit dhe përmbledhja e çdo intervistë.

### 3.2.1.5 Pilotimi i intervistës.

Brenda harkut kohore të një jave u provua funksionimi i materialit që u përdor për intervistim. Teknikat e intervistimit dhe familjarizimi me to, njohja dhe përdorimi i shkallëve dhe instrumenteve matës që u përdoren, u përcaktuan çështjet e ndjeshme që mund të haseshin gjatë intervistimit. Pilotimi i intervistës u krye në qytetin e Tiranës në institucionet qendrore të punonjësve të sigurisë publike.

Tabela 1

Ndarja e të intervistuarve gjatë pilotimit sipas institucioneve.

	Shpeshtësia	Ndarja në %	Progresioni në %
Policia e Shtetit	2	40%	<b>40%</b>
Policia e burgjeve	2	40%	<b>60%</b>
Zjarrfikësit	1	20%	<b>100%</b>
Totali	5	100%	

### 3.2.1.6 Kampionimi i intervistave

Përshkrimi i kampionimit të pjesëmarrësve në intervistë formuan bazën e një kampioni të stratifikuar prej 31 personave. Me qëllim për të kontrolluar nëse perceptimi subjektiv i ngarkesave psikologjike e kryesisht stresit të punonjësit të sigurisë publike specifikisht ka të bëjë me vjetërsinë, gjininë dhe funksionin. Për këtë arsye kampioni u stratifikua në bazë të kriterëve të mëposhtme: moshës (18-30 vjeç, 30-45 vjeç, më të vjetër se 45 vjeç), gjinisë (femra, meshkuj) dhe të llojeve të shërbimit në përmbushje të detyrave funksionale. Kjo ndarje është bërë për të ruajtur heterogjenitetin e kampionit në bazë të shpërndarjes së punonjësve të sigurisë publike.

Tabela 2

Ndarja e të intervistuarve gjatë sipas institucioneve

	Shpeshtësia	Ndarja në %	Progresioni në %
Policia e Shtetit	14	45.19%	45.19%

Policia e burgjeve	9	29.03%	74.22%
Emergjencat civile	5	16.12%	90.35%
Zjarrfikësit	3	9.67%	100%
Totali	31	100%	

Kampioni i marrë për intervistim u nda në bazë të përqindjes së shpërndarjes grade funksion pasi këto institucione janë të organizuara në mënyrë hierarkike si kusht për ushtrimin e detyrave në mbështetje të ligjit.

Tabela 3

Ndarja e të intervistuarve sipas institucioneve dhe funksionit.

	Shpeshtësia	Ndarje në %	Progresion në %
Rol drejtues	5	16.12%	16.12%
Pol.P.pgj	7	22.58%	38.70%
Pol FSHN	3	9.67%	48.38%
Pol.FS	2	6.45%	54.83%
P.pol.Burgjeve	8	25.8%	80.63%
P.Emergjencave Civile	4	12.9%	93.53%
Zjarrfikës	2	6.45%	100%
Totali	31	100%	

Në tabelën e mëposhtme kemi një paraqitje të kampionit sipas gjinisë së punonjësve të sigurisë publike.

Tabela 4

Ndarja e të intervistuarve sipas gjinisë.

	Shpeshtësia	Ndarja në %	Progresioni në %
Meshkuj	22	70.96%	70.96%
Femra	9	39.04%	100%
Totali	31	100%	

### 3.2.2 Intervistat në fokus grup

Intervista në fokus grup është një teknikë tjetër që u përdor për të mbledhur të dhëna për këtë studim. Masa e grupit varioi nga 8 në 6 persona të cilët u përzgjedhën rastësisht në fokus grupe jo

në baza njohje, por anëtarët e grupit i përkasin të njëjtit komunitet. Grupet u balancuan në termat e moshës, gjinisë, funksionit, institucionit, gradave etj (Bloor, 2001;)

Ka disa avantazhe përdorimi i teknikës së fokus-grupit:

**Së pari** lejon fleksibilitet gjatë intervistës. Anëtarët mund të ndërveprojnë, të paraqesin ide dhe të shprehin opinionin e tyre në lidhje me temën (De Vaus 2002)

**Së dyti** lehtëson pjesëmarrjen e personave me nivel të ulët akademik.(Robson 2002)

Nga ana tjetër fokus grupi mund të sjellë dhe disavantazhe. Nëse nuk menaxhohet saktë intervistuesi mund të humbasë sensin e orientimit në lidhje me temat e diskutimit në grup. Ka probabilitet që grupi mund të dominohet nga anëtarë të caktuar duke kufizuar kohën të tjerëve (Sæle 2004).

Nëse nuk hartohet me kujdes është e vështirë të kryhet brenda 60-90 minutave (Robson 2002)

### **3.2.2.1 Konceptimi i fokus grupeve.**

Veprimet në fokus grup u ndanë në nëntë etapa. Çdo etapë u nda nga një interval i shkurtër pushimi. Që diskutimi mos të devijonte nga tema u lanë pjesëmarrësit të diskutonin me hollësi mbi çështjet, por nuk u lejuan që diskutuesit të hynin në debate, të cilat janë premisa për shmangie nga thelbi i temës në trajtim. Për këtë arsye u vendos një hierarki e pyetjeve me qëllim që në pak kohe t'u jepeshin përgjigje pyetjeve kryesore, n.q.s koha në dispozicion nuk do të mjaftonte.

Nëntë fazat konsistuan në:

1. Njohja me grupin dhe paraqitja e temës me një hyrje koncize. Mundësisht sa më e shkurtër kjo etapë që pjesëmarrësit të merrnin fjalën për diskutim sa më shpejt. Duke krijuar një atmosferë sa më të përshtatshme u shpjegua roli i gjithsecilit në këtë komunikim. Moderatorit shpjegoi esencialisht temën, qëllimin e saj dhe objektivat. Pa anashkaluar qëllimin e intervistës në thelb.
2. Identifikimi nga ana e punonjësve të sigurisë publike i situatave traumatike gjatë përmbushjes së detyrës, situata të cilat potencialisht sjellin ngarkesa emotive tek ta, janë burim stresi dhe paraqesin ngarkesa psikologjike. Këto vlerësime subjektive u regjistruan sipas procedurës shkencore për t'u shfrytëzuar në vazhdim.
3. Pjesëmarrësve pasi identifikuan situatat iu la hapësirë që t'i gruponin e t'i klasifikonin sipas vlerësimeve të tyre subjektive.
4. Intensiteti i situatave të ngarkuara psikologjikisht: Pas renditjes dhe grupimit të gjetjeve në fazat e mësipërme iu kërkua pjesëmarrësve të rendisin kategoritë sipa peshës që kanë për ta shqetësimet e shkaktuara nga situatat traumatike. Ky vlerësim nuk u var nga përjetimi i secilit por me konsensus u dhanë vlerësimet në total. Ky vlerësim u krye në bazë të pikëzimit të dhënë nga gjithsecili për çdo kategori.
5. Duke u nisur nga vlerësimet subjektive të pjesëmarrësve i faktorëve të riskut, këto të përmendura jo vetëm tek një rast, por të identifikuar në të gjitha rastet e cituara dhe të

regjistruara nga ana jonë si variabellet, kriteret ose aspektet të cilat bëjnë situatat traumatike të cilësohen si të spikatura.

6. Në këtë fazë u trajtua çdo pyetje e parashtruar nga ana jonë që ka lidhje me temën. Pjesëmarrësit duhej të përshkruanin ndjesitë gjatë eventit traumatik.
7. Në këtë fazë u trajtua çështja e ndihmës së ofruar nga autoritetet kompetente në rastet e situatave traumatike dhe sidomos të ndihmës së specializuar të parashikuar në raste të tilla.
8. U bë përmbledhja dhe konkluzionet e intervistës në fokus grup.
9. U bënë pyetje të veçanta me interes për çështjen në trajtim.

Dokumentimi, protokollimi, dhe analizimi i materialit të mbledhur u krye sipas procedurave standarde të kërkimit shkencor.

### **3.2.2.2. Pilotimi i intervistës në fokus grup.**

Duke vlerësuar që procesi i pilotimit është një etapë e rëndësishme në kolaudimin e instrumentit, pa neglizhuar asnjë hap më 09.09.2013 u krye pilotimi i intervistës me fokus grup në D.P.Q. Tiranë të parashikuara më parë me të përzgjedhurit e institucioneve:

- 1) Të Policisë së Shtetit.
- 2) Të I. E. V. Penale (Policisë së Burgjeve ).
- 3) F.N.SH. & FS si komisariate autonome në Policinë e Shtetit
- 4) Të PMNZ (zjarrfikësit).

### **3.2.2.3 Kryerja e intervistave në fokus grup.**

Procesi i vendosjes së marrëdhënies me pjesëmarrësit e zgjedhur në studim u krye në dy forma:

Së pari pjesëmarrësit u ftuan të marrin pjesë në studim me anë të një ftese bashkëpunimi e cila përmbante shkurtimisht këto çështje:

- A. Përshkrimin e qëllimit të studimit.
- B. Rolin e tyre në kërkim.
- C. Lejen e tyre për t'i përfshirë në studim.

Së dyti pjesëmarrësit u mblodhën në një ambient të përshtatshëm dhe që në fillim të diskutimit iu shpjegua në detaje lloji i intervistës me fokus grup. Pjesëmarrësve iu bë me dije dhe u siguruan se konfidencialiteti dhe anonimatit janë parime kryesore që respektohen nga ana jonë.

Nga tetori deri në fund të nëntorit të vitit 2013 u zhvilluan intervistat në fokus grup, çdo intervistë zgjati mbi 1 orë e 40 minuta mesatarisht. Në katër grupet morën pjesë në total dhe u intervistuan 26 persona. Të gjitha të dhënat e mara nga këto intervista u regjistruan dhe u vlerësuan me ndihmën e analizës cilësore të përmbajtjes sipas Mayering-ut (Mayering,1997;).

U formuan 4 fokus grupe.

- I pari i përkiste institucionit të Policisë së Shtetit.
- I dyti i përkiste Policisë së Burgjeve.
- I treti i përkiste F.N.SH. & FS si komisarate autonome në Policinë e Shtetit.
- I katërti i përkiste Zjarrfikësve.

Çdo grup përbëhej nga 6 deri në 8 vetë. Grupeve iu paraqitën çështjet mbi temën që po punonim dhe me mënyrat që normojnë këtë metodë u mblodh informacioni mbi ngarkesat psikologjike të punonjësit të sigurisë publike si rezultat i situatave traumatike që ndodhin gjatë përmbushjes së detyrës funksionale. (Kreuger, 1994; Morgan, 1997.)

Një numër i tillë i grupit jep mundësinë e diskutimit në parametra optimale për të pasur mundësinë që moderatori ta udhëheqë sa më lehtë, pjesëmarrësit të kenë kohën e mjaftueshme për t'u shprehur dhe grupi të jetë sa më dinamik. Roli i moderatorit këtu merr një rëndësi të veçantë. (Kreuger, 1998;).

Moderatori i kishte detyrat e mirëpërcaktuara që të udhëhiqte diskutimin, por ai nuk luajti as rolin e ekspertit dhe as të autoritetit që ka kompetencën shkencore mbi fushën ku po diskutohet e aq më pak të pjesëtarit të grupit, i cili jepte mendimin e tij.

### 3.2.2.4 Kampionimi në intervistat në fokus grup

Në total u morën në intervistë në fokus grup, në të katër grupet e lartpërmendura 26 punonjës së sigurisë publike.

Tabela 5

Ndarja e të intervistuarve në fokus grup sipas institucioneve

	Shpeshtësia	Ndarja në %	Progresioni në %
Policia e Shtetit	8	30.76%	30.76%
Policia e burgjeve	6	23.07%	53.83%
F.N.SH & FS	6	23.07%	76.09%
Zjarrfikësit	6	23.07%	100%
Totali	26	100%	

### 3.2.3 Pyetësi

Instrumenti i tretë që u përdor në këtë studim ishte pyetësi me qëllim të masë llojet e ngarkesave psikologjike në terma kualitativë e kvantitativë, intensitetin dhe nivelin e stresit. Pyetësi u aplikohen në të gjithë kampionin e marrë në studim.

Pyetësi është një instrument i cili ka një sërë avantazhesh. Mund të përfshijë një proces kërkimi me numër të madh kampioni, kursen kohë në mbledhjen e të dhënave, siguron autonomi dhe të anketuarit mund ta plotësojnë në qetësinë e tyre personale. (May, 1991;)



Aplikimi i pyetësorëve mund të ketë dhe disavantazhe si p.sh. kërkuesi shkencor nuk ka kontroll mbi interpretimin që individi i bën një pyetje. Nëse nuk përshtaten kulturalisht mund të kenë probleme me vlefshmërinë dhe besueshmërinë. (Broen, 1984;)

### **3.2.3.1 Zanafilla e pyetësorëve të zhvilluara për këtë profesion,**

Gjatë hulumtimeve në këtë fushë u pa e nevojshme përdorimi i pyetësorëve specifik e të dedikuar vetëm për ngarkesat dhe shqetësimet psikologjike të punonjësit të sigurisë publike si një mundësi për të arritur matje sa më të sakta dhe në numër optimal përfaqësimi të popullatës me qëllim që të krijohet një pasqyrë sa më e qartë e fenomeneve të mara në studim.

Ky pyetësorë që zgjedha për këtë studim si instrument të tretë shërben për të analizuar ngarkesat psikologjike, shqetësimet dhe nivelin e stresit me qëllim parësorë kryerjen e matjeve sa më të sakta mbi fenomenet e mara në studim si dhe punonjësi i sigurisë publike të ndihmohet me këshillim, udhëzime për t'i shmangur nga këto ngarkesa dhe shqetësime e për të menaxhuar më mirë situatat që potencialisht konsiderohen burime të stresit. Ndër qëllimet kryesore të hartimit të këtij pyetësorit ai është se kur identifikohen raste relativisht të rënda t'i drejtohen institucioneve më të specializuara të cilat kanë kapacitetet për trajtim profesional. Pra ky instrument, i ndërtuar brenda procedurave të mirëfillta shkencore i jep një ndihmë të madhe kërkuesve shkencorë dhe specialistëve të shëndetit mendor për të ekzaminuar çrregullimet potenciale të punonjësit të sigurisë publike si rezultat i situatave traumatike me të cilat ata përballen gjatë detyrës. Instrumenti quhet "OPTI-Fragebogen" dhe për përdorimin e t'i vetëm për qëllime studimi është marrë leja përkatëse nga autorët dhe organet kompetente gjermane. (shih shtojcën)

Në ndërtimin e pyetësorit hartuesit u mbështetën në dy dimensione bazë :

1. Dimensoni i ndikimit të çdo situatë traumatike.
2. Pesha e çdo situatë traumatike në ngarkesën psikologjike.

Kjo perspektivë dhe ky këndvështrim është pasur parasysh edhe në instrumentin matës të përpiluar e të zhvilluar më parë në intervistat gjysmë të strukturuar dhe intervistat me fokus grupet.

Mënyra shkallëzimit dhe e vlerësimit është bërë në renditje numerike dhe verbale me 5 nivele (Likërt-skala) me qëllim që të krijohet një diferencim i mjaftueshëm e pa i komplikuar përgjigjesh dhe mënyrën e sa më e thjeshtë përlllogaritjeve. Gjithashtu është përdorur për arsyet e përmendura më sipër vetëm një formë e shkallëzimit për veprim. (Rohrman, 1978;), i cili thekson që shkalla numerike nga 0 në 100 është shumë e komplikuar dhe nuk ka ndryshim me shkallëzimin me 5 nivelet e zgjedhura për këtë instrument.

### **3.2.3.2 Dimensionet e pyetësorit.**

Dimensioni kryesor i ngarkesave psikologjike është në sinkron me punimet dhe gjetjet e (Rohmert & Rutenfranz,1975;). Ndërsa ky dimension dhe ndikimi i situatave traumatike ndahen në gjashtë nëndimensione në sinkron me gjetjet e (Schonpflug,1987;)

**Këto konsistojnë si më poshtë:**

1. Dimensoni i ndikimit të çdo situatë traumatike, të cilat potencialisht shkaktojnë ngarkesa psikologjike dhe çrregullime të tjera mendore e kryesisht stres.

Përsa i përket kualitetit të ngarkesave psikologjike:

- Situata traumatike me të cilat lidhet profesioni i punonjësit të sigurisë publike. Gjithashtu specifikat e këtyre situatave që kanë lidhje me funksionin e të anketuarit.
- Shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinë si rezultat i organizimit dhe vijueshmërisë së punës të strukturës së organizimit.
- Shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinë si rezultat i kushteve jo të përshtatshme për kryerjen e detyrës funksionale.
- Shqetësimet dhe ngarkesat psikologjike që vinë si rezultat i kushteve sociale në të cilat ndodhet punonjësi i sigurisë publike.
- Çështje të tjera të cilat nuk janë klasifikuar në kategoritë e lartpërmendura, por që i intervistuari i vlerëson të rëndësishme për t'u përmendur dhe kanë lidhje me temën që po trajtohet.

2. Pësia e çdo situatë traumatike në ngarkesën psikologjike.

Sasia e shqetësimeve psikologjike

Ky dimension përbëhet para së gjithash nga shpeshësia e situatave që hasen gjatë ushtrimit të detyrës së punonjësit të sigurisë publike dhe subjektiviteti i të anketuarit. Sasia e ngarkesave përmban faktin që kualiteti i situatave ekzistuese ka një probabilitet të lartë për t'u hasur dhe krijon hapësira për të regjistruar situata dhe shqetësime të reja të cilat nuk janë evidentuar më parë.

3. Dimensioni kohë në lidhje me ngarkesën psikologjike ose shqetësimin.

Ky dimension ka të bëjë me situatën dramatike dhe kohën kur shfaqen çrregullimet e shëndetit mendor. Janë akutë apo të karakterit postromantik. Në këtë mënyrë këshillimi në rast nevojë mund të jepet në nivel profesional ose të planifikohen terapi të specializuara për rastet e paraqitura pra e thënë thjesht stresorët në dimensionin kohe që ndikojnë në shëndetin mendor të punonjësit të sigurisë publike.

Dimensioni dhe shtrirja në kohë e shqetësimeve të pretenduara përsa i përket dimensionit kohor nuk i është vënë kufi, kjo është bërë me qëllim që dhe situatë traumatike të largëta në kohe të mund të reflektohen. Në pyetësor është vendosur vetëm një afat kohor që mund të shërbejë si orientim i natyrshëm në procesin abstrakt në krahasim me shkallën e 5 niveleve. Ndërsa (Matell & Jacob, 1971;) theksojnë se numri i niveleve të shkallëve nuk ndikon në vlefshmërinë e pyetësorit dhe kujtesës së të anketuarit, me qëllim që ai mos të ndihet nën presion për të shprehur ngarkesat psikologjike të përjetuara në një kohë relativisht të gjatë.

4. Dimensioni i parametrave formalë të situatës.

“Parashikueshmëria”, “Kontrollueshmëria” janë të dyja më shpesh të hasura në literaturën që trajton dhe hulumton parametrat formal të situatave (Lazarus & Averill, 1972; Frese & Greif, 1978; Prystav, 1979; Seligman, 1992;) Në parametrat formale të këtij dimension mund të radhisim:

Kontrollueshmërinë, mbingarkesën, marrëdhëniet ose raporti i kapacitetit të dijeve, kompetencën teknike, mundësitë fizike për të përballuar kërkesat e një situatë, parashikueshmëria, përgjegjshmëria ose pjesa e përgjegjësisë për rrjedhën e situatës ose eventit, rreziku për jetën e tij, shëndetin, transparenca e informacionit, ndryshimi i njësisë së kohës ose mbështetja sociale pas ngjarjes, etj.

#### 5. Intensiteti i shqetësimit dhe i ngarkesave psikologjike

Modeli transaksional i stresit të shprehur nga (Lazarus & Averill,1972;) tregon së faktorët situacionalë dhe ato subjektiv ndikojnë në përjetimin e stresit. Përkundrejt pikës së stimulimit ku persona të ndryshëm në të njëjtën situatë reagojnë në mënyra të ndryshme mbështet këtë dimension të perceptimit subjektiv të intensitetit.

#### 6. Ndikimi i situatave me ngarkesë të jetës private.

Si ndikon profesioni në jetën private dhe anasjelltas në përjetimin e situatave traumatike? Këtu janë parashikuar marrëdhëniet ndërpersonale dhe problemet në familje si zënkat, konfliktet ndërmjet pjesëtarëve, divorcet, sëmundjet e rënda, rastet e humbjes e vdekje të një pjesëtari të familjes. Pra ky dimension trajton rezultatet subjektive të ndikimit të shqetësimeve psikologjike kryesisht në marrëdhëniet ndërpersonale. (Rohmert & Rutenfranz,1975;)

### **Analizimi i situatave gjatë ushtrimit të detyrës.**

Situatat stresantë si rezultat i ushtrimit të profesionit mund të përmbliidhen nga një listë me probleme dhe ankesa të cilat pasohen nga ngarkesa psikologjike dhe shqetësime që ndikojnë në shëndetin mendor. Këto janë çështje që duhen të vlerësohen nga vetë i anketuari si dhe sa përjetojnë ato.

- Origjina e shqetësimit ( ngarkesat e punonjësit të sigurisë publike, klasifikimet).
- Koha e shqetësimit duke marrë pikë referimi situatën traumatike.
- Perceptimi subjektiv i shpeshtësisë së fenomenit gjatë ushtrimit të detyrës (parametrat e situatës formale)
- Vlerësimi subjektiv i situatave që konsiderohen si burim i shqetësimeve psikologjike të punonjësit të sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës.
- Ngarkesat dhe problemet private që ndikojnë gjatë përmbushjes së detyrës

### **3.2.3.3 Procedurat dhe vendi i kryerjes së anketimeve me pyetësor.**

Procesi i vendosjes së marrëdhënies me pjesëmarrësit e zgjedhur në studim u krye në dy forma. Një nga momentet kryesore përpara se të fillonte puna në terren ishte procesi i vendosjes së kontakteve dhe krijimit të marrëdhënieve me pjesëmarrësit e përzgjedhur në studim.

Ky proces u realizua në dy faza:

**Së pari** pjesëmarrësit u ftuan të marrin pjesë në studim me anë të një ftese bashkëpunimi e cila përmbante shkurtimisht këto çështje:

- Përshkrimin e qëllimit të studimit
- Rolin e tyre në kërkimin shkencor
- Lejen e tyre për t'i përfshirë në studim

(Leja për t'u përfshirë në studim gjendet në shtojcë.)

**Së dyti** pjesëmarrësit të cilët plotësuan pyetësonin u kontaktuan ballë për ballë nën asistencën e pjesëtarëve të institucioneve, ku ata punonin dhe pyetësoni u administrua nën prezencën time dhe ekipit që më asistoi në këtë punim.

Që përgjigjet të ishin sa më të sakta që parashikuar dhe një instruksion i thjeshtë dhe i standardizuar në hyrje të pyetësonit, kështu që i anketuari gjatë përdorimit ta kishte sa më të lehtë plotësimin e tij. Në hyrje të pyetësonit janë integruar këto udhëzime:

- Instrumenti mundëson reflektimin e traumave psikologjike të punonjësit të sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës.
- Bëhet fjalë për përgjigje individuale, subjektive dhe të pavarura nga një anketues tek tjetri, pra persona të ndryshëm potencialisht do të japin përgjigje të ndryshme dhe do të reagonin ndryshe.
- Instrumenti mundëson dhe evidentimin e ngarkesave të përjetuara që aktualisht tregojnë peshë specifike të tyre tek çdo i anketuar. Pra e thënë me fjalë të tjera masën e shqetësimeve psikologjike të përjetuara, gjurmët që kanë lenë në shëndetin e punonjësit të sigurisë publike
- Instrumenti nuk parashikon përgjigje të tipit saktë apo gabim.
- Instrumenti mundëson anonimat dhe konfidencialitetin e të dhënave të të anketuarit.
- Instrumenti mundëson të identifikojë një gamë të gjerë të shqetësimeve të shtrira në një kohë relativisht të gjatë.
- Instrumenti kërkon përqendrim dhe kjo do të bënte të rritej efikasiteti i tij si instrument matës n.q.s. do të plotësohet pa u nxituar.

#### **3.2.3.4 Kampionimi i pyetësonit.**

Përzgjedhja e pjesëmarrësve në studim.

Tre institucionet kryesore që zënë pjesën më të madhe të punonjësve të sigurisë publike në vend janë marrë në këtë studim. Është synuar të merret si kampion 10% e numrit real, me një marzh

gabimi me 2 deri me 3%, pasi numri ndryshon herë pas here për shkak të reformave, por varion rreth kësaj përqindjeje sipas Tabelës nr. 1:

Tabela 6

Ndarja e punonjësve të marrë në studim sipas institucioneve qendrore.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	I. E. V. Penale	223	25.1	25.1	25.1
	P. M. N. Z. (Zjarrfikës)	71	8.0	8.0	33.1
	Policia e Shtetit	594	66.9	66.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Kërkimi shkencor u krye në Drejtoritë e Qarqeve të Policisë së Shtetit, me efektivin e punonjësve të I. E. V. Penale të Drejtorisë së Përgjithshme të Burgjeve dhe me efektivin e zjarrfikës (P.M.N.Z) të Drejtorisë së Emergjencave Civile në Ministrinë e Brendshme sipas tabelës nr 2.

Shpërndarja e kampionit është bërë në mënyrë të tillë që të bëhet përfaqësimi i të gjithë këtyre institucioneve në të gjithë vendin edhe sipas gjinisë, ku rreth 10% e efektivit përbëhet nga gjinia femërore. Vlen të theksoj se tek zjarrfikësit gjinia femërore nuk është përfshirë pasi nuk ka efektivor femëror në personelin operacional të këtyre institucioneve për vetë karakterin ekstrem të punës.

Tabela 7

Ndarja e punonjësve të sigurisë të marrë në studim sipas gjinisë

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Mashkull	761	85.7	85.7	85.7
	Femër	127	14.3	14.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Tabela 8

Ndarja e punonjësve të marrë në studim sipas llojit dhe gjinisë.

Statistikat

Gjinia		Qarku	Lloji i punonjërit të sigurisë publike	Policia e Shtetit	Policia e Rendit	Institucioni	Gjinia	Grupmosha
Mashkull	N	Valid	761	761	511	265	761	761
		Missing	0	0	250	496	0	0
Femer	N	Valid	127	127	83	60	127	127
		Missing	0	0	44	67	0	0

### **I. E. V. Penale (Policia e burgjeve):**

Të njëjtën logjike dhe mënyrë kampionimi si në Policinë e Shtetit kemi ndjekur edhe tek ky institucion, pasi si në organizim dhe hierarkinë e detyrave është e ngjashme me të.

Tabela 9

Shtrirja gjeografike e I.E.V. Penale nga ku u mor kampini.

	Frekuenca	Përqindja	Përqindja Kumulative
I.E.V.Penale 302	11	4.9	4.9
I.E.V.Penale 313	45	20.2	25.1
I.E.V.Penale 325	21	9.4	34.5
I.E.V.Penale Drenovë	36	16.1	50.7
I.E.V.Penale Fushë-Krujë	18	8.1	58.7
I.E.V.Penale Peqin	45	20.2	78.9
I.E.V.Penale Shën-Kollit	47	21.1	100.0
Total	223	100.0	

### **P. M. N. Z. (Zjarrfikës).**

Zjarrfikës në të gjithë vendin janë rreth 800 forca. Nga këta u anketuan 71 efektivë të kësaj force.

Tabela 10

Shpërndarja e kampionit sipas rretheve

	Frekuenca	Përqindja	Përqindja Kumulative
Tiranë	28	39.4	39.4
Durrës	9	12.7	52.1
Durrës-port	5	7.0	59.2
Elbasan	5	7.0	66.2
Fier	2	2.8	69.0
Gjirokastër	4	5.6	74.6
Krujë	5	7.0	81.7
Lezhë	5	7.0	88.7
Rinas	8	11.3	100.0
Totali	71	100.	

### **Policia e Shtetit.**

Afërsisht janë 9000 punonjës policie nga këta 3000 janë punonjës të departamenteve të kufirit, të mbështetjes logjistike e të edukim-formimit profesional, të cilët nuk janë përfshirë në këtë studim pasi nuk kanë detyra të mirëfillta operacionale.

U bë një shpërndarje e tillë që të gjithë grupet e drejtimit dhe ato operacionale të përfaqësohen, si nga shpërndarja demografike e drejtorive homologe ashtu edhe e komisariateve dhe reparteve autonome të Policisë së Shtetit. Nga 12 drejtori totale janë përzgjedhur 8 drejtori, sepse përfaqësojnë gjithë shpërndarjen e policisë vendore në të gjithë territorin e Republikës së Shqipërisë. Në çdo institucion është marrë 10% e numrit total në efikasitet dhe nga lista emërore janë përzgjedhur në mënyrë të rastësishme me formulën përkatëse. Ky lloj kampionimi në listën emërore u bë që të përfaqësohet i gjithë spektri i gradave dhe funksioneve në hierarkinë e komandimit e sidomos e punonjësve operacionale, pra edhe këtu është synuar 10% e efektivit duke e stratifikuar për të optimalizuar përfaqësimin. Të gjithë këto ndarje gjenden në tabelat e mëposhtme. Pra jemi munduar që çdo grup moshe, sipas vjetërsisë në punë, gjinisë, gradës dhe funksionit, të jenë të përfaqësuar në kampion që me të dhënat e mara t'i afrohem realitetit. Nuk është e parashikuar në kampion Drejtoria e Përgjithshme pasi nuk ka detyra operacionale.

Tabela 11

Shpërndarja e kampionit të Policisë së Shtetit sipas nënlojeve.

		Frekuenca	Përqindja	%Kumulative
Valid	F. N. SH & F. S	87	9.8	14.6
	Policia e Rendit	325	36.6	69.4
	Policia Kriminale	100	11.3	86.2
	Policia Rrugore	82	9.2	100.0
	Total	594	66.9	

Theksoj që repartet autonome kanë kompetence territoriale të ushtrimit të detyrës në të gjithë vendin. Pra përqendrimi tyre është në Tiranë, Fier dhe Shkodër por veprimtaria e tyre shtrihet në të gjithë Shqipërinë siç janë Forcat e Ndërhyrjes së Shpejtë (FNSH) dhe Forcat Speciale (FS). Këto njësi policore kanë edhe efektiv të gjinisë femërore në një numër shumë të kufizuar, për vetë natyrën e detyrave funksionale që kryejnë.

### 3.2.3.5 Avantazhet e kampionimit të rastësishëm.

Kampionimi i rastësishëm ka disa avantazhe për studimin.

Së pari çdo individ ka të njëjtin shans për t'u zgjedhur si çdo individ tjetër. (Sudman Sirken & Coean 1988)

Pjesëmarrësit në studim u informohen për përfshirjen e tyre në projektin e kërkimit nëpërmjet një ftese bashkëpunimi. Kampioni i kërkimit përfaqëson një balancë ndërmjet meshkujve, femrave, gradës, funksionit dhe nivelit të edukimit.

Nga ana tjetër pjesëmarrësit e përzgjedhur për t'u intervistuar u kontaktuan paraprakisht për t'iu shpjeguar në detaje llojin e intervistës që do të përdorej dhe rregullat bazë të komunikimit.

### **3.3. Aspekti etik i studimit**

Pjesëmarrësit u informuan për vendin në të cilin do të zhvilloheshin intervistat, intervistat në fokus grup dhe pyetësorët, gjithashtu datat dhe oraret e takimeve. Pjesëmarrësit u siguruan se do të ruhej konfidencialiteti dhe anonimat si parime bazë të etikës në një kërkim shkencor.

Intervistat janë regjistruar nëpërmjet shënimeve dhe janë administruar nga dy persona, një moderator dhe një asistent. Nuk u përdorën regjistrime audio dhe video, sepse pjesëmarrësit nuk e pranuan një kusht të tillë. Pjesëmarrësit u siguruan se të dhënat e tyre do përdoren vetëm për qëllime shkencore dhe kjo gjë u arrit duke marrë lejen e tyre.

### **3.4 Analizimi i të dhënave**

Ky studim kërkimor ekzaminoi në terma cilësorë dhe sasiorë ekzistencën e shqetësimeve kryesisht stresin si dhe çrregullimeve të tjera mendore të punonjësit të sigurisë publike.

Studimi në vetvete kombinoi të dhëna nga burime primare dhe sekondare duke përdorur një sërë metodash në mbledhjen e të dhënave. Duhet theksuar se nëpërmjet analizës cilësore dhe sasore u bë i mundur testimi i detyrave kërkimore të ngritura në studim. Kjo qasje siguroi një fushë të gjerë për të përmbledh konceptet, si dhe një shqyrtim specifik të aktiviteteve tipike të punonjësit të sigurisë publike në fushën profesionale.

Lidhja e studimit me sfondin teorik u krye në një mënyrë deduktive. Një proces kërkimi deduktiv nënkupton që studim u bazua në teori të cilat përdoren për të shpjeguar gjetjet në procesin e analizës së të dhënave. Teoritë vijnë përpara kërkimit dhe gjetjet në terren u përdorën për të analizuar këto të fundit.

#### **3.2.1.6 Mënyra e vlerësimit të tre instrumenteve.**

Intervistat dhe intervistat në fokus-grup u zhvilluan me një mesatare nga 40 minuta deri në dy orë duke u dokumentuar me shkrim, materialet u transkriptuan me vonë dhe u protokolluan në formularin përkatës. (Bergold&Flick 1987, faqe 13;).

Të dhënat e mbledhura nga të 31 intervistat gjysmë të strukturuar dhe 4 intervistat me fokus grup u bënë krahasimet midis deklaratave të ndryshme, Përmbajtja cilësore u përdorur për analizimin e tyre sipas (Mayring, 1997;).

Analiza cilësore e përmbajtjes është një metodë sistematike, d.m.th. analizon në bazë rregullave dhe të teorive që kanë të bëjnë me materialin gjuhësor (Mayring, 1985; p 187).

Këto teknika ndihmuan që tekstet e tyre të kontrollohen në shkallë të madhe dhe të vlerësohen në mënyrë metodike. Me këtë metodë materiali mbetet i pa ndryshuar në kontekstin e tij. (Mayring, 2000).



Në krahasim me metodat e tjera të analizës së materialit gjuhësor, ajo dallohet nga skema e saj në një proces me tre hapa:

- Përcaktimin e kategorive.
- Ecuria e shembujve që proklamohen dhe fiksimi i tyre.
- Përcaktimi i rregullave të nxjerrjes së ekstrakteve dhe kodifikimi i tyre.

Kodifikimi është në rrjedhën e analizës së materialit të mëtejshme (shembuj të ri spirancë, rregullave të rishikuara të kodifikimit), të plotësuar ose të modifikuar etj.

Nëpërmjet analizës sasiore u bë i mundur investigimi empirik dhe sistematik i të dhënave të grumbulluara nga instrumentet. Pra me anë të këtyre të dhënave u bë i mundur jo vetëm përshkrimi numerik i gjetjeve kryesore, por dhe përgjithësimi i rezultateve në një popullatë më të gjerë. Në këtë studim u kryen një sërë analizash sasiore të të dhënave të mbledhura nga 888 pyetësorë të plotësuar nga kampioni i marrë në studim. Analiza përshkruan dhe mbylljen statistikore e cila u krye duke përdorur paketë softëare SPSS versionin 20.0

### **3.2.3.6 Kufizimet e studimit.**

Ky studim për pos vlerave që ka si studimi i parë në këtë fushë dhe për fenomenin që studion në lidhje me punonjësit e sigurisë ka dhe kufizimet e veta: pikë së pari që të kihet një pasqyrë e qartë duheshin përfshirë dhe institucione të tjera të sigurisë si ai i Gardës së Republikës, Shërbimet e Oficerëve të Policive Gjyqësore, Policia Doganore, Shërbimet e SHISH, e përse jo dhe forca ushtarake që kanë si funksion karakter policor si PM etj. Kështu do të kishim një pasqyrë më të qartë. Së dyti mos bërja e një studimi longitudinal nuk jep mundësinë e përgjithësimi të gjetjeve. Gjithashtu vlen të përmendet se u shpërndanë 1400 pyetësorë, por u kthyen të plotësuar në bazë të kërkesave vetëm 888 të tillë. Kjo tregon një hezitim i shumë punonjësve dhe eprorëve të tyre për qasje të tilla. Së treti intervistat pavarësisht se u kryen me një procedurë korrekte kampioni i tyre është relativisht i vogël, nuk është përfaqësues i popullatave për arsyen se të tria institucionet ku u kryen ndodhen në Tiranë dhe në nivel gati jo operacional, por me përvojë të madhe në punë pasi u përzgjedhën individ që pretendonin së mbartnin kompetencën e mobilitetit profesional që do të thotë që kishin shërbyer në shumë degë të institucioneve të sigurisë. Së katërti në pyetësorë nuk u përfshinë disa të dhëna të tjera si arsimit, kualifikimi, gjendja civile, gjendja ekonomike etj. pasi pyetësori do të ngarkohej shumë dhe mund të dilte nga objektivi primar i tij. Së pesti vetë pyetësori nuk ka si qëllim diagnostifikimin e një çrregullimi specifik por matjen e ngarkesave psikologjike dhe nivelin e stresit. Në rastet kur i anketuari kap pikëzime relativisht të lartë duhet orientuar për veprime më të specializuara. Së fundmi qenia ime me formim kryesor policor mund të ndikojë në subjektivitetin tim.

## KAPITULLI IV

### 4. Rezultatet e Studimit

Ky kapitull do të paraqesë të gjitha rezultatet e studimit përftuara nga tre instrumentet e përdorura. Fillimisht do të paraqiten disa të dhëna demografike në lidhje me kampionin që ka qenë pjesë e studimit dhe më pas do të jepen të rezultatet për hipotezat e studimit.

#### 4.1 Rezultatet e intervistave.

##### Qëllimi i intervistave:

Qëllimi primar për kryerjen e këtyre intervistave si instrument i parë i këtij kërkimi shkencor ishte jo vetëm hulumtimi i situatave traumatike si burim kryesor i stresit që ndikon në shëndetin mendor të punonjësit të sigurisë publike, përcaktimin e taksonomisë duke i klasifikuar në kategori dhe nënkategori, e analizuar në baza shkencore por edhe ofrimi i një perspektive se si mund të parandalohen dhe trajtohen këto fenomene duke marre si reference dhe modelet me të zhvilluara evropiane brenda institucioneve homologe.

##### 4.1.1 Sasia dhe cilësia e përmbledhjeve retropektive të situatave traumatike.

Mosha mesatare e kampionit ishte 43.06 vjet dhe devijimi standard=8.98, ku punonjësi më i ri ishte 22 vjeç dhe më i vjetri 63 vjeç. Vitet e punës si punonjës i sigurisë publike varionin nga 1 deri në 40 vite pune, me një mesatare 13.85, dhe devijim standard 8.4 vjet. Punonjësit e sigurisë publike që ishin pjesë e këtij studimi ishin të punësuar në institucione të ndryshme por vetëm në Tiranë. Identifikimi i situatave traumatike si burim i stresit dhe i çrregullimeve tipike mendore të punonjësit të sigurisë publike (premisë për çrregullime të mëtejshme). Në një total prej 31 intervistash u regjistruan 75 situata traumatike (2.42 situata traumatike për çdo intervistues). Gjatë intervistave nga 75 raste u regjistruan hollësisht 47 (62.66%) situata të cilësuar si traumatike me ngarkesa të lartë psikologjike. Ndërsa 28 (37.33%) e situatave traumatike u përshkruan shkurtimisht gjatë regjistrimit për shkak të kufizimeve kohore, në mënyrë të detajuar u diskutuan vetëm ato situata stresante, të cilat u vlerësua nga të intervistuarit si më traumatike.

Nga 22 (70.96%) të intervistuar meshkuj u regjistruan në total 54 (72%) situata traumatike, 34(45%) prej të cilave u diskutuan në detaje të shprehura si situata me stresante, ndërsa 20(26.66%) situata traumatike u përshkruan shkurtimisht gjatë regjistrimit për shkak të kufizimeve kohore.. Pra për çdo intervistë 2.45 u regjistruan si situata traumatike.

Në të 9 (29.04%) të intervistat me femra u regjistruan 21 (28%) situata traumatike ku nga këto 13(17.33%) u diskutuan në detaje dhe gjerësisht ndërsa 8(10.66%) situata traumatike u përshkruan shkurtimisht gjatë regjistrimit për shkak të kufizimeve kohore. Pra u regjistruan 2.33 situata për

çdo intervistë. Intervistat e meshkujve dhe femra nuk ndryshojnë në numër për çka paraqiten si situata stresante

#### 4.2.2 Taksonomia e intervistave.

U rishikuan tekstet e 31 intervistave të marra në lidhje me situatat stresante. Me ndihmën e metodave shkencore të mirëpërcaktuara (kapa Cohen) u verifikua dhe vlefshmëria e interpretimit të tyre, si dhe besueshmërinë e sistemit të kategorive. Sipas (kapa Cohen) u konkludua për pesë kategoritë kryesore me  $K = 0.83$  me vlerësimin mirë deri në shumë mirë (Bortz & Doring, 1995; Robson, 1993;)

(pasi vlera kritike e  $K = 0.7$  është tejkaluar.

Një ndeshje e  $K = 0.83$  në 75 elemente do të thotë se rreth 90% e elementeve janë kategorizuar si të njëjta.

Tabela 12

Kategoritë kryesore të intervistave. (në kllapa: numri i situatave të theksuara)

Kategoritë me vlerë më të madhe se 2	Kapa
Për shkak të detyrës funksionale (57)	<b>0.91</b>
Për shkak të strukturës organizative të punës (6)	<b>0.76</b>
Për shkak të kushteve të punës (3)	<b>0.72</b>
Për shkak të kushteve sociale (7)	<b>0.81</b>
<b>Kategori që nuk klasifikohen tek katër të parat (2)</b>	

Një nga objektivat e intervistave që të bëhej një vlerësim spontan i situatave traumatike të vlerësuara si të tilla nga të intervistuarit dhe këto të klasifikuara në nënkategori duke marrë referim kategoritë kryesore, eksplorimi i shkaqeve që ka stimuluar lindjen e ngarkesave psikologjike dhe kryesisht stresit të cilat potencialisht janë premisa për çrregullime mendore të punonjësit të sigurisë publike.

Vihet re se rezultatet për sa i përket kategorisë "Për shkak të detyrës funksionale", konsiderohej si më e shprehur gjatë intervistave, pasi për të gjitha nënkategoritë vlera kritike e  $K = 0.7$  ishte tejkaluar. Theksoj që nënkategoria "ballafaqimi me rrezikun për jetën e të tjerëve" nuk janë përfshirë, pasi gjatë procesit të kodimit në materialet e regjistruara mesatarja e tyre ishte  $< 2$  pra ishte 1.

Tabela 12

Nënkategoritë kryesore të intervistave. (në kllapa: numri i situatave të theksuara)

Kategoria "Për shkak të detyrës funksionale" me vlerë $> 2$	Kapa
Shpërthime të forta emocionale. (9)	<b>0.81</b>

Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të panjohurve.	(25)	<b>0.90</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të njohurve.	(6)	<b>0.88</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të miturve.	(11)	<b>0.89</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së vet..	(10)	<b>0.85</b>

Objektiv tjetër ishte të gjendej se sa ishte frekuenca këtyre nënkategorive në lidhje me fenomenin në studim, kjo e matur me metodat bashkëkohore.

Tabelat 6 dhe 6 japin një pasqyrë të shpërndarjes së frekuencave të situatave traumatike të përmendura në intervista.

Tabela 14

Shpërndarja e ngarkesave .

	Shpeshësia	Vlera në%	Progresive në%
Ngarkesa specifike të funksionit	59	79.7%	<b>79.7%</b>
Ngarkesa për shkak të organizimit administrativ	15	20.3%	<b>100%</b>
<b>Totali</b>	<b>74</b>		

Në lidhje me burimet e përmendura të stresit në vijim: Rezulton shumë më tepër ngarkesa psikologjike, kryesisht stres, të cilat rezultojnë si shkak i detyrave të veçanta të punonjësit të sigurisë publike në terren në përmbushje të detyrës funksionale. Krahasuar me situatat me origjinë kryesisht të strukturës dhe procedurat organizative të institucioneve të sigurisë publike dhe specifikisht “Ngarkesa specifike të funksionit” ishte 79.7%. Ndërsa specifikimi “Ngarkesa për shkak të organizimit administrativ” ishte 20.3%

Tabela 15

Nënkategoritë kryesore të ndara në përqindje.

	Shpeshësia	Vlera në%	Progresive në %
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të tjerëve.	23	32,3	<b>32,3</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të miturve	10	14,08	<b>46,38</b>
Shpërthime të forta emocionale.	9	12,67	<b>59,05</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së vet.	8	11,26	<b>70,31</b>
Ngarkesa për shkak të organizimit administrativ	7	9,85	<b>80,16</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të njohurve	6	8,45	<b>88,61</b>
Për shkak të kushteve sociale	5	7,04	<b>97,06</b>
Për shkak të kushteve fizike të punës	3	4,22	<b>100,0</b>
<b>Totali</b>	<b>71</b>	<b>100,0</b>	

Ndërsa në klasifikimet e tjera të nënkategorive rezulton një shpërndarje e thellë e shprehur në përqindje ku sipas vlerave të shprehura renditen: “Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të tjerëve.” 32,3%. “Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të miturve” 14.08%. “Shpërthime të forta emocionale.” 12.67%. “Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së vet.” 11.26%. “Ngarkesa për shkak të organizimit administrativ” 9.85%. “Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të njohurve” 8.45%. “Për shkak të kushteve sociale” 7.04%. “Për shkak të kushteve fizike të punës” 4.22%. Ndërsa nënlojet që klasifikoheshin tek kategoritë e “Ngarkesa specifike të funksionit” dhe “Ngarkesa për shkak të organizimit administrative” nuk i kualifikuam sepse < 2.

## **4.2 Rezultatet e intervistave me fokus grup.**

### **Qëllimi i intervistave:**

Qëllimi primar për kryerjen e këtyre intervistave me fokus grup si instrument i dytë i këtij kërkimi shkencor ishte jo vetëm hulumtimi i situatave traumatike si burim kryesor i stresit që ndikon në shëndetin mendor të punonjësit të sigurisë publike, përcaktimin e taksonomisë duke i klasifikuar në kategori dhe nënkategori, e analizuar në baza shkencore, por edhe ofrimi i një perspektive se si mund të parandalohen dhe trajtohen këto fenomene duke marrë si reference dhe modelet me të zhvilluara evropiane brenda institucioneve homologe.

### **4.2.1 Sasia dhe cilësia e përmbledhjeve retropektive të situatave traumatike e intervistave me fokus grup.**

Mosha mesatare e kampionit ishte 40.06 vjet dhe devijimi standard=8.98, ku punonjësi më i ri ishte 21 vjeç dhe më i vjetri 62 vjeç. Vitet e punës si punonjës i sigurisë publike varionin nga 0 deri në 40 vite pune, me një mesatare 13.88, dhe devijim standard 8.5 vjet. Punonjësit e sigurisë publike që ishin pjesë e këtij studimi ishin të punësuar në institucione të ndryshme por vetëm në Tiranë. Identifikimi i situatave traumatike si burim i stresit dhe i çrregullimeve tipike mendore të punonjësit të sigurisë publike (premisë për çrregullime të mëtejshme).

Identifikimi i situatave traumatike si burim i stresit dhe i çrregullimeve tipike mendore të punonjësit të sigurisë publike qe objektivi kryesorë i këtyre intervistave.

Në një total prej 4 intervistash me fokus grup me një total prej 26 punonjësish të sigurisë publike u regjistruan 67 situata traumatike (2.57 situata traumatike për çdo pjesëmarrës në intervista ose 16.7 situata për çdo grup). Gjatë intervistave nga 67 raste u regjistruan hollësisht 42 (62.68%) situata të cilësuar si traumatike me ngarkesa të lartë psikologjike. Ndërsa 25 (37.32%) e situatave traumatike u përshkruan shkurtimisht gjatë regjistrimit për shkak të kufizimeve në kohore, në mënyrë të detajuar u diskutuan vetëm ato situata stresante, të cilat u vlerësua nga pjesëmarrësit në fokusgrup si më traumatike. Përcaktimi i taksonomisë të situatave traumatike ishte një nga objektivat kryesore të këtij lloj instrumenti.

#### 4.2.2 Taksonomia intervistave me fokus grup.

U rishikuan dokumentimet dhe tekstet e 4 intervistave te marra në lidhje me situatat stresante. Me ndihmën e metodave shkencore të mirëpërcaktuara (kapa Cohen) u verifikua dhe vlefshmëria e interpretimit të tyre, si dhe besueshmërinë e sistemit të kategorive. Sipas (kapa Cohen) u konkludua për pesë kategoritë kryesore me  $K = 0.86$  me vlerësimin mirë deri në shumë mirë, pasi vlera kritike e  $K = 0.7$  është tejkaluar. Një ndeshje e  $K = 0.83$  në 67 elemente do të thotë se më shumë se 90% e pohimeve janë kategorizuar si të njëjta.

Tabela 16

Kategoritë kryesore. (në kllapa: numri i situatave të theksuara)

Kategoritë me vlerë më të madhe se 2	Kapa
Për shkak të detyrës funksionale (41)	<b>0.89</b>
Për shkak të strukturës organizative të punës (4)	<b>0.77</b>
Për shkak të kushteve të punës (10)	<b>0.91</b>
Për shkak të kushteve sociale (12)	<b>0.82</b>
<b>Kategori që nuk klasifikohen tek katër të parat (2)</b>	

Një objektiv tjetër që eksplorimi i nënkategorive si situata traumatike të përmledhura në kategoritë kryesore, të cilat potencialisht stimulojnë lindjen e stresit dhe çrregullimeve të tjera mendore të punonjësit të sigurisë publike.

Rezultatet për sa i përket kategorisë "Për shkak të detyrës funksionale", mund të konsiderohet më e larta e shprehur nga të anketuarit pasi për të gjitha nënkategoritë vlera kritike e  $K = 0.7$  ishte tejkaluar. Nënlojet si "ballafaqimi me rrezikun për jetën e të tjerëve" dhe "Situata të tjera për shkak të detyrës," nuk u përfshinë, pasi mesatarja ishte  $< 2$  pra ishte 1.

Tabela 17

Nënkategoritë kryesore. (në kllapa numri i situatave të theksuara)

Kategoria "Për shkak të detyrës funksionale" me vlerë $> 2$	Kapa
Shpërthime të forta emocionale (9)	<b>0.81</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të panjohurve (12)	<b>0.79</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të njohurve (3)	<b>0.72</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së të miturve (10)	<b>0.91</b>
Ballafaqimi me rrezikun e humbjes së jetës së vet. (7)	<b>0.89</b>

#### 4.3 Rezultatet e pyetësorit.

Për realizimin e qëllimit të këtij studimi dhe në përmbushje të objektiva në mënyrë shteruese, duke ju përgjigjur pyetjeve kërkimore u përdor pyetëtori “OPTI-Fragebogen”. Qëllimi primar për pyetësin si instrument kryesor i këtij kërkimi shkencor ishte jo vetëm hulumtimi i situatave traumatike si burim kryesor i stresit që ndikon në shëndetin mendor të punonjësit të sigurisë publike, e analizuar në baza shkencore por edhe ofrimi i një pasqyre të qartë e këtij fenomeni.

(Lejen nga autoritetet që e kanë prodhuar dhe kanë të drejtën e autorit ndodhet tek shtojca)

#### 4.3.1 Demografia e kampionit.

Kampioni përbëhet nga 888 persona të punësuar si punonjës të sigurisë publike në institucione të ndryshme. Nga këta 85.7% (N=761) ishin meshkuj dhe 14.3% (N=127) ishin femra. Moshë mesatare e kampionit ishte 41.04 vjet dhe devijimi standard=9.44, ku punonjësi më i ri ishte 20 vjeç dhe më i vjetri 64 vjeç. Vitet e punës si punonjës i sigurisë publike varionin nga 0 deri në 39 vite pune, me një mesatare 13.75, dhe devijim standard 8.5 vjet. Punonjësit e sigurisë publike që ishin pjesë e këtij studimi ishin të punësuar në institucione të ndryshme dhe qytete të ndryshme. Në tabelën e mëposhtme është paraqitur shpërndarja e punonjësve të sigurisë sipas qytetit ku ata janë punësuar. Shumica e këtyre punonjësve janë të punësuar në Tiranë sepse edhe një pjesë e institucioneve si: skuadra Shqiponja, forcat e ndërhyrjes së shpejtë apo komisariatet janë në Tiranë (në Tiranë janë 6 komisariate, ndërsa në bashkitë e tjera në rang qarku dhe drejtorie të policisë ).

Tabela 18.

Të dhënat demografike për qytetet nga ku janë të punësuar pjesëmarrësit.

Qyteti	Frekuenca	Përqindja	% kumulative
Shkodër	84	9.5	9.5
Kukës	42	4.7	14.2
Tiranë	429	48.3	62.5
Elbasan	89	10.0	72.5
Vlorë	29	3.3	75.8
Gjirokastrë	26	2.9	78.7
Korçë	67	7.5	86.3
Durrës	45	5.1	91.3
Lezhë	52	5.9	97.2
Fier	25	2.8	100.0
<b>Totali</b>	<b>888</b>	<b>100.0</b>	

### 4.3.2 Taksonomia e pyetësorit.

Situatat traumatike të cilat vlerësohen nga punonjësit e sigurisë publike si burim i ngarkesave psikologjike. Eksplorimi i shkaqeve që ka stimuluar lindjen e stresit dhe çrregullimeve mendore të punonjësit të sigurisë publike dhe identifikimi i situatave traumatike, të cilat shkaktojnë stres dhe ngarkesa psikologjike tek punonjësit e sigurisë publike rezultuan si vijon:

Tabela 19

**Si rezultat i një konflikti ose problemi ndërpersonal ose social. Në këtë klasifikim duhen nënrenditur situatat që kanë lidhje me marrëdhëniet me kolegët ose eprorët.**

	Frekuenca	Përqindja	Valid Percent	% kumulative
E papërzgjedhur	666	75.0	75.0	75.0
Valid E përzgjedhur	222	25.0	25.0	100.0
Total	888	100.0	100.0	

Tabela 20

**Si rezultat i një detyre të veçantë si punonjës i sigurisë publike. Në këtë klasifikohen situata si rrjedhojë e detyrës specifike që kryen p.sh. përballimi me lajmin e vdekjes së një personi, konflikte të forta familjare, shkëmbim me armë zjarri, përdori**

	Frekuenca	Përqindja	Valid Percent	% kumulative
E papërzgjedhur	430	48.4	48.4	48.4
Valid E përzgjedhur	458	51.6	51.6	100.0
Total	888	100.0	100.0	

Tabela 21

**Si rezultat i kushteve të papërshtatshme të vendit të punës, kohëzgjatjes së punës, kushteve dhe ngarkesës fizike të punës. p.sh: Puna me turne, orët e zgjatura, planëzimi i keq i kohës, kushtet e këqija të mjedisit ku punon ku ka dhe përqendrim të madh**

	Frekuenca	Përqindja	Valid Percent	% kumulative
E papërzgjedhur	242	27.3	27.3	27.3
Valid E përzgjedhur	646	72.7	72.7	100.0
Total	888	100.0	100.0	

Tabela 22

**Si rezultat i organizimit dhe strukturës ku bëni pjesë. Këtu duhet të keni parasysh se bëhet fjalë për organizimin, mbarëvajtjen dhe koordinimi që mund të sjellin shqetësime si p.sh. presion i afateve, mjetet logjistike në dispozicion, mënyra e keqe e drejtimit**

	Frekuenca	Përqindja	Valid Percent	% kumulative
E papërzgjedhur	459	51.7	51.7	51.7
Valid E përzgjedhur	429	48.3	48.3	100.0
Total	888	100.0	100.0	



Tabela 23

**Si rezultat i rrethanave të veçanta gjatë ushtrimit të detyrës që ju klasifikoni stresante dhe nuk janë përmendur në katër ndarjet e më sipërme.**

	Frekuenca	Përqindja	Valid Percent	% kumulative
E papërzgjedhur	823	92.7	92.7	92.7
Valid E përzgjedhur	65	7.3	7.3	100.0
Total	888	100.0	100.0	

Pra rezulton se: Si rezultat i një konflikti ose problemi ndërpersonal ose social janë shprehur 222 të anketuar ose 25% e (N=888). Si rezultat i kushteve të papërshtatshme të vendit të punës janë shprehur 646 ose 72.7% e (N=888). Si rezultat i një detyre të veçantë si punonjës i sigurisë publike janë shprehur 458 ose 51.6 % (N=888). Si rezultat i organizimit dhe strukturës ku bëni pjesë janë shprehur 429 ose 48.3% Si rezultat i rrethanave të veçanta gjatë ushtrimit të detyrës që ata klasifikojnë stresante dhe nuk janë përmendur në katër ndarjet e më sipërme janë shprehur 65 ose 7.3% e (N=888). Kjo vërteton dhe njëherë saktësinë e taksonomisë së situatave traumatike të cilat mund të janë burim stresi për punonjësit e sigurisë publike pasi tek kategoria e pestë me pyetje të hapur janë shprehur vetëm 7.3% e (N=888) dhe specifikimet që kanë dhënë një pjesë dërrmuese e tyre mund të klasifikoheshin shumë lehtë tek kategoritë e sipërcituara.

Përmbledhja e ngarkesave psikologjike dhe faktorët në përmbushjen e detyrës së punonjësit të sigurisë publike.

Duke i përmbledhur të pesë kategoritë ku secili i anketuar kishte të drejtë të vlerësonte deri në tre opsione si burim stresant për të. Kategoria e pestë ishte një pyetje e hapur dhe nëse i anketuari e shihte të arsyeshme që një situatë tjetër stresante e cila nuk ishte parashikuar më parë në katër të parat mund të shprehej me shkrim në mënyrë koncize për situatë traumatike të cilën ai e vlerësonte si stresante për të. Këto kategori përbënin dhe opsionet kryesore për të përcaktuar taksonominë e situatave potencialisht traumatike.

Tabela 24

**Frekuenca për të pestë kategoritë**

	Frekuenca	Përqindja	Valid Percent	% kumulative
1	240	27.0	27.0	27.0
Valid 2	364	41.0	41.0	68.0
3	284	32.0	32.0	100.0
Total	888	100.0	100.0	

Në të pesë kategoritë janë shprehur për 1820 situata traumatike nga të cilat 240 ose 27% një kategori, 365 ose 41% për dy kategori dhe 284 ose 32% për tre kategori,

### 4.3.3 Të dhënat për variablat kryesorë të studimit.

Pjesëmarrësit u pyetën për intensitetin e stresorëve që ata kishin në punë. Sipas përgjigjeve që ata dhanë, rezultoi se puna e tyre ka një nivel të lartë dhe të rregullt stresi. Në tabelën 2 paraqiten të dhënat sipas pjesëmarrësve për shpeshtësinë e stresit.

Tabela. 25

Shpeshtësia e përjetimit të situatave stresuese në vendin e punës.

	Frekuenca	Përqindja	% kumulative
Rregullisht	374	42.1	42.1
Jo rregullisht	514	57.9	100.0
<b>Totali</b>	<b>888</b>	<b>100.0</b>	

Siç vihet re, 42,1% e punonjësve të sigurisë publike shprehen se përjetojnë situata stresuese në vazhdimësi. Kjo përqindje është thelbësore të kihet parasysh si indikator për nivelin e kushteve të punës në të cilin punojnë këta punonjës.

Punonjësit gjithashtu u pyetën në mënyrë specifike për shpeshtësinë e situatave stresuese në vendin e punës. Pra, jo vetëm nëse stresi është pjesë e rregullt e jetës së tyre në punë, por edhe frekuenca specifike. Frekuencat dhe përqindjet respektive për këtë pyetje janë paraqitur në tabelën 3.

Tabela. 26

Frekuenca e situatave stresuese në vendin e punës.

	Frekuenca	Përqindja	Përqindja kumulative
Çdo ditë	100	11.3	11.3
Disa herë në javë	143	16.1	27.4
1 herë në javë	100	11.3	38.6
1 ose 3 herë në muaj	133	15.0	53.6
Më pak se një herë në muaj	147	16.6	70.2
1 - 3 herë në vit	119	13.4	83.6
Më pak se një herë në vit	146	16.4	100.0
<b>Totali</b>	<b>888</b>	<b>100.0</b>	

Duke marrë në konsideratë që përballja me situata stresante të paktën një herë në javë, krijon një situatë tepër të lodhshme për çdo lloj punonjësi mund të vihet re se 39.6% e pjesëmarrësve ndjehen se janë të ekspozuar ndaj këtyre situatave tepër shpesh. Kjo gjetje është në

përputhje me gjetjet e tabelës së mësipërme ku 42.1% e pjesëmarrësve shprehen se përballen me situata stresuese në mënyrë të rregullt.

Bazuar edhe në literaturë, dihet se përballja në mënyrë konstante me situata stresuese do të sjellë pasoja fizike dhe psikologjike. Pjesëmarrësit u pyetën për situata specifike sesi ndjeheshin ata dhe bazuar në përgjigjet e tyre të cilat u koduan, kampioni u nda në dy kategori me simptoma të larta apo të ulëta sipas variablave të mëposhtëm: ankthi, probleme somatike, presioni, agresiviteti, fobi, depresioni, dhe kontrolli social. Frekuencat dhe përqindjet për secilën nga këto variabla janë paraqitur në tabelë.

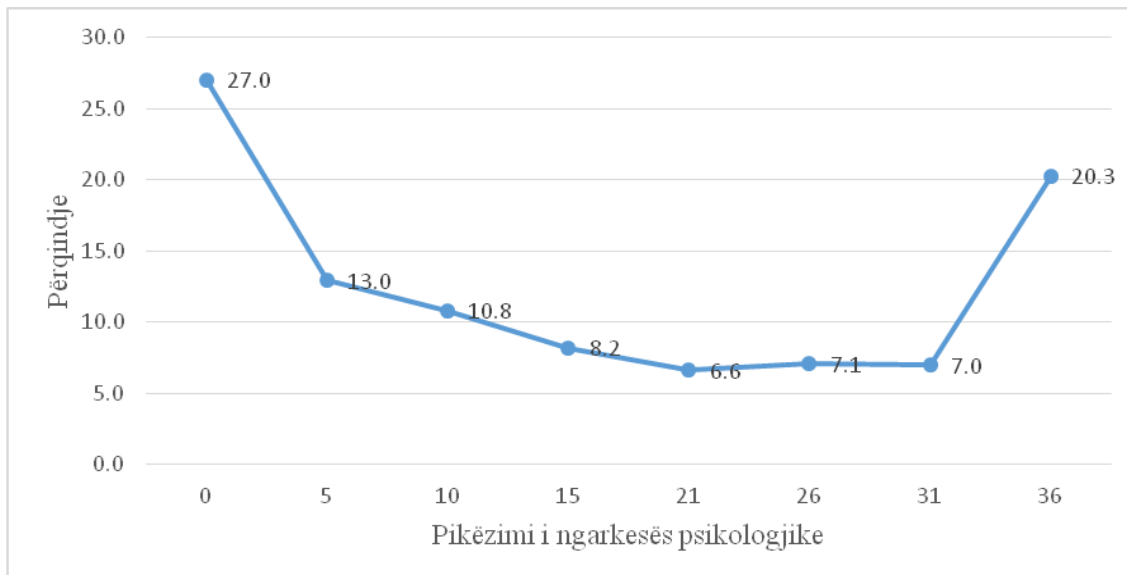
Tabela. 27

Niveli i lartë/ulët i variablave tek pjesëmarrësit

	I ulët		I lartë	
	Frekuenca	Përqindja	Frekuenca	Përqindja
Ankth	469	52.8	419	47.2
Somatike	560	63.1	328	36.9
Presion	510	57.4	378	42.6
Agresivitet	469	52.8	419	47.2
Fobi	423	47.6	465	52.4
Depresion	497	56	391	44
Kontroll social	579	65.2	309	34.8

Siç mund të vihet re nga kjo tabelë punonjësit e sigurisë publike raportojnë se fobitë janë shqetësimet që kanë treguesin më të lartë krahasuar me shqetësimet e tjera. Sigurisht që nuk duhen lënë pas dore edhe problematikat e tjera, si: ankthi, agresiviteti që rezultojnë të larta për 47.2% të kampionit. Kjo tabelë tregon që edhe shqetësimet e tjera janë të konsiderueshme. Vetëm shqetësimet somatike duket se nuk janë aq të shpeshta për këta punonjës. Pak më shumë se 1/3 e punonjësve raportojnë se kanë shqetësime somatike duke e bërë këtë problem ose më pak të hasur, ose nuk e lidhin aq shumë me problemin e stresit në punë.

Bazuar në shqetësimet e raportuara nga punonjësit e sigurisë publike, u përllogarit edhe niveli i ngarkesës psikologjike. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 36 (ngarkesa maksimale psikologjike). Në grafikun e mëposhtëm është paraqitur niveli i kësaj ngarkese në përqindje.



Grafiku 1. Grafiku i ngarkesës psikologjike për punonjësit e sigurisë publike

Ky grafik tregon qartë se punonjësit e sigurisë publike janë të ngarkuar psikologjikisht me të paktën një apo më shumë nga shqetësimet e raportuara prej tyre. Bie në sy se sa për qind raportojnë aspak ngarkesë psikologjike, pothuajse aq raportojnë edhe ngarkesën maksimale. Nëse 21 pikë do të konsiderohej si pika e ndarjes ndërmjet atyre që kanë ngarkesë të madhe psikologjike dhe që ndërhyjnë në jetët e tyre, dhe nën 21 do të jetë ngarkesë e menaxhueshme psikologjike, vihet re se 41% e punonjësve të sigurisë publike kanë ngarkesë më të madhe psikologjike nga ç' mund të përballojnë. Dhe nëse kjo ngarkesë do të shtrihet në kohë e pamënaxhueshme si duhet, atëherë pasojat mund të jenë të paparashikueshme.

#### 4.3.4 Marrëdhëniet korelacionale ndërmjet variablave.

Për të parë nëse kishte apo jo ndonjë lidhje ndërmjet variablave të ndryshëm, u zhvilluan një sërë korelacionesh ndërmjet tyre. Të dhënat e detajuara për këto korelacione janë dhënë në tabelën e mëposhtme:

Tabela 28

Marrëdhëniet korelacionale ndërmjet variablave

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Intensiteti (1)	1.00	.42**	.40**	.38**	.41**	.39**	.39**	.37**	.40**	.58**
Ankthi (2)		1.00	.75**	.74**	.72**	.71**	.69**	.67**	.78**	.78**
Somatike (3)			1.00	.74**	.72**	.74**	.72**	.72**	.81**	.79**
Presion (4)				1.00	.75**	.74**	.69**	.72**	.79**	.79**
Agresiviteti (5)					1.00	.73**	.73**	.75**	.79**	.79**
Fobitë (6)						1.00	.76**	.78**	.79**	.77**
Depresioni (7)							1.00	.80**	.80**	.79**
Kontrolli social								1.00	.82**	.79**

(8)										
Ngarkesa psikologjike (9)									1.00	.92**
Stresi (10)										1.00

Nga kjo tabelë vihet re se variablat korelojnë shumë me njëra tjetrën. Këto korelacione pozitive tregojnë se me rritjen e prezencës së njëres prej variablave rriten edhe të gjitha variablat e tjerë. Pra, në rastin kur ka stres të lartë në vendin e punës ka edhe ngarkesë të lartë psikologjike, agresivitet të shtuar, depresion të lartë e kështu me radhë.

Përveç korelacionit të variablave u pa edhe korelacioni i stresit të përjetuar në punë dhe moshës. Ky korelacion tregohet në tabelën e mëposhtme:

Tabela 29

Korelacioni ndërmjet stresit dhe moshës

		Mosha	Stresi
Mosha	Korelacioni Pearson	1	.149**
	Vlefshmëria		.000
	N	888	888
Stresi	Korelacioni Pearson		1
	Vlefshmëria		
	N		

Kjo tabelë tregon se ka një korelacion pozitiv ndërmjet moshës dhe stresit të përjetuar në punë. Pra, me rritjen e moshës rritet dhe niveli i stresit, dhe me uljen e moshës ulet dhe niveli i stresit. Megjithatë ky koeficient bazuar në masën e tij ( $r=0.149$ ) bën pjesë tek korelacionet e vogla. Në fakt, duke ditur moshën e një personi të sigurisë publike mund të parashikojmë deri në 2.2% të nivelit të stresit. Duke u nisur nga madhësia e efektit që ky korelacion tregon për marrëdhënien ndërmjet dy variablave mund të thuhet se impakti është pothuajse i parëndësishëm. Megjithëse e shohim marrëdhënien pozitive moshë-stres, dhe kjo marrëdhënie është sinjifikante, impakti i njëres tek tjetra është tepër i vogël dhe mund edhe të mos merret parasysh.

Një tjetër analizë korelacionale që u zhvillua është ajo ndërmjet viteve të punës dhe stresit të përjetuar në vendin e punës. Në tabelën e mëposhtme është paraqitur ky korelacion.

Tabela 30

Korelacioni ndërmjet stresit dhe viteve të punës

		Vitet e punës	Stresi
Vitet e punës	Korelacioni Pearson	1	.144**

	Vlefshmëria		.000
	N	888	888
	Korelacioni Pearson		1
Stresi	Vlefshmëria		
	N		

Njësoj si në rastin e moshës, korelacioni ndërmjet dy stresit në punë dhe viteve të punës për punonjësit e sigurisë publike në Shqipëri është sinjifikativ dhe pozitiv por vlera e tij është tepër e vogël. Pra, me rritjen e viteve të punës rritet dhe niveli i stresit, dhe me uljen e moshës ulet dhe niveli i stresit që këta punonjës përjetojnë në vendin e punës. Edhe ky koeficient bazuar në masën e tij ( $r=0.144$ ) bën pjesë tek korelacionet e vogla. Në fakt, duke ditur numrin e viteve të punës e një punonjësi të sigurisë publike mund të parashikojmë deri në 2.1% të nivelit të stresit. Duke u nisur nga madhësia e efektit që ky korelacion tregon për marrëdhënien ndërmjet dy variablave mund të thuhet se impakti është pothuajse i parëndësishëm. Megjithëse e shohim marrëdhënien pozitive vite punë-stres, dhe kjo marrëdhënie është sinjifikante, impakti i njërës tek tjetra është tepër i vogël dhe mund edhe të mos merret parasysh.

#### 4.3.5 Krahasimet ndërmjet grupeve.

Për të evidentuar ndryshime ndërmjet grupeve të ndryshme që ishin pjesëmarrës në këtë studim, u zhvillua testi. Ndarja bazë ishte gjinia dhe u investigua nëse meshkujt dhe femrat si punonjës të sigurisë publike në Shqipëri ndryshonin apo jo në terma të intensitetit të përjetimit të stresit, të problematikave psikologjike dhe somatike të paraqitura nga pjesëmarrësit. Në tabelën e mëposhtme jepen të detajuara të gjitha krahasimet ndërmjet meshkujve dhe femrave.

Tabela 31

Krahasimi meshkuj-femra në terma të pasojave të stresit

	Gjinia	N	Mesatarja	Devijimi standard	Testi t	Sinjifikanca
Intensiteti	Mashkull	761	3.81	2.20	1.58	0.115
	Femër	127	3.48	2.06		
Ankthi	Mashkull	761	.816	.695	0.46	0.648
	Femër	127	.786	.680		
Somatike	Mashkull	761	.698	.741	0.70	0.485
	Femër	127	.649	.648		
Presion	Mashkull	761	.951	.737	1.63	0.104
	Femër	127	.838	.653		
Agresivitet	Mashkull	761	.861	.678	2.06*	0.03

	Femër	127	.728	.635		
Fobitë	Mashkull	761	.715	.737	0.16	0.875
	Femër	127	.704	.688		
Depresioni	Mashkull	761	.741	.743	0.92	0.359
	Femër	127	.677	.683		
Kontrolli social	Mashkull	761	.744	.763	0.68	0.500
	Femër	127	.698	.704		
Ngarkesa psikologjike	Mashkull	761	15.81	14.01	0.69	0.490
	Femër	127	14.89	13.05		

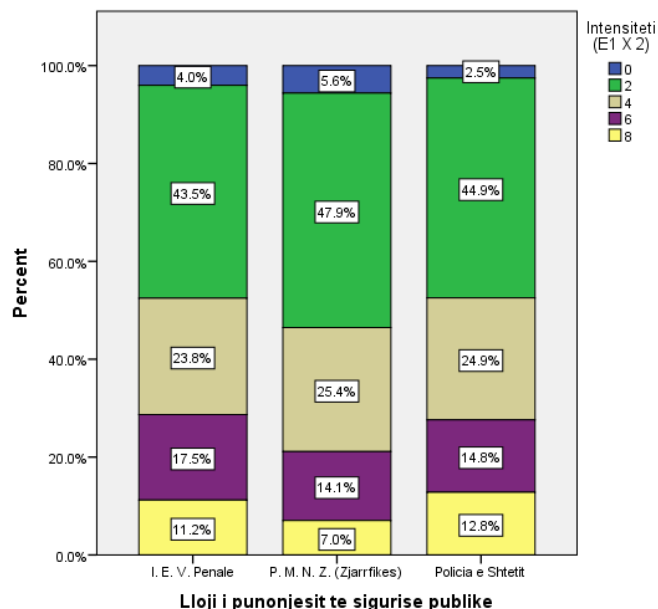
Kjo tabelë tregon se nuk ka asnjë ndryshim ndërmje meshkujve dhe femrave si punonjës të sigurisë publike për problematikat e ndryshme që ata përjetojnë gjatë kryerjes së detyrës. Ky rezultat deri diku ishte i pritshëm, sepse puna e punonjësve të sigurisë publike nuk kursen meshkujt apo femrat, por shfaqet me të njëjtin intensitet për të dyja gjinitë. I vetmi faktor ku këto dy gjini ndryshojnë nga njëra tjetra është shfaqja e agresivitetit. Vihet re se femrat janë disi më të buta (mesatare=0.635) krahasuar me meshkujt (mesatare=0.678), gjatë kryerjes së detyrës së tyre.

#### 4.4 Rezultatet sipas llojit.

Kampioni total është 888 të anketuar. Nga këta 594 janë punonjës të policisë së shtetit, 71 janë P.M.N.Z dhe 224 punonjës sigurie ne I.E.V.P. (Policia e Burgjeve). Kampioni përfaqëson 10% të popullatës ku janë kryer anketimet.

##### 4.4.1 Niveli i intensitetit sipas llojit të punonjësit të sigurisë publike.

Bazuar në intensitetin e shqetësimeve e raportuara nga punonjësit e sigurisë publike pas pyetjes së bërë se sa të ngarkuar psikologjikisht ndiheshin akoma nga situatat që kishin kaluar, u përllorarit edhe niveli i intensitetit të ngarkesës psikologjike dhe stresit. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 8 (intensitet maksimale). Në grafikun e mëposhtëm është paraqitur niveli i intensiteti në përqindje. Ky nivel është paraqitur për të tre grupet kryesore të kampionit të institucioneve të mara në studim. Respektivisht mund te themi se Policia e Shtetit tregonte një nivel prej 12.8% në vlerë maksimale, I.E.V.P. (Policia e burgjeve) 11.2% dhe P.M.N.Z (zjarrfikësit) 7%. Në nivel të moderuar ato janë respektivisht Policia e Shtetit 14.8% , I.E.V.P. (Policia e Burgjeve) 14.1% dhe P.M.N.Z. (zjarrfikësit)17.5%. Në nivel të mesatar ato janë respektivisht Policia e Shtetit 24.9%, I.E.V.P (Policia e burgjeve) 23.8% dhe P.M.N.Z. (zjarrfikësit) 25.5%. Ne nivel normal ato janë respektivisht Policia e Shtetit 44.9% , I.E.V.P. (Policia e Burgjeve) 43.5% dhe P.M.N.Z. (zjarrfikësit)47.9%.



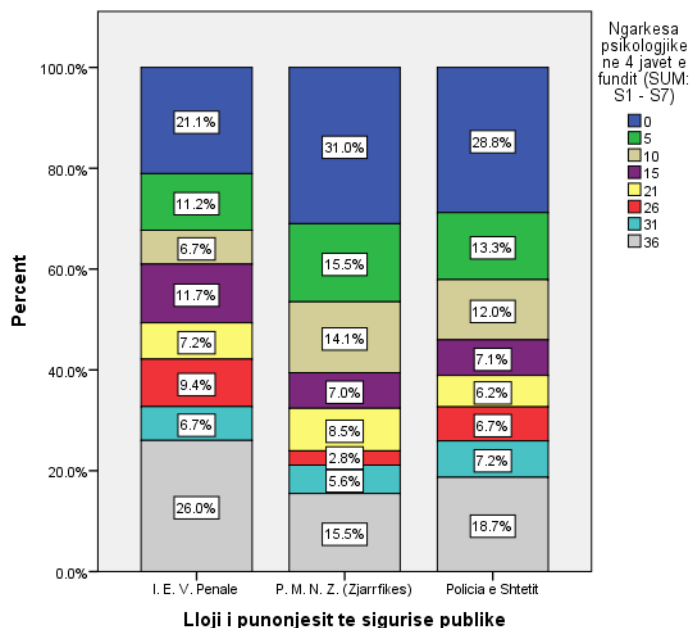
Grafiku 2. Intensitetit sipas llojit për punonjësit e sigurisë publike.

Ky grafik përmbledhës të intensitetit të ndarë në tre institucionet ku u bë anketimi tregon qartë se punonjësit e sigurisë publike janë të ngarkuar psikologjikisht me të paktën një apo më shumë nga shqetësimet e raportuara prej tyre. Bie në sy se sa për qind raportojnë aspak ngarkesë psikologjike, pothuajse aq raportojnë edhe ngarkesën maksimale. Nëse 21 pikë do të konsiderohej si pika e ndarjes ndërmjet atyre që kanë ngarkesë të madhe psikologjike dhe që ndërhyjnë në jetët e tyre, dhe nën 21 do të jetë ngarkesë e menaxhueshme psikologjike, vihet re se 41% e punonjësve të sigurisë publike kanë ngarkesë më të madhe psikologjike nga ç'mund të përballojnë. Dhe nëse kjo ngarkesë do të shtrihet në kohë e pamënaxhueshme si duhet, atëherë pasojat mund të jenë të paparashikueshme.

#### 4.4.2 Krahasimet e ngarkesave për katër javët e fundit sipas llojit.

Bazuar në shqetësimet e raportuara nga punonjësit e sigurisë publike sipas llojit të tre institucioneve kryesore, u përllorarit edhe niveli i ngarkesës psikologjike. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 36 (ngarkesa maksimale psikologjike). Në grafikun e mëposhtëm është paraqitur niveli i kësaj ngarkese në përqindje: I.E.V.P. (Policia e Burgjeve) 26%. Policia e Shtetit tregonte një nivel prej 18.7% dhe P.M.N.Z. (zjarrfikësit) 15.5%, kjo vetëm vlera maksimale pa llogaritur vlerat e nivelit të moderuar.



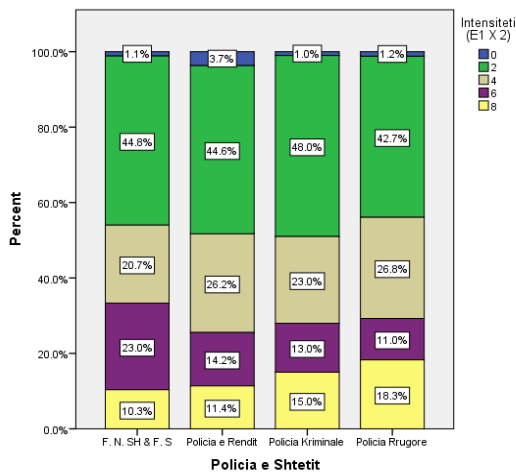


Grafiku 3. Grafiku i ngarkesës psikologjike sipas llojit.

Ky grafik tregon qartë se punonjësit e sigurisë publike të ndarë sipas llojit janë të ngarkuar psikologjikisht me një përqindje relativisht e lartë. Bie në sy se sa përqind raportojnë se nuk përjetojnë ngarkesë psikologjike, pothuajse aq raportojnë edhe ngarkesën maksimale. Nëse krahasojmë përqindjet e policisë së burgjeve me dy llojet e tjera shohim se ata janë 1.5 herë më të ngarkuar në katër javët e fundit, pra ky ndryshim ka lidhje me detyrën e tyre funksionale.

#### 4.5 Krahasimet për Policinë e Shtetit

Në këtë studim u mat niveli i stresit dhe intensiteti i tij tek punonjësit e sigurisë publike të cilët aderojnë në Policinë e Shtetit. Kampioni i marrë në studim përbëhej nga 594 persona nga të cilët 83 ishin femra dhe 511 ishin meshkuj. Një ndryshim i tillë është i pritshëm meqenëse në përgjithësi punonjësi i sigurisë publike është profesion i zgjedhur nga meshkujt, dhe sidomos kur ky punonjësi është efektiv në këto institucione, por dhe kontigjenti i të burgosurve është pothuajse në të njëjtin raport. Bazuar në intensitetin e shqetësimeve e raportuara nga efektivet e Policisë së shtetit si punonjësit e sigurisë publike pas pyetjes së bërë se sa të ngarkuar psikologjikisht ndiheshin akoma nga situatat që kishin kaluar, u përllorarit edhe niveli i intensitetit të ngarkesës psikologjike dhe stresit. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 8 (intensitet maksimale). Në grafikun e mëposhtëm është paraqitur niveli i intensitetit në përqindje.

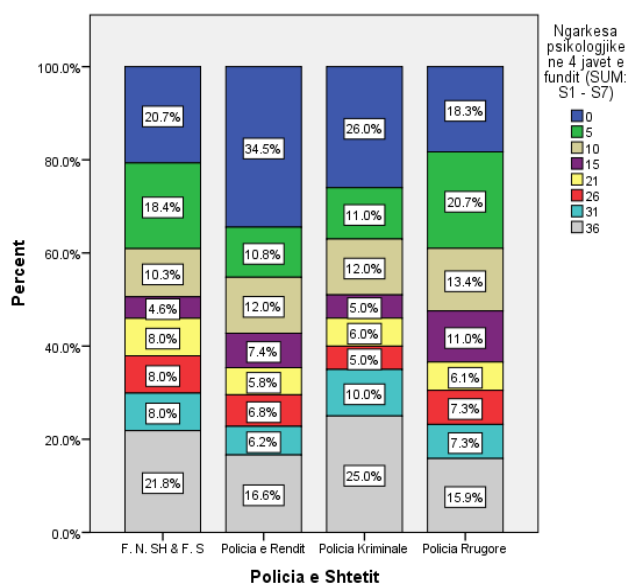


Grafiku 4. Grafiku i intensitetit për policinë .

Ky nivel është paraqitur për të katër nëngrupet kryesore të kampionit të institucionit të Policisë së shtetit të mara në studim. Respektivisht mund të themi se Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 18.3% në vlerë maksimale, Policia Kriminale 15% , Policia e Rendit 11.4% dhe F.N.SH. & FS 10.3% Në nivel të moderuar ato janë respektivisht Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 11% në vlerë maksimale, Policia Kriminale 13% , Policia e Rendit 14.2% dhe F.N.SH. & FS 23%. Në nivel të moderuar ato janë respektivisht. Në nivel normal ato janë respektivisht Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 43.8% , Policia Kriminale 49% , Policia e Rendit 49.3% dhe F.N.SH. & FS 43.8%

#### 4.5.1 Krahasimet e ngarkesave për katër javët e fundit për Policinë e shtetit sipas nënlojeve të marrë në studim

Bazuar në shqetësimet e raportuara nga punonjësit e sigurisë publike sipas llojit të katër nënlojeve kryesore, u përllogarit edhe niveli i ngarkesës psikologjike. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 36 (ngarkesa maksimale psikologjike).

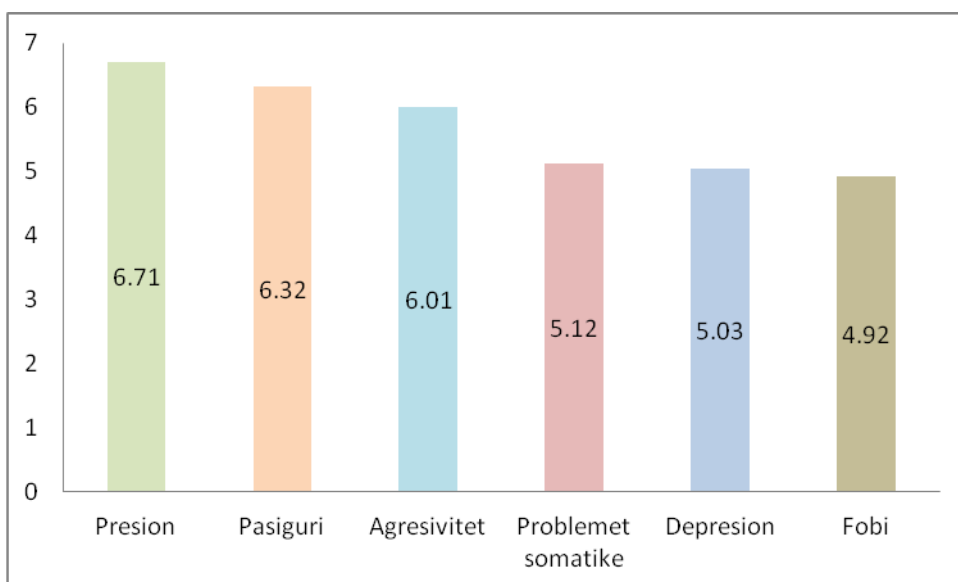


Grafiku 5. Grafiku i ngarkesës psikologjike për nënlojet e Policisë së Shtetit si punonjësit e sigurisë publike.

Ky nivel është paraqitur për të katër nëngrupet kryesore të kampionit të institucionit të Policisë së Shtetit të mara në studim. Respektivisht mund të themi se Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 15.9% në vlerë maksimale, Policia Kriminale 25% , Policia e Rendit 16.6% dhe F.N.SH. & FS 21.8%. Në nivel të moderuar ato janë respektivisht Policia Rrugore tregonte një nivel prej 7.3%, Policia Kriminale 10% , Policia e Rendit 6.2% dhe F.N.SH. & FS 8%. Në nivel normal ato janë respektivisht Policia Rrugore tregonte një nivel prej 39% , Policia Kriminale 36% , Policia e Rendit 45.2% dhe F.N.SH. & FS 39.1 %

#### 4.5.2 Rezultatet për Policinë Rrugore.

Mosha mesatare e kampionit ishte 37.5 vjeç, devijimi standard 7.2 ku punonjësi me moshën më të re ishte 24 vjeç dhe moshën më të vjetër ishte 61 vjeç. Kjo tregon një kampion heterogjen, përse i përket moshës. Pjesëmarrësit në studim u pyetën për pasojat e stresit të shfaqura si simptoma të ndryshme si: ankthi, depresioni, etj. Pyetësi ishte koduar në mënyrë të tillë që sa më shumë pikë të grumbulloheshin, aq më tepër simptoma stresi shfaqnin policët rrugorë. Në grafikun e mëposhtëm janë paraqitur nivelet e simptomave të vetë-raportuara nga këta punonjës.

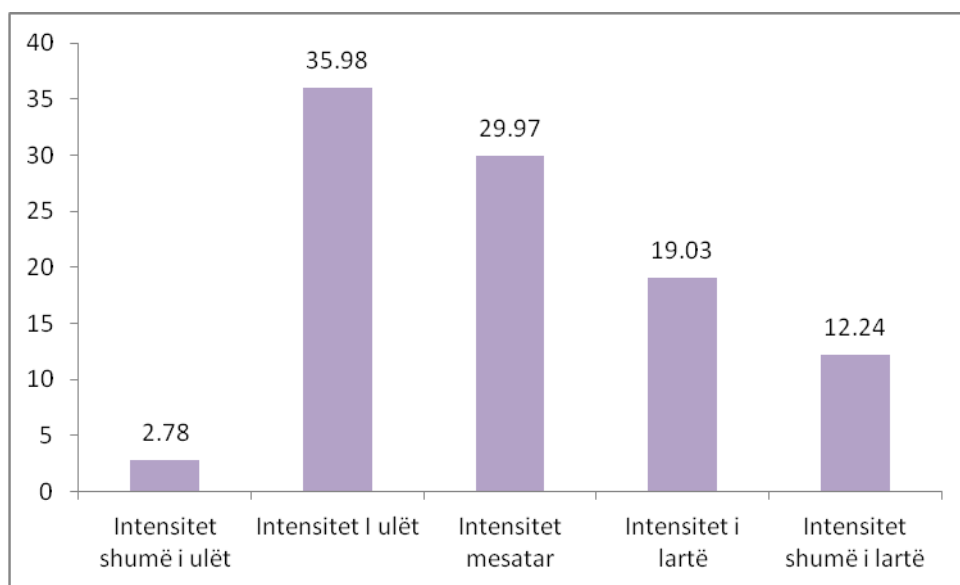


Grafiku 6. Niveli i simptomave të vetë-raportuara nga policët rrugorë

Siç vihet re në këtë grafik, të gjitha simptomat paraqiten pak a shumë në të njëjtin nivel. Kjo do të thotë që policët rrugorë shfaqin simptoma të ndryshme gjatë kryerjes së detyrës së tyre. Të qenit nën presion, pasiguria dhe agresiviteti janë ato simptoma, të cilat raportohen më shpesh. Problemet somatike, depresioni dhe fobitë janë simptoma me të cilat policët rrugorë përballen, por

shfaqen në nivel më të ulët krahasuar me grupin e parë të simptomave. Grupi i parë i simptomave mund të jenë edhe më të lehta, prandaj edhe shfaqen më shumë. Ndërsa përkthimi i nivelit të stresit në probleme somatike apo depresion është një proces që kërkon më shumë kohë dhe sigurisht impakti është më i madh. Rrjedhimisht edhe simptomat e vetëraportuara të grupit të parë janë më të shpeshta.

Një tjetër faktor që u shqyrtua ishte intensiteti i stresit me të cilën përballen punonjësit e policisë rrugore. Instrumenti i intensitetit të stresit u kodua në mënyrë të tillë që pikë të ulëta tregonin nivel të ulët stresi dhe pikë të larta tregonin nivel të lartë stresi. Më pas këto pikë u kategorizuan në nivele të ndryshme stresi, duke filluar nga nivelet më të ulëta deri në ato më të lartat. Në grafikun e mëposhtëm shihet se si intensiteti i punës shfaqet në nivele të ndryshme tek policët rrugorë. Vihet re se rreth 40% e policëve rrugorë pjesëmarrës në studim deklarojnë se kanë intensitet të ulët në punën e tyre, por pjesa tjetër shprehen se intensiteti i punës së tyre varion nga mesatar në shumë të lartë. Kjo do të thotë se ky pozicion pune i punonjësit të sigurisë publike, bën pjesë në një kategori që përballlet vazhdimisht me nivel të lartë stresi. Ky intensitet ka pasojat e tij, të cilat do të diskutohen më poshtë.



Grafiku 7. Intensiteti i stresit tek policët rrugorë.

Niveli i intensitetit të përjetimit të stresit dhe simptomat e përjetuara u koreluan dhe u gjet se koeficienti Pearson ishte  $r=0.453$ ,  $p<0.01$ . Ky korelacion pozitiv tregon se me rritjen e intensitetit të stresit rritet edhe shfaqja e simptomave fizike dhe psikologjike të policëve rrugorë. Bazuar në këtë korelacion u zhvillua edhe analiza e regresionit, e cila tregoi se nëse kemi informacion në lidhje më intensitetin e stresit të përjetuar nga policët rrugorë, atëherë mund të parashikojmë edhe nivelin simptomave fizike dhe psikologjike që ata mund të shfaqin. Në tabelat e mëposhtme, janë paraqitur të detajuara të dhënat e regresionit.

Tabela e Regresionit për simptomat e fizike & psikologjike bazuar në intensitetin e stresit

**Përmbledhja e modelit**

Model	R	R në katror	R në katror e rishikuar	Gabimi standard
1	.453 <sup>a</sup>	.205	.194	11.32

a. Parashikuesi: Vlera konstante, simptomat fizike & psikologjike

**Koeficientët**

Modeli	Koeficientit i pastandardizuar		Koeficientët e Standardizuar	t	Sig.
	B	Std. Error			
Vlera konstante	7.29	1.98		6.420	.000
Intensiteti	3.104	.391	.434	7.507	.000

**4.6 Rezultatet për I.E.V. Penale.**

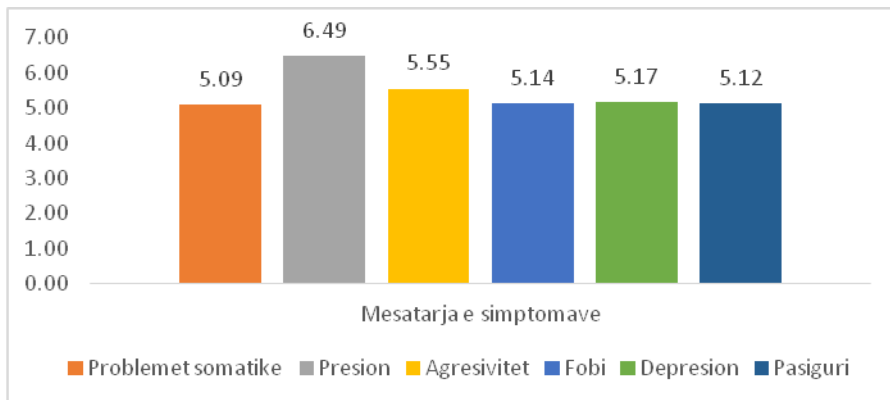
Në këtë studim u mat niveli i stresit dhe intensiteti i tij tek punonjësit e sigurisë publike pranë I.E.V. Penale. Kampioni i marrë në studim përbëhej nga 224 persona nga të cilët 44 ishin femra dhe 178 ishin meshkuj. Një ndryshim i tillë është i pritshëm meqenëse në përgjithësi punonjës i sigurisë publike është profesion i zgjedhur nga meshkujt, dhe sidomos kur ky punonjësi është efektiv në I.E.V.Penale, por dhe kontigjenti i të burgosurve është pothuajse në të njëjtin raport.

Tabela 33

Gjinia e pjesëmarrësve

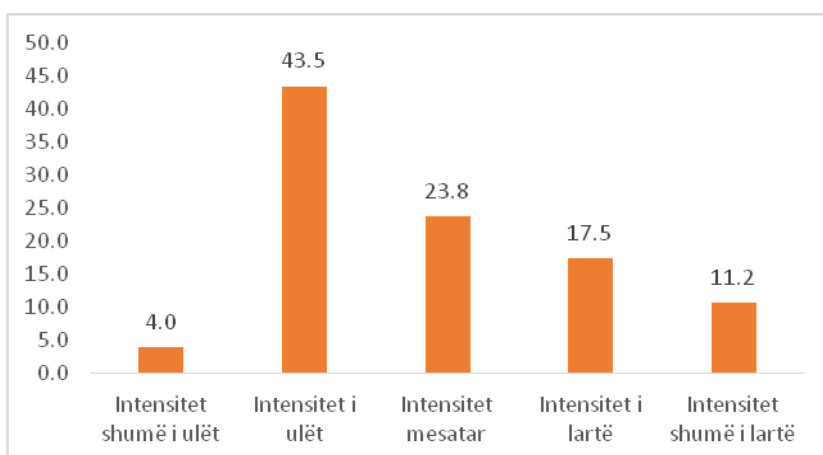
	Frekuenc	Përqindj	Përqindja vlefshme	Përqindja Kumulative
Femër	44	19.7	19.8	19.8
Mashkull	178	79.8	80.2	100.0
Total	222	99.6	100.0	
Nuk kanë shënuar gjininë	1	.4		
Total	223	100.0		

Mosha mesatare e kampionit ishte 42,3 vjeç, devijimi standard 9.1 ku punonjësi më moshën më të re ishte 23 vjeç dhe moshën më të vjetër ishte 60 vjeç. Kjo tregon një kampion heterogjen, përse i përket moshës. Ndër të tjera pjesëmarrësit në studim u pyetën për pasojat e stresit të shfaqura si simptoma të ndryshme si: ankthi, depresioni, etj. Pyetësi ishte koduar në mënyrë të tillë që sa më shumë pikë të grumbulloheshin, aq më tepër simptoma stresi shfaqnin punonjësit e sigurisë publike. Në grafikun e mëposhtëm janë paraqitur nivelet e simptomave të vetë-raportuara nga këta punonjës.



Grafiku 8. Niveli i simptomave të vetë-raportuara nga punonjësit e burgjeve.

Siç vihet re në këtë grafik, të gjitha simptomat paraqiten pak a shumë në të njëjtin nivel, me përjashtim të presionit të jashtëm që ka një mesatare më të lartë se të tjerat. Ky mund të jetë një indikator që punonjësit e sigurisë në I.E.V. Penale kanë presion shumë të lartë nga lloji i punës që ata bëjnë. Një tjetër faktor që u shqyrtua ishte intensiteti i stresit me të cilën përballen këta punonjës. Në grafikun e mëposhtëm shihet se si intensiteti i punës shfaqet në nivele të ndryshme tek punonjësit e I.E.V. Penale. Vihet re se pothuajse gjysma e punonjësve deklarojnë se kanë intensitet të ulët stresi në punën e tyre, por gjysma tjetër shprehen se intensiteti i stresit në punën e tyre luhet nga mesatar në shumë të lartë. Kjo do të thotë se edhe pse detyra e punonjësve në burgje mund të duket monotone, pa ndonjë variacion dhe tepër rutinë (sidomos e krahasuar me punonjësit e skuadrave speciale të ndërhyrjes së shpejtë, etj), përsëri kjo kategori ka një nivel të konsiderueshëm të intensitetit të stresit me të cilën përballen çdo ditë. Ky intensitet ka pasojat e tij, të cilat do të diskutohen më poshtë.



Grafiku 9. Intensiteti i stresit tek punonjësit e I.E.V. Penale

Niveli i intensitetit të përjetimit të stresit dhe simptomat e përjetuara u koreluan dhe u gjet se koeficienti Pearson ishte  $r=0.402$ ,  $p<0.01$ . Kjo do të thotë se me rritjen e intensitetit të stresit rriten edhe simptomat fizike dhe psikologjike të punonjësve të burgjeve. Bazuar në këtë korelacion u zhvillua edhe analiza e regresionit e cila tregoi se nëse kemi informacion në lidhje më intensitetin e stresit të përjetuar nga punonjësit e burgjeve, atëherë mund të parashikojmë edhe

nivelin simptomave të raportuara. Në tabelat e mëposhtme, janë paraqitur të detajuara të dhënat e regresionit.

Tabela 14

Regresioni për simptomat e fizike & psikologjike bazuar në intensitetin e stresit.

**Përmbledhja e modelit**

Model	R	R në katror	R në katror e rishikuar	Gabimi standard
1	.402 <sup>a</sup>	.162	.158	12.4932

a. Parashikuesi: Vlera konstante, simptomat fizike & psikologjike

**Koefiçentët**

Modeli	Koefiçentit i pastandardizuar		Koefiçentët Standardizuar	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Vlera konstante	9.729	1.666		5.840	.000
Intensiteti	2.504	.384	.402	6.520	.000

a. Variabli i varur: simptomat somatike dhe psikologjike

Një tjetër analizë u bë për të parë nëse kishte ndryshime ndërmjet punonjësve të burgjeve meshkuj dhe femra në lidhje me intensitetin e stresit të përjetuar dhe simptomave të shfaqura. Për këtë analizë u zhvillua testi-t i pavarur. Siç mund të shihet në tabelën e mëposhtme, meshkujt raportojnë se përjetojnë më shumë simptoma, megjithëse niveli i intensitetit të stresit është i njëjtë. Kjo mund të vijë sepse femrat mund të kenë mekanizma më të mirë mbrojtjeje ndaj intensitetit të stresit së tyre.

Tabela 35

Ndryshimet e intensitetit të stresit dhe simptomave të raportuara, sipas gjinisë.

	Gjinia	N	Mesatarja	Devijimi Standard	t	Gradët e lirisë	p
Simptomat	Femër	44	13.545	7.8071	-4.35	125	<b>0.002</b>
	Mashkull	178	20.492	14.3897			
Intensiteti	Femër	44	3.6818	1.97393	0.22	220	0.82
	Mashkull	178	3.7640	2.24249			

Punonjësit e sigurisë publike në I.E.V. Penale e Shqipërisë përballen çdo ditë me nivele të larta stresi dhe intensitet të fortë. Kjo lloj situatë bën që këta punonjës të kenë simptoma të ndryshme si ankth, depresion, etj, dhe rrjedhimisht performanca e tyre mund të ndryshojë. Në këtë studim nuk u bë ndonjë matje e performancës së punonjësve në burgje, por është logjike të mendohet se një punonjës me intensitet të lartë stresi dhe simptoma të ndryshme si pasojë e këtij stresi nuk do të ketë performancën më të mirë të mundshme.

#### 4.7 Rezultatet për P.M.N.Z (Zjarrfikësit).

Ky studim mori në shqyrtim 71 efektivë të forcave të zjarrfikësve në qytete të ndryshme të Shqipërisë, që përbëjnë 10% të popullatës së kësaj kategorie të punonjësve të sigurisë publike. Kampioni kishte një moshë mesatare rreth 43 vjeç, dhe devijim standard 8.8 vjet. Efektivi më i ri ishte 23 vjeç, ndërsa efektivi më i vjetër ishte 63 vjeç. Si një pozicion pune dukshëm mashkullor, i gjithë kampioni (100%) në këtë studim ishte i gjinisë mashkull, një statistikë e cila përputhet edhe me numrin total të femrave në këtë profesion, që është pothuaj inekzistent.

Në tabelat e mëposhtme janë paraqitur në frekuenca dhe përqindje shpërndarja e kampionit sipas qytetit ku ata janë të punësuar dhe gradën e tyre.

Tabela 36  
Shpërndarja e kampionit sipas qyteteve

	Frekuenca	Përqindja	Përqindja Kumulative
Tiranë	28	39.4	39.4
Durrës	9	12.7	52.1
Durrës-port	5	7.0	59.2
Elbasan	5	7.0	66.2
Fier	2	2.8	69.0
Gjirokastrë	4	5.6	74.6
Krujë	5	7.0	81.7
Lezhë	5	7.0	88.7
Rinas	8	11.3	100.0
Totali	71	100.0	

Tabela 37

Shpërndarja e kampionit sipas gradës

	Frekuenca	Përqindja	Përqindja e vlefshme	Përqindja Kumulative
Të vlefshme Inspektor	47	66.2	79.7	79.7
Kryeinspektor	2	2.8	3.4	83.1
Nënkomisar	4	5.6	6.8	89.8
Kryeasistent	2	2.8	3.4	93.2
Gradë e lartë	4	5.6	6.8	100.0
Total	59	83.1	100.0	
Pa përgjigje	12	16.9		
Totali	71	100.0		



Kampioni u pyet për situatat traumatike, të cilat shkaktonin stres dhe ngarkesa të tjera psikologjike tek efektivët. Atyre iu kërkua të shënonin një ose më shumë nga katër kategoritë kryesore që citohen në literaturën botërore si stresorët kryesorë të punonjësve të sigurisë publike. Zjarrfikësit shënuan të paktën një nga këta stresorë dhe më shumë se një. Në tabelën e mëposhtme janë paraqitur këto kategori si burime të stresit të renditura nga të anketuarit si stresorët më problematikë të punës së tyre.

Tabela 38

Stresorët më të mëdhenj të cituar nga zjarrfikësit

Nr.	Stresori	Frekuenca e citimit	Përqindja e citimit
1.	Kushtet e papërshtatshme në punë	37	52.1
2.	Organizimi i strukturës	35	49.3
3.	Detyrë e veçantë e zjarrfikësit si punonjës i sigurisë publike	34	47.9
4.	Konfliktet ndër-personale	26	36.6

Siç mund të vihet re nga kjo tabelë, kategoria më problematike sipas të anketuarve janë kushtet e papërshtatshme në punë. kategoria më pak e cituar është ajo që përmbledh konfliktet ndër-personale, të cilat edhe pse janë cituar disi, janë një numër gati jo i rëndësishëm në krahasim me kategoritë e tjera. Zjarrfikësit kishin dhe një opsion për të cilin ata mund të zgjidhnin një stresor tjetër, të cilin ne nuk e kishim klasifikuar në katër kategoritë e para, por nuk pati ndonjë përgjigje të unifikuar ndërmjet zjarrfikësve.

Synimi i studimit ishte përcaktimi i stresit bazuar në shumë faktorë që e përbëjnë atë, siç janë: faktorët konjitivë, fiziologjikë, etj. Për çdo pjesëmarrës u përcaktua një nivel stresi i cili luhatej nga 0 (pa asnjë stres) deri në 80 (niveli maksimal i mundshëm i stresit). Kjo shkallë pati një mesatare 26.6, dhe devijim standard 19.2. Kjo do të thotë se megjithëse mesatarja e nivelit të stresit nuk është shumë e lartë, stresi luhetet shumë nga një individ në një tjetër. Minimumi i nivelit të stresit të gjetur nga ky studim ishte 0, dhe maksimumi 71 pikë.

U bë edhe një korrelacion Pearson ndërmjet nivelit të stresit të vetë-raportuar nga pjesëmarrësit e studimit dhe moshës së tyre, por korrelacioni nuk rezultoi statistikisht i rëndësishëm,  $r(69)=0.076$ ,  $p>0.05$ . Kjo do të thotë që mosha dhe niveli i stresit nuk lidhen në këtë profesion. Pra, bazuar në këtë korrelacion është e pamundur të bësh një deduksion se cili nga grupmoshat është më i aftë për të përballuar stresin.

Një tjetër analizë e bërë ishte ANOVA. Njëpërmjet kësaj analize u pa nëse punonjës të qyteteve të ndryshme kishin nivele të ndryshme stresi. Kjo analizë tregoi se kishte një efekt vendi i

punës së zjarrfikësve kishte efekt mbi nivelin e stresit që ata përjetonin,  $F(8,62)=2.61$ ,  $p<0.05$ . Nga analiza post-hoc e Bonferroni rezultoi se kishte vetëm një ndryshim ndërmjet zjarrfikësve të Durrësit dhe të Rinasit, ku zjarrfikësit e Durrësit përjetonin nivele më të larta të stresit sesa kolegët e tyre në Rinas. Grupet e tjera në vendosur në qytete të tjera, rezultuan me të njëjtin nivel stresi nga puna e tyre.

#### 4.8 Përmbledhja e pikëve totale të pyetësorit.

Për të matur nivelin e stresit të të gjithë kampionit të marrë në studim u bë mbledhja e pikëve të intensitetit maksimumi 8 pikë me dimensionin e kontrollit me maksimum 36 dhe ato të shqetësimeve të raportuara 4 javët e fundit me pikë maksimale 36 për të 888 të anketuarit. U grupuan me rritje nga 10 pikë për të pasur një pasqyrë të qartë të renditjes së kampionit. Duhet të theksohet se maksimumi i pikëve arrin në 80.

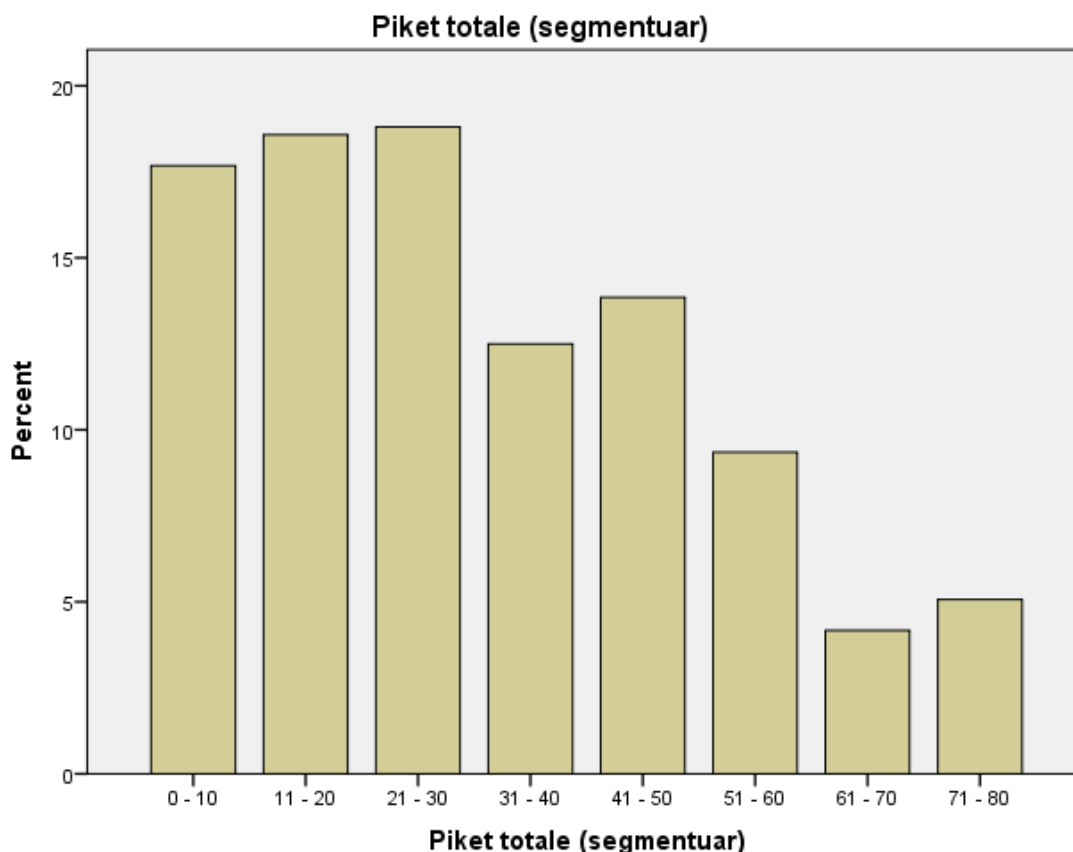
Tabela 39

Piket totale (segmentuar)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0 - 10	157	17.7	17.7	17.7
11 - 20	165	18.6	18.6	36.3
21 - 30	167	18.8	18.8	55.1
31 - 40	111	12.5	12.5	67.6
Valid 41 - 50	123	13.9	13.9	81.4
51 - 60	83	9.3	9.3	90.8
61 - 70	37	4.2	4.2	94.9
71 - 80	45	5.1	5.1	100.0
Total	888	100.0	100.0	

Janë shprehur 45 punonjës ose 5.1% të sigurisë publike në segmentimin 71 deri 80, në segmentin 61 deri 70 janë shprehur 37 të tyre ose 4.2%. Por duke marrë parasysh subjektivitetin në përgjigjet e të anketuarve ata që klasifikohen në segmentin e më pikëzimit maksimal nuk mund të klasifikohet në segment me të ulët dhe anashjelltas. Kështu totali i dy segmenteve është 82 të anketuar ose 9.3% të cilët konsiderohen se kanë stres maksimal. Ndërsa në segmentimin me pikëzim 51 deri në 61 pikë me 83 ose 9.3% të punonjësve të sigurisë dhe 41 deri në 50 pikë me 123 ose 13.9% të anketuar, në total të këtyre segmenteve mund të themi 206 ose 21.8% e punonjësve përjetojnë stres dhe ngarkesa psikologjike të moderuara. Ndërsa segmentimet e tjera 31 deri më 40 pikë me 111 të anketuar ose 12.5%, 21 deri në 30 pikë me 167 ose 18.8% me një total 278 ose

31.3% me stres në parametra normal. Ndërsa segmentet 11 deri në 20 pikë me 165 të anketuar ose 18.6% dhe 0 deri në 10 pikë me 157 ose 17.7%. pra me një total prej 322 ose 36.3% nuk tregojnë stres dhe ngarkesa të tjera psikologjike.



Grafiku 10

## KAPITULLI V

### 5. Diskutim

#### 5.1 Këndvështrim i përgjithshëm bazuar në gjetjet e instrumenteve.

Në këtë punim shkencor u diskutuan hulumtimet dhe përkufizimet shkencore themelore të stresit dhe ngarkesave të tjera psikologjike me të cilat përballet punonjësi i sigurisë publike, dhe u ilustruan supozimet themelore të koncepteve të përbashkëta mbi stresin dhe shqetësimeve që janë burim ngarkesash psikofizike. Gjithashtu u morën në konsideratë modelet shpjeguese të formimit të psikologjisë së stresit dhe faktorët të lidhur me kryerjen e detyrës funksionale të punonjësit të sigurisë publike, të cilat ndikojnë në përjetimin e këtyre ngarkesave e kryesisht atij të stresit dhe efekteve të mundshme të tyre.

Ndryshimi i sistemit politik pas 1990 solli kërkesa të tilla për institucionet e sigurisë publike në kuadrin e një sistemi demokratiko-pluralist, për të cilat punonjësit nuk ishin stërvitur. Egzigjencat kryesore ishin ndryshimi i statusit nga ai ushtarak në civil, ndryshimi i konceptit të punës, strukturës dhe metodologjisë të shoqëruar me ndryshimet e legjislacionit. Ky fluks kërkesash i gjeti të papërgatitur në përgjithësi punonjësit e sigurisë publike në të gjitha institucionet që kanë këtë profil përballë reformave të detyrueshme për t'iu përshtatur kërkesave adekuate, si për personelin në efikasitet ashtu dhe me personelin e ri që do rekrutohej. Në këtë klimë trysnie sociale dhe institucionale që bëhej mbi ta në kryerjen e detyrës me efikasitet, rritja e konsiderueshme e numrit të situatave traumatike ndaj të cilave u ekspozuan ata si punonjës të sigurisë publike solli një rritje të mundësisë për t'u prekur nga shqetësime të tilla si: si çrregullime të ankthit, çrregullime të stresit post-traumatik si dhe devijimeve të tjera deri me pasoja të rënda për shëndetin mendor. Ndjesia se përgjegjësia për një incident bie mbi punonjësin e sigurisë, detyrat e tepërta administrative, mungesa e mbështetjes nga institucioni, mungesa e një ambienti jo të përshtatshëm social, nevoja për të ndrydhur e shtypur disa emocione e përjetime si dhe konfliktet emotive mund të jenë disa nga faktorët në të cilat shprehen konfliktet ndërmjet kërkesave të detyrës dhe burimeve në dispozicion për përmbushjen e sajë. Aftësitë e menaxhimit, përballimit si dhe stilet e zgjidhjes së situatave krijojnë një premisë e cila ndihmon në zgjidhjen e problemeve që kanë lidhje me kryerjen e detyrës funksionale në zbatim të procedurave standarde legale të sanksionuar në ligje dhe rregullore të brendshme, por burimet e stresit që kanë të bëjnë me rrezikun potencial dhe pasiguria, ku në shumë raste është subjektive, paga e ulët, armiqësia nga qytetarët, etj. janë gjithmonë prezent në shoqërinë tonë e cila është në zhvillim e sipër, me aspiratën për t'iu bërë pjesë e komuniteteve të zhvilluara të botës së qytetëruar. Pra ato janë të pranishme dhe vazhdojnë ta mbajnë punonjësin e sigurisë publike nën këto ngarkesa psikologjike e të stresuar.

Këta punonjës, pjesëtarë të sigurisë publike janë ditë e natë pa ndërprerje në detyrë, janë të parët që mbërrijnë në zonat e incidenteve të ndryshme ose si thuhet në zhargonin e tyre: “vendngjarje” e në këtë mënyrë përfshihen nga ndikimi i tyre duke operuar kryesisht në dhënien e ndihmës së parë të të prekurve nga incidenti dhe evakuimin e tyre në vende të sigurt e deri në përfundim të të gjithë procesit të menaxhimit. Pra e thënë në mënyrë më koncize, ata përfshihen para gjatë dhe pas një situatave e cila mund të konsiderohet traumatike në vetvete ose edhe po të jetë e rutinës po ta ndajmë me faza për menaxhimin e sajë presioni i kohës për menaxhim, zgjidhje, dokumentim dhe raportim tek autoritetet kompetente, mikrostressorët që e shoqërojnë potencialisht mund të jenë burim i ngarkesave psikologjike. Pranohet tashmë në të gjithë botën nga shumë studiues të këtij fenomeni se ky është një profesion që konsiderohet si i rrezikshëm, me ngarkesa të konsiderueshme psikologjike dhe stresues. Ata jenë në mënyrë të pa shmangshme të ekspozuar nga stresorë të drejtpërdrejtë dhe të tërthortë, si duke rrezikuar jetën e vet kur hynë dhe operojnë në zonën e incidentit për të përmbushur detyrën funksionale dhe kur janë dëshmitarë të

përjetimeve me ngarkesa dhe stres të tjerëve. Pavarësisht se ka një kohë të gjatë dhe përpjekje të vazhdueshme për modernizimin e këtyre strukturave edhe sot nuk kemi struktura të mirëfillta të atashuara brenda institucioneve të sigurisë publike, që të jenë përgjegjës për shëndetin e tyre mendor. Ky kujdes duhet të konsistojë me rekrutimin, përgatitjen psikologjike për detyrën që do të kryejnë, parandalimin dhe trajtimin e çrregullimeve që shfaqen gjatë dhe pas ushtrimit të detyrës për t'i dhënë asistencën e nevojshme punonjësit të sigurisë publike që të rritet efënca e tyre. Pasojat negative të stresit në fushën e sigurisë janë tashmë të njohura prej kohësh. Kur individi ndodhet nën stres, mund të jetë një premisë për lindjen e situatave kritike gati të pa nevojshme dhe shumë lehtë të menaxhueshme. Diskutimi i mëposhtëm është fokusuar mbi krahasimin e gjetjeve të këtij punimi në të gjitha dimensionet e trajtuara në kapitujt paraardhës, efektet dëmtuese të stresorëve të lidhura me kryerjen e detyrave funksionale, më qëllim që në kuptimin e mirëfilltë këto gjetje të shërbejnë për ngritjen e strategjive se si t'i parandalojmë dhe minimizojmë këto efekte negative. Për një ekuilibër mental optimal. Vetëm duke e parë në këtë fokus të gjitha burimet në dispozicion të një personi, kapaciteteve të papërdorura dhe mundësve për veprim edhe të institucioneve përgjegjëse mund të jenë mjete efikase kundër stresit dhe ngarkesave psikologjike, për rrjedhojë diskutime të bëra në këtë rrafsh mund të kenë ndikim në funksion të mbrojtjes të shëndetit mendor të punonjësve të sigurisë publike. Pra këto burime duke u konsideruar si "faktor mbrojtës", të cilët krijojnë një filtër ndaj efekteve të stresit dhe kanë një ndikim primar dhe sekondar në përputhje me modelin transaksional të stresit të Lazarus (1966).

Përveç vlerësimit të situatave kritike të cilat shihen si burime të stresit, identifikimi i mundësive si dhe kapaciteteve individuale zënë një vend të pa kundërshtueshëm e të rëndësishëm për të përballuar e menaxhuar atë si dhe ngarkesat e tjera psikologjike. Këto burime janë të brendshme ose të jashtme. Resurset e brendshme janë individuale, subjektive dhe personale, burimet fizike dhe mendore që mund t'i përdorë personi për të plotësuar kërkesat dhe kushtet e jashtme dhe të merret me to në mënyrë adekuate në lidhje me shëndetin mendor. Burimet e jashtme janë fizike, materiale, sociale dhe faktorë organizative. Në këtë drejtim të dy aspektet, ato të situatës si dhe ato personale të përjetimit të stresit të përshkruara tashmë mund të konsiderohen si faktorë të ngarkesave psikologjike kryesisht të stresit e duke i studiuar në imtësi mund të hapen perspektiva për të ngritur strategji mbi baza shkencore që mund të përdoren për të menaxhuar dhe zbutur efektin e stresorëve. Në këtë këndvështrim kjo ka të bëjë me një kontroll sa më të lartë të situatës dhe të veprimeve të nevojshme si parashikueshmëria, disponueshmëria dhe mbështetja sociale në mbështetje të një sensi të brendshëm të kontrollit me nivel të lartë të vetëfikasitetit, të cilat mund të ndikojnë pozitivisht në përjetimin e ngarkesave psikologjike e kryesisht stresit dhe të zbusë pasojat e tyre.

## 5.2 Epidemiologjia e ngarkesave psikologjike dhe e stresit.

Sa më sipër mund të themi se në përgjithësi gjetjet nga instrumentet matëse të përdorura në këtë kërkim përfaqësohen me gjetjet e studimeve të njëjtit fenomen në vendet e tjera të globit. Se në ç'raport qëndron niveli i stresit të gjetur në vendin tonë në krahasim me popullatat e ngjashme të vendeve të tjera dhe ngarkesat psikologjike në kuadër të ushtrimit të detyrës së punonjësit të sigurisë publike e tregojnë po t'i bëjmë një krahasim epidemiologjik të këtij fenomeni në vendet e tjera. Punonjësit e sigurisë publike të marrë si kampion në studim u pyetën në mënyrë specifike se kë konsideronin situata traumatike me ngarkesa psikologjike dhe stresuese në vendin e punës. Pra jo vetëm nëse ka, por edhe sa është frekuenca specifike e tyre. Nga identifikimi i situatave traumatike si burim i stresit dhe i çrregullimeve tipike mendore të punonjësit të sigurisë publike, në një total prej 31 intervistash u regjistruan 75 situata traumatike (2.42 situata traumatike për çdo intervistues). Gjatë intervistave nga 75 raste u regjistruan hollësisht 47 (62.66%) situata të cilësuar si traumatike me ngarkesa të lartë psikologjike. Ndërsa 28 (37.33%) e situatave traumatike u përshkruan shkurtimisht gjatë regjistrimit për shkak të kufizimeve kohore, në mënyrë të detajuar u diskutuan vetëm ato situata stresante, të cilat u vlerësua nga të intervistuarit si më traumatike. Nga 22 (70.96%) të intervistuar meshkuj u regjistruan në total 54 (72%) situata traumatike, 34(45%) prej të cilave u diskutuan në detaje të shprehura si situata me stresante, ndërsa 20 prej tyre ose (26.66%) situata traumatike u përshkruan shkurtimisht gjatë regjistrimit për shkak të kufizimeve kohore. Pra për çdo intervistë 2.45 u regjistruan si situata traumatike. Në të 9 (29.04%) të intervistat me femra u regjistruan 21 (28%) situata traumatike ku nga këto 13(17.33%) u diskutuan në detaje dhe gjerësisht ndërsa 8(10.66%) situata traumatike u përshkruan shkurtimisht gjatë regjistrimit për shkak të kufizimeve kohore. Pra u regjistruan 2.33 situata për çdo intervistë. Intervistat e meshkujve dhe femra nuk ndryshojnë në numër për çka paraqiten si situata stresante. Në intervistat me fokus grup identifikimi i situatave traumatike si burim i stresit dhe i çrregullimeve tipike mendore të punonjësit të sigurisë publike (premisë për çrregullime të mëtejshme) rezultoi si vijon. Në një total prej 4 intervistash me fokus grup me një total prej 26 punonjësish të sigurisë publike u regjistruan 67 situata traumatike (2.57 situata traumatike për çdo pjesëmarrës në intervista ose 16.7 situata për çdo grup). Gjatë intervistave nga 67 raste u regjistruan hollësisht 42 (62.68%) situata të cilësuar si traumatike me ngarkesa të lartë psikologjike. Ndërsa 25 (37.32%) e situatave traumatike u përshkruan shkurtimisht gjatë regjistrimit për shkak të kufizimeve në kohore, në mënyrë të detajuar u diskutuan vetëm ato situata stresante, të cilat u vlerësua nga pjesëmarrësit në fokus grup si më traumatike. Ndërsa nga rezultatet e pyetësorit rezultoi se: Si rezultat i një konflikti ose problemi ndërpersonal ose social janë shprehur 222 të anketuar ose 25% e (N=888). Si rezultat i kushteve të papërshtatshme të vendit të punës janë shprehur 646 ose 72.7% e (N=888). Si rezultat i një detyre të veçantë si

punonjës i sigurisë publike janë shprehur 458 ose 51.6 % (N=888). Si rezultat i organizimit dhe strukturës ku bëni pjesë janë shprehur 429 ose 48.3% Si rezultat i rrethanave të veçanta gjatë ushtrimit të detyrës që ata klasifikojnë stresante dhe nuk janë përmendur në katër ndarjet e më sipërme janë shprehur 65 ose 7.3% e (N=888). Kjo vërteton dhe njëherë saktësinë e taksonomisë së situatave traumatike të cilat mund të jenë burim stresi për punonjësit e sigurisë publike pasi tek kategoria e pestë me pyetje të hapur janë shprehur vetëm 7.3% e (N=888) dhe specifikimet që kanë dhënë një pjesë dërrmuese e tyre mund të klasifikoheshin shumë lehtë tek kategoritë e sipërcituara. Po t'i përmbledhim të dhënat e tre instrumenteve të përdorur në këtë studim triangular rezulton se: Në intervista raportojnë 62.66%, në intervistat me fokus grup raportojnë 62.68% dhe tek pyetësorët se të paktën një herë në muaj 53.6% e tyre përballen rregullisht me situata që ata i konsiderojnë stresante dhe 74.1% e meshkujve e 78.7 e femrave raportojnë se ka më shumë se një situatë që ata e konsiderojnë si burim stresi. Pra si rrjedhojë punonjësi i sigurisë publike është vazhdimisht i ekspozuar ndaj ngjarjeve traumatike për shkak të funksionit dhe detyrës që kryen dhe ky ekspozim është disa herë më i lartë se mesatarja e popullsisë ku operon kampioni i mare në studim. Latscha në studimin e tij të bërë në Gjermani thotë se punonjësi i policisë në krahasim me pjesën tjetër të popullsisë është më shpesh në kontakt me ngjarje potencialisht traumatike. Ai gjeti se 62.5-64.4 % e të anketuarve raportonin se janë në kontakt me situata traumatike gjatë ushtrimit të detyrës. Gjithashtu parë në këtë prizëm po t'i bëjmë një përmbledhje ngarkesave psikologjike dhe faktorëve në përmbushjen e detyrës së punonjësit të sigurisë publike vihet re se 42,1% e punonjësve të sigurisë publike shprehen se përjetojnë situata stresuese në vazhdimësi. Kjo përqindje është thelbësore të kihet parasysh si tregues për nivelin e kushteve të punës në të cilin punojnë këta punonjës. Bien në sy se si rezultat i kushteve të papërshtatshme të vendit të punës janë shprehur 72.7% e të anketuarve, kjo është një shifër që tejkalon parashikimet dhe ka vetëm një shpjegim se kushtet në të cilat punojnë këta efektivë janë në situatë dramatike mjafton të shohësh raportimin në media, raportet e organeve kompetente, për procedimet penale me abuzimin me tenderët të cilët duhet të furnizonin me mjete logjistike si automjete, uniforma mjete speciale, dhe pagesat për orët e punës mbi orarin pagesat dhe shpërblimet e të tjera të parashikuara me ligj por nuk aplikohen dhe vëzhgimet në terren gjatë ushtrimit të detyrës të këtyre efektivëve, mendoj se ka baza të forta pavarësisht subjektivizmit potencial .

### **5.3 Shpeshësia e përballjes me situatat traumatike.**

Punonjësit e sigurisë publike të marrë si kampion në studim gjithashtu u pyetën në mënyrë specifike për shpeshësinë e situatave stresuese në vendin e punës. Pra, jo vetëm nëse stresi dhe ngarkesat e tjera psikologjike që e shoqërojnë ose janë premisa për të, është pjesë e rregullt që

shoqëron veprimtarinë e tyre gjatë ushtrimit të detyrës, por edhe frekuencat në mënyrë specifike. Duke marrë në konsideratë vetë-raportimet ku përballja me situata stresante të paktën një herë në javë, potencialisht krijojnë një situatë tepër të ngarkuar psikologjikisht dhe me stres, për çdo lloj punonjësi mund të vihet re se 39.6% e të anketuarve ndjehen se janë të ekspozuar ndaj këtyre situatave tepër shpesh. Kjo gjetje është në përputhje me gjetjet ku 42.1% e pjesëmarrësve shprehin se përballen me situata stresuese në mënyrë të rregullt. Bazuar edhe në literaturën relevante, është pranuar tashmë se përballja në mënyrë konstante me situata të konsideruara traumatike janë stresuese dhe do të sjellin pasoja fizike dhe psikologjike.

#### **5.4 Shpërndarja e ngarkesave psikologjike dhe stresit, pikët totale.**

Pjesëmarrësit në studim u pyetën për situata specifike sesi ndjeheshin ata dhe bazuar në vetë-raportimet e tyre, pas kodimit të këtyre situatave, kampioni u nda në dy kategori me simptoma me nivele të larta apo të ulëta sipas variablave të mëposhtëm: ankthi, probleme somatike, presioni, agresiviteti, fobi, depresioni, dhe kontrolli social. Siç u vu re nga gjetjet punonjësit e sigurisë publike raportojnë se fobitë janë shqetësimet që kanë treguesin më të lartë krahasuar me shqetësimet e tjera. Sigurisht që nuk duhen lënë pas dore edhe problematikat e tjera, si: ankthi, agresiviteti që rezultojnë të larta për 47.2% të kampionit. Këto vlera tregojnë se edhe shqetësimet e tjera janë të konsiderueshme. Vetëm shqetësimet somatike duket se nuk janë aq të shpeshta për këta punonjës. Pak më shumë se 1/3 e punonjësve raportojnë se kanë shqetësime somatike duke e bërë këtë problem ose më pak të hasur, ose nuk e lidhin aq shumë me problemin e stresit në punë.

Po të shohim me vëmendje gjetjet në përmbledhjen totale të pikëzimit shohim se janë shprehur 45 punonjës ose 5.1% të sigurisë publike në segmentimin 71 deri 80, në segmentin 61 deri 70 janë shprehur 37 të tyre ose 4.2%. Por duke marrë parasysh subjektivitetin në përgjigjet e të anketuarve ata që klasifikohen në segmentin e më pikëzimit maksimal nuk mund të klasifikohet në segment me të ulët dhe anasjelltas. Kështu totali i dy segmenteve është 82 të anketuar ose 9.3% të cilët konsiderohen se kanë stres maksimal. Ndërsa në segmentimin me pikëzimit 51 deri në 61 pikë me 83 ose 9.3% të punonjësve të sigurisë dhe 41 deri në 50 pikë me 123 ose 13.9% të anketuar, në total të këtyre segmenteve mund të themi 206 ose 21.8% e punonjësve përjetojnë stres dhe ngarkesa psikologjike të moderuara. Ndërsa segmentimet e tjera 31 deri më 40 pikë me 111 të anketuar ose 12.5%, 21 deri në 30 pikë me 167 ose 18.8% me një total 278 ose 31.3% me stres në parametra normal. Ndërsa segmentet 11 deri në 20 pikë me 165 të anketuar ose 18.6% dhe 0 deri në 10 pikë me 157 ose 17.7%. pra me një total prej 322 ose 36.3% nuk tregojnë stres dhe ngarkesa të tjera psikologjike.



## **5.4 Niveli i ngarkesave psikologjike sipas institucioneve të mara në studim për katër javët e fundit.**

Bazuar në shqetësimet e raportuara nga punonjësit e sigurisë publike sipas llojit të tre institucioneve kryesore, u përllogarit edhe niveli ngarkesave psikologjike. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 36 (ngarkesa maksimale psikologjike). Vlerat në vazhdim tregojnë si është paraqitur niveli i kësaj ngarkese në përqindje: I.E.V.P (Policia e Burgjeve) 26%. Policia e Shtetit tregonte një nivel prej 18.7% dhe P.M.N.Z (Zjarrfikësit) 15.5%, kjo vetëm vlera maksimale pa llogaritur vlerat e nivelit të moderuar. Këto gjetje tregojnë qartë se punonjësit e sigurisë publike të ndarë sipas llojit janë të ngarkuar psikologjikisht me një përqindje relativisht e lartë. Bie në sy se sa për qind raportojnë se nuk përjetojnë ngarkesë psikologjike, pothuajse aq raportojnë edhe ngarkesën maksimale. Nëse krahasojmë përqindjet punonjësit e policisë së burgjeve me dy llojet e tjera shohim se ata janë 1.5 herë më të ngarkuar në katër javët e fundit, pra ky ndryshim ka lidhje me detyrën e tyre funksionale. Po t'i krahasojmë këto gjetje me gjetjet e hulumtuesve evropian mund të themi se: Një vetë-raportim domethënës është se 22% e të anketuarve përjetonin shqetësime psikologjike sipas (Täegen,1997) dhe 43% sipas (Sommer,2003) pas një ngjarje traumatike ku kanë qenë të pranishëm ose nga 100 punonjës policie të pyetur 70% deri në 78% prej tyre shpreheshin se ndjenin shqetësime si ankth, frikë, tmerr ose të braktisur pas një ngjarjeje traumatike. (Latscha,2005). Kjo tregon qartë se punonjësit e sigurisë publike janë të ngarkuar psikologjikisht me të paktën një apo më shumë nga shqetësimet e raportuara prej tyre. Bie në sy se sa përqind raportojnë “aspak” ngarkesë psikologjike, pothuajse aq raportojnë edhe ngarkesën “maksimale”. Nëse krahasojmë pikët, ku si kufi ndarës do të konsideronim vlerën 21 deri në 30 si segmenti ndarjes ndërmjet atyre që kanë ngarkesë të madhe psikologjike dhe që ndërhyjnë në jetët e tyre, dhe nën 21 do të jetë ngarkesë e stresit me vlera normale të pranueshme në jetën e përditshme të individit, vihet re se 41% e punonjësve të sigurisë publike kanë ngarkesë më të madhe psikologjike nga ç'mund të përballojnë. Dhe nëse kjo ngarkesë do të shtrihet në kohë e pamënaxhuar si duhet, atëherë pasojat mund të jenë të paparashikueshme. Këto mund t'i krahasojmë me gjetjet në studime të tjera ku afërsisht 40% të të anketuarve raportonin shuarjen e simptomave pas ndërhyrjes në një aksident automobilistik me autobus ndërsa 60% prej tyre nuk mbartnin asnjë simptomë pas një jave. (Hermanutz & Buchmann, 1994). Ndërsa Rösch (1998) raporton se 60% si arsye e një ndërhyrje të vështirë në zonën e krizës të punonjësve të sigurisë publike shfaqnin simptoma të ngarkesave psikike.

## **5.5 Rezultatet sipas gjinisë.**

Nga këta 85.7% (N=761) ishin meshkuj dhe 14.3% (N=127) ishin femra. Moshë mesatare e kampionit ishte 41.04 vjet dhe devijimi standard=9.44, ku punonjësi më i ri ishte 20 vjeç dhe më i vjetri 64 vjeç. Vitet e punës si punonjës i sigurisë publike varionin nga 0 deri në 39 vite pune, me një mesatare 13.75, dhe devijim standard 8.5 vjet. Për të evidentuar ndryshime ndërmjet grupeve të ndryshme që ishin pjesëmarrës në këtë studim, u zhvillua testi. Ndarja bazë ishte gjinia dhe u investigua nëse meshkujt dhe femrat si punonjës të sigurisë publike në Shqipëri ndryshonin apo jo në terma të intensitetit të përjetimit të stresit, të problematikave psikologjike dhe somatike të paraqitura nga pjesëmarrësit. Këto gjetje tregojnë se nuk ka asnjë ndryshim ndërmjet meshkujve dhe femrave si punonjës të sigurisë publike për problematikën e ndryshme që ata përjetojnë gjatë kryerjes së detyrës. Ky rezultat deri diku ishte i pritshëm, sepse puna e punonjësve të sigurisë publike nuk kursen meshkujt apo femrat, por shfaqet me të njëjtin intensitet për të dyja gjinitë. I vetmi faktor ku këto dy gjini ndryshojnë nga njëra tjetra është shfaqja e agresivitetit. Vihet re se femrat janë disi më të buta (mesatare=0.635) krahasuar me meshkujt (mesatare=0.678), gjatë kryerjes së detyrës së tyre. Theksojmë se po të krahasojmë gjetjet e mësipërme me një studim të kryer në pesë institucione të Policisë së Hamburgut me 155 kampionë të gjinisë femërore të të gjithë spektrit të gradave, moshës, funksioneve dhe kohëzgjatjes në shërbim rezultoi së 5% e tyre u diagnostikuan me ÇSPT-së, 15% me simptoma parciais të ÇSPT-së, 23% mbartnin simptoma të depresionit dhe 43% e tyre shfaqnin shqetësime psiko-somatike. (Carlier et al., Tëegen et al., 1997). Pra gjetjet janë në të njëjtat nivele përse i përket këtij niveli, kjo vërteton dhe thënie se punonjësi i sigurisë nuk ka atdhe.

Punonjësi i sigurisë publike ka një risk të lartë të preket nga stresi post-traumatik (ÇSPT) në krahasim me pjesën tjetër të popullsisë. Arsyeja kryesore është frekuenca e lartë e ekspozimit ndaj situatave stresante e me ngarkesa psikologjike gjatë përmbushjes së detyrës funksionale. Ashtu si e përmendëm dhe më lart e po të shohim me vëmendje gjetjet në përmbledhjen totale të pikëzimit shohim se janë shprehur 45 punonjës ose 5.1% të sigurisë publike në segmentimin 71 deri 80, në segmentin 61 deri 70 janë shprehur 37 të tyre ose 4.2%. Por duke marrë parasysh subjektivitetin në përgjigjet e të anketuarve ata që klasifikohen në segmentin e më pikëzimit maksimal nuk mund të klasifikohen në segment me të ulët dhe anasjelltas. Kështu totali i dy segmenteve është 82 të anketuar ose 9.3% të cilët konsiderohen se kanë stres maksimal. Duke pranuar se ky diagnostikim në vendin tonë nuk bëhet, por po të marrim në mënyrë hipotetike se 1/2 e tyre do të diagnostikoheshin me këtë çrregullim atëherë vlera do ishte gati e njëjtë pasi pyetësi është ndërtuar pikërisht për këtë arsye. Kjo duket qartë po të krahasojmë gjetjet e mësipërme me gjetjet në vendet e zhvilluara. Në popullatën normale prevalenca për stresin pas traumës në Gjermani për moshën 14 deri në 24 vjeç për femrat është 2.2% dhe për meshkujt 0.4% një herë raportohen me ÇSPT. Kjo prevalencë në vendet anglishtfolëse është 1-1.3%, pra një person në njëqind është prekur me stresin pas traumës. (Davidson & Fairbanks, 1992). Atëherë po të krahasojmë vlerat e pikëzimit të pyetësit të kampionit tonë me gjetjet në Landin e Bavarisë nga 104 punonjës policie

pjesë e një studimi të mirëfilltë shkencor rezultoi së 5.5-8.7% e tyre mbartnin simptomat e stresit post-traumatik, 6 nga 52 të anketuarve të cilët kishin përdorur armën e zjarrit gjatë shërbimit për të përmbushur detyrën u diagnostikuan me ÇSPT, 11 nga 100 të marrë në studim rezultuan me simptoma të ÇSPT-së si rezultat i ngjarjeve apo incidenteve të ndodhura para shumë kohësh. (Latscha,2005). Ndërsa 5 nga 100 punonjës të Policisë së Hamburgut rezultuan me simptoma të plota të stresit pastraumës (ÇSPT). (Tëegen,1997). Një vit e gjysmë pas një ndërhyrjeje në zjarrin e rënë në një diskotekë në Skandinavi 41 punonjësit e sigurisë publike të intervistuar shumica raportonin për shqetësime psikologjike si rezultat i ngjarjes, ku 5-7% u diagnostikuan me ÇSPT (Renck,2002).

## **5.6 Niveli i intensitetit sipas institucioneve të mara në studim.**

Një tjetër faktor që u shqyrtua ishte intensiteti i stresit me të cilën përballen punonjësit e sigurisë publike. Instrumenti i intensitetit të stresit u kodua në mënyrë të tillë që pikë të ulëta tregonin nivel të ulët stresi dhe pikë të larta tregonin nivel të lartë stresi. Më pas këto pikë u kategorizuan në nivele të ndryshme stresi, duke filluar nga nivelet më të ulëta deri në ato më të lartat. Bazuar në intensitetin e shqetësimeve e raportuara nga punonjësit e sigurisë publike pas pyetjes së bërë se sa të ngarkuar psikologjikisht ndiheshin akoma nga situatat që kishin kaluar, u përllorgarit edhe niveli i intensitetit të ngarkesës psikologjike dhe stresit. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 8 (intensitet maksimale). Në grafikun e mëposhtëm është paraqitur niveli i intensitetit në përqindje. Ky nivel është paraqitur për të tre grupet kryesore të kampionit të institucioneve të mara në studim. Respektivisht mund të themi se Policia e Shtetit tregonte një nivel prej 12.8% në vlerë maksimale, I.E.V.P. (Policia e Burgjeve) 11.2% dhe P.M.N.Z. (Zjarrfikësit) 7%. Në nivel të moderuar ato janë respektivisht: Policia e Shtetit 14.8% , I.E.V.P. (Policia e Burgjeve) 14.1% dhe P.M.N.Z. (Zjarrfikësit)17.5%. Në nivel të mesatar ato janë respektivisht Policia e Shtetit 24.9%, I.E.V.P (Policia e Burgjeve) 23.8% dhe P.M.N.Z. (Zjarrfikësit) 25.5%. Në nivel normal ato janë respektivisht Policia e Shtetit 44.9%, I.E.V.P. (Policia e Burgjeve) 43.5% dhe P.M.N.Z. (Zjarrfikësit) 47.9%. Pra si dhe shihet nga vlerat e mësipërme punonjësit e sigurisë së institucionit të Policisë së Shtetit tregojnë për vlera më të larta të këtij institucioni dhe kjo vjen nga frekuenca më e lartë e situatave traumatike që ata përballen në jetën e tyre profesionale.

## **5.7 Rezultatet e Policisë së Shtetit sipas funksioneve.**

Në këtë studim u mat niveli i stresit dhe intensiteti i tij tek punonjësit e sigurisë publike të cilët aderojnë në Policinë e Shtetit. Kampioni i marrë në studim përbëhej nga 594 persona nga të cilët 83 ishin femra dhe 511 ishin meshkuj. Një ndryshim i tillë është i pritshëm meqenëse në

përgjithësi punonjës i sigurisë publike është profesion i zgjedhur nga meshkujt, dhe sidomos kur punonjësi është efektiv në këto institucione, por dhe institucionet homologe nëpër botë kanë pothuajse të njëjtin raport. Bazuar në intensitetin e shqetësimeve të raportuara nga efektivët e Policisë së shtetit si punonjësit e sigurisë publike pas pyetjes së bërë se sa të ngarkuar psikologjikisht ndiheshin akoma nga situatat që kishin kaluar, u përllogarit edhe niveli i intensitetit të ngarkesës psikologjike dhe stresit. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 8 (intensitet maksimale). Ky nivel është paraqitur për të katër nëngrupet kryesore të kampionit të institucionit të Policisë së shtetit të mara në studim. Respektivisht mund të themi se Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 18.3% në vlerë maksimale, Policia Kriminale 15%, Policia e Rendit 11.4% dhe F.N.SH. & FS 10.3%. Në nivel të moderuar ato janë respektivisht Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 11%, Policia Kriminale 13%, Policia e Rendit 14.2% dhe F.N.SH. & FS 23%. Në nivel të moderuar ato janë respektivisht. Në nivel normal ato janë respektivisht Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 43.8% , Policia Kriminale 49% , Policia e Rendit 49.3% dhe F.N.SH. & FS 43.8%. Pra po të shohim me vëmendje policët rrugorë tregojnë vlera dukshëm më të larta të intensitetit pasi ata janë të ekspozuar nga një gamë e gjerë të situatave traumatikë gjatë ushtrimit të detyrës. Kjo vërteton edhe njëherë se fluksi i lartë i stresorëve rrit intensitetin e ngarkesave psikologjike dhe stresin në veçanti.

Përsa u përket vlerave të ngarkesave të stresit në katër javët e fundit bazuar në shqetësimet e raportuara nga punonjësit e sigurisë publike sipas llojit të katër nënlojeve kryesore, u përllogarit edhe niveli i ngarkesës psikologjike. Ky nivel varion nga 0 (nuk ka ngarkesë) deri në 36 (ngarkesa maksimale psikologjike). Ky nivel është paraqitur për të katër nëngrupet kryesore të kampionit të institucionit të Policisë së shtetit të mara në studim. Respektivisht mund të themi se Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 15.9% në vlerë maksimale, Policia Kriminale 25% , Policia e Rendit 16.6% dhe F.N.SH. & FS 21.8%. Në nivel të moderuar ato janë respektivisht Policia Rrugore tregonte një nivel prej 7.3%, Policia Kriminale 10% , Policia e Rendit 6.2% dhe F.N.SH. & FS 8%. Në nivel normal ato janë respektivisht Policia Rrugore tregonte një nivel prej 39% , Policia Kriminale 36% , Policia e Rendit 45.2% dhe F.N.SH. & FS 39.1%. Nga kjo nëndarje do diskutojmë vetëm punonjësit e sigurisë publike në Policinë e shtetit të Policisë Rrugore pasi është një përfaqësim dinjitoz i këtij kampioni. Moshë mesatare e kampionit ishte 37.5 vjeç, devijimi standard 7.2 ku punonjësi me moshën më të re ishte 24 vjeç dhe moshën më të vjetër ishte 61 vjeç. Kjo tregon një kampion heterogjen, përsa i përket moshës. Pjesëmarrësit në studim u pyetën për pasojat e stresit të shfaqura si simptoma të ndryshme si: ankthi, depresioni, etj. Pyetësi ishte koduar në mënyrë të tillë që sa më shumë pikë të grumbulloheshin, aq më tepër simptoma stresi shfaqnin policët rrugorë. Në vlerat në vijim e janë paraqitur nivelet e simptomave të vetë-raportuara nga këta punonjës. Policia e Rrugore tregonte një nivel prej 18.3% të intensitetit maksimal dhe 15.9% për katër javët e fundit në vlerë maksimale. Siç u vihet re nga gjetjet tek policët rrugorë, të gjitha simptomat paraqiten pak a shumë në të njëjtin nivel. Kjo do të thotë që

policët rrugorë shfaqin simptoma të ndryshme gjatë kryerjes së detyrës së tyre. Të qenit nën presion, pasiguria dhe agresiviteti janë ato simptoma të cilat raportohen më shpesh. Problemet somatike, depresioni dhe fobitë janë simptoma me të cilat ata përballen, por shfaqen në nivel më të ulët krahasuar me grupin e parë të simptomave. Grupi i parë i simptomave mund të jenë edhe më të lehta, prandaj edhe shfaqen më shumë. Ndërsa përkthimi i nivelit të stresit me probleme somatike apo depresion është një proces që kërkon më shumë kohë dhe sigurisht impakti është më i madh. Rrjedhimisht edhe simptomat e vetëraportuara të grupit të parë janë më të shpeshta. Në vlerat e llogaritura shihet se si intensiteti i punës shfaqet në nivele të ndryshme tek policët rrugorë por është më i larti se nëngrupet e tjera të kampionit. Vihet re se rreth 40% e policëve rrugorë pjesëmarrës në studim deklarojnë se kanë intensitet të ulët të stresit dhe ngarkesat e tjera psikologjike në punën e tyre, por pjesa tjetër shprehen se intensiteti i punës së tyre varion nga mesatar në shumë të lartë. Niveli i intensitetit të përjetimit të stresit dhe simptomat e përjetuara u koreluan dhe u gjet se koeficienti Pearson ishte  $r=0.453$ ,  $p<0.01$ . Ky korelacion pozitiv tregon se me rritjen e intensitetit të stresit rritet edhe shfaqja e simptomave fizike dhe psikologjike të policëve rrugorë. Bazuar në këtë korelacion u zhvillua edhe analiza e regresionit, e cila tregoi se nëse kemi informacion në lidhje me intensitetin e stresit të përjetuar nga policët rrugorë, atëherë mund të parashikojmë edhe nivelin simptomave fizike dhe psikologjike që ata mund të shfaqin. Në tabelat e mëposhtme, janë paraqitur të detajuara të dhënat e regresionit. Kjo do të thotë se ky pozicion pune i punonjësit të sigurisë publike, bën pjesë në një kategori që përballlet vazhdimisht me nivel të lartë stresi. Këto nivele të stresit kanë pasojat e tyre, të cilat do të diskutohen më poshtë duke i krahasuar me të dhënat e studimeve me të njëjtin profil.

Kështu po të krahasojmë të dhënat e kampionit tonë të Policisë së Shtetit me gjetjet e studimeve nëpër vende të tjera rezulton se: Prej 1103 punonjës të sigurisë publike që morën pjesë në operacionin e kërkim shpëtimit në një aksident ajror në Yberlingen pas një viti rezultoi së 18 prej tyre përjetonin dy deri në katër herë në javë simptoma të stresit dhe 116 prej tyre 10.4% përjetonin një herë në javë ose më rrallë simptoma të tilla. (Buchmann & Rösch, 2005). Nën sindroma të stresit post-traumatik afatshkurtra dhe afatgjata tek të prekurit nuk japin përjetime të forta të stresit, kështu mund të përmendim simptomat akute osë kronike të stresit post-traumatik të cilat japin shqetësime dhe ngarkesa psikologjike, por nuk prekin cilësinë e jetës dhe nuk kufizojnë atë në aktivitetin e përditshëm. Afërsisht 5-6 nga 104 të anketuarit e punonjësve të sigurisë publike në Landin e Bajernit mbartin subsindromat e stresit pas traumës dhe 13% e grupit të anketuar, të cilët kanë përdorur armën e zjarrit gjatë shërbimit shfaqnin subsindroma të stresit pas traumës. (Latscha, 2005). Dhe Tëegen raporton gjithashtu së 15% e të anketuarve prej tij në Policinë e Hamburgut shfaqnin subsindroma të stresit pas traumës. (Tëegen, 1997).

## 5.8 Rezultatet për I.E.V.P (Policia e Burgjeve)

Në këtë studim u mat niveli i stresit dhe intensiteti i tij tek punonjësit e sigurisë publike pranë I.E.V. Penale. Kampioni i marrë në studim përbëhej nga 224 persona nga të cilët 44 ose 19.64% ishin femra dhe 178 ose 79.46 ishin meshkuj. Një ndryshim i tillë është i pritshëm meqenëse në përgjithësi punonjësi i sigurisë publike është profesion i zgjedhur nga meshkujt, dhe sidomos kur ky punonjësi është efektiv në I.E.V. Penale. Punonjësit e sigurisë publike në I.E.V. Penale e Shqipërisë përballen çdo ditë me nivele të larta stresi dhe intensitet të fortë. Të dhënat e intensitetit të ngarkesës ishin për I.E.V.P. (Policia e Burgjeve) 14.1% në vlerën të moderuar dhe 11.2% në nivel maksimal ndërsa niveli i ngarkesës për katër javët e fundit ishte I.E.V.P. (Policia e Burgjeve) 26%. Kjo lloj situatë më vlera kaq të mëdha bën që këta punonjës të kenë simptoma të ndryshme si ankth, depresion, etj, dhe rrjedhimisht performanca e tyre në përmbushje të detyrës mund të ndryshojë. Në këtë studim nuk u bë ndonjë matje e performancës së punonjësve në burgje, por është logjike të mendohet se një punonjës me intensitet të lartë stresi dhe simptoma të ndryshme si pasojë e këtij stresi nuk do të ketë performancën më të mirë të mundshme. Niveli i intensitetit të përjetimit të stresit dhe simptomat e përjetuara u koreluan dhe u gjet se koeficienti Pearson ishte  $r=0.402$ ,  $p<0.01$ . Kjo do të thotë se me rritjen e intensitetit të stresit rriten edhe simptomat fizike dhe psikologjike të punonjësve të burgjeve. Bazuar në këtë korelacion u zhvillua edhe analiza e regresionit, e cila tregoi se nëse kemi informacion në lidhje me intensitetin e stresit të përjetuar nga punonjësit e burgjeve, atëherë mund të parashikojmë edhe nivelin simptomave të raportuara. Siç vihet re nga të dhënat, të gjitha simptomat paraqiten pak a shumë në të njëjtin nivel, me përjashtim të presionit të jashtëm që ka një mesatare më të lartë se të tjerat. Ky mund të jetë një indikator që punonjësit e sigurisë në I.E.V. Penale kanë presion shumë të lartë nga lloji i punës që ata bëjnë. Një tjetër faktor që u shqyrtua ishte intensiteti i stresit me të cilën përballen këta punonjës. Në të dhënat e mëposhtme shihet se si intensiteti i punës shfaqet në nivele të ndryshme tek punonjësit e I.E.V. Penale. Vihet re se pothuajse gjysma e punonjësve deklarojnë se kanë intensitet të ulët stresi në punën e tyre, por gjysma tjetër shprehen se intensiteti i stresit në punën e tyre luhet nga mesatar në shumë të lartë. Kjo do të thotë se edhe pse detyra e punonjësve në burgje mund të duket monotone, pa ndonjë variacion dhe tepër rutinë (sidomos e krahasuar me punonjësit e skuadrave speciale të ndërhyrjes së shpejtë etj), përsëri kjo kategori ka një nivel të konsiderueshëm të intensitetit të stresit me të cilën përballen çdo ditë.

## 5.9 Rezultatet e P.M.N.Z. (Zjarrfikësit).

Zjarrfikësit ushtrojnë detyrën e tyre në kushte ekstreme dhe nën presionin e kohës, detyra e tyre mbart një përgjegjësi të madhe për personat që janë në nevojë në zonën e incidentit. Ata përballen me tragjedi njerëzore, të cilat shpesh dalin jashtë mundësive të tyre për t'i ndihmuar, pra ky profesion nuk kalon pa lënë gjurmë në jetët e tyre. Zjarrfikësit përballen me një rrezik të lartë që të preken nga çrregullimet e shëndetit mendorë në krahasim me punonjësit e tjerë të administratës civile dhe popullsia në përgjithësi. Ky studim mori në shqyrtim 71 efektivë të forcave të zjarrfikësve në qytete të ndryshme të Shqipërisë, që përbëjnë 10% të popullatës së kësaj kategorie të punonjësve të sigurisë publike. Kampioni kishte një moshë mesatare rreth 43 vjeç, dhe devijim standard 8.8 vjet. Efektivi më i ri ishte 23 vjeç, ndërsa efektivi më i vjetër ishte 63 vjeç. Si një pozicion pune dukshëm mashkullor, i gjithë kampioni (100%) në këtë studim ishte i gjinisë mashkull, një statistikë e cila përputhet edhe me numrin total të femrave në këtë profesion, që është pothuaj inekzistent. Kampioni u pyet për situatat traumatike, të cilat shkaktonin stres dhe ngarkesa të tjera psikologjike tek efektivët. Atyre iu kërkua të shënonin një ose më shumë nga katër kategoritë kryesore që citohen në literaturën botërore si stresorët kryesorë të punonjësve të sigurisë publike. Zjarrfikësit si dhe pjesa tjetër e kampionit shënuan të paktën një nga këta stresorë dhe më shumë se një me të drejtë të zgjidhnin deri në tre kategori. kategoria më problematike sipas të anketuarve janë kushtet e papërshtatshme në punës. kategoria më pak e cituar është ajo që përmbledh konfliktet ndërpersonale, të cilat edhe pse janë cituar disi, janë një numër gati i pa rëndësishëm në krahasim me kategoritë e tjera. Të anketuarit e këtij kampioni njësor si dhe pjesët e tjera të kampionit kishin dhe një opsion për të cilin ata mund të zgjidhnin një stresor tjetër, të cilin nuk e kishim klasifikuar në katër kategoritë e parat dhe mund të shpreheshin me shkrim për situatën që ata e shihnin të arsyeshme, por në këtë opsion nuk pati ndonjë përgjigje të unifikuar ndërmjet zjarrfikësve. Synimi i studimit për këtë pjesë të kampionit ishte përcaktimi i stresit bazuar në shumë faktorë që e përbëjnë atë, siç janë: faktorët konjitivë, fiziologjikë, etj. Për çdo pjesëmarrës u përcaktua një nivel stresi, i cili luhatej nga 0 (pa asnjë stres) deri në 80 (niveli maksimal i mundshëm i stresit). Kjo shkallë pati një mesatare 26.6, dhe devijim standard 19.2. Kjo do të thotë se megjithëse mesatarja e nivelit të stresit nuk është shumë e lartë, stresi luhetet shumë nga një individ në një tjetër. Minimumi i nivelit të stresit të gjetur nga ky studim ishte 0, dhe maksimumi 71 pikë. U bë edhe një korrelacion Pearson ndërmjet nivelit të stresit të vetë-raportuar nga pjesëmarrësit e studimit dhe moshës së tyre, por korrelacioni nuk rezultoi statistikiisht i rëndësishëm,  $r(69)=0.076$ ,  $p>0.05$ . Kjo do të thotë që mosha dhe niveli i stresit nuk lidhen në këtë profesion. Pra, bazuar në këtë korrelacion është e pamundur të bësh një deduksion se cili nga grupmoshat është më i aftë për të përballuar stresin. Një tjetër analizë e bërë ishte ANOVA. Nëpërmjet kësaj analize u pa nëse punonjës të qyteteve të ndryshme kishin nivele të ndryshme stresi. Kjo analizë tregoi se kishte një efekt vendi i punës së zjarrfikësve kishte efekt mbi nivelin e

stresit që ata përjetonin,  $F(8,62)=2.61$ ,  $p<0.05$ . Nga analiza post-hoc e Bonferroni rezultoi se kishte vetëm një ndryshim ndërmjet zjarrfikësve të Durrësit dhe të Rinasit, ku zjarrfikësit e Durrësit përjetonin nivele më të larta të stresit sesa kolegët e tyre në Rinas. Grupet e tjera në vendosur në qytete të tjera, rezultuan me të njëjtin nivel stresi nga puna e tyre. Punonjësit e Rinasit ishin të paguar sa dyfishi i pjesës tjetër të kampionit dhe i kompletuar me të gjitha mjetet logjistike si homologet e tyre në Gjermani pasi aeroporti i Rinasit është nën administrimin e një firme gjermane dhe përzgjedhja, trajnimi dhe trajtimi i tyre është bërë sipas standardeve të tyre. Po t'i krahasojmë këto gjetje me gjetjet e ndryshme nëpër botë mund të themi se 36 prej njëqind zjarrfikësve në Australi preken nga ÇSPT (McFarlan, 1992). 9 prej njëqind zjarrfikësve në Gjermani është prekur nga ÇSPT (Tëegen und Kollegen, 1997) dhe 8 nga njëqind zjarrfikës vullnetare gjermanë mbartin këto simptoma (Rösch, 1998). 37 nga njëqind zjarrfikës përjetonin stres ekstrem (Bryant & Harvey, 1995b). 32 nga njëqind zjarrfikës përjetonin stres ekstrem nga ndërhyrja në një hotel. (Saroja, Kasmini, Muhamad & Zulkifli, 1995). Shqetësime dhe të diagnostikuar me stresin akut pas traumës 15% e forcave të kërkim shpëtimit që marrin pjesë në një situatë krize ku kërkohet ndërhyrja e punonjësve të sigurisë publike u diagnostikuan me stres akut pas traumës (Hermanutz & Buchmann, 1994). Gati 40 prej njëqind zjarrfikësve gjatë ushtrimit të detyrës kanë përjetuar stres akut pas traumës të paktën një herë. (Tëegen und Kollegen, 1997). Ndërsa 13 nga njëqind zjarrfikës të pyjeve në Australi pas një ndërhyrjeje në një zjarr masiv shfaqën simptoma subsindromale të stresit pas traumës. (McFarlan, 1992). Pothuajse 1/3 e të anketuarve në Gjermani plotësonin kriteret e subsindromës të stresit pas traumës, ÇSPTA-ut dhe 13% me subsindromën kronike të stresit pas traumës. (Tëegen und Kollegen, 1997).

## **5.10 Korelacionet ndërmjet variablave.**

Nga këta 85.7% (N=761) ishin meshkuj dhe 14.3% (N=127) ishin femra. Moshja mesatare e kampionit ishte 41.04 vjet dhe devijimi standard=9.44, ku punonjësi më i ri ishte 20 vjeç dhe më i vjetri 64 vjeç. Vitet e punës si punonjës i sigurisë publike varionin nga 0 deri në 39 vite pune, me një mesatare 13.75, dhe devijim standard 8.5 vjet. Për të parë nëse kishte apo jo ndonjë lidhje ndërmjet variablave të ndryshëm, u zhvilluan një sërë korelacionesh ndërmjet tyre. Nga këto korelacione vihet re se variablat korelojnë shumë me njëra tjetrën. Këto korelacione pozitive tregojnë se me rritjen e prezencës së njëres prej variablave rriten edhe të gjitha variablat e tjerë. Pra, në rastin kur ka stres të lartë në vendin e punës ka edhe ngarkesë të lartë psikologjike, agresivitet të shtuar, depresion të lartë e kështu me radhë. Përveç korelacionit të variablave u pa edhe korelacioni i stresit të përjetuar në punë dhe moshës. vlerat treguan se ka një korelacion pozitiv ndërmjet moshës dhe stresit të përjetuar në punë. Pra, me rritjen e moshës rritet dhe niveli i stresit, dhe me uljen e moshës ulet dhe niveli i stresit. Megjithatë ky koeficient bazuar në masën e tij ( $r=0.149$ ) bën pjesë tek korelacionet e vogla. Në fakt, duke ditur moshën e një personi të



sigurisë publike mund të parashikojmë deri në 2.2% të nivelit të stresit. Duke u nisur nga madhësia e efektit që ky korelacion tregon për marrëdhënien ndërmjet dy variablave mund të thuhet se ndikimi është pothuajse i parëndësishëm. Megjithëse e shohim marrëdhënien pozitive moshë-stres, dhe kjo marrëdhënie është sinjifikante, ndikimi i njëres tek tjetra është tepër i vogël dhe mund edhe të mos merret parasysh. Një tjetër analizë korelacionale që u zhvillua është ajo ndërmjet viteve të punës dhe stresit të përjetuar në vendin e punës. Njësoj si në rastin e moshës, korelacioni ndërmjet dy stresit në punë dhe viteve të punës për punonjësit e sigurisë publike në Shqipëri është sinjifikativ dhe pozitiv por vlera e tij është tepër e vogël. Pra, me rritjen e viteve të punës rritet dhe niveli i stresit, dhe me uljen e moshës ullet dhe niveli i stresit që këta punonjës përjetojnë në vendin e punës. Edhe ky koeficient bazuar në masën e tij ( $r=0.144$ ) bën pjesë tek korelacionet e vogla. Në fakt, duke ditur numrin e viteve të punës e një punonjësi të sigurisë publike mund të parashikojmë deri në 2.1% të nivelit të stresit. Duke u nisur nga madhësia e efektit që ky korelacion tregon për marrëdhënien ndërmjet dy variablave mund të thuhet se impakti është pothuajse i parëndësishëm. Megjithëse e shohim marrëdhënien pozitive vite punë-stres, dhe kjo marrëdhënie është sinjifikante, impakti i njëres tek tjetra është tepër i vogël dhe mund edhe të mos merret parasysh.

## KAPITULLI VI

### 6 KONKLuzionET DHE REKOMANDIMET

#### 6.1 Konkluzione

##### 6.1.1 Projekt objektivi i parë.

U realizua duke i dhënë përgjigje pyetjeve kërkimore se cilat qenë situatat traumatike që vlerësohen nga punonjësi i sigurisë publike si burime i stresit dhe i ngarkesave psikologjike që e shoqërojnë atë, klasifikimin në kategori e nënkategori dhe përcaktuar taksonominë e tyre me anë të eksplorimit të shkaqeve që stimulon ngarkesat psikologjike, lindjen e stresit dhe çrregullimeve mendore të punonjësit të sigurisë publike si rezultat i ballafaqimit me situata traumatike për shkak të detyrës. Më pas u identifikuan situatat traumatike të cilat shkaktojnë stres dhe ngarkesa psikologjike tek punonjësit e sigurisë publike. Në fund u bë një përmbledhje e ngarkesave psikologjike dhe faktorëve në përmbushjen e detyrës së punonjësit të sigurisë publike.

##### 6.12 Projekt objektivi i dytë.

U bë përmbledhja sasiore dhe cilësore e përmbledhjeve retroperspektive të ngarkesave, shqetësimeve psikologjike kryesisht stresi premisa për çrregullime mendore të punonjësit të sigurisë publike duke gjetur se sa ishte frekuenca dhe intensiteti i situatave traumatike. Gjithashtu u përcaktua dhe se sa ishte niveli i stresit brenda kësaj popullate. U krahasuan gjetjet e këtij punimi me punime të ngjashme nëpër vende të tjera duke parë se në ç'raport qëndron niveli i stresit të

gjetur në vendin tonë në krahasim me popullatat e ngjashme të vendeve të tjera. Pikë referimi u morën dhe gjetjet e ndryshme në lidhje me stresin dhe ngarkesat psikologjike nga punime prestigjioze botërore për popullata normale për të parë ndryshimin me nivelin mesatar të popullsisë ku vepron punonjësi i sigurisë publike. Individët që i përkasin popullatës të punonjësve të sigurisë publike nuk janë të imunizuar nga përjetimi i një niveli stresi më të lartë se mesatarja e popullsisë dhe pjesëmarrja në ngjarjet traumatike gjatë përmbushjes së detyrës funksionale, mund t'i bëjë ata me shumë gjasa të vuajnë nga çrregullimet të ndryshme e kryesisht stresit. Pra si rrjedhojë punonjësi i sigurisë publike është vazhdimisht i ekspozuar ndaj ngjarjeve traumatike për shkak të funksionit dhe detyrës që kryen dhe ky ekspozim është disa herë më i lartë se mesatarja e popullsisë ku vepron kampioni i marrë në studim.

Toksonomia e parashikuar në instrumentet e përdorur në këtë studim vërtetoi dhe njëherë saktësinë e tyre, pasi në pyetjen e hapur se a kishte situata të tjera të cilat nuk ishin parashikuar në pyetjet paraardhëse dhe ata i vlerësonin si burim të ngarkesave psikologjike të përjetuara prej tyre ishin në një numër gati të papërfillshëm ose ato të përmendurat klasifikoheshin në kategoritë dhe nënkategoritë e përpiluara më parë, gjithashtu s'ka rëndësi kujt komuniteti (shteti) i përket punonjësi se shifrat tregojnë pothuajse të njëjtin nivele të ngarkesave dhe shqetësimeve.

Më tej, kjo popullatë e pastërvitur specifikisht për detyrat funksionale që duhet të përmbush ka rrezik më të lartë për të përjetuar shqetësime psikologjike se sa personeli i stërvitur. Përzgjedhja e parë e individëve të cilët duan të jenë pjesëtarë të forcave të sigurisë publike, përgatitja e tyre deri në nivel optimal profesional ndaj situatave potencialisht stresuese, ka efekte të diskutueshme pozitive.

Disa tipare të personalitetit, një histori e morbiditetit psikiatrik dhe mbështetje të dobët sociale, rrisin rrezikun për çrregullime të ndryshme mendore e kryesisht ato të stresit. Niveli i stresit ulet si rezultat faktorëve parandalues, këtu përfshihen një mjedis pune të shëndoshë, mbështetje sociale nga kolegët dhe menaxherët dhe një ndjekje permanente e situatës psikologjike të të punësuarve.

## **6.2 Rekomandime**

Zhvillimi dhe evoluimi i programeve menaxhuese të këtij fenomeni, ofrimi i rekomandimeve dhe guidave psikologjike, se si mund të parandalohet dhe trajtohet ky fenomen duke u bazuar në përvojën e institucioneve homologe të sigurisë publike të vendeve të zhvilluara përbëjnë bazën e veprimeve efektive për trajtimin e këtij fenomeni më qëllim që të kemi një punonjës me parametra optimale psiko-fizikë.

Mund të themi se ndërmjet shume metodave të trajtimit, spikasin tre strategji kryesore trajtimi për këtë fenomen ku individi përballlet me ngjarje traumatike, të cilat mund të shkaktojnë ngarkesa psikologjike e deri në zhvillimin e çrregullimeve mendore.

Ato mund të renditen:

- Përzgjedhja para punësimit,
- Trajnimi në menaxhimin e ngarkesave psikofizike e kryesisht të stresit.
- Intervenim i hershëm në rast se simptomat e para të çrregullimeve mendore fillojnë të shfaqen.

### **Përzgjedhja para punësimit.**

Seleksionimi dhe përzgjedhja e kandidatëve që duan të aderojnë në këto institucione merr një rëndësi të veçantë, sidomos përzgjedhja duke kaluar nëpërmjet specialistëve të shëndetit mendor krahas atyre mjekësor. Përdorimi i metodave përzgjedhëse të kandidatëve ku përfshihen intervista, teste inteligjence, teste psikologjike dhe matje të tjera psikofizike me qëllim seleksionimin e elementëve me aftësi të kënaqshme për këtë profesion. Kjo mund të shpjegojë pse disa individë në profesione me rrezik të lartë janë më elastikë ndaj ngarkesave psikologjike gjatë ushtrimit të derës funksionale. Pikërisht këta duhet të jenë objektivi gjatë seleksionimit.

### **Trajnimi në menaxhimin e ngarkesave psikofizike e kryesisht të stresit.**

Fokusi kryesor duhet të jetë informimi i punonjësve të sigurisë publike mbi ekzistencën e fenomenit që trajtohet edhe në këtë studim, gjetjet dhe instruksionet relevante mbi menaxhimin e ngarkesave psikologjike si rezultat i situatave të konsideruara traumatike. Duhet që në mënyrë eksplicite të njihen punonjësit me natyrën e ngarkesave e të kenë njohuri mbi reagimet e mundshme psiko-fizike që rrjedhin nga shfaqja e tyre dhe mos menaxhimi i mirë dhe në kohë. Gjithashtu me programe të mirëpërcaktuara punonjësit duhet të trajnohen me metodat, taktikat dhe teknikat për të parandaluar, menaxhuar e minimizuar efektet e mundshme të ngarkesave psikologjike. Këtu mund të radhisim strategjitë konjitive, të mbështetjes, ato organizative dhe sugjerime të tjera, të cilat mund të jenë dhe kombinimi i metodave të cituara më sipër e që shihen më të përshtatshme në raste specifike si dhe teknika individuale të menaxhimi e sidomos ato të stresit. Të gjitha këto mënyra veprimi duhet të kenë si qëllim kryesorë mirëqenien e punonjësit dhe rritjen e performancës së tij në përmbushjen e detyrës funksionale brenda kuadrit legal.

Fitimi i shprehive të punës dhe zotimi i kompetencave teknike është ndër masat e rëndësishme parandaluese në këtë model. Mbështetja institucionale, superiorët, kolegët dhe shkëmbimi i eksperiencave të bazuara në dëshmi si pasojë e një ekspozimi traumatik është i rëndësishme. Një plan menaxhimi i incidenteve dhe situatave potencialisht traumatike gjatë ushtrimit të detyrës siguron të punësuarit me informacion mbi burimet e ngarkesave psikologjike dhe mbështetje në rast nevojë, kjo bën që kapacitetet e tyre të përballimit të jenë më efikente ndaj ngarkesave psikologjike e sidomos stresit. Pra ofrimi i modeleve pozitive të operimit në situata të tilla sjell një ndërgjegjësim dhe ul mundësinë gati edhe të shmang kapjen në befasi nga ndikimet e situatave potencialisht traumatike. Përgatitja në menaxhimin e ngarkesave psikologjike e kryesisht të stresit duhet të jetë një aspekt i rëndësishme për personelin e sigurisë publike të cilët në mënyrë të

pashmangshme përballen me situata traumatike gjatë ushtrimit të detyrës dhe kanë një tendencë të lartë të preken nga çrregullimet psikologjike e sidomos të atij të stresit. Gjatë këtij procesi punonjësve u bëhen të njohura përjetimet potenciale gjatë situatave traumatike dhe instruktohen për të menaxhuar stresin dhe shqetësimet e tjera psikologjike të tyre. Hartimi programeve të mirëfillta për menaxhimin e stresit, shfrytëzimi i përvojave pozitive në trajtimin e stresit, marrja me aktivitet sportive dhe *fitness* mund të ruajnë shumë mirëqenien psikofizike e stafit e sidomos atij operacional. Individët të cilët kalojnë nëpër këto procese trajnimi konstatohet se përballojnë më lehtë situatat traumatike krahasuar me ata joprofesionalë. Në këtë perspektivë, një rëndësie të veçantë në fushën e parandalimit për punonjës të sigurisë publike është quajtur procesi siç njihet në terminologjinë e specialistëve “masa e sqarimit”. Ky proces duhet të kryhet nga institucionet ku aderon punonjësi. Ky lloj veprimi ka rezultuar shumë i dobishëm dhe sidomos në “vaksinimin e stresit” ndaj ngarkesave psikologjike.

Teknika e shpjegimit ose siç njihet në fushën e psikologjisë procesi i *debriefing*-ut është zhvilluar nga Mitchell (1983). Mëpas ky proces u elaborua në përmbledhje formale në bashkëpunim me shkencëtar të tjerë të fushës në teknika debriefingesh të avancuara të incidenteve dhe kryesisht të situatave traumatike që konsiderohen se gjenerojnë ngarkesa psikologjike (Mitchell et al, 1996;). Metodatat kanë të bëjnë kryesisht me procese komunikimi të përbashkëta në grup për të shkëmbyer përvojat, mendimet dhe përjetimet në lidhje me ndodhitë, shkëmbimi i informacionit në lidhje me reagimet ndaj stresit dhe strategjitë e përballimit. Synimi themelor i metodave të debriefingjeve është të krijojë një atmosferë brenda grupit si kundërpeshë ndaj ngarkesave psikologjike gjatë përballjes me situata traumatike, të cilat sjellin lehtësim të brendshme nga stresi dhe ngarkesat psikologjike të tjera. Mund të krijojë gjithashtu një lloj barriere për zhvillimin e simptomave që karakterizojnë trauma të tjera duke dhënë efekte të kënaqshme pozitive. Popullariteti i kësaj metode në radhët e punonjësve të sigurisë publike është në rritje. Por hulumtimet psikotraumatologjik shohin akoma me kritikizëm këto metoda. Disa studime të cilat shqyrtuan efektivitetin e debriefingjeve pas ngjarjeve traumatike, raportojnë se nuk gjetën dallime sinjifikante në mes të ekipeve operationale, të cilat morën pjesë dhe atyre që nuk morën pjesë në proceset e debriefingjeve (Hyttén & Hasle, 1989, Raphael et al, 1996, Carlier et al. 1997;).

Pra në një shqyrtim kritik të gjetjeve, pavarësisht perceptimit pozitiv të subjektive pjesëmarrës, deri më tani nuk ka mundur të demonstron një efektivitet optimal ose shterues në aspektin e ndikimit definitiv tek ngarkesat psikologjike e sidomos tek simptomat post-traumatike. Edhe pse trajtimet kryhen shumë shpesh për ushtarakët dhe veteranët, rezultatet kanë qenë rrallë të kënaqshme në fushat ku individët aderojnë në institucionet e sigurisë (Adler & Bartonë, 1999). Studimet në luftën e Gjirit Persik treguan një efekt jo sipas pritshmërisë të veteranët e luftës (Deahl et al., 1994). Në këtë prizëm mund të përmenden dhe hulumtimet të atyre forcave të sigurisë që u trajtuan para dhe pas një misioni paqeruajtës në Somali (Litz et al., 1997). Gjithashtu u konstatuan rritje e madhe e simptomave të stresit pas traumës tek personeli, të cilët shërbyen në

Bosnje të cilët kishin marrë pjesë në trajnime me këtë metodë (Deahl et al., 2000). Pra mund të themi se nuk ka receta për këtë çështje por duhet një strategji gjithpërfshirëse për të gjetur metodat, taktikat dhe teknikat e përshtatshme me qëllim që të përmbushen pritshmëritë në menaxhimin e stresit.

### **Ndërhyrja e hershme parandaluese.**

Ndërhyrja paraprake me trajtim psikologjik (Psikologjia përpara) ka qenë praktikuar në formacionet ushtarake ndër shekuj. Në nivel të institucioneve të sigurisë publike në vendet e zhvilluara merret në konsideratë modeli “modeli fatkeqësi në institucion”, i cili nënkupton një mobilizim të burimeve të brendshme të institucionit, ka rezultuar më efektiv në parandalimin e efekteve negative të ngarkesave psikologjike se sa shfrytëzimin e sistemit të standard shëndetësor. Gjithashtu konstatimi dhe trajtimi i hershëm në fazën akute pas ngjarjes traumatike është i rëndësishme pasi individ mund të rimarrë kontrollin emocional, rikthen komunikimin personal dhe identitetin e grupit që i përket, rifiton një ndjenjë të fuqizimit përmes pjesëmarrjes në aktivitetet profesionale.

### **Trajtimi Psikoterapeutik**

Nga të gjithë aktorët e përfshirë në këto procese, në rastet e evidentimit të rasteve që kërkojnë ndërhyrje të specializuara duhet menjëherë të referojnë dhe të adresojnë tek organet kompetente që kanë kapacitetet për trajtim.

Në bazë të vëzhgimeve klinike konkludohet se ndërhyrjet e hershme janë efektive.

Por të dhënat në dispozicion, me qëllim krijimin e një modeli praktik më të mirë të mundshëm të trajtimit parandalues të personelit nuk janë unike, ku punonjësi është i ekspozuar veçanërisht në situata traumatike me ngarkesa psikologjike ekstreme. Udhëzime për trajtimin e ngarkesave psikologjike me frenuesit selektivë si serotonina rekomandohen në raste serioze dhe sidomos të ÇPST-së kronike, Ndërsa udhëzime të tjera theksojnë kufizime për ndërhyrjet farmakologjike, veçanërisht në fazën e hershme. Nga ana tjetër, terapia njohëse dhe e sjelljes është një formë efektive e trajtimit për çrregullimet akute të stresit e rekomanduar për ata që të zhvillojnë simptoma brenda 3 muajve të parë pas ngjarjes. Shqyrtimi empirik kryesisht i viktimave të situatave traumatike ekstreme në kontekstin profesional, kanë provuar efektivitetin e kësaj ndërhyrjeje psiko-terapeutike. Në një perspektivë të tillë, studimi i Tobiasen dhe Hiebert (1985), tregoi se në 20 pacient me plagë të rënda djegieje, ndërhyrjet psiko-terapeutike si ajo e relaksimit, ristrukturimi njohës dhe sjelljes etj, kanë dhënë rezultate më të mira fizike dhe psikologjike dhe si rrjedhojë me shtrim në spital më të shkurtër. Hickling & Blanchard (1997) zhvilluan në kontekstin e një rasti studimor, një program psiko-terapeutik të njohjes dhe të sjelljes për 10 pacientë (9 gra

dhe 1 burrë, 16-131 javë pas traumës). Sondazhet e para dhe ato të post-trajtimin treguan një përmirësim të dukshëm në ÇSPT-së si dhe në simptomat e ankthit dhe depresionit.

Studimi në fushën e hulumtimit të incidenteve vjen nga (Bryant et al. 1998) duke shqyrtuar efektivitetin e terapisë së njohjes e të sjelljes me seanca këshillimi jo-direktive, duke krahasuar 24 pacientë me diagnozën e stresit akut (ÇSPTA) të trafikut ose aksidenteve në punë, ai thekson se pacientët e identifikuar me diagnozën ÇSPTA janë në rrezik për të zhvilluar ÇSPT kronik dhe se trajtimi i hershëm i ÇSPTA-ut mund të veprojë si profilaksi. Rezultatet e studimit treguan qartë se si në kuadrin e 5 seancave terapie të njohjes e sjelljes rezultuan me efekte parandaluese dhe ishte dukshëm më e suksesshme në trajtimin e simptomave se sa terapitë e tjera jo specifike e ÇSPTA-ut.

Duke përmbledhur rezultatet e fundit kërkimore shkencore ndërkombëtare rezulton se gjykimet terapeutike me viktimat e incidenteve të ndryshme janë subjekte të kufizimeve dhe mangësive të shumta metodologjike e substanciale. Kështu që të përgjithësohet nga autorët me një numër të vogël të rasteve ose me grupe të parazgjedhur të pacientëve dhe grupet e kontrollit, si dhe në mungesën e cilësive e treguesve autobiografik, ku përdoret kryesisht dizajne retrospektive ku fillimi e trajtimin është ose shumë i shkurtër ose vonohet deri në 12 muaj pas traumës, pra e thënë me fjalë të tjera anamneza dhe kampioni janë shumë të kufizuara (Bryant et al. 1998;)

Trajtimi psiko-terapeutik në kontekstin specifik të profesionit të punonjësit të sigurisë publike.

Trajtimet janë të strukturuar në seanca në grup, të cilat kryhen pas vendosjes në kushte të vështira të ekipeve të trajnuar posaçërisht dhe që zgjasin rreth 2-5 orë. Qëllimi i kësaj metode është që të kontribuojë në lehtësimin e emocioneve dhe integrimin e përvojave në një mjedis mbështetës, me qëllim shmangien e çrregullimit post-traumatike të stresit. Kjo është metoda më e mirë e njohur dhe shumë e zakonshme në mbarë botën.

Një vlerësim i efektivitetit të teknikave terapeutike për trajtimin e simptomave të stresit post-traumatik sipas kriterëve të bazuara në dëshmi është e kufizuar nga faktorët e mëposhtëm:

- Numri i vogël i studimeve eksperimentale apo kuazi-eksperimentale dhe heterogjeniteti i grupeve të pacientëve të studiuar. (Flaten et al, 2001)
- Nevoja klinike e kombinimit të metodave të ndryshme të trajtimin terapeutik.
- Mundësia në shkallë të lartë e diagnostikimit gabim e sindromës post-traumatike ose sindromave të tjera të panjohura, të cilat janë të lidhura me diagnoza të tjera psikosomatike.
- Njohuri ende të pakta në kontekstin neurobiologjik dhe mundësitë e ndikimit farmakologjik në trajtimin e stresit pas traumës.
- Kufizimi kërkimeve vetëm tek dëshmitë bazë për përcaktimin e kriterëve e përdorshmërisë psiko-terapeutike dhe jo fokusimi për gjetje shkencore të kriterëve psiko-terapeutike.

"Ndërhyrja është e nevojshme për të ndihmuar zyrtarët që merren me këtë profesion të vështirë dhe stresuese. Ne duam t'i edukojmë ata se si të mbijetojnë 25 vjet në punë si oficerë policie. Ata duhet të mësojnë se si të çlodhen, se si të mendojnë ndryshe për gjërat që ata përjetojnë si një polic. Njeriu mund të rritet në një mënyrë pozitive dhe të jetë person dhe policë i mirë edhe pasi ata mbijetojnë traumave të punës së policisë. Ky është një mesazh i rëndësishëm. "

VIOLANTI

## REFERENCAT

- Adler, A.B.; Bartone, P.T.: International survey of military mental health professionals. American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders (4. Edition). Washington, D.C.: American Psychiatric Association 1994
- Antonovsky, A.: The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science & Medicine* 36 (1993), 725-733
- Agolla, J.E. (2009). Occupational stress among police officers: The case of Botsëana police service. *Research Journal of Business Management*, 2(1), 25-25.
- Antonovsky, A.: The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science & Medicine* 36 (1993), 725-733
- Azizoglu, O. & Ozyer, K. (2010). An empirical study on burnout syndrome in the police force. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 21(1), 137-147.
- Burnout as predictor of aggressivity among police officers  
Maklu 125
- Bandura, A. (1962). Social learning through imitation. In M.R. Jones (Ed.), *Nebraska Symposium on motivation* (pp. 211-269). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1986). Self-efficacy: towards a unifying theory of behaviour change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. (1992). Exercise of personal agency through the self-efficacy mechanism. In R. Schärzer (Ed.), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 3-38). Washington, DC: Hemisphere.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandzeviciene, R., Birbilaite, S. & Dirzyte, A. (2010). Criminal police stress, coping, and its internal consistency. *Socialinių mokslų studijos*, 8(4), 21-37.
- Bär, O.; Pahlke, C.; Dahm, P.; Eëiss, U.; Heuft, G.: Sekundärprävention bei schärer Belastung und Traumatisierung durch beruflich bedingte Exposition im Polizeidienst. *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie* 50 (2004), 190-202
- Baëa, N. & Kaur, R. (2011). Occupational stress and burnout among police officers. *Indian Journal of Community Psychology*, 7(2), 362-372.
- Bering, R.; Horn, A.; Fischer, G.: Psychopharmakotherapie der posttraumatischen Belastungsstörung. *Psychotraumatologie* [Online: [www.thieme.de/psychotrauma](http://www.thieme.de/psychotrauma)] 1 (2002)
- Berkoëitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. Neë York, NY: McGraë-Hill.
- Bittner, E. (1974). Florence Nightingale in pursuit of Eëillie Sutton: A theory of the police. In H. Jacob (Ed.), *The potential for reform of criminal justice* (17-44). Beverly Hills, CA: Sage.

- Bittner, E. (1975). *The functions of the police in modern society* (4th ed). Rockville, MD: Lexington Books.
- Bittner, E. (1991). De la faculté d'user de la force comme fondement du rôle de la police [The right to use force as the basis of the role of the police]. *Cahiers de la sécurité intérieure*, 3, 221-235.
- Blum, L. (2000). *Force under pressure: Hoë cops live and ëhy they die*. Neë York, NY: Lantern Books.
- Broën, I.D. (1994). Driver Fatigue. *Human Factors*, 36, 298-314.
- Broën, J. M. & Campbell, E. A. (1994). *Stress and policing: Sources and strategies*. Chichester: John Eiley & Sons.
- Bonifacio, P. (1991). *The psychological effects of police ëork: A psychodynamic approach*. Neë York, NY: Plenum Press.
- Buhler, K.E. & Land, T. (2003). Burnout and personality in intensive care: An empirical study. *Hospital Topics: Research and Perspectives on Healthcare*, 81(4), 5-12.
- Campbell, K.L. (2002). Estimates of the Prevalence and Risk of Fatigue in Fatal Accidents Involving
- Cannon, E.B. (1914). The emergency function of the adrenal medulla in pain and the major emotions. *American Journal of Physiology*, 33, 356-372.
- Caplan, R.D. (1983). Person-environment fit: Past, present and future. In C.L. Cooper (Ed.), *Stress Research* (pp. 35-78). London: Eiley.
- Caplan, R.D., Cobb, S., French, J.R.P., Van Harrison, R. & Pinneau, S.R. (1982). *Arbeit und Gesundheit. Streß und seine Ausëirkungen bei verschiedenen Berufen*. Bern: Huber.
- Coleta, A. & Coleta, N. (2008). Fatores de estresse ocupacional e coping entre policiais civis [Occupational stress factors and coping among civil police officers]. *Psico-USF*, 13(1), 59-68.
- Cox, T. (1993). *Stress research and stress management: Putting theory to ëork*. HSE contract research report No. 61. Nottingham: University of Nottingham.
- Cullen, J. (1980). Coping and health – a clinician's perspective. In S. Levine & H. Ursin (Eds.), *Coping and health* (pp. 295-322). Neë York: Plenum.
- Filipp, S.-H. (Hrsg.) (1995). *Kritische Lebensereignisse* (3. Aufl.). Eëinheim: Psychologie Verlags Union.
- Greif, S. (1991). Stress in der Arbeit – Eine Einfuhrung und Grundbegriffe. In S. Greif, E. Bamberger & N. Semmer (Hrsg.), *Psychischer Stress am Arbeitsplatz* (S. 1-128). Gottingen: Hogrefe.
- Griffin, S.P. & Bernard, T.J. (2003). Angry aggression among police officers. *Police Quarterly*, 6(1), 3-21.
- Goodman, A.M. (1990). A model for police officer burnout. *Journal of Business and Psychology*, 5(19), 85-99.
- Chen, Y.F. (2009). Job stress and performance: A study of police officers in central Taiëan. *Social Behaviour and Personality*, 37(10), 1341-1356.
- Chueh, K., Yen, C., Lu, L. & Yang, M. (2011). Association betëeen psychosomatic symptoms and ëork stress among Taiëan police officers. *The Kaohsiung Journal of Medical Sciences* 27(4), 144-149.
- Durão, S. (2011). The police community on the move: Hierarchy and management in the daily lives of Portuguese police officers. *Social Anthropology*, 19(4), 394-408.
- Durán, M.A., Montalbán, F. M. & Stangeland, P. (2006). El síndrome de estar quemado en la policía: Perfil de incidencia e influencia de factores socio-demográficos [Burnout syndrome among police officers: Profile and influence of socio-demographic factors]. *Revista de Psicología Social*, 21(1), 95-107.
- Euëema, M.C., Kop, N. & Bakker, A.B. (2004). The behaviour of police officers in conflict situations: Hoë burnout and reduced dominance contribute to better outcomes. *Eëork & Stress*, 18(1), 23-38.
- Flanagan, J.: The Critical Incident Technique. *Psychological Bulletin* 51 (1954), 327-358
- Fischer, G.; Riedesser, P.: *Lehrbuch der Psychotraumatologie*. München: Ernst Reinhardt 1998



- Flatten, G.; Reddemann, L.; Eöller, E.; Hofman, A.: Therapie der Posttraumatischen Belastungsstörung. In: Flatten, G.; Gast, U.; Hofmann, A.; Liebermann, P.; Reddemann, L.; Siol, T.; Eöller, E.; Petzold, E. R. (Hrsg.): Posttraumatische Belastungsstörung. Leitlinie und Quellentext. Stuttgart: Schattauer 2001
- Frese, M. & Semmer, N. (1991). Stresfolgen in Abhängigkeit von Moderatorvariablen: Der Einfluss von Kontrolle und sozialer Unterstützung. In S. Greif, E. Bamberg & N. Semmer (Hrsg.), *Psychischer Streß am Arbeitsplatz* (S. 135-153). Göttingen: Hogrefe.
- Frieling, E. & Sonntag, K.-H. (1999). *Lehrbuch Arbeitspsychologie* (2. Aufl.). Bern: Huber.
- Gerber, M., Hartmann, T., Brand, S., Holsboer-Trachsler, E. & Pühse, U. (2010). The relationship between shift work, perceived stress, sleep and health in Swiss police officers. *Journal of Criminal Justice*, 38(6), 1167-1175.
- Gonçalves, S.P. & Neves, P. (2010). Bem-estar subjetivo nos profissionais de Polícia e militares: comparação entre grupos profissionais e diferentes países europeus [Subjective well-being of police officers and military staff: A comparison between professional groups and between different European countries]. *Revista de Psicologia Militar*, 19, 119-143.
- Hacker, E. (1986). *Arbeitspsychologie – Psychische Regulation von Arbeitstätigkeiten*. Berlin: VEBDeutscher Verlag der Wissenschaften.
- Hassell, K., Archbold, C. & Stichman, A. (2011). Comparing the workplace experiences of male and female police officers: Examining workplace problems, stress, job satisfaction and consideration of career change. *International Journal of Police Science & Management*, 13(1), 37-53.
- Horoëtz, M.J.: Stress response syndroms. New York: Aronson 1976
- Horoëtz, M.J.; Eilner, N.; Alvarez, E.: Impact of Event Scale: a measure of subjective stress. *Psychosomatic Medicine* 41 (1979), 209-218
- Janke, E. (1976). Psychophysiologische Grundlagen des Verhaltens. In M. Kerekjarto (Hrsg.), *Medizinische Psychologie* (2. Aufl. ) (S. 1-101). Berlin: Springer.
- Jerusalem, M. & Schärzer, R. (1992). Self efficacy as a resource factor in stress appraisal processes. In R. Schärzer (Ed.), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 195-213). Washington, DC: Hemisphere.
- Kahn, H. & Cooper, C. L. (1990). Mental health, job satisfaction, alcohol intake and occupational stress among dealers in financial markets. *Stress Medicine*, 6, 285-298.
- Kahn, R., Eölf, D., Quinn, R., Snock, J. & Rosenthal, R. (1964). *Organizational Stress: Studies in Role Conflict and Ambiguity*. New York: Wiley.
- Kanner, A.D., Coyne, J.C., Schaefer, C. & Lazarus, R.S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavior Medicine*, 4, 1-39.
- Karasek, R.A. & Theorell, T. (1990). *Healthy work. Stress, productivity, and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books.
- Kirchler, E. & Holzl, E. (2005). Arbeitsgestaltung. In E. Kirchler (Hrsg.), *Arbeits- und Organisationspsychologie* (S. 199-316). Wien: EUV Facultas.
- Informationen des BDP, Sektion Verkehrspsychologie*, 9, 3-13.
- Kohlmann, C.-E. (1990). *Stressbewältigung und Persönlichkeit. Flexibles versus rigides Copingverhalten und seine Auswirkungen auf Angsterleben und physiologische Belastungsreaktionen*. Bern: Huber.
- Krueger, R.: Focus Groups. A Practical Guide for Applied Research. 2. Aufl. Thousand Oaks: Sage Publications 1994
- Krueger, R.: Analyzing and reporting focus groups results (Vol. 6). Thousand Oaks: Sage Publications 1998
- Lach, K. (1999). *Belastungen und soziale Konfliktneigung von Lkw-Fahrern*. Diplomarbeit, Ruprecht-Karls-Universität, Heidelberg.
- Langer, E.J. (1975). The Illusion of Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 311-328. Literatur 281
- Lazarus, R.S.; Averill, J.R.: Emotion and cognition: Ethical special references to anxiety. In: Spielberger, C.D. (Hrsg.): *Anxiety: Current trends in theory and research*. New York: Academic

press 1972

- Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R.S. & Launier, R. (1978). Stress-related transactions between person and environment. In J.R. Nitsch (Hrsg.), *Stress: Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen* (S. 213-259). Bern: Huber.
- Lazarus, R.S. & Launier, R. (1981). Stressbezogene Transaktionen zwischen Person und Umwelt. In J.R. Nitsch (Hrsg.), *Stress: Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen* (S. 213-259). Bern: Huber.
- Lazarus, R.S. (1995). Stress und Stressbewältigung – Ein Paradigma. In S.-H. Filipp (Hrsg.), *Kritische Lebensereignisse* (S. 198-229). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Le Blanc, V., Regehr, C., Jolley, R.B. & Barath, I. (2008). The relation between coping styles, performance and responses to stressful scenarios in police recruits. *International Journal of Stress Management*, 15(1), 76-93.
- Lorenz, K. (1966). *On Aggression*. London: Methuen.
- Malt, U.: The long-term psychiatric consequences of accidental injury. *British Journal of Psychiatry* 153 (1988), 810-818
- Manuel, G. & Soeiro, C. (2010). Incidentes críticos na Polícia Judiciária [Critical incidents in a Portuguese police force]. *Análise Psicológica*, 28(1), 149-163. Maryland: National Institute of Mental Health – Center for Studies of Crime and
- Mayou, R.; Bryant, B.; Duthie, R.: Psychiatric consequences of road traffic accidents. *British Medical Journal* 307 (1993), 647-65
- Mayring, P.: Qualitative Inhaltsanalyse. In: Jüttemann, G. (Hrsg.): *Qualitative Forschung in der Psychologie: Grundfragen, Verfahrensweisen, Anwendungsfelder*. Weinheim: Beltz 1985
- Mayring, P.: *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken* 6. Aufl. Weinheim: Deutscher Studien Verlag 1997
- Mayring, P.: Qualitative Inhaltsanalyse. Forum Qualitative Sozialforschung [Online-Journal: <http://qualitative-research.net/fqs/fqsd.htm>] 1 (2000)
- McGrath, J.E. (1976). Stress and behavior in organizations. In M.D. Dunnette (Ed.), *Handbook of industrial and organizational psychology* (pp. 1351-1395). Chicago: Rand McNally.
- McGrath, J.: Stress und Verhalten in Organisationen. In: Nitsch, J. (Hrsg.): *Stress-Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen*. Bern: Huber 1981
- McGrath, J.E. (1982). Methodological problems in research on stress. In H.E. Krohne & L. Laux (Eds.), *Achievement, stress, and anxiety* (pp. 19-48). Washington, DC: Hemisphere.
- Menard, K. & Arter, M. (2013). Police officer alcohol use and trauma symptoms: Associations
- Meuser, M.; Nagel, U.: Experteninterview – vielfach erprobt, wenig bedacht. Ein Beitrag zur qualitativen Methodendiskussion. In: Garz, D.; Kraumer, K. (Hrsg.): *Qualitativ-empirische Sozialforschung*. Opladen: Westdeutscher Verlag 1991
- Morgan, D.: *Focus groups as qualitative research*. Thousand Oaks: Sage Publications 1997
- Oigny, M. (1991). *Stress et burnout en milieu policier* [Stress and burnout in police forces]. Québec: Presses de l'Université du Québec. Burnout as predictor of aggressivity among police officers *Maklu* 131
- Page, K. & Jacobs, S. (2011). Surviving the shift: Rural police stress and counselling services. *Psychological Services*, 8(1), 12-22.
- Pancheri, P., Marini, A., Tarsitani, L., Rosati, V., Biondi, M. & Tomei, F. (2002). Assessment of subjective stress in the municipal police force of the city of Rome. *Stress and Health*, 18, 127-132.
- Piaget, J.: *Psychologie der Intelligenz*. Zürich: Rascher 1947
- Pines, A.M. & Keinan, G. (2006). Stress and burnout in Israeli border police. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 519-540.
- Queirós, C. & Marques, A.J. (2013). Burnout in male Portuguese samples: A comparative study between nurses, teachers and police officers. In S.P. Gonçalves & J. Neves (Eds.), *Occupational health psychology: From burnout to well-being* (Ch. 1, p. 1-33). Rosemead, CA: Scientific & Academic Publishing. E-book at <http://www.sapub.org/Book/978-0-9838996-7-9.html>. ISBN: 978-0-9838996-7-9.

- Ranta, R. & Sud, A. (2008). Management of stress and burnout of police personnel. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(1), 29-39.
- Ravelo, R., Garcia, L. & Dorta, A. (2009). Ránking de Estresores en la Policía Local de Canarias [Ranking of stressors among local police of Canária, Spain]. *Anuario de Psicología Jurídica*, 18, 73-79.
- Ransley, J. & Mazerolle, L. (2009). Policing in an era of uncertainty. *Police Practice and Research*, 10(4), 365-381.
- Recasens i Brunet, A., Basanta, A.R., Agra, C., Queirós, C.L. & Selmini, R. (2009). Espagne, Portugal et Italie: un développement de la recherche au coeur de démocraties latines fragiles [Spain, Portugal and Italy: Research development in fragile Latin democracies]. In P. Ponsaers, C. Tange & L. Van Ostrive (Eds.), *Regards sur* 132 *EJPS* 1(2) / 2013
- Richter, P. & Hacker, E. (1998). *Belastung und Beanspruchung. Stress, Ermüdung und Burnout im Arbeitsleben*. Heidelberg: Asanger.
- Richter, G. (2000). *Psychische Belastung und Beanspruchung. Streß, psychische Ermüdung, Monotonie, psychische Sättigung*. Schriftenreihe der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Heft Fa 36. Bremerhaven: Eirtschaftsverlag N.E.
- Robinson, H.M.; Sigman, M.R.; Eilson, J.P.: Duty-related stressors and PTSD symptoms in suburban police officers. *Psychological Reports* 81 (1997), 835-845
- Rohmert, E. & Rutenfranz, J. (1975). *Arbeitswissenschaftliche Beurteilung der Belastung und Beanspruchung an unterschiedlichen industriellen Arbeitsplätzen*. Bonn: Bundesministerium für Arbeit und Sozialordnung.
- Rohmert, E. & Rutenfranz, J. (1983). *Praktische Arbeitsphysiologie*. Stuttgart: Thieme.
- Rotter, J.B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. Neë York: Prentice-Hall.
- Rotter, J.B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80, 1-28.
- Rubinstein, G. (2006). Authoritarianism among border police officers, career soldiers, and airport security guards at the Israeli border. *The Journal of Social Psychology*, 2006, 146(6), 751-761.
- Schnyder, U.; Buddeberg, C.: Psychosocial aspects of accidental injuries - an overview. *Langenbecks Archiv für Chirurgie* 38 (1996), 1125-1131
- Schnyder, U.; Malt, U.: Acute stress response patterns to accidental injuries. *Journal of Psychosomatic Research* 11 (1998), 419-424
- Schonpflug, E. (1987). Beanspruchung und Belastung bei der Arbeit – Konzepte und Theorien. In U.
- Schäerzer, R. (1993). *Stress, Angst und Handlungsregulation* (3. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Schäerzer, R. & Leppin, A. (1989). *Sozialer Rückhalt und Gesundheit: Eine Meta-Analyse*. Göttingen: Hogrefe.
- Seligman, M.E.P. (1992). *Erlernte Hilflosigkeit* (4. erë. Aufl. ). Eëinheim: PVU.
- Seyle, H. (1950). *The physiology and pathology of exposure to stress. A treatise based on the concept of the* *General Adaptation Syndrome and the diseases of adaptation*. Montreal: Acta.
- Seyle, H. (1974). *Stress eithout Distress*. Philadelphia: Lippincott.
- Seyle, H. (1978). *The Stress of Life*. Neë York: McGraë-Hill.
- Selye, H. (1981). Geschichte und Grundzuge des Stresskonzepts. In J. R. Nitsch (Hrsg.), *Stress: Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen* (S. 161-187). Bern: Huber.
- Stinchcomb, J.B. (2004). Searching for stress in all the ërong places: Combating chronic organizational stressors in policing. *Police Practice and Research*, 5(3), 259-277.
- Semmer, N. (1984). *Stressbezogene Tätigkeitsanalyse*. Eëinheim: Beltz. 286 Literatur
- Sennekamp, E.; Martin, H.: Psychosoziale Beratung von Polizeibeamten in dienstlichen Belastungssituationen. *Zeitschrift für Psychotraumatologie und Psychologische Medizin* 1 (2003), 1-13

Soares, M., Jacobs, K., Santana, A., Gomes, J., Keila, V., Marchi, D., Girondoli, Y., Lima Rosado, L., Rosado, G. & Andrade, I. (2012). Occupational stress, working condition and nutritional status of military police officers. *Work*, 41, 2908-2914.

Teegen, F.: Posttraumatische Belastungsstörungen bei gefährdeten Berufsgruppen: Prävalenz - Prävention - Behandlung. Bern: Hans Huber 2003

Teegen, F.; Domnick, A.; Heerdegen, M.: Hochbelastende Erfahrungen im Berufsalltag von Polizei und Feuerwehr: Traumaexposition, Belastungsstörungen, Bewältigungsstrategien. *Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis* 29 (1997), 583-599

Udris, I.: Stress in arbeitspsychologischer Sicht. In: Nitsch, J. (Hrsg.): *Stress*. Bern: Huber 1981

Udris, I. & Frese, M. (1999). Belastung und Beanspruchung. In C. Hoyos & D. Frey (Hrsg.). *Arbeits- und Organisationspsychologie. Ein Lehrbuch* (S. 429-445). Weinheim: Psychologie Verlags Union. Literatur 287

Ulich, E. (1983). Präventive Interventionen im Betrieb: Vorgehensweise zur Veränderung der Arbeitssituation. *Psychosozial*, 20, 48-70.

Ulich, E. (2001). *Arbeitspsychologie* (5. Aufl.). Stuttgart: Schaeffer-Poeschel.

van Gelderen, B., Bakker, A.B., Konijn, E. & Demerouti, E. (2011). Daily suppression of discrete emotions during the work of police service workers and criminal investigation officers. *Anxiety, Stress & Coping*, 24, 515-537.

Velden, P., Kleber, R., Grievink, L. & Yzermans, J. C. (2010). Confrontations with aggression and mental health problems in police officers: The role of organizational factors. *EJPS* 1(2) / 2013

Violanti, J. (1996). *Police suicide: Epidemic in blue*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Violanti, J. (1999). *Trauma in police work: A psychosocial model*. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publisher.

Violanti, J. & Aron, F. (1995). Police stressors: Variations in perception among police personnel. *Journal of Criminal Justice*, 23(3), 287-294.

Violanti, J.; Aron, F.: Ranking Police Stressors. *Psychological Reports* 75 (1994), 824-826

Violante, J.M.: Violence turned inward: Police suicide in the workplace. In: van den Bos, G.R.; Bulatao, E.Q. (eds.): *Violence on the job. Identifying risks and developing solutions*. Washington DC: American Psychiatric Association 1996

Vuorensyrjä, M. & Malkia, M. (2011). Nonlinearity of the effects of police stressors on police officer burnout. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 34(3), 382-402.

Wienert, A.B. (1998). *Organisationspsychologie. Ein Lehrbuch*. (4. Aufl.). Weinheim: Psychologie Verlags Union.

Wieland, R. & Krajeński, J. (2002). *Psychische Belastung, Arbeitsgestaltung und Qualifizierung in neuen Arbeitsformen I: Zeitarbeit*. Euppertaler Psychologische Berichte, Heft 1.

Wu, C. (2009). Role conflicts, emotional exhaustion and health problems: A study of police officers in Taiwan. *Stress and Health*, 25, 259-265.

## SHTOJCA

### PYETESORI

Me ndihmën e këtij pyetëtori mund të masim ngarkesën e stresit si rezultat i ngarkesës së profesionit.

#### **Pyetësor**

Pyetësori na ndihmon të trajtojmë stresin si rezultat i ushtrimit të profesionit. Juve do tju behën disa pyetje në lidhje me përvojën tuaj si punonjës i sigurisë publike, dhe nga përgjigjet dhe rezultatet do të këshilloheni për të reduktuar nivelin e stresit në nivel personal.

#### **Përshkrimi**

#### **Udhëzime për pyetëtorin dhe mënyra e plotësimit**

- Është evidente që gjatë përgjigjeve në pyetësor do të ketë të pasqyruar subjektivitetin në perceptimin e gjithsecilit. Kështu, persona të ndryshëm në nivel të barabartë stresi reagojnë në mënyra të ndryshme. Për këtë arsye synohet që të identifikohen ngarkesa psikologjike si burim i stresit që prek një numër të madh të punonjësve të sigurisë publike.
- Nuk ka pyetje që kërkon përgjigje të drejtë ose gabim. Po të koncentrohemi, pyetësori mund të plotësohet në 20 deri në 30 minuta. Ju lutem, plotësoni çdo pyetje.
- Pyetësori përbëhet nga 7 (shtatë) pjesë. Çdo pjesë përmban një numër të ndryshëm pyetjesh, mbi çdo pjesë keni të shënuar numrin e çdo pjese të pyetëtorit.

NDARJET	<b>A</b>	B	C	D	E	F	G	H	I
---------	----------	---	---	---	---	---	---	---	---

### Mbrojtja e të dhënave

Çdo punonjës me të dhënat që do jepni do të mbetet anonim dhe konfidencial. Poseduesi i këtyre të dhënave i përdor vetëm për arsye studimi dhe ka detyrimin ligjor, etiko-professional t'i ruajë/i ato dhe anonimatin.

Ndarjet	<b>A</b>	B	C	D	E	F	G	H	I
---------	----------	---	---	---	---	---	---	---	---

### Burimet e stresit dhe ngarkesave të tjera psikologjike

- Nëqoftëse ju në përvojën tuaj si punonjës i sigurisë publike (para së gjithash në fillimet e karrierës), kujtoni se cilën situatë keni përjetuar që e cilësoni se ju shqetëson edhe në ditët e sotme?
- Kujtoheni dhe e vlerësoni situatën që ju shkakton shqetësim edhe në ditët e sotme.
- Pasi t'i keni dhënë përgjigje pyetjes së parë, ne do t'iu pyesim në vazhdim në lidhje me situatën e përjetuar.
- Ndoshta mund të ketë më shumë se një situatë që është akoma për ju shqetësuese për këtë arsye në fund të pyetësorit është një shtesë ku mund të paraqitni situata që mund t'iu shqetësojnë. Ju mund të përshkruani deri në tre situata që përbëjnë akoma ngarkesë për ju.

Ndarjet	<b>A</b>	B	C	D	E	F	G	H	I
---------	----------	---	---	---	---	---	---	---	---

<b>Burimet e stresit dhe ngarkesave të tjera psikologjike</b>	<b>1.1</b>
---	------------

- Si është paraqitur situata, të cilën e kujtoni gjithmonë?
- Për t'iu përgjigjur kësaj pyetjeje, shfrytëzoni pesë burimet e stresit që i keni të prezantuar më poshtë.
- Në cilën nga klasifikimet e paraqitura e gjeni ose e klasifikoni veten në lidhje me çështjen.
- Situata stresante, në të cilën unë kujtoj, ka qenë:

<b>Situata stresante</b>		<b>Vazhdim</b>
Si rezultat i një konflikti ose problemi ndërpersonal ose social. Në këtë klasifikim duhen nënrenditur situatat që kanë lidhje me marrëdhëniet me kolegët ose eprorët.	<input type="checkbox"/>	<b>2.1 – Faqje 6</b>
Si rezultat i kushteve të papërshtatshme të vendit të punës, kohëzgjatjes së punës, kushteve dhe ngarkesës fizike të punës. P.sh: Puna me turne, orët e zgjatura, planëzimi i keq i kohës, kushtet e këqija të mjedisit ku punon ku ka dhe përqëndrim të madhë të kolegëve e tjerë.	<input type="checkbox"/>	<b>2.2 – Faqje 7</b>
Si rezultat i organizimit dhe strukturës ku bëni pjesë. Këtu duhet të keni parasysh se bëhet fjalë për organizimin, mbarëvajtjen dhe koordinimi që mund të sjellin shqetësime si p.sh. Presion i afateve, mjetet logjistike në dizpozicion, mënyra e keqe e drejtimit, shpërndarje jo e drejtë e ngarkesës etj.	<input type="checkbox"/>	<b>2.3 – Faqje 8</b>
Si rezultat i një detyre të vecantë si punonjës i sigurisë publike. Në këtë klasifikohen situata si rrjedhojë e detyrës specifike që kryen p.sh. Përballimi me lajmin e vdekjes së një personi, konflikte të forta familjare, shkëmbim me armë zjarri, përdorim i dhunës ndaj të tretëve, përballja me abuzuesit seksuale, kontaktet me viktimat në përgjithësi me kufomat.	<input type="checkbox"/>	<b>2.4 – Faqje 9</b>

Si rezultat i rrethanave të vecanta gjatë ushtrimit të detyrës që ju klasifikoni stresante dhe nuk janë përmëndur në katër ndarjet e më sipërme.	<input type="checkbox"/>	<b>2.5 – Faqje 10</b>
--	--------------------------	---------------------------

Ndarjet	<b>A</b>	B	C	D	E	F	G	H	I
---------	----------	---	---	---	---	---	---	---	---

<b>Burimet e stresit dhe ngarkesave të tjera psikologjike</b>	<b>2.1</b>
---	------------

- Duam të përcaktojmë, më me saktësi situatën stresante të përjetuar nga ju.
- Për këtë arsye keni të listuar në mënyrë të qartë situatat e mundshme, që punonjësit e sigurisë publike i cilëson me ngarkesë të lartë psikologjike, si burim të stresit.
- Zgjidhni ju lutem nga ky listim situatën që cilësohet nga ana juaj më stresante.

<b>Situata të vecanta</b>		<b>Vazhdim</b>
Konflikt me kolegun ose kolegen Kushtet klimaterike të vështira	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>3 – Faqja 11</b>
Mërzitje, zënka në grupin ku punoni	<input type="checkbox"/>	
Konflikt me eprorët Turma	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
Mosmarrëveshje në familje dhe në punë Trajtim i pandershëm nga kolegët	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
Situata e vecantë që ju e vlerësoni të rëndësishëm dhe nuk është përmëndur më lart. Përshkruajeni shkurt me fjalë.	<input type="checkbox"/>	



Ndarjet	<b>A</b>	B	C	D	E	F	G	H	I
---------	----------	---	---	---	---	---	---	---	---

<b>Burimet e stresit dhe ngarkesave të tjera psikologjike</b>	<b>2.2</b>
---	------------

- Duam të përcaktojmë, më me saktësi situatën stresante të përjetuar nga ju.
- Për këtë arsye keni të listuar në mënyrë të qartë situatat e mundshme, që punonjësit e sigurisë publike i cilëson me ngarkesë të lartë psikologjike, si burim të stresit.
- Zgjidhni ju lutem nga ky listim situatën që cilësohet nga ana juaj më stresante.

<b>Situata të vecanta</b>		<b>Vazhdim</b>
Puna me turne, ndërrimi i turneve Operacione dhe orare shërbimi të gjata në kohë	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>3 –Faqja 11</b>
Planifikimi i keq i kohës së punës	<input type="checkbox"/>	
Kushte të këqija në mjediset e punës dhe gjatë ushtrimit të detyrës. Temperatura jo të përshtatshme në mjedisin e punës gjatë ushtrimit të detyrës.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
Lodhje e madhe fizike Ndotje e madhe akustike gjatë ushtrimit të detyrës	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
Situata e vecantë që ju e vlerësoni të rëndësishme dhe nuk është përmëndur më lart. Përshkruajeni shkurt me fjalë.	<input type="checkbox"/>	

Ndarjet	<b>A</b>	B	C	D	E	F	G	H	I
---------	----------	---	---	---	---	---	---	---	---

**Burimet e stresit dhe ngarkesave të tjera psikologjike****2.3**

- Duam të përcaktojmë, më me saktësi situatën stresante të përjetuar nga ju.
- Për këtë arsye keni të listuar në mënyrë të qartë situatat e mundshme, që punonjësit e sigurisë publike i cilëson me ngarkesë të lartë psikologjike, si burim të stresit.
- Zgjidhni ju lutem nga ky listim situatën që cilësohet nga ana juaj më stresante.

Situata të vecanta							Vazhdim			
Presioni i kohës në përmbushjen e detyrës							<input type="text"/>			
Intesiteti i lartë i punës Përqëndrimi i lartë në punë							<input type="text"/> <input type="text"/>			
Monotoni dhe rutinë në përmbushjen e detyrës							<input type="text"/>			
Mungesa logjistike për realizimin e detyrës Udhëzime kontradiktore për përmbushjen e detyrës							<input type="text"/> <input type="text"/>			
Përgjegjesi të lartë për persona të tjerë Drejtim dhe udhëheqje e re							<input type="text"/> <input type="text"/>			
Drejtuesit, eprorët e kabinetit të punës							<input type="text"/>			
Informacioni politik Mungesë mirënjohjeje për punën e bërë							<input type="text"/> <input type="text"/>			
Shpërndarja jo e drejtë e ngarkesës brënda të njejtit grup-pune							<input type="text"/>			
Situata e vecantë që ju e vlerësoni të rëndësishme dhe nuk është përmëndur më lart. Përshkruajeni shkurt me fjalë.										
Ndarjet	<b>A</b>	B	C	D	E	F	G	H	I	

**3 –Faqja 11****Burimet e stresit dhe ngarkesave të tjera psikologjike****2.4**

- Duam të përcaktojmë, më me saktësi situatën stresante të përjetuar nga ju.
- Për këtë arsye keni të listuar në mënyrë të qartë situatat e mundshme, që punonjësit e sigurisë publike i cilëson me ngarkesë të lartë psikologjike, si burim të stresit.
- Zgjidhni ju lutem nga ky listim situatën që cilësohet nga ana juaj më stresante.

Situata të vecanta									Vazhdim		
Fatkeqësi me fëmijët (kur këta janë viktima)									<input type="checkbox"/>		
Pjesëtar i operacionit në situatë pengmarrjeje Vrasës serial.									<input type="checkbox"/>		
Fatkeqësia kolegut (kur ai është viktimë)									<input type="checkbox"/>		
Përballja me pornografi dhe keq-trajtim kur viktimat janë të mitura Përdorim nga ana juaj e armës së zjarrit gjatë përmbushjes së detyrës									<input type="checkbox"/>		
Përdorimi i armëve të tjera kundër jush Humbja e kolegut gjatë operacionit në përmbushje të detyrës funksionale									<input type="checkbox"/>		
Qënia objekt i agresionit me armë zjarri nga kriminelit gjatë përmbushjes së detyrës									<input type="checkbox"/>		
Marrja e lajmit për vdekjen e një personi (të afërm ose koleg, etj.) Përdorimi kundër jush i armëve të ndryshme me përjashtim të atyre të zjarrit									<input type="checkbox"/>		
Pësim i aksidenteve ose përjetim i aksidenteve automobilistike me pasojë fatale ose me të plagosur rëndë									<input type="checkbox"/>		
Situata e vecantë që ju e vlerësoni të rëndësishem dhe nuk është përmendur më lart. Përshkruajeni shkurt me fjalë.									<input type="checkbox"/>		
Ndarjet	<b>A</b>	B	C	D	E	F	G	H	I	<b>3 – Faqja 11</b>	

<b>Burimet e stresit dhe ngarkesave të tjera psikologjike</b>	<b>2.5</b>
---	------------

- Duam të përcaktojmë, më me saktësi situatën stresante të përjetuar nga ju.
- Përshkruani ju lutem situatën që cilësohet nga ana juaj më stresante dhe nuk është parashikuar në kategoritë e mëparshme.

<b>Situata të vecanta</b>		<b>Vazhdim</b>
		<b>3 –Faqja 11</b>

Ndarjet	<b>A</b>	<b>B</b>	C	D	E	F	G	H	I
---------	----------	----------	---	---	---	---	---	---	---

<b>Koha e burimit të stresit</b>	<b>3</b>
----------------------------------	----------

<b>Kur e keni përjetuar situatën që e cilësoni si burim stresant ose me ngarkesë tjetër psikologjike</b>		<b>Vazhdim</b>
Sot	<input type="text"/>	<b>4–Faqja 12</b>
Dje Javën e fundit	<input type="text"/>	
Muajin e fundit	<input type="text"/>	
Vitin e fundit Më tepër se 12 muaj	<input type="text"/>	

Ndarjet	A	B	<b><u>C</u></b>	D	E	F	G	H	I
---------	---	---	-----------------	---	---	---	---	---	---

<b>Shpeshtësia e situatave stresante në shërbim</b>	<b>4</b>
---	----------

<b>Sa shpesh ju përjetoni një situatë stresante ose të barabartë me këtë nivel?</b>		<b>Vazhdim</b>
Një situatë të tillë ose të ngjashme me këtë e përjetoj rregullisht	<input type="text"/>	5–Faqja 12
Një situatë të tillë ose të ngjashme me këtë e përjetoj jo rregullisht	<input type="text"/>	6–Faqja 13

<b>Shpeshtësia e situatave stresante në shërbim</b>	<b>5</b>
---	----------

Keni ose jeni përballur me situata të tilla ose të ngjashme me të rregullisht.

<b>Sa shpesh i përjetoni ato</b>		<b>Vazhdim</b>							
Çdo ditë	<input type="text"/>	7–Faqja 14							
Disa herë në javë	<input type="text"/>								
Një herë në javë Një ose tre herë në muaj	<input type="text"/> <input type="text"/>								
Me pak se një herë në muaj Një herë deri në 3 herë në vit.	<input type="text"/> <input type="text"/>								
Më pak se një herë në vit.	<input type="text"/>								
Ndarjet	A	B	<b>C</b>	D	E	F	G	H	I

<b>Shpeshtësia e situatave stresante në shërbim</b>	<b>6</b>
---	----------

Keni ose jeni përballur me situata të tilla ose të ngjashme me të jo rregullisht.

<b>Sa shpesh keni përjetuar një situatë të tillë ose të një niveli me të?</b>	<b>Vazhdim</b>
	<b>7–Faqja 14</b>

Ndarjet	A	B	C	<b><u>D</u></b>	E	F	G	H	I
---------	---	---	---	-----------------	---	---	---	---	---

<b>Ndodhitë gjatë situatave stresante</b>	<b>7</b>
---	----------

Në vazhdim do t'ju paraqiten disa pyetje që kanë lidhje me situatat stresante.

Ju lutem përgjigjuni pyetjet në vazhdim.

(Zgjidhni shkallën ku ju mendoni në këtë çast sa është niveli i shqetësimit në lidhje me situatën.)

<b>0</b>	<b>Asnjëher</b>	<b>1</b>	<b>Pak</b>	<b>2</b>	<b>Shpesh</b>	<b>3</b>	<b>Shumë</b>	<b>4</b>	<b>Shumë shpesh</b>
----------	-----------------	----------	------------	----------	---------------	----------	--------------	----------	---------------------

<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit së detyrës, përballet ndonjëherë me situata që nuk kanë lidhje direkt me të.</b>					
A keni ju ndonjëherë ndjesinë që gjatë situatave stresante se po humbni kontrollin e saj?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës, përballet ndonjëherë me situata ku njohuritë profesionale janë të pamjaftueshme për të zgjidhur atë</b>										
Sa herë keni pasur ndjesinë stresante që njohuritë tuaja kanë qenë të pamjaftueshme për ta zgjidhur atë, në përmbushje të detyrës?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës, përballet ndonjëherë me situata që nuk ishin parashikuar më pare gjatë ushtrimit të detyrës</b>										
Sa shpesh e keni ndjesinë që ju nuk e keni parashikur situatën stresante me të cilën përballeteni?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës, përballet ndonjëherë me situata stresante që fajëson vetën për rrjedhojën e saj</b>										
Në ç'nivel keni ju ndjesinë që ju fajësoni veten për rrjedhën dhe përfundimin e situatës?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ndarjet	A	B	C	<b>D</b>	E	F	G	H	I	

<b>Ndodhitë gjatë situatave stresante</b>	<b>7.1</b>
---	------------

<b>0</b>	<b>Asnjeje</b>	<b>1</b>	<b>Pak</b>	<b>2</b>	<b>Shpesh</b>	<b>3</b>	<b>Shumë</b>	<b>4</b>	<b>Shumë shpesh</b>
----------	----------------	----------	------------	----------	---------------	----------	--------------	----------	---------------------

<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës, përballet ndonjëherë me situata në të cilat ekziston rreziku për jetën dhe shëndetin e tij.</b>										
Sa e merrni të mundur që gjatë një situatë që kërkon zgjidhje nga ju, mund të plagoseni ose të vdisni?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës, përballet ndonjëherë me situata në të cilat ka përshtypjen se ka humbur sensin e kohës</b>										
A keni ndjesinë që gjatë situatës stresante të keni ndjesinë e ndryshimit të kohës, më saktë ju ngadalësohen gjërat si në një film me xhirim të ngadaltë?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës, përballet ndonjëherë me situata stresante ku ndjen që nuk është më vetvetja</b>										



Gjatë situatës stresante keni ndjesi që nuk jeni vetvetja?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës, përballet ndonjeherë në përfundim të saj me situata stresante ku ndien mungesën e mbështetjes sociale</b>					
Sa shpesh keni ju ndjesinë që në përfundim të situatës ju mungon mbështetja sociale?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<b>Punonjësi i sigurisë publike gjatë ushtrimit të detyrës, përballet ndonjeherë me situata stresante sepse nuk ka informacion të qartë gjë që sjellin mosvlerësim të drejt të situatës stresante në fjalë</b>					
A keni ndjesinë që, gjatë zgjidhjes së situatës, ju keni informacion të paqartë mbi të?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Ndarjet	A	B	C	D	<b>E</b>	F	G	H	I
---------	---	---	---	---	----------	---	---	---	---

<b>Intensiteti i ngarkesës</b>	<b>8</b>
--------------------------------	----------

Vetëm kur disa ngjarje jo shumë larg në kohë, bëjnë që situatat të ndiehen ose të përjetohen si aktuale dhe të vështira.

Përgjigjuni ju lutem pyetjet në vazhdim.

(Zgjidhni shkallën ku ju mendoni në këtë çast sa është niveli i shqetësimit në lidhje me situatën.)

<b>0</b>	<b>Asnjëherë</b>	<b>1</b>	<b>Pak</b>	<b>2</b>	<b>Shpesh</b>	<b>3</b>	<b>Shumë</b>	<b>4</b>	<b>Shumë shpesh</b>
----------	------------------	----------	------------	----------	---------------	----------	--------------	----------	---------------------

Sa i ngarkuar psikologjikisht ndieheni akoma nga situata ose situatat që keni kaluar?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
---	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

Ndarjet	A	B	C	D	E	F	<b>G</b>	H	I
---------	---	---	---	---	---	---	----------	---	---

<b>Situata të tjera stresante aktuale</b>	<b>9</b>
---	----------

Ka akoma situata stresante të tjera në lidhje me profesionin tuaj, të cilat ju i gjykoni se janë të ngarkuara?

Në qoftëse po, përgjigjuni, ju lutem, pyetjes 1.1- faqe 5 deri në pyetjen 8 të faqes 15. Ju mund të reflektoni maksimum deri në 3 çështje të ndryshme situatash stresante. (pyetja 1.1 faqe 5 deri te pyetja 8 faqja 15, deri në 3 herë.)

Në qoftëse jo, shkoni ju lutem në pyetjen 10 të faqes 18.

<b>A ka situata të tjera stresante në profesionin tuaj që ju i gjykoni të ngarkuara?</b>		<b>Vazhdim</b>
Po	<input type="checkbox"/>	<b>1.1–Faqja 5</b>
Jo	<input type="checkbox"/>	<b>10–Faqja 18</b>

**Udhëzimi për intervistën: Pyetjet 1.1 faqe 5 deri në pyetjen 8 faqe 15 duhen të bëhen tre herë, edhe kështu që testuesi mund të parashtojë të tre situatat e tij.**

Ndarjet	A	B	C	D	E	F	<b>G</b>	H	I
---------	---	---	---	---	---	---	----------	---	---

<b>Situatat stresante private aktuale</b>	<b>10</b>
---	-----------

Ka situata private që transferohen në situata profesionale dhe krijojnë mbingarkesë?

Përgjigjuni, ju lutem, pyetjet në vazhdim.

(Zgjidhni shkallën ku ju mendoni në këtë çast sa është niveli i shqetësimit në lidhje me situatën.)

<b>0</b>	<b>Asnjeherë</b>	<b>1</b>	<b>Pak</b>	<b>2</b>	<b>Shpesh</b>	<b>3</b>	<b>Shumë</b>	<b>4</b>	<b>Shumë Shpesh</b>
----------	------------------	----------	------------	----------	---------------	----------	--------------	----------	---------------------

Sa mendoni që është ndikimi i situatave stresante private në situatat stresante gjatë kryerjes së detyrës funksionale?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ndarjet	A	B	C	D	E	F	<b><u>G</u></b>	H	I
---------	---	---	---	---	---	---	-----------------	---	---

<b>Ngarkesa të tjera psikologjike gjatë ushtrimit të detyrës</b>	<b>11</b>
--	-----------

Do të gjeni të listuara problemet dhe shqetësimet të cilat mund të ndihen gjatë ushtrimit të detyrës në jetën e përditshme. Ju lutem lexoni cdo pyetje me kujdes dhe

vendosni se sa është niveli i shqetësimit që ndjeni ose e përjetoni si ngarkesë përgjatë katër javëve të fundit.

Ju lutem mos u mundoni të na jepni një përgjigje që të na lej neve të kënaqur por të jetë shkalla në të cilën ju me të vërtet e ndjeni dhe shënoni me kryq (X) cdo pyetje në bazë të kësaj shkalle.

### **Sqarim**

Lista e mëposhtme nuk fokusohet në një situatë specifike të lidhur me profesionin por për të matur ngarkesën, shqetësimet ose problemet psikologjike të lidhura në përgjithësi me profesionin.

Ndarjet	A	B	C	D	E	F	<b>G</b>	H	I
---------	---	---	---	---	---	---	----------	---	---

<b>Ngarkesa të tjera psikologjike gjatë ushtrimit të detyrës</b>	<b>11.1</b>
--	-------------

<b>0</b>	<b>Asnje herë</b>	<b>1</b>	<b>Pak</b>	<b>2</b>	<b>Shpes</b>	<b>3</b>	<b>Shumë</b>	<b>4</b>	<b>Shumë</b>	<b>shpes</b>
----------	-------------------	----------	------------	----------	--------------	----------	--------------	----------	--------------	--------------

<b>Në ç' nivel i keni përjetuar ndjesitë e mëposhtme, në katër javët e fundit deri më sot?</b>										
Nervozizëm dhe dridhje të brëndshme										
Frikë dhe ankth pa shkak										
Ndjesi të forta jo rehatie, nuk rrini dot ulur										
Frike.										
Ndjesia i të qëniti i tendosur e i acaruar										
Frike ose atake paniku.										
Pafuqishmeri, marrje mendesh.										
Dhimbje gjoksi dhe zemre.										
Te vjella ose dhimbje stomaku.										
Veshtirsi ne frymemarrje.										
Mpirje ose kuarje ne pjese te vecanta te trupit										
Ndjeshmeri e larte ndaj temperaturave.										
Vështirësi me kujtesen.										
Ndjesi që mund t'ju ndodhë ndonjë e keqe.										
Detyrimin për të kontrolluar çfarë ke bërë.										
I pavendosur për çështje të ndryshme.										
Zbrazi në kokë.										
Vështirësi në përqëndrim.										
Ndjesinë se acarohesh dhe nervozohesh lehtë.										
Shpërthime të ndjenjës se je i pafuqishëm fizikisht.										
Impulse për të goditur ose për t'i shkaktuar tjetrit dhimbje										
Ndarjet	A	B	C	D	E	F	<b>G</b>	H	I	

<b>Ngarkesa të tjera psikologjike gjatë ushtrimit të detyrës</b>	<b>11.2</b>
--	-------------

<b>0</b>	<b>Asnje herë</b>	<b>1</b>	<b>Pak</b>	<b>2</b>	<b>Shpes</b>	<b>3</b>	<b>Shum</b>	<b>4</b>	<b>Shum</b>
----------	-------------------	----------	------------	----------	--------------	----------	-------------	----------	-------------

<b>Në ç' nivel i keni përjetuar ndjesitë e mëposhtme, në katër javët e fundit deri më sot?</b>									
Impulse për të thyer sendet ose për t'i flakur									
Impulse për të diskutuar dhe për të hyrë në debate									
Ndjesi faji të ndaj vetes									
Frikë nga vëndet e hapura, sheshet, rruget etj.									
Frikë për të udhëtuar me mjetet e transportit publik									
Nevoja për të shmangur nga frika veprime normale.									
Tendencë për të shmangur shoqerine, turmat e nerzve si në markete, kuzina dhe aktivitete të tjera.									
Nervozizëm i lartë kur je i lenë vetëm									
Pagjumesi, vështirsi për të fjetur									
Mendime për vdekjen, deri në vetvrasje									
Ndiheni melankolik. Imerzitur.									
Ndijesia se nuk keni interes për asgjë									
Humbje e shpresës për të ardhmen									
Ndijesia I të qënës pa vlere.									
Niveli i gjëndjes shpirtërore, humori shumë i ulët.									
Tendencë për të kundërshtuar gjithkënd.									
Ndijesia se njerzit janë armiqësor me ju.									
Neveri ndaj njerëzve.									
Ndijesia e turpës në marrdhënie me të tjerët									
Impulsi mos të durosh asnjëri afër.									
Dëshirë për të nderuar I vetmuar.									

Ndarjet	A	B	C	D	E	F	<b>G</b>	H	I
---------	---	---	---	---	---	---	----------	---	---

<b>Ngarkesa të tjera psikologjike gjatë ushtrimit të detyrës</b>	<b>11.3</b>
--	-------------

Keni mundesinë që në pjesën poshtë të përshkruani ndonjë problem që keni pasur dhe nuk është pasqyruar në situatat e përmendura më lart.

<b>Sa shqetësime ndjeni ju në katër javët e fundit deri më sot?</b>	<b>Vazhdim</b>
	Faqja 11

Ndarjet	A	B	C	D	E	F	<b><u>G</u></b>	H	I
---------	---	---	---	---	---	---	-----------------	---	---

<b>Të dhënat mbi personin që plotëson pyetësonin.</b>	<b>12</b>
---	-----------

Ju lutem, përgjigjuni në përfundim edhe disa pyetjeve për personin tuaj. Ju bëjmë me dije se të dhënat personale do të përdoren rreptësisht vetëm për efekte statistikore.

<b>Të Dhëna Personale</b>	
Sa vjeç jeni?	
Sa vjet keni në shërbim të institucionit si punonjës i sigurisë publike?	
Femër	



Mashkull	
Gradë e lartë	
Drejtues i parë	
Drejtues	
Kryekomisar	
Komisar	
Nenkomisar	
Inspektor	
Policia Kriminale	
Policia e Rendit	
Patrullë e Përgjithshme	
Forcat Speciale	
Forcat e Ndërhyrjes së Shpejtë	
Drejtoria e Policisë	
Drejtoria e Përgjithshme	
Sektorë të tjetër ose institucion që nuk është përmënduar me lart.	

Pyetësi: Ndertimi, Permbajtja dhe Perdorimi  
, tabela 1. Shkalla e cila del nga llogaritja e vlerave te perfutara.

<b>Shkalla</b>	<b>Formulimi I elementeve</b>
<b>Itensiteti</b>	
	<b>Sa I ngarkuar psikologjikisht ndiheni ju aktualisht si rezultat I situatave stresante.</b>
<b>Situatat e spikatura</b>	
	<b>Keni ju ndonjehere ndjesine qegjate situates stresante te humbni <i>kontrollin</i> mbi te ?</b>
	<b>Keni ju ndonjehere ndjesine qegjate situates stresante <i>njohurite</i> e juaja dhe komptencat teknike nuk mjafton per te zgjidhur dhe permbushur detyren tende funksionale ?</b>
	<b>Keni ju ndonjehere ndjesine qe ndodhite gjate situates stresante nuk I kishit parashikuar?</b>

	<b>Keni ju ndonjehere ndjesine qe ne perfundim te situates stresante te ndiheni bashkefajtores per rrjedhojen e saj ?</b>
	<b>Sa e vleresoni ju mundesine qe ne nje situat te ngarkuar gjate permbushjes te detyres ju mund te humbni jeten ose te plagoseni?</b>
	<b>Keni ju ndonjehere ndjesine qe gjate situates stresante informacioni per te te jete I paqarte dhe jo I mjaftueshem?</b>
	<b>Keni ju ndonjehere ndjesine ne lidhje me situaten stresante qe ju et humbni ndjesine e kohes? (te ju duken te gjitha veprimet si ne nje film me xhirim te ngadalte)</b>
	<b>Keni ju ndjesine qe gjate situates stresante te dilni jashte vetes (te mos ndiheni vetevetja)?</b>
Rezultatet e ngjarjes stresante.	
	<b>Sa vuani ju ne keto kater jave te fundit deri me sot e ne vazhdim....</b>
Agrisivitet/shpirti armiqesor.	<b>Ndjeni qe shume lehte acaroheni ose nxeheni?</b>
	<b>Shperthimi ndjenjes qe perballe situates stresante jeni te pafuqishem.</b>
	<b>Implusnin te godisni dike , ta demtoni fizikisht , ti shkaktoni dikujt dhimbje.</b>
	<b>Impulsin te thyeni ose te flakni sendet perreth jush.</b>
	<b>Tendence te diskutosh dhe te kundershotosh cdo gje.</b>
Frikerat	<b>Nervozitet ose dridhje te brendshme .</b>
	<b>Frike , atak paniku pa shkak.</b>
	<b>Frike , trembje , panik pa shkak</b>
	<b>Ndjesia I te qenit I tendosur dhe I nevrkosur .</b>
	<b>Situata paniku dhe frike.</b>
	<b>Parehati e vazhdueshme sa nuk rrin dot ne nje vend.</b>
Depresioni	<b>Mendime se mund te humbesh jeten.</b>
	<b>Merzi , melankoli.</b>
	<b>Ndjesia qe nuk ju intereson asgje.</b>
	<b>Ndjesia I pashprese per te ardhmen.</b>
	<b>Ndjesia I te qenit pavlere.</b>
Fobite	<b>Frika nga vendet e hapura si sheshet rruget etj....</b>
	<b>Frike per te udhetuar me mjetet e transportit public tren bus etj..</b>
	<b>Nevoja per te shmangur sende te caktuara vende iose veprime te cilat shkaktojne frike.</b>
	<b>Shmangja per tu bashkuar ose qendruar ku ka perqendrim te personave te tjere.</b>
	<b>Nervozitet I larte nqs lihet vetem.</b>
Simpomat	<b>Pasqishmeri dhe marrje mendsh .</b>
	<b>Dhimbje zemre dhe gjoksi .</b>

	<b>Neveri , te vjella ose dhimbje e te perziera ne stomak.</b>
	<b>Veshtiresi ne frymemarrje .</b>
	<b>Vale te nxehti ose te ftohti ne organizem.</b>
	<b>Kruarje ose mornica ne pjese te caktuara te trupit.</b>
	<b>Depulese ne pjesete ndryshme te trupit , mpirje.</b>
<b>Pasiguri ne marrdhenie sociale</b>	<b>Prekje dhe emocionalitet I larte</b>
	<b>Ndjesia qe te tjeret jane jomiqesore ose te pashpirt.</b>
	<b>Zhvelftesim I vetes ne lidhje me te tjeret.</b>
	<b>Ndjesi turpi ne marrdhenie me te tjeret.</b>

SHTOJCE

Lieber Krenar

Hier die Antëort aus Deutschland. Du kannst alles verëenden, musst aber die Studie zitieren.

Viele Grüë aus Ëien

Petër

-----Ursprüngliche Nachricht-----

Von: info-zentrum@baua.bund.de [mailto:info-zentrum@baua.bund.de]

Gesendet: Donnerstag, 9. Oktober 2014 12:04

An: LAMPLOT Petër (BMI-I/9-ZIA)

Betreff: [Vorgang: 594790] Abschlussbericht zum Projekt -Psychische Belastung durch traumatisierende Ereignissë innerhalb der Berufsausübung- - Projekt F 1995

Sëhr geehrtër Herr Lamplot,

vielen Dank für Ihre Anfrage an das Informationszentrum der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) zur Nutzung des Projektberichts F 1995 durch Herrn Ahmeti im Rahmen sëiner Doktorarbeit.

Gernë kann Herr Ahmeti mit entsprechender Quellenangabe aus dem Bericht zitieren.

Auch einër ëeitëre Verëendung der OPTI-Fragebögen aus dem Bericht "Psychische Belastung durch traumatisierende Ereignissë im Beruf" im Rahmen der Dissërtation stimmen ëir zu.

Dazu ertëilen ëir Herrn Ahmeti ein auszugsäisës einfaches nicht-kommerzielles und kostenfreies Nutzungsrecht (Vervielfältigungs- und Verbreitungsrecht, Recht der öffentlichen Zugänglichmachung), ëelches ihm gestattet, die angefragten Tëile aus der genannten Veröffentlichung untër Angabe der Quelle für sëinë Dissërtation zu nutzen.

Für Rückfragen stëhen ëir Ihnen gernë zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Jutta Eöbel-von Ohle  
Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin Informationszentrum Friedrich-Henkel-Èeg  
1-25  
44149 Dortmund  
Tëlefon: +49 231 9071-2305  
Fax: +49 231 9071-2070  
E-Mail: info-zentrum@baua.bund.de  
Idashur Krenar!

Ketu ke përgjigjen nga Gjermania. Mund të përdorësh çdo lloj matëriali, por duhet të zitosh burimin

Gjithë të mirat nga Viena!

Petër

-----Burimi i informacionit-----

Nga: info-zentrum@baua.bund.de [mailto:info-zentrum@baua.bund.de]

Dërguar më: 9. Tëtor, 2014 12:04

Tek: LAMPLOT Petër (BMI-I/9-ZIA)

Subjekti: [Kërkesa: 594790] Leje për përdorim të pyetësorit OPTI.

I nderuar zoti Laplot

Shumë faleminderit për kërkesën e drejtuar zyrës së informacionit të institucionit tonë Mrojtia e Punonjësve dhe Mjekësisë së Punës (BAuA) për përdorimin e matërialit informative në nr. F1995 nga zoti Ahmeti në kuadër të punimit të tijë në tëmes së doktoraturës.

Me kënaqësi konfirmojmë lejen e kërkuar duke respektuar dhe kërkesën etiko- shkencore të citimit të burimit nga është marë matëriali.

Edhe një përdorim I gjërë I pyetësorit OPTI nga matëriali I sipërcituar në kornizen e punimit të tijë të doktoraturës.

I kujtojmë zotit Ahmeti një të drejtjë që sduhet ta përdori, është ajo me qëllim komercial. Të gjitha të drejtat e tjera I ka.

Për pyetje të mëtejshme jemi në dispozicionin tuaj.

Përshdentje miqësore

Jutta Eöbel-von Ohle

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin Informationszentrum Friedrich-Henkel-Ëeg  
1-25  
44149 Dortmund  
Tëlefon: +49 231 9071-2305  
Fax: +49 231 9071-2070  
E-Mail: info-zentrum@baua.bund.d

SHTOJCE **Tiranë më 31.10.2014**

## **Kërkesë**

### **Lënda: Kërkesë për aplikim të pyetësorit, Ministrit Z. Sajmir TAHIRIT**

I nderuar Z. Ministër

Unë i nënshkruari Kolonël Krenar Ahmeti aktualisht efektiv i Gardës së Republikës kam kryer dhe studimet e larta në Fakultëtin e Shkencave Sociale në UT dega Psikologji Klinike në vitët akademike 2004-2008, prej vitin 2009 e në vazhdim jam doktorant po në këtë fakultët, në kuadër të punës time mbi tëzën e doktoratës po kryej një kërkim shkencor mbi “Stresin si rezultat i evenimentëve traumatike të përjetuara gjatë ushtrimit të detyrës nga punonjësit e sigurisë publike”

Disa nga objektivat e studimit tim janë :

1. Identifikimi i çrregullimeve tipike mendore të punonjësit të sigurisë publike (premisë për çrregullime të mëtejshme)
2. Eksplorimi i shkaqëve që ka stimuluar lindjen e çrregullimeve mendore të punonjësit të sigurisë publike.
3. Pasojat e mosëkzistencës së intucionëve të ndihmës për punonjësit e sigurisë publike të prekur nga ky fenomen.
4. Ofrimi i rekomadimeve dhe guidave psikologjike së si mund të parandalohet dhe trajtohet ky fenomen duke u bazur në përvojën e institucionëve homologe të sigurisë publike europianë, në kuadrin e parandalimit të këtij fenomeni.

Studimi im do përqëndrohet në drejtoritë kryesore të intitucionit që ju drejtoni. DPP. dhe Drejtoria e Emergjencave Civile. Si autoriteti më i lartë që ka në vartësi këto struktura besoj së dhe ju do të ishit të intëresuar për një analizë shkencore social psikologjike të këtij fenomeni. Do të vlerësoja jashtëzakonisht ndihmën tuaj nëse do tregoheshit të gatshëm të më lejoni të aplikoja këtë instrument shkencor (pyetësorin) duke ndarë së bashku informacionët për këtë fenomen, për një zgjedhje të përgjegjshme të kampionit të marë në studim. Kampioni do ti plotësojë pyetsorë dhe intervista në fokus grup gjatë të cilave do respektohet anonimatit dhe konfidencialiteti. Intervistat do të regjistrohen dhe

të dhënat nuk do publikohen por do të përdoren vetëm për efekt të tëmës së doktoraturës. Bashkëngjitur është pyetësi dhe leja për përdorim nga unë, nga autori që e ka përpiluar pyetësin.

## Kërkesë

### **Lënda: Ftesë bashkëpunimi Drejtorit të Emergjencave Civile.**

#### **I nderuar Z. Shemsi Premçi!**

Unë i nënshkruari Krenar Ahmeti, aktualisht me detyrë Shef I Sigurisë Fizike të Presidentit të Republikës po kryej doktoraturën në degën e psikologjisë në Fakultetin e Shkencave Sociale në Tiranë. Në kuadër të punës time mbi tezën e doktoratës pranë fakultetit po kryej një kërkim shkencor me temë: Stresi si rezultat I situatave traumatike të përjetuara gjatë ushtrimit të deturës nga punonjësi I sigurisë publike.

Studimi im do përqëndrohet në qytetet dhe zonat që ju drejtoni sipas tabelës

#### Emergjencat civile

Emergjencat civile Tirane							
30				30			
Zjarrfikes Tirane	Zjarrfikes Vlore	Zjarrfikes Korce	Zjarrfikes Kukes	Zjarrfikes Shkoder	Zjarrfikes Gjirokaster	Zjarrfikes Elbasan	
30	15	15	5	15	5	15	100

Besoj se dhe ju do të ishit të interesuar për një analizë shkencore në popullatat e këtyre intitucioneve. Do të vlerësoja jashtëzakonisht ndihmën tuaj nëse do tregoheshit të gatshëm të bashkëpunonim duke ndarë së bashku informacionet mbi popullatat për një zgjedhje të përgjegjshme të kampionit të marë në studim. Kampioni do ti plotësojë pyetësorë dhe intervista në fokus grup gjatë të cilave do respektohet anonimatit dhe konfidencialiteti. Intervistat do të regjistrohen dhe të dhënat nuk do publikohen pa miratimin e të intervistuarve.

Duke shprehur në bashkëpunimin tuaj

Sinqerisht

Krenar Ahmeti

Nr cel: 0692046556

[krenarahmeti@gmail.com](mailto:krenarahmeti@gmail.com)

## **Kërkesë**

### **Lënda: Ftesë bashkëpunimi Drejtorit të Përgjithshem të Policisë së Burgjeve.**

#### **I nderuar Z. Artan Didi !**

Unë i nënshkruari Ph. Dr. Theodhori Karaj me detyrë Dekan në Fakultetin e Shkencave Sociale në Tiranë. Në kuadër të punës së kërkimit shkencor me studentët e doktorant te cilet sipas ligjeve dhe rregulloreve në fuqi, po kryejn një sër kërkimesh shkencore ne institucione shtetore dhe private me qëllim per të paraqitur dezertacionet e tyre për të fituar gradën shkencore “Doktor”. Njëra nga temat ka lidhje me institucionin e rëndësishem që ju drejtoni me temë:” Stresi si rezultat i situatave traumatike të përjetuara gjatë ushtrimit të deturës nga punonjësi i sigurisë publike”.

Studimi im do përqëndrohet në institucionet që ju drejtoni sipas tabelës:

Policia e Shtetit

3050 polic të burgjeve.Te njejten llogjike dhe menyre kampionimi si ne policine e shtetit kemi ndjekur edhe te ky institucion,pasi si ne organizim dhe hierarkine e detyrave eshte e ngjashme me policine e shtetit.Pra perfaqesimi i kampionit eshte 10% dhe kampioni i gjinise femerore ne perqindje eshte pothuasje e njejte me policine e shtetit,me te vetmin ndryshim qe ato jane te perqendruara tek burgu i grave.

Besoj se dhe ju do të ishit të interesuar për një analizë shkencore në popullatat e këtyre intitucioneve. Do të vlerësoja jashtëzakonisht ndihmën tuaj nëse do tregoheshit të gatshëm të bashkëpunonim duke ndarë së bashku informacionet mbi popullatat për një zgjedhje të përgjegjshme të kampionit të marë në studim.

Duke shpresuar në bashkëpunimin tuaj

Sinqerisht

Krenar Ahmeti

Nr cel: 0692046556

[krenarahmeti@gmail.com](mailto:krenarahmeti@gmail.com)

## Kërkesë

### **Lënda: Ftesë bashkëpunimi Drejtorit të Përgjithshem të Policisë së Shtetit.**

#### **I nderuar Z. Artan Didi !**

Unë i nënshkruari Ph. Dr. Theodhori Karaj me detyrë Dekan në Fakultetin e Shkencave Sociale në Tiranë. Në kuadër të punës së kërkimit shkencor me studentët e doktorant të cilet sipas ligjeve dhe rregulloreve në fuqi, po kryejn një sër kërkimesh shkencore ne institucione shtetore dhe private me qëllim për të paraqitur dezertacionet e tyre për të fituar gradën shkencore “Doktor”. Njëra nga temat ka lidhje me institucionin e rëndësishëm që ju drejtoni me temë:” Stresi si rezultat i situatave traumatike të përjetuara gjatë ushtrimit të deturës nga punonjësi i sigurisë publike”.

Kampioni i studimit përqëndrohet në institucionet që ju drejtoni sipas tabelës:

Policia e Shtetit

I nderuar zoti Drejtor, sipas tabelës do të bëhet nje pyetësor i cili është brënda parametrave etiko-shkencore. (Bashkëngjitur kësaj kërkesë dhe pyetësorin original)

Besoj se dhe ju do të ishit të interesuar për një analizë shkencore në popullatat e këtyre intitucioneve. Do të vlerësoja jashtëzakonisht ndihmën tuaj nëse do tregoheshit të gatshëm të bashkëpunonim duke ndarë së bashku informacionet mbi popullatat për një zgjedhje të përgjegjshme të kampionit të marë në studim.

Pyetësori do të implementohet nga Z. Aurrel Jeniceri, I cili ka mbaruar me sukses këtë fakultet, bën pjes në grupin shkencor dhe është dhe efektiv i juaj.

Theksoj që studimi ka vetem qëllim për të realizuar studiminn shkencor për mbrojtje dezertacioni dhe jo për qëllim mediatik apo destinacion tjetër.

Të dhënat do t’ju jepen edhe juve me synimin se mund t’ju ndihmojne ne punen e juaj.

Duke shpresuar në bashkëpunimin tuaj

Sinqerisht

DEKANI I F.SH.S. I UT

Ph. Dr Theodhori Karaj

Nr cel. 0692151789

Nr cel: 06

[krenarahmeti@gmail.com](mailto:krenarahmeti@gmail.com)

Shtojca. **Frequency Table**



**Qarku**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Shkoder	84	9.5	9.5	9.5
	Kukes	42	4.7	4.7	14.2
	Tirane	429	48.3	48.3	62.5
	Elbasan	89	10.0	10.0	72.5
	Vlore	29	3.3	3.3	75.8
	Gjrokaster	26	2.9	2.9	78.7
	Korce	67	7.5	7.5	86.3
	Durres	45	5.1	5.1	91.3
	Lezhe	52	5.9	5.9	97.2
	Fier	25	2.8	2.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Lloji i punonjesit te sigurise publike**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	I. E. V. Penale	223	25.1	25.1	25.1
	P. M. N. Z. (Zjarrfikes)	71	8.0	8.0	33.1
	Policia e Shtetit	594	66.9	66.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Policia e Shtetit**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	F. N. SH & F. S	87	9.8	14.6	14.6
	Policia e Rendit	325	36.6	54.7	69.4
	Policia Kriminale	100	11.3	16.8	86.2
	Policia Rrugore	82	9.2	13.8	100.0
	Total	594	66.9	100.0	
Missing	Pyetje e padrejtuar	294	33.1		
Total		888	100.0		

**Policia e Rendit**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	S. P. Z.	75	8.4	23.1	23.1
	Patrulla e Pergjithshme	135	15.2	41.5	64.6
	Roje statike	94	10.6	28.9	93.5
	Shqiponja	21	2.4	6.5	100.0
	Total	325	36.6	100.0	
Missing	Pyetje e padrejtuar	563	63.4		
Total		888	100.0		

**Institucioni**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Burgu 302	11	1.2	1.2	1.2
	Burgu 313	45	5.1	5.1	6.3
	Burgu 325 (burgu i grave)	21	2.4	2.4	8.7
	Burgu Drenoves	36	4.1	4.1	12.7
	Burgu Fushe-Kruje	18	2.0	2.0	14.8
	Burgu Peqin	45	5.1	5.1	19.8
	Burgu Shen Kollit	47	5.3	5.3	25.1
	Zjarrfikes Durres	9	1.0	1.0	26.1
	Zjarrfikes Durres - Port	5	.6	.6	26.7
	Zjarrfikes Elbasan	5	.6	.6	27.3
	Zjarrfikes Fier	2	.2	.2	27.5
	FNSH 712	24	2.7	2.7	30.2
	FNSH Fier	23	2.6	2.6	32.8
	FNSH Shkoder	25	2.8	2.8	35.6
	Forcat Renea Tirane	15	1.7	1.7	37.3
	Zjarrfikes Gjirokaster	4	.5	.5	37.7
	Komisariati 1 Tirane	47	5.3	5.3	43.0
	Komisariati 2 Tirane	19	2.1	2.1	45.2

Zjarrfikes Lezhe	5	.6	.6	45.7
Zjarrfikes Kruje	5	.6	.6	46.3
Zjarrfikes Rinas	8	.9	.9	47.2
Policia Qarkut Korce	31	3.5	3.5	50.7
Policia Gjirokaster	22	2.5	2.5	53.2
Policia Vlore	29	3.3	3.3	56.4
Policia Elbasan	39	4.4	4.4	60.8
Komisariati 3 Tirane	34	3.8	3.8	64.6
Komisariati 4 Tirane	24	2.7	2.7	67.3
Komisariati 5 Tirane	28	3.2	3.2	70.5
Komisariati 6 Tirane	10	1.1	1.1	71.6
Komisariati i policise Kavaje	20	2.3	2.3	73.9
Shqijponjat Tirane	21	2.4	2.4	76.2
Policia Rrugore	82	9.2	9.2	85.5
Zjarrfikes Tirane	28	3.2	3.2	88.6
Policia Kukes	42	4.7	4.7	93.4
Policia Qarkut Shkoder	59	6.6	6.6	100.0
Total	888	100.0	100.0	

#### Gjinia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Mashkull	761	85.7	85.7	85.7
	Femer	127	14.3	14.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

#### Grupmosha

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20 – 24 vjeç	35	3.9	3.9	3.9
	25 – 29 vjeç	104	11.7	11.7	15.7
	30 – 34 vjeç	94	10.6	10.6	26.2
	35 – 39 vjeç	113	12.7	12.7	39.0

	40 – 44 vjeç	187	21.1	21.1	60.0
	45 – 49 vjeç	168	18.9	18.9	78.9
	50 – 54 vjeç	125	14.1	14.1	93.0
	55 – 59 vjeç	55	6.2	6.2	99.2
	60+ vjeç	7	.8	.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

#### Vitet e punes

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Deri në 1 vit	70	7.9	7.9	7.9
	2 - 3 vite	50	5.6	5.6	13.5
	4 – 10 vite	231	26.0	26.0	39.5
	11 – 15 vite	146	16.4	16.4	56.0
	16 – 20 vite	165	18.6	18.6	74.5
	21 – 25 vite	150	16.9	16.9	91.4
	26 - 30 vite	56	6.3	6.3	97.7
	31+ vite	20	2.3	2.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Si rezultat i një konflikti ose problemi ndërpersonal ose social. Në këtë klasifikim duhen nënrenditur situatat që kanë lidhje me marrëdhëniet me kolegët ose eprorët.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E papërzgjedhur	664	74.8	74.8	74.8
	E përzgjedhur	224	25.2	25.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Si rezultat i kushteve të papërshtatshme të vendit të punës, kohëzgjatjes së punës, kushteve dhe ngarkesës fizike të punës. P.sh: Puna me turne, orët e zgjatura, planëzimi i keq i kohës, kushtet e këqija të mjedisit ku punon ku ka dhe përqëndrim të madhë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	242	27.3	27.3	27.3
	E perzgjedhur	646	72.7	72.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Si rezultat i organizimit dhe strukturës ku bëni pjesë. Këtu duhet të kenë parasysh se bëhet fjalë për organizimin, mbarëvajtjen dhe koordinimi që mund të sjelliin shqetësime si p.sh. Presion i afateve, mjetet logjistike në dizpozicion, mënyra e keqe e

dr

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	464	52.3	52.3	52.3
	E perzgjedhur	424	47.7	47.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Si rezultat i një detyre të vecantë si punonjës i sigurisë publike. Në këtë klasifikohen situata si rrjedhojë e detyrës specifike që kryen p.sh. Përballimi me lajmin e vdekjes së një personi, konflikte të forta familjare, shkëmbim me armë zjarri, përdori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	433	48.8	48.8	48.8
	E perzgjedhur	455	51.2	51.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Si rezultat i rrethanave të vecanta gjatë ushtrimit të detyrës që ju klasifikoni stresante dhe nuk janë përmëndur në katër ndarjet e më sipërme.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	820	92.3	92.3	92.3
	E perzgjedhur	68	7.7	7.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Konflikt me kolegun ose kolegen**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	638	71.8	71.8	71.8
	E perzgjedhur	250	28.2	28.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Kushtet klimaterike të vështira**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	636	71.6	71.6	71.6
	E perzgjedhur	252	28.4	28.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Mërzitje, zënka në grupin ku punoni**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	546	61.5	61.5	61.5
	E perzgjedhur	342	38.5	38.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Konflikt me eprorët**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	590	66.4	66.4	66.4
	E perzgjedhur	298	33.6	33.6	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Turma

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjdhur	669	75.3	75.3	75.3
	E perzgjedhur	219	24.7	24.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Mosmarrëveshje në familje dhe në punë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjdhur	693	78.0	78.0	78.0
	E perzgjedhur	195	22.0	22.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Trajtim i pandershëm nga kolegët**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjdhur	591	66.6	66.6	66.6
	E perzgjedhur	297	33.4	33.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Situata e vecantë që ju e vlerësoni të rëndësishëm dhe nuk është përmëndur më lart.**

**Përshkruajeni shkurt me fjalë.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjdhur	870	98.0	98.0	98.0
	E perzgjedhur	18	2.0	2.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Puna me turne, ndërrimi i turneve**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

Valid	E paperzgjedhur	674	75.9	75.9	75.9
	E perzgjedhur	214	24.1	24.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Operacione dhe orare shërbimi të gjata në kohë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	531	59.8	59.8	59.8
	E perzgjedhur	357	40.2	40.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Planifikimi i keq i kohës së punës**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	512	57.7	57.7	57.7
	E perzgjedhur	376	42.3	42.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Kushte të këqija në mjediset e punës dhe gjatë ushtrimit të detyrës.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	513	57.8	57.8	57.8
	E perzgjedhur	375	42.2	42.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Temperatura jo të përshtatshme në mjedisin e punës gjatë ushtrimit të detyrës.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	682	76.8	76.8	76.8
	E perzgjedhur	206	23.2	23.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	



**Lodhje e madhe fizike**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	617	69.5	69.5	69.5
	E perzgjedhur	271	30.5	30.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndotje e madhe akustike gjatë ushtrimit të detyrës**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	669	75.3	75.3	75.3
	E perzgjedhur	219	24.7	24.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Situata e vecantë që ju e vlerësoni të rëndësishme dhe nuk është përmëndur më lart.**

**Përshkruajeni shkurt me fjalë.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	863	97.2	97.2	97.2
	E perzgjedhur	25	2.8	2.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Presioni i kohës në përbushjen e detyres**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	696	78.4	78.4	78.4
	E perzgjedhur	192	21.6	21.6	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Intesiteti i lartë i punës**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	654	73.6	73.6	73.6
	E perzgjedhur	234	26.4	26.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Përqëndrimi i lartë në punë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	733	82.5	82.5	82.5
	E perzgjedhur	155	17.5	17.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Monotoni dhe rutinë në përmbushjen e detyrës**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	711	80.1	80.1	80.1
	E perzgjedhur	177	19.9	19.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Mungesa logjistike për realizimin e detyrës**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	506	57.0	57.0	57.0
	E perzgjedhur	382	43.0	43.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Udhëzime kontradiktore për përmbushjen e detyrës**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

Valid	E paperzgjedhur	656	73.9	73.9	73.9
	E perzgjedhur	232	26.1	26.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Përgjegjesi të lartë për persona të tjerë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	738	83.1	83.1	83.1
	E perzgjedhur	150	16.9	16.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Drejtim dhe udhëheqje e re**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	795	89.5	89.5	89.5
	E perzgjedhur	93	10.5	10.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Drejtuesit, eprorët e kabinetit të punës**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	810	91.2	91.2	91.2
	E perzgjedhur	78	8.8	8.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Informacioni politik**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	773	87.0	87.0	87.0
	E perzgjedhur	115	13.0	13.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Mungesë mirënjohjeje për punën e bërë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	564	63.5	63.5	63.5
	E perzgjedhur	324	36.5	36.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Shpërndarja jo e drejtë e ngarkesës brënda të njejtit grup-pune**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	574	64.6	64.6	64.6
	E perzgjedhur	314	35.4	35.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Situata e vecantë që ju e vlerësoni të rëndësishme dhe nuk është përmëndur më lart.

**Përshkruajeni shkurt me fjalë.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	885	99.7	99.7	99.7
	E perzgjedhur	3	.3	.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Fatkeqësi me fëmijët (kur këta janë viktima)**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	477	53.7	53.7	53.7
	E perzgjedhur	411	46.3	46.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Pjesëtar i operacionit në situatë pengmarrjeje**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	732	82.4	82.4	82.4
	E perzgjedhur	156	17.6	17.6	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Vrasës serial.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	725	81.6	81.6	81.6
	E perzgjedhur	163	18.4	18.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Fatkeqësia e kolegut (kur ai është viktimë)**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	508	57.2	57.2	57.2
	E perzgjedhur	380	42.8	42.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Përballja me pornografi dhe keq-trajtim kur viktimat janë të mitura**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	662	74.5	74.5	74.5
	E perzgjedhur	226	25.5	25.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Përdorim nga ana juaj e armës së zjarrit gjatë përmbushjes së detyrë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

Valid	E paperzgjedhur	732	82.4	82.4	82.4
	E perzgjedhur	156	17.6	17.6	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Përdorimi i armëve të tjera kundër jush**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	652	73.4	73.4	73.4
	E perzgjedhur	236	26.6	26.6	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Humbja e kolegut gjatë operacionit në përmbushje të detyrës funksionale**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	529	59.6	59.6	59.6
	E perzgjedhur	359	40.4	40.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Qënia objekt i agresionit me armë zjarri nga kriminelit gjatë përmbushjes së detyrës**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	662	74.5	74.5	74.5
	E perzgjedhur	226	25.5	25.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Marrja e lajmit për vdekjen e një personi (të afërm ose koleg, etj.)**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	537	60.5	60.5	60.5
	E perzgjedhur	351	39.5	39.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Përdorimi kundër jush i armëve të ndryshme me përjashtim të atyre të zjarrit**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	729	82.1	82.1	82.1
	E perzgjedhur	159	17.9	17.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Pësim i aksidenteve ose përjetim i aksidenteve automobilistike me pasojë fatale ose**

**me të plagosur rëndë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	641	72.2	72.2	72.2
	E perzgjedhur	247	27.8	27.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Situata e vecantë që ju e vlerësoni të rëndësishme dhe nuk është përmëndur më lart.**

**Përshkruajeni shkurt me fjalë.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	E paperzgjedhur	885	99.7	99.7	99.7
	E perzgjedhur	3	.3	.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Kur e kane perjetuar situaten qe cilesojne si burim stresi ose me ngarkese tjeter**

**psikologjike**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sot	54	6.1	6.1	6.1
	Dje	29	3.3	3.3	9.3
	Javen e fundit	150	16.9	16.9	26.2

	Muajin e fundit	252	28.4	28.4	54.6
	Vitin e fundit	206	23.2	23.2	77.8
	Me teper se 12 muaj	197	22.2	22.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Sa shpesh perjetoni nje situatë stresante ose te barabarte me kete nivel**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rregullisht	374	42.1	42.1	42.1
	Jo rregullisht	514	57.9	57.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Sa shpesh i perjetoni keto**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cdo dite	100	11.3	11.3	11.3
	Disa here ne jave	143	16.1	16.1	27.4
	1 here ne jave	100	11.3	11.3	38.6
	1 ose 3 here ne muaj	133	15.0	15.0	53.6
	Me pak se nje here ne muaj	147	16.6	16.6	70.2
	1 - 3 here ne vit	119	13.4	13.4	83.6
	Me pak se nje here ne vit	146	16.4	16.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**A keni ju ndonjehere ndjesine qe gjate situatave stresante se po humbni kontrollin e**

saj?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	238	26.8	26.8	26.8
	Rralle	417	47.0	47.0	73.8
	Shpesh	141	15.9	15.9	89.6
	Shume Shpesh	39	4.4	4.4	94.0



	gjithmone	53	6.0	6.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Sa herë keni pasur ndjesinë stresante që njohuritë tuaja kanë qenë të pamjaftueshme

për ta zgjidhur atë, në përmbushje të detyrës?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	287	32.3	32.3	32.3
	Rralle	400	45.0	45.0	77.4
	Shpesh	100	11.3	11.3	88.6
	Shume Shpesh	36	4.1	4.1	92.7
	gjithmone	65	7.3	7.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Sa shpesh e keni ndjesinë që ju nuk e keni parashikur situaten stresante me të cilën

përballeni?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	164	18.5	18.5	18.5
	Rralle	371	41.8	41.8	60.2
	Shpesh	208	23.4	23.4	83.7
	Shume Shpesh	57	6.4	6.4	90.1
	gjithmone	88	9.9	9.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Në ç'nivel keni ju ndjesinë që ju fajësoni veten për rrjedhën dhe përfundimin e

situatës?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	359	40.4	40.4	40.4
	Rralle	331	37.3	37.3	77.7
	Shpesh	80	9.0	9.0	86.7

	Shume Shpesh	43	4.8	4.8	91.6
	gjithmone	75	8.4	8.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Sa e merrni të mundur që gjatë një situatë që kërkon zgjidhje nga ju, mund të

plagoseni ose të vdisni?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	227	25.6	25.6	25.6
	Rralle	303	34.1	34.1	59.7
	Shpesh	208	23.4	23.4	83.1
	Shume Shpesh	62	7.0	7.0	90.1
	gjithmone	88	9.9	9.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

A keni ndjesinë që gjatë situatës stresante të keni ndjesinë e ndryshimit të kohës, më

saktë ju ngadalësohen gjerat si në një film me xhirim të ngadaltë?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	290	32.7	32.7	32.7
	Rralle	332	37.4	37.4	70.0
	Shpesh	136	15.3	15.3	85.4
	Shume Shpesh	47	5.3	5.3	90.7
	gjithmone	83	9.3	9.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

Gjatë situatës stresante keni ndjesi që nuk jeni vetvetja?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	367	41.3	41.3	41.3
	Rralle	271	30.5	30.5	71.8
	Shpesh	132	14.9	14.9	86.7

	Shume Shpesh	45	5.1	5.1	91.8
	gjithmone	73	8.2	8.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Sa shpesh keni ju ndjesinë që në përfundim të situatës ju mungon mbështetja**

**sociale?**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	163	18.4	18.4	18.4
	Rralle	255	28.7	28.7	47.1
	Shpesh	246	27.7	27.7	74.8
	Shume Shpesh	88	9.9	9.9	84.7
	gjithmone	136	15.3	15.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**A keni ndjesinë që, gjatë zgjidhjes së situatës, ju keni informacion të paqartë mbi të?**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	178	20.0	20.0	20.0
	Rralle	348	39.2	39.2	59.2
	Shpesh	194	21.8	21.8	81.1
	Shume Shpesh	73	8.2	8.2	89.3
	gjithmone	95	10.7	10.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Sa i ngarkuar psikologjikisht ndieheni akoma nga situata ose situatat që keni kaluar?**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	28	3.2	3.2	3.2
	Rralle	398	44.8	44.8	48.0
	Shpesh	219	24.7	24.7	72.6
	Shume shoesh	137	15.4	15.4	88.1

	Gjithmone	106	11.9	11.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**A ka situata te tjera stresante ne profesionin tuaj**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Po	664	74.8	74.8	74.8
	Jo	224	25.2	25.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Sa mendoni qe eshte ndikimi i situatave stresante private ne situatat stresante gjate**

**kryerjes se detyres funksionale?**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	135	15.2	15.2	15.2
	Rralle	363	40.9	40.9	56.1
	Shpesh	234	26.4	26.4	82.4
	Shume shpesh	132	14.9	14.9	97.3
	Gjithmone	24	2.7	2.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Nervozizem dhe dridhje te brëndshme**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	361	40.7	40.7	40.7
	Rralle	368	41.4	41.4	82.1
	Shpesh	115	13.0	13.0	95.0
	Shume shpesh	33	3.7	3.7	98.8
	Gjithmone	11	1.2	1.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Frikë dhe ankth pa shkak**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	513	57.8	57.8	57.8
	Rralle	227	25.6	25.6	83.3
	Shpesh	108	12.2	12.2	95.5
	Shume shpesh	31	3.5	3.5	99.0
	Gjithmone	9	1.0	1.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndjesi të forta jo rehatie, nuk rri dot ulur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	357	40.2	40.2	40.2
	Rralle	300	33.8	33.8	74.0
	Shpesh	162	18.2	18.2	92.2
	Shume shpesh	51	5.7	5.7	98.0
	Gjithmone	18	2.0	2.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Frike.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	502	56.5	56.5	56.5
	Rralle	215	24.2	24.2	80.7
	Shpesh	117	13.2	13.2	93.9
	Shume shpesh	44	5.0	5.0	98.9
	Gjithmone	10	1.1	1.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndjesia i të qënit i tendosur e i acaruar**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	268	30.2	30.2	30.2
	Rralle	351	39.5	39.5	69.7
	Shpesh	200	22.5	22.5	92.2
	Shume shpesh	55	6.2	6.2	98.4
	Gjithmone	14	1.6	1.6	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Frike ose atake paniku.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	538	60.6	60.6	60.6
	Rralle	205	23.1	23.1	83.7
	Shpesh	80	9.0	9.0	92.7
	Shume shpesh	53	6.0	6.0	98.6
	Gjithmone	12	1.4	1.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Pafuqishmeri, marrje mendesh.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	474	53.4	53.4	53.4
	Rralle	277	31.2	31.2	84.6
	Shpesh	104	11.7	11.7	96.3
	Shume shpesh	21	2.4	2.4	98.6
	Gjithmone	12	1.4	1.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Dhimbje gjoksi dhe zemre.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	--	-----------	---------	---------------	-----------------------

Valid	Asnjehere	515	58.0	58.0	58.0
	Rralle	222	25.0	25.0	83.0
	Shpesh	118	13.3	13.3	96.3
	Shume shpesh	25	2.8	2.8	99.1
	Gjithmone	8	.9	.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Te vjella ose dhimbje stomaku.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	600	67.6	67.6	67.6
	Rralle	139	15.7	15.7	83.2
	Shpesh	91	10.2	10.2	93.5
	Shume shpesh	44	5.0	5.0	98.4
	Gjithmone	14	1.6	1.6	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Veshitirsi ne frymemarrje.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	527	59.3	59.3	59.3
	Rralle	204	23.0	23.0	82.3
	Shpesh	100	11.3	11.3	93.6
	Shume shpesh	46	5.2	5.2	98.8
	Gjithmone	11	1.2	1.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Mpirje ose kuarje ne pjese te vecanta te trupit**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	546	61.5	61.5	61.5
	Rralle	171	19.3	19.3	80.7

	Shpesh	107	12.0	12.0	92.8
	Shume shpesh	52	5.9	5.9	98.6
	Gjithmone	12	1.4	1.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndjeshmeri e larte ndaj temperaturave.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	365	41.1	41.1	41.1
	Rralle	309	34.8	34.8	75.9
	Shpesh	131	14.8	14.8	90.7
	Shume shpesh	64	7.2	7.2	97.9
	Gjithmone	19	2.1	2.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Vështirësi me kujtesen.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	459	51.7	51.7	51.7
	Rralle	257	28.9	28.9	80.6
	Shpesh	120	13.5	13.5	94.1
	Shume shpesh	42	4.7	4.7	98.9
	Gjithmone	10	1.1	1.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndijesine se mund t ju ndodh ndonje e keqe.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	351	39.5	39.5	39.5
	Rralle	328	36.9	36.9	76.5
	Shpesh	149	16.8	16.8	93.2
	Shume shpesh	46	5.2	5.2	98.4



	Gjithmone	14	1.6	1.6	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Detyrimin për të kontrolluar çfarë ke bërë.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	225	25.3	25.3	25.3
	Rralle	290	32.7	32.7	58.0
	Shpesh	258	29.1	29.1	87.0
	Shume shpesh	82	9.2	9.2	96.3
	Gjithmone	33	3.7	3.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**I pavendosur për çështje të ndryshme.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	344	38.7	38.7	38.7
	Rralle	329	37.0	37.0	75.8
	Shpesh	143	16.1	16.1	91.9
	Shume shpesh	54	6.1	6.1	98.0
	Gjithmone	18	2.0	2.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Zbrazi në kokë.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	501	56.4	56.4	56.4
	Rralle	202	22.7	22.7	79.2
	Shpesh	105	11.8	11.8	91.0
	Shume shpesh	63	7.1	7.1	98.1
	Gjithmone	17	1.9	1.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Vështirësi në përqëndrim.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	401	45.2	45.2	45.2
	Rralle	282	31.8	31.8	76.9
	Shpesh	119	13.4	13.4	90.3
	Shume shpesh	64	7.2	7.2	97.5
	Gjithmone	22	2.5	2.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndjesinë se acarohesh dhe nervozohesh lehtë.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	277	31.2	31.2	31.2
	Rralle	383	43.1	43.1	74.3
	Shpesh	160	18.0	18.0	92.3
	Shume shpesh	49	5.5	5.5	97.9
	Gjithmone	19	2.1	2.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Shpërthime të ndjenjës se je i pafuqishëm fizikisht.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	453	51.0	51.0	51.0
	Rralle	236	26.6	26.6	77.6
	Shpesh	132	14.9	14.9	92.5
	Shume shpesh	54	6.1	6.1	98.5
	Gjithmone	13	1.5	1.5	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Impulse për të goditur ose për t'i shkaktuar tjetrit dhimbje**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	560	63.1	63.1	63.1
	Rralle	132	14.9	14.9	77.9
	Shpesh	103	11.6	11.6	89.5
	Shume shpesh	77	8.7	8.7	98.2
	Gjithmone	16	1.8	1.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Impulse për të thyer sendet ose për t'i flakur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	545	61.4	61.4	61.4
	Rralle	211	23.8	23.8	85.1
	Shpesh	104	11.7	11.7	96.8
	Shume shpesh	17	1.9	1.9	98.8
	Gjithmone	11	1.2	1.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Impulse per te diskutuar dhe per te hyre ne debate**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	257	28.9	28.9	28.9
	Rralle	353	39.8	39.8	68.7
	Shpesh	231	26.0	26.0	94.7
	Shume shpesh	35	3.9	3.9	98.6
	Gjithmone	12	1.4	1.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndjesi faji të ndaj vetes**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	373	42.0	42.0	42.0
	Rralle	351	39.5	39.5	81.5
	Shpesh	120	13.5	13.5	95.0
	Shume shpesh	34	3.8	3.8	98.9
	Gjithmone	10	1.1	1.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Frikë nga vëndet e hapura, sheshet, rruget etj.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	589	66.3	66.3	66.3
	Rralle	179	20.2	20.2	86.5
	Shpesh	91	10.2	10.2	96.7
	Shume shpesh	17	1.9	1.9	98.6
	Gjithmone	12	1.4	1.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Frikë për të udhëtuar me mjetet e transportit publik**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	588	66.2	66.2	66.2
	Rralle	152	17.1	17.1	83.3
	Shpesh	111	12.5	12.5	95.8
	Shume shpesh	27	3.0	3.0	98.9
	Gjithmone	10	1.1	1.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Nevoja për të shmangur nga frika veprime normale.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	--	-----------	---------	---------------	-----------------------

Valid	Asnjehere	563	63.4	63.4	63.4
	Rralle	167	18.8	18.8	82.2
	Shpesh	99	11.1	11.1	93.4
	Shume shpesh	48	5.4	5.4	98.8
	Gjithmone	11	1.2	1.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Tendenca per te shmangur shoqerine, turmat e nerzve si ne markete, kunema dhe  
aktivitete të tjera.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	491	55.3	55.3	55.3
	Rralle	207	23.3	23.3	78.6
	Shpesh	136	15.3	15.3	93.9
	Shume shpesh	42	4.7	4.7	98.6
	Gjithmone	12	1.4	1.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Nervozizëm i lartë kur je i lenë vetëm**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	395	44.5	44.5	44.5
	Rralle	285	32.1	32.1	76.6
	Shpesh	142	16.0	16.0	92.6
	Shume shpesh	49	5.5	5.5	98.1
	Gjithmone	17	1.9	1.9	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Pagjumesi, vështirsi për të fjetur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	366	41.2	41.2	41.2

	Rralle	286	32.2	32.2	73.4
	Shpesh	163	18.4	18.4	91.8
	Shume shpesh	44	5.0	5.0	96.7
	Gjithmone	29	3.3	3.3	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Mendime për vdekjen, deri ne vetrasje**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	703	79.2	79.2	79.2
	Rralle	118	13.3	13.3	92.5
	Shpesh	44	5.0	5.0	97.4
	Shume shpesh	17	1.9	1.9	99.3
	Gjithmone	6	.7	.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndiheni melankolik. Imerzitur.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	409	46.1	46.1	46.1
	Rralle	305	34.3	34.3	80.4
	Shpesh	139	15.7	15.7	96.1
	Shume shpesh	24	2.7	2.7	98.8
	Gjithmone	11	1.2	1.2	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndijesia se nuk keni interes per asgjë**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	473	53.3	53.3	53.3
	Rralle	193	21.7	21.7	75.0
	Shpesh	165	18.6	18.6	93.6

	Shume shpesh	47	5.3	5.3	98.9
	Gjithmone	10	1.1	1.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Humbje e shpresës për të ardhmen**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	473	53.3	53.3	53.3
	Rralle	191	21.5	21.5	74.8
	Shpesh	153	17.2	17.2	92.0
	Shume shpesh	52	5.9	5.9	97.9
	Gjithmone	19	2.1	2.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndjesia I të qënit pa vlere.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	551	62.0	62.0	62.0
	Rralle	155	17.5	17.5	79.5
	Shpesh	112	12.6	12.6	92.1
	Shume shpesh	54	6.1	6.1	98.2
	Gjithmone	16	1.8	1.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Niveli i gjëndjes shpirtërore, humori shumë i ulët.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	330	37.2	37.2	37.2
	Rralle	335	37.7	37.7	74.9
	Shpesh	137	15.4	15.4	90.3
	Shume shpesh	68	7.7	7.7	98.0
	Gjithmone	18	2.0	2.0	100.0

	Total	888	100.0	100.0
--	-------	-----	-------	-------

**Tendencë për të kundërshtuar gjithkënd.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	479	53.9	53.9	53.9
	Rralle	269	30.3	30.3	84.2
	Shpesh	112	12.6	12.6	96.8
	Shume shpesh	21	2.4	2.4	99.2
	Gjithmone	7	.8	.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Ndjesia se njerzit jane armiqesor me ju.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	474	53.4	53.4	53.4
	Rralle	213	24.0	24.0	77.4
	Shpesh	156	17.6	17.6	94.9
	Shume shpesh	36	4.1	4.1	99.0
	Gjithmone	9	1.0	1.0	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Neveri ndaj njerëzve.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	597	67.2	67.2	67.2
	Rralle	125	14.1	14.1	81.3
	Shpesh	108	12.2	12.2	93.5
	Shume shpesh	49	5.5	5.5	99.0
	Gjithmone	8	.9	.9	99.9
	5	1	.1	.1	100.0
	Total	888	100.0	100.0	



**Ndjësia e turpit në marrdhënie me të tjerët**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	504	56.8	56.8	56.8
	Rralle	201	22.6	22.6	79.4
	Shpesh	121	13.6	13.6	93.0
	Shume shpesh	46	5.2	5.2	98.2
	Gjithmone	16	1.8	1.8	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Impulsi mos të durosh asnjeri afër.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	496	55.9	55.9	55.9
	Rralle	199	22.4	22.4	78.3
	Shpesh	129	14.5	14.5	92.8
	Shume shpesh	52	5.9	5.9	98.6
	Gjithmone	12	1.4	1.4	100.0
	Total	888	100.0	100.0	

**Deshire per te ndejtur I vetmuar.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Asnjehere	350	39.4	39.4	39.4
	Rralle	313	35.2	35.2	74.7
	Shpesh	156	17.6	17.6	92.2
	Shume shpesh	54	6.1	6.1	98.3
	Gjithmone	15	1.7	1.7	100.0
	Total	888	100.0	100.0	