



Raport

Mbi:

Perceptimet e Inteligjencës Artificiale, Pasigurisë dhe Ankthit për të Ardhmen:
Ndërlidhja me Stresin, Njohuritë në IA dhe Mirëqenien Psikologjike

Sqarim

Ky raport është përgatitur me mbështetjen e Democracy for Development (D4D), në kuadër të Rrjetit YouthHub për Ballkanin Perëndimor dhe Turqinë (YHWBT), dhe është bashkëfinancuar nga Bashkimi Evropian.

Përmbajtja e këtij raporti është përgjegjësi e vetme e Qendrës për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore (QHPSM) dhe në asnjë rrethanë nuk mund të konsiderohet se pasqyron qëndrimet e Bashkimit Evropian, Democracy for Development (D4D) apo Rrjetit YouthHub WB&T.

Hyrje

Inteligjenca artificiale (AI) nuk është më një teknologji periferike. Ai po përhapet në vendet e punës, shërbimet publike, arsimin, kujdesin shëndetësor dhe sistemet e përditshme të konsumatorëve me një ritëm që po riformëson pritshmëritë sociale dhe praktikatat organizative. Gjetjet e fundit ndërkombëtare tregojnë se shumica e njerëzve presin që AI të ndikojë në jetën e përditshme në të ardhmen e afërt, ndërsa besimi në drejtësinë, transparencën dhe qeverisjen e AI mbetet më i brishtë sesa vetë adoptimi (Stanford Institute for Human-Centered Artificial Intelligence [HAI], 2025). Në vendet e punës, menaxhimi algoritmik dhe mjetet e vendimmarrjes me AI janë tashmë të zakonshme, megjithatë shumë punonjës raportojnë se ndihen të papërgatitur ose të pakëndshëm duke i përdorur ato, duke sugjeruar se përshtatja sociale dhe psikologjike ndaj AI mund të mbetet prapa zbatimit teknologjik (Gallup, 2024; OECD, 2023)..

Kjo shkëputje ka rëndësi për shëndetin mendor. Literatura sugjeron gjithnjë e më shumë se IA mund të funksionojë si burim mundësish dhe si burim pasigurie. Nga njëra anë, IA mund të përmirësojë produktivitetin, të mbështesë vendimmarrjen dhe të zgjerojë aksesin në shërbimet shëndetësore dhe të shëndetit mendor (OECD, 2024; Organizata Botërore e Shëndetësisë [OBSh], 2021). Përkundrazi, IA shpesh përjetohet si e vështirë për t'u parashikuar dhe potencialisht kërcënuese për autonominë dhe sigurinë e punësimit (de Freitas et al., 2023). Teoria mbi intolerancën ndaj pasigurisë dhe vlerësimi i stresit ndihmon në shpjegimin pse kushte të tilla mund të nxisin ankthin dhe stresin: kur individët e perceptojnë një mjedis të ri teknologjik si të paparashikueshëm ose të pakontrollueshëm, shqetësimi psikologjik bëhet më i mundshëm (Carleton, 2016; Lazarus & Folkman, 1984).

Literatura empirike në zhvillim e mbështet këtë shqetësim, megjithëse ajo mbetet ende e fragmentuar. Studimet ekzistuese e lidhin ankthin ndaj automatizimit me çrregullimet e gjumit (Baek et al., 2022), ekspozimin ndaj automatizimit me shëndet më të dobët mendor (Abeliansky et al., 2024), si dhe ndërveprimin me inteligjencën artificiale me vetminë dhe pagjumësinë (Tang et al., 2023). Studime të tjera kanë evidentuar ankth ekzistencial lidhur me inteligjencën artificiale (Alkhalifah et al., 2024), frikë nga zëvendësimi i vendeve të punës si pasojë e inteligjencës artificiale gjenerative (Jo & Park, 2025), si dhe lidhje pozitive ndërmjet ankthit ndaj inteligjencës artificiale dhe ankthit për papunësi tek studentët (Uçar et al., 2024).

Në të njëjtën kohë, disa studime mbi digjitalizimin sugjerojnë se teknologjia mund të mbështesë mirëqenien kur zbatohet në mënyra që përmirësojnë cilësinë e punës (Sun et al., 2022). Marrë së bashku, këto gjetje tregojnë drejt një propozimi qendror, por ende të pamjaftueshëm të testuar: pasiguria e perceptuar rreth inteligjencës artificiale mund të jetë një mekanizëm kyç përmes të cilit ndryshimet e shpejta teknologjike ndikojnë në ankth, stres dhe mirëqenie psikologjike. Ky boshllëk në literaturë e motivon studimin aktual.



SFONDI:

Rritja e Shpejtë e Inteligjencës Artificiale dhe Ndryshimet Shoqërore

Tranzicioni bashkëkohor drejt inteligjencës artificiale karakterizohet si nga shpejtësia, ashtu edhe nga shtrirja e gjerë e tij. Sipas AI Index 2025, pritjet globale se inteligjenca artificiale do të ndikojë ndjeshëm në jetën e përditshme kanë vazhduar të rriten, ku afërsisht dy të tretat e njerëzve në vendet e përfshira në anketim presin një ndikim të konsiderueshëm brenda tre deri në pesë viteve të ardhshme (Stanford HAI, 2025). Në të njëjtën kohë, besimi se kompanitë e inteligjencës artificiale do t'i mbrojnë të dhënat personale ka rënë, ndërsa më pak njerëz besojnë se sistemet e inteligjencës artificiale janë të paanshme dhe të drejta (Stanford HAI, 2025). Këto modele sugjerojnë se ndërgjegjësimi publik për potencialin transformues të inteligjencës artificiale po rritet paralelisht me shqetësimet për qeverisjen e saj dhe pasojat shoqërore.

Këto ndryshime në nivel makro pasqyrohen edhe brenda organizatave. Të dhënat e OECD-së tregojnë se mjetet e menaxhimit algoritmik, siç janë sistemet softuerike të bazuara në inteligjencë artificiale që automatizojnë pjesërisht detyrat menaxheriale, tashmë përdoren gjerësisht nëpër organizata, ndërkohë që ngrenë shqetësime lidhur me llogaridhënien dhe mbrojtjen e shëndetit të punëtorëve (OECD, 2023). Në mënyrë të ngjashme, Gallup (2024) raporton se shumë punonjës e perceptojnë inteligjencën artificiale si potencialisht të dobishme për produktivitetin, por relativisht pak prej tyre ndihen të rehatshëm ose të përgatitur mirë për ta përdorur atë në rolet e tyre. Po ashtu, shumë vende pune ende nuk kanë udhëzime të qarta për përdorimin e inteligjencës artificiale. Në këtë kuptim, inteligjenca artificiale përfaqëson një ndryshim më të gjerë shoqëror që riorganizon vendimmarrjen, kërkesat për aftësi dhe vetë përvojën e punës.



INTELIGJENCA ARTIFICIALE SI BURIM MUNDËSISH DHE PASIGURIE PSIKOLOGJIKE

Kuptimi shoqëror i inteligjencës artificiale është në thelb ambivalent. Nga njëra anë, inteligjenca artificiale mund të fuqizojë performancën njerëzore, të automatizojë punët përsëritëse, të mbështesë qasjen për persona me nevoja të ndryshme dhe të ofrojë ndihmë të personalizuar në fusha të ndryshme, përfshirë shëndetin dhe shëndetin mendor (OECD, 2024). Rishikimet e OECD-së theksojnë se mjetet e bazuara në inteligjencë artificiale mund të ofrojnë mbështetje të personalizuar për gjendje specifike të shëndetit mendor dhe për aftësi të kufizuara kognitive, duke reflektuar potencialin e kësaj teknologjie për të zgjeruar mbështetjen dhe për të ulur barrierat në qasjen ndaj kujdesit (OECD, 2024). Në mënyrë të ngjashme, udhëzimet kryesore të politikave nga OBSH-ja e trajtojnë inteligjencën artificiale si një teknologji me potencial të rëndësishëm për sistemet shëndetësore, ndërkohë që theksojnë nevojën për qeverisje të kujdesshme etike (WHO, 2021).

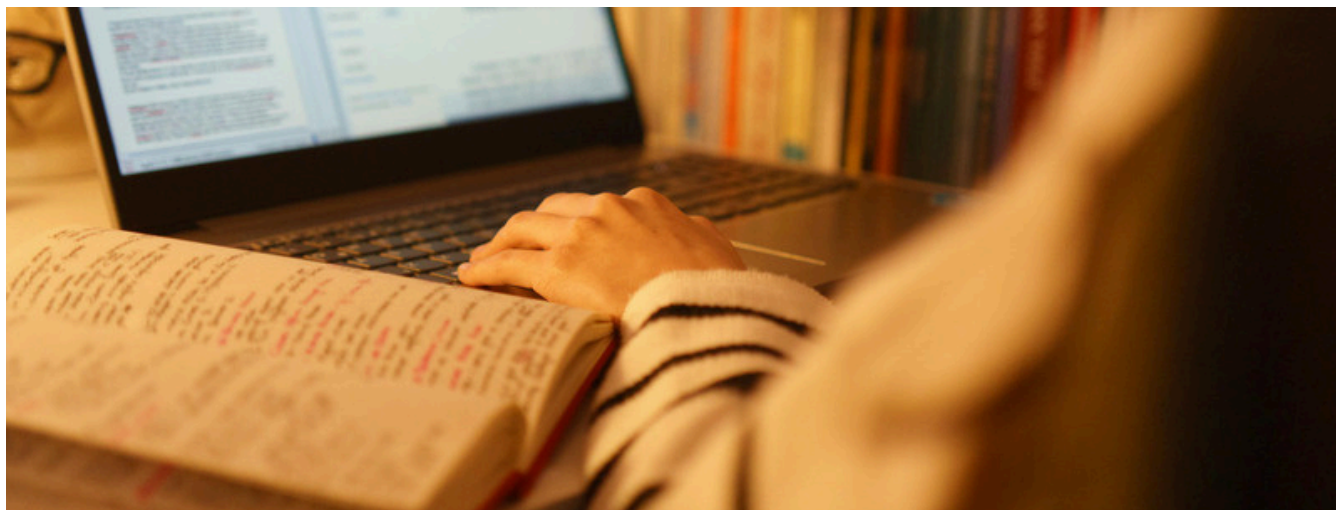
Nga ana tjetër, inteligjenca artificiale është psikologjikisht e veçantë, sepse njerëzit shpesh e përjetojnë atë si të paqartë dhe të vështirë për t'u parashikuar. De Freitas et al. (2023) argumentuan se njerëzit janë të motivuar të kuptojnë dhe të kontrollojnë mjediset e tyre, dhe se karakteri "kuti e zezë" i inteligjencës artificiale mund të gjenerojë frikë dhe mosbesim pikërisht sepse i pengon këto motive. Sinteza e tyre gjithashtu theksoi se kontrolli i perceptuar është ngushtësisht i lidhur me përballimin dhe mirëqenien emocionale, duke e bërë paqartësinë dhe paparashikueshmërinë pengesa të mundshme psikologjike për pranimin e inteligjencës artificiale. Studimet e lidhura mbi perceptimin publik, në mënyrë të ngjashme, tregojnë se qëndrimet ndaj inteligjencës artificiale formësohen si nga vlerësimi për përfitimet e mundshme, ashtu edhe nga pasiguria, kërcënimi dhe frika (de Freitas et al., 2023).

Ky dualitet është veçanërisht i rëndësishëm për të kuptuar ankthin ndaj inteligjencës artificiale. Ankthi nuk prodhohet vetëm nga ekspozimi objektiv ndaj teknologjisë, por edhe nga mënyra se si interpretohet ky ekspozim. Në teorinë klasike të stresit dhe përballimit, ngjarjet bëhen stresuese kur vlerësohen si kërcënuese ose si situata që tejkalojnë burimet përballuese të individit (Lazarus & Folkman, 1984). Në mënyrë të ngjashme, modelet bashkëkohore të intolerancës ndaj pasigurisë e përshkruajnë pasigurinë si një nxitës qendror të ankthit, sepse situatat e paqarta, të paparashikueshme ose jo mjaftueshëm të kontrollueshme përjetojnë si të pakëndshme dhe kërcënuese (Carleton, 2016). Të aplikuara në kontekstin e inteligjencës artificiale, këto korniza sugjerojnë se ndryshimi i shpejtë teknologjik ka më shumë gjasa të përjetojë si shqetësues kur njerëzit e perceptojnë inteligjencën artificiale si të vështirë për t'u kuptuar, të vështirë për t'u ndikuar ose si kërcënim të mundshëm ndaj rezultateve të rëndësishme, si kompetenca, punësueshmëria apo lidhja sociale.

RREZIQET PËR SHËNDETIN MENDOR GJATË TRANZICIONIT TEKNOLOGJIK

Studimet më të gjera në kontekstin e punës tashmë sugjerojnë se ndryshimet e nxitura nga teknologjia mund të ndikojnë në shëndetin mendor si në mënyra të dobishme, ashtu edhe në mënyra të dëmshme. Johnson et al. (2020) arrijnë në përfundimin se automatizimi dhe teknologjia e avancuar mund të ndikojnë në shëndetin mendor të punonjësve përmes ndryshimeve në dizajnin e punës, intensitetin e punës, marrëdhëniet sociale, kontrollin dhe sigurinë e rolit profesional. Ata më tej argumentuan se pjesëmarrja e punonjësve në dizajnimin dhe zbatimin e ndryshimeve teknologjike mund të mbrojë shëndetin mendor, ndërsa ndryshimet e menaxhuara dobët mund të intensifikojnë izolimin, pasigurinë dhe shqetësimin psikologjik. Studimet empirike gjithnjë e më shumë e mbështesin këtë shqetësimlidhjes sociale dhe parashikueshmërisë.

Në një mostër përfaqësuese kombëtare të punonjësve në Kore, Baek et al. (2022) gjetën se ankthi më i lartë ndaj automatizimit lidhej me gjasa më të mëdha për çrregullime të gjumit, ku kjo lidhje ishte më e fortë tek punonjësit më të rinj. Në mënyrë të ngjashme, Blasco et al. (2020) gjetën se punonjësit në vende pune të automatizueshme kishin më shumë gjasa të përjetonin çrregullime të rënda mendore, ndërsa frika nga humbja e vendit të punës dhe ndryshimet profesionale u shfaqën si mekanizma të rëndësishëm shpjegues. Në një studim të lidhur me këtë fushë, Abeliantsky et al. (2024) raportuan se intensiteti më i lartë i përdorimit të robotëve lidhej me shëndet më të dobët mendor tek punonjësit, ndërsa pasiguria ekonomike dhe shqetësimet për përkeqësimin e kushteve të punës e shpjegonin pjesërisht këtë marrëdhënie. Studimet specifike për inteligjencën artificiale e përforcojnë këtë model. Tang et al. (2023) treguan se ndërveprimi më i shpeshtë me inteligjencën artificiale në vendin e punës lidhej me vetminë, pagjumësinë dhe konsum më të lartë të alkoolit pas orarit të punës. Alkhalifah et al. (2024) dokumentuan nivele të konsiderueshme të ankthit ekzistencial lidhur me inteligjencën artificiale në një mostër nga Arabia Saudite. Në mënyrë të ngjashme, Uçar et al. (2024) gjetën se ankthi ndaj inteligjencës artificiale ishte i lidhur pozitivisht me ankthin për papunësi tek studentët universitarë. Së fundmi, Jo dhe Park (2025) raportuan se personalizimi dhe tiparet antropomorfike të inteligjencës artificiale gjenerative lidheshin me ankth më të lartë për zëvendësimin e vendit të punës tek punonjësit e zyrave. Në të njëjtën kohë, evidenca nuk është njëtrajtësisht negative. Sun et al. (2022) gjetën se marrëdhënia ndërmjet digjitalizimit dhe shëndetit mendor ndërmjetësohej pozitivisht nga mirëqenia në vendin e punës. Gjetjet e tyre sugjerojnë se ndryshimi teknologjik mund të përmirësojë rezultatet psikologjike kur ai rrit kuptimësinë e punës, burimet e disponueshme dhe mundësitë për zhvillim. Prandaj, literatura në zhvillim mbështet një model kushtor dhe jo determinist: ndryshimi teknologjik mund ta lehtësojë ose ta përkeqësojë shqetësimin psikologjik, varësisht nga mënyra se si ndikon në perceptimet e kontrollit, kompetencës,



BOSHLLËKU KËRKIMOR: EVIDENCË E KUFIZUAR MBI PASIGURINË E LIDHUR ME INTELIGJENCËN ARTIFICIALE DHE MIRËQENIEN

- Pavarësisht rritjes së shpejtë të literaturës shkencore mbi inteligjencën artificiale, evidenca e drejtpërdrejtë mbi pasigurinë e perceptuar lidhur me inteligjencën artificiale dhe mirëqenien e gjerë psikologjike mbetet e kufizuar. Një pjesë e madhe e literaturës ekzistuese fokusohet në besimin publik ndaj inteligjencës artificiale (de Freitas et al., 2023), automatizimin në vendin e punës dhe pasigurinë për punësim (Abeliansky et al., 2024; Blasco et al., 2020), rezultate specifike si çrregullimet e gjumit (Baek et al., 2022) ose ankthi për papunësi (Uçar et al., 2024), si dhe diskutime etike dhe politike (WHO, 2021). Megjithatë këto kontribute janë të vlefshme, ato ende nuk ofrojnë një kornizë të integruar që shpjegon se si pasiguria rreth inteligjencës artificiale përkthehet në ankth, stres dhe mirëqenie psikologjike.
- Fragmentimi i literaturës është i dukshëm edhe në popullatat dhe konstruktet e shqyrtuara. Studimet janë fokusuar në mënyra të ndryshme të punonjësit, studentët ose mostrat e publikut të gjerë, ndërsa relativisht pak prej tyre kanë shqyrtuar njëkohësisht pasigurinë e lidhur me inteligjencën artificiale, ankthin ndaj inteligjencës artificiale, stresin e perceptuar dhe mirëqenien psikologjike brenda një modeli të vetëm konceptual. Si rrjedhojë, mbetet ende e paqartë nëse pasiguria rreth inteligjencës artificiale kontribuon në shëndet më të dobët mendor kryesisht përmes rritjes së ankthit ndaj inteligjencës artificiale, nëse njohuritë mbi inteligjencën artificiale mund të veprojnë si faktor mbrojtës, dhe nëse ankthi ndaj inteligjencës artificiale lidhet jo vetëm me shqetësimin psikologjik, por edhe me uljen e mirëqenies psikologjike. Adresimi i këtyre pyetjeve përfaqëson një hap të rëndësishëm të mëtejshëm për të kuptuar implikimet psikologjike të tranzicionit të vazhdueshëm drejt inteligjencës artificiale.



QËLLIMI I STUDIMIT

Inteligjenca artificiale (IA) është integruar me shpejtësi në kontekste arsimore, profesionale dhe të përditshme, duke krijuar njëkohësisht mundësi dhe sfida për individët. Ndërsa teknologjitë e inteligjencës artificiale ofrojnë rritje të efikasitetit, inovacionit dhe qasjes, zhvillimi i tyre i shpejtë ka gjeneruar gjithashtu shqetësime lidhur me punësimin, privatësinë, autonominë njerëzore dhe pasojat më të gjera shoqërore të ndryshimit teknologjik. Si rezultat, individët mund të përjetojnë pasiguri lidhur me implikimet e ardhshme të inteligjencës artificiale, gjë që mund të kontribuojë në ankth, stres dhe ndryshime në mirëqenien psikologjike.

Megjithëse hulumtimet e mëparshme kanë shqyrtuar gjithnjë e më shumë qëndrimet ndaj adoptimit dhe pranimin të inteligjencës artificiale, më pak vëmendje i është kushtuar pasojave psikologjike që lidhen me pasigurinë rreth zhvillimeve në këtë fushë. Në veçanti, të kuptuarit se si ndërveprojnë pasiguria e perceptuar, ankthi i lidhur me inteligjencën artificiale, stresi, mirëqenia dhe njohuritë mbi inteligjencën artificiale mund të ofrojnë njohuri të vlefshme mbi faktorët që nxisin përshtatjen psikologjike në një shoqëri gjithnjë e më të ndikuar nga inteligjenca artificiale.

Studimi aktual kishte për qëllim të shqyrtonte marrëdhëniet ndërmjet intolerancës ndaj pasigurisë, ankthit ndaj inteligjencës artificiale, njohurive mbi inteligjencën artificiale, stresit të perceptuar dhe mirëqenies psikologjike. Në mënyrë specifike, studimi shqyrtoi nëse individët që përjetojnë pasiguri më të lartë lidhur me inteligjencën artificiale raportojnë gjithashtu nivele më të larta të ankthit dhe stresit, si dhe nëse njohuritë mbi inteligjencën artificiale mund të shërbejnë si faktor mbrojtës, i lidhur me ankth më të ulët dhe rezultate më të favorshme psikologjike.

Bazuar në literaturën ekzistuese teorike dhe empirike lidhur me pasigurinë, ankthin teknologjik, stresin dhe mirëqenien, u propozuan hipotezat e mëposhtme:

H1. Pasiguria e perceptuar lidhur me inteligjencën artificiale është e lidhur pozitivisht me ankthin ndaj inteligjencës artificiale.

H2. Ankthi ndaj inteligjencës artificiale është i lidhur pozitivisht me stresin e perceptuar.

H3. Intoleranca ndaj pasigurisë parashikon pozitivisht ankthin ndaj inteligjencës artificiale.

H4. Njohuritë mbi inteligjencën artificiale janë të lidhura negativisht me ankthin ndaj inteligjencës artificiale.

H5. Ankthi ndaj inteligjencës artificiale është i lidhur negativisht me mirëqenien psikologjike.

Pyetjet Kërkimore

Studimi u udhëhoq nga pyetjet kërkimore të mëposhtme:

1. Cila është marrëdhënia ndërmjet intolerancës ndaj pasigurisë dhe ankthit ndaj inteligjencës artificiale?
2. A lidhet ankthi ndaj inteligjencës artificiale me nivele më të larta të stresit të perceptuar?

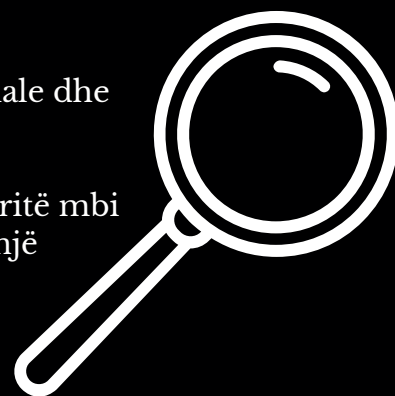
A e parashikon intoleranca ndaj pasigurisë ankthin ndaj inteligjencës artificiale përtej ndikimit të njohurive mbi inteligjencën artificiale?

A lidhen njohuritë mbi inteligjencën artificiale me nivele më të ulëta të ankthit ndaj inteligjencës artificiale?

Cila është marrëdhënia ndërmjet ankthit ndaj inteligjencës artificiale dhe mirëqenies psikologjike?

Si ndërliiden ankthi ndaj inteligjencës artificiale, pasiguria, njohuritë mbi inteligjencën artificiale, stresi dhe mirëqenia psikologjike brenda një modeli më të gjerë shpjegues?

PYETJET KËRKIMORE DHE HIPOTEZAT



METODA

2.1 Dizajni i Hulumtimit

Studimi aktual përdori një dizajn hulumtues kuantitativ, ndërseksional. Të dhënat u mbledhën përmes një pyetësi online me vetëraportim, i cili vlerësonte ankthin ndaj inteligjencës artificiale, intolerancën ndaj pasigurisë, njohuritë mbi inteligjencën artificiale, stresin e perceptuar dhe mirëqenien psikologjike.

2.2 Pjesëmarrësit

Mostra përbëhej nga 91 pjesëmarrës që banonin në Kosovë. Mosha e pjesëmarrësve varionte nga 14 deri në 61 vjeç ($M = 24.26$, $SD = 7.95$). Shumica e pjesëmarrësve u identifikuan si femra ($n = 70$, 76.9%), ndërsa 21 pjesëmarrës u identifikuan si meshkuj (23.1%). Sa i përket nivelit arsimor, shumica e pjesëmarrësve ishin të regjistruar ose kishin përfunduar studimet bachelor ($n = 57$, 62.6%), të ndjekur nga studimet master ($n = 20$, 22.0%), arsimi i mesëm ($n = 6$, 6.6%), arsimi në nivel doktore (n = 3, 3.3%), arsimi profesional ($n = 3$, 3.3%) dhe arsimi fillor ($n = 2$, 2.2%). U përdor një strategji e kampionimit të përshtatshëm. Pjesëmarrja ishte vullnetare dhe të anketuarit e plotësuan pyetësin në mënyrë anonime.

2.3 Procedurat e Mbledhjes së të Dhënave

Të dhënat u mbledhën përmes një platforme online për anketime. Pjesëmarrësit u rekrutuan përmes kanaleve elektronike të shpërndarjes, përfshirë rrjetet sociale dhe kontaktet personale ose profesionale. Para pjesëmarrjes, të anketuarit u informuan për qëllimin e studimit dhe për natyrën vullnetare të pjesëmarrjes. Pjesëmarrësit dhanë pëlqimin e informuar para se të vazhdonin me plotësimin e pyetësit. Pyetësi përbëhej nga pyetje demografike, të ndjekura nga një seri instrumentesh të standardizuara që matnin ankthin ndaj inteligjencës artificiale, intolerancën ndaj pasigurisë, njohuritë mbi inteligjencën artificiale, stresin e perceptuar dhe mirëqenien psikologjike. Plotësimi i pyetësit zgjaste afërsisht 15–20 minuta. Të gjitha përgjigjet u trajtuan në mënyrë konfidenciale dhe u analizuan vetëm në formë të agreguar

2.4 Instrumentet Matëse

Shkalla e Ankthit ndaj Inteligjencës Artificiale (AIAS)

Ankthi ndaj inteligjencës artificiale u vlerësua përmes Shkallës së Ankthit ndaj Inteligjencës Artificiale (Artificial Intelligence Anxiety Scale; AIAS). Kjo shkallë vlerëson shqetësimet emocionale, kognitive dhe sjellore që lidhen me praninë dhe ndikimin në rritje të inteligjencës artificiale në jetën e përditshme. Pjesëmarrësit iu përgjigjën 21 artikujve duke përdorur një shkallë të tipit Likert me 7 pikë, ku rezultatet më të larta tregojnë nivele më të larta të ankthit të lidhur me inteligjencën artificiale.

Shkalla e Intolerancës ndaj Pasigurisë (IUS)

Intoleranca ndaj pasigurisë u mat përmes Shkallës së Intolerancës ndaj Pasigurisë (Intolerance of Uncertainty Scale; IUS). Ky instrument vlerëson prirjen e individëve për t'i perceptuar situatat e pasigurta si stresuese, të papranueshme ose kërcënuese. Pjesëmarrësit vlerësuan 27 artikuj në një shkallë të tipit Likert me 5 pikë, ku rezultatet më të larta reflektojnë intolerancë më të madhe ndaj pasigurisë.

Shkalla Meta e Njohurive mbi Inteligjencën Artificiale (MAILS)

Njohuritë mbi inteligjencën artificiale u vlerësuan përmes Shkallës Meta të Njohurive mbi Inteligjencën Artificiale (Meta-AI Literacy Scale; MAILS). Ky instrument vlerëson njohuritë, kompetencat, të kuptuarit kritik dhe aftësitë e vetëperceptuara që lidhen me inteligjencën artificiale. Shkalla përbëhej nga 34 artikuj, të vlerësuar në një shkallë përgjigjeje me 10 pikë.

Shkalla e Stresit të Perceptuar (PSS)

Stresi i perceptuar u mat duke përdorur një version të përshtatur të Shkallës së Stresit të Perceptuar (Perceived Stress Scale; PSS). Pjesëmarrësit u udhëzuan që t'i përgjigjeshin secilit artikull në raport me përvojat, mendimet dhe shqetësimet e tyre lidhur me inteligjencën artificiale dhe ndikimin e saj shoqëror. Shkalla përbëhej nga 14 artikuj, të vlerësuar në një shkallë të tipit Likert me 4 pikë. Artikujt me formulim pozitiv u koduan në mënyrë të kundërt para analizës, në mënyrë që rezultatet më të larta të përfaqësonin stres më të lartë të perceptuar.

Indeksi i Mirëqenies i Organizatës Botërore të Shëndetësisë (WHO-5)

Mirëqenia psikologjike u vlerësua duke përdorur një version të përshtatur të Indeksit të Mirëqenies të Organizatës Botërore të Shëndetësisë (World Health Organization Well-Being Index; WHO-5). Pjesëmarrësit vlerësuan shkallën në të cilën kishin përjetuar gjendje emocionale pozitive dhe mirëqenie të përgjithshme në raport me zhvillimet në inteligjencën artificiale. Instrumenti përbëhet nga pesë artikuj, të vlerësuar në një shkallë përgjigjeje me 6 pikë, nga 0 deri në 5. Rezultatet më të larta tregojnë mirëqenie më të lartë psikologjike.

2.5 Plani i Analizës së të Dhënave

Të dhënat u analizuan duke përdorur programin statistikor R. Para testimit të hipotezave, baza e të dhënave u kontrollua për vlera të munguara, gabime në kodim dhe mospërputhje. Për të gjitha variablat e studimit u llogaritën statistikatat përshkruese, përfshirë mesataret, devijimet standarde, vlerat minimale, vlerat maksimale, asimetrinë dhe kurtozën.

Besueshmëria e konsistencës së brendshme u vlerësua përmes koeficientëve alfa të Cronbach-ut. Korrelacionet Pearson u llogaritën për të shqyrtuar lidhjet ndërmjet ankthit ndaj inteligjencës artificiale, intolerancës ndaj pasigurisë, njohurive mbi inteligjencën artificiale, stresit të perceptuar dhe mirëqenies psikologjike.

Për të testuar marrëdhëniet e propozuara ndërmjet variablave, u realizua analiza e shtigjeve duke përdorur paketën lavaan. Modeli strukturor shqyrtoi efektet e drejtpërdrejta të intolerancës ndaj pasigurisë dhe njohurive mbi inteligjencën artificiale në ankthin ndaj inteligjencës artificiale, si dhe efektet e këtyre variablave në stresin e perceptuar dhe mirëqenien psikologjike. Koeficientët e standardizuar të shtigjeve u interpretuan për të vlerësuar fuqinë dhe drejtimin e marrëdhënieve.

Në fund, u realizua një analizë moderimi duke përdorur regresion linear të shumëfishtë, për të shqyrtuar nëse njohuritë mbi inteligjencën artificiale moderonin marrëdhënien ndërmjet intolerancës ndaj pasigurisë dhe ankthit ndaj inteligjencës artificiale. Variablat parashikues u qendërzuan rreth mesatares para krijimit të termit të ndërveprimit, me qëllim reduktimin e multikolinearitetit. Rëndësia statistikore u vlerësua duke përdorur nivelin alfa prej .05.



REZULTATET

Analizat Paraprake

Të dhënat u kontrolluan për vlera të munguara, vlera ekstreme dhe karakteristika të shpërndarjes para testimit të hipotezave. Baza e të dhënave përbëhej nga 91 pjesëmarrës dhe nuk përmbante të dhëna të munguara. Rezultatet e shkallëve u llogaritën duke përmes mesatares së përgjigjeve e artikujve për secilin instrument. Për Shkallën e Stresit të Perceptuar të përshtatur për inteligjencën artificiale (PSS-AI), artikujt me formulim pozitiv u koduan në mënyrë të kundërt para llogaritjes së rezultatit total.

Konsistenca e brendshme u vlerësua përmes koeficientëve alfa të Cronbach-ut. Shkalla e Ankthit ndaj Inteligjencës Artificiale (AIAS; $\alpha = .96$), Shkalla e Intolerancës ndaj Pasigurisë (IUS; $\alpha = .96$), Shkalla Meta e Njohurive mbi Inteligjencën Artificiale (MAILS; $\alpha = .98$) dhe Indeksi i Mirëqenies WHO-5 ($\alpha = .91$) demonstrojnë konsistencë të shkëlqyer të brendshme. Shkalla e Stresit të Perceptuar e përshtatur për inteligjencën artificiale tregoi besueshmëri më të ulët ($\alpha = .65$), duke treguar konsistencë të brendshme mesatare dhe duke sugjeruar që gjetjet që lidhen me këtë instrument duhet të interpretohen me kujdes. Inspektimi i vlerave të asimetrisë dhe kurtozës tregoi se nuk kishte devijime të konsiderueshme nga normaliteti. Vlerat absolute të asimetrisë varionin nga 0.02 deri në 0.57, ndërsa vlerat absolute të kurtozës varionin nga 0.66 deri në 1.04, duke mbështetur përdorimin e procedurave statistikore parametrike.

STATISTIKAT DESKRIPTIVE

Tabela 1. Statistikat Përshkruese dhe Vlerësimet e Besueshmërisë për Variablat e Studimit

Variable	M	SD	Min	Max	Skew.	Kurt.	α
AI Anxiety (AIAS)	3.99	1.47	1.00	6.57	-0.33	-0.94	.96
Intolerance of Uncertainty (IUS)	2.68	0.85	1.00	4.78	-0.02	-0.77	.96
AI Literacy (MAILS)	5.67	2.23	1.00	10.00	-0.08	-0.79	.98
Perceived Stress (PSS-AI)	2.49	0.39	1.36	3.43	-0.57	1.04	.65
Wellbeing (WHO-5)	2.55	1.16	0.00	5.00	0.13	-0.66	.91

Note. N = 91. α = Cronbach's alpha.

Statistikat deskriptive për të gjitha variablat e studimit janë paraqitur në Tabelën 1.

Pjesëmarrësit raportuan nivele mesatare të ankthit ndaj inteligjencës artificiale (M = 3.99, SD = 1.47) në një shkallë nga 1 deri në 7. Duke qenë se pika e mesme e shkallës është 4, rezultati mesatar sugjeron një nivel mesatar shqetësimi dhe ankthi lidhur me inteligjencën artificiale dhe implikimet e saj të ardhshme.

Rezultati mesatar për intolerancën ndaj pasigurisë ishte 2.68 (SD = 0.85) në një shkallë nga 1 deri në 5, duke treguar nivele mesatare të parehatisë ndaj pasigurisë dhe paparashikueshmërisë. U vërejt një variabilitet i konsiderueshëm ndërmjet pjesëmarrësve, me rezultate që varionin nga 1.00 deri në 4.78.

Pjesëmarrësit raportuan nivele mesatare deri të larta të njohurive mbi inteligjencën artificiale (M = 5.67, SD = 2.23) në një shkallë nga 1 deri në 10. Kjo gjetje sugjeron se pjesëmarrësit në përgjithësi e perceptonin veten si persona me nivel mesatar njohurish, kompetence dhe besimi në raport me teknologjitë e inteligjencës artificiale. Rezultati mesatar për stresin e perceptuar të lidhur me inteligjencën artificiale ishte 2.49 (SD = 0.39) në një shkallë nga 1 deri në 4, duke treguar nivele mesatare të stresit të lidhur me zhvillimin dhe përdorimin e inteligjencës artificiale.

Në fund, pjesëmarrësit raportuan nivele mesatare të mirëqenies psikologjike (M = 2.55, SD = 1.16) në shkallën WHO-5. Rezultatet varionin nga 0 deri në 5, duke treguar dallime të konsiderueshme individuale në mirëqenie.

KORRELACIONET PEARSON



Tabela 2. Korrelacionet Pearson ndërmjet Variablave të Studimit

Variable	1	2	3	4	5
1. AI Anxiety (AIAS)	—				
2. Intolerance of Uncertainty (IUS)	.40***	—			
3. AI Literacy (MAILS)	.05	-.05	—		
4. Perceived Stress (PSS-AI)	.17	.36***	-.08	—	
5. Wellbeing (WHO-5)	.03	-.15	.40***	-.41***	—

Note. N = 91. *** p < .001.

Analizat e korrelacionit Pearson u realizuan për të shqyrtuar lidhjet ndërmjet ankthit ndaj inteligjencës artificiale, intolerancës ndaj pasigurisë, njohurive mbi inteligjencën artificiale, stresit të perceptuar dhe mirëqenies. Rezultatet janë paraqitur në Tabelën 2.

Në përputhje me H1, intoleranca ndaj pasigurisë ishte e lidhur pozitivisht me ankthin ndaj inteligjencës artificiale, $r(89) = .40$, $p < .001$. Madhësia e kësaj lidhjeje ishte mesatare, duke treguar se pjesëmarrësit që raportuan vështirësi më të mëdha në tolerimin e pasigurisë raportuan gjithashtu nivele më të larta të ankthit të lidhur me inteligjencën artificiale.

Në mbështetje të H2, intoleranca ndaj pasigurisë ishte e lidhur pozitivisht me stresin e perceptuar, $r(89) = .36$, $p < .001$. Kjo gjetje sugjeron se individët që përjetonin parehati më të madhe ndaj pasigurisë kishin prirje të raportonin nivele më të larta të stresit kur shqyrtonin çështje të lidhura me inteligjencën artificiale.

Në kundërshtim me H3, ankthi ndaj inteligjencës artificiale nuk ishte i lidhur në mënyrë signifikante me mirëqenien, $r(89) = .03$, $p = .785$. Madhësia e efektit të vëzhguar ishte e papërfillshme, duke treguar se nuk kishte një marrëdhënie domethënëse ndërmjet ankthit ndaj inteligjencës artificiale dhe mirëqenies psikologjike.

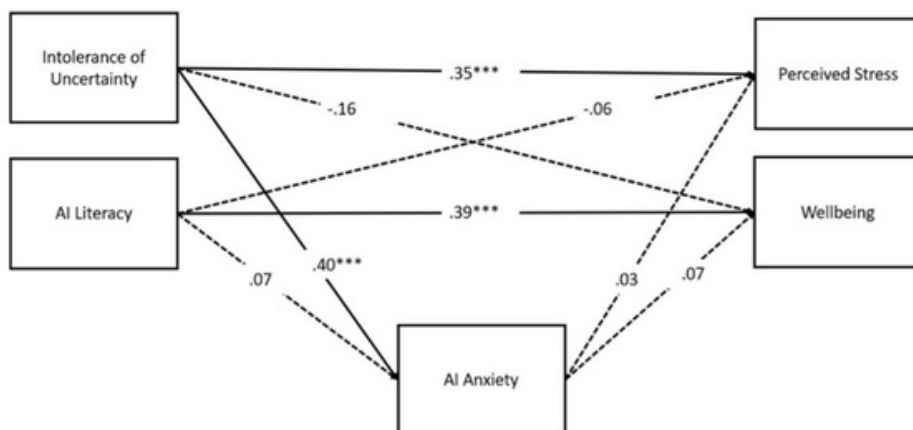
U evidentuan edhe disa gjetje shtesë. Njohuritë mbi inteligjencën artificiale treguan një lidhje pozitive mesatare me mirëqenien, $r(89) = .40$, $p < .001$, duke sugjeruar se pjesëmarrësit me njohuri dhe kompetenca më të larta lidhur me inteligjencën artificiale raportuan mirëqenie më të mirë psikologjike. Për më tepër, stresi i perceptuar ishte i lidhur në mënyrë mesatare dhe negative me mirëqenien, $r(89) = -.41$, $p < .001$, duke treguar se nivelet më të larta të stresit të lidhur me inteligjencën artificiale shoqëroheshin me mirëqenie më të ulët.

Tabela 3. Analiza e Shtigjeve per Parashikimin e Ankthit ndaj Inteligjences Artificiale, Stresit te Perceptuar dhe Mireqenies

Outcome	Predictor	B	SE	β	p
AI Anxiety	Intolerance of Uncertainty	0.70	0.17	.40	< .001
AI Anxiety	AI Literacy	0.05	0.06	.07	.482
Perceived Stress	Intolerance of Uncertainty	0.16	0.05	.35	.001
Perceived Stress	AI Anxiety	0.01	0.03	.03	.772
Perceived Stress	AI Literacy	-0.01	0.02	-.06	.533
Wellbeing	AI Anxiety	0.06	0.08	.07	.475
Wellbeing	Intolerance of Uncertainty	-0.22	0.14	-.16	.121
Wellbeing	AI Literacy	0.20	0.05	.39	< .001

Figura 1

Analiza e Shtigjeve për Parashikimin e Ankthit ndaj Inteligjencës Artificiale, Stresit të Perceptuar dhe Mirëqenies



ANALIZA E SHTIGJEVE

U realizua analiza e shtigjeve për të shqyrtuar kontributet unike të intolerancës ndaj pasigurisë dhe njohurive mbi inteligjencën artificiale në parashikimin e ankthit ndaj inteligjencës artificiale, stresit të perceptuar dhe mirëqenies. Koeficientët e standardizuar të shtigjeve janë paraqitur në Tabelën 3.

Rezultatet treguan se intoleranca ndaj pasigurisë parashikonte në mënyrë signifikante ankthin ndaj inteligjencës artificiale, $\beta = .40$, $B = 0.70$, $SE = 0.17$, $p < .001$. Specifikisht, një rritje prej një njësie në intolerancën ndaj pasigurisë shoqërohej me një rritje prej afërsisht 0.70 pikësh në ankthin ndaj inteligjencës artificiale. Kjo gjetje tregon se individët që janë më pak tolerantë ndaj pasigurisë kanë prirje të përjetojnë nivele më të larta të ankthit lidhur me inteligjencën artificiale.

Njohuritë mbi inteligjencën artificiale nuk e parashikuan në mënyrë signifikante ankthin ndaj inteligjencës artificiale, $\beta = .07$, $B = 0.05$, $SE = 0.06$, $p = .482$.

Kur stresi i perceptuar u shqyrtua si rezultat i variablave tjera, intoleranca ndaj pasigurisë doli si parashikuesi i vetëm statistikisht i rëndësishëm, $\beta = .35$, $B = 0.16$, $SE = 0.05$, $p = .001$. As ankthi ndaj inteligjencës artificiale, $\beta = .03$, $p = .772$, dhe as njohuritë mbi inteligjencën artificiale, $\beta = -.06$, $p = .533$, nuk e parashikuan në mënyrë statistikisht të rëndësishme stresin e perceptuar.

Për mirëqenien, njohuritë mbi inteligjencën artificiale ishin parashikuesi i vetëm statistikisht i rëndësishëm, $\beta = .39$, $B = 0.20$, $SE = 0.05$, $p < .001$. Pjesëmarrësit që raportuan nivele më të larta të njohurive mbi inteligjencën artificiale raportuan gjithashtu nivele më të larta të mirëqenies psikologjike. As ankthi ndaj inteligjencës artificiale, $\beta = .07$, $p = .475$, dhe as intoleranca ndaj pasigurisë, $\beta = -.16$, $p = .121$, nuk e parashikuan në mënyrë statistikisht të rëndësishme mirëqenien.

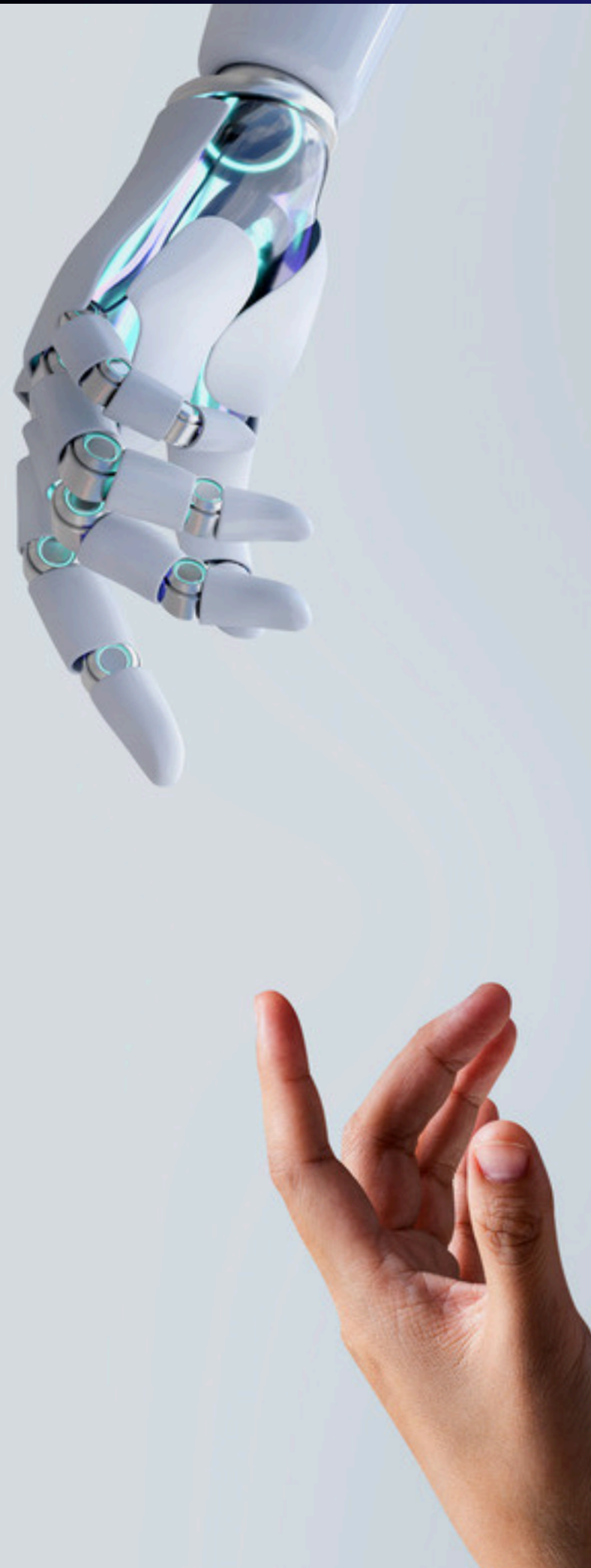
Në përgjithësi, modeli i shtigjeve sugjeron se intoleranca ndaj pasigurisë luan një rol të rëndësishëm në kuptimin e ankthit ndaj inteligjencës artificiale dhe stresit, ndërsa njohuritë mbi inteligjencën artificiale duket se lidhen më fuqishëm me funksionimin pozitiv psikologjik dhe mirëqenien.

Table 4. Analiza e Moderimit per Parashikimin e Ankthit ndaj Inteligjences Artificiale

Intercept	3.98	0.14	27.81	< .001
Intolerance of Uncertainty	0.68	0.17	4.02	< .001
AI Literacy	0.03	0.07	0.37	.709
IUS x AI Literacy	-0.07	0.07	-0.95	.345

ANALIZA E MODERIMIT

U realizua një analizë moderimi për të shqyrtuar nëse njohuritë mbi inteligjencën artificiale moderonin lidhjen ndërmjet intolerancës ndaj pasigurisë dhe ankthit ndaj inteligjencës artificiale. Modeli i përgjithshëm ishte signifikant, $F(3, 87) = 6.06, p < .001$, dhe shpjegonte 17.3% të variancës në ankthin ndaj inteligjencës artificiale ($R^2 = .17, R^2$ i korrigjuar = .14). Intoleranca ndaj pasigurisë e parashikoi në mënyrë statistikisht të rëndësishme ankthin ndaj inteligjencës artificiale, $b = 0.68, SE = 0.17, t(87) = 4.02, p < .001$. Njohuritë mbi inteligjencën artificiale nuk ishin parashikues statistikisht i rëndësishëm i ankthit ndaj inteligjencës artificiale, $b = 0.03, SE = 0.07, t(87) = 0.37, p = .709$. Më e rëndësishmja, ndërveprimi ndërmjet intolerancës ndaj pasigurisë dhe njohurive mbi inteligjencën artificiale nuk ishte statistikisht i rëndësishëm, $b = -0.07, SE = 0.07, t(87) = -0.95, p = .345$. Prandaj, njohuritë mbi inteligjencën artificiale nuk e moderuan marrëdhënien ndërmjet intolerancës ndaj pasigurisë dhe ankthit ndaj inteligjencës artificiale.



PËRMBLEDHJE E GJETJEVE

Hipotezat 1 dhe 2 u mbështetën: nivelet më të larta të intolerancës ndaj pasigurisë ishin të lidhura në mënyrë statistikisht të rëndësishme me nivele më të larta të ankthit ndaj inteligjencës artificiale dhe me nivele më të larta të stresit të perceptuar të lidhur me inteligjencën artificiale. Hipoteza 3 nuk u mbështet, pasi ankthi ndaj inteligjencës artificiale nuk ishte i lidhur në mënyrë statistikisht të rëndësishme me mirëqenien psikologjike. Përtej marrëdhënieve të hipotezuara, njohuritë mbi inteligjencën artificiale u shfaqën si parashikues pozitiv i rëndësishëm i mirëqenies, ndërsa stresi i perceptuar ishte i lidhur negativisht me mirëqenien.

DISKUTIMI

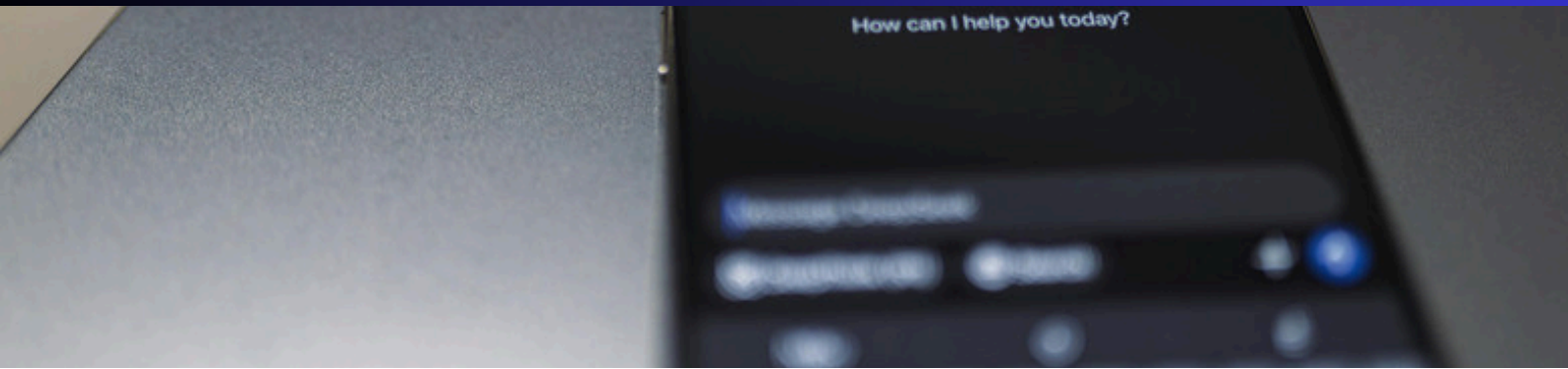
4.1 PËRMBLEDHJE E GJETJEVE KRYESORE

Studimi aktual shqyrtoi marrëdhëniet ndërmjet pasigurisë së perceptuar lidhur me inteligjencën artificiale, ankthit ndaj inteligjencës artificiale, stresit të perceptuar, njohurive mbi inteligjencën artificiale dhe mirëqenies psikologjike. Në përputhje me pritjet, nivelet më të larta të pasigurisë së perceptuar rreth inteligjencës artificiale u lidhën me ankth më të lartë ndaj inteligjencës artificiale dhe me stres më të lartë. Nga ana tjetër, ankthi dhe stresi më i lartë u lidhën me nivele më të ulëta të mirëqenies psikologjike. Për më tepër, njohuritë mbi inteligjencën artificiale u shfaqën si një faktor potencialisht mbrojtës, ku individët që raportuan kuptim dhe kompetencë më të lartë lidhur me inteligjencën artificiale në përgjithësi përjetuan nivele më të ulëta të ankthit dhe pasigurisë. Këto gjetje mbështesin premisën qendrore të studimit: pasojat psikologjike të inteligjencës artificiale formësohen jo vetëm nga vetë teknologjia, por edhe nga mënyra se si individët i perceptojnë dhe interpretojnë ndryshimet e shpejta teknologjike që ndodhin rreth tyre. Rezultatet sugjerojnë se pasiguria mund të përfaqësojë një mekanizëm kyç psikologjik përmes të cilit zhvillimet e lidhura me inteligjencën artificiale ndikojnë në mirëqenien emocionale. Në vend që të reagojnë drejtpërdrejt ndaj sistemeve të inteligjencës artificiale, individët duket se reagojnë ndaj shqetësimeve për atë që inteligjenca artificiale mund të nënkuptojë për mundësitë e tyre të ardhshme, rolet e tyre dhe ndjenjën e kontrollit.

4.2 Interpretimi i Ankthit ndaj Inteligjencës Artificiale në një Shoqëri që po Ndryshon me Shpejtësi

Gjetjet duhet të kuptohen brenda kontekstit më të gjerë të një transformimi teknologjik të paprecedent. Inteligjenca artificiale po integrohet gjithnjë e më shumë në arsim, punësim, shëndetësi dhe jetën e përditshme, duke krijuar një mjedis shoqëror të karakterizuar nga përshtatje e vazhdueshme dhe pasiguri. Në kontekste të tilla, ankthi mund të përfaqësojë një reagim të natyrshëm psikologjik ndaj ndryshimit të shpejtë. Historikisht, tranzicionet e mëdha teknologjike shpesh kanë gjeneruar shqetësime lidhur me zhvendosjen nga vendet e punës, çrregullimet shoqërore dhe ndryshimin e kërkesave për aftësi. Megjithatë, inteligjenca artificiale dallon nga inovacionet e mëparshme teknologjike për shkak të aftësisë së perceptuar për të kryer detyra kognitive që dikur konsideroheshin si veçanërisht njerëzore. Si rezultat, shqetësimet lidhur me inteligjencën artificiale shpesh shtrihen përtej shqetësimeve praktike dhe prekin fusha që lidhen me identitetin, autonominë, kompetencën dhe veçantinë njerëzore.

Gjetjet e këtij studimi sugjerojnë se ankthi ndaj inteligjencës artificiale nuk është thjesht reflektim i rezistencës ndaj teknologjisë. Përkundrazi, ai duket se përfaqëson një reagim më të gjerë emocional ndaj paparashikueshmërisë së perceptuar lidhur me realitetet e ardhshme arsimore, profesionale dhe shoqërore. Individët mund të përjetojnë ankth jo sepse e refuzojnë vetë inteligjencën artificiale, por sepse janë të pasigurt se si të orientohen me sukses në një mjedis ku kapacitetet teknologjike po zhvillohen më shpejt sesa normat ekzistuese shoqërore, sistemet arsimore dhe strukturat e tregut të punës.



4.3 Pse Pasiguria e Intensifikon Shqetësimin Psikologjik

Lidhja e fortë ndërmjet pasigurisë dhe shqetësimit psikologjik e vërejtur në këtë studim është në përputhje me perspektivat teorike që theksojnë rolin qendror të pasigurisë në ankth dhe stres. Sipas modeleve të intolerancës ndaj pasigurisë, individët në përgjithësi preferojnë mjedise të parashikueshme dhe të kontrollueshme. Situatat e karakterizuara nga paqartësia dhe mungesa e informacionit të qartë shpesh nxisin vigjilencë të shtuar, shqetësim dhe paretshmi emocionale.

Inteligjenca artificiale përfaqëson një burim veçanërisht të rëndësishëm pasigurie, sepse shumë individë kanë kuptim të kufizuar për mënyrën se si funksionojnë sistemet e inteligjencës artificiale, sa shpejt do të zhvillohen ato dhe çfarë pasojash mund të kenë për punësimin, arsimin dhe jetën e përditshme. Kjo pasiguri mund t'i shtyjë njerëzit të parashikojnë rezultate negative, edhe në mungesë të kërcënimeve konkrete. Si rrjedhojë, shqetësimet për mundësitë e ardhshme mund të bëhen psikologjikisht të rëndueshme.

Marrëdhënia ndërmjet pasigurisë dhe stresit mund të kuptohet gjithashtu përmes teorisë së vlerësimit të stresit. Kur individët e perceptojnë një situatë si të vështirë për t'u parashikuar ose kontrolluar, ata kanë më shumë gjasa ta vlerësojnë atë si kërcënueshme. Në këto kushte, burimet psikologjike mund të mbingarkohen, duke rezultuar në stres më të lartë dhe mirëqenie më të ulët. Gjetjet e këtij studimi sugjerojnë se pasiguria rreth inteligjencës artificiale mund të funksionojë si një stresor i vazhdueshëm kognitiv, i cili formëson përvojat emocionale edhe tek individët që kanë ndërveprim të kufizuar të drejtpërdrejtë me sisteme të avancuara të inteligjencës artificiale.

E rëndësishme është se këto rezultate tregojnë se vetë pasiguria mund të jetë po aq domethënëse psikologjikisht sa edhe ndryshimi aktual teknologjik. Në shumë raste, mund të mos jetë ndikimi objektiv i inteligjencës artificiale ai që ndikon në shëndetin mendor, por perceptimet dhe pritjet e individëve lidhur me atë që mund të sjellë e ardhmja.



4.4 Roli Mbrojtës i Njohurive dhe Kompetencës mbi Inteligjencën Artificiale

Një nga gjetjet më inkurajuese të studimit aktual lidhet me rolin potencialisht mbrojtës të njohurive mbi inteligjencën artificiale. Individët që raportuan kuptim më të lartë të inteligjencës artificiale në përgjithësi përjetuan nivele më të ulëta të pasigurisë dhe ankthit. Kjo gjetje mbështet idenë se njohuritë dhe kompetenca mund të veprojnë si burime psikologjike që i ndihmojnë individët të përshtaten me ndryshimin teknologjik. Nga një perspektivë psikologjike, rritja e njohurive mbi inteligjencën artificiale mund të forcojë ndjenjën e parashikueshmërisë, vetë-efikasitetit dhe kontrollit. Kur individët e kuptojnë se si funksionojnë sistemet e inteligjencës artificiale, cilat janë kufizimet e tyre dhe si mund të përdoren në mënyrë efektive, zhvillimet teknologjike mund të duken më pak kërcënuese dhe më të menaxhueshme. Prandaj, njohuritë mund të reduktojnë paqartësinë dhe të rrisin besimin e individëve në aftësinë e tyre për t'iu përgjigjur sfidave të ardhshme.

Gjetjet gjithashtu sugjerojnë se iniciativat arsimore mund të luajnë një rol të rëndësishëm në promovimin e përshtatjes psikologjike ndaj inteligjencës artificiale. Diskutimet publike për inteligjencën artificiale shpesh përqendrohen në rreziqe si automatizimi, zëvendësimi i vendeve të punës dhe shqetësimet etike. Megjithëse këto çështje janë të rëndësishme, përpjekjet arsimore që përmirësojnë të kuptuarit e inteligjencës artificiale mund të ndihmojnë në balancimin e narrativave të bazuara në frikë me perspektiva më realiste dhe të mbështetura në evidencë. Iniciativa të tilla mund të jenë veçanërisht të vlefshme për të rinjtë dhe studentët që po përgatiten të hyjnë në tregje të punës gjithnjë e më të ndikuara nga teknologjitë e inteligjencës artificiale.

Është e rëndësishme që njohuritë mbi inteligjencën artificiale të mos shihen vetëm si aftësi teknike. Përkundrazi, ato duhet të konceptualizohen si një kompetencë më e gjerë që përfshin të kuptuarit e kapaciteteve, kufizimeve, implikimeve etike dhe ndikimit shoqëror të inteligjencës artificiale. Zhvillimi i kësaj kompetence mund të kontribuojë jo vetëm në punësueshmëri, por edhe në reziliencën psikologjike në një epokë të ndryshimeve të shpejta teknologjike.

4.5 Kuptimi Praktik për Studentët dhe Punonjësit

Implikimet praktike të këtyre gjetjeve janë të rëndësishme si për institucionet arsimore, ashtu edhe për vendet e punës. Për studentët, rezultatet sugjerojnë se shqetësimet lidhur me inteligjencën artificiale mund të shtrihen përtej performancës akademike dhe planifikimit të karrierës, duke përfshirë edhe çështje më të gjera të shëndetit mendor dhe mirëqenies. Prandaj, universitetet dhe shkollat mund të përfitojnë nga integrimi i programeve të edukimit mbi inteligjencën artificiale që trajtojnë si njohuritë teknike, ashtu edhe përshtatjen psikologjike ndaj ndryshimit teknologjik. Për punonjësit, gjetjet theksojnë rëndësinë e mbështetjes organizative gjatë periudhave të tranzicionit teknologjik. Punonjësit mund të përjetojnë ankth të shtuar kur sistemet e inteligjencës artificiale prezantohen pa komunikim të mjaftueshëm, pa trajnim adekuat ose pa mundësi për pjesëmarrje. Organizatat që ofrojnë informacion transparent, mundësi të qasshme trajnimi dhe hapësira për përfshirjen e punonjësve mund të ndihmojnë në reduktimin e pasigurisë dhe në nxitjen e qëndrimeve më pozitive ndaj adoptimit të inteligjencës artificiale.

Në një nivel më të gjerë shoqëror, politikëbërësit dhe edukatorët duhet të pranojnë se integrimi i suksesshëm i inteligjencës artificiale kërkon vëmendje jo vetëm ndaj infrastrukturës teknologjike, por edhe ndaj gatishmërisë psikologjike. Të kuptuarit publik, kompetenca digjitale dhe mundësitë për të mësuar gjatë gjithë jetës mund të jenë thelbësore për reduktimin e frikës dhe pasigurisë, ndërkohë që u mundësojnë individëve të përfitojnë nga avancimet teknologjike.

Në fund, gjetjet sugjerojnë se ndikimi i ardhshëm i inteligjencës artificiale në shëndetin mendor mund të varet më pak nga vetë teknologjia dhe më shumë nga aftësia e shoqërisë për t'i përgatitur individët që ta kuptojnë, t'i përshtaten dhe të marrin pjesë në mënyrë aktive në ndryshimin teknologjik. Forcimi i njohurive mbi inteligjencën artificiale, promovimi i komunikimit transparent dhe mbështetja e individëve gjatë periudhave të tranzicionit mund të përfaqësojnë strategji të rëndësishme për mbrojtjen e mirëqenies në epokën e inteligjencës artificiale.



4.6 KUFIZIMET DHE HULUMTIMET E ARDHSHME

- Gjatë interpretimit të gjetjeve të studimit aktual duhet të merren parasysh disa kufizime. Së pari, studimi përdori një dizajn hulumtues ndërseksional, i cili kufizon mundësinë për të nxjerrë përfundime shkakësore lidhur me marrëdhëniet ndërmjet pasigurisë së lidhur me inteligjencën artificiale, ankthit, stresit dhe mirëqenies psikologjike. Megjithatë gjetjet janë në përputhje me pritjet teorike që sugjerojnë se pasiguria mund të kontribuojë në ankth dhe shqetësim psikologjik, nevojiten studime longitudinale dhe eksperimentale për të përcaktuar drejtimin e këtyre marrëdhënieve dhe për të shqyrtuar se si ato zhvillohen me kalimin e kohës.
- Së dyti, të gjitha variablat u vlerësuan përmes instrumenteve të vetëraportimit. Edhe pse instrumentet e vetëraportimit përdoren gjerësisht në hulumtimet psikologjike dhe në studimin aktual demonstrojnë besueshmëri të kënaqshme, ato janë të ndjeshme ndaj paragjykitimit të metodës së përbashkët, efekteve të dëshirueshmërisë sociale dhe interpretimit subjektiv nga pjesëmarrësit. Studimet e ardhshme mund t'i plotësojnë të dhënat e vetëraportimit me tregues sjellorë, matje fiziologjike të stresit ose qasje cilësore që ofrojnë kuptim më të thellë mbi përvojat e individëve lidhur me pasigurinë ndaj inteligjencës artificiale.
- Së treti, mostra përbëhej kryesisht nga studentë dhe individë me nivel të lartë arsimor, ndërsa gratë përbënin shumicën e konsiderueshme të pjesëmarrësve. Megjithatë ky profil demografik është i vlefshëm, duke qenë se popullatat më të reja dhe më të arsimuara shpesh janë ndër përdoruesit e hershëm të teknologjive të inteligjencës artificiale, ai mund ta kufizojë përgjithësueshmërinë e gjetjeve në grupe të tjera. Hulumtimet e ardhshme duhet të përfshijnë mostra më të larmishme për sa i përket moshës, nivelit arsimor, sektorëve profesionalë dhe konteksteve kulturore, në mënyrë që të kuptohet më mirë nëse këto marrëdhënie ndryshojnë ndërmjet popullatave të ndryshme.
- Së katërti, studimi u fokusua në perceptimet ndaj inteligjencës artificiale, dhe jo në ekspozimin aktual ose përdorimin konkret të sistemeve të avancuara të inteligjencës artificiale. Individët mund të përjetojnë pasiguri dhe ankth bazuar në mbulimin mediatik, diskursin publik ose pritjet për zhvillimet e ardhshme, dhe jo domosdoshmërisht për shkak të ndërveprimit të drejtpërdrejtë me teknologjitë e inteligjencës artificiale. Studimet e ardhshme mund të shqyrtojnë se si masat objektive të ekspozimit ndaj inteligjencës artificiale, frekuenca e përdorimit dhe zbatimi i saj në vendin e punës ndikojnë në rezultatet psikologjike.
- Një kufizim tjetër lidhet me natyrën shumë dinamike të vetë inteligjencës artificiale. Qëndrimet publike, njohuritë dhe shqetësimet rreth inteligjencës artificiale po ndryshojnë me shpejtësi, ndërsa teknologji të reja po shfaqen dhe po integrohen në jetën e përditshme. Si rrjedhojë, ndikimi psikologjik i inteligjencës artificiale mund të ndryshojë gjithashtu me kalimin e kohës. Hulumtimet longitudinale që ndjekin individët përgjatë fazave të ndryshme të adoptimit teknologjik do të ofronin njohuri të vlefshme mbi mënyrën se si pasiguria, ankthi dhe mirëqenia ndryshojnë ndërsa inteligjenca artificiale bëhet gjithnjë e më e njohur dhe më e normalizuar.
- Hulumtimet e ardhshme duhet të eksplorojnë gjithashtu faktorë të tjerë mbrojtës dhe moderatorë përtej njohurive mbi inteligjencën artificiale. Variabla si vetë-efikasiteti digjital, rezilienca psikologjike, optimizmi, përshtatshmëria, besimi në teknologji dhe mbështetja organizative mund të ndihmojnë në shpjegimin se pse disa individë reagojnë pozitivisht ndaj ndryshimeve të lidhura me inteligjencën artificiale, ndërsa të tjerë përjetojnë ankth dhe shqetësim më të lartë. Shqyrtimi i këtyre faktorëve mund të kontribuojë në zhvillimin e ndërhyrjeve që synojnë mbështetjen e mirëqenies psikologjike gjatë periudhave të tranzicionit teknologjik.
- Në fund, studimet e ardhshme mund të përfitojnë nga testimi i modeleve më gjithëpërfshirëse që shqyrtojnë rrugët indirekte dhe ndërmjetëse që lidhin perceptimet ndaj inteligjencës artificiale me rezultatet e shëndetit mendor. Në veçanti, pasiguria mund të funksionojë si një mekanizëm qendror përmes të cilit ndryshimi teknologjik ndikon në ankth, stres dhe mirëqenie. Kuptimi i këtyre rrugëve mund t'i ndihmojë studiuesit, edukatorët, punëdhënësit dhe politikëbërësit të zhvillojnë strategji të bazuara në evidencë, të cilat promovojnë përshtatjen dhe reziliencën në një botë gjithnjë e më të udhëhequr nga inteligjenca artificiale.

5. IMPLIKIMET

5.1 Implikimet Klinike dhe për Shëndetin Mendor

Gjetjet sugjerojnë se dallimet individuale në tolerancën ndaj pasigurisë mund të luajnë një rol të rëndësishëm në formësimin e përgjigjeve psikologjike ndaj inteligjencës artificiale. Në vend që vetë inteligjenca artificiale të jetë në mënyrë të natyrshme shqetësuese, pasiguria rreth implikimeve të saj të ardhshme mund të jetë një faktor kyç që kontribuon në ankth dhe stres. Prandaj, profesionistët e shëndetit mendor mund të përfitojnë nga marrja në konsideratë e shqetësimeve të lidhura me teknologjinë brenda kornizave më të gjera të menaxhimit të pasigurisë dhe ankthit. Ndërhyrjet që synojnë intolerancën ndaj pasigurisë, fleksibilitetin psikologjik dhe përballimin adaptiv mund të jenë veçanërisht të rëndësishme për individët që përjetojnë shqetësim lidhur me ndryshimin e shpejtë teknologjik.

5.2 Implikimet Arsimore

Një nga gjetjet më të rëndësishme ishte lidhja pozitive ndërmjet njohurive mbi inteligjencën artificiale dhe mirëqenies psikologjike. Individët që raportuan njohuri dhe kompetencë më të lartë lidhur me inteligjencën artificiale raportuan gjithashtu nivele më të larta të mirëqenies. Megjithatë nuk mund të nxirren përfundime shkakësore, kjo gjetje sugjeron se rritja e të kuptuarit të individëve për inteligjencën artificiale mund të ndihmojë në reduktimin e pasigurisë dhe në forcimin e ndjenjës së kompetencës gjatë ndërveprimit me teknologjitë në zhvillim.

5.3 Implikimet për Vendin e Punës

Megjithatë studimi aktual nuk shqyrtoi drejtpërdrejt rezultatet në vendin e punës, gjetjet mund të kenë implikime për kontekstet organizative ku teknologjitë e inteligjencës artificiale po adoptohen gjithnjë e më shumë. Duke pasur parasysh lidhjen ndërmjet pasigurisë dhe shqetësimit të lidhur me inteligjencën artificiale, organizatat mund të përfitojnë nga ofrimi i komunikimit të qartë dhe mundësive për zhvillim të aftësive gjatë periudhave të tranzicionit teknologjik.

5.4 Implikimet Politike

Në nivel politikash, gjetjet theksojnë vlerën potenciale të promovimit të njohurive mbi inteligjencën artificiale dhe mbështetjes së edukimit publik lidhur me teknologjitë në zhvillim. Iniciativat arsimore të qasshme mund t'i ndihmojnë individët të zhvillojnë një kuptim më të informuar për inteligjencën artificiale dhe potencialisht të reduktojnë pasigurinë e lidhur me ndryshimin teknologjik. Hulumtimet e ardhshme janë të nevojshme për të përcaktuar nëse iniciativa të tilla kontribuojnë në rezultate më të mira psikologjike.



6. PËRFUNDIME

Inteligjenca artificiale po e transformon shoqërinë bashkëkohore me një ritëm të paprecedent, duke krijuar mundësi të reja dhe njëkohësisht duke sjellë forma të reja të pasigurisë. Studimi aktual synoi të shqyrtonte se si pasiguria e perceptuar rreth inteligjencës artificiale lidhet me ankthin, stresin, mirëqenien psikologjike dhe njohuritë mbi inteligjencën artificiale. Gjetjet tregojnë se individët që përjetojnë pasiguri më të lartë lidhur me inteligjencën artificiale raportojnë gjithashtu nivele më të larta të ankthit dhe stresit të lidhur me inteligjencën artificiale, ndërsa njohuritë mbi inteligjencën artificiale duket se funksionojnë si një burim potencialisht mbrojtës, i lidhur me rezultate më të favorshme psikologjike.

Këto rezultate kontribuojnë në një trup në rritje të literaturës që sugjeron se pasojat psikologjike të inteligjencës artificiale formësohen jo vetëm nga vetë zhvillimet teknologjike, por edhe nga mënyra se si individët i interpretojnë dhe u përgjigjen atyre. Në përputhje me teoritë e vlerësimit të stresit dhe intolerancës ndaj pasigurisë, perceptimet e paparashikueshmërisë dhe mungesës së kontrollit duket se luajnë një rol të rëndësishëm në të kuptuarit e reagimeve psikologjike ndaj ndryshimeve të nxitura nga inteligjenca artificiale.

Ndërsa inteligjenca artificiale po integrohet gjithnjë e më shumë në arsim, punësim, shëndetësi dhe jetën e përditshme, mbështetja e përshtatjes psikologjike do të bëhet një sfidë e rëndësishme shoqërore. Iniciativat arsimore, programet e trajnimit në vendin e punës, ndërhyrjet në shëndetin mendor dhe politikat publike të mbështetura në evidencë mund të kontribuojnë në reduktimin e pasigurisë dhe forcimin e reziliencës. Në fund, ndikimi i ardhshëm i inteligjencës artificiale në mirëqenie mund të varet jo vetëm nga kapacitetet e vetë teknologjisë, por edhe nga aftësia e shoqërisë për të siguruar që individët të kenë njohuritë, burimet dhe mbështetjen e nevojshme për t'u orientuar në një botë gjithnjë e më të udhëhequr nga inteligjenca artificiale.

Lista e referencave

Abeliansky, A. L., Beulmann, M., & Prettner, K. (2024). Are they coming for us? Industrial robots and the mental health of workers. *Research Policy*, 53(3), Article 104956. <https://doi.org/10.1016/j.respol.2024.104956>

Alkhalifah, J. M. J., Bedaiwi, A. M., Shaikh, N., Seddiq, W., & Meo, S. A. (2024). Existential anxiety about artificial intelligence (AI)—Is it the end of humanity era or a new chapter in the human revolution: Questionnaire-based observational study. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article 1368122. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1368122>

Baek, S.-U., Yoon, J.-H., & Won, J.-U. (2022). Association between workers' anxiety over technological automation and sleep disturbance: Results from a nationally representative survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), Article 10051. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610051>

Blasco, S., Rochut, J., & Rouland, B. (2024). Displaced or depressed? Working in automatable jobs and mental health. *Industrial Relations Journal*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1111/irel.12356>

Brauner, P., Hick, A., Philipsen, R., & Ziefle, M. (2023). What does the public think about artificial intelligence? A criticality map to understand bias in the public perception of AI. *Frontiers in Computer Science*, 5, Article 1113903. <https://doi.org/10.3389/fcomp.2023.1113903>

Carleton, R. N. (2016a). Fear of the unknown: One fear to rule them all? *Journal of Anxiety Disorders*, 41, 5–21. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.03.011>

Carleton, R. N. (2016b). Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 39, 30–43. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.02.007>

De Freitas, J., Agarwal, S., Schmitt, B., & Haslam, N. (2023). Psychological factors underlying attitudes toward AI tools. *Nature Human Behaviour*, 7(11), 1845–1854. <https://doi.org/10.1038/s41562-023-01734-2>

Gallup. (2024, October 8). AI in the workplace: Answering 3 big questions. <https://www.gallup.com/workplace/651203/workplace-answering-big-questions.aspx>

Johnson, A., Dey, S., Nguyen, H., Groth, M., Joyce, S., Tan, L., Glozier, N., & Harvey, S. B. (2020). A review and agenda for examining how technology-driven changes at work will impact workplace mental health and employee well-being. *Australian Journal of Management*, 45(3), 402–424. <https://doi.org/10.1177/0312896220922292>

Jo, H., & Park, D.-H. (2025). The fear of being replaced by generative AI: An examination of influential factors among office workers. *Technological Forecasting and Social Change*, 220, Article 124326. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2025.124326>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
Organisation for Economic Co-operation and Development. (2024). The impact of digital technologies on well-being: Main insights from the literature. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/cb173652-en>

Organisation for Economic Co-operation and Development. (2025). Algorithmic management in the workplace: New evidence from an OECD employer survey (OECD Artificial Intelligence Papers No. 31). OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/287c13c4-en>

Pew Research Center. (2026, March 12). Key findings about how Americans view artificial intelligence. <https://www.pewresearch.org/short-reads/2026/03/12/key-findings-about-how-americans-view-artificial-intelligence/>

Stanford Institute for Human-Centered Artificial Intelligence. (2025). AI Index report 2025. Stanford University. <https://hai.stanford.edu/ai-index/2025-ai-index-report>

Sun, J., Shen, H., Ibn-ul-Hassan, S., Riaz, A., & Domil, A. E. (2022). The association between digitalization and mental health: The mediating role of wellbeing at work. *Frontiers in Psychiatry*, 13, Article 934357. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.934357>

Tang, P. M., Koopman, J., Mai, K. M., De Cremer, D., Zhang, J. H., Reynders, P., Ng, C. T. S., & Chen, I.-H. (2023). No person is an island: Unpacking the work and after-work consequences of interacting with artificial intelligence. *Journal of Applied Psychology*, 108(11), 1766–1789. <https://doi.org/10.1037/apl0001103>

Uçar, M., Çapuk, H., & Yiğit, M. F. (2025). The relationship between artificial intelligence anxiety and unemployment anxiety among university students. *WORK*, 80(2), 701–710. <https://doi.org/10.1177/10519815241290648>

World Health Organization. (2021). Ethics and governance of artificial intelligence for health. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240029200>

Yigitcanlar, T., Degirmenci, K., & Inkinen, T. (2024). Drivers behind the public perception of artificial intelligence: Insights from major Australian cities. *AI & Society*, 39, 833–853. <https://doi.org/10.1007/s00146-022-01566-0>