



Viti i XIV-të i Botimit, Nr. 2,
Dhjetor 2022

IMPAKTI I COVID-19 TEK STUDENTËT

Brunilda Laboviti*; Greta Katreli*; Shpresa Jaku; Pashako Xhafa****

*Albanian University, Tiranë

** Universiteti i Tiranës

Përmbledhje

Covid-19 ishte sfida më e madhe që përjetuan njerëzit. Masat parandaluese që qeveritë ndërmorën ndryshuan jetën e përditshme të njerëzve. Studentët ishin kategoria që u përball me ndryshimet e këtyre masave. Prandaj ky punim ka si qëllim të rishikojë dhe të shqyrtojë efektet që Covid-19 dha tek studentët, impaktin në shëndetin mendor por dhe në performancën akademike.

Ky rishikim literature nxori në pah se Covid-19 ka përkeqësuar problemet ekzistuese të shëndetit mendor midis studentëve për shkak të ndërprerjes akademike, efikasitetit të ulët të mësimdhënies dhe kontaktit të ulët social. Problemet e ndryshme psikologjike dhe pasojat e rëndësishme për sa i përket shëndetit mendor, duke përfshirë stresin, ankthin, depresionin, zhgënjimin, pasigurinë gjatë shpërthimit të COVID-19 u shfaqën në mënyrë progresive.

Të gjithë studentët kishin stres të perceptuar mesatarisht deri në të nivele të larta, 12.1% kishin simptoma të moderuara deri në të rënda të ankthit dhe depresionit dhe 17.7% kishin simptoma të moderuara deri në të rënda të pagjumësisë. Studentët janë më të prekur nga stresi akademik, arritjet personale, pasiguritë në lidhje me programin akademik dhe ndryshimet në formatin e mësimdhënies. Kjo ka çuar në ulje të performancës akademike, motivimit dhe përqëndrimit që studentët përjetuan përgjatë mësimi online.

Bazuar në rezultatet e studimeve për studentët në Shqipëri, shohim se nota mesatare ndryshon ndjeshëm në varësi të zhvillimit të mësimi online ose ballë për ballë.

Fjalë çelës: *Covid-19, studentët, mësimi online, shëndeti mendor, performancë akademike.*

IMPACT OF COVID-19 ON STUDENTS

Abstract

Covid-19 was the biggest challenge experienced by people around the world. The preventive measures that governments took changed people's daily lives. Students were the category that faced the changes of these measures. Therefore, this paper aims to review and examine the effects that Covid-19 had on students, the impact on mental health but also on academic performance. This literature review highlighted that Covid-19 has exacerbated existing mental health problems among students due to academic disruption, low teaching efficiency and social isolation. Various psychological problems and significant mental health consequences including stress, anxiety, depression, frustration, insecurity during the outbreak of COVID-19 appeared progressively.

All students had moderate to high levels of perceived stress, 12.1% had moderate to severe symptoms

of anxiety and depression, and 17.7% had moderate to severe symptoms of insomnia. Students are more affected by academic stress, personal achievement, uncertainty about the academic program and changes in the teaching format. This has led to a decrease in academic performance, motivation and concentration that students experienced during online learning.

Based on the results of studies for students in Albania, we see that the average grade varies significantly depending on the development of online or face-to-face learning.

Key Words: *Covid-19, students, online learning, mental health, academic performance*

Hyrje

Pandemia Covid-19 çoi në një bllokim mbarë botëror ku për shkak të kërcënimit të rëndë të virusit, qeveritë zbatuan masa strikte për distancimin social, duke përfshirë mbyllje në shkallë të gjerë, kufizime në punë, lëvizje dhe mbyllje të shkollave. Ndërsa këto masa mund të kenë qenë të përshtatshme për të frenuar shpërthimin, ato kanë çuar në ndërprerje të paprecedentë në jetën e përditshme të njerëzve, duke vendosur gjithashtu një barrë të konsiderueshme të shëndetit mendor (Elharake;Akbar, 2022). Pandemia dhe karantina ishte diçka e papritur dhe jo e njohur për shumicën e njerëzve, në këtë mënyrë shumë përjetuan emocione si frikë, shqetësim, stres etj. të cilat janë përgjigje normale ndaj kërcënimeve të perceptuara apo reale (WHO). Këto ndryshime dhe efekte të pandemisë i hasën edhe studentët ku u përballën me disa sfida të tjera të panjohura siç është mësimi online. Studentët duhet të përballeshin me tranzicione ku kërkohej të përshtateshin, të tilla si: nga mësimi në auditore-në mësim online dhe më pas nga mësimi online-në mësimin në auditore. Studimet epidemiologjike të kryera para dhe gjatë pandemisë COVID-19 kanë gjetur vazhdimisht një prevalencë të lartë të ankthit dhe çrregullimeve të humorit midis studentëve. Provat e hershme sugjerojnë se pandemia e COVID-19 ka përkeqësuar problemet ekzistuese të shëndetit mendor midis studentëve për shkak të ndërprerjes akademike, efikasitetit të ulët të mësimdhënies dhe kontaktit të ulët social (Bonsaksen;Chiu, 2022). Studentët ishin në rrezik të lartë të zhvillimit të problemeve të shëndetit mendor gjatë pandemisë dhe këto probleme do të vazhdonin edhe post Covid-19 sepse rreziku i problemeve të shëndetit mendor dhe mendimeve për vetëvrasje midis studentëve ishte relativisht i lartë (Wei;Ma, 2022).

Impakti i Covid-19 në shëndetin mendor

Sic u përmend dhe më lart përgjatë dy viteve të fundit, pandemia COVID-19 ka çuar në një përkeqësim të shëndetit mendor në të gjithë popullatën.

Ndryshimet dramatike të rutinës së përditshme, të jetuarit në izolim, humbja e punës, vështirësitë financiare dhe pikëllimi për vdekjen e njerëzve të dashur kanë kontribuar padyshim në rritjen e niveleve të stresit për shumë njerëz. Të rinjtë kanë gjithashtu më shumë gjasa të përdorin mekanizma të përballimit negativ, si vetëdëmtimi dhe kalimi i tepërt i kohës në mediat sociale. Përballë mbylljeve të zgjatura të shkollave dhe universiteteve, të rinjtë janë lënë të cënueshëm ndaj izolimit social dhe shkëputjes, gjë që mund të nxisë ndjenjat e ankthit, pasigurisë dhe vetmisë dhe të çojë në probleme afektive dhe të sjelljes (Young.K, 2022).

Bazuar në rezultatet e një studimi, të gjithë studentët kishin stres të perceptuar mesatarisht deri në të lartë, 12.1% kishin simptoma të moderuara deri në të rënda të ankthit dhe depresionit dhe 17.7% kishin simptoma të moderuara deri në të rënda të pagjumësisë. Studentët janë më të prekur nga stresi akademik (p.sh. arritjet personale, pasiguritë në lidhje me programin akademik dhe ndryshimet në formatin e mësimdhënies, shëndeti (duke përfshirë shëndetin personal dhe shëndetin e familjes dhe miqve), mungesa e mbështetjes sociale parashikuan më shumë ndikime negative në shëndetin mendor. Më shumë se 80% e studentëve kishin stres të perceptuar mesatarisht deri në të lartë (Yuen-kwan Lai.A;Lee.L; Wang.M et.al, 2020).

Stresi i perceptuar është vërtetuar të ketë ndërveprim me shkathtësitë e të nxënës, me menaxhimin e kohës dhe zvarritjen, si dhe jetën studentore. Sidoqoftë, mungesa e vëmendjes dhe e përqendrimit, ulja e motivimit për të ndjekur ligjëratat dhe për të mësuar, hapësira e kufizuar në shtëpi, shpërqendrimi nga familja dhe marrja e detyrave të shumta gjatë mësimin online ishin sfidat kryesore me të cilat përballëshin studentët nga mësimi online (Hoxha.L;Hyseni/Duraku.Z,2020).

Efeksi i covid-19 në performancën akademike tek studentët

Duke filluar që nga koha kur pandemia e covid-19 filloi studimet mbi efektet e këtij të fundit në shëndetin mendor dhe arritjet akademike të studentëve morën vëmendje të madhe.

Në shqipëri ashtu si në shumë vende të tjera në botë në periudhën e pandemisë universitetet kaluan në metodën e mësimdhënies online.

Me mbylljen e shpejtë të universiteteve, studentët u përballën me pasiguri dhe shqetësim për të ardhmen e tyre akademike, me izolim social dhe mungesë mbështetjeje.

Studime të ndryshme treguan se kishte një rënie të performancës akademike, motivimit dhe përqendrimit që studentët përjetuan përgjatë mësimin online (Wei;Ma, 2022).

Bazuar në rezultatet e dalta nga një studim shohim se nota mesatare ndryshon ndjeshëm në varësi të zhvillimit të mësimin online ose ballë për ballë. Gjithashtu konkludohet se studentëve ju duhet më shumë kohë ta kuptojnë mësimin kur zhvillohet online, që do të thotë se ata kanë më shumë vështirësi për të kuptuar modulën e lëndës. Vlerësimi i performancës së nxënësve para dhe pas zhvillimit të mësimin online, i analizuar nga notat përfundimtare të marra prej tyre, rezulton të jetë i ndryshëm dhe në rënie. Ndryshimi në notën mesatare është ulur ndjeshëm nga 8,23 në 6,98 me zhvillimin e mësimin në distancë (Jupe;Kosta, 2022).

Gjithashtu në studime të tjera, raportohet se për 1/3 e studentëve kalimi në mësim online ishte i vështirë ose shumë i vështirë dhe më pak se 1/3 raportoi se pandemia ndikoi negativisht në detyrat e tyre shkollore shumë ose në një masë ekstrem. Konkretisht, studentët raportuan se përvoja e të mësuarit online ka rezultuar në nivele dukshëm më të larta të stresit dhe izolimit, si dhe humor negativ, dhe nivele dukshëm më të ulëta përqendrimit, fokusit, motivimit dhe performancës në krahasim me mësimin ballë për ballë (Jupe;Kosta, 2022).

Përfundime

Bazuar në shqyrtimin e literaturës që u krye për këtë artikull, rezultatet e studimeve tregojnë se përgjatë periudhës së Covid-19 problemet psikologjike që përfshijnë stresin, ankthin, depresionin, pasigurinë u shfaqën në mënyrë progresive tek studentët.

Ndryshimet në formatin e mësimdhënies çuan në ulje të performancës akademike, motivimit dhe përqendrimit që studentët përjetuan përgjatë mësimin online.

Bazuar në rezultatet e studimit në vendin tonë u vu re se nota mesatare ndryshoi ndjeshëm në varësi të zhvillimit të mësimin online ose ballë për ballë.

Referenca

- I. Bonsaksen.T; Chiu.V; Leung.J; Schoultz.M; Thygesen.H; Price.D; Ruffolo.M; Geirdal.A. “*Students’ Mental Health, Well-Being, and Loneliness during the COVID-19 Pandemic: A Cross-National Study*” (2022). National Library of Medicine <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9222513/> Parë më: 18 Dhjetor 2022. Marrë më: 19 Dhjetor 2022
- II. Elharake.J; Akbar.F; Malik.A; Gilliam.W; Omer.S “*Mental Health Impact of COVID-19 among Children and College Students: A Systematic Review*” (2022). National Library of Medicine. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8747859/> Parë më: 18 Dhjetor 2022. Marrë më: 19 Dhjetor 2022.
- III. Serafini.G;Parmigiani.B;Amerio.Amerio.A;Aguglia.A;Sher.L;Amore.M “ *The psychological impact of Covid-19 on the mental health in the general population*” (2020).Qjm (An international journal of medicine). <https://academic.oup.com/qjmed/article/113/8/531/5860841> . Parë më 18 Dhjetor 2022. Marrë më 19 Dhjetor 2022.
- IV. Hoxha.L;Hyseni/Duraku.Z.“ *Ndikimi i COVID-19 në arsimin e lartë: Bashkëveprimi në mes të gjendjes së shëndetit mendor të studentëve, qëndrimeve ndaj të mësuarit online, shkathësive të të nxënës dhe ndryshimeve në jetën e studentëve*”(2020).ResearchGate. Parë më 18 Dhjetor 2022. Marrë më 19 Dhjetor 2022.
- V. Jupe. A; Kosta.E; “*The impact of Covid-19 on students’ performance- Case of Albania*”; (2022). ResearchGate. Parë më 18 Dhjetor 2022. Marrë më 19 Dhjetor 2022 .
- VI. Young.K “ *Covid-19 and Mental Health: What do we know after two years?* ”. SilverCloud. <https://www.silvercloudhealth.com/us/blog/covid-19-and-mental-health-what-do-we-know-after-two-years>. Parë më 18 Dhjetor 2022. Marrë më 19 Dhjetor 2022.
- VII. Yuen-kwan Lai.A;Lee.L; Wang.M et.al “*Mental Health Impacts of the COVID-19 Pandemic on International University Students, Related Stressors, and Coping Strategies*”(2020).Frontiers.<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2020.584240/full>.Parë më 18 Dhjetor 2022. Marrë më 19 Dhjetor 2022.
- VIII. Wei.C; Ma.Y; Ye.J; Nong.L“*First-Year College Students’ Mental Health in the Post-COVID-19 Era in Guangxi, China: A Study Demands-Resources Model Perspective*”(2022).Frontiers. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2022.906788/full> Parë më: 18 Dhjetor 2022. Marrë më: 19 Dhjetor 2022.
- IX. Who <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/mental-health-and-covid-19>__Parë më: 18 Dhjetor 2022. Marrë më: 19 Dhjetor 2022.