



# RAPORT Z TESTOWANIA

*POMOST - Innowacyjny model wsparcia  
osób zależnych i ich rodzin przez  
studentów kierunku Psychologia*

## SPIS TREŚCI

<b>SPIS TREŚCI</b> .....	<b>2</b>
<b>UCZESTNICZY TESTOWANIA</b> .....	<b>3</b>
<b>DOKUMENTY SŁUŻĄCE DO MONITOROWANIA PRZEBIEGU TESTOWANIA</b> .....	<b>5</b>
<i>ANKIETY EX ANTE I EX POST/ WYWIADY</i> .....	5
<b>PODSUMOWANIE WYNIKÓW TESTOWANIA NA PODSTAWIE ANKIET EX ANTE I EX POST/ WYWIADÓW</b> .....	<b>7</b>
<i>ANKIETY EX ANTE I EX POST – PYTANIA OGÓLNE</i> .....	7
<i>ANKIETY EX POST – WYWIADY</i> .....	10

## UCZESTNICY TESTOWANIA

Uczestnikami testowania w ramach projektu *POMOST - Innowacyjny model wsparcia osób zależnych i ich rodzin przez studentów kierunku Psychologia* było 12 osób – 4 osoby zależne, 4 opiekunów i 4 studentów/ absolwentów kierunku Psychologia.

### A. OSOBY ZALEŻNE

Projektodawca ma w swoim otoczeniu wiele osób, które z różnych przyczyn (zaawansowany wiek, choroba, niepełnosprawność) są osobami uzależnionymi od pomocy i wsparcia innych. Z tej grupy wybrano osoby, którzy wyraziły zainteresowanie udziałem w testowaniu, dysponowały wolnym czasem samodzielnie lub z pomocą członków rodziny korzystały z Internetu. Kryterium wyboru był także fakt zamieszkiwania na terenie Miasta Poznania oraz status osoby nieaktywnej zawodowo i nieuczącej się. W testowaniu wzięły udział cztery kobiety w wieku od 67 do 90 lat, przebywające na rentach lub emeryturach. Zależność uczestniczek testowania wynikała nie tylko z zaawansowanego wieku i związanych z nim chorób, ale także z niepełnosprawności. Uczestniczki testowania dysponowały wykształceniem od podstawowego po policealne. Każda z pań testując model, korzystała ze wsparcia opiekunów, którzy służyli pomocą w poruszaniu się po stronie internetowej <http://pomost.kuzniaekspertow.pl/>, na której zostały zebrane wszystkie materiały dotyczące projektu.

Oto krótkie podsumowanie najważniejszych cech osób zależnych testujących model POMOST:

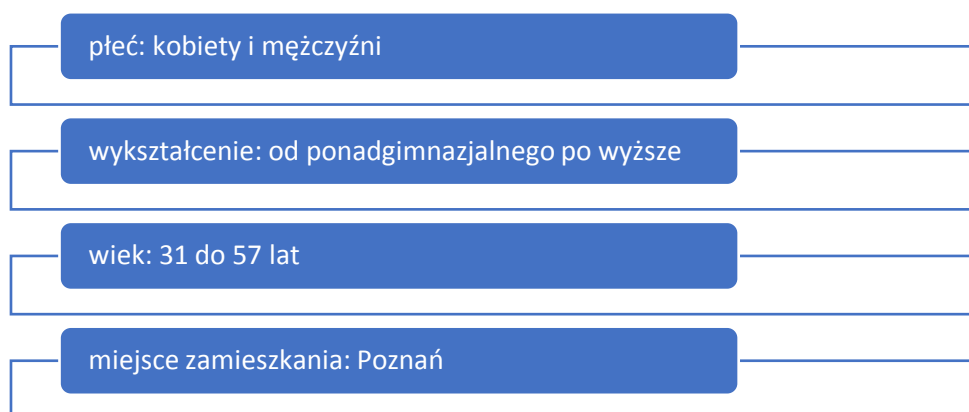
płeć: kobiety	
wykształcenie: od podstawowego po policealne	
wiek: 67 - 90 lat	
miejsce zamieszkania: Poznań	

## B. OPIEKUNOWIE OSÓB ZALEŻNYCH

W testowaniu rozwiązań projektu POMOST zadeklarowały udział osoby, które na co dzień są opiekunami osób zależnych testujących model. Projektodawca nie musiał zatem dodatkowo poszukiwać chętnych uczestników testowania. Takie rozwiązanie było bardzo praktyczne i pozwoliło na lepsze poznanie założeń projektu przez najbliższe otoczenie osób zależnych – ich rodziny.

Testującymi opiekunami były trzy kobiety i mężczyzna w wieku od 31 do 57 lat. Wszystkie osoby zamieszkują Poznań (jedna jest na stałe zameldowana w Kaliszu), są aktywne zawodowo, pracują w sektorze prywatnym, instytucie naukowym i szkole podstawowej. Opiekunowie dysponują wykształceniem od ponadgimnazjalnego do wyższego.

Oto krótkie podsumowanie najważniejszych cech opiekunów osób zależnych testujących model POMOST:



## C. STUDENCI KIERUNKU PSYCHOLOGIA

Projektodawca, firma Kuźnia Ekspertów współpracuje na co dzień z wieloma osobami, w tym również ze studentami. Studenci testujący model POMOST zostali wybrani z kręgu osób współpracujących z Kuźnią Ekspertów, wyrazili oni chęć zaangażowania się w pracę w projekcie oraz zainteresowanie tematyką wsparcia osób zależnych. Ostatecznie w testowaniu wzięły udział **trzy studentki ostatnich dwóch lat kierunku Psychologia oraz absolwentka tego kierunku**. Testowanie rozszerzono o jedną absolwentkę studiów psychologicznych, biorąc pod uwagę jej zaangażowanie w tematykę spraw osób zależnych i chęć niesienia pomocy.

## DOKUMENTY SŁUŻĄCE DO MONITOROWANIA PRZEBIEGU TESTOWANIA

Zestaw dokumentów, które służyły do monitorowania przebiegu testowania składał się z:

- A. Ankiety EX ANTE – przed testowaniem modelu POMOST
- B. Ankiety EX POST – po testowaniu modelu POMOST łączącej rolę ankiety z poszerzonym wywiadem.

Obie ankiety różniły się w pewnym stopniu jeśli chodzi o treść zadawanych w nich pytań w zależności od ich adresatów. Opiekunowie osób zależnych i osoby zależne odpowiadały na takie same zestawy pytań, natomiast studenci na nieco inne pytania. Miało to związek z rolą jaką dane osoby odgrywały w projekcie, studenci oceniali przydatność modelu również pod kątem doświadczeń zawodowych, opiekunowie i osoby zależne pod kątem praktycznego zastosowania modelu na co dzień.

### ANKIETY EX ANTE I EX POST/ WYWIADY

Ankiety miały za zadanie zmierzenie poziomu wsparcia emocjonalnego i psychologicznego u osób testujących oraz poziomu ich wiedzy na temat możliwości uzyskania wsparcia PRZED I PO zapoznaniu się z modelem POMOST. Każdy z testujących otrzymał identyczną ankietę, złożoną z 5 pytań, którą wypełniał przed i po testowaniu. Ankieta w swoim założeniu miała być prostym narzędziem badającym ewentualny przyrost wiedzy i świadomości. Dodatkowo ankieta EX POST została uzupełniona o serię 15 szczegółowych pytań dotyczących konkretnie oceny modelu POMOST, przez co w efekcie **spełniła rolę wywiadu.**

### **ANKIETY EX ANTE i EX POST SKIEROWANE DO OSÓB ZALEŻNYCH I ICH OPIEKUNÓW ZAWIERAŁY NASTĘPUJĄCE PYTANIA:**

1. Jak oceniasz poziom swojej wiedzy w zakresie form wsparcia emocjonalnego?  
(1- zdecydowanie źle, 5 – zdecydowanie dobrze)
2. Jak oceniasz dostępność różnych form wsparcia emocjonalnego?  
(1- zdecydowanie źle, 5 – zdecydowanie dobrze)
3. Na ile w skali 0-5 oceniasz swój poziom wiedzy na temat sposobów uzyskania wsparcia?
4. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz się wspierany w obecnej sytuacji życiowej?
5. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz się wspierany psychicznie w obecnej sytuacji życiowej?

### ANKIETA EX POST – DODATKOWE PYTANIA w formule WYWIADU:

1. Jak Pani/Pan ocenia innowację umożliwiającą dostęp do wsparcia psychologicznego udzielanego przez studentów ostatnich lat na kierunku Psychologia?
2. Jak ocenia Pani/ Pan model i narzędzia?
3. Jak ocenia Pani/ Pan prototyp aplikacji?
4. Czy Pani/ Pana zdaniem korzystanie z modelu poprawia dostęp do wsparcia osób zależnych i ich rodzin w obszarze pomocy emocjonalnej/ psychologicznej i autoterapii?
5. Jak ocenia Pani/ Pan produkt projektu pod kątem jego przydatności dla osób zależnych i ich rodzin?
6. Jak ocenia Pani/ Pan innowacyjność tego pomysłu i produktów w odniesieniu do dostępnych rozwiązań?
7. Jak ocenia Pani/ Pan stopień trudności w korzystaniu z narzędzi?
8. Czy zauważa Pani/ Pan jakieś ograniczenia, trudności?
9. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Wizualizacja modelu?
10. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Instrukcja użytkownika modelu?
11. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Instrumentarium dla użytkowników?
12. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Opracowanie dobrych praktyk dla studentów?
13. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Zestaw wzorów umów i regulaminów?
14. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Opracowanie podręcznika zarządzania systemem praktyk dla studentów?
15. Czy ma Pani/ Pan uwagi do produktów, jeśli tak to jakie?

### ANKIETY EX ANTE i EX POST SKIEROWANE DO STUDENTÓW ZAWIERAŁY NASTĘPUJĄCE PYTANIA:

1. Jak oceniasz poziom swojej wiedzy w zakresie wsparcia emocjonalnego?  
(1- zdecydowanie źle, 5 – zdecydowanie dobrze)
2. Jak oceniasz dostępność różnych form wsparcia emocjonalnego?  
(1- zdecydowanie źle, 5 – zdecydowanie dobrze)
3. Na ile w skali 0-5 oceniasz swój poziom wiedzy na temat sposobów uzyskania wsparcia?
4. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz, że posiadasz praktyczne umiejętności z zakresu pracy w zawodzie psychologa?
5. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz się gotowy do wykonywania zawodu psychologa?

Dodatkowe pytania w ANKIECIE EX-POST w formule WYWIADU dla studentów były identyczne z pytaniami zadanymi osobom zależnym i opiekunom.

Do każdego z pytań przypisana była skala punktowa, na której testujący zaznaczali właściwą ich zdaniem punktację, odzwierciedlającą ich aktualny stan wiedzy i świadomości. Zastosowano także pytania otwarte, które miały skłonić testujących do szerszej wypowiedzi.

## PODSUMOWANIE WYNIKÓW TESTOWANIA NA PODSTAWIE ANKIET EX ANTE I EX POST/ WYWIADÓW

Zestawienia wyników ankiet EX ANTE i EX POST zostały przeanalizowane przez projektodawcę pod względem przypisanych pytaniom konkretnych wartości liczbowych/ odpowiedzi przed i po testowaniu modelu, a także pod względem grupy testujących (osoby zależne, opiekunowie, studenci).

### ANKIETY EX ANTE I EX POST – PYTANIA OGÓLNE

W ankietach EX ANTE i EX POST (pierwsze pięć pytań) odpowiedzi udzielano za pomocą skali od 1 do 5, gdzie 1 oznacza najniższą, a 5 najwyższą ocenę. Poniższe zestawienie prezentuje odpowiedzi w formie zbiorczej, średniej punktacji, dla grupy **OPIEKUNÓW (4 osoby)**:

Pytanie zadane w ankiecie EX ANTE i EX POST	Odpowiedź udzielona w ankiecie EX ANTE (średnia punktacja)	Odpowiedź udzielona w ankiecie EX POST (średnia punktacja)	Porównanie wyniku PRZED i PO testowaniu modelu POMOST (przyrost %)
1. Jak oceniasz poziom swojej wiedzy w zakresie wsparcia emocjonalnego?	3,5	4,0	14%
2. Jak oceniasz dostępność różnych form wsparcia emocjonalnego?	2,0	3,5	75%
3. Na ile w skali 0-5 oceniasz swój poziom wiedzy na temat sposobów uzyskania wsparcia?	2,5	4,25	70%
4. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz się wspierany w obecnej sytuacji życiowej?	2,0	4,25	112%

**5. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz się wspierany psychicznie w obecnej sytuacji życiowej?**

2,5

3,75

50%

Poniższe zestawienie prezentuje odpowiedzi w formie zbiorczej, średniej punktacji, dla grupy **OSÓB ZALEŻNYCH (4 osoby)**:

Pytanie zadane w ankiecie EX ANTE i EX POST	Odpowiedź udzielona w ankiecie EX ANTE (średnia punktacja)	Odpowiedź udzielona w ankiecie EX POST (średnia punktacja)	Porównanie wyniku PRZED i PO testowaniu modelu POMOST (przyrost %)
1. Jak oceniasz poziom swojej wiedzy w zakresie wsparcia emocjonalnego?	2,0	3,25	62%
2. Jak oceniasz dostępność różnych form wsparcia emocjonalnego?	2,25	3,25	44%
3. Na ile w skali 0-5 oceniasz swój poziom wiedzy na temat sposobów uzyskania wsparcia?	1,75	2,75	57%
4. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz się wspierany w obecnej sytuacji życiowej?	2,25	3,0	33%
5. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz się wspierany psychicznie w obecnej sytuacji życiowej?	2,25	3,0	33%

Podsumowując wyniki badań ankietowych przeprowadzone wśród osób zależnych i opiekunów należy stwierdzić, że testowanie modelu POMOST poprawiło poczucie wsparcia u obu tych grup oraz wpłynęło pozytywnie na poziom wiedzy dotyczącej dostępnych źródeł pomocy w trudnych sytuacjach dnia codziennego. Założony w projekcie wzrost poczucia wsparcia emocjonalnego i psychicznego na poziomie 10% został osiągnięty, a nawet przekroczony (u osób zależnych był to wzrost o 33%, u opiekunów o 112%). Z pewnością na fakt tak wyraźnej poprawy samopoczucia miał wpływ kontakt z innym człowiekiem – studentami Psychologii, zainteresowanymi sytuacją osób potrzebujących, wnoszących nową jakość w życie osób zależnych i ich rodzin.

W projekcie założono także wzrost świadomości o możliwościach otrzymania wsparcia przez osoby zależne i opiekunów o 10%. Testowanie wykazało przyrost wiedzy u obu grup, odpowiednio o 57% i 70%. Jest to ważna informacja zwrotna, że przygotowane materiały oraz kontakt ze studentami przyniósł wymierne korzyści informacyjne dla testujących.

Poniższe zestawienie prezentuje odpowiedzi w formie zbiorczej, średniej punktacji, dla grupy **STUDENTÓW (4 osoby)**:

Pytanie zadane w ankiecie EX ANTE i EX POST	Odpowiedź udzielona w ankiecie EX ANTE (średnia punktacja)	Odpowiedź udzielona w ankiecie EX POST (średnia punktacja)	Porównanie wyniku PRZED i PO testowaniu modelu POMOST (przyrost %)
<b>1. Jak oceniasz poziom swojej wiedzy w zakresie wsparcia emocjonalnego?</b>	3,75	4,25	13%
<b>2. Jak oceniasz dostępność różnych form wsparcia emocjonalnego?</b>	1,5	4,0	166%
<b>3. Na ile w skali 0-5 oceniasz swój poziom wiedzy na temat sposobów uzyskania wsparcia?</b>	3,75	4,75	27%
<b>4. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz, że posiadasz praktyczne umiejętności z zakresu pracy w zawodzie psychologa?</b>	3,25	4,25	31%
<b>5. W jakim stopniu w skali 0-5 czujesz się gotowy do wykonywania zawodu psychologa?</b>	3,0	4,0	33%

W projekcie założono, że testowanie modelu POMOST przyczyni się do wzrostu o 15% poczucia gotowości do podjęcia praktycznej pracy psychologa u studentów biorących udział w projekcie. Zgodnie z wynikami ankiet wzrost ten nastąpił o około 30%. Spotkanie z osobami zależnymi i opiekunami było na pewno nowym doświadczeniem i możliwością sprawdzenia swoich kompetencji zawodowych w realnych sytuacjach życiowych.

## ANKIETY EX POST – WYWIADY

Ankiety EX POST oprócz spełnienia typowej roli porównawczej wobec ankiet wypełnianych przed rozpoczęciem testowania, miały też spełnić rolę wywiadu dotyczącego użyteczności i funkcjonalności modelu POMOST. Zawarto w nich 15 szczegółowych pytań, na które testujący odpowiadali za pomocą punktacji lub w formule odpowiedzi otwartych.

W tabeli poniżej zawarto zestawienie średnich ocen – odpowiedzi na pytania zawarte w wywiadzie – ankiecie EX POST **trzech grup testujących:**

PYTANIE ANKIETOWE	ŚREDNIA OCEN/ ODPOWIEDZI udzielone przez testujących
<b>1. Jak Pani/Pan ocenia innowację umożliwiającą dostęp do wsparcia psychologicznego udzielanego przez studentów ostatnich lat na kierunku Psychologia?</b> (skala ocen 1- 5, gdzie jeden oznacza zdecydowanie nie/ źle, a 5 zdecydowanie tak)	4,41
<b>2. Jak ocenia Pani/ Pan model i narzędzia?</b> (skala jw.)	4,25
<b>3. Jak ocenia Pani/ Pan prototyp aplikacji?</b> (skala jw.)	4,33
<b>4. Czy Pani/ Pana zdaniem korzystanie z modelu poprawia dostęp do wsparcia osób zależnych i ich rodzin w obszarze pomocy emocjonalnej/ psychologicznej i autoterapii?</b> (skala jw.)	4,5
<b>5. Jak ocenia Pani/ Pan produkt projektu pod kątem jego przydatności dla osób zależnych i ich rodzin?</b> (skala ocen 1- 4 gdzie 1 oznacza nieprzydatny a 4 bardzo przydatny)	3,33
<b>6. Jak ocenia Pani/ Pan innowacyjność tego pomysłu i produktów w odniesieniu do dostępnych rozwiązań?</b> (skala ocen 1-4 gdzie 1 oznacza nie innowacyjny a 4 bardzo innowacyjny)	3,58
<b>7. Jak ocenia Pani/ Pan stopień trudności w korzystaniu z narzędzi?</b> (skala ocen 1-4 gdzie 1 oznacza bardzo trudne, a 4 bardzo łatwe)	2,91
<b>8. Czy zauważa Pani/ Pan jakieś ograniczenia, trudności?</b>	odpowiedzi NIE, jedna

(odpowiedź TAK lub NIE, w przypadku odpowiedzi TAK można doprecyzować jakie to trudności).	sugestia: „audiobooki dla niewidomych”).
<b>9. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Wizualizacja modelu?</b> (skala ocen 1- 5, gdzie jedno oznacza zdecydowanie źle, a 5 zdecydowanie dobrze)	4,16
<b>10. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Instrukcja użytkownika modelu?</b> (skala jw.)	4,25
<b>11. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Instrumentarium dla użytkowników?</b> (skala jw.)	4,4
<b>12. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Opracowanie dobrych praktyk dla studentów?</b> (skala jw.)	4,08
<b>13. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Zestaw wzorów umów i regulaminów?</b> (skala jw.)	4,0
<b>14. Jak ocenia Pani/ Pan produkt Opracowanie podręcznika zarządzania systemem praktyk dla studentów?</b> (skala jw.)	4,08
<b>15. Czy ma Pani/ Pan uwagi do produktów, jeśli tak to jakie?</b> (skala jw.)	tylko odpowiedzi NIE

Podsumowując ww. badanie należy stwierdzić, że model POMOST i składające się na niego materiały zostały dobrze ocenione przez wszystkie grupy testujących. Warto podkreślić, że wyniki badań wszystkich grup osób były zbliżone, co umożliwiło również stworzenie zbiorczego zestawienia. Stosunkowo najwyżej oceniono poprawę dostępności wsparcia dla osób zależnych jaką stwarza POMOST. Najniższe oceny dotyczyły obsługi – korzystania z modelu oraz kilku produktów np. zestawu umów i regulaminów. Jest to zrozumiałe, ponieważ tego typu materiały są z założenia nieatrakcyjne w odbiorze. Pomysł łączenia studentów Psychologii z osobami zależnymi i ich rodzinami, na którym opierał się projekt został oceniony wysoko, co w połączeniu z pozostałymi wynikami ankiet i wywiadów wskazuje na przydatność i sensowność zaproponowanych przez projektodawcę rozwiązań.