



Analiza percepției militarilor asupra PTSD

- Italy -

A close-up photograph of two hands, palms up, holding several white, three-dimensional block letters that spell out the acronym 'PTSD'. The hands are positioned in the lower half of the frame, with the fingers slightly curled around the letters. The background is a soft-focus image of a person in a military uniform, with a beret visible at the top.



Co-funded by
the European Union

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

Analiza percepției militarilor asupra PTSD

- Italia -

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

Stresul post-traumatic (PTSD) este o problemă serioasă de sănătate mintală care poate afecta persoanele care au experimentat un eveniment traumatizant. Militarii sunt expuși la riscul de a dezvolta PTSD, deoarece sunt expuși la evenimente traumatizante în timpul serviciului lor. În acest context am construit acest chestionar, pentru a evalua percepția militarilor cu privire la PTSD și pentru a identifica nevoile și preocupările lor în acest sens. Analiza chestionarului poate oferi informații valoroase despre cum militarii percep și abordează problema PTSD și poate ajuta la îmbunătățirea intervențiilor și tratamentelor pentru aceștia.



Rezultate Analizei percepției militarilor asupra PTSD - Italia

Întrebarea 1. Cunoașteți informații despre stresul post traumatic la militari?

Variante de răspuns: DA/ NU

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri

52% dintre participanți au ales varianta de răspuns DA; 48% dintre participanți au ales varianta de răspuns NU.

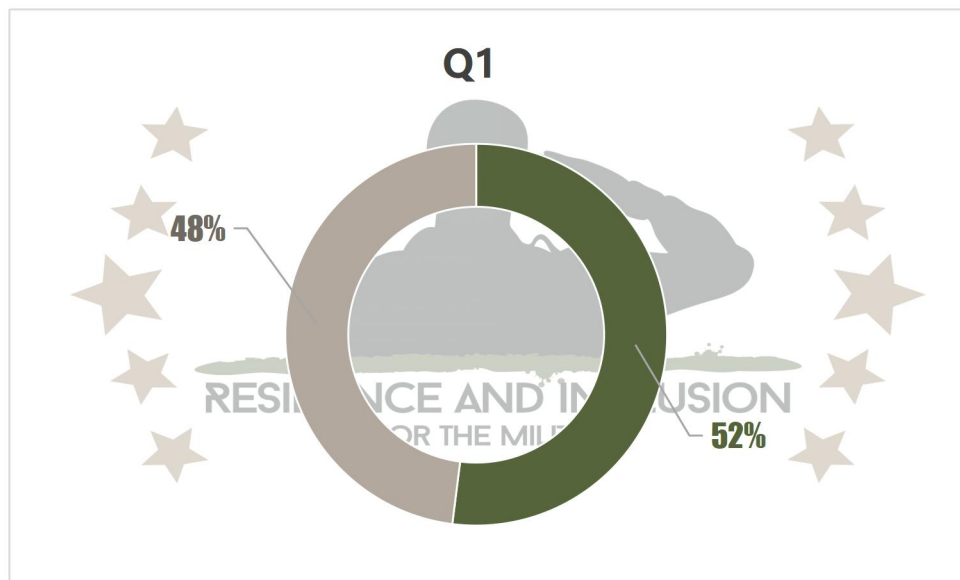


Figura 1. Cunoștințe despre stresul post traumatic

Interpretare

În studiul realizat în Italia, participanților li s-a pus întrebarea dacă cunosc informații despre stresul post-traumatic la militari. Au avut la dispoziție două variante de răspuns: DA și NU.

Rezultatele sondajului sunt următoarele:

52% dintre participanți au ales varianta de răspuns DA, ceea ce indică faptul că peste jumătate dintre participanți au cunoștințe despre stresul post-traumatic la militari.

48% dintre participanți au ales varianta de răspuns NU, sugerând că aproape jumătate dintre participanți nu au informații sau cunoștințe specifice despre stresul post-traumatic în contextul militar.

Aceste rezultate arată că există un grad variat de cunoaștere a stresului post-traumatic la militari în rândul participanților italieni. Deși peste jumătate dintre participanți au cunoștințe în acest domeniu, o proporție semnificativă (48%) nu cunoaște informații despre stresul post-traumatic la militari. Acest lucru subliniază necesitatea de a continua eforturile de informare și educare pentru a crește nivelul de conștientizare și înțelegere a acestei probleme în rândul militarilor italieni.

Întrebarea 2. Dacă ați răspuns cu DA, specificați ce știți despre stresul post traumatic la militari.

A avut ca variante de răspuns: răspunsuri deschise.

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri: 44% dintre participanți au dat explicații și 56% dintre participanți nu au răspuns la această întrebare.

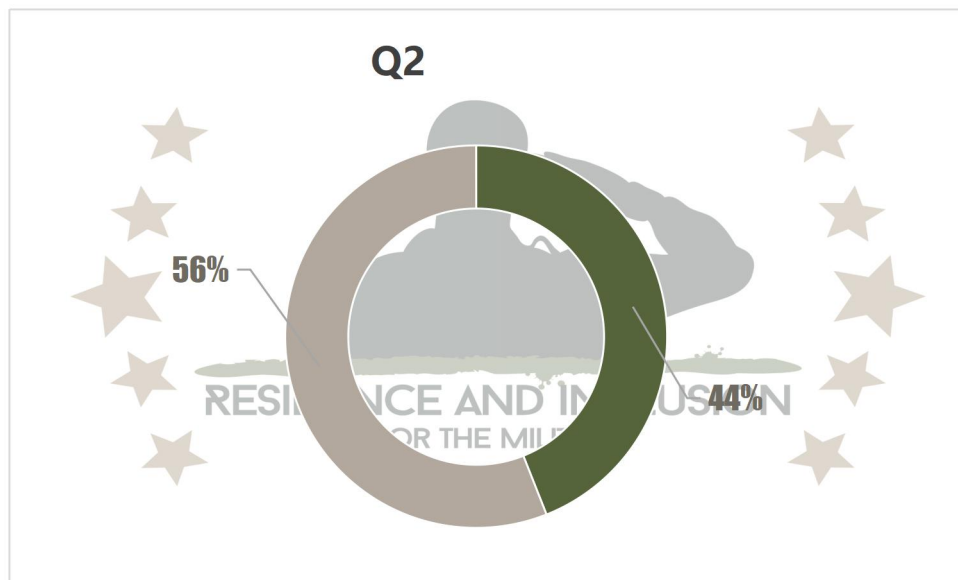


Figura 2. Ce cunosc participanții despre stresul post traumatic

Interpretare

La întrebarea "Dacă ați răspuns cu DA, specificați ce știți despre stresul post-traumatic la militari", participanților li s-a oferit posibilitatea de a răspunde liber, oferind informații și cunoștințe pe care le au despre stresul post-traumatic în contextul militar.

Rezultatele arată următoarea distribuție a răspunsurilor:

44% dintre militarii activi, veteranii și militarii cu dizabilități au oferit explicații și informații despre stresul post-traumatic la militari. Acest lucru indică faptul că o parte

dintre cei care au răspuns inițial cu "DA" au cunoștințe specifice pe această temă și au fost dispuși să împărtășească informațiile.

56% dintre participanți nu au răspuns la această întrebare, ceea ce ar putea sugera că, deși au cunoștințe generale despre stresul post-traumatic la militari, nu au avut suficiente informații pentru a oferi detalii sau explicații suplimentare.

Aceste rezultate arată că, în timp ce există un nivel de cunoaștere a stresului post-traumatic în rândul militarilor italieni, adâncimea și detaliile acestor cunoștințe sunt variate. S-ar putea să fie necesară o abordare mai concentrată și cuprinzătoare pentru a îmbunătăți înțelegerea stresului post-traumatic și a modalităților de gestionare a acestuia în rândul militarilor.

Iată câteva răspunsuri:

- *Stresul post-traumatic la militari apare adesea ca urmare a expunerii la evenimente traumatice în timpul serviciului militar, precum luptele armate, pierderea camarazilor sau accidente grave. Acesta poate provoca simptome precum flash-uri, coșmaruri, evitarea situațiilor care aduc aminte de trauma și hipervigilență.*
- *Stresul post-traumatic în rândul militarilor poate afecta nu numai sănătatea mentală a individului, dar și relațiile personale și performanța profesională. Este esențial să se ofere sprijin adecvat și acces la tratament pentru a ajuta militarii afectați să facă față simptomelor și să-și îmbunătățească calitatea vieții.*
- *Terapia cognitiv-comportamentală (TCC) este o formă de tratament eficientă pentru stresul post-traumatic la militari. Acest tip de terapie ajută persoanele afectate să identifice și să schimbe gândurile și comportamentele negative asociate cu trauma.*
- *Stresul post-traumatic poate fi întâlnit și la militari care au fost martori la evenimente traumatice, chiar dacă nu au fost direct implicați în acestea. Simptomele pot să apară imediat după eveniment sau cu întârziere, chiar și la câțiva ani după ce trauma a avut loc.*
- *Reducerea stigmatului asociat cu stresul post-traumatic și problemele de sănătate mintală în rândul militarilor este crucială pentru a încuraja militarii afectați să caute ajutor.*

- Crearea unei culturi deschise în care militarii se simt în siguranță să discute despre problemele lor de sănătate mintală poate ajuta la prevenirea și gestionarea stresului post-traumatic în rândul forțelor armate.

Întrebarea 3. Cunoașteți simptomele stresului post traumatic?

Variante de răspuns: DA/NU

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri: 40% dintre participanți au răspuns cu DA; 60% dintre participanți au răspuns cu NU.

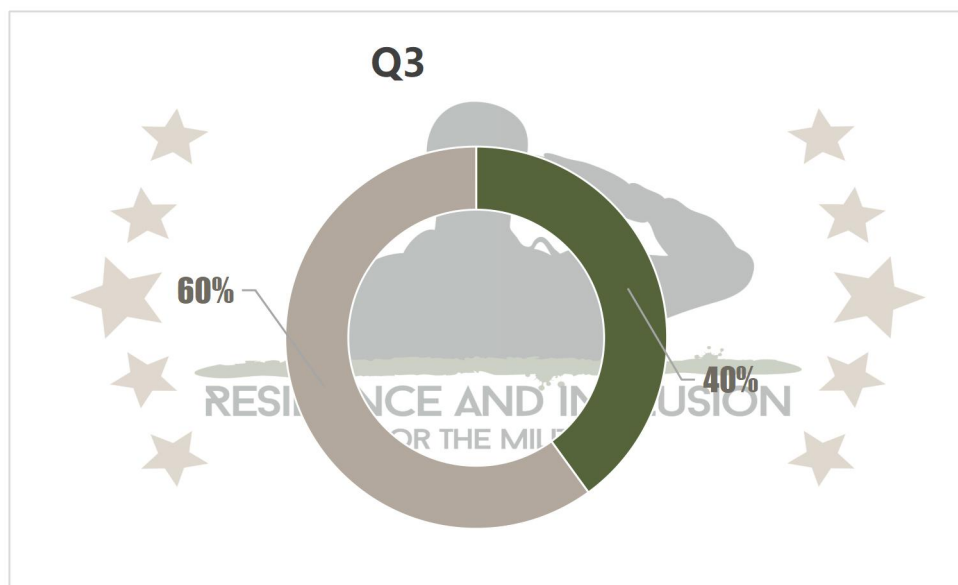


Figura 3. Despre simptomele stresului post traumatic

Interpretare

La întrebarea "Cunoașteți simptomele stresului post-traumatic?", participanților din Italia li s-au oferit două variante de răspuns: DA și NU. Rezultatele înregistrate sunt următoarele:

40% dintre participanți au răspuns cu DA, indicând că o parte dintre ei au cunoștințe despre simptomele stresului post-traumatic. Cu toate acestea, aceasta reprezintă mai puțin de jumătate din totalul participanților.

60% dintre participanți au răspuns cu NU, sugerând că majoritatea participanților nu sunt familiari cu simptomele stresului post-traumatic sau nu au suficiente cunoștințe în acest domeniu.

Aceste rezultate evidențiază faptul că nivelul de cunoaștere a simptomelor stresului post-traumatic în rândul militarilor italieni este destul de scăzut, cu 60% dintre

participanți care nu cunosc aceste simptome. Acest lucru subliniază importanța dezvoltării și implementării programelor de educație și conștientizare pentru a îmbunătăți înțelegerea stresului post-traumatic și a simptomelor sale în rândul forțelor armate italiene.

Întrebarea 4. Dacă ați răspuns cu DA, specificați ce știți despre simptomele stresului post-traumatic.

Variantele de răspuns au fost deschise.

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri: 40% dintre participanți au răspuns la această întrebare; 60% dintre participanți nu au răspuns la această întrebare.

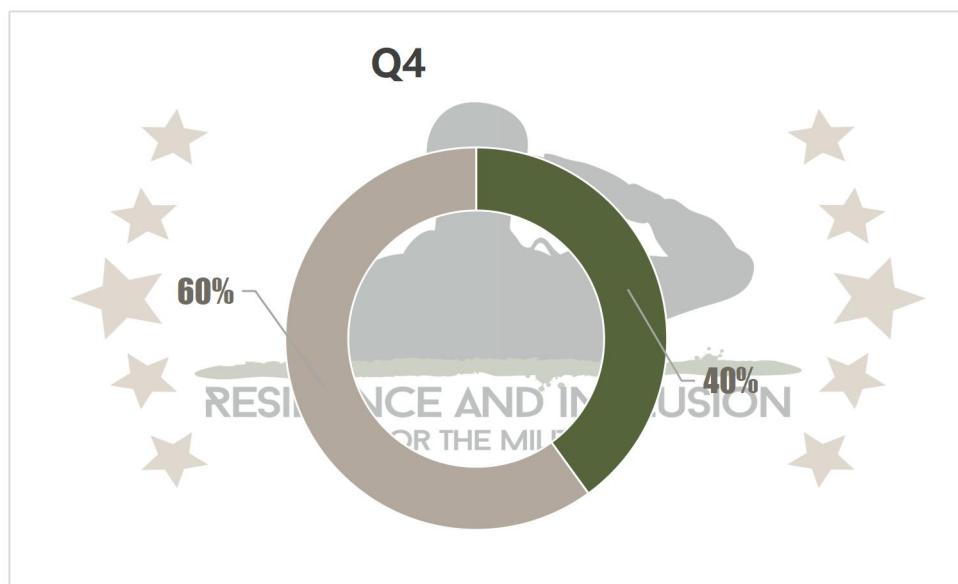


Figura 4. Simptomele stresului post - traumatic

Interpretare

La întrebarea "Dacă ați răspuns cu DA, specificați ce știți despre simptomele stresului post-traumatic?", participanților li s-a oferit posibilitatea de a răspunde liber, împărtășind informații și cunoștințe pe care le au despre simptomele stresului post-traumatic.

Rezultatele arată următoarea distribuție a răspunsurilor:

40% dintre participanți au răspuns la această întrebare, oferind informații despre simptomele stresului post-traumatic. Acest lucru indică faptul că cei care au

cunoștințe despre simptome sunt dispuși să împărtășească informațiile și să contribuie la înțelegerea acestui subiect.

60% dintre participanți nu au răspuns la această întrebare, ceea ce sugerează că, deși au afirmat că cunosc simptomele stresului post-traumatic, nu au oferit detalii sau informații suplimentare.

Aceste rezultate arată că, în timp ce unii militari italieni cunosc simptomele stresului post-traumatic, există o discrepanță între afirmarea cunoașterii și oferirea de informații specifice. S-ar putea să fie necesară o abordare mai concentrată și cuprinzătoare pentru a îmbunătăți înțelegerea simptomelor stresului post-traumatic și a modalităților de gestionare a acestuia în rândul militarilor.

Iată câteva din răspunsuri:

- *Simptomele stresului post-traumatic pot include flash-uri (reviviscențe ale traumei), coșmaruri și tulburări de somn, evitarea amintirilor sau situațiilor care aduc aminte de trauma, iritabilitate crescută, dificultăți de concentrare și hipervigilență (sensibilitate exagerată la stimuli și o stare constantă de alertă).*
- *Stresul post-traumatic poate avea un impact semnificativ asupra vieții unei persoane, inclusiv pe plan emoțional, social și profesional. Unii militari care suferă de stres post-traumatic pot prezenta simptome precum anxietatea, depresia, retragerea socială și dificultăți în menținerea unor relații sănătoase cu familia și prietenii.*
- *Simptomele stresului post-traumatic pot varia de la o persoană la alta, și pot să apară imediat după evenimentul traumatic sau cu întârziere, chiar și la câțiva ani după ce trauma a avut loc. Acest lucru face ca diagnosticarea și tratamentul stresului post-traumatic să fie uneori dificil, deoarece simptomele pot să nu fie evidente inițial sau pot să se manifeste în moduri diferite la persoane diferite.*

Întrebarea 5. Ați auzit sau ați văzut colegi care au sau au avut tulburare de stres post traumatic?

Variante de răspuns: DA/NU.

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri: 64% dintre militari au ales varianta DA și 36% dintre militari au ales varianta NU

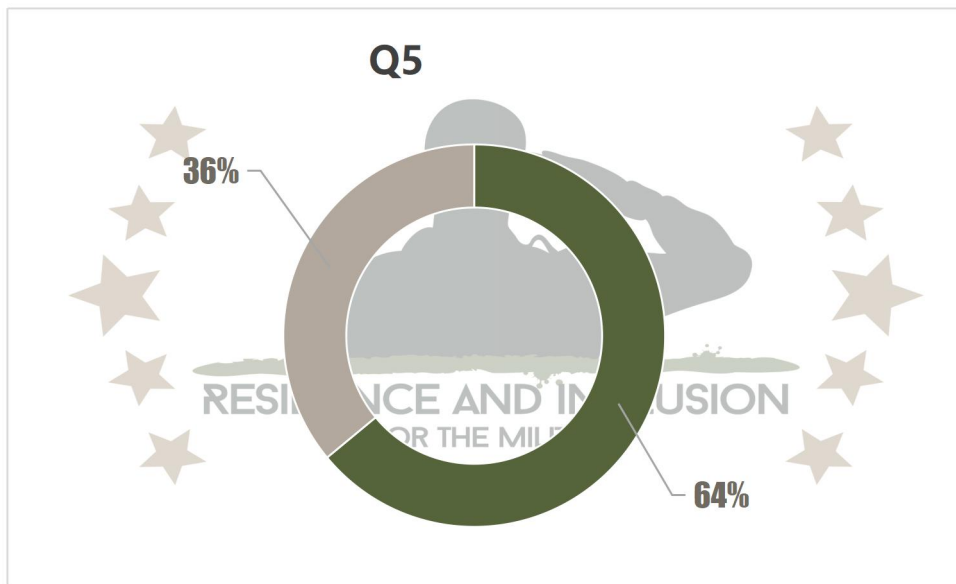


Figura 5. Dacă au văzut colegi care au suferit sau suferă de stress post traumatic

Interpretare

La întrebarea "Ați auzit sau ați văzut colegi care au sau au avut tulburare de stres post-traumatic?", participanților li s-au oferit două variante de răspuns: DA și NU. Rezultatele înregistrate sunt următoarele:

64% dintre militari au ales varianta DA, ceea ce indică faptul că o majoritate semnificativă a participanților a avut cunoștință sau a întâlnit colegi care au experimentat tulburarea de stres post-traumatic. Acest lucru arată că stresul post-traumatic este o problemă destul de comună în rândul militarilor italieni.

36% dintre militari au ales varianta NU, sugerând că aceștia nu au avut experiențe directe sau nu au cunoștință despre colegi care au avut probleme cu stresul post-traumatic.

Aceste rezultate subliniază faptul că tulburarea de stres post-traumatic este o problemă recunoscută în rândul militarilor italieni, cu 64% dintre participanți care au raportat că au auzit sau au văzut colegi afectați de această tulburare. Acest lucru accentuează necesitatea unui sprijin adecvat pentru cei afectați și a unor programe de prevenire și tratament pentru a aborda această problemă în rândul forțelor armate italiene.

Întrebarea 6. Aveți un psiholog cu care să vorbiți în momentele în care aveți nevoie?

Variante de răspuns: DA/NU

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri: 52% dintre persoane au ales varianta DA și 48% au ales varianta NU

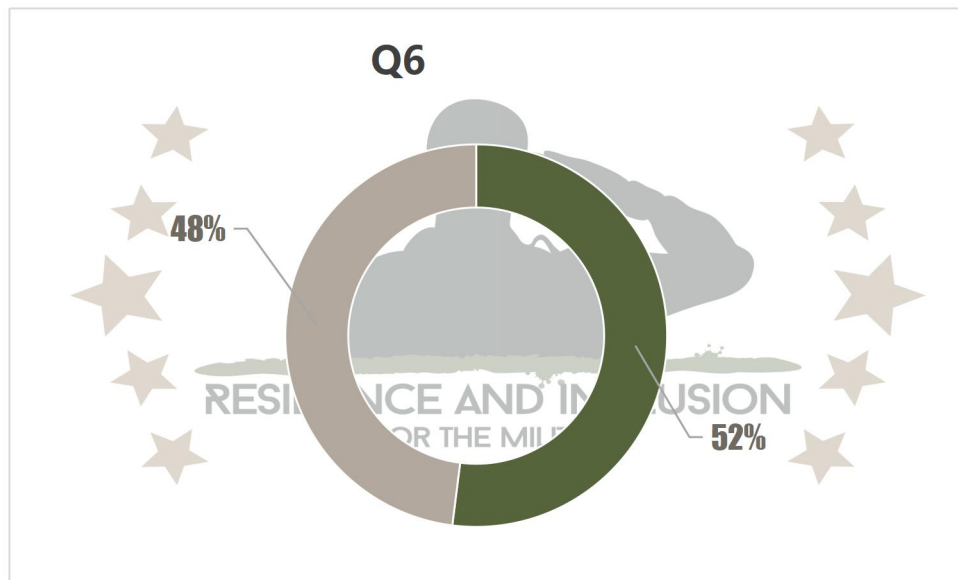


Figura 6. Un psiholog cu care să vorbească

Interpretare

La întrebarea "Aveți un psiholog cu care să vorbiți în momentele în care aveți nevoie?", participanților li s-au oferit două variante de răspuns: DA și NU. Rezultatele înregistrate sunt următoarele:

52% dintre persoane au ales varianta DA, ceea ce indică faptul că peste jumătate dintre participanții la studiu au acces la un psiholog pentru a discuta problemele emoționale sau legate de stres în momentele în care au nevoie. Acest lucru sugerează că există un nivel relativ bun de sprijin în ceea ce privește sănătatea mintală în rândul militarilor italieni.

48% dintre persoane au ales varianta NU, arătând că aproape jumătate dintre participanți nu au acces la un psiholog atunci când au nevoie de sprijin emoțional sau consiliere. Acest fapt indică o posibilă lacună în sistemul de sănătate mintală pentru militarii italieni.

Rezultatele sugerează că, deși există un nivel de sprijin în domeniul sănătății mintale pentru militarii italieni, încă există loc de îmbunătățire, având în vedere că aproape jumătate dintre participanți nu au acces la un psiholog atunci când au nevoie.

Întrebarea 7. Ar fi util să aveți un psiholog cu care să vorbiți din când în când despre stresul post traumatic?

Variante de răspuns: DA/NU.

Au fost înregistrate următoarele raspunsuri: 100% persoane au ales varianta DA;

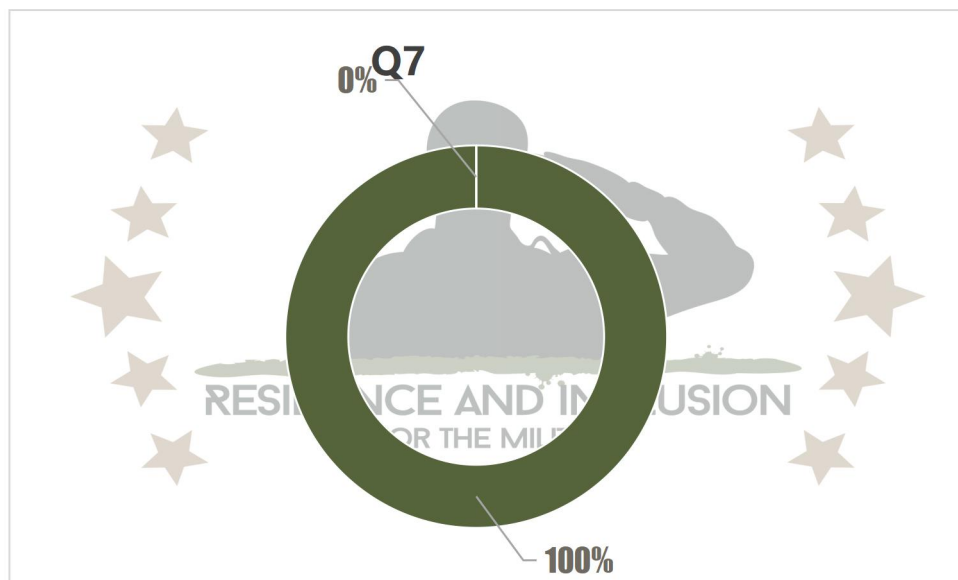


Figura 7. Utilitatea unui psiholog cu care să vorbească

Interpretare

La întrebarea "Ar fi util să aveți un psiholog cu care să vorbiți din când în când despre stresul post-traumatic?", participanților li s-au oferit două variante de răspuns: DA și NU. Rezultatele înregistrate sunt următoarele:

100% dintre persoane au ales varianta DA, ceea ce indică un consens unanim în rândul participanților la studiu cu privire la utilitatea și importanța de a avea un psiholog disponibil pentru a discuta probleme legate de stresul post-traumatic. Acest răspuns sugerează o recunoaștere clară a nevoii de sprijin în domeniul sănătății mintale și a impactului pe care stresul post-traumatic îl poate avea asupra vieții militarilor.

Rezultatele evidențiază importanța de a avea un psiholog accesibil pentru militarii italieni, în special pentru a aborda problemele legate de stresul post-traumatic. Având în vedere răspunsul unanim pozitiv, ar fi recomandat să se ia în considerare implementarea unor măsuri pentru a asigura accesul la sprijin psihologic pentru toți militarii, pentru a preveni și a trata efectele stresului post-traumatic.

Întrebarea 8. Ar fi util să aveți un manual ghid, în care să aveți informații despre stresul post traumatic?

Variante de răspuns: DA/NU.

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri: 100% persoane au ales varianta DA.

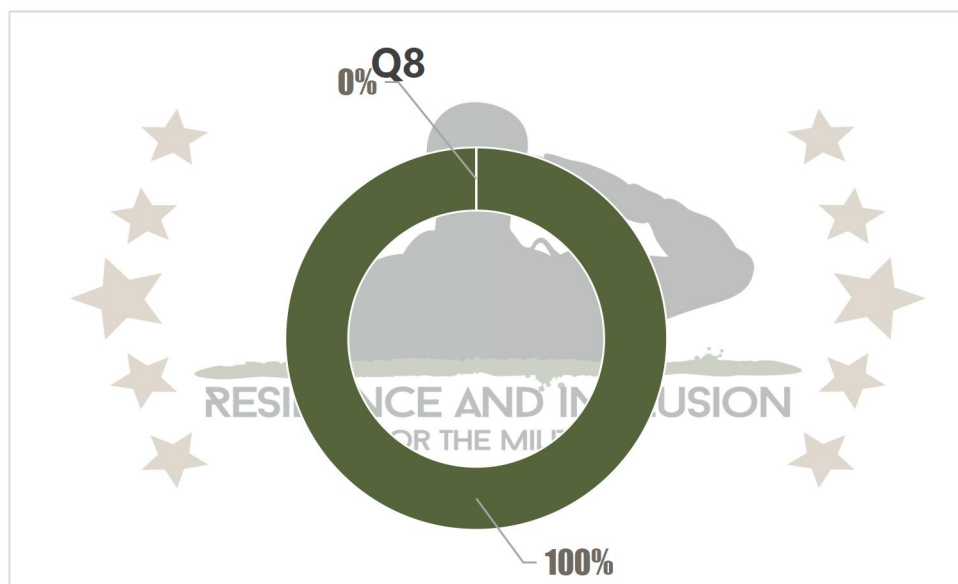


Figura 8. Utilitatea unui manual ghid despre stresul post traumatic

Interpretare

La întrebarea "Ar fi util să aveți un manual ghid, în care să aveți informații despre stresul post-traumatic?", participanților li s-au oferit două variante de răspuns: DA și NU. Rezultatele înregistrate sunt următoarele:

100% dintre persoane au ales varianta DA, ceea ce arată un consens unanim în rândul participanților la studiu privind utilitatea și necesitatea unui manual ghid care să conțină informații despre stresul post-traumatic. Răspunsul sugerează că participanții recunosc importanța accesului la informații și resurse care să îi ajute să înțeleagă, să prevină și să gestioneze stresul post-traumatic.

Rezultatele subliniază necesitatea de a pune la dispoziția militarilor italieni resurse și informații utile despre stresul post-traumatic. Având în vedere răspunsul unanim pozitiv, ar fi recomandat să se ia în considerare dezvoltarea și distribuirea unui manual ghid despre stresul post-traumatic pentru a sprijini și informa militarii în această privință.

Întrebarea 9. Ar fi util să aveți o aplicație care să vă informeze ce înseamnă stresul post traumatic, care sunt simptomele, cum se manifestă, cum poate fi gestionat și alte informații despre stresul post traumatic?

Variante de răspuns: DA/NU.

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri: 100% persoane au ales varianta DA.

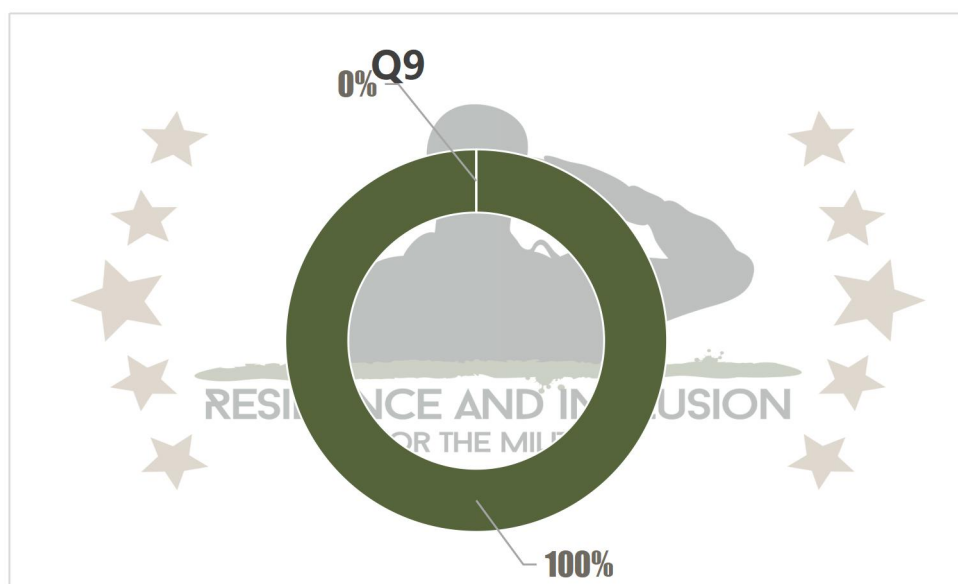


Figura 9. Utilitatea aplicației

Interpretare

La întrebarea "Ar fi util să aveți o aplicație care să vă informeze ce înseamnă stresul post-traumatic, care sunt simptomele, cum se manifestă, cum poate fi gestionat și alte informații despre stresul post-traumatic?", participanților li s-au oferit două variante de răspuns: DA și NU. Rezultatele înregistrate sunt următoarele:

100% dintre persoane au ales varianta DA, indicând un consens unanim în rândul participanților la studiu despre utilitatea și necesitatea unei aplicații care să furnizeze informații despre stresul post-traumatic. Acest răspuns sugerează că participanții recunosc importanța accesului la resurse digitale care să îi ajute să înțeleagă, să prevină și să gestioneze stresul post-traumatic.

Rezultatele evidențiază interesul militarilor italieni pentru o aplicație care să le ofere informații și sprijin în gestionarea stresului post-traumatic. Având în vedere răspunsul unanim pozitiv, ar fi recomandat să se ia în considerare dezvoltarea și implementarea unei astfel de aplicații pentru a sprijini și informa militarii în această privință.

Întrebarea 10. Ce considerați că ar mai fi util să știți despre stresul post traumatic la militari?

A avut ca variante răspunsuri deschise.

Au fost înregistrate următoarele răspunsuri: 80% dintre participanți au răspuns la această întrebare; 20% nu au răspuns.

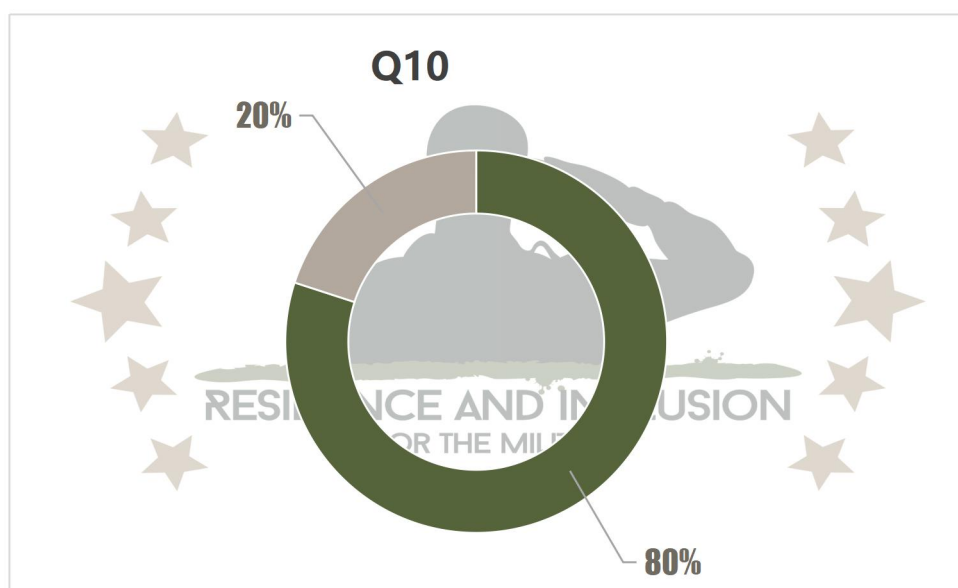


Figura 10. Completări la informațiile despre stresul post traumatic

Interpretare

La întrebarea "Ce considerați că ar mai fi util să știți despre stresul post-traumatic la militari?", participanții au avut posibilitatea să ofere răspunsuri deschise. Rezultatele înregistrate sunt următoarele:

80% dintre participanți au răspuns la această întrebare, ceea ce indică un interes semnificativ în aprofundarea înțelegerii stresului post-traumatic în rândul militarilor.

20% dintre participanți nu au răspuns la această întrebare, sugerând că unii dintre participanți pot să nu aibă suficiente informații sau opinii pentru a răspunde la această întrebare specifică.

Iată câteva răspunsuri:

- *"Ar fi util să știm mai multe despre metodele de prevenire a stresului post-traumatic, cum ar fi strategiile de gestionare a stresului și tehnici de reziliență pe care le putem aplica în timpul și după misiuni."*
- *"Aș dori să știu mai multe despre tratamentele disponibile pentru stresul post-traumatic, inclusiv terapiile bazate pe dovezi, cum ar fi terapia cognitiv-comportamentală și terapia prin expunere, și cum să accesăm aceste tratamente în cadrul sistemului de sănătate militar."*
- *"Ar fi util să aflăm despre resursele de sprijin disponibile pentru familiile militarilor care suferă de stres post-traumatic, astfel încât să putem ajuta și înțelege mai bine ceea ce trec prin partenerii și copiii noștri afectați de stresul post-traumatic."*

Concluzii finale și recomandări

Pe baza rezultatelor obținute în acest studiu realizat în Italia, se pot trage următoarele concluzii:

O proporție semnificativă a militarilor cunoaște informații despre stresul post-traumatic și simptomele acestuia, însă rămâne loc pentru creșterea gradului de informare și conștientizare.

Mulți militari au auzit sau au văzut colegi care au avut tulburare de stres post-traumatic, evidențiind relevanța și impactul acestei probleme în cadrul forțelor armate.

Accesul la servicii de sănătate mintală, cum ar fi psihologul, este limitat, cu o proporție semnificativă a participanților care nu au un astfel de acces.

Militarii activi, veteranii și militarii cu dizabilități au exprimat un interes puternic pentru a avea un psiholog cu care să vorbească despre stresul post-traumatic, un manual ghid și o aplicație care să ofere informații despre stresul post-traumatic, simptome, manifestări și gestionare.

Pe baza acestor concluzii, se pot face următoarele recomandări:

Dezvoltarea și implementarea de programe de informare și educare pentru militari și familiile lor despre stresul post-traumatic, pentru a crește nivelul de conștientizare și înțelegere a acestei probleme.

Îmbunătățirea accesului la servicii de sănătate mintală pentru militari, inclusiv creșterea disponibilității psihologilor și a altor profesioniști în domeniul sănătății mintale.

Crearea unui manual ghid și a unei aplicații mobile care să ofere informații utile despre stresul post-traumatic, simptome, manifestări și modalități de gestionare a acestuia.

Furnizarea de resurse și sprijin pentru familiile militarilor care se confruntă cu stresul post-traumatic, astfel încât să poată înțelege și gestiona mai bine impactul acestuia asupra vieții lor.

Implementând aceste recomandări, se poate contribui la creșterea nivelului de reziliență și la îmbunătățirea sănătății mintale a militarilor și familiilor lor afectate de stresul post-traumatic.

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