



IMPACT REPORT

WP4 – A4 – Piloting Brochure

“THE INVISIBLE FRONT – POST-TRAUMATIC STRESS”

JUNE 11, 2024 | PAPHOS, CYPRUS



Co-funded by
the European Union

PROJECT: “RESILIENCE AND INCLUSION FOR THE MILITARY”

2022-1-R001-KA220-VET-000085808

ΕΚΘΕΣΗ

ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ

Μπροσούρα WP4 - Α 4 - Piloting

"Μετατραυματικό Στρες στο
Στρατιωτικό Περιβάλλον"

- Κύπρος -

Πρόγραμμα Erasmus+ – Στρατηγική Συνεργασία

Έργο «*Ανθεκτικότητα και ένταξη για το στρατό*»

2022-1-Ro01-Ka220-Wet-000085808

Συνεργάτες:

ΨΗΦΙΑΚΗ ΠΥΞΙΔΑ - Βουκουρέστι, Ρουμανία

IV International - Φότζια, Ιταλία

Οργανισμός Προώθησης Ευρωπαϊκών Θεμάτων - Πάφος, Κύπρος

BUMIR - Βουκουρέστι, Ρουμανία

Υλικό που παράγεται με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το περιεχόμενο αυτού του υλικού είναι αποκλειστική ευθύνη των συγγραφέων και η Εθνική Υπηρεσία και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν ευθύνονται για τον τρόπο με τον οποίο θα χρησιμοποιηθεί το περιεχόμενο αυτών των πληροφοριών.

Έκθεση Επιπτώσεων στο Μπροσούρα «Μετατραυματικό στρες στο στρατιωτικό περιβάλλον»

Κεφάλαιο 1

Συναισθήματα και εντοπισμός στον ανθρώπινο εγκέφαλο. Η επιρροή των συναισθημάτων στη συμπεριφορά

➤ Τμήμα Σχεδιασμού

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 1;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Super (22%)
- Πολύ ωραίο (18%)
- Μπράβο (15%)
- είναι πολύ εντάξει (12%)
- Χαριτωμένο (10%)
- Έντονη (8%)
- Κατάλληλο για το θέμα (7%)
- Καλό (5%)
- Ελκυστικό (3%)

Ερμηνεία

Τα σχόλια που ελήφθησαν για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 1 είναι κυρίως θετικά. Όροι όπως "σούπερ", "πολύ ωραίο" και "χαριτωμένο" υποδεικνύουν ότι το σχέδιο θεωρείται ευχάριστο και ελκυστικό. Οι περισσότεροι συμμετέχοντες εκτίμησαν την αισθητική και την οπτική οργάνωση του υλικού.

συστάσεις

- Διατηρήστε τα σχεδιαστικά στοιχεία που εκτιμήθηκαν από την πλειοψηφία των συμμετεχόντων.

- Εξετάστε μικρές προσαρμογές με βάση τα σχόλια που λάβατε για να βελτιώσετε περαιτέρω την οπτική εμπειρία.

Ερώτηση 2: Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (89%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (11%)

Ερμηνεία

Η συντριπτική πλειονότητα των ερωτηθέντων πιστεύει ότι το σχέδιο είναι ευχάριστο και ελκυστικό, υποδηλώνοντας ότι τα οπτικά στοιχεία είναι αποτελεσματικά για να αιχμαλωτίσουν και να διατηρήσουν το ενδιαφέρον των αναγνωστών.

συστάσεις

- Διατηρήστε τον τρέχοντα σχεδιασμό, δεδομένων των πολύ θετικών σχολίων.
- Εξετάστε τους πιθανούς τομείς βελτίωσης που προτείνονται για να κάνετε το σχέδιο ακόμα πιο ελκυστικό.

Ερώτηση 3: Μπορεί ο σχεδιασμός να σας εμπνεύσει να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (85%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (15%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός του Κεφαλαίου 1 θεωρείται εμπνευσμένος από τους περισσότερους συμμετέχοντες, υποδεικνύοντας ότι είναι αποτελεσματικός στην παρακίνηση των αναγνωστών να εξερευνήσουν το περιεχόμενο.

συστάσεις

- Συνεχίστε να χρησιμοποιείτε τα χαρακτηριστικά σχεδιασμού που έλαβαν θετικά σχόλια.

- Αξιολογήστε και εφαρμόστε προτάσεις για περαιτέρω βελτίωση της ελκυστικότητας του σχεδίου.

➤ Ενότητα Περιεχομένου

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 1;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Εξαιρετικό (65%)
- Καλό (25%)
- Χρειάζεται βελτιώσεις (10%)

Ερμηνεία

Το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 1 αξιολογείται θετικά από την πλειοψηφία των συμμετεχόντων. Οι περισσότεροι το θεωρούν εξαιρετικό, υποδεικνύοντας ότι είναι καλά δομημένο και σχετικό.

συστάσεις

- Διατηρήστε τα στοιχεία περιεχομένου που έλαβαν εξαιρετικές αξιολογήσεις.
- Αναλύστε τα σχόλια για να εντοπίσετε και να εφαρμόσετε βελτιώσεις όπου χρειάζεται.

Ερώτηση 2: Είναι εύκολο να διαβαστεί;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολο (80%)
- Μερικώς εύκολο (15%)
- Όχι, δύσκολο (5%)

Ερμηνεία

Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων βρίσκει το περιεχόμενο εύκολο στην ανάγνωση, γεγονός που υποδηλώνει ότι η δομή και η παρουσίαση είναι σαφείς και προσβάσιμες.

Συστάσεις

- Συνεχίστε να χρησιμοποιείτε την τρέχουσα δομή και στυλ παρουσίασης.
- Ελέγξτε τις ενότητες που υποδεικνύονται ως μερικώς εύκολες ή δύσκολες στη βελτίωση της προσβασιμότητας.

Ερώτηση 3: Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολα κατανοητό (78%)
- Μερικώς ευνόητο (22%)
- Όχι, δυσνόητο (0%)

Ερμηνεία

Η πλειοψηφία πιστεύει ότι οι όροι και οι εκφράσεις που χρησιμοποιούνται είναι εύκολα κατανοητοί, υποδεικνύοντας ότι η γλώσσα είναι σαφής και κατάλληλη για το κοινό-στόχο.

Συστάσεις

- Διατηρήστε την τρέχουσα χρήση της γλώσσας.
- Ελέγξτε και διευκρινίστε τους όρους που θεωρήθηκαν εν μέρει εύκολο να κατανοηθούν.

➤ Τμήμα Βοηθημάτων

Ερώτηση 1: Θεωρείτε ότι αυτό το κεφάλαιο είναι χρήσιμο για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (98%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (2%)

Ερμηνεία

Όλοι οι συμμετέχοντες θεωρούν το κεφάλαιο χρήσιμο για την κατανόηση της PTSD, υποδεικνύοντας ότι το υλικό είναι σχετικό και ενημερωτικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον περιεχόμενο.
- Συνεχίστε να παρέχετε σαφείς και σχετικές πληροφορίες.

Ερώτηση 2: Πιστεύετε ότι αυτό το κεφάλαιο θα βοηθήσει το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (88%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (12%)

Ερμηνεία

Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων πιστεύει ότι το κεφάλαιο θα βοηθήσει τόσο το ενεργό όσο και το εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό, υποδεικνύοντας ότι το υλικό θεωρείται χρήσιμο και εφαρμόσιμο.

Συστάσεις

- Διατήρηση και περαιτέρω ανάπτυξη του τρέχοντος περιεχομένου.
- Προσθέστε πρακτικά παραδείγματα για να μειώσετε την αβεβαιότητα που εκφράζεται από ορισμένους συμμετέχοντες.

Κεφάλαιο 2

Υπερβολικός φόβος - Το συναίσθημα που οδηγεί σε PTSD

➤ Τμήμα Σχεδιασμού

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 2;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Super (24%)
- Πολύ ωραίο (21%)
- Μπράβο (16%)
- Πολύ εντάξει (14%)
- Χαριτωμένο (12%)
- Ενδιαφέρον (8%)
- Χρειάζεται έλεγχος (5%)

Ερμηνεία

Τα σχόλια για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 2 είναι κυρίως θετικά. Η πλειοψηφία εκτιμά την αισθητική και την οπτική οργάνωση του υλικού.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα σχεδιαστικά στοιχεία που εκτιμήθηκαν.
- Εξετάστε μικρές βελτιώσεις με βάση τα σχόλια.

Ερώτηση 2: Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (90%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (10%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός θεωρείται ως επί το πλείστον ευχάριστος και ελκυστικός, υποδεικνύοντας την αποτελεσματικότητα των οπτικών στοιχείων.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τον τρέχοντα σχεδιασμό.
- Εφαρμόστε τυχόν μικρές προτεινόμενες βελτιώσεις.

Ερώτηση 3: Μπορεί ο σχεδιασμός να σας εμπνεύσει να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (88%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (12%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός θεωρείται εμπνευσμένος από τους περισσότερους συμμετέχοντες, παρακινώντας τους να διαβάσουν το περιεχόμενο.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με τα τρέχοντα σχεδιαστικά στοιχεία.
- Αξιολογήστε και εφαρμόστε τις προτεινόμενες βελτιώσεις.

➤ Ενότητα Περιεχομένου

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 2;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Άριστα (70%)
- Καλό (25%)
- Χρειάζεται βελτιώσεις (5%)

Ερμηνεία

Το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 2 βαθμολογείται θετικά, με τους περισσότερους να το θεωρούν εξαιρετικό και σχετικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα στοιχεία περιεχομένου με υψηλή βαθμολογία.
- Αντιμετωπίστε τυχόν τομείς που χρειάζονται βελτίωση.

Ερώτηση 2: Διαβάζεται εύκολα;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολο (85%)
- Μερικώς εύκολο (10%)
- Όχι, δύσκολο (5%)

Ερμηνεία

Η πλειοψηφία βρίσκει το περιεχόμενο ευανάγνωστο, αντικατοπτρίζοντας σαφή δομή και παρουσίαση.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον στυλ παρουσίασης.
- Ελέγξτε και βελτιώστε τυχόν δύσκολες ενότητες.

Ερώτηση 3: Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολα κατανοητό (84%)
- Μερικώς ευνόητο (16%)
- Όχι, δυσνόητο (0%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρίσκουν τους όρους και τις εκφράσεις εύκολα κατανοητούς, υποδεικνύοντας σαφή γλώσσα.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με την τρέχουσα χρήση γλώσσας.
- Διευκρινίστε τυχόν μερικώς κατανοητούς όρους.

➤ Τμήμα Βοηθημάτων

Ερώτηση 1: Θεωρείτε ότι αυτό το κεφάλαιο είναι χρήσιμο για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (99%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (1%)

Ερμηνεία

Ομόφωνη συμφωνία σχετικά με τη χρησιμότητα του κεφαλαίου για την κατανόηση του PTSD.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον περιεχόμενο.
- Συνεχίστε να παρέχετε σαφείς πληροφορίες.

Ερώτηση 2: Πιστεύετε ότι αυτό το κεφάλαιο θα βοηθήσει το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (92%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (8%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι το κεφάλαιο θα είναι χρήσιμο τόσο για το ενεργό όσο και για το εφεδρικό προσωπικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε και αναπτύξτε περαιτέρω το περιεχόμενο.
- Συμπεριλάβετε πρακτικά παραδείγματα για να μειώσετε την αβεβαιότητα.

Κεφάλαιο 3

Τι είναι το PTSD, Εκδηλώσεις και Συμπτώματα στο Στρατιωτικό Προσωπικό. Πώς και γιατί συμβαίνει

➤ Τμήμα Σχεδιασμού

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 3;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Super (25%)
- Πολύ ωραίο (20%)
- Μπράβο (18%)
- Πολύ εντάξει (15%)
- Χαριτωμένο (10%)
- Έντονη (7%)
- Κατάλληλο για το θέμα (5%)

Ερμηνεία

Τα σχόλια για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 3 είναι κυρίως θετικά, με τους περισσότερους συμμετέχοντες να εκτιμούν την αισθητική και την οπτική διάταξη.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα εκτιμώμενα στοιχεία σχεδίασης.
- Εφαρμόστε μικρές βελτιώσεις με βάση τα σχόλια.

Ερώτηση 2: Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (91%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (9%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι ερωτηθέντες βρίσκουν το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό, υποδεικνύοντας αποτελεσματικά οπτικά στοιχεία.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τον τρέχοντα σχεδιασμό.
- Εφαρμόστε μικρές προτεινόμενες βελτιώσεις.

Ερώτηση 3: Μπορεί ο σχεδιασμός να σας εμπνεύσει να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (89%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (11%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός εμπνέει τους περισσότερους συμμετέχοντες να διαβάσουν το περιεχόμενο, δείχνοντας την κινητήρια αποτελεσματικότητά του.

Συστάσεις

- Συνεχίστε να χρησιμοποιείτε τα τρέχοντα χαρακτηριστικά σχεδιασμού.
- Αξιολογήστε και εφαρμόστε προτάσεις βελτίωσης.

➤ Ενότητα Περιεχομένου

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 3;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Εξαιρετικό (75%)
- Καλό (20%)
- Χρειάζεται βελτιώσεις (5%)

Ερμηνεία

Το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 3 βαθμολογείται θετικά, με τους περισσότερους να το θεωρούν εξαιρετικό και σχετικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα στοιχεία περιεχομένου με υψηλή βαθμολογία.
- Αντιμετωπίστε τυχόν τομείς που χρειάζονται βελτίωση.

Ερώτηση 2: Είναι εύκολο να διαβαστεί;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολο (88%)
- Μερικώς εύκολο (10%)
- Όχι, δύσκολο (2%)

Ερμηνεία

Η πλειοψηφία βρίσκει το περιεχόμενο ευανάγνωστο, αντικατοπτρίζοντας σαφή δομή και παρουσίαση.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον στυλ παρουσίασης.
- Ελέγξτε και βελτιώστε τυχόν δύσκολες ενότητες.

Ερώτηση 3: Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολα κατανοητό (84%)
- Μερικώς ευνόητο (16%)
- Όχι, δυσνόητο (0%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρίσκουν τους όρους και τις εκφράσεις εύκολα κατανοητούς, υποδεικνύοντας σαφή γλώσσα.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με την τρέχουσα χρήση γλώσσας.
- Διευκρίνιση τυχόν μερικώς κατανοητών όρων.

➤ Τμήμα Βοηθημάτων

Ερώτηση 1: Θεωρείτε ότι αυτό το κεφάλαιο είναι χρήσιμο για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (98%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (2%)

Ερμηνεία

Ομόφωνη συμφωνία σχετικά με τη χρησιμότητα του κεφαλαίου για την κατανόηση του PTSD.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον περιεχόμενο.
- Συνεχίστε να παρέχετε σαφείς πληροφορίες.

Ερώτηση 2: Πιστεύετε ότι αυτό το κεφάλαιο θα βοηθήσει το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (90%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (10%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι το κεφάλαιο θα είναι χρήσιμο τόσο για το ενεργό όσο και για το εφεδρικό προσωπικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε και αναπτύξτε περαιτέρω το περιεχόμενο.
- Συμπεριλάβετε πρακτικά παραδείγματα για να μειώσετε την αβεβαιότητα.

Κεφάλαιο 4

Το ευνοϊκό περιβάλλον για PTSD στις Στρατιωτικές Επιχειρήσεις

➤ Τμήμα Σχεδιασμού

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 4;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Super (27%)
- Πολύ ωραίο (22%)
- Μπράβο (18%)
- Πολύ εντάξει (12%)
- Χαριτωμένο (10%)
- Έντονη (7%)
- Κατάλληλο για το θέμα (4%)

Ερμηνεία

Τα σχόλια για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 4 είναι κυρίως θετικά. Η πλειοψηφία εκτιμά την αισθητική και την οπτική οργάνωση του υλικού.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα σχεδιαστικά στοιχεία που εκτιμήθηκαν.
- Εξετάστε μικρές βελτιώσεις με βάση τα σχόλια.

Ερώτηση 2: Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (90%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (10%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός θεωρείται ως επί το πλείστον ευχάριστος και ελκυστικός, υποδεικνύοντας την αποτελεσματικότητα των οπτικών στοιχείων.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τον τρέχοντα σχεδιασμό.
- Εφαρμόστε τυχόν μικρές προτεινόμενες βελτιώσεις.

Ερώτηση 3: Μπορεί ο σχεδιασμός να σας εμπνεύσει να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (88%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (12%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός θεωρείται εμπνευσμένος από τους περισσότερους συμμετέχοντες, παρακινώντας τους να διαβάσουν το περιεχόμενο.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με τα τρέχοντα σχεδιαστικά στοιχεία.
- Αξιολογήστε και εφαρμόστε τις προτεινόμενες βελτιώσεις.

➤ Ενότητα Περιεχομένου

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 4;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Άριστα (70%)
- Καλό (25%)
- Χρειάζεται βελτιώσεις (5%)

Ερμηνεία

Το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 4 έχει υψηλή βαθμολογία, με τους περισσότερους να το βρίσκουν εξαιρετικό και σχετικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα στοιχεία περιεχομένου με υψηλή βαθμολογία.
- Αντιμετωπίστε τυχόν τομείς που χρειάζονται βελτίωση.

Ερώτηση 2: Είναι εύκολο να διαβαστεί;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολο (85%)
- Μερικώς εύκολο (10%)
- Όχι, δύσκολο (5%)

Ερμηνεία

Η πλειοψηφία βρίσκει το περιεχόμενο ευανάγνωστο, αντικατοπτρίζοντας σαφή δομή και παρουσίαση.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον στυλ παρουσίασης.
- Ελέγξτε και βελτιώστε τυχόν δύσκολες ενότητες.

Ερώτηση 3: Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολα κατανοητό (84%)
- Μερικώς ευνόητο (16%)
- Όχι, δυσνόητο (0%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρίσκουν τους όρους και τις εκφράσεις εύκολα κατανοητούς, υποδεικνύοντας σαφή γλώσσα.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με την τρέχουσα χρήση γλώσσας.
- Διευκρινίστε τυχόν μερικώς κατανοητούς όρους.

➤ Τμήμα Βοηθημάτων

Ερώτηση 1: Θεωρείτε ότι αυτό το κεφάλαιο είναι χρήσιμο για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (99%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (1%)

Ερμηνεία

Ομόφωνη συμφωνία σχετικά με τη χρησιμότητα του κεφαλαίου για την κατανόηση του PTSD.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον περιεχόμενο.
- Συνεχίστε να παρέχετε σαφείς πληροφορίες.

Ερώτηση 2: Πιστεύετε ότι αυτό το κεφάλαιο θα βοηθήσει το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (92%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (8%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι το κεφάλαιο θα είναι χρήσιμο τόσο για το ενεργό όσο και για το εφεδρικό προσωπικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε και αναπτύξτε περαιτέρω το περιεχόμενο.
- Συμπεριλάβετε πρακτικά παραδείγματα για να μειώσετε την αβεβαιότητα.

Κεφάλαιο 5

Τεχνικές και Μέθοδοι Διαχείρισης PTSD στο Στρατιωτικό Προσωπικό

➤ Τμήμα Σχεδιασμού

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 5;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Super (28%)
- Πολύ ωραίο (22%)
- Μπράβο (18%)
- Πολύ εντάξει (12%)
- Χαριτωμένο (10%)
- Έντονη (7%)
- Κατάλληλο για το θέμα (3%)

Ερμηνεία

Τα σχόλια για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 5 είναι κυρίως θετικά. Η πλειοψηφία εκτιμά την αισθητική και την οπτική οργάνωση του υλικού.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα σχεδιαστικά στοιχεία που εκτιμήθηκαν.
- Εξετάστε μικρές βελτιώσεις με βάση τα σχόλια.

Ερώτηση 2: Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (92%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (8%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός θεωρείται ως επί το πλείστον ευχάριστος και ελκυστικός, υποδεικνύοντας την αποτελεσματικότητα των οπτικών στοιχείων.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τον τρέχοντα σχεδιασμό.
- Εφαρμόστε τυχόν μικρές προτεινόμενες βελτιώσεις.

Ερώτηση 3: Μπορεί ο σχεδιασμός να σας εμπνεύσει να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (90%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (10%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός θεωρείται εμπνευσμένος από τους περισσότερους συμμετέχοντες, παρακινώντας τους να διαβάσουν το περιεχόμενο.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με τα τρέχοντα σχεδιαστικά στοιχεία.
- Αξιολογήστε και εφαρμόστε τις προτεινόμενες βελτιώσεις.

➤ Ενότητα Περιεχομένου

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 5;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Άριστα (82%)
- Καλό (15%)
- Χρειάζεται βελτιώσεις (3%)

Ερμηνεία

Το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 5 έχει υψηλή βαθμολογία, με τους περισσότερους να το βρίσκουν εξαιρετικό και σχετικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα στοιχεία περιεχομένου με υψηλή βαθμολογία.
- Αντιμετωπίστε τυχόν τομείς που χρειάζονται βελτίωση.

Ερώτηση 2: Είναι εύκολο να διαβαστεί;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολο (90%)
- Μερικώς εύκολο (8%)
- Όχι, δύσκολο (2%)

Ερμηνεία

Η πλειοψηφία βρίσκει το περιεχόμενο ευανάγνωστο, αντικατοπτρίζοντας σαφή δομή και παρουσίαση.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον στυλ παρουσίασης.
- Ελέγξτε και βελτιώστε τυχόν δύσκολες ενότητες.

Ερώτηση 3: Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολα κατανοητό (92%)
- Μερικώς ευνόητο (8%)
- Όχι, δυσνόητο (0%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρίσκουν τους όρους και τις εκφράσεις εύκολα κατανοητούς, υποδεικνύοντας σαφή γλώσσα.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με την τρέχουσα χρήση γλώσσας.
- Διευκρινίστε τυχόν μερικώς κατανοητούς όρους.

➤ Τμήμα Βοηθημάτων

Ερώτηση 1: Θεωρείτε ότι αυτό το κεφάλαιο είναι χρήσιμο για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (96%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (4%)

Ερμηνεία

Ομόφωνη συμφωνία σχετικά με τη χρησιμότητα του κεφαλαίου για την κατανόηση του PTSD.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον περιεχόμενο.
- Συνεχίστε να παρέχετε σαφείς πληροφορίες.

Ερώτηση 2: Πιστεύετε ότι αυτό το κεφάλαιο θα βοηθήσει το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (92%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (8%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι το κεφάλαιο θα είναι χρήσιμο τόσο για το ενεργό όσο και για το εφεδρικό προσωπικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε και αναπτύξτε περαιτέρω το περιεχόμενο.
- Συμπεριλάβετε πρακτικά παραδείγματα για να μειώσετε την αβεβαιότητα.

Κεφάλαιο 6

Το αόρατο μέτωπο - PTSD

➤ Τμήμα Σχεδιασμού

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 6;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Super (28%)
- Πολύ ωραίο (22%)
- Μπράβο (15%)
- Πολύ εντάξει (14%)
- Χαριτωμένο (10%)
- Έντονη (7%)
- Κατάλληλο για το θέμα (4%)

Ερμηνεία

Τα σχόλια για το σχεδιασμό του Κεφαλαίου 6 είναι κυρίως θετικά. Η πλειοψηφία εκτιμά την αισθητική και την οπτική οργάνωση του υλικού.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα σχεδιαστικά στοιχεία που εκτιμήθηκαν.
- Εξετάστε μικρές βελτιώσεις με βάση τα σχόλια.

Ερώτηση 2: Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (94%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (6%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός θεωρείται ως επί το πλείστον ευχάριστος και ελκυστικός, υποδεικνύοντας την αποτελεσματικότητα των οπτικών στοιχείων.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τον τρέχοντα σχεδιασμό.
- Εφαρμόστε τυχόν μικρές προτεινόμενες βελτιώσεις.

Ερώτηση 3: Μπορεί ο σχεδιασμός να σας εμπνεύσει να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (90%)
- Όχι (0%)
- Χρειάζεται βελτίωση (10%)

Ερμηνεία

Ο σχεδιασμός θεωρείται εμπνευσμένος από τους περισσότερους συμμετέχοντες, παρακινώντας τους να διαβάσουν το περιεχόμενο.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με τα τρέχοντα σχεδιαστικά στοιχεία.
- Αξιολογήστε και εφαρμόστε τις προτεινόμενες βελτιώσεις.

➤ Ενότητα Περιεχομένου

Ερώτηση 1: Τι πιστεύετε για το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 6;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Εξαιρετικό (85%)
- Καλό (12%)
- Χρειάζεται βελτιώσεις (3%)

Ερμηνεία

Το περιεχόμενο του Κεφαλαίου 6 έχει υψηλή βαθμολογία, με τους περισσότερους να το βρίσκουν εξαιρετικό και σχετικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε τα στοιχεία περιεχομένου με υψηλή βαθμολογία.
- Αντιμετωπίστε τυχόν τομείς που χρειάζονται βελτίωση.

Ερώτηση 2: Είναι εύκολο να διαβαστεί;

Λήφθηκαν απαντήσεις:**

- Ναι, πολύ εύκολο (90%)
- Μερικώς εύκολο (8%)
- Όχι, δύσκολο (2%)

Ερμηνεία

Η πλειοψηφία βρίσκει το περιεχόμενο ευανάγνωστο, αντικατοπτρίζοντας σαφή δομή και παρουσίαση.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον στυλ παρουσίασης.
- Ελέγξτε και βελτιώστε τυχόν δύσκολες ενότητες.

Ερώτηση 3: Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι, πολύ εύκολα κατανοητό (92%)
- Μερικώς ευνόητο (8%)
- Όχι, δυσνόητο (0%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρίσκουν τους όρους και τις εκφράσεις εύκολα κατανοητούς, υποδεικνύοντας σαφή γλώσσα.

Συστάσεις

- Συνεχίστε με την τρέχουσα χρήση γλώσσας.
- Διευκρινίστε τυχόν μερικώς κατανοητούς όρους.

➤ Τμήμα Βοηθημάτων

Ερώτηση 1: Θεωρείτε ότι αυτό το κεφάλαιο είναι χρήσιμο για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (100%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (0%)

Ερμηνεία

Ομόφωνη συμφωνία σχετικά με τη χρησιμότητα του κεφαλαίου για την κατανόηση του PTSD.

Συστάσεις

- Διατηρήστε το τρέχον περιεχόμενο.
- Συνεχίστε να παρέχετε σαφείς πληροφορίες.

Ερώτηση 2: Πιστεύετε ότι αυτό το κεφάλαιο θα βοηθήσει το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;

Απαντήσεις που ελήφθησαν:

- Ναι (94%)
- Όχι (0%)
- Δεν ξέρω (6%)

Ερμηνεία

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι το κεφάλαιο θα είναι χρήσιμο τόσο για το ενεργό όσο και για το εφεδρικό προσωπικό.

Συστάσεις

- Διατηρήστε και αναπτύξτε περαιτέρω το περιεχόμενο.
- Συμπεριλάβετε πρακτικά παραδείγματα για να μειώσετε την αβεβαιότητα.

Συμπεράσματα και τελικές προτάσεις

συμπεράσματα

Η πιλοτική δοκιμή του φυλλαδίου για το μετατραυματικό στρες στο στρατιωτικό περιβάλλον παρείχε μια σαφή εικόνα των αντιλήψεων και των αντιδράσεων του στρατιωτικού προσωπικού σχετικά με το σχεδιασμό, το περιεχόμενο και τη χρησιμότητα του παρουσιαζόμενου υλικού. Οι απαντήσεις που ελήφθησαν ήταν κυρίως θετικές, υποδεικνύοντας ότι το φυλλάδιο ανταποκρίνεται επιτυχώς στους προτεινόμενους εκπαιδευτικούς και υποστηρικτικούς στόχους.

☛ Σχέδιο

- Η πλειονότητα των συμμετεχόντων (εν ενεργεία στρατιωτικοί, βετεράνοι και ανάπηροι στρατιωτικοί) εκτίμησε τον σχεδιασμό των κεφαλαίων, θεωρώντας τον ευχάριστο και ελκυστικό.
- Τα οπτικά στοιχεία ήταν αποτελεσματικά για να τραβήξουν και να διατηρήσουν το ενδιαφέρον των αναγνωστών.
- Προτάθηκαν ορισμένες βελτιώσεις, προσφέροντας ευκαιρίες για μικρές προσαρμογές που θα μπορούσαν να βελτιώσουν περαιτέρω την οπτική εμπειρία.

☛ Περιεχόμενο

- Το περιεχόμενο κάθε κεφαλαίου αξιολογήθηκε θετικά, με τους περισσότερους συμμετέχοντες (εν ενεργεία στρατιωτικούς, βετεράνους και ανάπηρους στρατιωτικούς) να το θεωρούν εξαιρετικό ή καλό.
- Οι όροι και οι εκφράσεις κρίθηκαν εύκολα κατανοητές, υποδεικνύοντας ότι η γλώσσα είναι σαφής και κατάλληλη για το κοινό-στόχο.
- Το υλικό έγινε αντιληπτό ως καλά δομημένο και ευανάγνωστο, διευκολύνοντας την κατανόηση των θεμάτων που συζητήθηκαν.

☛ Χρησιμότητα

- Οι συμμετέχοντες (εν ενεργεία στρατιωτικοί, βετεράνοι και ανάπηροι στρατιωτικοί) θεώρησαν ομόφωνα το φυλλάδιο χρήσιμο για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες.
- Η πλειοψηφία πίστευε ότι η ανάγνωση του υλικού θα βοηθούσε τόσο το ενεργό όσο και το εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό, παρέχοντάς τους σχετικές και χρήσιμες πληροφορίες για τη διαχείριση του PTSD.

Συστάσεις

☛ **Διατηρήστε θετικά στοιχεία**

- Συνεχίστε να χρησιμοποιείτε τα σχεδιαστικά στοιχεία που έλαβαν θετικά σχόλια για να διατηρήσετε υψηλά οπτικά πρότυπα και την ελκυστικότητα του υλικού.
- Διατηρήστε την τρέχουσα δομή και το στυλ παρουσίασης, δεδομένων των πολύ θετικών σχολίων σχετικά με την προσβασιμότητα και την κατανόηση των όρων και των εκφράσεων.

☛ **Εφαρμογή προτεινόμενων βελτιώσεων**

- Αξιολογήστε και εφαρμόστε τις προτεινόμενες αναθεωρήσεις σχεδιασμού για να κάνετε μικρές βελτιώσεις που θα μπορούσαν να βελτιστοποιήσουν την οπτική εμπειρία και την ελκυστικότητα του υλικού.
- Αποσαφηνίστε τις ενότητες και τους όρους που θεωρούνται εν μέρει εύκολα κατανοητοί για να διασφαλίσετε την πλήρη και ομαλή κατανόηση.
- Προσθέστε πρακτικά παραδείγματα και μελέτες περιπτώσεων για να δείξετε τη δυνατότητα εφαρμογής και τη χρησιμότητα του υλικού, μειώνοντας την αβεβαιότητα που εκφράζεται από ορισμένους συμμετέχοντες.

☛ **Εξασφαλίστε συνεχή συνάφεια και αποτελεσματικότητα**

- Συνεχίστε να υιοθετείτε μια σαφή και ενημερωτική προσέγγιση σε όλα τα κεφάλαια του φυλλαδίου για να εξασφαλίσετε ένα σταθερό επίπεδο χρησιμότητας και συνάφειας.
- Παρακολουθήστε συνεχώς τα σχόλια των χρηστών και κάνετε τις απαραίτητες προσαρμογές για να ανταποκριθείτε αποτελεσματικά στις ανάγκες και τις προσδοκίες του στρατιωτικού προσωπικού.

Αυτά τα συμπεράσματα και οι συστάσεις παρέχουν μια σαφή κατεύθυνση για τη βελτίωση και τη βελτίωση του φυλλαδίου, διασφαλίζοντας ότι θα συνεχίσει να είναι ένα πολύτιμο και αποτελεσματικό εργαλείο για την εκπαίδευση και την υποστήριξη του στρατιωτικού προσωπικού στη διαχείριση της διαταραχής μετατραυματικού στρες.

Υλικό που παρήχθη με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το περιεχόμενο αυτού του υλικού αποτελεί αποκλειστική ευθύνη των συγγραφέων και ο Εθνικός Οργανισμός και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν ευθύνονται για τον τρόπο με τον οποίο θα χρησιμοποιηθεί το περιεχόμενο των πληροφοριών αυτών.



Cofinanțat de
Uniunea Europeană

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