



RESILIENCE AND INCLUSION
FOR THE MILITARY

RAPORT de IMPACT

Pilotare aplicație digitală

“FREEDOM FOR ARMY”

12 OCTOMBRIE 2023 | BUCUREȘTI, ROMÂNIA



Co-funded by
the European Union

PROJECT: “RESILIENCE AND INCLUSION FOR THE MILITARY”

2022-1-R001-KA220-VET-000085808

RAPORT de IMPACT

Pilotare Aplicație Digitală

" FREEDOM FOR ARMY "

- 12 OCTOMBRIE 2023 | BUCUREȘTI, ROMÂNIA -

Erasmus+ Programme – Strategic Partnership
Proiect *“Resilience and inclusion for the military”*
2022-1-R001-KA220-VET-000085808

Parteneri:

DIGITAL KOMPASS - Bucharest, România

I.V. International - Foggia, Italy

Organization for Promotion of European Issues - Paphos, Cyprus

BUMIR - Bucharest, România

Material realizat cu sprijinul financiar al Uniunii Europene. Conținutul acestui material este responsabilitatea exclusivă a autorilor, iar Agenția Națională și Comisia Europeană nu sunt responsabile pentru modul în care va fi utilizat conținutul acestor informații.

Introducere

Cu o profundă conștientizare a importanței sănătății mintale și a bunăstării în rândul personalului militar, suntem mândri să anunțăm lansarea unei activități de pilotare pentru o nouă aplicație dedicată identificării și gestionării stresului posttraumatic. Această inițiativă reprezintă un pas important în abordarea provocărilor unice cu care se confruntă militarii activi, veteranii și militarii cu dizabilități în urma experiențelor lor.

Stresul posttraumatic, o afecțiune frecvent întâlnită în rândul personalului militar din cauza naturii exigente și adesea periculoase a serviciului lor, poate avea un impact semnificativ asupra vieții personale și profesionale. Recunoașterea și abordarea acestei realități este esențială pentru a asigura sănătatea și eficacitatea militarilor activi, veteranilor și militarilor cu dizabilități. Este important pentru aceștia să aibă acces la informații fără să se simtă stigmatizați sau judecați. Astfel, am gândit această aplicație, care să fie un instrument de o reală utilitate pentru domeniul militar.

Aplicația, dezvoltată în colaborare cu experți în sănătate mintală și tehnologie, oferă o varietate de instrumente și resurse, inclusiv un test de autoevaluare, informații educaționale, contacte ale psihologilor specializați și un forum de discuții pentru sprijin și schimb de experiențe. Scopul nostru este de a oferi un mijloc accesibil și eficient prin care militarii pot înțelege mai bine și gestiona simptomele stresului posttraumatic.

În cadrul acestei activități de pilotare, dorim să colectăm feedback prețios de la utilizatorii noștri – membri ai comunității militare (militari activi, veterani și militari cu dizabilități) – pentru a îmbunătăți și adapta aplicația la nevoile specifice ale acestei profesii. Participarea activă și onestă va fi crucială în modelarea unei resurse care să susțină în mod eficient gestionarea problemelor apărute ca urmare a stresului posttraumatic.

Rezultatele colectate

Întrebarea 1

Cum ați evalua utilitatea aplicației în înțelegerea stresului post traumatic?

Variante de răspuns:

1. Foarte utilă
2. Utilă
3. Moderat utilă
4. Puțin utilă
5. Deloc utilă

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri, după cum se vede în figura 1

90% persoane au ales ca și răspuns varianta 1

10% persoane au ales ca și răspuns varianta 2

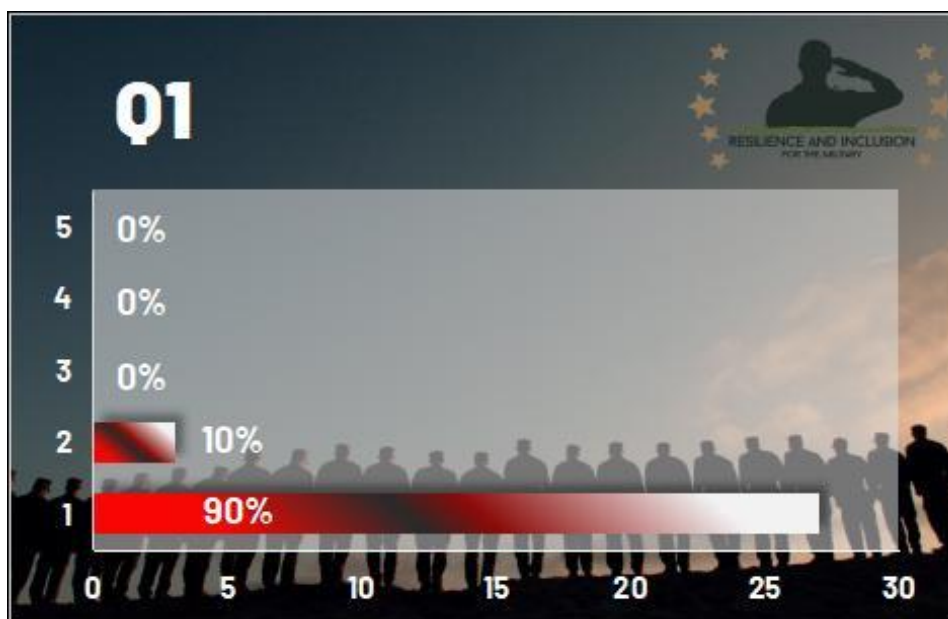


Figura 1. Evaluarea utilității aplicației

Interpretare

Conform datelor colectate, răspunsurile militarilor la întrebarea privind utilitatea aplicației în înțelegerea stresului posttraumatic indică o primire extrem de pozitivă a acestei resurse. Un procent covârșitor de 90% dintre respondenți au evaluat aplicația ca fiind „Foarte utilă”. Aceasta este o indicație clară că majoritatea participanților au găsit aplicația nu doar benefică, dar și esențială în furnizarea de informații și suport relevant pentru identificarea și gestionarea stresului posttraumatic.

Un procent mic de 10% au evaluat aplicația ca fiind „Utilă”, ceea ce sugerează că, deși au găsit aplicația benefică, acești utilizatori ar putea avea sugestii de îmbunătățire sau pot avea nevoi specifice care nu au fost complet satisfăcute de funcționalitățile curente ale aplicației.

Lipsa oricărui răspuns pentru variantele „Moderat utilă”, „Puțin utilă”, și „Deloc utilă” sugerează că aplicația este percepută ca fiind eficientă în marea majoritate a cazurilor. Aceasta este o realizare remarcabilă pentru orice instrument de sănătate mintală, mai ales într-un domeniu atât de complex și sensibil ca gestionarea stresului posttraumatic în rândul militarilor.

În concluzie, aceste rezultate demonstrează succesul aplicației în a răspunde nevoilor utilizatorilor săi și în a oferi suport efectiv și relevant pentru cei care se confruntă cu stresul posttraumatic. Totuși, este important să se țină cont de cele 5% răspunsuri care indică un potențial pentru îmbunătățiri suplimentare, pentru a asigura că aplicația rămâne cât mai inclusivă și adaptabilă la diverse nevoi individuale.

Întrebarea 2

În ce măsură testul de autoevaluare v-a ajutat să vă identificați simptomele personale ale stresului post traumatic?

Variante de răspuns:

1. În mare măsură
2. Într-o măsură rezonabilă
3. Parțial
4. Insuficient
5. Deloc

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri, după cum se vede în figura 2

83% persoane au ales ca și răspuns varianta 1

17% persoane au ales ca și răspuns varianta 2

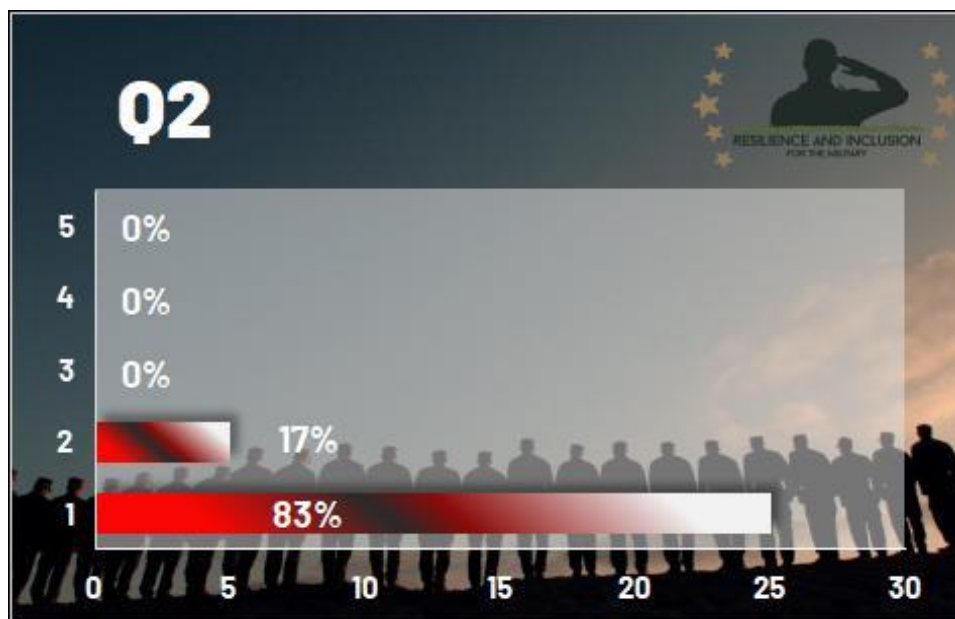


Figura 2. Utilitatea testului de autoevaluare

Interpretare

Analiza datelor colectate pentru această întrebare relevă o eficiență impresionantă a testului de autoevaluare în ajutarea militarilor să identifice personal simptomele stresului posttraumatic. Majoritatea covârșitoare de 83% dintre respondenți au indicat că testul i-a ajutat „în mare măsură”. Aceasta demonstrează că instrumentul este perceput ca fiind extrem de util și eficient în facilitarea autoconștientizării și recunoașterii simptomelor asociate cu stresul posttraumatic.

De asemenea, un procent de 17% din respondenți au evaluat testul ca fiind util „într-o măsură rezonabilă”. Acest răspuns sugerează că, deși testul a fost eficient, există loc pentru îmbunătățiri sau ajustări pentru a satisface un spectru și mai larg de nevoi și așteptări individuale.

Absența răspunsurilor pentru variantele „Parțial”, „Insuficient” și „Deloc” este un indicator puternic al eficacității generale a testului de autoevaluare. Această absență sugerează că testul nu a fost perceput ca ineficient sau irelevant de către utilizatori, ceea ce este un rezultat pozitiv semnificativ.

În concluzie, aceste rezultate arată că testul de autoevaluare este o componentă extrem de valoroasă a aplicației, furnizând utilizatorilor un mijloc eficient de a-și recunoaște și înțelege propriile simptome ale stresului posttraumatic. Cu toate acestea, procentul de 17% care a evaluat testul ca fiind util „Într-o măsură rezonabilă” indică necesitatea unor ajustări sau îmbunătățiri pentru a crește și mai mult eficacitatea acestui instrument pentru toți utilizatorii.

Întrebarea 3

Cât de ușor a fost să accesați și să navigați în cadrul aplicației?

Variante de răspuns:

1. Foarte ușor
2. Ușor
3. Acceptabil
4. Dificil
5. Foarte dificil

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri, după cum se vede în figura 3

84% persoane au răspuns cu varianta 1

13% persoane a răspuns cu varianta 2

3% persoane a răspuns cu varianta 3

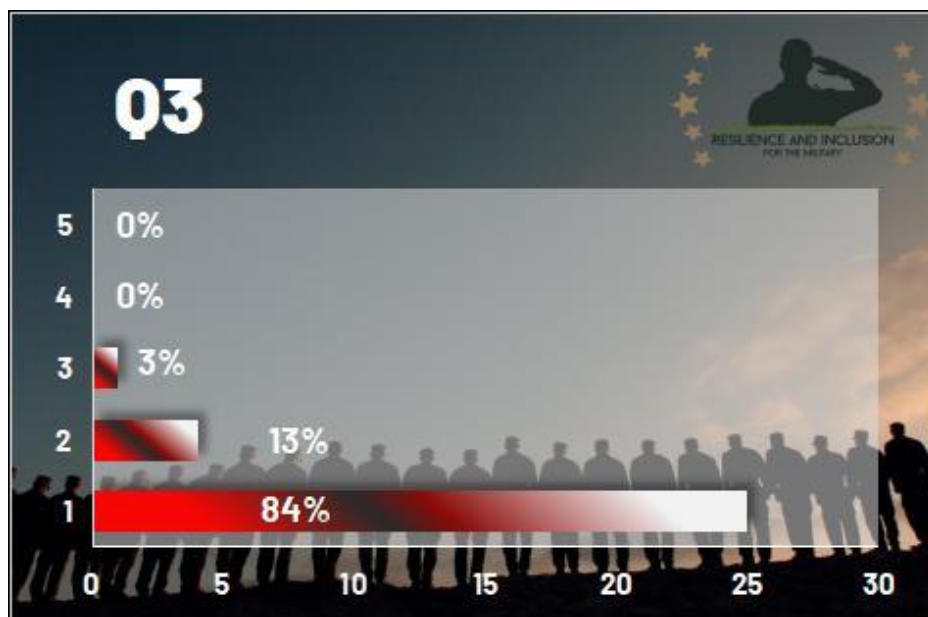


Figura 3. Accesibilitatea aplicației

Interpretare

Rezultatele colectate pentru această întrebare arată o experiență general pozitivă a utilizatorilor în accesarea și navigarea aplicației. Un procent impresionant de 84% dintre respondenți au indicat că le-a fost „Foarte ușor” să acceseze și să navigheze în cadrul aplicației. Aceasta sugerează că interfața utilizatorului este intuitivă și bine proiectată, facilitând o experiență fluidă și fără obstacole pentru majoritatea utilizatorilor.

Un procent adițional de 13% a găsit experiența „Ușoară”, ceea ce indică că, deși majoritatea utilizatorilor au avut o experiență pozitivă, există un grup minor care a întâmpinat unele dificultăți, dar nu într-o măsură care să împiedice utilizarea eficientă a aplicației.

De asemenea, un mic procent de 3% a evaluat experiența ca fiind doar „Acceptabilă”. Acest răspuns sugerează că, pentru un număr limitat de utilizatori, aplicația poate prezenta anumite provocări în navigare sau acces, posibil datorită preferințelor personale sau a limitărilor tehnice.

Lipsa răspunsurilor pentru variantele „Dificil” și „Foarte dificil” este un indicator clar că aplicația nu prezintă probleme majore de utilizare pentru majoritatea utilizatorilor. Acest lucru este esențial, mai ales în contextul utilizării aplicației de către personalul militar, care poate avea nevoie de acces rapid și eficient la resurse în situații de stres sau în timp limitat.

Aceste rezultate reflectă o realizare semnificativă în ceea ce privește designul interfeței utilizatorului și accesibilitatea aplicației. Cu toate acestea, există un spațiu mic pentru îmbunătățiri, în special pentru a face experiența și mai accesibilă pentru acel 16% care au găsit experiența doar „Ușoară” sau „Acceptabilă”. Optimizările ar putea include simplificarea anumitor aspecte ale interfeței pentru a spori și mai mult ușurința de utilizare.

Întrebarea 4

Cât de relevante și utile vi s-au părut contactele psihologilor disponibile în aplicație?

Variante de răspuns:

1. Extrem de relevante și utile
2. Foarte relevante și utile
3. Moderat relevante și utile
4. Puțin relevante și utile
5. Deloc relevante și utile

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri, după cum se vede în figura 4

77 % persoane au răspuns cu varianta 1

17% persoane au răspuns cu varianta 2

6% persoane au răspuns cu varianta 3

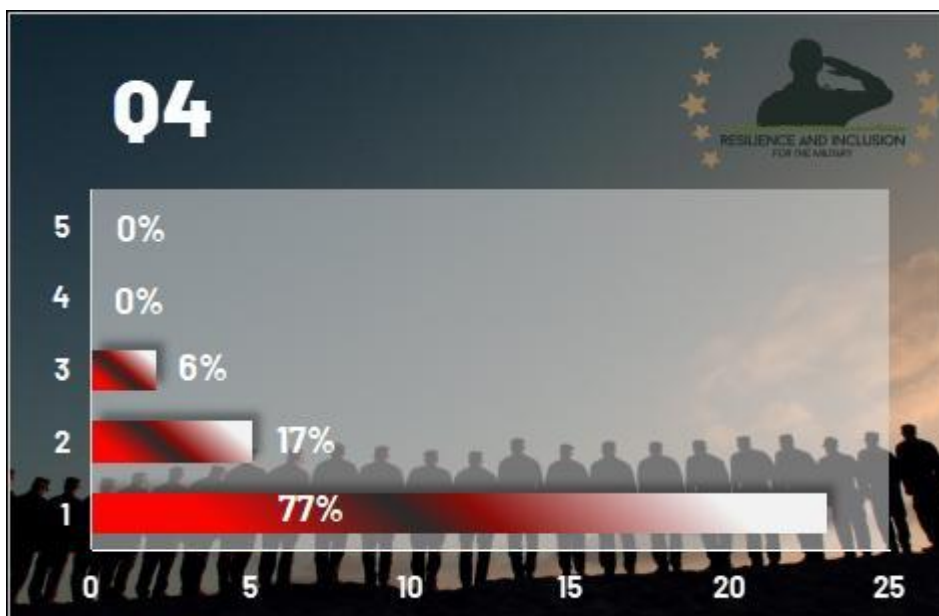


Figura 4. Relevanța contactelor psihologilor

Interpretare

77% dintre militari au considerat contactele psihologilor ca fiind "Extrem de relevante și utile. Acest procentaj semnificativ sugerează că majoritatea utilizatorilor au găsit foarte relevante contactele psihologilor, astfel aplicația fiind foarte aliniată cu nevoile lor specifice și extrem de benefică în oferirea de sprijin pentru gestionarea stresului post-traumatic. Aceasta indică o rată mare de succes a aplicației în a-și îndeplini scopul principal. 17% dintre militari au considerat contactele "Foarte relevante și utile, ceea ce înseamnă că o bună parte au găsit această secțiune foarte valoroasă.

Un procentaj mai mic de militari a găsit aplicația doar moderat utilă, ceea ce poate sugera că, deși aplicația oferă un anumit nivel de sprijin, există loc pentru îmbunătățiri în ceea ce privește așteptările și nevoile acestui segment de utilizatori.

Faptul că nici un militar nu a ales opțiunile "Puțin relevante și utile" și "Deloc relevante și utile" indica că aplicația este considerată utilă de către majoritatea utilizatorilor săi.

Pe baza acestor date, se poate deduce că aplicația este percepută ca fiind foarte eficientă în a asista militarii cu stres post-traumatic, având o rată de apreciere pozitivă de 94% (sumând procentele pentru "Extrem de relevante și utile" și "Foarte relevante și utile").

Acest lucru ar trebui să încurajeze continuarea și posibila extindere a funcționalităților aplicației, având în vedere și feedbackul pentru îmbunătățire venit de la cei 6% care au răspuns "Moderat relevante și utile".

Întrebarea 5

Cum ați descrie experiența dumneavoastră pe forumul aplicației? Ați găsit sprijin și informații valoroase?

Variante de răspuns:

1. Experiență excelentă, cu mult sprijin și informații valoroase
2. Experiență bună, cu suficient sprijin și informații utile
3. Experiență medie, cu un anumit nivel de sprijin și informații
4. Experiență slabă, cu puțin sprijin și informații limitate
5. Experiență negativă, fără sprijin și informații nevaloroase

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri, după cum se vede în figura 5

80% persoane au răspuns cu varianta 1

10% persoane au răspuns cu varianta 2

7% persoane au răspuns cu varianta 3

3% persoane au răspuns cu varianta 4

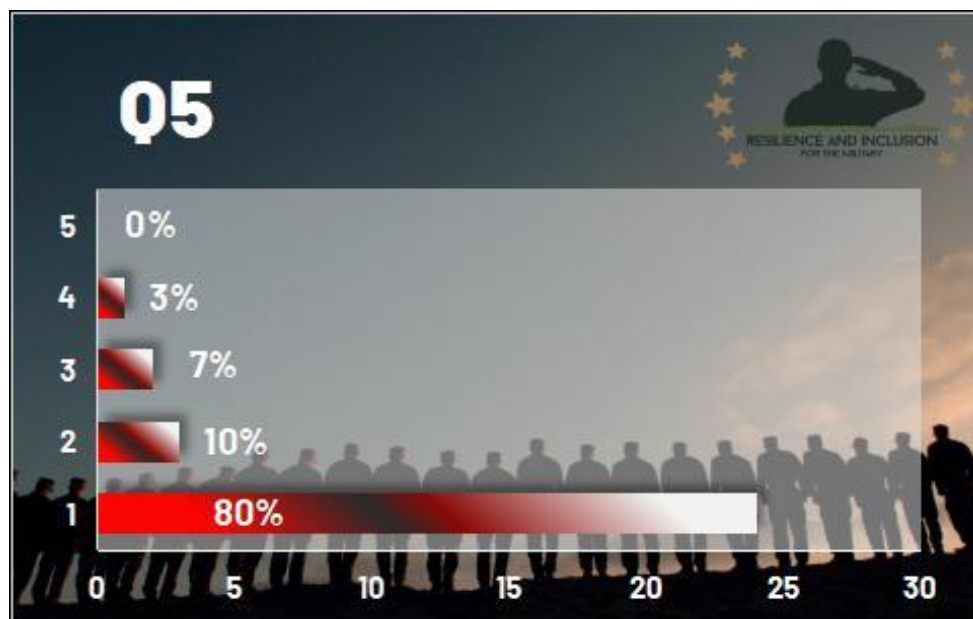


Figura 5. Importanța forumului

Interpretare

Această întrebare vizează să evalueze experiența militarilor pe forumul aplicației dedicată militarilor pentru gestionarea stresului post-traumatic. Se concentrează pe calitatea interacțiunii și utilitatea informațiilor obținute pe forum.

Astfel, 80% dintre militari au considerat experiența ca fiind "excelentă, cu mult sprijin și informații valoroase". Acest răspuns, ales de majoritatea utilizatorilor, sugerează

că forumul aplicației este o resursă extrem de valoroasă pentru ei, oferind nu doar informații utile, dar și un nivel înalt de suport interpersonal și comunitar.

10% dintre persoane au avut o "experiență bună, cu suficient sprijin și informații utile. Un procentaj mai mic de utilizatori au considerat că forumul oferă un nivel satisfăcător de sprijin și informații, ceea ce înseamnă că experiența lor a fost pozitivă, dar nu la fel de remarcabilă ca cea a majorității.

7% au raportat o "experiență medie, cu un anumit nivel de sprijin și informații. Acești utilizatori au găsit forumul moderat util, ceea ce sugerează că, deși au avut parte de un anumit grad de sprijin, există loc pentru îmbunătățire.

3% au simțit că au avut o "experiență slabă, cu puțin sprijin și informații limitate" indicând că acesta nu a fost la înălțimea așteptărilor lor sau că nu au găsit ceea ce căutau.

Rezultatele indică faptul că forumul este perceput ca o resursă pozitivă de către o mare majoritate a utilizatorilor (90% dintre respondenți alegând variantele 1 și 2), cu un procent mic de utilizatori care cred că experiența ar putea fi îmbunătățită. Aceste date sunt valoroase și subliniază succesul forumului în a oferi suport și informații valoroase.

Întrebarea 6

Ce părere aveți despre organizarea procesului de pilotare a aplicației?

Variante de răspuns:

1. Excelent organizat
2. Bine organizat
3. Satisfăcător organizat
4. Slab organizat
5. Organizare necorespunzătoare

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri, după cum se vede în figura 6

87% persoane au răspuns cu varianta 1

10% persoane au răspuns cu varianta 2

3% persoane au răspuns cu varianta 3

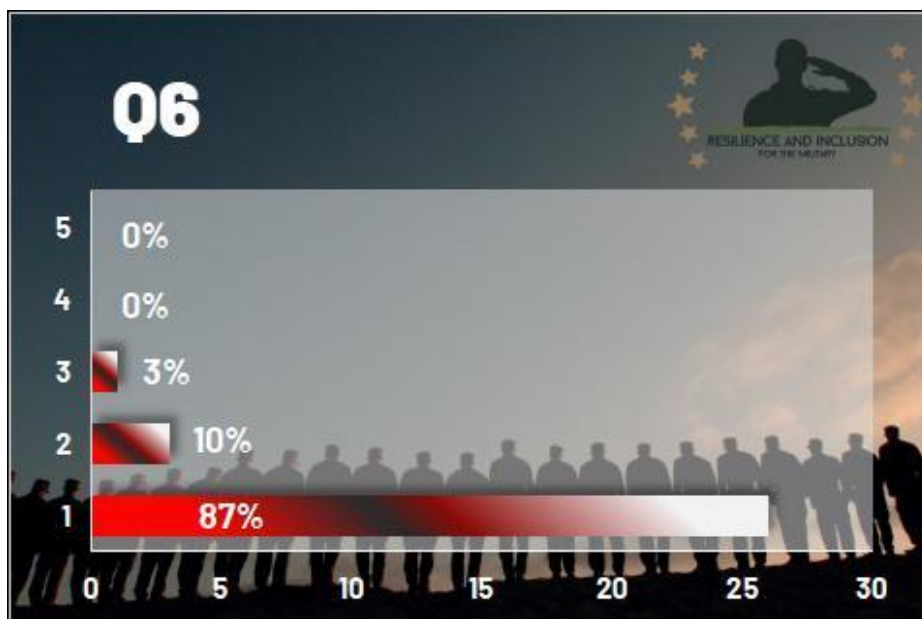


Figura 6. Organizarea procesului de pilotare

Interpretare

Un procentaj foarte mare de utilizatori (87% dintre militari au răspuns "Excelent organizat") au considerat că procesul de pilotare a aplicației a fost de cel mai înalt standard. Aceasta indică faptul că participanții au fost extrem de mulțumiți de modul în care pilotarea aplicației a fost planificată și executată. Un număr mai mic de militari (10%) au evaluat procesul ca fiind bine pus la punct, dar nu neapărat la nivelul de excelență. Totuși, această percepție pozitivă contribuie la imaginea general bună a procesului de pilotare. Un procentaj mic de utilizatori, respective 3% au considerat că procesul de pilotare a fost satisfăcător, indicând că, deși procesul a îndeplinit standardele minime, există loc pentru îmbunătățiri din perspectiva acestor utilizatori.

Nu există mențiuni despre răspunsurile pentru opțiunile "Slab organizat" și "Organizare necorespunzătoare", ceea ce poate sugera că nimeni nu a considerat procesul de pilotare ca fiind deficitar sau inadecvat.

Datele sugerează că procesul de pilotare a fost excelent organizat. Acesta este un indicator puternic că echipa a organizat foarte bine procesul de pilotare, oferind o bază solidă pentru utilizarea ulterioară a aplicației.

Întrebarea 77

Ce funcționalități sau resurse suplimentare considerați că ar fi valoroase pentru a fi adăugate în aplicația de management al stresului post traumatic?

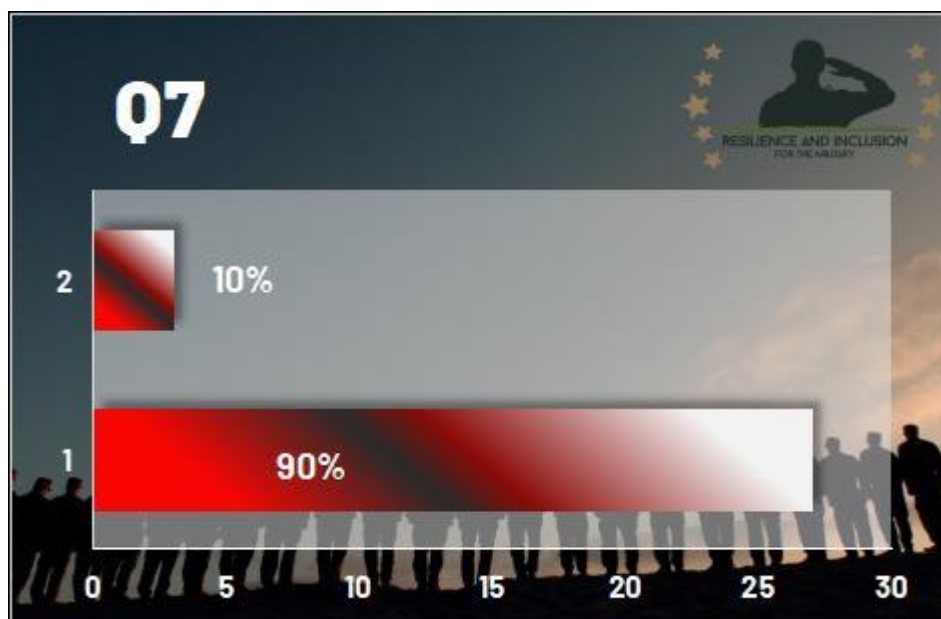


Figura 7. Sugestii pentru a adăuga ceva la aplicație

Interpretare

Aceasta este o întrebare deschisă, care a urmărit contribuția din partea militarilor și pentru alte informații decât cele la care ne-am gândit.

Așa cum reiese din figura 7, la această întrebare au răspuns 90% din repondenți.

În urma analizei răspunsurilor la chestionare, am putut concluziona că:

- Unii dintre militari au sugerat adăugarea de informații despre tehnicile de respirație și relaxare.
- Majoritatea militarilor au spus că aplicația este foarte completă și că nu ar adăuga nimic în plus.

Întrebarea 88

Ce considerați că ar trebui scos din aplicație?

93% dintre militari au răspuns că nu ar trebui scos nimic

7% dintre militari nu au răspuns

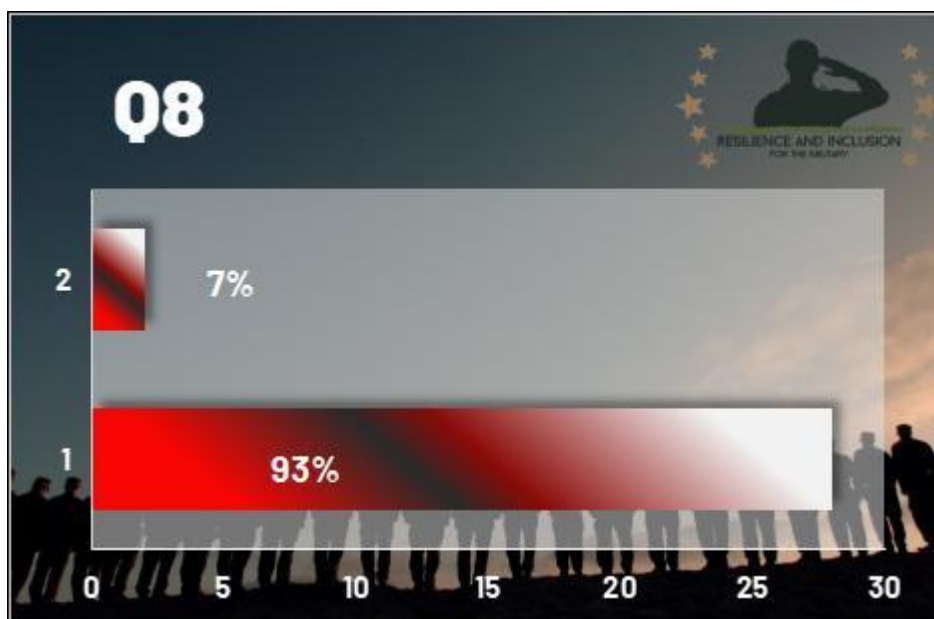


Figura 8. Dacă ar trebui scos ceva din elementele aplicației

Interpretare

Dacă la întrebarea privind eliminarea unor aspecte din aplicație, 93% dintre respondenți au indicat că nu ar trebui eliminat nimic, iar 7% nu au răspuns, acest lucru sugerează o satisfacție generală înaltă cu caracteristicile actuale ale aplicației. Când o proporție atât de mare de utilizatori simt că toate elementele existente sunt valoroase și nu ar dori să vadă nimic eliminat, aceasta indică faptul că aplicația își îndeplinește scopul eficient și că funcțiile sale sunt considerate relevante și utile de către majoritatea utilizatorilor.

Absența de răspuns de la 7% dintre participanți poate avea mai multe semnificații. Este posibil ca aceștia să nu fi avut o opinie fermă despre ce ar trebui eliminat sau poate nu au avut experiența necesară cu toate caracteristicile aplicației pentru a oferi un răspuns informat. De asemenea, este posibil ca aceștia să fi omis întrebarea din neglijență sau să fi ales să nu răspundă din alte motive personale.

Concluzii finale și Recomandări

Pe baza informațiilor furnizate și a datelor colectate, se pot trage câteva concluzii finale și pot fi făcute recomandări specifice pentru a sprijini dezvoltarea continuă și eficiența aplicației dedicate personalului militar în gestionarea stresului posttraumatic

Concluzii Finale

1. Eficiența Aplicației

Răspunsurile pozitive masive indică că aplicația este considerată foarte eficientă de către utilizatori, oferindu-le suport și informații esențiale pentru gestionarea stresului posttraumatic.

2. Utilitatea Testului de Autoevaluare

Testul de autoevaluare este evaluat ca fiind extrem de util, ajutând majoritatea utilizatorilor să identifice simptomele stresului posttraumatic, ceea ce demonstrează că acesta este un instrument valoros pentru autoconștientizare.

3. Experiența Utilizatorului

Interfața intuitivă și accesibilitatea ușoară a aplicației sunt puncte forte, asigurând că utilizatorii pot naviga eficient și pot accesa resursele necesare fără probleme majore.

4. Percepția Pozitivă a Forumului

Experiența utilizatorilor pe forum subliniază valoarea comunității și a schimbului de experiențe, oferind o platformă pentru suport reciproc și informații valoroase.

5. Absența Criticilor Severe

Lipsa de feedback negativ semnificativ sugerează că nu există probleme majore cu aplicația, ceea ce este un indicator al succesului inițiativei.

6. Relevanța și Utilitatea Contactelor Psihologilor

Majoritatea utilizatorilor (77%) au găsit contactele psihologilor extrem de relevante și utile. Aceasta indică o aliniere puternică între serviciile oferite de aplicație și nevoile utilizatorilor.

7. Experiența pe Forum

Experiența majoritară pe forum (80%) a fost evaluată ca excelentă, cu mult sprijin și informații valoroase. Acest lucru demonstrează că forumul este o componentă eficientă a aplicației, furnizând un mediu de suport comunitar important.

8. Organizarea Procesului de Pilotare

Evaluarea procesului de pilotare a fost predominant pozitivă, cu 87% dintre respondenți care l-au găsit excelent organizat. Aceasta arată că procesul de implementare a fost executat cu succes.

9. Feedback privind Eliminarea Funcțiilor

Cu 93% dintre respondenți indicând că nu ar trebui eliminat nimic din aplicație, se subliniază valoarea percepută a funcționalităților existente și satisfacția generală înaltă cu aplicația.

Recomandări

1. Menținerea și Îmbunătățirea Funcționalităților

Trebuie continuată susținerea caracteristicilor curente, dat fiind nivelul înalt de satisfacție

2. Analizarea Feedback-ului pentru Optimizări

Chiar dacă majoritatea feedback-ului este pozitiv, orice sugestie de îmbunătățire trebuie explorată pentru a rafina și mai mult aplicația.

3. Promovarea Forumului ca Resursă de Suport

Forumul ar trebui promovat ca o componentă cheie a aplicației, sporind conștientizarea și utilizarea acestuia ca un spațiu de suport valoros.

4. Monitorizarea Continuă și Actualizarea Conținutului

Este esențială o monitorizare constantă a aplicației pentru a asigura că informațiile rămân actuale și relevante pentru utilizatori.

În ansamblu, rezultatele pilotării aplicației sunt extrem de încurajatoare, indicând că instrumentul dezvoltat este pe drumul cel bun pentru a deveni un mijloc esențial în sprijinirea personalului militar care se confruntă cu stresul post traumatic. Prin continuarea angajamentului pentru îmbunătățirea bazată pe feedback-ul utilizatorilor, aplicația are potențialul de a aduce schimbări pozitive semnificative în sănătatea mintală și bunăstarea utilizatorilor săi.

Material realizat cu sprijinul financiar al Uniunii Europene. Conținutul acestui material este responsabilitatea exclusivă a autorilor, iar Agenția Națională și Comisia Europeană nu sunt responsabile pentru modul în care va fi utilizat conținutul acestor informații.



Cofinanțat de
Uniunea Europeană

PROJECT: "RESILIENCE AND INCLUSION FOR THE MILITARY"
2022-1-R001-KA220-VET-000085808