

## Stresi, konsumimi (burnout) dhe paragjykimet në vendin e punës

Faton Kutllovci, Dr.Med, Email: [fkutllovci@hotmail.com](mailto:fkutllovci@hotmail.com)

Eglantina Kraja, MA, Email: [egnila@hotmail.com](mailto:egnila@hotmail.com)

### ABSTRAKT

**Hyrje:** psikologët e kanë përcaktuar stresin si stimul të dëmshëm, por koncepti i stresit ka evoluar shpejt dhe, veç dëmit fizik është plotësuar edhe me konceptin e stresit psikologjik.

**Qëllimi:** shqyrtimi dhe përshkrimi i faktorëve të stresit në vendin e punës, konsumimit dhe irritimet e përditshme që shkaktojnë stres.

**Objektivat:** Të përcaktohen njohuritë e punëtorëve shëndetësor mes lidhjeve të stresit dhe lodhjes kronike. Identifikimi i problemeve dhe kuptimi i shkaqeve që sjellin stresin dhe identifikimi i simptomave të konsumimit dhe përshtatjes së tij.

**Metodologjia:** hulumtimi është kuantitativ, për interpretimin e rezultateve finale të hulumtimit do të përdoren analiza statistikore të të dhënave numerike.

**Rezultatet:** Gjithsej ishin 200 pjesëmarrës nga Qendra Kryesore e Mjekësisë Familjare (68 mashkuj, 132 femra). 39 me studime universitare, 78 kuadër i mesëm, kurse 65 ishin të profileve të ndryshme. Është paraqitur korelacioni në mes variablave të cilat kanë ndikuar në rritjen e stresit, pushimet jo adekuate, mungesa e respektit nga punëtorët dhe e mirënjohjeve nga tjerët për punën që e bëjnë. Lidhja është pozitive në mes opcionve të paraqitura me rritjen e stresit e cila në masë korelacioni është +0.784, e cila paraqet një lidhje shumë të fortë pozitive.

**Fjalët kyçe:** Stres, konsumim (bornout) dhe paragjykim.

### Literatura

Baker A.N, Jacobs K. (2003). The nature of working in the United States: An occupational therapy perspective.

Sadock's Kaplan. (2007). Synopsis of Psychiatry, New York

## Stress, burnout and prejudices at the workplace

Faton Kutllovci, Dr.Med, Email: [fkutllovci@hotmail.com](mailto:fkutllovci@hotmail.com)

Eglantina Kraja, MA, Email: [egnila@hotmail.com](mailto:egnila@hotmail.com)

### ABSTRACT

**Background:** psychologists have defined stress as a harmful stimulus, while the concept of stress has evolved quickly, however physical damage is supplemented with the concept of psychological stress.

**Purpose:** to review and describe stress factors at the workplace, as well as the burnout and daily irritations that cause stress.

**Objectives:** The abilities of health employees and the link between stress and chronic fatigue shall be defined. The identification of problems and understanding of causes that bring stress, as well as the identification of burnout symptoms and its adjusting should also be defined.

**Methodology:** research is quantitative, the final results of the survey interpretation will be used for statistical analysis of numerical data.

**Results:** a total were 200 participants were from Main Family Medicine Center (68 male, 132 female), 39 with university degree, 78 were mid level personnel, while 65 were of different profiles involving. There were correlations between the variables which have played a role in the increase of stress, inadequate holidays, lack of respect from employees and gratitude by others for the work they do. The connection between options presented with the stress increase is positive, which in correlation is +0784, by representing a very strong positive link.

**Key words:** Stress, burnout, prejudices.

### Literatura

Baker A.N, Jacobs K. (2003). The nature of working in the United States: An occupational therapy perspective.

Sadock's Kaplan. (2007). Synopsis of Psychiatry, New York

