



RAPPORTO DI ANALISI PILOTAGGIO DELL'APP FREEDOM FOR ARMY

analysis



Co-funded by
the European Union

PROJECT: "RESILIENCE AND INCLUSION FOR THE MILITARY"

2022-1-R001-KA220-VET-000085808

RAPPORTO DI ANALISI

Pilotaggio di applicazioni
digitali

" FREEDOM FOR ARMY "

- ROMANIA, ITALIA, CIPRO -

Programma Erasmus+ – Partenariato strategico

Progetto *"Resilienza e inclusione per i militari"*

2022-1-R001-KA220-WET-000085808

Partner:

DIGITAL COMPASS – Bucarest, Romania

I.V. International – Foggia, Italia

Organizzazione per la Promozione delle Questioni Europee – Paphos, Cipro

BUMIR – Bucarest, Romania

Materiale prodotto con il sostegno finanziario dell'Unione Europea. Il contenuto di questo materiale è di esclusiva responsabilità degli autori e l'Agenzia Nazionale e la Commissione Europea non sono responsabili per il modo in cui il contenuto di queste informazioni verrà utilizzato.

I. Introduzione

La sperimentazione dell'applicazione destinata alla gestione del disturbo da stress post-traumatico (PTSD) per personale attivo, veterano e militare con disabilità in Romania, Italia e Cipro è stata effettuata per convalidarne l'efficacia, l'accessibilità e l'utilità nel sostenere la salute mentale. Questa app innovativa è stata sviluppata per soddisfare le esigenze uniche e critiche dei membri militari esposti a esperienze traumatiche, supportandoli nel processo di consapevolezza, valutazione e gestione dei sintomi del disturbo da stress post-traumatico. Nel contesto di un'impegnativa missione militare, l'app mira a fornire uno spazio sicuro per la consapevolezza di sé e per connettere gli utenti con risorse preziose, contribuendo così a migliorare la qualità della vita personale e professionale.

La sperimentazione ha permesso la raccolta di dati e feedback diretti da utenti militari attivi, veterani e personale militare con disabilità nei tre paesi, fornendo così una solida base per l'analisi sulle prestazioni dell'applicazione. Questo rapporto fornisce una panoramica dei risultati del pilotaggio e identifica i punti di forza e le aree di miglioramento, sulla base delle valutazioni e dei suggerimenti degli utenti. Data la natura delicata dell'argomento, l'implementazione efficace di un'app accessibile con funzionalità su misura è essenziale per sostenere la salute mentale e ridurre lo stigma associato al PTSD tra il personale militare.



II. Analisi per categorie principali e conclusioni comuni

1. Utilità dell'app nella comprensione del PTSD

Conclusioni

L'app ha ricevuto recensioni molto positive per la sua utilità nel facilitare la comprensione del disturbo da stress post-traumatico. In tutti e tre i paesi, gli intervistati hanno valutato l'app come estremamente utile per identificare e aumentare la consapevolezza dei sintomi del PTSD. In Romania, il 90% degli utenti ha trovato l'app "molto utile", e percentuali simili sono state registrate in Italia e Cipro (tra l'88% e il 90%). Questa tendenza indica che la maggior parte degli utenti ha percepito l'app non solo come uno strumento benefico, ma anche essenziale per comprendere e gestire i sintomi del PTSD. Questo feedback sottolinea il successo dell'app nell'affrontare un'importante sfida per il personale militare, fornendo loro supporto e risorse educative.

Osservazioni dettagliate

- Chiarezza delle informazioni – Gli utenti hanno notato che le informazioni sul PTSD sono presentate in modo chiaro e conciso, aiutandoli a comprendere meglio la natura e i sintomi della condizione.

Consigli

Per migliorare la comprensione dell'utente e fornire un'esperienza più personalizzata, consigliamo:

- Ampliare le risorse educative, includendo materiali che spieghino i sintomi e i meccanismi di sviluppo del disturbo da stress post-traumatico.

2. Efficacia del test di autovalutazione

Conclusioni

Il test di autovalutazione è stato valutato come un elemento di grande valore per gli utenti. In tutti e tre i paesi, la maggior parte degli intervistati (tra l'83% e l'84%) ha affermato che il test li ha aiutati "in larga misura" a identificare i loro sintomi. Ciò evidenzia l'utilità del test come strumento di autoconsapevolezza, rendendo più facile riconoscere i sintomi del PTSD senza stigmatizzazione. Molti intervistati hanno espresso interesse per un'opzione di rivalutazione periodica, che consentirebbe loro di monitorare l'evoluzione dei sintomi nel tempo.

Osservazioni dettagliate

- Monitoraggio dell'evoluzione - In Romania e in Italia, i militari hanno indicato che vorrebbero avere la possibilità di ripetere periodicamente il test per osservare i cambiamenti e gli sviluppi dei sintomi del PTSD.
- Interpretazione dei punteggi - Un feedback comune è stato quello di apprezzare l'interpretazione dettagliata dei punteggi ottenuti, in modo che gli utenti comprendessero meglio il significato dei risultati.

Consigli

- Implementazione di una funzionalità di rivalutazione - in modo che gli utenti possano ripetere il test a intervalli regolari, monitorando i progressi e gli effetti dei metodi di gestione applicati.

3. Navigabilità e interfaccia utente

Conclusioni

In tutti e tre i paesi, l'interfaccia dell'app è stata valutata positivamente, con una percentuale compresa tra l'84% e l'88% degli intervistati che ha trovato la navigazione "molto semplice". Gli utenti hanno apprezzato l'interfaccia intuitiva, che ha permesso

loro di accedere rapidamente alle funzionalità e alle risorse dell'app. Tuttavia, circa il 16% degli utenti ha dichiarato di aver riscontrato piccole difficoltà nell'accesso ad alcune funzionalità, il che suggerisce opportunità di miglioramento della navigabilità complessiva.

Osservazioni dettagliate

- Chiarezza del menu principale – A Cipro e in Italia, alcuni intervistati hanno segnalato difficoltà a trovare sezioni specifiche del menu principale.

Consigli

- Implementazione di una sezione con dettagli sulla struttura della gestione del Disturbo Post-Traumatico da Stress

4. Rilevanza e utilità dei contatti degli psicologi

Conclusioni

La sezione Contatti degli psicologi è stata valutata come molto rilevante in tutti i paesi pilota. Tra il 77% e l'84% degli intervistati ha trovato i contatti "estremamente utili", evidenziando l'importanza dell'accessibilità alle risorse specializzate per gli utenti che potrebbero aver bisogno di ulteriore supporto. Questa sezione fornisce agli utenti una soluzione accessibile, rimuovendo così le barriere all'accesso ai servizi psicologici e riducendo lo stigma associato alla ricerca di aiuto.

Osservazioni dettagliate

- Accessibilità delle risorse - In Romania e a Cipro, le forze armate hanno sottolineato l'importanza dei contatti come soluzione accessibile e affidabile.
- In Italia, gli intervistati hanno proposto di includere i nomi e i contatti degli psicologi per accedere ai servizi psicologici.

Consigli

- Mantenere e ampliare l'elenco dei contatti degli psicologi, includendo informazioni chiare su come accedere ai servizi offerti.

5. Esperienza nel forum

Conclusioni

Il forum dell'app è stato considerato uno spazio prezioso per la condivisione di esperienze e il supporto della comunità, con una percentuale compresa tra l'80% e l'84% degli intervistati che ha valutato l'esperienza come "eccellente". Dimostra il ruolo del forum nel promuovere la connessione sociale e nel supportare gli utenti nella gestione del PTSD. Una percentuale minore di utenti (circa il 7-10%) ha suggerito la necessità di migliorare la qualità delle informazioni e del supporto disponibili sul forum.

Osservazioni dettagliate

- Opportunità di interazione - A Cipro, gli utenti hanno suggerito di tenere sessioni tematiche per incoraggiare la discussione su argomenti specifici.

Consigli

- Organizzazione di sessioni tematiche, in cui i militari possono discutere argomenti rilevanti relativi alla gestione del PTSD.

6. Qualità e organizzazione del processo di pilotaggio

Conclusioni

Il processo di pilotaggio è stato costantemente apprezzato positivamente, con l'87-88% degli intervistati che lo considera "ottimamente organizzato". Il progetto pilota è stato in grado di fornire un quadro efficace per testare l'app, consentendo agli utenti

di esplorare le funzionalità e fornire un feedback dettagliato. L'organizzazione efficace ha contribuito a un'esperienza complessivamente positiva, che è fondamentale per il successo dell'implementazione futura.

Osservazioni dettagliate

- Pianificazione dettagliata - I feedback provenienti dalla Romania e dall'Italia suggeriscono che gli utenti sono rimasti colpiti dalla pianificazione pilota ben strutturata.
- Mancanza di sessioni di formazione - A Cipro, alcuni utenti hanno affermato che ulteriori sessioni di formazione potrebbero facilitare l'abituarsi rapidamente all'app.

Consigli

- Proseguire l'approccio ben strutturato nei futuri processi di attuazione

III. Raccomandazioni finali

Implementazione di un'opzione di rivalutazione periodica dei sintomi - Gli utenti hanno espresso il desiderio di poter monitorare l'evoluzione dei sintomi nel tempo. Tale opzione potrebbe fornire uno strumento prezioso per monitorare i progressi.

Promuovere il forum come risorsa di supporto - La creazione di una comunità di supporto online attiva e l'organizzazione di sessioni tematiche regolari incoraggerebbero gli utenti a collaborare e condividere le loro esperienze, aumentando così il senso di sostegno della comunità.

Monitoraggio e aggiornamento dei contenuti - È essenziale monitorare costantemente l'applicazione per garantire che le informazioni rimangano aggiornate e pertinenti per gli utenti e che le funzionalità soddisfino le loro mutevoli esigenze.

IV. Conclusione generale

La sperimentazione dell'applicazione per la gestione del disturbo post-traumatico da stress (PTSD) in Romania, Italia e Cipro ha fornito un quadro chiaro della sua efficacia e del suo impatto positivo sulla salute mentale del personale militare attivo, dei veterani e del personale militare con disabilità. I risultati dimostrano che l'app è considerata uno strumento prezioso, riuscendo a soddisfare le esigenze uniche e complesse del personale militare affetto da stress post-traumatico. In tutti e tre i paesi, l'app è stata valutata non solo come utile, ma anche accessibile, intuitiva e in grado di fornire un supporto reale agli utenti, senza erigere barriere o accentuare lo stigma associato al disturbo da stress post-traumatico.

Uno degli aspetti chiave osservati è la comprovata utilità dell'app nel facilitare il riconoscimento e la consapevolezza dei sintomi del PTSD, un passo fondamentale per i militari alla ricerca del supporto di cui hanno bisogno. Il test di autovalutazione è stato evidenziato come uno strumento potente e l'accessibilità a risorse specializzate, come i contatti degli psicologi e le funzionalità di supporto della comunità attraverso il forum, ha contribuito in modo significativo a migliorare la qualità dell'esperienza dell'utente. L'app ha dimostrato di essere un supporto efficace e coerente, fornendo soluzioni pratiche e rapide che possono essere facilmente integrate nella vita quotidiana del personale militare.

L'app riesce anche a creare una piattaforma di supporto sociale che non è solo informativa ma anche inclusiva. Il forum della community è stato accolto molto positivamente e la maggior parte degli utenti ha menzionato l'importanza di uno spazio in cui poter condividere esperienze e consigli, contribuendo così a creare un ambiente di supporto reciproco. Questo tipo di interazione non solo aiuta gli utenti a gestire meglio il proprio disturbo da stress post-traumatico, ma rafforza anche le connessioni sociali e il senso di appartenenza, fattori cruciali nella lotta contro l'isolamento emotivo e lo stigma tra il personale militare.

Lo sviluppo tecnologico è stato un altro fattore di successo in questo progetto pilota. L'interfaccia semplice, il design intuitivo e l'accesso rapido alle funzionalità hanno permesso agli utenti di navigare senza difficoltà. Questi elementi sono stati particolarmente apprezzati in tutti e tre i paesi, dimostrando che un'app ben progettata

può essere accessibile a un'ampia gamma di utenti, indipendentemente dalla loro precedente esperienza con la tecnologia. Inoltre, la richiesta di opzioni di rivalutazione e audioguide evidenzia il desiderio degli utenti di integrare l'app nella loro routine quotidiana, in modo coerente e progressivo.

I risultati del progetto pilota evidenziano il potenziale a lungo termine dell'app per aiutare a migliorare la salute mentale tra il personale militare attivo, i veterani e il personale militare con disabilità, non solo fornendo informazioni e strumenti di autovalutazione, ma anche supportando un processo di autoconsapevolezza, riducendo lo stigma e aumentando la fiducia nel cercare aiuto. La sperimentazione ha dimostrato che l'app ha il potenziale per diventare una risorsa indispensabile per il personale militare, essendo un pilastro importante nella creazione di un ambiente militare più sano e più aperto alle esigenze individuali dei soldati attivi e dei veterani.

Per garantire il massimo impatto, l'applicazione delle raccomandazioni e l'espansione delle funzionalità dell'app sono passaggi importanti. L'implementazione di aggiornamenti regolari e la garanzia che il feedback degli utenti sia continuamente integrato consentirà all'app di rimanere pertinente ed efficace. La sperimentazione dell'app ha dimostrato che, attraverso l'adattamento e il miglioramento costanti, questa risorsa digitale può diventare uno strumento essenziale per supportare la salute mentale del personale militare di tutto il mondo, facilitando un futuro in cui lo stress post-traumatico viene affrontato con empatia, supporto e tecnologia innovativa.

Pertanto, l'applicazione sperimentata in Romania, Italia e Cipro ha aperto la strada a una soluzione scalabile e affidabile, pronta a soddisfare le diverse esigenze dei militari e a promuovere una cultura della salute mentale positiva, supportata dalla tecnologia e dalla comunità.

Materiale realizato con il sostegno finanziario dell'Unione Europea. Il contenuto di questo materiale è di esclusiva responsabilità degli autori, e l'Agenzia Nazionale e la Commissione Europea non sono responsabili di come il contenuto di queste informazioni verrà utilizzato.



Cofinanțat de
Uniunea Europeană

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