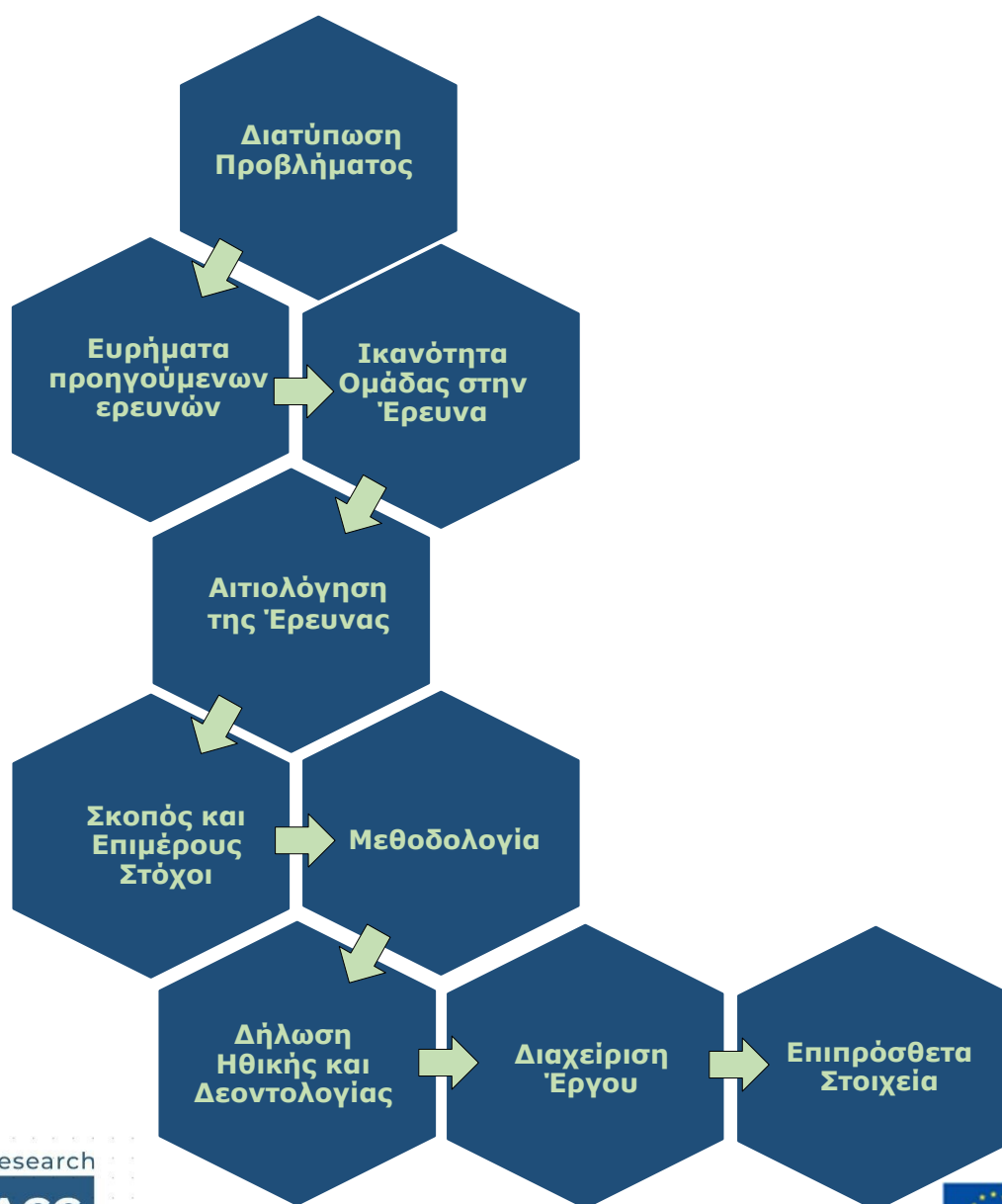


Οδηγίες για την ανάπτυξη ερευνητικής πρότασης



Palliative Care Research



RESPACC

attitude - communication - competence



Erasmus+

Περιεχόμενα

Παρουσίαση Προγράμματος RESPACC.....	3
Εισαγωγή	4
Διάγραμμα Ροής Ερευνητικής Πρότασης	5
Διατύπωση Προβλήματος – (σε Κλινικό Πλαίσιο)	6
Ευρήματα προηγούμενων ερευνών	13
Ικανότητα Ομάδας στην Έρευνα.....	18
Αιτιολόγηση της Έρευνας	22
Σκοπός και Επιμέρους Στόχοι	25
Μεθοδολογία.....	29
Δήλωση Ηθικής και Δεοντολογίας.....	37
Διαχείριση Έργου	45
Επιπρόσθετα Στοιχεία.....	53
Συμπεράσματα.....	60

Παρουσίαση Προγράμματος RESPACC

REsearch for all **PA**lliative **C**are **C**linicians Erasmus+ 2020-1-RO01-KA202-080128

Το πρόγραμμα RESPACC (Έρευνα για λειτουργούς υγείας και πρόνοιας στην Ανακουφιστική Φροντίδα) έχει ως σκοπό να εισαγάγει βασικές ερευνητικές δεξιότητες ως μέρος της κλινικής πρακτικής των λειτουργών υγείας και πρόνοιας που εργάζονται στην Ανακουφιστική Φροντίδα. Για την επίτευξη αυτού του σκοπού, έχουν καθοριστεί οι ακόλουθοι στόχοι:

1. Σχεδιασμός αποτελεσματικών στρατηγικών εκπαίδευσης για την ενίσχυση των βασικών ερευνητικών δεξιοτήτων σε όλα τα μέλη των διεπιστημονικών ομάδων στην ανακουφιστική φροντίδα.
2. Ενθάρρυνση της ανάπτυξης και χρήσης καινοτόμων προσεγγίσεων, για την αύξηση της αποτελεσματικής υιοθέτησης της, βασισμένης σε στοιχεία, έρευνας στην Ανακουφιστική Φροντίδα.
3. Αύξηση της ερευνητικής ικανότητας των λειτουργών υγείας και πρόνοιας που εργάζονται στην Ανακουφιστική Φροντίδα.
4. Αύξηση της ευαισθητοποίησης αναφορικά με την σημασία της ενσωμάτωσης της έρευνας στην κλινική πρακτική μεταξύ των λειτουργών υγείας και πρόνοιας στην Ανακουφιστική Φροντίδα.

Στο έργο περιλαμβάνονται σύνθετες δραστηριότητες, όπως: η ανάπτυξη ενός πλαισίου βασικών χαρακτηριστικών επάρκειας στην έρευνα, ενός οδηγού σχετικά με την κριτική ανάγνωση και την ακαδημαϊκή γραφή, που συνδέεται με τέσσερα διαδικτυακά σεμινάρια σε συγκεκριμένα θέματα, ενός διαγράμματος ροής ερευνητικής πρότασης με βίντεο σε συγκεκριμένα βήματα και υλικό καθοδήγησης σχετικά με τη μεθοδολογία, το σχεδιασμό, τη συλλογή και ανάλυση δεδομένων στο πλαίσιο ποιοτικής και ποσοτικής έρευνας. Όλα τα υλικά είναι διαθέσιμα στα Αγγλικά, Ρουμανικά, Ελληνικά και Ισπανικά.

Επικεφαλής έργου: HOSPICE Casa Sperantei Foundation, Ρουμανία

Εταίροι: Πανεπιστήμιο Transilvania Brasov, Ρουμανία
European Association of Palliative Care, Βέλγιο
Πανεπιστήμιο της Ναβάρρα, Ισπανία
Μονάδα Ανακουφιστικής Φροντίδας «ΓΑΛΙΛΑΙΑ» ΙΜΜΑ Ελλάδα.

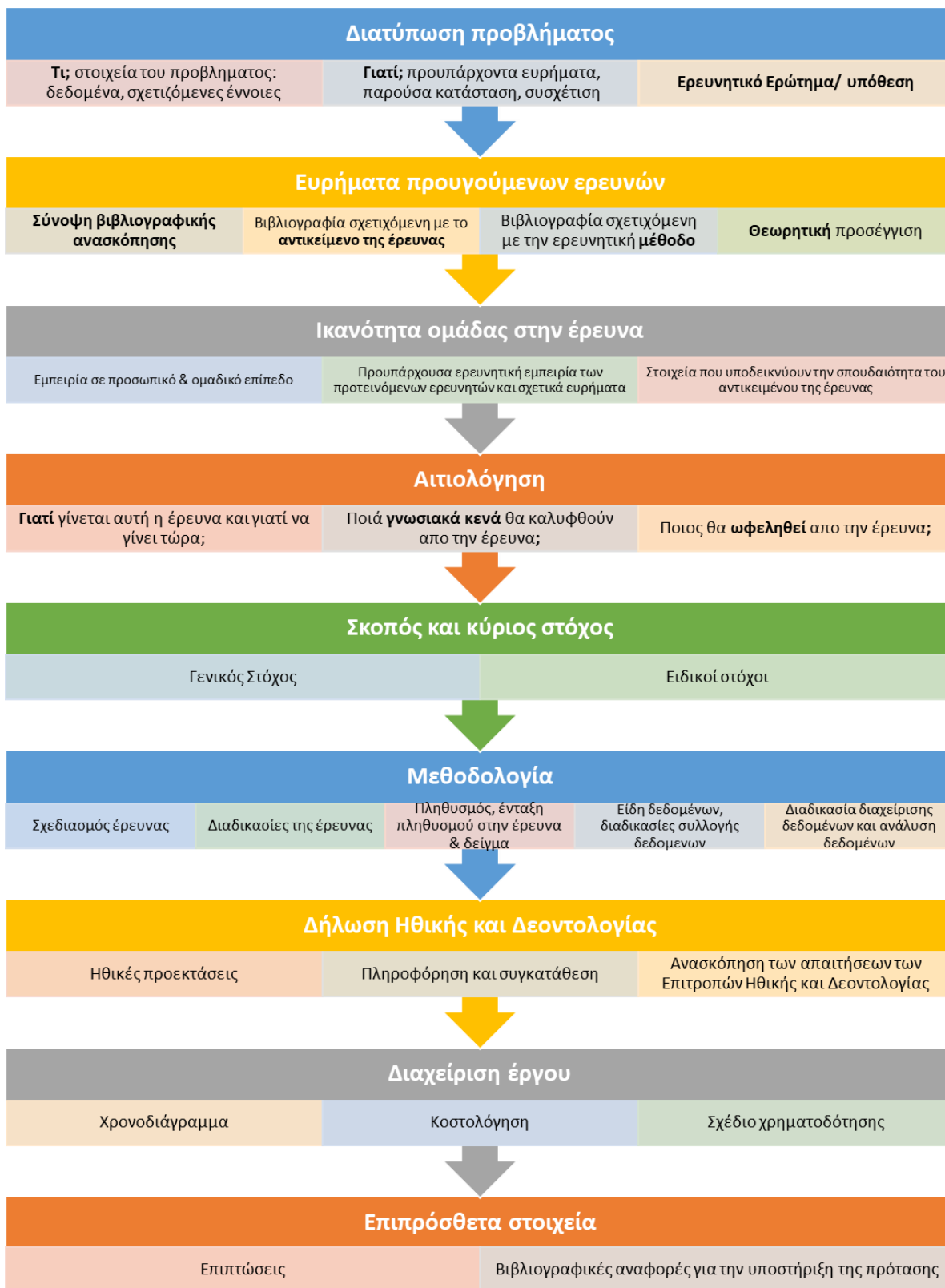
Εισαγωγή

Η ενσωμάτωση της έρευνας ως κεντρικής δεξιότητας στην Ανακουφιστική Φροντίδα είναι σημαντική, καθώς προάγει την καλύτερη κατανόηση των νέων εξελίξεων στον τομέα της Ανακουφιστικής Φροντίδας, μειώνοντας το κενό μεταξύ της έρευνας και της καθ' ημέρα πρακτικής στην Ανακουφιστική Φροντίδα. Επιπλέον, τα ευρήματα των ερευνητικών προγραμμάτων μπορούν συχνά να αναπαραχθούν σε άλλες κλινικές ειδικότητες.

Σε αυτόν οδηγό, μπορείτε να βρείτε μια σύντομη περιγραφή των βημάτων για την ανάπτυξη μιας ερευνητικής πρότασης, σύμφωνα με το Διάγραμμα Ροής Ερευνητικής Πρότασης το οποίο προτείνεται από την ομάδα RESPACC.

Στην επόμενη σελίδα παρουσιάζεται το Διάγραμμα Ροής Ερευνητικής Πρότασης. Στη συνέχεια, κάθε κεφάλαιο περιλαμβάνει ορισμούς των όρων, παραδείγματα, πρακτικές συμβουλές, συνδέσμους προς σχετικό υλικό που έχει αναπτύξει η ομάδα RESPACC ή άλλο υποστηρικτικό υλικό και βιβλιογραφικές αναφορές.

Διάγραμμα Ροής Ερευνητικής Πρότασης



Διατύπωση Προβλήματος – (σε Κλινικό Πλαίσιο)

Εισαγωγή

Η διατύπωση του προβλήματος είναι το πρώτο βήμα του διαγράμματος ροής που στοχεύει στο να προσφέρει καθοδήγηση στους κλινικούς λειτουργούς υγείας και πρόνοιας της Ανακουφιστικής Φροντίδας ώστε να μεταφράσουν τα καθημερινά κλινικά τους προβλήματα σε ερευνητικά ερωτήματα.

Η διατύπωση του προβλήματος χρησιμοποιείται στην έρευνα για να περιγράψει το πρόβλημα στο οποίο προσπαθεί να απαντήσει μια ερευνητική μελέτη. Περιγράφει εν συντομία τη διάσταση μεταξύ του ιδανικού επιπέδου πρακτικής και της τρέχουσας κατάστασης, ενώ παράλληλα εισάγει την ερευνητική διαδικασία για την κατανόηση και την αντιμετώπισή της.

Ένα πρόβλημα μπορεί να περιγραφεί ως ένα πολύπλευρο θέμα που ξεκινά από ένα πρακτικό ή θεωρητικό ενδιαφέρον, το οποίο θα μπορούσε να ερευνηθεί από την κατάλληλη ομάδα, να αποσαφηνιστεί, να ιεραρχηθεί σε σχέση με άλλα και να μετατραπεί σε ένα κατάλληλο ερευνητικό ερώτημα.

Μόλις γίνει κατανοητή η φύση του κλινικού προβλήματος και διατυπωθεί το ερευνητικό ερώτημα, ακολουθεί βιβλιογραφική αναζήτηση η οποία θα αποκαλύψει εάν ήδη υπάρχουν διαθέσιμες και επιστημονικά τεκμηριωμένες πρακτικές λύσεις ή όχι. Εάν υπάρχουν, ένας έλεγχος για την ορθή εφαρμογή της προτεινόμενης λύσης μπορεί να λύσει το θέμα, ώστε να γεφυρώσει το χάσμα μεταξύ ιδανικής πρακτικής και τρέχουσας κατάστασης. Εάν δεν μπορεί να βρεθεί μία κατάλληλη απάντηση, θα μπορούσε να ξεκινήσει μια ερευνητική ή κλινική μελέτη για να απαντήσει το ερευνητικό ερώτημα.

Ορισμός των Όρων

Τι είναι η Διατύπωση ενός Προβλήματος στην έρευνα;

Είναι η διατύπωση σχετικά με ένα ερώτημα που προκαλεί ανησυχία και προβληματισμό στην κλινική πρακτική, σχετικά με ένα πεδίο ενδιαφέροντος, μια δυσκολία που πρέπει να εξαιρεθεί, ή μια κατάσταση που πρέπει να βελτιωθεί στην πράξη. Η διατύπωση αυτή υποδεικνύει την ανάγκη για ουσιαστική κατανόηση και λεπτομερή ερευνητική μελέτη προς

τον εν λόγω σκοπό. Προσφέρει μια ενδελεχή κατανόηση ενός κλινικού προβλήματος και αποτελεί τη βάση για τη σύνθεση ενός ερευνητικού ερωτήματος.

Τι είναι ένα ερευνητικό ερώτημα;

Είναι ένα ερώτημα το οποίο θα απαντηθεί μέσω ενός ερευνητικού έργου που δημιουργείται για αυτόν ακριβώς τον σκοπό. Έχει μία διατύπωση που προσδιορίζει το προς μελέτη φαινόμενο. Ένα καλό ερευνητικό ερώτημα καθορίζει την κατάλληλη ερευνητική μελέτη, θέτει τα όρια και παρέχει την κατεύθυνση για τη συλλογή και ανάλυση δεδομένων. Η ανάπτυξη ενός ερευνητικού ερωτήματος μπορεί να αποτελεί πρόκληση, αν δεν γνωρίζετε τι πραγματικά θέλετε να κάνετε.

ΠΩΣ ΝΑ.... σχηματίσετε την διατύπωση του προβλήματός σας...

Για να σχηματίσετε τη διατύπωση του προβλήματος, είναι σημαντικό να απαντήσετε στις ακόλουθες ερωτήσεις:

1. Ποιο είναι το πρόβλημα;

Ποιο είναι το κενό στη γνώση, ποια η δυσκολία, ποιο το συγκεκριμένο θέμα κλπ που θα αντιμετωπιστεί; Τι είναι ήδη γνωστό; Υπάρχει συγκεκριμένη, τεκμηριωμένη γνώση για το θέμα; Υπάρχουν στοιχεία για την ύπαρξη του προβλήματος; Ορίστε ποια είναι η τρέχουσα πρακτική και πώς υπολείπεται του ιδανικού επιπέδου. Είναι σημαντικό να συζητήσετε και να προσδιορίσετε ως ομάδα τι σας οδήγησε στην αναζήτηση νέων τεκμηριωμένων στοιχείων για ένα συγκεκριμένο θέμα και να συμφωνήσετε για το πεδίο εφαρμογής του προβλήματος. Εξετάστε διαθέσιμους πόρους, ηθικά ζητήματα και αν έχετε την απαιτούμενη εξειδικευμένη γνώση. Βεβαιωθείτε, σε αυτό το σημείο, ότι περιγράφετε το πρόβλημα και όχι τη λύση του.

2. Γιατί είναι σημαντικό;

Γιατί το πρόβλημα έχει σημασία, γιατί είναι σημαντικό να απαντηθεί; Πώς σχετίζεται με την κλινική πρακτική και γιατί πρέπει να λυθεί; Ποιος μπορεί να είναι οι συνέπειες εάν δεν απαντηθεί; Γιατί είναι επίκαιρη, αυτή την στιγμή, η αντιμετώπιση του ερευνητικού ερωτήματος;

3. Πώς θα αντιμετωπιστεί το πρόβλημα;

Πώς προτείνει η ομάδα να βελτιώσει την τρέχουσα κλινική πρακτική και να την προχωρήσει προς την ιδανική πρακτική; Πώς πρέπει να γίνει ο σχεδιασμός της ερευνητικής διαδικασίας ώστε να συμβάλει στην κατανόηση του προβλήματος και στην εξεύρεση τρόπων αντιμετώπισής του; Πώς η παρούσα ερευνητική προσπάθεια θα συμβάλλει στην ήδη υπάρχουσα γνώση;

4. Ποια είναι οι συνιστώσες PICO του προβλήματος; (σε ποσοτική έρευνα)

- P** (συμβολίζει: patient (ασθενής), population (πληθυσμός), problem (πρόβλημα)) π.χ., ηλικία, φύλο, πολιτισμός, διαταραχή, ασθένεια, τοποθεσία, τύπος ασθενούς, πληθυσμός
- I** (συμβολίζει: intervention (παρέμβαση)) π.χ. θεραπεία, φαρμακευτική αγωγή (φάρμακο), εκπαιδευτική δραστηριότητα, βέλτιστη πρακτική, διαγνωστικό τεστ
- C** (συμβολίζει: comparison (σύγκριση), δηλαδή σύγκριση με άλλες παρεμβάσεις ή με την τρέχουσα πρακτική)
- O** (συμβολίζει: outcomes (αποτελέσματα)). Τα αποτελέσματα πρέπει να είναι μετρήσιμα. Πετυχαίνουμε την επιθυμητή αλλαγή και πώς αυτή μπορεί να μετρηθεί σε ό,τι αφορά: π.χ. την αύξηση της ικανοποίησης των ασθενών, την μείωση της διάρκειας παραμονής;

PICO + T

P	I	C	O	T
Ασθενής / Πληθυσμός	Παρέμβαση / Δείκτης	Σύγκριση / Έλεγχος	Αποτέλεσμα	Χρόνος / Είδος Μελέτης ή Ερωτήματος
Ποιοι είναι οι ασθενείς; Ηλικία, φύλο, γεωγραφική τοποθεσία ή συγκεκριμένα	Ποια είναι η στρατηγική, το διαγνωστικό τεστ ή η έκθεση που σας ενδιαφέρει;	Υπάρχει κάποιος έλεγχος ή εναλλακτική στρατηγική που θα θέλατε να συγκρίνετε με	Ποιες είναι οι συνέπειες της παρέμβασης που αφορούν τον ασθενή.	Ποιες χρονικές περίοδοι θα πρέπει να ληφθούν υπόψη; Ποιοι τύποι μελέτης

χαρακτηριστικά που θα ήταν σημαντικά για το ερώτημά σας.		την παρέμβαση ή τον δείκτη;		<i>αναμένεται να έχουν τις πληροφορίες που αναζητάτε;</i>
--	--	-----------------------------	--	---

Παραδείγματα:

Για να διευκρινιστεί η ερώτησή σας, ίσως βοηθήσει να την ταξινομήσετε. Μερικά παραδείγματα είναι τα εξής:

Παρέμβαση - Ερώτηση σχετικά με την αποτελεσματικότητα μιας θεραπείας μιας ασθένειας ή αναπηρίας

π.χ. Σε ασθενείς που πάσχουν από καρκίνο και λαμβάνουν Ανακουφιστική Φροντίδα (**Πληθυσμός**), πόσο αποτελεσματική είναι η αλοπεριδόλη (**Παρέμβαση**) σε σύγκριση με τη ρισπεριδόνη (**Σύγκριση**) στον έλεγχο του παραληρήματος (**Έκβαση**) κατά τις τελευταίες ημέρες της ζωής (**Χρόνος**);

Αιτιολογία - Ερώτηση σχετικά με τις αιτίες/την προέλευση της νόσου, τους παράγοντες που προκαλούν ή προδιαθέτουν σε μια ασθένεια/διαταραχή

π.χ. διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο συμπίεσης του νωτιαίου μυελού (**Ο**) οι καρκινοπαθείς (**P**) με μεταστατική νόσο στα οστά (**I**), σε σύγκριση με τους καρκινοπαθείς χωρίς οστικές μεταστάσεις (**C**), κατά τη διάρκεια της χημειοθεραπείας πρώτης γραμμής (**T**);

Ποιότητα Ζωής/ Νόημα - Ερώτηση για το πώς κάποιος βιώνει προσωπικά ένα φαινόμενο

π.χ. Πώς αντιλαμβάνονται οι ασθενείς που πάσχουν από Πλάγια Μυατροφική Σκλήρυνση ALS (**P**) που υποβλήθηκαν σε τραχειοστομία (**I**), την εκπαίδευση στο σύστημα eye tracker (**O**) ένα μήνα μετά την επέμβαση (**T**);

ΠΩΣ ΝΑ....βελτιστοποιήσετε τη διατύπωση προβλήματος...

Η διατύπωση ενός προβλήματος μπορεί να βελτιωθεί και να προσαρμοστεί καθώς η ομάδα ανατρέχει τη διαθέσιμη βιβλιογραφία. Το αρχικά ευρύ θέμα μπορεί να γίνει μια πιο εστιασμένη ερώτηση ή να αλλάξει με κάποιο τρόπο με βάση τα στοιχεία που παρέχονται από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας.

Ποια είναι τα χαρακτηριστικά μιας καλής ερευνητικής ερώτησης;

Μόλις αποφασίσετε ότι έχετε μια καλή ερώτηση, για να της δώσετε μεγαλύτερη βαρύτητα και να ρίξετε περισσότερο φως σε πιθανές γκρίζες περιοχές, θα μπορούσατε να διερευνήσετε περαιτέρω το πλαίσιο «FINER» και πώς εφαρμόζεται για τη δική σας ερευνητική ερώτηση, FINER σημαίνει: Feasible (Εφικτό), Interesting (Ενδιαφέρον), Novel (Πρωτότυπο/Καινοτόμο), Ηθικό (Ethical), και Συναφές (Relevant).

F – Εφικτό: Σημαίνει ότι η ερώτηση εμπίπτει στις δυνατότητες της συγκεκριμένης ερευνητικής ομάδας για να την διερευνήσει. Η ομάδα θα πρέπει να αντιμετωπίζει ρεαλιστικά το μέγεθος της έρευνας, την ικανότητά της στη συλλογή δεδομένων και την ολοκλήρωση της έρευνας, λαμβάνοντας συνεχώς υπόψη τις δεξιότητες της ερευνητικής ομάδας και όλους τους διαθέσιμους πόρους (χρόνος, πόροι, επιστημονική εξειδίκευση, χρηματοδότηση).

I – Ενδιαφέρον: Το ιδεώδες ερευνητικό ερώτημα θα πρέπει να ενδιαφέρει την ερευνητική ομάδα, τους συν-ερευνητές αλλά και την ευρύτερη επιστημονική κοινότητα.

N – Πρωτότυπο/ Καινοτόμο: Το ερευνητικό ερώτημα θα πρέπει να φέρει νέες, βαθύτερες γνώσεις στο συγκεκριμένο θέμα της έρευνας, θα πρέπει να δώσει απάντηση που θα κλείσει το κενό της γνώσης, θα επεκτείνει ή θα επιβεβαιώσει περαιτέρω προηγούμενα ευρήματα.

E – Ηθικό: Η ηθική διάσταση του ερωτήματος είναι ένα από τα πιο σημαντικά ζητήματα στην έρευνα. Οι κατάλληλες Επιτροπές αξιολόγησης πρέπει να εγκρίνουν το ερευνητικό ερώτημα και τη μετέπειτα μελέτη, ειδικά εάν εμπλέκονται άνθρωποι.

R – Συναφές: Το ερευνητικό ερώτημα, εκτός από πρωτότυπο/καινοτόμο και ενδιαφέρον, θα πρέπει να είναι συναφές με τα ενδιαφέροντα της επιστημονικής κοινότητας και των ατόμων που εμπλέκονται σε αυτόν τον τομέα μελέτης.

Πρακτικές Συμβουλές- Μήνυμα από τους ειδικούς. Τι να κάνετε και τι να μην κάνετε

Τι να κάνετε:

- Κρατήστε τις ιδέες σας ξεκάθαρες και ακριβείς. Ο στόχος είναι να παρουσιάσετε νέα πρωτότυπα ευρήματα έρευνας και όχι να περιγράψετε τη δουλειά σας.
- Διασφαλίστε ότι οι αναγνώστες μπορούν να σχηματίσουν μια πλήρη και λεπτομερή αντίληψη επί του θέματος σε όλες τις πτυχές του.

- Παρουσιάστε τις πιο πρόσφατες και αξιόπιστες πληροφορίες πραγματοποιώντας μια πλήρη και σε βάθος βιβλιογραφική έρευνα.

Τι να μην κάνετε:

- Αποφύγετε να συμπεριλάβετε οτιδήποτε δεν απαντά ή δεν δίνει λύση στο αρχικό ερώτημά σας.
- Αποφύγετε τις περιττές λεπτομέρειες. Κρατήστε τις σχετικές και τις ουσιαστικές πληροφορίες.
- Αποφύγετε τα ελλιπή και αδικαιολόγητα επιχειρήματα για να δικαιολογήσετε την έρευνα.
- Μη ξεχάσετε να αναφέρετε οποιοδήποτε υποστηρικτικό υλικό ή σχετική έρευνα άλλων ερευνητών.

Σύνδεσμοι σε πληροφορίες/υλικά του RESPACC

[RESPACC O3 Problem Statement - YouTube](#)

Βιβλιογραφικές Αναφορές:

1. Centre for Evidence-Based Medicine (CEBM). Asking focused questions [Internet]. University of Oxford, Oxford UK; [cited 2021 Jul 1]. Available from: <https://www.cebm.ox.ac.uk/resources/ebm-tools/asking-focused-questions> accessed 1st June 2022
2. EBSCOHealth, "7 Steps to the Perfect Pico Search" https://www.ebsco.com/sites/g/files/nabnos191/files/acquiadam-assets/7-Steps-to-the-Perfect-PICO-Search-White-Paper.pdf?_ga=2.207789076.763107806.1597343248-2094525131.1596825220 accessed 1st June 2022
3. FINER: a Research Framework <https://scientific-publishing.webshop.elsevier.com/research-process/finer-research-framework/> accessed 1st June 2022

Other support materials for further reading

4. How to Write a Research Question: Types, Steps, and Examples:
<https://research.com/research/how-to-write-a-research-question> accessed 1st June 2022
5. Medical Research Library of Brooklyn: Johns Hopkins Nursing Evidence-Based Practice Question Development Tool, Evidence-Based Practice Stakeholder Analysis Tool, PICO: Framing a Clinical Question
<https://guides.downstate.edu/c.php?g=868154&p=6230292> accessed 1st June 2022

Ευρήματα προηγούμενων ερευνών

Εισαγωγή

Αυτή η ενότητα θα αποδείξει την βαθιά γνώση του ερευνητικού προβλήματος και την κατανόησή σας πάνω στα θεωρητικά και ερευνητικά θέματα που σχετίζονται με το ερευνητικό σας ερώτημα. Η ενότητα αυτή θα πρέπει να πείσει τον αναγνώστη ότι η ερευνητική πρόταση θα συμβάλει ουσιαστικά στη βιβλιογραφία, επιλύοντας ένα πρόβλημα ή καλύπτοντας ένα σημαντικό κενό. Είναι σημαντικό να αναγνωριστεί η επιστημονική αξία όσων έχουν εργαστεί επάνω στο θέμα στο παρελθόν, καθώς οι επιστήμονες αυτοί έχουν θέσει τις βάσεις για αυτό το οποίο θα αποτελέσει την έρευνά σας. Μερικές φορές η βιβλιογραφική ανασκόπηση περιλαμβάνεται στην ενότητα της εισαγωγής, αλλά άλλες φορές μπορεί να παρουσιαστεί ξεχωριστά, για να επιτευχθεί μεγαλύτερη σαφήνεια στην ερευνητική πρόταση.

Έννοιες

Περίληψη της βιβλιογραφικής ανασκόπησης: Πρέπει να εκτιμήσετε κριτικά τις σχετικές βιβλιογραφικές πληροφορίες. Δηλαδή, οι πληροφορίες να παρουσιάζονται αναλυτικά και με υποκειμενική αξιολόγηση από τον ερευνητή. Να παρουσιάζονται ως περίληψη, δείχνοντας την ικανότητά σας να αφομοιώνετε και να συνθέτετε την υπάρχουσα βιβλιογραφία.

Βιβλιογραφία σχετικά με το θέμα: Η πρόσβαση σε ερευνητικές εργασίες, συναφείς με το ερώτημα σας, γίνεται σε κατάλληλες βάσεις δεδομένων και ηλεκτρονικά περιοδικά. Οι εργασίες αναλύονται και τα ευρήματα συνοψίζονται και συζητούνται σε σχέση με τον στόχο της προτεινόμενης ερευνητικής μελέτης.

Βιβλιογραφία σχετικά με τη μέθοδο: Θα πρέπει να κάνετε ανασκόπηση της ερευνητικής μεθοδολογίας που χρησιμοποιήθηκε σε προηγούμενες μελέτες, σχολιάζοντας τα σχετικά δυνατά σημεία και τις αδυναμίες, θέτοντας το κατάλληλο πλαίσιο για τη μεθοδολογία της ερευνητικής σας πρότασης ή αιτιολογώντας γιατί θα χρησιμοποιηθεί κάποιο άλλο πλαίσιο.

Θεωρητική προσέγγιση: Μετά την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας, μπορεί να εντοπίσετε νέες θεωρητικές γνώσεις ή ένα νέο εννοιολογικό πλαίσιο για την έρευνά σας.

Πώς να ... με παραδείγματα

α. Ξεκινήστε τη διερεύνηση της “τελευταίας λέξης” της επιστημονικής γνώσης (state-of-the-art) στο ερώτημα που θα ερευνήσετε με αναζήτηση στο διαδίκτυο

Η αρχική διερευνητική αναζήτηση μπορεί να σας βοηθήσει να εντοπίσετε ενδιαφέρουσες οπτικές γωνίες. Η περιήγηση στο διαδίκτυο και σε άρθρα περιοδικών είναι καλοί τρόποι για να ξεκινήσετε. Μάθετε τι λένε οι άνθρωποι για το θέμα σας σε ιστολόγια (blogs) και διαδικτυακές ομάδες συζήτησης. Συζητώντας το θέμα σας με άλλους μπορεί επίσης να σας εμπνεύσει. Μιλήστε για τις ιδέες σας με τους συναδέλφους σας, τους φίλους σας ή τον εκπαιδευτή σας. Όλα αυτά είναι τρόποι για να εστιάσετε σε ένα θέμα και να κατανοήσετε την προϋπάρχουσα έρευνα.

β. Εξετάστε τις πηγές των επιστημονικών στοιχείων με οργανωμένο τρόπο.

Ξεκινήστε την ανασκόπησή σας κοιτώντας πρώτα σε βιβλία και εγχειρίδια. Στη συνέχεια, αναζητήστε σχετικά ερευνητικά άρθρα σε κατάλληλες βάσεις δεδομένων. Αρχικά, εντοπίστε πρόσφατες κλινικές κατευθυντήριες γραμμές και συστηματικές ανασκοπήσεις και ίσως και ένα ή δύο πρόσφατα άρθρα της συντακτικής ομάδας σε σχετικά με το θέμα σας επιστημονικά περιοδικά. Αφού τα μελετήσετε όλα αυτά λεπτομερώς, επικεντρωθείτε περισσότερο στις μελέτες ορόσημα (τις οποίες πιθανόν να έχετε ήδη εντοπίσει). Δώστε προτεραιότητα σε ελεγχόμενες και προοπτικές μελέτες και όχι σε μελέτες που δεν έχουν δημοσιευθεί ή αναδρομικές.

γ. Επικαιροποιήστε τα ευρήματά σας διεξάγοντας μια σύντομη συστηματική αναζήτηση

Η επιστήμη εξελίσσεται ραγδαία και, ακόμη και αν δεν το γνωρίζετε ακόμη, είναι πιθανό ότι άλλοι εργάζονται πάνω σε ιδέες πολύ παρόμοιες με τις δικές σας. Θα πρέπει να αναζητήσετε συστηματικά τις τελευταίες εξελίξεις στον τομέα που σας ενδιαφέρει. Θα πρέπει να πραγματοποιήσετε μια πολύ συγκεκριμένη και συστηματική αναζήτηση των τελευταίων ετών η οποία να είναι πολύ εστιασμένη στο θέμα σας.

δ. Συνθέσετε τα προηγούμενα ευρήματα σε μερικές παραγράφους.

Συνοψίστε εν συντομία όσα βρήκατε. Παρουσιάστε τα αναλυτικά και κριτικά. Θα εξηγήσετε τη συνάφεια των ευρημάτων και, σε ορισμένες περιπτώσεις, θα τα αμφισβητήσετε. Αν

χρειάζεστε έμπνευση, μη διστάσετε να εξετάσετε προσεκτικά την εισαγωγή δύο ή τριών από τα σημαντικότερα προηγούμενα άρθρα που έχετε εντοπίσει. Τα άρθρα αυτά αποτελούν συνήθως ένα καλό παράδειγμα αυτού που θέλετε να επιτύχετε και θα χρησιμεύσουν για να θέσετε στο κατάλληλο πλαίσιο και με σαφήνεια το καινοτόμο όραμά σας για το πρόβλημα.

Παράδειγμα

Ερευνητική πρόταση: Προοπτική μελέτη της μεθυλναλτρεξόνης για τη δυσκοιλιότητα που προκαλείται από οπιοειδή σε προχωρημένη ασθένεια: Πρέπει να τη χρησιμοποιήσουμε ή όχι;

Τον Μάιο του 2008, οι Thomas et al (1) δημοσίευσαν μια καθοριστικής σημασίας κλινική μελέτη που απέδειξε την αποτελεσματικότητα της μεθυλναλτρεξόνης (MTNX) σε ασθενείς με δυσκοιλιότητα που προκαλείται από οπιοειδή (ΟΙC). Η μελέτη αυτή έδειξε υπακτική ανταπόκριση 48% εντός των πρώτων τεσσάρων ωρών στην ομάδα που έλαβε φαρμακευτική αγωγή έναντι 15% στην ομάδα του εικονικού φαρμάκου ($P < 0,001$). Δεν διαπιστώθηκαν αλλαγές στην αντίληψη του πόνου κατά τη διάρκεια της θεραπείας- οι αναφερόμενες ανεπιθύμητες ενέργειες ήταν ήπιες και περιορίζονταν κυρίως σε κοιλιακό άλγος και μετεωρισμό. Λίγους μήνες αργότερα, ο Αμερικανικός Οργανισμός Τροφίμων και Φαρμάκων (FDA) ενέκρινε τη χρήση της υποδόριας MTNX για την ΟΙC σε καρκινοπαθείς που δεν έχουν επαρκή ανταπόκριση στη συμβατική θεραπεία με υπακτικά φάρμακα. Σε άλλες πρώιμες κλινικές δοκιμές, (1-6) οι παρενέργειες ήταν επίσης σπάνιες και αφορούσαν κυρίως σε κοιλιακή δυσφορία. Μια εκ των υστέρων (post hoc) ανάλυση δύο κλινικών δοκιμών ($N=165$) έδειξε ότι το 28,5% των ασθενών παρουσίασαν κοιλιακό άλγος. (3) Ενθαρρυσμένοι από τα αποτελέσματα αυτών των μελετών, σχεδιάσαμε μια προοπτική μελέτη παρατήρησης τον Νοέμβριο του 2010 για να αξιολογήσουμε το κλινικό όφελος της MTNX στην κλινική πράξη.

Reference: Centeno C, et al. Journal of Pain and Symptom Management. 2013

Πρακτικές συμβουλές

- Είναι σημαντικό, αυτή η ενότητα, να δομηθεί με έξυπνο τρόπο έτσι ώστε ο αναγνώστης να μπορεί να συλλάβει τι είναι διαφορετικό, καινοτόμο ή πρωτότυπο στην ερευνητική σας πρόταση.
- Διατηρήστε την εστίαση, την ενότητα και τη συνοχή σε όλο το κείμενο.
- Είναι προτιμότερο να συνοψίζετε κάθε άρθρο σε μία πρόταση ή παράγραφο, τονίζοντας λεπτομέρειες πολύ σχετικές με το θέμα που σας ενδιαφέρει.
- Η ανασκόπηση μπορεί να αναπτυχθεί από τις πιο γενικές προς τις πιο ειδικές μελέτες.
- Μια ιστορική αναδρομή μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για την ανάπτυξη του επιχειρηματός σας, χωρίς όμως να είναι απαραίτητο να γίνει πολύ λεπτομερής αναφορά.
- Η βιβλιογραφία θα πρέπει να περιλαμβάνει υποστηρικτικά δεδομένα, διαφωνίες και αντιπαραθέσεις.
- Αναφέρετε άρθρα με επιρροή και πρόσφατες εξελίξεις που αφορούν το θέμα σας και αποφύγετε την παράθεση άσχετων ή ασήμαντων αναφορών
- Σε αυτό το στάδιο της έρευνας, είναι σύνηθες να χρησιμοποιούνται δευτερογενείς πηγές, αλλά μην βασίζεστε υπερβολικά σε αυτές.

Άλλο υποστηρικτικό υλικό

1. Web of University of Southern California (USC) Libraries: Organizing Your Social Sciences Research Paper. The literature reviews. Offers detailed guidance on how to develop, organize, and write a college-level research paper in the social and behavioral sciences. See the section on literature review <https://libguides.usc.edu/writingguide/literaturereview>. [Last accessed on 2021 Aug 25].
2. Web of Queen University Belfast. The literature review (Writing a research proposal). <https://www.qub.ac.uk/Study/PostgraduateStudy/Postgraduate-research/pgr-steps-to-apply/writing-a-research-proposal/#literature-review-943309-3> [Last accessed on 2021 Aug 25]

3. Fink, Arlene. Conducting Research Literature Reviews: From the Internet to Paper. Fourth edition. Thousand Oaks, CA: SAGE, 2014.
4. Aveyard, H., Payne, S., & Preston, N. (2021). A Postgraduate's Guide to Doing a Literature Review in Health and Social Care, 2e.
5. Hollins Martin, C.J., Fleming, V. (2010). A 15-step model for writing a research proposal. British Journal of Midwifery. 18(12): 791-798.

Ικανότητα Ομάδας στην Έρευνα

Εισαγωγή

Σκοπός αυτής της ενότητας είναι να περιγράψει λεπτομερώς το βήμα που ονομάζεται "Ικανότητα Ομάδας στην Έρευνα" στο Διάγραμμα Ροής Ερευνητικής Πρότασης.

Ορισμός των Όρων

Η ανάπτυξη των ερευνητικών ικανοτήτων και δυνατοτήτων των κλινικών λειτουργών υγείας και πρόνοιας στην Ανακουφιστική Φροντίδα (νοσηλευτών, ιατρών, φυσικοθεραπευτών, κοινωνικών λειτουργών, ψυχολόγων, εργοθεραπευτών, διαιτολόγων, φαρμακοποιών, πνευματικών πατέρων κ.λπ.) αναγνωρίζεται ως προτεραιότητα λόγω των πλεονεκτημάτων που συνεπάγεται για τους ανθρώπους, τις χώρες τους και τις οικονομίες των χωρών. Η ανάπτυξη των ερευνητικών ικανοτήτων των λειτουργών υγείας και πρόνοιας σε εξειδικευμένες υπηρεσίες Ανακουφιστικής Φροντίδας πρέπει να είναι μια συνεχής διαδικασία ανάπτυξης βιώσιμης εξειδίκευσης και δεξιοτήτων που καθιστούν ικανούς ανθρώπους και οργανισμούς να διεξάγουν επιστημονική έρευνα υψηλής ποιότητας. Στόχος της ανάπτυξης ερευνητικών δυνατοτήτων είναι να συμπληρωθεί η υπάρχουσα κλινική εξειδίκευση των λειτουργών υγείας και πρόνοιας με ερευνητικές δεξιότητες. Μερικοί από τους λόγους για τους οποίους οι υπηρεσίες Ανακουφιστικής Φροντίδας πρέπει να ενθαρρύνουν τους λειτουργούς υγείας και πρόνοιας να ασχοληθούν σοβαρά με την έρευνα είναι: η θετική αντίληψη για την έρευνα μεταξύ εκείνων των λειτουργών υγείας που μπορούν να επηρεάσουν άλλους συναδέλφους τους, η βελτιωμένη και ενημερωμένη κλινική πρακτική τους με την ενσωμάτωση νέων επιστημονικών αποδείξεων καθώς και η μεγαλύτερη επαγγελματική ικανοποίησή τους.

Η έρευνα παρέχει στους κλινικούς λειτουργούς υγείας και πρόνοιας της ανακουφιστικής φροντίδας ένα εργαλείο για να αξιολογούν την ποιότητα και την αποτελεσματικότητα των υπηρεσιών τους, να συνεισφέρουν σε μια ευρύτερη βάση αποδεδειγμένων δεδομένων ώστε να επικαιροποιούν τον σχεδιασμό και την παροχή των υπηρεσιών τους, να προάγουν τις γνώσεις του επαγγέλματός τους και να επηρεάζουν τους φορείς χρηματοδότησης.

Παρόλο που οι επαγγελματίες της Ανακουφιστικής Φροντίδας εκφράζουν συχνά το ενδιαφέρον τους για τη διεξαγωγή επιστημονικής έρευνας, η ερευνητική κουλτούρα και δέσμευση παραμένει περιορισμένη λόγω διαφόρων εμποδίων, όπως η έλλειψη χρόνου, η προτεραιότητα σε άλλους εργασιακούς ρόλους και η έλλειψη ερευνητικών δεξιοτήτων.

ΠΩΣ ΝΑ....με παραδείγματα

Τα πιο συνηθισμένα κίνητρα για την εκπόνηση έρευνας είναι η αντιμετώπιση προβλημάτων που έχουν εντοπιστεί στην καθ' ημέρα πρακτική, η παροχή της καλύτερης δυνατής φροντίδας στους ασθενείς, η δημιουργία της βάσης αποδεδειγμένων δεδομένων ώστε να είναι δυνατή η επικαιροποιημένη παροχή υπηρεσιών, η βελτίωση της επαγγελματικής ικανοποίησης των λειτουργών υγείας και πρόνοιας και η βελτίωση των ευκαιριών της σταδιοδρομίας τους.

Στο πλαίσιο των προσπαθειών να τεθούν επί τάπητος αυτά τα εμπόδια και κίνητρα, έγιναν έρευνες που αποκάλυψαν τις στρατηγικές που συνήθως προτείνονται για την αλλαγή της υφιστάμενης κατάστασης. Οι συχνότερα εκφραζόμενες προτάσεις για την αλλαγή αυτή είναι: να υπάρχει διαθέσιμος χρόνος, να διατίθενται οικονομικοί πόροι, να υπάρχει υποστήριξη των λειτουργών υγείας και πρόνοιας από τη διοίκηση, να επωφελούνται από συνεχή καθοδήγηση, να δημιουργούνται συνεργασίες με ακαδημαϊκά ιδρύματα και να υπάρχουν Συντονιστές αποκλειστικά για την έρευνα.

Πρακτικές συμβουλές

Διεθνώς, έχουν αναγνωριστεί διάφορες στρατηγικές που συνοδεύονται από συγκεκριμένες συστάσεις για τη διευκόλυνση της έρευνας, οι οποίες βασίζονται στην αξιολόγηση των αναγκών, των ενδιαφερόντων και των εμπειριών των κλινικών λειτουργών Ανακουφιστικής Φροντίδας σχετικά με την έρευνα.

Οι Slade et.al (2018) διεξήγαγαν μια μελέτη από την οποία προέκυψαν διάφορες συστάσεις με στόχο να δημιουργηθεί ένα μελλοντικό πλαίσιο κανόνων που θα διέπουν την ενσωμάτωση της έρευνας στην καθημερινή κλινική πρακτική των ιδιωτικών και δημοσίων συστημάτων υγειονομικής περίθαλψης, έναντι της πρακτικής εστίασης σε λειτουργούς υγείας και σε διευθυντές.

Σε μια συστηματική ανασκόπηση που διεξήχθη από τους Matus et al (2018), οι συγγραφείς συγκέντρωσαν τα υπάρχοντα πλαίσια ανάπτυξης ερευνητικών δυνατοτήτων, που αφορούν

τους λειτουργούς υγείας. Τρία αλληλένδετα και αλληλοεξαρτώμενα θέματα βρέθηκαν να είναι κοινά μεταξύ των παραπάνω πλαισίων και περιλάμβαναν:

- «την υποστήριξη των κλινικών ιατρών στην έρευνα»,
- «συνεργασία σε ομάδες» και
- «το να εκτιμηθεί η αξία της έρευνας για την αριστεία»

Συμπερασματικά, η Διοίκηση θα πρέπει να ενθαρρύνει και να υποστηρίζει την ανάπτυξη της δυνατότητας έρευνας για τους εν ενεργεία κλινικούς λειτουργούς υγείας και πρόνοιας.

Βιβλιογραφικές Αναφορές:

1. McKeon S., Alexander E., Brodaty H., Ferris B., Frazer I., Little M., *Strategic review of health and medical research in Australia. Canberra: Commonwealth of Australia*; 2013; 1-304.
2. Holden L., Pager S., Golenko X., Ware R.S., *Validation of research capacity and culture tool: measuring RCC at individual, team and organization levels.*, Aust J Primary Health, 2012; 18(1): 62-67.
3. Hulcombe J., Sturgess J., Souvlis T., Fitzgerald C., *An approach to building research capacity for health practitioners in a public health environment: an organizational perspective.* Aust Health Rev 2014; 38(3): 252-8.
4. Skinner E.H., Williams C.M., Haines T.P., *Embedding research culture and productivity in hospital physiotherapy departments: challenges and opportunities.* Aust Health Rev 2015; 39(3): 312-4.
5. Cooke J., *A framework to evaluate research capacity building in health care.* BMC Fam Pract 2005; 6(44): 1-11.
6. Cooke J., Nancarrow S., Dyas J., Williams M., *An evaluation of the "designed research team" approach to building research capacity in primary care.* BMC Fam Pract, 2008; 9:37.
7. Whitworth A., Haining S., Stringer H., *Enhancing research capacity across healthcare and higher education sectors: development and evaluation of an integrated model.* BMC Health Serv Res 2012; 12(1): 287.
8. Slade S.C., Philip K., Morris M.E., *Frameworks for embedding a research culture in health practice: a rapid review.* Health Res Policy Syst 2018; 16(1): 29.

9. Matus J., Walker A., Mickan S., *Research capacity building frameworks for allied health professionals: a systematic review*. BMC Health Serv Res, 2018; 18(1): 716.

Αιτιολόγηση της Έρευνας

Εισαγωγή

Στην ενότητα αυτή, ο ερευνητής πρέπει να αιτιολογήσει τη σημασία της έρευνας που θα διεξαχθεί στο πλαίσιο της ερευνητικής πρότασης.

Η ενότητα αυτή καλύπτει τα ακόλουθα θέματα:

- Συνάφεια και σημασία της μελέτης: *Γιατί να γίνει αυτή η έρευνα; Γιατί τώρα;*
- Πρακτική εφαρμογή των αποτελεσμάτων της μελέτης: *Ποια είναι τα κενά στη γνώση που θα καλυφθούν;*
- Πώς η νέα γνώση που θα αποκτηθεί μέσω της μελέτης θα συμβάλει στην επίλυση πρακτικών προβλημάτων: *Ποιος θα ωφεληθεί από την έρευνα;*
- Πώς τα ευρήματα της μελέτης θα είναι χρήσιμα στη διαμόρφωση πολιτικής.

Ορισμός των Όρων

Αλλά τι σημαίνει αιτιολόγηση της έρευνας στην πραγματικότητα;

Στις επόμενες παραγράφους θα εξηγήσουμε τι πρέπει να συμπεριλάβετε στην αιτιολόγηση της έρευνάς σας και γιατί αυτό είναι σημαντικό.

Η **αιτιολόγηση της έρευνας** ουσιαστικά απαντά στα ακόλουθα ερωτήματα:

- Γιατί η έρευνά σας είναι απαραίτητη και τι θα κάνει;
- Τι οφέλη θα έχει η έρευνα;
- Ποιες νέες ευκαιρίες θα μπορούσαν να αναδειχθούν εξαιτίας της έρευνας;
- Ποια προβλήματα θα επιλυθούν από την έρευνά σας;
- Πώς τα προβλήματα αυτά, αφού επιλυθούν, θα έχουν αντίκτυπο στην κοινότητα της Ανακουφιστικής Φροντίδας (ασθενείς, οικογένειες, επαγγελματίες, κ.λπ.) αυτή τη χρονική περίοδο;

22 Στο σημείο αυτό, μπορείτε να δείξετε ότι κατανοείτε την κατάσταση και τις τρέχουσες ανάγκες των ωφελομένων από την έρευνά σας. Μπορείτε να δείξετε ότι είστε σε θέση να αναπτύξετε ένα σχέδιο που να ανταποκρίνεται στις ανάγκες τους. Εάν μπορείτε, να

εξηγήσετε ότι υπάρχει σοβαρός λόγος για την πραγματοποίηση της έρευνάς σας και ότι είναι άμεση η ανάγκη που θα αντιμετωπίσει, η πρόταση/δημοσίευσή σας έχει πολύ περισσότερες πιθανότητες να εξεταστεί. Η αιτιολόγηση της έρευνας είναι η προσπάθεια να εξηγήσουμε γιατί χρειαζόμαστε να εφαρμόσουμε ένα συγκεκριμένο τρόπο λύσης του προβλήματος το οποίο έχουμε περιγράψει στην ερευνητική πρόταση (π.χ. κλινικές δοκιμές) ή γιατί πρέπει να αναπτύξουμε βαθύτερη γνώση για ένα συγκεκριμένο κλινικό θέμα (π.χ. μέσω μιας διερευνητικής έρευνας). Η αιτιολόγηση της έρευνας εξηγεί στους αξιολογητές γιατί ο προτεινόμενος τρόπος λύσης του προβλήματος είναι ο καλύτερος (διεξαγωγή κλινικών δοκιμών) ή ποια είναι η πραγματικότητα μιας κλινικής διαδικασίας, τι πρέπει να κρατήσουμε και τι να αφαιρέσουμε από αυτήν, πώς μπορούμε να βελτιώσουμε μια συγκεκριμένη διαδικασία φροντίδας.

Πώς να γράψετε μια αιτιολόγηση της έρευνάς σας

Ο καλύτερος τρόπος για να γράψετε την αιτιολόγηση της έρευνάς σας είναι να παρουσιάσετε την τρέχουσα βιβλιογραφία στην ενότητα "Υπόβαθρο/Εισαγωγή" και στη συνέχεια να τονίσετε τα κενά της βιβλιογραφίας που δεν έχουν ερευνηθεί ή δεν έχουν γίνει ακόμη κατανοητά. Μια εισαγωγή τέτοιου τύπου θα συμβάλει στο να υπογραμμιστεί η ανάγκη για την τρέχουσα μελέτη και, συνεπώς, θα δικαιολογήσει την χρησιμότητα της εν λόγω έρευνας. Θα πρέπει να γράψετε προσεκτικά την αιτιολόγηση της έρευνας, ώστε να είστε σε θέση να υποστηρίξετε τα επιχειρήματά σας με στοιχεία και δεδομένα, μεταξύ άλλων: να ορίσετε βασικούς όρους, να παράσχετε επιδημιολογικά ή συναφή στοιχεία, να περιγράψετε την κατάσταση της παροχής υπηρεσιών - κατά περίπτωση. Κάποια από αυτά τα στοιχεία μπορεί να είναι γενικά και μπορείτε να τα βρείτε στο διαδίκτυο, κάποια άλλα μπορεί να είναι πολύ ειδικά για την έρευνά σας και ενδεχομένως να χρειαστεί να συλλεχθούν από την κοινότητα της Ανακουφιστικής Φροντίδας (ασθενείς, οικογένειες, λειτουργούς υγείας κ.λπ.) στην οποία αναφέρεστε αυτή τη στιγμή. Πρέπει να είστε σε θέση να υποστηρίξετε στατιστικά αυτά τα στοιχεία - βεβαιωθείτε ότι τα δεδομένα που παρουσιάζετε είναι αξιόπιστα και όχι πολύ γενικά. Για παράδειγμα, εάν το επίκεντρο της έρευνάς σας είναι "να γνωρίσετε σε βάθος σχετικά με την ανταπόκριση των υπηρεσιών Ανακουφιστικής Φροντίδας προς ομάδες ατόμων εθνοτικών μειονοτήτων κατά τη διάρκεια του Covid-19", θα πρέπει να αναφερθείτε σε:

1. Υπηρεσίες ανακουφιστικής φροντίδας

2. Άτομα από ομάδες εθνοτικών μειονοτήτων
3. Covid-19

Άλλα υποστηρικτικά υλικά

Το παράδειγμα που δίνεται στο παρακάτω βίντεο όπου περιγράφεται το βήμα της αιτιολόγησης της έρευνας μέσα στο ευρύτερο πλαίσιο της ερευνητικής πρότασης μπορεί να σας βοηθήσει.

[RESPACC_O3_Justification – YouTube](#)

Καθώς η αιτιολόγηση είναι συνήθως μία από τις πρώτες παραγράφους της ερευνητικής σας πρότασης, βεβαιωθείτε ότι είναι καλά γραμμένη και εύκολα κατανοητή. Αν εδώ κάνετε ορθογραφικά λάθη ή χρησιμοποιείτε πολύ μεγάλες προτάσεις, μπορεί να αποθαρρύνετε τους ερευνητές/αξιολογητές να συνεχίσουν να διαβάζουν.

Η αιτιολόγηση της έρευνας είναι παρόμοια με το σκεπτικό της έρευνας ή με το υπόβαθρο του προβλήματος ή του ζητήματος στο οποίο αναφέρεστε.

Βιβλιογραφικές Αναφορές:

1. Al-Riyami A., How to prepare a Research Proposal, Oman Medical Journal 2008; 23(2)
2. Karanja J., A guide to research proposal and thesis writing, KIM School of Management, 2011
3. Mitrea N. et al, Evaluation of the Optimal Positioning of Subcutaneous Butterfly when Administering Injectable Opioids in Cancer Patients, Clujul Medical, 2016

Σκοπός και Επιμέρους Στόχοι

Εισαγωγή

Η διατύπωση σαφών ερευνητικών σκοπών και επιμέρους στόχων είναι μια σημαντική διάσταση της ερευνητικής σας πρότασης. Οι σκοποί και οι στόχοι αποτελούν τα θεμέλια πάνω στα οποία δομείται το ερευνητικό σχέδιο και καθορίζουν το πεδίο εφαρμογής και την κατεύθυνση της έρευνας. Συνήθως, θα έχετε έναν ερευνητικό σκοπό και πολλούς επιμέρους στόχους. Πρέπει να αφιερώσετε χρόνο για να διαμορφώσετε τον σκοπό και τους επιμέρους στόχους και να τους συζητήσετε στην ομάδα σας. Είναι σημαντικό όχι μόνο για να πείσετε τους χρηματοδότες ότι έχετε μια αξιόλογη, σαφώς διατυπωμένη ερευνητική ιδέα, η οποία αξίζει να χρηματοδοτηθεί, αλλά είναι σημαντικό και για εσάς ώστε να μπορέσετε να αξιολογήσετε τα αποτελέσματα της έρευνάς σας. Εάν οι στοίχοι σας δεν έχουν επιτευχθεί πλήρως μέχρι το τέλος της μελέτης, θα χρειαστεί να εξηγήσετε τους λόγους για τους οποίους δεν έχουν επιτευχθεί (τέτοιοι πιθανοί λόγοι είναι η αρχική μη ενδεδειγμένη διατύπωση του σκοπού και των επιμέρους στόχων της έρευνας, άλλες μεταβλητές που δεν λήφθηκαν υπόψη στην αρχή της έρευνας κλπ.).

Ορισμός των Όρων

ΣΚΟΠΟΙ «...ΤΙ ΘΕΛΕΤΕ να μάθετε...»

Ο σκοπός της ερευνητικής πρότασης περιγράφει τον κύριο λόγο ή το πρωταρχικό κίνητρο του ερευνητικού σας έργου. Είναι μια δήλωση που επισημαίνει σε γενικές γραμμές ποιες είναι οι προσδοκίες σας σε σχέση με την έρευνα και τι ελπίζετε να πετύχετε μέσω της έρευνάς σας. Επομένως, ένας σκοπός είναι γενικά ευρύς, φιλόδοξος, αλλά εφικτός. Μπορεί να κυμαίνεται σε μήκος από μια μόνο πρόταση έως μια σύντομη παράγραφο.

ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΣΤΟΧΟΙ «...ΠΩΣ... τα συγκεκριμένα βήματα που θα κάνετε για να πετύχετε το στόχο σας...»

Οι επιμέρους στόχοι της ερευνητικής πρότασης είναι ένα συγκεκριμένο σύνολο ερευνητικών δράσεων που σκοπεύετε να πραγματοποιήσετε στο ερευνητικό σας έργο. Μπορούν να θεωρηθούν ως βήματα για το ΠΩΣ θα επιτευχθεί ο ερευνητικός σας σκοπός. Οι επιμέρους στόχοι της ερευνητικής πρότασης είναι εστιασμένοι, πρακτικοί, χρονικά περιορισμένοι και συνδεδεμένοι με μια συγκεκριμένη ερευνητική μέθοδο. Οι επιμέρους

στόχοι της έρευνας διαχωρίζουν την έρευνα σε διάφορα μέρη και αντιμετωπίζουν κάθε μέρος χωριστά. Συνήθως, παρουσιάζονται ως αριθμημένη λίστα.

Πώς να... με παραδείγματα

α. Γράψτε τους ερευνητικούς σας σκοπούς

Ο/οι σκοπός/οι πρέπει να περιγράφουν εν συντομία το γιατί χρειάζεται η έρευνά σας (δηλαδή το γενικό πλαίσιο), τι σκοπεύει να επιτύχει (ο πραγματικός σκοπός) και, εν συντομία, πώς θεωρεί ότι θα το πετύχει (επισκόπηση των επιμέρους στόχων της πρότασής σας).

Κατά τη σύνταξη του σκοπού, καλό είναι να γράψετε μία ή περισσότερες προτάσεις που θα απαντούν καθεμία από τις παρακάτω ερωτήσεις:

1. **Γιατί** απαιτείται αυτή η έρευνα; (αυτό είναι το γενικό σας πλαίσιο)
2. **Τι** αφορά αυτή η έρευνα; (αυτός είναι ο πραγματικός σκοπός της έρευνάς σας)
3. **Πώς** πρόκειται να το επιτύχετε με αυτή την έρευνα; (αυτή είναι μια επισκόπηση και εισαγωγή στους επιμέρους στόχους της πρότασής σας).

Οι σκοποί συνήθως γράφονται χρησιμοποιώντας απαρέμφατο **«να + δράση»** (να χαρτογραφήσει, να σχεδιάσει, να παρακολουθήσει, να παράγει, να δημιουργήσει, να καταγράψει, να αμφισβητήσει, να αξιολογήσει κριτικά- δείτε επίσης τη λίστα των ενεργητικών ρημάτων στο τέλος του κεφαλαίου).

Παράδειγμα

«Ο σκοπός της έρευνάς μας είναι να σχεδιάσουμε ένα μοντέλο για την παροχή εξειδικευμένων υπηρεσιών Ανακουφιστικής Φροντίδας σε αγροτικές περιοχές της Ρουμανίας.»

β. Γράψτε τους επιμέρους στόχους της έρευνας σας

Όταν γράψετε τους επί μέρους στόχους της έρευνας σας, χρησιμοποιήστε τη δομή SMART

S= Συγκεκριμένοι: Γράψτε τους επί μέρους στόχους ξεκάθαρα και κρατήστε τους περιορισμένους και εστιασμένους.

M= Μετρήσιμοι: Πρέπει να είστε σε θέση να μετρήσετε ποσοτικά τους επί μέρους στόχους για να γνωρίζετε πώς προχωράτε προς την επίτευξή τους.

A= Εφικτοί: Πρέπει να δημιουργήσετε επί μέρους στόχους που μπορείτε να επιτύχετε ρεαλιστικά με τους οικονομικούς και ανθρώπινους πόρους που έχετε στη διάθεσή σας.

R= Συναφείς: Οι επί μέρους στόχοι της έρευνας πρέπει να είναι σχετικοί με την επίτευξη του συνολικού ερευνητικού σας σκοπού.

T= Χρονικά περιορισμένοι: Δημιουργήστε ορόσημα/χρονοδιαγράμματα για κάθε επί μέρους στόχο.

Παραδείγματα για πιθανούς επί μέρους στόχους έρευνας για τον σκοπό που περιγράφηκε παραπάνω:

1. *Εξερευνήστε τις ανάγκες ανακουφιστικής φροντίδας ασθενών με απειλητικές για την ζωή ασθένειες στις αγροτικές κοινότητες οργανώνοντας focus groups με ασθενείς, μέλη της οικογένειας και λειτουργούς υγείας στην κοινότητα σε 5 πιλοτικές περιοχές της Ρουμανίας κατά το πρώτο έτος της έρευνας.*
2. *Προσδιορίστε τον τύπο και τον αριθμό παρεμβάσεων ανακουφιστικής φροντίδας που παρέχονται σε μηνιαία βάση στις 5 πιλοτικές αγροτικές περιοχές, μέσω μιας διαδικτυακής έρευνας για τους γενικούς ιατρούς των ως άνω περιοχών κατά το πρώτο έτος της έρευνας.*
3. *Σχεδιάστε καίριες παρεμβάσεις ανακουφιστικής φροντίδας που θα παραδοθούν ως μέρος του μοντέλου εξειδικευμένης Ανακουφιστικής Φροντίδας για αγροτικές κοινότητες, μέσω ενός συνεδρίου συναίνεσης που θα διοργανωθεί στο δεύτερο έτος της έρευνας. Μετά το συνέδριο θα ακολουθήσει μία μελέτη Delphi στο τρίτο έτος της έρευνας.*

Πρακτικές συμβουλές

- Περιορίστε τον αριθμό των επί μέρους στόχων της έρευνάς σας σε πέντε ή λιγότερους για κάθε ερευνητικό σκοπό
- Αριθμήστε ξεχωριστά κάθε επί μέρους στόχο της έρευνάς σας. Μην συγκεντρώνετε όλους τους επιμέρους στόχους σε μία παράγραφο!

- Γράψτε τους επιμέρους στόχους της έρευνάς σας συνοπτικά σε μια πρόταση χρησιμοποιώντας μόνο τις απαραίτητες λέξεις.
- Χρησιμοποιήστε ενεργητικές λέξεις για να διαμορφώσετε τους επιμέρους στόχους έρευνάς σας (δείτε παραδείγματα στον σύνδεσμο που παρέχεται παρακάτω, στο πεδίο «Άλλα υποστηρικτικά υλικά»)
- Κάντε τους επιμέρους στόχους της έρευνάς σας ρεαλιστικούς που σημαίνει επιτεύξιμους στο χρονικό πλαίσιο της ερευνητικής σας μελέτης και με τους πόρους που έχετε διαθέσιμους
- Ζητήστε σχόλια από συναδέλφους.

Σύνδεσμοι σε πληροφορίες/υλικά του RESPACC

[RESPACC O3 Aim and objectives - YouTube](#)

Τι είναι η έρευνα http://www.studiipaliative.ro/wp-content/uploads/2022/09/1.RESPACC-O4_What-is-research.pdf

Άλλα υποστηρικτικά υλικά

Παραδείγματα ρημάτων για χρήση σε σκοπούς και στόχους της έρευνας

<https://www.discoverphds.com/advice/doing/research-aims-and-objectives>

Βιβλιογραφικές Αναφορές <https://www.discoverphds.com/advice/doing/research-aims-and-objectives>

τελευταία επίσκεψη στις 18 Μαρτίου 2022

Μεθοδολογία

Εισαγωγή

Η επιλογή της καταλληλότερης μεθοδολογίας η οποία θα απαντήσει στο ερευνητικό ερώτημα είναι ένα βασικό βήμα για την ανάπτυξη ενός υψηλής ποιότητας και αξιόπιστου ερευνητικού έργου. Η μεθοδολογία αναφέρεται στην επιστήμη στην οποία στηρίζονται οι μέθοδοι. Η μεθοδολογία περιλαμβάνει το σκεπτικό και τις υποθέσεις που στηρίζουν τις επιλεγμένες μεθόδους σας. Ο όρος «Μέθοδοι» περιγράφει τον τρόπο με τον οποίο πρόκειται να πραγματοποιήσετε τη μελέτη. Μπορεί να είναι δύσκολο για τους αρχάριους να επιλέξουν την καταλληλότερη μεθοδολογία. Συνεπώς πρέπει να αφιερώσετε χρόνο για να σκεφτείτε και να συζητήσετε με πιο έμπειρους ερευνητές σχετικά με τις καταλληλότερες επιλογές μεθοδολογίας. Η γενική επιλογή μεθοδολογίας θα σας οδηγήσει να εξετάσετε πιο συγκεκριμένες προσεγγίσεις (δηλ.: ποσοτικές, ποιοτικές, μικτές μεθόδους). Επίσης, θα σας οδηγήσει στη λήψη αποφάσεων σχετικά με το σχεδιασμό και αργότερα τη συλλογή και ανάλυση δεδομένων.

Οι μέθοδοι πρέπει να συνάδουν με τη μεθοδολογία. Είναι σαν να βρίσκεστε σε σταυροδρόμι. Πρώτα επιλέγετε μια μεθοδολογική προσέγγιση, μετά πρέπει να προχωρήσετε και το ένα βήμα οδηγεί στο επόμενο. Η διαδικασία λήψης αποφάσεων βοηθά επίσης στο να αναγνωρίσετε πρακτικές πλευρές που πρέπει να λάβετε υπόψη για να εκτελέσετε με επιτυχία το έργο.

Ορισμός των Όρων

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ «...ΠΟΙΑ είναι η βασική υπόθεση...»

Η μεθοδολογία αναφέρεται στην επιστήμη και τις θεωρητικές θέσεις που στηρίζουν την προτεινόμενη έρευνα. Αναφέρεται στον τρόπο σκέψης με τον οποίο διεξάγετε έρευνα. Η μεθοδολογία θα αιτιολογεί τις μεθόδους που θα χρησιμοποιείτε για να απαντήσετε σε ένα συγκεκριμένο ερευνητικό ερώτημα. Η μεθοδολογία επίσης σας καθοδηγεί για το ποιους τύπους συλλογής δεδομένων θα χρησιμοποιήσετε και ποιες μεθόδους για την ανάλυση των δεδομένων.

Αν σκεφτούμε ένα παγόβουνο ως αναλογία, η μεθοδολογία είναι το μέρος του παγόβουνου που βρίσκεται κάτω από το νερό. Δεν είναι άμεσα ορατό, αλλά κρατά την κορυφή του παγόβουνου.

ΜΕΘΟΔΟΙ «...ΠΩΣ...τα συγκεκριμένα βήματα που θα κάνετε για τη διεξαγωγή της μελέτης...»

Οι μέθοδοι αφορούν στα πρακτικά ζητήματα διεξαγωγής και ανάλυσης της έρευνας. Περιγράφουν πώς συλλέγετε και αναλύετε τα δεδομένα σας. Πρέπει να περιέχουν αρκετές πληροφορίες που θα επιτρέπουν στους αναγνώστες και τους ερευνητές να μπορούν να αναπαράγουν την έρευνα και τα αποτελέσματά σας. Για παράδειγμα, να περιγράφουν πώς πρόκειται να συλλέξετε τα δεδομένα (δηλ.: παρατήρηση, ερωτηματολόγιο, συνεντεύξεις), πώς θα επιλέξετε το δείγμα των συμμετεχόντων, πώς πρόκειται να αναλύσετε τα δεδομένα.

Λαμβάνοντας υπόψη την αναλογία του παγόβουνου, οι μέθοδοι είναι η κορυφή του παγόβουνου, το μέρος που είναι ορατό. Θα πρέπει να διαβάζονται σχεδόν σαν ένας βήμα προς βήμα οδηγός. Αναφέρονται σε όλες εκείνες τις μεθόδους ή τεχνικές που χρησιμοποιούνται για τη διεξαγωγή έρευνας. Πρέπει να προσδιορίζουν το σχεδιασμό της έρευνας, τον πληθυσμό, τη στρατολόγηση και τη δειγματοληψία· τη διαδικασία συλλογής δεδομένων και την ανάλυση δεδομένων. Ακολουθεί ένας σύντομος ορισμός των χαρακτηριστικών στοιχείων των μεθόδων:

- **Ο σχεδιασμός της έρευνας** αναφέρεται στο σχέδιο για τη συλλογή, τη μέτρηση και την ανάλυση δεδομένων.
- **Ο πληθυσμός** αναφέρεται σε ολόκληρη την ομάδα για την οποία θέλετε να «βγάλετε συμπεράσματα ή να εκπροσωπήσετε». Δεν αναφέρεται πάντα σε ανθρώπους. Θα μπορούσε να είναι ιδρύματα, υπηρεσίες Ανακουφιστικής Φροντίδας...
- **Η δειγματοληψία** είναι η διαδικασία επιλογής του δείγματος που θα λάβει μέρος στη μελέτη. Σε γενικές γραμμές, μπορεί να είναι μια τυχαία επιλογή (όλοι έχουν την ευκαιρία να συμμετάσχουν) ή όχι τυχαία όπου οι συμμετέχοντες επιλέγονται

λόγω συγκεκριμένων χαρακτηριστικών, ή μία σκόπιμη δειγματοληψία ή μία δειγματοληψία ευκαιρίας.

- **Το δείγμα** είναι η συγκεκριμένη ομάδα από την οποία θα συλλέξετε δεδομένα.
- **Η στρατολόγηση** αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο πρόκειται να ενημερώσετε και να αναζητήσετε ενεργά τους πιθανούς συμμετέχοντες.
- **Η συλλογή δεδομένων** περιλαμβάνει τον τρόπο με τον οποίο πρόκειται να συλλέξετε τα δεδομένα. Πρέπει να είστε συγκεκριμένοι σχετικά με το ποια δεδομένα συλλέγονται, τι ακριβώς καταγράφετε, πώς και πότε. Εάν σχεδιάζετε να χρησιμοποιήσετε κλίμακες μέτρησης, πρέπει να τις προσδιορίσετε ή εάν κάνετε συνεντεύξεις πρέπει να περιγράψετε τους γενικούς τομείς που περιμένετε να καλύψετε κατά τη διάρκεια αυτών.
- **Η διαχείριση δεδομένων** περιλαμβάνει τον τρόπο με τον οποίο πρόκειται να χειριστείτε τα δεδομένα, ποιος πρόκειται να έχει πρόσβαση στα δεδομένα, πού θα αποθηκευτούν τα δεδομένα και πώς προστατεύονται τα δεδομένα (π.χ. προστασία με κωδικό πρόσβασης), τη διαδικασία για την ανωνυμοποίηση ή τη διατήρησή της εμπιστευτικότητας. Εάν πρόκειται για ποιοτική μελέτη, η ανάλυση συνήθως προϋποθέτει προηγουμένως μια απομαγνητοφώνηση της συνέντευξης ή των δεδομένων της ομάδας εστίασης πριν από την ανάλυση του κειμένου. Εάν η μελέτη είναι ποσοτική, όπου τα δεδομένα μετασχηματίζονται σε αριθμούς, μπορεί να χρειαστεί να αποθηκεύσετε τα δεδομένα σε μια πλατφόρμα διαχείρισης δεδομένων ή να ελέγξετε ότι είναι επαρκώς καταχωρημένα για να αποφύγετε σφάλματα. Η διαχείριση των δεδομένων είναι σημαντική για τη μεταγενέστερη ανάλυση.
- **Η ανάλυση δεδομένων** αναφέρεται στην ερμηνεία των δεδομένων. Σε ποσοτικές μελέτες, χρησιμοποιούνται περιγραφικές και επαγωγικές στατιστικές αναλύσεις αριθμητικών δεδομένων για τη διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ των μεταβλητών (μετρούνται συγκεκριμένα χαρακτηριστικά στοιχεία). Στις ποιοτικές μελέτες, η ανάλυση χρησιμοποιεί δεδομένα κειμένου για να συναγάγει έννοιες. Μπορεί να περιλαμβάνει τη δημιουργία κωδικών και θεμάτων που αποτυπώνουν το νόημα των δεδομένων. Σε κάθε τύπο έρευνας, η πολυπλοκότητα και το βάθος της ανάλυσης δεδομένων πρέπει να συνάδει με το στόχο της μελέτης. Πρέπει να αναφέρετε το είδος της ανάλυσης που διεξάγετε.

Πώς να... με παραδείγματα

α. Αναλογιστείτε τη μεθοδολογία

Είναι χρήσιμο να μοιράζεστε τις ιδέες σας με άλλους, να συζητάτε πώς κατανοούν τα ίδια χαρακτηριστικά του θέματος που σας ενδιαφέρουν. Θα σας βοηθήσει να προσδιορίσετε τις βασικές υποθέσεις σας, μερικές από τις οποίες μπορεί να μην τις γνωρίζετε καν. Όπως αναφέρθηκε στην αναλογία του παγόβουνου, η μεθοδολογία είναι κάτι κρυφό το οποίο γίνεται αντιληπτό ανάλογα με τη διατύπωση που χρησιμοποιείται και τον τρόπο με τον οποίο διατυπώνεται η κάθε ερώτηση. Η μεθοδολογία διανοίγει διαφορετικούς τρόπους για να δούμε τον κόσμο. Πρέπει να βρείτε αυτόν που ταιριάζει στην ερευνητική σας ερώτηση.

Για παράδειγμα, φανταστείτε ότι σκέφτεστε να κάνετε έρευνα σε ένα γεγονός:

- Πιστεύετε ότι το γεγονός γίνεται κατανοητό με τον ίδιο τρόπο από όλους τους συμμετέχοντες; Το γεγονός αυτό έχει συγκεκριμένη ύπαρξη στον εξωτερικό κόσμο. Εάν υποθέσετε ότι αυτό είναι αλήθεια, μπορείτε να ρωτήσετε: Τι συνέβη πραγματικά σε εκείνη τη συνεδρία;
- Πιστεύετε ότι ίσως έγινε κατανοητό με διαφορετικούς τρόπους από τους ανθρώπους που ήταν εκεί; Τότε μπορείτε να ρωτήσετε: Τι νομίζουν οι άνθρωποι ότι συνέβη;
- Πιστεύετε ότι το ενδιαφέρον σας είναι σε αυτό που λένε οι άνθρωποι ότι συνέβη (η γλώσσα και οι εκφράσεις που χρησιμοποιούνται); Εάν είναι έτσι, μπορείτε να ρωτήσετε: Πώς οι άνθρωποι μιλάνε γι' αυτό που συνέβη? Και γιατί το λένε αυτό;

Αυτά τα παραδείγματα δείχνουν διαφορετικούς τρόπους αντίληψης του ίδιου συμβάντος. Υπονοείται στον τρόπο που γράφετε και αν δεν στοχαστείτε και συζητήσετε με έναν πιο έμπειρο ερευνητή, μπορεί να περάσει απαρατήρητο.

β. Γράψτε τις μεθόδους σας

Υπάρχουν ορισμένες κύριες ενότητες που είναι κοινές για τη σύνταξη μιας ενότητας μεθόδων. Όταν γράφετε αυτή την ενότητα, λάβετε υπόψη αυτή τη δομή. Εδώ έχετε ένα παράδειγμα μιας ποσοτικής και μιας ποιοτικής μελέτης μέσα σε κάθε ενότητα.

- **Σχεδιασμός**

Παράδειγμα:

- α) Θα διεξαχθεί ένας ημι-πειραματικός σχεδιασμός (για να εξεταστεί εάν η πρώιμη ενσωμάτωση της Ανακουφιστικής Φροντίδας παρείχε πρόσθετο όφελος σε σύγκριση με τη συνήθη φροντίδα στα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης του ασθενούς)
- β) Μπορεί να διεξαχθεί μια φαινομενολογική μελέτη (για να διερευνηθεί πώς οι ασθενείς με προχωρημένο καρκίνο βιώνουν την καθημερινή ζωή).

- **Πληθυσμός, στρατολόγηση & δειγματοληψία**

Παράδειγμα:

- α) Οι πιθανοί συμμετέχοντες θα προσεγγιστούν και θα ενημερωθούν για τη μελέτη από την ογκολογική ομάδα. Οι επιλέξιμοι ασθενείς θα είναι 18 ετών και άνω και θα έχουν προχωρημένο καρκίνο λόγω συμπαγούς όγκου, με εκτιμώμενο προσδόκιμο ζωής 12 μήνες. Αυτοί οι ασθενείς θα ανατεθούν διαδοχικά είτε στην πρώιμη ένταξη της Ανακουφιστικής Φροντίδας στην ογκολογική φροντίδα είτε στη συνήθη ογκολογική φροντίδα. Εκτιμάται ότι απαιτείται ένα μέγεθος δείγματος 120 συμμετεχόντων για τον εντοπισμό στατιστικών διαφορών.
- β) Οι ασθενείς που παρακολουθούνται από το Ινστιτούτο Καρκίνου ΧΧ θα ενημερωθούν για τη μελέτη από την ογκολογική ομάδα. Οι συμμετέχοντες θα στρατολογηθούν χρησιμοποιώντας σκόπιμη δειγματοληψία. Τα κριτήρια εισαγωγής για τους ασθενείς που θα συμμετέχουν είναι: (1) καρκίνος σταδίου 3 ή 4, (2) ζουν σε διαφορετικές περιοχές, αγροτικές και πόλεις, (3) με διαφορετικές καταστάσεις οικογενειακής υποστήριξης. Υπολογίζεται ότι περίπου 15 ασθενείς θα είναι ο επαρκής αριθμός για την επίτευξη του στόχου της μελέτης, αλλά η συλλογή δεδομένων θα συνεχιστεί μέχρι να εξηγηθεί η ουσία του βιώματος.

- **Συλλογή δεδομένων και διαδικασίες**

Παράδειγμα:

- α) Ένας ερευνητής χωρίς κλινική σχέση με τους ασθενείς θα αξιολογήσει τα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης και στις δύο ομάδες (ομάδα πρώιμης παρέμβασης της ανακουφιστικής φροντίδας και ομάδα συνήθους φροντίδας). Θα χρησιμοποιηθεί η Νοσοκομειακή Κλίμακα Άγχους και Κατάθλιψης (Hospital Anxiety and Depression

Scale (HADS)). Αυτά τα δεδομένα μαζί με άλλες μεταβλητές όπως: ηλικία, φύλο κ.λπ. θα συλλεχθούν την τρίτη εβδομάδα νοσηλείας.

β) Ο ερευνητής θα πραγματοποιήσει αδόμητες συνεντεύξεις πρόσωπο με πρόσωπο σε χρόνο και τόπο που θα έχουν ήδη συμφωνηθεί με τον συμμετέχοντα. Η συνέντευξη θα ξεκινήσει με μια ανοιχτή ερώτηση: Θα ήθελα να καταλάβω πώς είναι η ζωή σας με αυτήν την ασθένεια (χρησιμοποιήστε τη διατύπωσή του για να αναφερθείτε στον καρκίνο). Πώς σας έχει επηρεάσει το να ζεις με αυτή την ασθένεια; Ποια είναι η καθημερινότητά σας με την ασθένεια; Η συνέντευξη θα ξεδιπλωθεί ακολουθώντας την αφήγηση του ασθενούς και διερευνώντας τις σημαντικές στιγμές της πορείας της νόσου και ποια χαρακτηριστικά στοιχεία βοηθούν. Οι συνεντεύξεις θα ηχογραφηθούν.

- Διαχείριση & ανάλυση δεδομένων

Παράδειγμα:

α) Όλα τα δεδομένα θα καταχωρηθούν σε μια βάση δεδομένων και θα ανωνυμοποιηθούν χρησιμοποιώντας έναν αριθμό αναγνώρισης. Για την ανάλυση δεδομένων θα χρησιμοποιηθεί στατιστικό λογισμικό (δηλ.: STATA, SPSS). Θα χρησιμοποιηθούν κατάλληλα στατιστικά τεστ για τη σύγκριση των δύο ομάδων, ώστε να αξιολογηθούν οι διαφορές στα επίπεδα κατάθλιψης και άγχους μεταξύ των ομάδων.

β) Τα δεδομένα που καταγράφονται θα απομαγνητοφωνηθούν κατά λέξη. Θα αναλυθούν χρησιμοποιώντας φαινομενολογική προσέγγιση και ακολουθώντας την μέθοδο van Manen. Δύο ερευνητές θα αναλύσουν επαγωγικά τα δεδομένα. Θα χρησιμοποιηθούν αποσπάσματα για την απεικόνιση των ευρημάτων της μελέτης. Δεν θα παρέχονται αναγνωρίσιμες πληροφορίες για την εξασφάλιση της εμπιστευτικότητας.

Αυτή είναι μια επισκόπηση για να δομήσετε την ενότητα των μεθόδων σας. Πρέπει να λάβετε υπόψη ότι υπάρχουν επίσης ιδιαιτερότητες και λεπτομέρειες ειδικές για κάθε σχεδιασμό έρευνας που θα απαιτήσουν από εσάς περαιτέρω ανάγνωση και εξειδίκευση κατά τη σύνταξη του πρωτοκόλλου σας. Η χρήση μιας λίστας ελέγχου αναφοράς για

συγκεκριμένους σχεδιασμούς μπορεί να είναι μια χρήσιμη πηγή για τον προσδιορισμό της δομής του έργου πέρα από τα κοινά σημεία οποιασδήποτε έρευνας. Για παράδειγμα:

- Ενοποιημένα Πρότυπα Αναφοράς Δοκιμών (CONsolidated Standards of Reporting Trials (CONSORT))
- Εργαλεία Κριτικής Αξιολόγησης του Ινστιτούτου Joanna Briggs- Λίστα ελέγχου για ημι-πειραματικές μελέτες
- Ενοποιημένα κριτήρια για την υποβολή εκθέσεων ποιοτικής έρευνας (Consolidated criteria for Reporting Qualitative research (COREQ))
- Λίστα ελέγχου του Προγράμματος Κριτικής Αξιολόγησης Δεξιοτήτων (Critical Appraisal Skills Programme (CASP)).

Πρακτικές συμβουλές

- Γράψτε τη μεθοδολογία ώστε να είναι σύμφωνη με τον στόχο
- Συζητήστε με συναδέλφους για τις μεθόδους και τις πρακτικές πτυχές
- Να είστε σαφείς σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο πρόκειται να πραγματοποιήσετε τη μελέτη

Σύνδεσμοι σε υλικά του RESPACC

[RESPACCC 03 Method - YouTube](#)

[RESPACC 04 What are, when and how to use quantitative methods](#)

[RESPACC 04 Quantitative research approaches](#)

[RESPACC 04 Making sense of data statistical analysis](#)

[RESPACC 04 When and how to use qualitative research](#)

[RESPACC 04 Methodology and data collection](#)

[RESPACC 04 Qualitative analysis-common aspects of making meaning of data](#)

[RESPACC 04 When and how to use mixed methods](#)

Βιβλιογραφικές Αναφορές

1. Bowling A. Research Methods in Health: Investigating Health and Health Services. Open University Press; 3rd edition, 2009.
2. Creswell JW. Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approaches. SAGE. 3rd edition, 2013.
3. Creswell J and Plano Clark VL. Designing and Conducting Mixed Method Research. SAGE 3rd edition, 2018.
4. Critical Appraisal Skills Programme. 2019. CASP Checklist. [online] Available at: <https://casp-uk.net/casp-tools-checklists/> Accessed: 25/03/2022.
5. Denzin NK and Lincoln Y. The SAGE Handbook of Qualitative Research. SAGE. 5th edition, 2017.
6. Errasti-Ibarrondo B, Jordán JA, Díez-Del-Corral MP, Arantzamendi M. van Manen's phenomenology of practice: How can it contribute to nursing? Nurs Inq. 2019; 26:e12259.
7. Kallet RH. How to write the methods section of a research paper. Respiratory Care. 2004, 49(10):1229-32.
8. Rennie D. CONSORT revised—improving the reporting of randomized trials. JAMA 2001;285:2006-7.
9. Schulz KF, Altman DG, Moher D; CONSORT Group. CONSORT 2010 statement: updated guidelines for reporting parallel group randomized trials. Ann Intern Med. 2010, 152(11):726-32.
10. Sudheesh K, Duggappa DR, Nethra SS. How to write a research proposal?. Indian J Anaesth 2016;60:631-4.
11. Tong A, Sainsbury P, Craig J. Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): a 32-item checklist for interviews and focus groups. International Journal for Quality in Health Care. 2007, 19 (6): 349-57.
12. Tufanaru C, Munn Z, Aromataris E, Campbell J, Hopp L. Chapter 3: Systematic reviews of effectiveness. In: Aromataris E, Munn Z (Editors). Joanna Briggs Institute Reviewer's Manual. The Joanna Briggs Institute, 2017. Available at: <https://reviewersmanual.joannabriggs.org/> Accessed: 25/03/2022.
13. Van Manen, M. (2014). Phenomenology of practice: Meaning-giving methods in phenomenological research and writing. Walnut Creek, CA: Left Coast Press.

Δήλωση Ηθικής και Δεοντολογίας

Εισαγωγή

Σημαντική και αναγκαία πτυχή μιας ερευνητικής πρότασης, είναι και οι ηθικοί και δεοντολογικοί προβληματισμοί γύρω από την έρευνα. Περιλαμβάνουν ένα σύνολο θεμελιωδών αρχών, όπως το ωφελέειν, το μη βλάπτειν, η δικαιοσύνη, η αυτονομία και η ακεραιότητα, οι οποίες καθοδηγούν το σχεδιασμό μελέτης και την πρακτική της έρευνας. Οι ερευνητές πρέπει πάντα να τηρούν έναν κώδικα δεοντολογίας που διασφαλίζει την κοινωνική και κλινική αξία της μελέτης, την επιστημονική εγκυρότητα, την ανεξαρτησία και την αμεροληψία της, καθώς και την εθελοντική συμμετοχή, την προστασία και την ασφάλεια των συμμετεχόντων. Τα ζητήματα αυτά θα πρέπει να εξετάζονται και να επεξηγούνται λεπτομερώς και κατάλληλα στη δήλωση δεοντολογίας μιας ερευνητικής πρότασης. Οι χορηγοί καθώς και οι εκδότες περιοδικών απαιτούν όλες οι ερευνητικές προτάσεις ή τα άρθρα που υποβάλλονται για χρηματοδότηση ή δημοσίευση αντίστοιχα, να τηρούν αυτές τις αρχές. Οι κατευθυντήριες γραμμές δεοντολογίας και τα άρθρα σχετικά με την έρευνα σε επαγγελματικούς κώδικες δεοντολογίας εφαρμόζονται αυστηρά σήμερα, κυριωτέρως λόγω παλαιότερων καταχρήσεων, όπως τα πειράματα των Ναζί σε αιχμαλώτους πολέμου, που οδήγησαν στις δίκες της Νυρεμβέργης και τελικά στον Κώδικα της Νυρεμβέργης το 1947.

Ορισμός των Όρων

ΠΟΙΟΙ είναι οι βασικοί δεοντολογικοί προβληματισμοί που πρέπει να εξετάζονται στη δήλωση δεοντολογίας;

1. Κοινωνική και κλινική αξία της μελέτης: Μια ερευνητική πρόταση θα πρέπει να είναι δεόντως σημαντική και πολύτιμη ώστε να προάγει χρήσιμες γνώσεις για την κοινωνία και να δικαιολογεί την έκθεση των ανθρώπων που συμμετέχουν στον κίνδυνο, τη βλάβη ή την επιβάρυνση από την έρευνα.
2. Επιστημονική εγκυρότητα: Μια μελέτη θα πρέπει να έχει σχεδιαστεί με σαφή επιστημονικό στόχο και με τη χρήση αποδεκτών αρχών, μεθόδων και αξιόπιστων πρακτικών, ώστε να επιτευχθεί μια κατανοητή απάντηση στο πολύτιμο ερευνητικό

ερώτημα. Η μη έγκυρη έρευνα είναι αντιδεοντολογική, διότι αποτελεί σπατάλη πόρων και εκθέτει τους ανθρώπους σε κίνδυνο χωρίς σκοπό.

3. Ευημερία των συμμετεχόντων: Παρόλο που η αβεβαιότητα είναι εγγενής στην έρευνα, τα πάντα θα πρέπει να συντείνουν ώστε, να ελαχιστοποιηθούν οι κίνδυνοι και η ταλαιπωρία των συμμετεχόντων στην έρευνα, να μεγιστοποιηθούν τα δυνητικά οφέλη και να καθοριστεί ότι τα δυνητικά οφέλη είναι ανάλογα ή υπερτερούν των κινδύνων. Οι κίνδυνοι μπορεί να είναι φυσικοί, ψυχολογικοί, οικονομικοί ή κοινωνικοί.

4. Σεβασμός, προστασία και ασφάλεια των δυνητικών και εντεταγμένων συμμετεχόντων: Θα πρέπει να σεβαστείτε την ιδιωτική ζωή και να διασφαλίζετε ότι όλες οι προσωπικές πληροφορίες παραμένουν απόρρητες. Θα πρέπει να σέβεστε το δικαίωμά των συμμετεχόντων να αλλάξουν γνώμη και να αποσυρθούν από τη μελέτη σε οποιοδήποτε στάδιο, χωρίς επιπτώσεις. Ωφείλτε να τους ενημερώνετε για κάθε νέα πληροφορία που προκύπτει κατά τη διάρκεια της μελέτης και η οποία δυνητικά μπορεί να επηρεάσει την εκτίμησή που έχουν για την σχέση κινδύνου/οφέλους. Θα πρέπει να τους ενημερώνετε για τα αποτελέσματα της μελέτης.

ΤΙ είναι η Ενημερωμένη Συγκατάθεση;

Είναι η διαδικασία με την οποία οι δυνητικοί συμμετέχοντες στην έρευνα, εφόσον έχουν την απαραίτητη διανοητική ικανότητα, μπορούν να αποφασίσουν για τα οφέλη και τους κινδύνους που ενέχουν από τη συμμετοχή τους στη μελέτη. Αυτό γίνεται μέσω:

1. Της παροχής πληροφοριών με ακρίβεια, σε απλή συνοπτική γλώσσα, σχετικά με τον σκοπό, τις μεθόδους, τους κινδύνους, τα οφέλη και τις εναλλακτικές επιλογές της έρευνας.
2. Της παροχής επαρκούς χρόνου για την κατανόηση των πληροφοριών αυτών και του τρόπου με τον οποίο σχετίζονται με τη δική τους κλινική ή κοινωνική κατάσταση ή/και τα ενδιαφέροντά τους, καθώς επίσης και της δυνατότητας να τις συζητήσουν με την οικογένεια και τους φίλους τους.
3. Της εθελοντικής απόφασης για το αν θα συμμετάσχουν στην έρευνα, χωρίς εξαναγκασμό ή λόγω αθέμιτης πειθούς.
4. Της παροχής ικανοποιητικών απαντήσεων στις ερωτήσεις των δυνητικών συμμετεχόντων και παροχή του ονόματος και των στοιχείων επικοινωνίας ενός προσώπου αναφοράς.

ΤΙ είναι μια Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας;

Η Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας (Επιτροπή Δεοντολογίας της Έρευνας) είναι μια επιτροπή που διενεργεί δεοντολογικό έλεγχο των προτεινόμενων ερευνών. Η Επιτροπή αποτελείται από τουλάχιστον 5-7 έμπειρα μέλη (ιδανικά συμπεριλαμβανομένου και ενός μη ειδικού, εκπροσώπου της κοινότητας) με ποικίλες ειδικότητες. Τα μέλη της Επιτροπής είναι ανεξάρτητα από χορηγούς ερευνών ή άλλες αθέμιτες επιρροές, διορίζονται για ορισμένη θητεία και λειτουργούν βάσει συγκεκριμένων κατευθυντήριων γραμμών, κανονισμών και διαδικασιών λειτουργίας, προκειμένου να καταλήξουν σε συναίνεση μετά από συζήτηση και διαδικασία λήψης αποφάσεων.

Σε ΠΟΙΟΝ πρέπει να υποβάλω αίτηση για να λάβω έγκριση από μία Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας;

Ανάλογα με τη χώρα ή το ίδρυμα όπου σκοπεύετε να πραγματοποιήσετε την έρευνά σας (σε μία χώρα, πολυεθνικά κ.λπ.), τον φορέα χρηματοδότησης και το είδος της έρευνας (ερευνητικά φάρμακα, ασθενείς, δυνητικά ευάλωτοι συμμετέχοντες, φροντιστές, διοικητικά ζητήματα κ.λπ.), η αρμόδια Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας και οι απαιτήσεις για την υποβολή αίτησης και έγκριση, διαφέρουν σημαντικά.

(<http://www.ethicsguidebook.ac.uk>, www.eurecnet.org)

ΠΟΙΕΣ είναι οι διάφορες πλευρές της έρευνας που εξετάζει μια Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας για να παρέχει την έγκριση της;

- την προστασία όλων των συμμετεχόντων και τη διασφάλιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων
- την προστασία της αξιοπρέπειας και της ευημερίας των προσώπων
- την αναλογία οφέλους και κινδύνου (σωματικών, ψυχολογικών, κοινωνικών, οικονομικών)
- την επιστημονική εγκυρότητα της μελέτης (στόχοι της μελέτης, ορθή μεθοδολογία, σκοπιμότητα διεξαγωγής κ.λπ.)
- την ποιότητα των ερευνητικών εγκαταστάσεων

- τα προσόντα και η καταλληλότητα των ερευνητών
- τη συμμετοχή των χρηστών στο σχεδιασμό της έρευνας
- θέματα προστασίας/ασφάλειας δεδομένων
- θέματα ενημέρωσης των συμμετεχόντων και ενημερωμένης συγκατάθεσης
- θέματα στρατολόγησης στη μελέτη/ θέματα δίκαιης επιλογής των συμμετεχόντων
- κοινωνικά θέματα και θέματα σχετικά με την κοινωνική αξία της έρευνας
- όνομα και στοιχεία επικοινωνίας του κύριου ερευνητή

Κατευθυντήριες αρχές για τη ηθική/δεοντολογία στην έρευνα. Επιδιώκοντας την προστασία των δυνητικά συμμετεχόντων στην έρευνα.

<https://www.nih.gov/health-information/nih-clinical-research-trials-you/guiding-principles-ethical-research>

Πώς να ... με παραδείγματα

Συντάξετε μια Έκθεση Ηθικής και Δεοντολογίας

Η Έκθεση Ηθικής και Δεοντολογίας θα πρέπει να περιγράφει τις θεμελιώδεις αρχές δεοντολογίας που καθοδηγούν το σχεδιασμό και την πρακτική της έρευνας. Όταν συντάσσετε μια Έκθεση Ηθικής και Δεοντολογίας, είναι καλό να γράψετε πολλές προτάσεις που θα επιχειρήσουν να απαντήσουν σε κάθε μία από τις παρακάτω ερωτήσεις:

1. **Γιατί** η έρευνά σας είναι απαραίτητη και ταυτόχρονα είναι ηθική (δηλ., ποια είναι η κοινωνική και κλινική αξία της έρευνας);
2. **Τι** επιδιώκει να επιτύχει και πώς διασφαλίζονται οι δεοντολογικές διαστάσεις της έρευνας (δηλ. η επιστημονική της ακεραιότητα);
3. **Πώς** διασφαλίζονται οι ηθικές αρχές σχετικά με τη στρατολόγηση και την ένταξη στη μελέτη των συμμετεχόντων (δηλ. η ευημερία των συμμετεχόντων, τα κριτήρια ένταξης στη μελέτη, η ενημερωμένη συγκατάθεση)
4. **Πώς** γίνεται σεβαστή η ιδιωτική ζωή και οι ιδιωτικές πληροφορίες των συμμετεχόντων (δηλ. προστασία και ασφάλεια δεδομένων)
5. **Πώς και από Ποιον** δίνεται η έγκριση αναφορικά με την ηθική της έρευνας (δηλ. η αξιολόγηση από την Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας)

Οι Εκθέσεις Ηθικής και Δεοντολογίας γράφονται συνήθως με τη χρήση του απαρέμφρατου **"να + δράση"**. (να σέβεται, να συναινεί, να προστατεύει, να εξασφαλίζει, να διαφυλάσσει, να ενημερώνει, να αξιολογεί, να κατανοεί, να εγκρίνει, να αναφέρει κ.λπ.)

Παράδειγμα: <https://www.ukri.org/councils/esrc/guidance-for-applicants/research-ethics-guidance/ethics-statement-examples>

Πώς να γράψετε μια ενημερωμένη συγκατάθεση

Όταν γράφετε μια ενημερωμένη συγκατάθεση θα πρέπει να συμπεριλάβετε τα ακόλουθα στοιχεία:

1. Εθελοντική συμμετοχή (αρχικά ή κατά τη διάρκεια της μελέτης)
2. Σκοπός και υπόβαθρο της μελέτης (σε τι αφορά η έρευνα, πώς αυτό σχετίζεται με τον συμμετέχοντα)
3. Διαδικασίες (τι θα συμβεί στον συμμετέχοντα π.χ. συνέντευξη, βιοϊατρικό δείγμα, συλλογή προσωπικών δεδομένων, φαρμακευτική αγωγή κ.λπ., πόσος χρόνος θα χρειαστεί κ.λπ.)
4. Κίνδυνοι, βλάβες ή επιβάρυνση
5. Οφέλη από τη συμμετοχή (πιθανά άμεσα προσωπικά οφέλη ή έμμεσα για την κοινότητα ή την κοινωνία στο σύνολό της)
6. Ζητήματα εμπιστευτικότητας (προστασία δεδομένων, κωδικοί, εξουσιοδοτημένη πρόσβαση σε δεδομένα κ.λπ.)
7. Θέματα σεβασμού (ενημέρωση για τα ενδιάμεσα ή τελικά αποτελέσματα της μελέτης)
8. Όνομα του ερευνητή καθώς και όνομα και στοιχεία επικοινωνίας του προσώπου που δέχεται παράπονα
9. Δήλωση συγκατάθεσης
10. Υπογραφές (του συμμετέχοντος και του ερευνητή)

σελίδα 41
Παράδειγμα:

https://stri-sites.si.edu/permits/sd606/Smithsonian_Institution_Sample_Informed_Consent.doc

Τελευταία επίσκεψη 8 Σεπτ 2022

Σύνταξη αίτησης σε μια Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας

Προκειμένου να μάθετε ποιες είναι οι απαραίτητες προϋποθέσεις για τη σύνταξη αίτησης σε μια Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας, όσον αφορά τα μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης, θα πρέπει να επικοινωνήσετε με το αντίστοιχο μέλος του EUREC στη χώρα σας.

<http://www.eurecnet.org/researchers>

Υπάρχουν επίσης οδηγοί με πληροφορίες σχετικά με τη διαδικασία υποβολής αιτήσεων σε Επιτροπές Ηθικής και Δεοντολογίας της Έρευνας που αφορούν τον άνθρωπο, όπως π.χ:

<https://ro.uow.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=1011&context=chsd>

Πρακτικές συμβουλές για τη λήψη ενημερωμένης συγκατάθεσης

1. Αξιολογήστε τη διανοητική κατάσταση των συμμετεχόντων με τα κατάλληλα διαγνωστικά εργαλεία αξιολόγησης
2. Αξιολογήστε την παιδεία σε επίπεδο ανάγνωσης και γραφής των συμμετεχόντων
3. Χρησιμοποιείτε απλή συνοπτική γλώσσα
4. Δώστε επαρκή χρόνο
5. Βεβαιωθείτε ότι κατανοούν τους κινδύνους, την επιβάρυνση και τα οφέλη από τη συμμετοχή τους
6. Βεβαιωθείτε ότι κατανοούν τη διάρκεια της μελέτης
7. Παραμείνετε διαθέσιμοι για απάντηση ερωτήσεων
8. Εφόσον δεν υπάρχει δυνατότητα ανάγνωσης, λάβετε προφορική συγκατάθεση, με την παρουσία κατάλληλης μαρτυρίας και υπογεγραμμένη.

Πρακτικές Συμβουλές για τη σύνταξη αίτησης σε Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας της Έρευνας

1. Αφιερώστε χρόνο στην προετοιμασία μιας λεπτομερούς και επιμελημένης αίτησης, διότι έτσι θα εξοικονομήσετε χρόνο μακροπρόθεσμα
2. Συμπεριλάβετε όσο το δυνατόν περισσότερες πληροφορίες μπορείτε, προσαρμοσμένες στην αίτηση
3. Εξηγήστε το σκεπτικό της προσέγγισής σας και συμπεριλάβετε πρόσθετο υλικό σύμφωνα με την Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας στην οποία υποβάλλετε την αίτηση σας (<http://www.ethicsguidebook.ac.uk/Writing-your-ethics-application-198.html>)

Βιβλιογραφικές Αναφορές:

RESPACC O4 [Research ethics Part 1](#) / [Research ethics Part 2](#)

1. The Research Ethics Guidebook.
<http://www.ethicsguidebook.ac.uk/index.html>
2. Ethical research in palliative care: a guide through the human Research Ethics Committee process. Masso M et al
<https://apo.org.au/sites/default/files/resource-files/2004-10/apo-nid75930.pdf>
3. Informed Consent in Palliative Care Clinical Trials: Challenging but Possible. Agar M. Et al , J Palliat Med 2013;16(5):485-491
4. Ethics and data protection. 2021. https://ec.europa.eu/info/funding-tenders/opportunities/docs/2021-2027/horizon/guidance/ethics-and-data-protection_he_en.pdf
5. Informed Consent. Guidance for applicants. European Commission - Research Directorate-General Directorate L - Science, Economy and Society Unit L3 - Governance and Ethics

https://ec.europa.eu/research/participants/data/ref/fp7/89807/informed-consent_en.pdf

6. Real-world ethics in palliative care: A systematic review of the ethical challenges reported by specialist palliative care practitioners in their clinical practice. Schofield G et al, Palliative Medicine 2021;35(2):315–334
7. Measuring mental health outcomes in built environment research. Choosing the right screening assessment tools
<https://www.urbandesignmentalhealth.com/how-to-measure-mental-health.html>
8. Guiding Principles for Ethical Research. Pursuing potential research participants protection. <https://www.nih.gov/health-information/nih-clinical-research-trials-you/guiding-principles-ethical-research>

Διαχείριση Έργου

Εισαγωγή

Η Διαχείριση Έργου αναφέρεται σε ένα σύνολο δραστηριοτήτων που καθιστούν δυνατή την επιτυχή υλοποίηση ενός έργου. Ένα έργο μπορεί να οριστεί ως μια ομάδα αλληλένδετων δραστηριοτήτων που σχεδιάζονται και στη συνέχεια εκτελούνται με μια συγκεκριμένη σειρά για να δημιουργήσουν ένα μοναδικό αποτέλεσμα, εντός συγκεκριμένου χρονικού πλαισίου και εντός συγκεκριμένων δαπανών.

Χρονοδιάγραμμα

Ορισμός

Εν συντομία, το χρονοδιάγραμμα του έργου απεικονίζει τον χρόνο και πως αυτός θα καταναμηθεί με στόχο να ολοκληρωθεί το έργο. Το σχέδιο προγραμματισμού του έργου συνεπάγεται την ανάλυση με λεπτομέρειες της δομής του έργου σε όλες τις επιμέρους εργασίες, το/α άτομο/α στο/α οποίο/α έχουν ανατεθεί οι επιμέρους εργασίες και την ημερομηνία έναρξης και λήξης της κάθε επιμέρους εργασίας.

Πώς να... με παραδείγματα

Στα μεγαλύτερα έργα, οι άνθρωποι εξαρτώνται ο ένας από τη δουλειά του άλλου. Συνεπώς, οι αποφάσεις και οι χρόνοι έχουν μεγαλύτερο αντίκτυπο στην ολοκλήρωση του έργου.

Υπάρχουν τρεις σκοποί ενός χρονοδιαγράμματος έργου:

- Ο πρώτος και πιο γνωστός, είναι να αναλάβουμε δεσμεύσεις για το πότε θα ολοκληρωθεί κάθε επιμέρους εργασία. Με αυτόν τον τρόπο, το πρόγραμμα παρέχει μια μορφή άτυπης σύμβασης μεταξύ κάθε ατόμου σε μια ομάδα ή σε έναν οργανισμό, επιβεβαιώνοντας το τί κάθε άτομο θα παραδώσει στην επόμενη εβδομάδα, μήνα ή έτος.
- Ο δεύτερος σκοπός ενός χρονοδιαγράμματος, είναι να συνειδητοποιήσουν όλοι, ότι η δουλειά και η προσπάθεια κάθε ατόμου είναι μέρος ενός συνόλου. Η δουλειά κάθε μέλους της ομάδας είναι σαν ένα κομμάτι παζλ και η ολόκληρη εικόνα είναι το έργο.
- Ο τρίτος σκοπός του χρονοδιαγράμματος είναι να δώσει στην ομάδα ένα εργαλείο για να παρακολουθεί την πρόοδο και να διαιρέσει την εργασία σε διαχειρίσιμα κομμάτια.

Τα χρονοδιαγράμματα πρέπει να είναι πειστικά, ώστε να παρέχουν μια βάση για την παρακολούθηση της προόδου και την πραγματοποίηση προσαρμογών, και πρέπει να έχουν μια πιθανότητα επιτυχίας η οποία ικανοποιεί την ομάδα, τον οργανισμό ή τον χρηματοδότη του έργου.

Παράδειγμα:

Ένα γράφημα Gantt, που χρησιμοποιείται συνήθως στη διαχείριση έργων, είναι ένας από τους πιο δημοφιλείς και χρήσιμους τρόπους παρουσίασης των δραστηριοτήτων ενός έργου σε συνάρτηση με το χρόνο. Στην αριστερή πλευρά του γραφήματος βρίσκεται η λίστα των δραστηριοτήτων του έργου και στην κορυφή είναι η χρονική κλίμακα συμπεριλαμβανομένης της διάρκειας του έργου (μήνες/έτη). Κάθε δραστηριότητα αντιπροσωπεύεται από μια ράβδο. Η θέση και το μήκος της ράβδου αντικατοπτρίζει την ημερομηνία έναρξης, τη διάρκεια και την ημερομηνία λήξης της δραστηριότητας. Το διάγραμμα Gantt παρέχει μια συνολική εικόνα του έργου που περιλαμβάνει:

- Ποιες είναι οι διάφορες δραστηριότητες
- Πότε αρχίζει και ολοκληρώνεται κάθε δραστηριότητα
- Πόσο χρόνο έχει προγραμματιστεί να διαρκέσει κάθε δραστηριότητα
- Πού υπάρχει αλληλοεπικάλυψη δραστηριοτήτων και για ποια χρονική διάρκεια
- Η ημερομηνία έναρξης και ολοκλήρωσης όλου του έργου

Για να συνοψίσουμε, ένα γράφημα Gantt σας δείχνει τι χρειάζεται να γίνει (τις δραστηριότητες) και πότε (το χρονοδιάγραμμα).

Παράδειγμα προτύπου Gantt διαγράμματος:

		Έτος 1				Έτος 2			
		Μήνας1	Μήνας2	Μήνας3	Μήνας4	Μήνας 5	Μήνας 6	Μήνας 7	Μήνας 8
Δραστηριότητα 1	Υπο- Δραστηριότητα 1.1								
	Υπο- Δραστηριότητα 1.2								
Δραστηριότητα 2	Υπο- Δραστηριότητα 2.1								
	Υπο- Δραστηριότητα 2.2								
	Υπο- Δραστηριότητα 2.3								
Δραστηριότητα 3	Υπο- Δραστηριότητα 3.1								
	Υπο- Δραστηριότητα 3.2								

Πρακτικές συμβουλές:

Επειδή το χρονοδιάγραμμα αντιπροσωπεύει το σύνολο του έργου, ο μόνος τρόπος για να χρησιμοποιηθεί αποτελεσματικά είναι να κατανοήσουμε όλες τις δραστηριότητες που πρέπει να ολοκληρωθούν ώστε να επιτευχθεί το έργο. Αυτό αντανakλά τη διεπιστημονική διάσταση που πρέπει να ληφθεί υπόψη κατά τη δημιουργία ενός χρονοδιαγράμματος έργου.

Τα σύνθετα και/ή μεγάλα χρονοδιαγράμματα θα πρέπει να χωρίζονται σε μικρότερα χρονοδιαγράμματα για να ελαχιστοποιηθούν οι κίνδυνοι, να καταστούν δυνατές οι συχνές προσαρμογές και η πραγματοποίηση αλλαγών προκειμένου να επιτευχθεί ο στόχος του έργου.

Άλλο υποστηρικτικό υλικό:

[Πώς να δημιουργήσετε ένα Gantt γράφημα/διάγραμμα](#)

[RESPACC Research for palliative care clinicians - YouTube](#) min 2:22

[RESPACC O4 How to implement a research project](#)

Διαχείριση Κόστους

Ορισμός

Ένα σημαντικό μέρος της Διαχείρισης Έργων είναι η διαχείριση κόστους. Η διαχείριση περιλαμβάνει τον οικονομικό προϋπολογισμό των δραστηριοτήτων του έργου και, μέσω του ελέγχου του κόστους, διασφαλίζει ότι το έργο παραμένει εντός των οικονομικών ορίων που έχουν ήδη οριστεί κατά την κατάρτιση του προϋπολογισμού.

Πώς να... με παραδείγματα

Προκειμένου να έχουμε έναν κατάλληλο προϋπολογισμό για το έργο, είναι απαραίτητο να έχουμε μια συνολική εικόνα των διαφορετικών τύπων δαπανών που δημιουργούνται από τις δραστηριότητες του έργου. Υπάρχουν τρεις κύριες κατηγορίες δαπανών:

1. Δαπάνες προσωπικού: άμεσα δαπάνες των ατόμων που εργάζονται στη μελέτη
2. Δαπάνες εκτός προσωπικού: εξοπλισμός, ταξίδια, έξοδα γραφείου κ.λπ.
3. Έμμεσα έξοδα: δαπάνες που επιβαρύνουν το ίδρυμα που φιλοξενεί το έργο π.χ. φωτισμός, θέρμανση κλπ. Αυτό υπολογίζεται συνήθως ως ποσοστό του άμεσου συνολικού κόστους του έργου, αλλά οι χρηματοδότες έχουν διαφορετικά ποσοστά.

Κατά την διαχείριση του κόστους ενός έργου, η εργασία εκτίμησης των δαπανών περιλαμβάνει και την εξέταση των διαφόρων δυνατοτήτων που υπάρχουν ώστε οι δαπάνες να πραγματοποιηθούν σε διάφορες φάσεις του έργου.

Μόνο όταν καταγράφονται οι λεπτομέρειες, με τα ονόματα των ανθρώπων δίπλα τους, μπορούν να γίνουν πραγματικοί υπολογισμοί και να εξεταστούν οι διάφορες υποθέσεις.

Παράδειγμα:

Απεικόνιση εκτίμησης κόστους μιας εργασίας:

Εργασία: Συμβουλευτική δικηγόρου				
Πόρος	Ποσότητα	Χρήση	Κόστος/μονάδα	Συνολικό κόστος
Προσωπικό				
Συντονιστής έργου	0.25	1 ημέρα	200 €	50 €
Κοινωνικός λειτουργός	0.5	1 ημέρα	150 €	75 €

Δικηγόρος	0.5	1 ημέρα	240 €	120 €
Εξοπλισμός				
Ηλεκτρονικός υπολογιστής/ Φορητός υπολογιστής	2	1 ημέρα	0	0
Άλλο				
Ταξίδια	1	1 ημέρα	100 €	100 €
Διαμονή	1	1 ημέρα	100 €	100 €
Σύνολο				445 €

Σύνοψη της δομής του προϋπολογισμού των έργων Erasmus+:

Δραστηριότητα	Προϋπολογισμός
Διαχείριση έργου	
Διεθνείς συναντήσεις	
Συνάντηση 1 – kick-off (Εναρκτήρια)	
Συνάντηση 2 - Follow-up (Παρακολούθησης)	
Συνάντηση 3 - Final meeting (Τελική συνάντηση)	
Επιστημονικά Αποτελέσματα	
Επιστημονικό αποτέλεσμα 1	
Επιστημονικό αποτέλεσμα...	
Εκπαιδεύσεις μικρής διάρκειας	
Εκπαίδευση 1 C 1	
Εκπαίδευση 1 C ...	
Ενέργειες διάδοσης των αποτελεσμάτων	
Ενέργεια 1	
Ενέργεια ...	
Σύνολο	

Πρακτική συμβουλή:

Καθώς το κόστος εργασίας είναι υψηλό, ο προϋπολογισμός θα πρέπει να είναι πολύ καλά δομημένος και να καλύπτει την άμεση και την έμμεση εργασία.

Για το σχέδιο κόστους του έργου είναι σημαντικό:

- Να ζητήσετε συμβουλές από υπάλληλο του οικονομικού τμήματος του οργανισμού
- Να λάβετε γενικές πληροφορίες σχετικά με τις τιμές υλικών, εξοπλισμού ή άλλες πληροφορίες κόστους των πόρων

- Να εξετάσετε διαφορετικές διαδικασίες εντός του οργανισμού, πληροφορίες που είχαν συλλεχθεί σε προηγούμενα έργα (έγγραφα, αρχεία κ.λπ.), μοναδικότητα του έργου (ειδικές συμβάσεις, εξαγορές, νομικές επιπτώσεις κλπ.)
- Να αναφέρεστε στο χρονοδιάγραμμα της μελέτης (να συμπεριλαμβάνονται οι δραστηριότητες, η διάρκειά τους, απαιτήσεων σε πόρους)
- Να εξετάσετε την εμπειρία της ομάδας
- Να ελέγξετε τις απαιτήσεις των χρηματοδοτών/χορηγών σχετικά με τη μορφή του προϋπολογισμού, τις επιλέξιμες δαπάνες κλπ.

Άλλο υποστηρικτικό υλικό:

Υπόδειγμα σύνοψης των δραστηριοτήτων του έργου που περιλαμβάνει και τον προϋπολογισμό των εταίρων:

		Ηγείται	Εμπλεκόμενοι Συνεργάτες	Προϋπολογισμός
Δραστηριότητα 1	Υπό- Δραστηριότητα 1.1			Συνεργάτης 1 Συνεργάτης 2...
	Υπό- Δραστηριότητα 1.2			
	Υπό- Δραστηριότητα 1.3			
Δραστηριότητα 2	Υπό- Δραστηριότητα 2.1			
	Υπό- Δραστηριότητα 2.2			
	Υπό- Δραστηριότητα 2.3			
Δραστηριότητα 3	Υπό- Δραστηριότητα 3.1			
	Υπό- Δραστηριότητα 3.2			
	Υπό- Δραστηριότητα 3.3			

Βιβλιογραφικές αναφορές

1. Huljениć D., Dešić S., Matijašević M. Project Management in Research Projects, Conference: Telecommunications, 2005. ConTEL 2005. Proceedings of the 8th International Conference on Volume: 2

2. Cobb A. Leading Project Teams: The Basics of Project Management and Team Leadership, Sage Publication, 2012
3. Payne J et Al. Researchers' experience with project management in health and medical research: Results from a post-project review, BMC Public Health 2011, 11:424
4. Berkun S. The Art of Project Management, Publisher O'Reilly, 2005
5. [What is a Gantt Chart? Gantt Chart Software, Information, and History](#)-accessed 15th of June 2022
6. Passenheim O. – Project management, Ventus Publishing ApS, 2009

Επιπρόσθετα Στοιχεία

Εισαγωγή

Τα επιπλέον στοιχεία που θα πρέπει να σκεφτείτε για μια πρόταση χρηματοδότησης, περιλαμβάνουν τον αντίκτυπο της έρευνάς σας, τις ευχαριστίες και τις αναφορές. Μια ισχυρή σύνοψη του αντικτύπου που θα έχει η έρευνά σας και ένα σαφές σχέδιο για τη δημιουργία αντικτύπου, μπορεί να κάνει τη διαφορά μεταξύ της χρηματοδότησης ή όχι. Οι αναφορές καταδεικνύουν στοιχεία για τους ισχυρισμούς της πρότασής σας και ότι γνωρίζετε τι έχει γίνει στο παρελθόν, πριν από την έρευνα σας.

Αντίκτυπο

Ορισμός: Ο αντίκτυπος είναι το αποτέλεσμα της έρευνας αφού υιοθετηθεί, προσαρμοστεί για χρήση ή χρησιμοποιηθεί για την ενημέρωση περαιτέρω έρευνας. Η διατύπωση του αντικτύπου της έρευνάς σας είναι μια σύντομη, πειστική επεξήγηση του πώς το έργο σας μπορεί να έχει θετική επίδραση στην ευρύτερη κοινωνία.

Πώς να... με παραδείγματα

Η διατύπωση του αντικτύπου της έρευνας σας, πρέπει να περιγράφει:

- (Α) Το **πρόβλημα** που προσπαθείτε να αντιμετωπίσετε.
- (Β) Πώς σχεδιάζετε να **αντιμετωπίσετε** αυτό το πρόβλημα.
- (Γ) **Ποιος** θα μπορούσε να ωφεληθεί από αυτή την έρευνα.
- (Δ) **Πώς** μπορούν να ωφεληθούν από αυτή την έρευνα.

Οι δηλώσεις αντικτύπου συνίσταται να εστιάζουν στη «μεγάλη εικόνα» και να αποφεύγουν άσκοπες τεχνικές λεπτομέρειες και επιστημονική ορολογία. Επίσης, είναι συχνά χρήσιμο να αναφέρουν αριθμούς για να περιγράψουν τον πιθανό αντίκτυπο της εργασίας σας (π.χ. αριθμός πιθανών ωφελομένων).

53
σελίδα 53

Μια άλλη σημαντική διάσταση της έρευνάς σας που σχετίζεται με τον αντίκτυπό της είναι η έννοια της Συμμετοχής Ασθενών και Κοινού (PPI-Patient and Public Involvement), (Πόροι Συμμετοχής Ασθενών και του Κοινού για αιτούντες σε ερευνητικά προγράμματα

NIHR, 2022). Η συμμετοχή Ασθενών/ Κοινού μπορεί να κάνει την έρευνα πιο σχετική μαζί τους μέσω:

- Του προσδιορισμού ενός συνόλου ερευνητικών θεμάτων ευρύτερου από αυτό που θα είχε δημιουργηθεί από τις προτεινόμενες ιδέες των ακαδημαϊκών και των λειτουργών υγείας και πρόνοιας.
- Της διασφάλισης ότι η έρευνα εστιάζει σε ό,τι έχει σημασία για τους ανθρώπους - για παράδειγμα, δίνοντας προτεραιότητα στα συμπτώματα που είναι σημαντικά για τους ασθενείς με μια συγκεκριμένη πάθηση
- Της βοήθειας στην αναμόρφωση και την αποσαφήνιση της έρευνας

Παράδειγμα:

Μέσω της εκπαίδευσης **θα βελτιωθεί η ποιότητα ζωής των ογκολογικών ασθενών, καθώς και η αυτοπεποίθηση και η ανεξαρτησία των φροντιστών. Σε αυτή την συγκεκριμένη μελέτη, η τοποθέτηση της υποδόριας πεταλούδας με την λοξότμηση προς τα κάτω εξασφαλίζει καλύτερη αντίσταση της υποδόριας πεταλούδας στον ιστό εισαγωγής, με λιγότερες τοπικές επιπλοκές και** θα καθιερώσει τη χορήγηση παυσίπονου μέσω υποδόριας πεταλούδας από μέλη της οικογένειας ως ασφαλή πρακτική.

Σε περιβάλλοντα με υψηλό εισόδημα, μόνο περίπου το 50% των ατόμων με αυξημένη αρτηριακή πίεση αντιμετωπίζει την κατάστασή του επαρκώς. Σε πολλές χώρες χαμηλού-μεσαίου εισοδήματος, το ποσοστό είναι κάτω του 10%. Αυτό ισοδυναμεί με τις ζωές εκατομμυρίων ανθρώπων να επηρεάζονται ετησίως από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν. Το πρόγραμμα SMARThealth δημιουργεί δυνατότητες και υποδομές να βοηθήσει πάνω από 3 εκατομμύρια των ανθρώπων αυτών έως το 2022.

Πρακτικές συμβουλές:

Διατυπώστε ξεκάθαρα τους στόχους για τον αντίκτυπο της έρευνάς σας - προσπαθήστε να το δείτε ως εξής:

Οραματίζεστε τον εαυτό σας στο τέλος του έργου σας να έχει επιτύχει έναν αντίκτυπο για το οποίο μιλούν όλοι.

Πού είσαι και τι μπορείς να δεις;

Τι άλλαξε;

Τι λένε οι άνθρωποι για το πώς έχουν ωφεληθεί;

Εστιάστε στην προσπάθεια να προσδιορίσετε τις διαστάσεις της δουλειάς σας για τις οποίες πιστεύετε ότι είναι πιο πιθανό να ενδιαφέρονται άτομα εκτός του ακαδημαϊκού χώρου. Στη συνέχεια αναρωτηθείτε γιατί πιστεύετε ότι μπορεί να ενδιαφέρονται για αυτήν την διάσταση της εργασίας σας.

Καταχωρίστε (και ομαδοποιήστε) τα ενδιαφερόμενα μέρη- εδώ είναι μερικές συμβουλές:

- *Εάν έχετε περιορισμένη γνώση και εμπειρία σχετικά με το ποια είναι τα ενδιαφερόμενα μέρη που εργάζονται στην θεματολογία σας, συνεργαστείτε με έναν συνάδελφο που γνωρίζει περισσότερα. Εάν έχετε χρόνο και επαφές, σκεφτείτε να προσκαλέσετε κάποιον εκτός ακαδημαϊκής κοινότητας που συνεργάζεται με τους ανθρώπους που θέλετε να βοηθήσετε και ζητήστε του να σας συμβουλέψει για τις βασικές ομάδες στις οποίες πρέπει να απευθυνθείτε*
- *Για τα ενδιαφερόμενα μέρη, λάβετε υπόψη σας το σχετικό ενδιαφέρον που έχει κάθε ομάδα ή οργανισμός για την εργασία σας και τη σχετική επιρροή τους στην ικανότητά σας να επιτύχετε τους στόχους που έχετε θέσει για τον αντίκτυπο. Αυτή η επιρροή μπορεί να είναι αρνητική (εμποδίζοντάς σας να επιτύχετε αντίκτυπο) ή θετική (δίνοντάς σας τη δυνατότητα να επιτύχετε πράγματα που δεν θα ήταν δυνατά χωρίς τη βοήθειά τους)*
- *Για το γενικό κοινό, εξετάστε τον βαθμό στον οποίο διαφορετικές ομάδες (π.χ. δημογραφικά στοιχεία, ομάδες ενδιαφέροντος) ενδέχεται να ωφεληθούν από την εργασία σας.*

Άλλο υποστηρικτικό υλικό:

Υπόδειγμα Ενδιαφερομένων Κοινών και Δημόσιας Ανάλυσης (www.fasttrackimpact.com, 2022)

Όνομα οργάνωσης, ομάδας ή τμήματος κοινού	Πιθανό ενδιαφέρον για την έρευνά σας	Ποιες πτυχές της έρευνάς σας είναι πιθανό να τους ενδιαφέρουν; Προσδιορίστε βασικά μηνύματα που συνδέονται απευθείας με την έρευνά σας για αυτήν την ομάδα	Τι επίπεδο επιρροής μπορεί να έχουν στην ικανότητά σας να δημιουργήσετε αντίκτυπο ή/και ποιο επίπεδο οφέλους μπορεί να αποκομίσουν από την έρευνα;	Σχόλια σχετικά με το επίπεδο επιρροής ή/και το πιθανό όφελος (π.χ. χρόνους ή περιβάλλοντα στα οποία έχουν μεγαλύτερη/λιγότερη επιρροή στα αποτελέσματα της έρευνάς σας, τρόποι με τους οποίους θα μπορούσαν να εμποδίσουν ή να διευκολύνουν την έρευνα ή τον αντίκτυπό της, είδη οφέλους που μπορεί να αποκομίσουν από την έρευνα)	Εάν η επιρροή είναι υψηλή αλλά το ενδιαφέρον είναι χαμηλό, πώς θα μπορούσατε να παρακινήσετε μεγαλύτερο ενδιαφέρον και ενασχόληση με την έρευνα;

Βιβλιογραφικές Αναφορές

Ορισμός: Οι βιβλιογραφικές αναφορές καταδεικνύουν αποδεικτικά στοιχεία για τους ισχυρισμούς στην έρευνά σας και δείχνουν ότι γνωρίζετε τι έχει γίνει στο παρελθόν. Υποδεικνύουν επίσης τις πηγές της γνώσης που χρησιμοποιείτε. Οι αναφορές είναι απολύτως απαραίτητες για να αποδειχθεί η διεκδίκηση της δουλειάς άλλων ανθρώπων ως δική σας (π.χ. λογοκλοπή).

Επικεντρωθείτε σε λίγες πιο σχετικές και πιο πρόσφατες αναφορές, κατά προτίμηση σε εκείνες που είναι δημοσιευμένες σε διεθνή ερευνητικά περιοδικά.

Πώς να... με παραδείγματα

Εάν πρόκειται να συμπεριληφθεί κατάλογος βιβλιογραφικών αναφορών, αυτός τοποθετείται στο τέλος του κειμένου. Αυτή η ενότητα συνήθως δεν υπολογίζεται στον περιορισμό σελίδων της ενότητας Περιγραφής Έρευνας.

Η αναφορά των πηγών σας είναι μια σημαντική πρακτική για οτιδήποτε δημοσιεύσετε. Στην ακαδημαϊκή έρευνα, η πρακτική αυτή τυποποιείται από πολλούς φορείς. Τα μέσα δημοσίευσης, όπως τα περιοδικά και τα συνέδρια, είναι αρκετά αυστηρά ως προς τη μορφή έκδοσης των δημοσιευμάτων τους.

Η σωστή αναφορά σε μια πηγή δεν είναι σημαντική μόνο για να λάβουν τα κατάλληλα άτομα την κατάλληλη αναγνώριση για τις ιδέες τους, είναι επίσης ζωτικής σημασίας για την όλη διαδικασία δημοσίευσης και αξιοποίησης της έρευνας για τους ακόλουθους λόγους:

- **Αποφυγή λογοκλοπής** – Οι παραπομπές επιτρέπουν στους ερευνητές να παραθέτουν με σωστό και σαφή τρόπο τις εργασίες άλλων. Αυτό τους βοηθά να αναγνωρίσουν από πού προέρχονται οι πληροφορίες.
- **Σεβασμός των Δικαιωμάτων Πνευματικής Ιδιοκτησίας** – Η ερευνητική εργασία μπορεί να περιλαμβάνει πληροφορίες από τη βιομηχανία, οι οποίες προστατεύονται νομικά από δικαιώματα πνευματικής ιδιοκτησίας.
- **Παροχή αποδεικτικών στοιχείων** – Η αναφορά μελετών και δεδομένων με σωστό και σαφή τρόπο σάς επιτρέπει να παρέχετε στοιχεία για σημεία-κλειδιά της εργασίας σας. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό όταν αιτιολογείτε μια θέση που παίρνετε.

- **Παροχή λεπτομερειών σχετικά με τα πρωτότυπα έγγραφα**– Οι παραπομπές διευκολύνουν τους αξιολογητές να ελέγξουν τα δεδομένα, ακόμη και την αλληλουχία των επιχειρημάτων. Επίσης, κατευθύνει τους αναγνώστες σε πρωτότυπες πηγές, όπου μπορούν να βρουν πιο λεπτομερείς πληροφορίες σχετικά με το σημείο καθώς και το θέμα στο οποίο αναφέρεστε.

Για να μάθετε ποιες πληροφορίες πρέπει να συμπεριλάβετε σε μια παραπομπή, χρησιμοποιήστε τον οδηγό που χρησιμοποιείται συνήθως για τον τομέα σας.

Παραδείγματα

- **Format American Medical Association (AMA):**

Mason S, Paal P, Elsner F, et al. Palliative care for all: An international health education challenge. *Palliat Support Care*. 2020;18(6):760-762. doi:10.1017/S1478951520000188

- **Format American Psychological Association (APA)**

Mason, S., Paal, P., Elsner, F., Payne, C., Ling, J., Noguera, A., & Mosoiu, D. (2020). Palliative care for all: An international health education challenge. *Palliative & supportive care*, 18(6), 760–762. <https://doi.org/10.1017/S1478951520000188>

- **Format Modern Language Association of America (MLA)**

Mason, Stephen et al. "Palliative care for all: An international health education challenge." *Palliative & supportive care* vol. 18,6 (2020): 760-762. doi:10.1017/S1478951520000188

- **Format National Library of Medicine (NLM)**

Mason S, Paal P, Elsner F, Payne C, Ling J, Noguera A, Mosoiu D. Palliative care for all: An international health education challenge. *Palliat Support Care*. 2020 Dec;18(6):760-762. doi: 10.1017/S1478951520000188. PMID: 32209143.

Πρακτικές συμβουλές:

- Είναι καλύτερο να ελέγχετε τη σελίδα οδηγιών του συγγραφέα στους ιστότοπους του περιοδικού και τα άρθρα που έχουν ήδη δημοσιευτεί για αναφορά.
- Ένας εύκολος τρόπος για να παρακολουθείτε όλες τις παραπομπές σας, είναι οι διαδικτυακοί διαχειριστές παραπομπών.

- [EndNote](#)

Επιτρέπει στους χρήστες να αναζητούν διαδικτυακές βιβλιογραφικές βάσεις δεδομένων, να οργανώνουν αναφορές και να δημιουργούν και να μορφοποιούν βιβλιογραφίες. Περιέχει επίσης διασύνδεση με το Microsoft Word, καθώς και μια «κινητή βιβλιοθήκη αναφοράς» που ακολουθεί το έγγραφο για την εύκολη συνεργασία με άλλους.

- [Zotero](#)

Το Zotero είναι μια δωρεάν εφαρμογή που συλλέγει, διαχειρίζεται και παραθέτει ερευνητικές πηγές. Συνδέεται με την εφαρμογή περιήγησής σας στο διαδίκτυο για λήψη πηγών.

Βιβλιογραφικές Αναφορές

1. [Research impact | NHMRC accessed on 6th April 2022](#)
2. [Five Essential Tips for Writing an Impact Statement \(servicescape.com\) accessed on 6th April 2022](#)
3. [PPI \(Patient and Public Involvement\) resources for applicants to NIHR research programmes accessed on 7th April 2022](#)
4. [How to demonstrate support for impact – UKRI Five Essential Tips for Writing an accessed on 7^h April 2022](#)
5. [Impact Statement \(servicescape.com\) accessed on 7th April 2022](#)
6. [Smarthealth: Case Study nhmrc.gov.au, accessed on 31st May 2022](#)
7. [Fast Track Impact Planning Template accessed on 7th April 2022](#)
8. [References • Proposal Writing • Department of Earth Sciences \(fu-berlin.de\) accessed on 8th April 2022](#)
9. [Overview - Citation Styles: APA, MLA, Chicago, Turabian, IEEE - LibGuides at University of Pittsburgh accessed on 8th April 2022](#)
10. [Citation Styles: Guides for Different Citations and Format \(myperfectwords.com\) accessed on 31st May 2022](#)

Συμπεράσματα

Η έρευνα στην ιατρική και στις υπηρεσίες υγείας, έχει θεμελιώδη συνεισφορά στην υγεία και στην ευημερία τα τελευταία 50 χρόνια. Η εύστοχη, υψηλής ποιότητας έρευνα μπορεί να απαντήσει σε σημαντικά ερωτήματα και να παρέχει αποδεικτικά στοιχεία για την εμπεριστατωμένη λήψη αποφάσεων τόσο στην κλινική πρακτική όσο και την ανάπτυξη πολιτικών. Η αντιμετώπιση αυτού του πολύπλοκου προβλήματος είναι εξαιρετικά σημαντική σε Ευρωπαϊκό επίπεδο και απαιτηθεί να υιοθετηθούν μικτές προσεγγίσεις, πολιτισμικές και καινοτόμες, ώστε να αυξηθεί η τεκμηριωμένη έρευνα στον τομέα της Ανακουφιστικής Φροντίδας.

Ευχαριστίες

Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για το πρόγραμμα ERASMUS+ με αριθμό: 2020-1-RO01-KA202-080128.

Η παρούσα δημοσίευση αντανακλά τις απόψεις μόνο των συγγραφέων και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.