



RAPORT ANALIZĂ

PILOTARE APLICAȚIE

"FREEDOM FOR ARMY"

analysis



Co-funded by
the European Union

PROJECT: "RESILIENCE AND INCLUSION FOR THE MILITARY"

2022-1-R001-KA220-VET-000085808

RAPORT ANALIZĂ

Pilotare Aplicație Digitală

" FREEDOM FOR ARMY "

- ROMÂNIA, ITALIA, CIPRU -

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.

I. Introducere

Pilotarea aplicației destinate gestionării sindromului de stres post-traumatic (SSPT) pentru personalul militar activ, veteran și militar cu dizabilități din România, Italia și Cipru a fost realizată pentru a valida eficacitatea, accesibilitatea și utilitatea acesteia în sprijinirea sănătății mintale. Această aplicație inovatoare a fost dezvoltată pentru a răspunde nevoilor unice și critice ale militarilor expuși la experiențe traumatice, sprijinindu-i în procesul de conștientizare, evaluare și gestionare a simptomelor PTSD. În contextul unei misiuni militare solicitante, aplicația își propune să ofere un spațiu sigur pentru autoconștientizare și pentru conectarea utilizatorilor cu resurse valoroase, contribuind astfel la îmbunătățirea calității vieții personale și profesionale.

Pilotarea a permis colectarea de date și feedback direct din partea utilizatorilor militari activi, veterani și militari cu dizabilități din cele trei țări, oferind astfel o bază solidă de analiză asupra performanței aplicației. Acest raport oferă o privire de ansamblu asupra rezultatelor pilotării și identifică punctele forte și direcțiile de îmbunătățire, bazându-se pe evaluările și sugestiile utilizatorilor. Având în vedere natura sensibilă a subiectului, implementarea eficientă a unei aplicații accesibile și cu funcționalități adaptate este esențială pentru a sprijini sănătatea mintală și pentru a reduce stigmatizarea asociată cu SSPT în rândul personalului militar.



II. Analiză pe categorii principale și concluzii comune

1. Utilitatea aplicației în înțelegerea SSPT

Concluzii

Aplicația a primit evaluări foarte pozitive privind utilitatea sa în facilitarea înțelegerii sindromului de stres post-traumatic. În toate cele trei țări, respondenții au evaluat aplicația ca fiind extrem de utilă pentru identificarea și conștientizarea simptomelor SSPT. În România, 90% dintre utilizatori au considerat aplicația „foarte utilă”, iar procente similare s-au înregistrat și în Italia și Cipru (între 88% și 90%). Această tendință indică faptul că majoritatea utilizatorilor au perceput aplicația ca un instrument nu doar benefic, ci și esențial pentru a înțelege și gestiona simptomele SSPT. Acest feedback subliniază succesul aplicației în a aborda o provocare importantă pentru militari, oferindu-le resurse de sprijin și educare.

Observații detaliate

- Claritatea informațiilor - Utilizatorii au menționat că informațiile despre SSPT sunt prezentate clar și concis, ajutându-i să înțeleagă mai bine natura și simptomele afecțiunii.

Recomandări

Pentru a îmbunătăți înțelegerea utilizatorilor și a oferi o experiență mai personalizată, este recomandat:

- Extinderea resurselor educative - prin includerea unor materiale care explică simptomatologia și mecanismele de dezvoltare a PTSD.

2. Eficiența testului de autoevaluare

Concluzii

Testul de autoevaluare a fost evaluat ca fiind un element de mare valoare pentru utilizatori. În toate cele trei țări, majoritatea respondenților (între 83% și 84%) au declarat că testul i-a ajutat „în mare măsură” să își identifice simptomele. Acest lucru evidențiază utilitatea testului ca instrument de autoconștientizare, facilitând recunoașterea simptomelor SSPT fără stigmatizare. Mulți respondenți și-au exprimat interesul pentru o opțiune de reevaluare periodică, care le-ar permite să monitorizeze evoluția simptomelor pe parcursul timpului.

Observații detaliate

- Monitorizarea evoluției - În România și Italia, militarii au indicat că ar dori să aibă posibilitatea de a-și repeta periodic testul pentru a observa schimbări și evoluții ale simptomelor SSPT.
- Interpretarea scorurilor - Un feedback comun a fost aprecierea interpretării detaliate a scorurilor obținute, astfel încât utilizatorii înțeleg mai bine semnificația rezultatelor.

Recomandări

- Implementarea unei funcționalități de reevaluare - pentru ca utilizatorii să poată relua testul la intervale regulate, monitorizând progresul și efectele metodelor de gestionare aplicate.

3. Navigabilitatea și interfața utilizatorului

Concluzii

În toate cele trei țări, interfața aplicației a fost evaluată pozitiv, cu între 84% și 88% dintre respondenți considerând că navigarea este „foarte ușoară”. Utilizatorii au apreciat interfața intuitivă, care le-a permis să acceseze rapid funcționalitățile și

resursele aplicației. Totuși, aproximativ 16% dintre utilizatori au menționat că au întâmpinat dificultăți minore în accesarea unora dintre funcționalități, ceea ce sugerează oportunități de îmbunătățire în navigabilitatea generală.

Observații detaliate

- Claritatea meniului principal - În Cipru și Italia, câțiva respondenți au raportat dificultăți în a găsi secțiuni specifice din meniul principal.

Recomandări

- Implementarea unei secțiuni cu detalii despre structura gestionării Sindromului de Stres Posttraumatic

4. Relevanța și utilitatea contactelor psihologilor

Concluzii

Secțiunea de contacte ale psihologilor a fost evaluată ca fiind foarte relevantă în toate țările pilot. Între 77% și 84% dintre respondenți au considerat contactele „extrem de utile”, subliniind importanța accesibilității la resurse specializate pentru utilizatorii care pot necesita sprijin suplimentar. Această secțiune oferă utilizatorilor o soluție accesibilă, eliminând astfel barierele de acces la servicii psihologice și reducând stigmatizarea asociată cu solicitarea ajutorului.

Observații detaliate

- Accesibilitatea resurselor - În România și Cipru, militarii au subliniat importanța contactelor ca soluție accesibilă și de încredere.
- În Italia, respondenții au propus includerea numelor și a contactelor psihologilor pentru accesarea serviciilor psihologice.

Recomandări

- Menținerea și extinderea listei de contact a psihologilor, cu includerea unor informații clare despre modul de accesare a serviciilor oferite.

5. Experiența pe Forum

Concluzii

Forumul aplicației a fost considerat un spațiu valoros pentru schimbul de experiențe și sprijin comunitar, cu între 80% și 84% dintre respondenți evaluând experiența ca fiind „excelentă”. Aceasta demonstrează rolul forumului în promovarea conectării sociale și susținerea utilizatorilor în gestionarea SSPT. Un procent mai mic de utilizatori (aproximativ 7-10%) a sugerat necesitatea îmbunătățirii calității informațiilor și a sprijinului disponibil pe forum.

Observații detaliate

- Posibilități de interacțiune - În Cipru, utilizatorii au sugerat organizarea unor sesiuni tematice pentru a încuraja discuții pe teme specifice.

Recomandări

- Organizarea de sesiuni tematice, unde militarii pot discuta subiecte relevante legate de gestionarea SSPT.

6. Calitatea și organizarea procesului de pilotare

Concluzii

Procesul de pilotare a fost apreciat în mod constant pozitiv, 87-88% dintre respondenți considerându-l „excelent organizat”. Pilotarea a reușit să ofere un cadru eficient de testare a aplicației, permițând utilizatorilor să exploreze funcționalitățile și

să furnizeze feedback detaliat. Organizarea eficientă a contribuit la o experiență general pozitivă, ceea ce este esențial pentru succesul implementării viitoare.

Observații detaliate

- Planificarea detaliată - Feedback-ul din România și Italia sugerează că utilizatorii au fost impresionați de planificarea bine structurată a pilotării.
- Lipsa sesiunilor de formare - În Cipru, câțiva utilizatori au menționat că sesiunile de formare suplimentare ar putea facilita acomodarea rapidă cu aplicația.

Recomandări

- Continuarea abordării bine structurate în procesele viitoare de implementare

III. Recomandări Finale

Implementarea unei opțiuni de reevaluare periodică a simptomelor - Utilizatorii și-au exprimat dorința de a putea urmări evoluția simptomelor în timp. O astfel de opțiune ar putea oferi un instrument valoros pentru monitorizarea progresului.

Promovarea forumului ca resursă de sprijin - Crearea unei comunități de sprijin online active și organizarea de sesiuni tematice periodice ar încuraja utilizatorii să colaboreze și să își împărtășească experiențele, sporind astfel sentimentul de sprijin comunitar.

Monitorizarea și actualizarea conținutului - Este esențială monitorizarea constantă a aplicației pentru a se asigura că informațiile rămân actuale și relevante pentru utilizatori, iar funcționalitățile să răspundă nevoilor în schimbare ale acestora.

IV. Concluzie Generală

Pilotarea aplicației pentru gestionarea sindromului de stres post-traumatic (SSPT) în România, Italia și Cipru a oferit o imagine clară a eficacității și impactului său pozitiv asupra sănătății mintale a personalului militar activ, veterani și militar cu dizabilități. Rezultatele arată că aplicația este considerată un instrument de valoare, reușind să răspundă nevoilor unice și complexe ale militarilor afectați de stresul post-traumatic. În toate cele trei țări, aplicația a fost evaluată ca fiind nu doar utilă, ci și accesibilă, intuitivă și capabilă să ofere un sprijin autentic pentru utilizatori, fără a ridica bariere sau a accentua stigmatizarea asociată cu SSPT.

Unul dintre aspectele-cheie observate este utilitatea dovedită a aplicației în facilitarea recunoașterii și conștientizării simptomelor SSPT, un pas fundamental pentru militari în căutarea suportului de care au nevoie. Testul de autoevaluare a fost evidențiat ca un instrument puternic, iar accesibilitatea la resurse specializate, precum contactele psihologilor și funcționalitățile de suport comunitar prin forum, au contribuit semnificativ la îmbunătățirea calității experienței utilizatorilor. Aplicația s-a dovedit a fi un sprijin eficient și consistent, oferind soluții practice și rapide care pot fi integrate cu ușurință în viața zilnică a militarilor.

Aplicația reușește, de asemenea, să creeze o platformă de suport social care nu este doar informativă, ci și incluzivă. Forumul comunitar a fost primit foarte pozitiv, iar majoritatea utilizatorilor au menționat importanța unui spațiu în care pot împărtăși experiențe și sfaturi, contribuind astfel la crearea unui mediu de sprijin reciproc. Acest tip de interacțiune nu doar că ajută utilizatorii să își gestioneze mai bine SSPT, dar și întărește conexiunile sociale și sentimentul de apartenență, factori cruciali în combaterea izolării emoționale și a stigmatizării în rândul personalului militar.

Dezvoltarea tehnologică a fost un alt factor de succes în această pilotare. Interfața simplă, designul intuitiv și accesul rapid la funcționalități au permis utilizatorilor să navigheze fără dificultăți. Aceste elemente au fost deosebit de apreciate în toate cele trei țări, demonstrând că o aplicație bine concepută poate fi accesibilă pentru o gamă largă de utilizatori, indiferent de experiența lor anterioară cu tehnologia. Mai mult, cererea pentru opțiuni de reevaluare și ghiduri audio evidențiază

dorința utilizatorilor de a integra aplicația în rutina lor zilnică, în mod constant și progresiv.

Rezultatele pilotării subliniază potențialul pe termen lung al aplicației de a contribui la îmbunătățirea sănătății mintale în rândul personalului militar activ, veterani și militari cu dizabilități, nu doar prin furnizarea de informații și instrumente de autoevaluare, ci și prin sprijinirea unui proces de autoconștientizare, reducere a stigmatizării și creșterea încrederii de a solicita ajutor. Pilotarea a demonstrat că aplicația are potențialul de a deveni o resursă indispensabilă pentru personalul militar, fiind un pilon important în crearea unui mediu militar mai sănătos și mai deschis la nevoile individuale ale soldaților activi și veteranilor.

Pentru a asigura un impact maxim, aplicarea recomandărilor și extinderea funcționalităților aplicației sunt pași importanți. Implementarea unor actualizări periodice și asigurarea că feedback-ul utilizatorilor este integrat în mod continuu va permite aplicației să rămână relevantă și eficientă. Pilotarea aplicației a dovedit că prin adaptare și îmbunătățire constantă, această resursă digitală poate deveni un instrument esențial în sprijinul sănătății mintale a militarilor din întreaga lume, facilitând un viitor în care stresul post-traumatic este abordat cu empatie, suport și tehnologie inovatoare.

Astfel, aplicația pilotată în România, Italia și Cipru a deschis calea către o soluție scalabilă și de încredere, gata să facă față nevoilor diverse ale militarilor și să promoveze o cultură a sănătății mintale pozitive, susținută de tehnologie și comunitate.

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.



**RESILIENCE AND INCLUSION
FOR THE MILITARY**



Cofinanțat de
Uniunea Europeană

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