

Tõenduspõhiste sekkumiste väljatöötamine ja ellurakendamine rahvatervises: sissejuhatus IM lähenemisesse

Kursuse eesmärk: kursuse läbinu väärtustab tõenduspõhist lähenemist sekkumiste kavandamisel ning tunneb tõenduspõhiste sekkumiste väljatöötamise, ellurakendamise ja hindamise põhimõtteid.

Kursusel kasutatakse *Intervention Mapping*^{*1} lähenemist.

Maht: 40 akadeemilist tundi (2 + 1 + 2 koolituspäeva) + iseseisev töö

Kursuse toimumise koht ja ajad

Kaks järjestikust päeva, kursuse esimene osa:

PÄEV 1: 05 sept 2017 toimub koolitus kl 10.00-17.15

PÄEV 2: 06 sept 2017 toimub koolitus kl 09.00-16.15

Kodutöö

Kursuse teine osa:

PÄEV 3: 22 sept 2017 toimub koolitus kl 10.00-17.15

Kodutöö

Kaks järjestikust päeva, kursuse kolmas osa:

PÄEV 4: 05 okt 2017 toimub koolitus kl 10.00-17.15

PÄEV 5: 06 okt 2017 toimub koolitus kl 09.00-16.15

Koolitus toimub Tallinnas ning on osalejatele tasuta (välja arvatud majutus ning transport koolituskohta).

Sihtrühm: spetsialistid, kes tegelevad oma töös inimeste käitumise kujundamisele suunatud sekkumiste väljatöötamise ja elluviimisega. *NB! Koolitus on sobiv edasijõudnutele ja kasuks tuleb magistrikraadi olemasolu.*

Koolitusteemad

- Sekkumisprogrammide eesmärgi seadmine.
- Soovitud muutuste kirjeldamine: mis peaks inimeste käitumises ja neid ümbritsevas keskkonnas muutuma, et jõuda soovitud eesmärgini?
- Teooriad, mis aitavad soovitud muutusteni jõuda. Teooriale tuginevate meetodite valik. Meetodite praktilise ellurakendamise viisid.

¹ Kay Bartholomew, Guy S Parcel, Gerjo Kok (2011): *Planning Health Promotion Programs: An Intervention Mapping Approach*. <http://www.interventionmapping.com/>

- Sekkumisprogrammi ja selle komponentide väljatöötamise põhimõtted. Koostöö partneritega.
- Programmi edukas elluviimine: programmi kohandamine ja „omanditunde“ tekitamine programmi elluviivate partnerite seas.
- Programmi elluviimise ja tulemuslikkuse hindamine; hindamise tulemused kui sisend programmi arendamisesse.

Õpitulemused

Koolituse läbinu:

- **Hoiakud**
 - Mõistab inimeste käitumise kujunemise keerukust ning läbimõeldud ja mitmekülgse, teooriale tugineva lähenemise vajalikkust sekkumise planeerimisel ja elluviimisel.
 - Väärtustab piisava aja jt ressursside panustamist ning erinevaid pädevusi kaasavat meeskonnatööd sekkumise hoolikaks kavandamiseks.
- **Teadmised**
 - Tunneb sekkumiste planeerimise, elluviimise ja hindamise erinevaid järjestikuseid etappe ja oskab probleemipüstitust, programmi eesmärki ning oodatavaid muutusi sõnastada.
 - Teab, kust saada informatsiooni ja/või vajaminevat tuge asjakohaste teooriate ja uuringuandmete kasutamiseks sekkumise meetodite valimisel ja rakenduste väljatöötamisel.
 - Tunneb sekkumisprogrammi eduka ellurakendamise eeldusi, sh programmi elluviivate partnerite töhuga kaasamise põhimõtteid.
 - Teab, kuidas programmi väljatöötamise käigus planeerida programmi hindamist ning hindamistulemusi arenduseesmärgil kasutada.

Koolitusmeetodid

Loengud, arutelu, grupitööd. Töövihiku täitmine.

Koolitajad

Laura Aaben, MSc rahvatervishoid, Poliitikauuringute Keskus Praxis

Triinu Tikas, MPhil rahvusvaheline tervis (rahvatervishoid), Tervise Arengu Instituut

Õppekavarühm Täiendkoolituse standardis (RT I, 26.06.2015, 9):

Tervise ja heaolu interdistsiplinaarne õppekavarühm

Päev 1: (Tõenduspõhiste) Sekkumiste planeerimise alused, 05.09.2017

10:00-11:30	Sissejuhatus. Inimese (tervise)käitumine ja seda mõjutavad tegurid. <i>Loeng, harjutus</i>	Laura Aaben
11:30-11:45	<i>paus</i>	
11:45-13:15	Mida mõistame tõenduspõhisuse all? <i>harjutus</i>	Laura Aaben; Triinu Tikas
13:15-13:45	<i>lõuna</i>	
13:45-15:15	Sekkumiste kaardistamine Intervention Mapping lähenemisel – mis see on? IM sammud 1-6. <i>Loeng, arutelu</i>	Triinu Tikas
15:15-15:30	<i>paus</i>	
15:30-17:00	Samm 1: probleemipüstitus <i>grupitöö</i>	Laura Aaben

Päev 2: Soovitud käitumismuutuse lahtimõtestamine, 06.09.2017

09:00-10:30	Samm 1: Vajadusanalüüsi loogiline mudel , inimese käitumist ja keskkonda mõjutavad tegurid <i>grupitöö</i>	Laura Aaben; Triinu Tikas
10:30-10:45	<i>paus</i>	
10:45-12:15	Samm 2: Soovitud käitumisviisid, mida inimestelt ootame. Toetavad samm-sammulised tegutsemiseesmärgid . Millistest isiksuse tasandi mõjuritest (hoiakud, motivatsioon jms) nende rakendumine sõltub? <i>Loeng, grupitöö</i>	Triinu Tikas
12:15-13:00	<i>lõuna</i>	
13:00-14:30	Samm 2: Mida suudame sekkumise abil mõjutada? Isiksuse tasandi mõjurite valik lähtuvalt nende olulisusest, mõjutatavuse lihtsusest ning kulukusest. <i>Loeng, grupitöö</i>	Triinu Tikas
14:30-14:45	<i>paus</i>	
14:45-16:15	Samm 2: Muutuste eesmärkide seadmine: mida peaksid inimesed arvama, teadma, tunnetama jms selleks, et saavutada tegutsemiseesmärgid ? <i>Loeng, grupitöö</i>	Triinu Tikas

Kodutöö

Päev 3: Teooriatele tuginev meetodite valik ja programmi kujundamine, 22.09.2017

10:00-11:30	Samm 3: Teooriad , mis aitavad inimeste hoiakuid ja käitumist mõista ja sellest lähtuvalt mõjutada. <i>Loeng ja arutelu</i>	Triinu Tikas; Laura Aaben
11:30-11:45	<i>paus</i>	
11:45-13:15	Samm 3: teooriatega tutvumine jätkub. <i>Loeng ja arutelu</i>	Triinu Tikas; Laura Aaben
13:15-13:45	<i>lõuna</i>	
13:45-15:15	Sammud 3 ja 4: Teooriast tulenev asjakohaste meetodite valik sekkumiseks. Meetodite ja neile tuginevate rakenduste valik. Programmi kujundamine . <i>Loeng ja grupidöö</i>	Triinu Tikas; Laura Aaben
15:15-15:30	<i>paus</i>	
15:30-17:00	Sammud 3 ja 4: Grupitöö	Triinu Tikas; Laura Aaben

Kodutöö

Päev 4: Programmi elluviimise põhimõtted, 05.10.2017

10:00-11:30	Grupitöö: Programmi viimistlemine	Laura Aaben; Triinu Tikas
11:30-11:45	<i>paus</i>	
11:45-13:15	Samm 5: Programmi elluviimise edukuse tagamine: kohandamine ja levitamine .	Laura Aaben
13:15-13:45	<i>lõuna</i>	
13:45-15:15	Samm 5: <i>Grupitöö</i>	Laura Aaben; Triinu Tikas
15:15-15:30	<i>paus</i>	
15:30-17:00	Grupitöö: Programmi viimistlemine	Laura Aaben; Triinu Tikas

Päev 5: Programmi edukuse hindamine, 06.10.2017

09:00-10:30	Samm 6: Programmi hindamine ja arendamine. <i>Loeng</i>	Laura Aaben
10:30-10:45	<i>paus</i>	
10:45-12:15	<i>Samm 6: Grupitöö</i>	Laura Aaben; Triinu Tikas
12:15-13:00	<i>lõuna</i>	
13:00-14:30	Grupitööde ettekanded: valminud sekkumisprogrammi <i>tutvustus</i>	Laura Aaben; Triinu Tikas
14:30-14:45	<i>paus</i>	
14:45-16:15	Grupitööde ettekanded jätkuvad Kursuse tagasiside	Laura Aaben; Triinu Tikas

Korraldaja jätab endale õiguse koostiskavas sisse viia vajadusel muudatusi.

Kursust rahastatab Tervise Arengu Instituut