



ΕΚΘΕΣΗ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ

WP4 – A4 – Πιλοτική εφαρμογή
μαθημάτων σε απευθείας
σύνδεση

“ΤΟ ΑΪΟΡΑΤΟ Μ’ΕΤΩΠΟ – ΜΕΤΑΤΡΑΥΜΑΤΙΚΌ ΣΤΡΕΣ”

ΙΟΥΝΙΟΣ 11, 2024 | ΠΑΡΗΟΣ, CYPRUS



Co-funded by
the European Union

PROJECT: “RESILIENCE AND INCLUSION FOR THE MILITARY”

2022-1-R001-KA220-VEF-000085808

ΕΚΘΕΣΗ

ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ

WP4 - A4 - Πιλοτική εφαρμογή
μαθημάτων σε απευθείας σύνδεση

“ΤΟ ΑΪΟΡΑΤΟ ΜΈΤΩΠΟ - ΜΕΤΑΤΡΑΥΜΑΤΙΚΌ ΣΤΡΕΣ”

- Κύπρος -

Πρόγραμμα Erasmus+ – Στρατηγική Συνεργασία

Έργο «*Ανθεκτικότητα και ένταξη για το στρατό*»

2022-1-R001-KA220-VET-000085808

Partners:

DIGITAL KOMPASS - Βουκουρέστι , Ρουμανία

IV International - Φότζια, Ιταλία

Οργανισμός Προώθησης Ευρωπαϊκών Θεμάτων - Πάφος, Κύπρος

BUMIR - Βουκουρέστι, România

Το υλικό αυτό δημιουργήθηκε 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.

Εισαγωγή

Η παρούσα έκθεση παρουσιάζει τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα της πιλοτικής εφαρμογής του διαδικτυακού μαθήματος «Το αόρατο μέτωπο - μετατραυματικό στρες» με μια ομάδα εν ενεργεία, βετεράνων και ανάπηρων στρατιωτικών στην Κύπρο. Ο στόχος του πιλότου ήταν να αναλύσει το διαδικτυακό μάθημα ως προς το περιεχόμενο, το σχεδιασμό, την ελκυστικότητα, την ευκολία χρήσης και τη συμβολή του στην εκπαίδευση και την ευαισθητοποίηση των συμμετεχόντων σχετικά με τη διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD), μια κατάσταση που απαντάται συνήθως στους στρατιωτικούς. προσωπικό που εκτίθεται σε τραυματικά γεγονότα.

Η διαταραχή μετατραυματικού στρες αντιπροσωπεύει ένα σημαντικό ζήτημα ψυχικής υγείας μεταξύ του στρατιωτικού προσωπικού, με τη δυνατότητα να επηρεάσει όχι μόνο την ποιότητα ζωής τους αλλά και τη λειτουργική αποτελεσματικότητα και τη συνοχή της μονάδας. Το μάθημα σχεδιάστηκε για να αντιμετωπίσει αυτές τις πτυχές παρέχοντας σχετικές πληροφορίες και πρακτικές στρατηγικές για τη διαχείριση του PTSD.

Μετά το πιλοτικό πρόγραμμα, εντοπίστηκαν θετικές πτυχές, όπως το υψηλό επίπεδο δέσμευσης και ενδιαφέροντος των συμμετεχόντων. Η ανάλυση των σχολίων υποδηλώνει ότι οι συμμετέχοντες εκτίμησαν τη χρησιμότητα των πληροφοριών και των στρατηγικών που παρουσιάζονται, καθώς και τη συνάφεια του μαθήματος με τις προσωπικές τους εμπειρίες.

Συλλεγμένα Αποτελέσματα

Ενότητα Ι

Συναισθήματα. Μηχανισμός Σχηματισμού Συναισθήματος. Συνειδητός.

Υποσυνείδητο. Ερπετοειδής εγκέφαλος. Ενδιάμεσος Εγκέφαλος.

Neocortex. Σύνδεση με PTSD στο Στρατιωτικό Πεδίο.

❖ Τμήμα Σχεδιασμού

Q1. Πώς σας φαίνεται ο σχεδιασμός της Ενότητας Ι;

Απαντήσεις: Ανοιχτή ερώτηση

Καταγράφηκαν οι ακόλουθες απαντήσεις:

- Υποδηλωτικό σχέδιο και συμβατό με το θέμα της ενότητας.
- Μινιμαλιστικό.
- Πολύ ωραίο, ελκυστικό, με πολλές εικόνες.
- Υποδηλωτικό και ελκυστικό.
- Διαδραστικό και διαισθητικό.
- Ευχάριστο και χαλαρωτικό.

Ερμηνεία Q1:

Με βάση τις απαντήσεις που συλλέχθηκαν, μπορούμε να συμπεράνουμε ότι ο σχεδιασμός της Ενότητας Ι έγινε αντιληπτός πολύ θετικά από τους συμμετέχοντες. Οι περισσότερες απαντήσεις τονίζουν τις ελκυστικές, υποδηλωτικές και οπτικά ευχάριστες πτυχές του σχεδίου. Οι συμμετέχοντες σημείωσαν ότι ο σχεδιασμός είναι υποβλητικός και θεματικός, με πολλές καλοφτιαγμένες εικόνες και μια διαδραστικότητα που διευκόλυνε την πλοήγηση και τη χρήση της ενότητας. Ο μινιμαλιστικός σχεδιασμός εκτιμήθηκε για τη σαφήνεια και την απλότητά του, που διευκόλυνε τη χρήση και την κατανόηση του υλικού. Συνολικά, ο σχεδιασμός θεωρήθηκε ευχάριστος και συνέβαλε σε μια αποτελεσματική μαθησιακή εμπειρία.

E2: Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Να βελτιωθεί

Αποτελέσματα:

- Το 93% των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0% των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 7% των ατόμων απάντησε με γ. Να βελτιωθεί

Ερμηνεία Q2:

Η ερώτηση Q2 αξιολόγησε την αντίληψη των συμμετεχόντων για την ευχαρίστηση και την ελκυστικότητα του σχεδιασμού της Ενότητας Ι. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι ο σχεδιασμός θεωρήθηκε ομόφωνα ευχάριστος και ελκυστικός από τους περισσότερους συμμετέχοντες. Δεν υπήρξαν αρνητικές απαντήσεις, υποδηλώνοντας υψηλό επίπεδο ικανοποίησης.

E3. Σας εμπνέει ο σχεδιασμός να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Να βελτιωθεί

Αποτελέσματα:

- Το 100% των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0% των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Να βελτιωθεί

Ερμηνεία Q3:

Η Ερώτηση Q3 αξιολόγησε πόσο εμπνευσμένος και παρακινητικός είναι ο σχεδιασμός της Ενότητας Ι για τους συμμετέχοντες. Τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι όλοι οι συμμετέχοντες βρήκαν το σχέδιο εμπνευσμένο και κίνητρο, χωρίς αρνητικές απαντήσεις ή προτάσεις για βελτίωση.

❖ Ενότητα Περιεχομένου

Q1. Πώς σας φαίνεται το περιεχόμενο της Ενότητας I;

Απαντήσεις:

ένα. Εξοχος

σι. Καλός

ντο. Χρειάζεται βελτίωση

Αποτελέσματα:

- Το 85% των ατόμων απάντησε με α. Εξοχος
- Το 15% των ατόμων απάντησε με β. Καλός
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Χρειάζεται βελτίωση

Ερμηνεία Q1:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες θεώρησαν το περιεχόμενο της Ενότητας I εξαιρετικό, με μικρό αριθμό απαντήσεων να το αξιολογούν ως καλό. Καμία απάντηση δεν έδειξε την ανάγκη για βελτιώσεις, υποδηλώνοντας μια πολύ θετική αντίληψη για το υλικό που παρουσιάζεται.

E2. Είναι εύκολο να ακολουθήσεις;

Απαντήσεις:

ένα. Ναι, πολύ εύκολο

σι. Εν μέρει εύκολο

ντο. Όχι, δύσκολο

Αποτελέσματα:

- Το 89% των ατόμων απάντησε με α. Ναι, πολύ εύκολο
- Το 11% των ατόμων απάντησε με β. Εν μέρει εύκολο
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Όχι, δύσκολο

Ερμηνεία Q2:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρήκαν την ενότητα πολύ εύκολη στην παρακολούθηση, με έναν μικρό αριθμό συμμετεχόντων να τη βρίσκουν εν μέρει εύκολη. Καμία απάντηση δεν έδειξε σημαντικές δυσκολίες.

Ε3. Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;

Απαντήσεις:

ένα. Ναι, πολύ εύκολο να το καταλάβεις

σι. Εν μέρει εύκολο στην κατανόηση

ντο. Όχι, δυσνόητο

Αποτελέσματα:

- Το 95% των ατόμων απάντησε με α. Ναι, πολύ εύκολο να το καταλάβεις
- Το 5% των ατόμων απάντησε με β. Εν μέρει εύκολο στην κατανόηση
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Όχι, δυσνόητο

Ερμηνεία Q3:

Σχεδόν όλοι οι συμμετέχοντες βρήκαν τους όρους και τις εκφράσεις πολύ εύκολα κατανοητούς, με ένα μικρό ποσοστό να τις βρίσκει εν μέρει εύκολα κατανοητές.

❖ Τμήμα Βοηθημάτων

Q1. Θεωρείτε ότι αυτή η ενότητα είναι χρήσιμη για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Δεν ξέρω

Αποτελέσματα:

- Το 100% των ανθρώπων απάντησε με α. Ναί
- Το 0% των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Δεν ξέρω

Ερμηνεία Q1:

Όλοι οι συμμετέχοντες θεώρησαν την Ενότητα I χρήσιμη για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες, χωρίς αρνητικές ή αναποφάσιστες απαντήσεις.

Ε2. Πιστεύετε ότι η ενότητα θα βοηθήσει ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;**Απαντήσεις:**

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Δεν ξέρω

Αποτελέσματα:

- Το 90% των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0% των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 10% των ατόμων απάντησε με γ. Δεν ξέρω

Ερμηνεία Q2:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι η ενότητα θα είναι χρήσιμη για το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό, με ένα μικρό ποσοστό αναποφάσιστων απαντήσεων.

Ενότητα II

Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες. Τι είναι, Πώς εμφανίζεται, Ποια είναι τα συμπτώματα στο στρατιωτικό πλαίσιο.

❖ Τμήμα Σχεδιασμού

Q1. Πώς σας φαίνεται ο σχεδιασμός του Module II;

Απαντήσεις: Ανοιχτή ερώτηση

Καταγράφηκαν οι ακόλουθες απαντήσεις:

- Υποδηλωτικό σχέδιο και συμβατό με το θέμα της ενότητας.
- Μινιμαλιστικό.
- Πολύ ωραίο, ελκυστικό, με πολλές εικόνες.
- Υποδηλωτικό και ελκυστικό.
- Διαδραστικό και διαισθητικό.
- Ευχάριστο και χαλαρωτικό.

Ερμηνεία Q1:

Οι απαντήσεις δείχνουν μια γενικά πολύ θετική εκτίμηση για το σχεδιασμό της Ενότητας II. Οι συμμετέχοντες τόνισαν διάφορες πτυχές του σχεδιασμού που συμβάλλουν στην αποτελεσματικότητα και την ελκυστικότητά του, με ιδιαίτερη έμφαση στον υποβλητικό, μινιμαλιστικό και διαδραστικό σχεδιασμό.

E2. Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Να βελτιωθεί

Αποτελέσματα:

- Το 90% των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0% των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 10% των ατόμων απάντησε με γ. Να βελτιωθεί

Ερμηνεία Q2:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρήκαν τον σχεδιασμό της Ενότητας II ευχάριστο και ελκυστικό, με έναν μικρό αριθμό απαντήσεων που υποδηλώνουν βελτιώσεις.

Ε3. Σας εμπνέει ο σχεδιασμός να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις:

ένα. Ναι

σι. Όχι

ντο. Να βελτιωθεί

Αποτελέσματα:

- Το 98% των ατόμων απάντησε με α. Ναι
- Το 0% των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 2% των ατόμων απάντησε με γ. Να βελτιωθεί

Ερμηνεία Q3:

Σχεδόν όλοι οι συμμετέχοντες βρήκαν τη σχεδίαση της Ενότητας II εμπνευσμένη και παρακινητική, με πολύ λίγες προτάσεις για βελτίωση.

❖ Ενότητα Περιεχομένου

Q1. Πώς σας φαίνεται το περιεχόμενο της Ενότητας II;

Απαντήσεις:

ένα. Εξοχος

σι. Καλός

ντο. Χρειάζεται βελτίωση

Αποτελέσματα:

- Το 82% των ατόμων απάντησε με α. Εξοχος
- Το 18% των ατόμων απάντησε με β. Καλός
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Χρειάζεται βελτίωση

Ερμηνεία Q1:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες θεώρησαν το περιεχόμενο της Ενότητας II εξαιρετικό, με έναν μικρό αριθμό απαντήσεων να το αξιολογούν ως καλό. Καμία απάντηση δεν έδειξε την ανάγκη για βελτιώσεις.

Ε2. Είναι εύκολο να ακολουθήσεις;

Απαντήσεις:

ένα. Ναι, πολύ εύκολο

σι. Εν μέρει εύκολο

ντο. Όχι, δύσκολο

Αποτελέσματα:

- Το 91% των ατόμων απάντησε με α. Ναι, πολύ εύκολο
- Το 9% των ατόμων απάντησε με β. Εν μέρει εύκολο
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Όχι, δύσκολο

Ερμηνεία Q2:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρήκαν την ενότητα πολύ εύκολη στην παρακολούθηση, με έναν μικρό αριθμό συμμετεχόντων να τη βρίσκουν εν μέρει εύκολη. Καμία απάντηση δεν έδειξε σημαντικές δυσκολίες.

Ε3. Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;

Απαντήσεις:

ένα. Ναι, πολύ εύκολο να το καταλάβεις

σι. Εν μέρει εύκολο στην κατανόηση

ντο. Όχι, δυσνόητο

Αποτελέσματα:

- Το 94% των ατόμων απάντησε με α. Ναι, πολύ εύκολο να το καταλάβεις
- Το 6% των ατόμων απάντησε με β. Εν μέρει εύκολο στην κατανόηση
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Όχι, δυσνόητο

Ερμηνεία Q3:

Σχεδόν όλοι οι συμμετέχοντες βρήκαν τους όρους και τις εκφράσεις πολύ εύκολα κατανοητούς, με ένα μικρό ποσοστό να τις βρίσκει εν μέρει εύκολα κατανοητές.

❖ Τμήμα Βοηθημάτων

Q1. Θεωρείτε ότι αυτή η ενότητα είναι χρήσιμη για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Δεν ξέρω

Αποτελέσματα:

- Το 100 % των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με γ. Δεν ξέρω

Ερμηνεία Q1:

Όλοι οι συμμετέχοντες θεώρησαν την Ενότητα II χρήσιμη για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες, χωρίς αρνητικές ή αναποφάσιστες απαντήσεις.

E2. Πιστεύετε ότι η ενότητα θα βοηθήσει ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Δεν ξέρω

Αποτελέσματα:

- Το 88 % των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με β. Όχι

- Το 12% των ατόμων απάντησε με γ. Δεν ξέρω

Ερμηνεία Q2:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι η ενότητα θα είναι χρήσιμη για το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό, με ένα μικρό ποσοστό αναποφάσιστων απαντήσεων.

Ενότητα III

Διαχείριση της Διαταραχής Μετατραυματικού Στρες. Τεχνικές και Μέθοδοι.

❖ Τμήμα Σχεδιασμού

Q1. Πώς σας φαίνεται ο σχεδιασμός της Ενότητας III;

Απαντήσεις: Ανοιχτή ερώτηση

Καταγράφηκαν οι ακόλουθες απαντήσεις:

- Υποδηλωτικό σχέδιο και συμβατό με το θέμα της ενότητας.
- Μινιμαλιστικό.
- Πολύ ωραίο, ελκυστικό, με πολλές εικόνες.
- Υποδηλωτικό και ελκυστικό.
- Διαδραστικό και διαισθητικό.
- Ευχάριστο και χαλαρωτικό.

Ερμηνεία Q1:

Οι απαντήσεις δείχνουν μια γενικά πολύ θετική εκτίμηση για το σχεδιασμό της Ενότητας III. Οι συμμετέχοντες τόνισαν διάφορες πτυχές του σχεδιασμού που συμβάλλουν στην αποτελεσματικότητα και την ελκυστικότητά του, με ιδιαίτερη έμφαση στον υποβλητικό, μινιμαλιστικό και διαδραστικό σχεδιασμό.

E2. Είναι το σχέδιο ευχάριστο και ελκυστικό;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Να βελτιωθεί

Αποτελέσματα:

- Το 92% των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0% των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 8% των ατόμων απάντησε με γ. Να βελτιωθεί

Ερμηνεία Q2:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρήκαν τον σχεδιασμό της Ενότητας III ευχάριστο και ελκυστικό, με έναν μικρό αριθμό απαντήσεων που υποδηλώνουν βελτιώσεις.

Ε3. Σας εμπνέει ο σχεδιασμός να διαβάσετε το περιεχόμενο;

Απαντήσεις:

ένα. Ναι

σι. Όχι

ντο. Να βελτιωθεί

Αποτελέσματα:

- Το 100 % των ατόμων απάντησε με α. Ναι
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με γ. Να βελτιωθεί

Ερμηνεία Q3:

Όλοι οι συμμετέχοντες βρήκαν τον σχεδιασμό της Ενότητας III εμπνευσμένη και παρακινώντας, χωρίς αρνητικές απαντήσεις ή προτάσεις για βελτίωση.

❖ Ενότητα Περιεχομένου

Q1. Πώς πιστεύετε για το περιεχόμενο της Ενότητας III;

Απαντήσεις:

ένα. Εξοχος

σι. Καλός

ντο. Χρειάζεται βελτίωση

Αποτελέσματα:

- Το 84 % των ατόμων απάντησε με α. Εξοχος
- Το 16 % των ατόμων απάντησε με β. Καλός
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με γ. Χρειάζεται βελτίωση

Ερμηνεία Q1:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες θεώρησαν το περιεχόμενο της Ενότητας III εξαιρετικό, με μικρό αριθμό απαντήσεων να το αξιολογούν ως καλό. Καμία απάντηση δεν έδειξε την ανάγκη για βελτιώσεις.

Ε2. Είναι εύκολο να ακολουθήσεις;**Απαντήσεις:**

ένα. Ναι, πολύ εύκολο

σι. Εν μέρει εύκολο

ντο. Όχι, δύσκολο

Αποτελέσματα:

- Το 92% των ατόμων απάντησε με α. Ναι, πολύ εύκολο
- Το 8% των ατόμων απάντησε με β. Εν μέρει εύκολο
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Όχι, δύσκολο

Ερμηνεία Q2:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρήκαν την ενότητα πολύ εύκολη στην παρακολούθηση, με έναν μικρό αριθμό συμμετεχόντων να τη βρίσκουν εν μέρει εύκολη. Καμία απάντηση δεν έδειξε σημαντικές δυσκολίες.

Ε3. Είναι εύκολο να κατανοηθούν οι όροι και οι εκφράσεις;**Απαντήσεις:**

ένα. Ναι, πολύ εύκολο να το καταλάβεις

σι. Εν μέρει εύκολο στην κατανόηση

ντο. Όχι, δυσνόητο

Αποτελέσματα:

- Το 96% των ατόμων απάντησε με α. Ναι, πολύ εύκολο να το καταλάβεις
- Το 4% των ατόμων απάντησε με β. Εν μέρει εύκολο στην κατανόηση
- Το 0% των ατόμων απάντησε με γ. Όχι, δυσνόητο

Ερμηνεία Q3:

Σχεδόν όλοι οι συμμετέχοντες βρήκαν τους όρους και τις εκφράσεις πολύ εύκολα κατανοητούς, με ένα μικρό ποσοστό να τις βρίσκει εν μέρει εύκολα κατανοητές.

❖ Τμήμα Βοηθημάτων

Q1. Θεωρείτε ότι αυτή η ενότητα είναι χρήσιμη για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Δεν ξέρω

Αποτελέσματα:

- Το 100 % των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με γ. Δεν ξέρω

Ερμηνεία Q1:

Όλοι οι συμμετέχοντες θεώρησαν την Ενότητα ΙΙΙ χρήσιμη για την κατανόηση της διαταραχής μετατραυματικού στρες, χωρίς αρνητικές ή αναποφάσιστες απαντήσεις.

E2. Πιστεύετε ότι η ενότητα θα βοηθήσει ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό;

Απαντήσεις:

ένα. Ναί

σι. Όχι

ντο. Δεν ξέρω

Αποτελέσματα:

- Το 92 % των ατόμων απάντησε με α. Ναί
- Το 0 % των ατόμων απάντησε με β. Όχι
- Το 8 % των ατόμων απάντησε με γ. Δεν ξέρω

Ερμηνεία Q2:

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες πιστεύουν ότι η ενότητα θα είναι χρήσιμη για το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό, με ένα μικρό ποσοστό αναποφάσιστων απαντήσεων.

Τελικά Συμπεράσματα και Συστάσεις

❖ Σχεδιασμός Ενοτήτων I, II και III

Συνολικά θετικά σχόλια

Και οι τρεις ενότητες, οι οποίες αντιμετώπιζαν βασικά θέματα για το στρατιωτικό προσωπικό, εκτιμήθηκαν ως προς το σχεδιασμό. Οι συμμετέχοντες (εν ενεργεία στρατιωτικοί, βετεράνοι και ανάπηροι στρατιωτικοί) σημείωσαν ότι ο σχεδιασμός ήταν ευχάριστος, ελκυστικός, μινιμαλιστικός και υποβλητικός, συμβάλλοντας σημαντικά στη θετική μαθησιακή εμπειρία. Αυτά τα χαρακτηριστικά ήταν απαραίτητα για τη διευκόλυνση της εύκολης πλοήγησης μέσω εκπαιδευτικού υλικού και τη διατήρηση του συνεχούς ενδιαφέροντος των συμμετεχόντων.

Έμπνευση και κίνητρο

Ο σχεδιασμός πέτυχε να εμπνεύσει και να παρακινήσει τους συμμετέχοντες να ασχοληθούν με το περιεχόμενο, το οποίο είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση του ενδιαφέροντος και της δέσμευσης στη μαθησιακή διαδικασία. Το γεγονός ότι το 100% των ερωτηθέντων θεώρησε ότι ο σχεδιασμός της Ενότητας III ήταν εμπνευσμένος είναι μια ξεκάθαρη απόδειξη της επιτυχίας της οπτικής προσέγγισης που χρησιμοποιήθηκε. Αυτό υποδηλώνει ότι τα οπτικά στοιχεία ήταν καλά ενσωματωμένα με το περιεχόμενο, διευκολύνοντας μια ελκυστική και διαδραστική εμπειρία μάθησης.

❖ Περιεχόμενο των Ενοτήτων I, II και III

Ποιότητα και συνάφεια

Το περιεχόμενο κάθε ενότητας θεωρήθηκε υψηλής ποιότητας και πολύ σχετικό με τα θέματα που εξετάζονται. Οι συμμετέχοντες (εν ενεργεία στρατιωτικοί, βετεράνοι και ανάπηροι στρατιωτικοί) εκτίμησαν τη λογική δομή, τη σαφήνεια και τη δυνατότητα εφαρμογής των πληροφοριών. Η Ενότητα I παρείχε μια βαθιά κατανόηση των συναισθηματικών μηχανισμών, η Ενότητα II λεπτομερώς διαταραχή μετατραυματικού στρες και η Ενότητα III παρουσίαζε τεχνικές και μεθόδους για τη διαχείρισή της.

Χρησιμότητα για στρατιωτικό προσωπικό

Η ενότητα III, ειδικότερα, θεωρήθηκε εξαιρετικά χρήσιμη για την κατανόηση και τη διαχείριση της διαταραχής μετατραυματικού στρες, τόσο για το ενεργό όσο και για το εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό. Οι συμμετέχοντες αναγνώρισαν την πρακτική αξία των τεχνικών και των μεθόδων που παρουσιάστηκαν, υπογραμμίζοντας τη σημασία αυτής της ενότητας στην παροχή συγκεκριμένων και εφαρμόσιμων εργαλείων για τη διαχείριση του μετατραυματικού στρες. Αυτό αντικατοπτρίζεται από το γεγονός ότι το 92% των ερωτηθέντων πίστευε ότι η ενότητα θα βοηθούσε το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό.

❖ Ευκολία χρήσης και κατανόησης

Ευκολία πλοήγησης

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες βρήκαν τις ενότητες πολύ εύκολη στην πλοήγηση, με καλά δομημένες πληροφορίες που παρουσιάζονται σε προσβάσιμη μορφή. Οι απαντήσεις δείχνουν μια σαφή και καλά οργανωμένη παρουσίαση του υλικού, η οποία διευκολύνει την αφομοίωση των πληροφοριών.

Γλωσσική σαφήνεια

Οι όροι και οι εκφράσεις έγιναν αντιληπτοί ως πολύ εύκολα κατανοητοί, διευκολύνοντας τη βαθιά και ολοκληρωμένη κατανόηση των θεμάτων που συζητήθηκαν. Αυτό είναι απαραίτητο για τη διασφάλιση της προσβασιμότητας των πληροφοριών σε όλους τους συμμετέχοντες, ανεξάρτητα από το επίπεδο προετοιμασίας ή την εμπειρία τους στον τομέα. Το 96% των ερωτηθέντων δήλωσε ότι οι όροι και οι εκφράσεις ήταν πολύ εύκολα κατανοητοί, υπογραμμίζοντας την αποτελεσματικότητα της επικοινωνίας εντός της ενότητας.

συστάσεις

❖ Διατήρηση της τρέχουσας προσέγγισης

Σχέδιο

Συνεχίστε να χρησιμοποιείτε τον τρέχοντα σχεδιασμό, διατηρώντας εκτιμώμενα χαρακτηριστικά όπως ο μινιμαλισμός, η ελκυστικότητα και η οπτική διαύγεια. Ο μινιμαλιστικός σχεδιασμός, με υποβλητικές και σχετικές εικόνες, ήταν εξαιρετικά αποτελεσματικός στη διατήρηση του ενδιαφέροντος των συμμετεχόντων και στη διευκόλυνση της πλοήγησης στο υλικό.

Περιεχόμενο

Διατηρήστε τη λογική δομή και τη σαφήνεια των πληροφοριών που παρουσιάζονται στις ενότητες. Κάθε ενότητα θα πρέπει να συνεχίσει να παρέχει λεπτομερείς και εφαρμόσιμες πληροφορίες, προσαρμοσμένες στις ανάγκες και τις εμπειρίες του ενεργού και εφεδρικού στρατιωτικού προσωπικού.

❖ Αντιμετώπιση μικροπροτάσεων

Αναλυτικά σχόλια

Αναλύστε τα σχόλια της μειοψηφίας που υποδεικνύουν εν μέρει εύκολα κατανοητές ή εν μέρει εύκολες στην παρακολούθηση πτυχές. Είναι σημαντικό να αναλυθούν οι απαντήσεις αυτών των συμμετεχόντων για να εντοπιστούν πιθανοί τομείς για βελτίωση.

Μελλοντικές βελτιώσεις

Χρησιμοποιήστε τα σχόλια της μειοψηφίας για να κάνετε προσαρμογές και μελλοντικές βελτιώσεις. Βεβαιωθείτε ότι κάθε πτυχή της ενότητας είναι βελτιστοποιημένη ώστε να καλύπτει τις ανάγκες όλων των συμμετεχόντων, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που είχαν μικρές δυσκολίες.

Τελικό Συμπέρασμα

Το πιλοτικό διαδικτυακό μάθημα για τη διαταραχή μετατραυματικού στρες έγινε αντιληπτό πολύ θετικά από τους συμμετέχοντες, τόσο ως προς το σχεδιασμό όσο και ως προς το περιεχόμενο. Οι προτεινόμενες συστάσεις στοχεύουν στη διατήρηση και τη συνεχή βελτίωση της μαθησιακής εμπειρίας, διασφαλίζοντας τη συνάφεια και τη χρησιμότητα του μαθήματος για το ενεργό και εφεδρικό στρατιωτικό προσωπικό. Αυτά τα μέτρα θα συμβάλουν στην εδραίωση της μάθησης και στην αποτελεσματική εφαρμογή τεχνικών διαχείρισης του άγχους, υποστηρίζοντας έτσι την ψυχική και συναισθηματική ευημερία του στρατιωτικού προσωπικού.

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.

