

מספר קורס: 290.3549  
שנה ד' סמסטר א+ב  
2019-2020

### סילבוס קורס קידום בריאות: בני נוער

מועד: יום א' בין השעות 10:00-12:00

מרצה: דלית וילהלם [dwilhelm@univ.haifa.ac.il](mailto:dwilhelm@univ.haifa.ac.il)

#### מטרות הקורס:

1. הבנה של עקרונות ומרכיבים של קידום בריאות
2. יישום העקרונות על ידי:  
(א) הערכה ואבחון קהילתי.  
(ב) זיהוי המרכיבים, חיוביים ושליילים, המשפיעים על בריאות בקהילה.  
(ג) הגדרת צורך ספציפי בהתייחס לגורמים שמתאימים לתרבות ולצרכים של הקהילה.  
(ד) הכרת שיטות התערבות בקהילה ודרכים להערכתן.  
(ה) בניית תהליך התערבות, ביצועו והערכתו.  
(ו) כתיבה של התהליך, תוצאות והמלצות לעתיד.  
(ז) הצגת הממצאים
3. בניית מאגר התערבויות לקידום בריאות לתלמידי תיכון ולסטודנטים לסייעוד.
4. פיתוח המרכיב של קידום בריאות בהשקפת העולם המקצועית של סטודנטים לסייעוד.

#### פרויקט קידום בריאות:

אוכלוסיית היעד – תלמידי תיכון במגמת מערכות בריאות בתיכונים בחיפה ובצפון. הסטודנטים הלומדים בקורס יתחלקו לקבוצות של 2-3 סטודנטים ויתערבו מול כיתת תלמידי מגמת בריאות בתיכון.

#### מטרת הפרויקט

1. זיהוי בעיות בריאות פוטנציאליות או קיימות בקרב תלמידי תיכון וביצוע התערבויות מקדמות בריאות מרכיבי ההתערבות:
  - I. פעילויות עם קבוצת התלמידים להעלאת מודעות לנושא הספציפי של קידום בריאות
  - II. הערכת ידע, מיומנויות ותפיסות בריאות של תלמידי המגמה לפני התחלת הכנת התוצר
  - III. הכנת תוצר שיישאר בבית הספר על ידי התלמידים במגמה.
  - IV. הפעלת התוצר על ידי תלמידי המגמה על חבריהם - תלמידי השכבה בתיכון
  - V. שימור השינוי שנוצר לשם יצירת מורשת חדשה באופן מקוון ברשתות החברתיות (אתר ייחודי, בלוג, חלק מאתר בית ספר, פייסבוק ועוד)
  - VI. הערכת ידע, מיומנויות ותפיסות בריאות של תלמידי המגמה לאחר הכנת התוצר והפעלתו בקרב חבריהם לתיכון
2. פיתוח תפיסה של קידום בריאות בקרב תלמידי מגמת הבריאות
3. חשיפת התלמידים למקצוע הסייעוד וללמידה באקדמיה

#### דרישות מהסטודנטים:

1. השתתפות חובה במפגשים באוניברסיטה – קבוצתיים ופרטניים
2. הפגנת רצינות ויצירתיות בביצוע הפרויקט

3. תיאום מול רכזי המגמות בבתי הספר השונים לוחות זמנים ועמידה בהם
4. קיום 6-7 מפגשים בבתי הספר התיכון אליו קבוצת הסטודנטים משובצת
5. הפגנת אחריות במפגשים מול אנשי צוות בבתי הספר והתלמידים
6. הכנת יום "אוריינות אקדמית" ואירוח התלמידים באוניברסיטה
7. הגשת מטלות בזמן

**מבנה הקורס:  
מסטר א' :**

6 מפגשים עם כלל הכיתה בתחילת הסמסטר (פתיחת הסמסטר)

1 מפגש (יום שלם) של אוריינות אקדמית באוניברסיטה (אירוח התלמידים מהמגמה באוניברסיטה)

2 מפגשים פרטניים עם כל קבוצת פרויקט בתיאום מראש:

**פגישה 1**

תיאור דרכי ותהליכי איסוף הנתונים ואבחון הבעיה/סוגיה של הפרויקט + הצגת מאמרים על מטרת הפרויקט

**פגישה 2**

הצגת תכנון ההתערבות וקבלת משוב

**3-4 מפגשים בבית הספר לאבחונים ופעילות עם התלמידים**

2 מפגשים עם כלל הכיתה בסיום הסמסטר (סגירת הסמסטר)

מסטר א'			
מס' נכחים	נושא	תאריך	מס'
כל הכיתה	(1) הסבר על הסילבוס (2) תיאור הציפיות ומטלות הקורס (3) הקדמה לקידום בריאות	27.10.2019	1
בבית	צפייה בהרצאה במודל של ביצוע הפרויקט של קידום בריאות	27.10.2019- 3.11.2019	
כל הכיתה	בדיקת החומר על ההרצאה עקרונות לתכנון הפרויקט – איסוף נתונים וכניסה לבתי הספר חלוקה לקבוצות	3.11.2019	2
כל הכיתה	(1) יצירתיות בהפעלת אוכלוסיית מתבגרים (2) איך לגרום לילדים לקחת אחריות	10.11.2019	3
כל הקבוצות שמשובצות לבית ספר מסוים – יוצרות קשר מול בית הספר	יצירת קשר עם רכזי המגמה בבתי הספר ותיאום סדרת מפגשים יצירת קשר עם בוגרים שביצעו התערבות של קידום בריאות בבתי הספר בשנה שעברה	10.11.2019- 17.11.2019	
כל הכיתה	(1) ניתוח פרויקטים של קידום בריאות משנה שעברה	17.11.2019	4

	(2) הצלחות וחוסר הצלחות בהפעלת בני נוער, בהשגת שיתוף פעולה של המערכת – צוות בית הספר		
כל קבוצה מול הרכז של בית הספר	היכרות עם קבוצת התלמידים והתחלת איסוף נתונים סביבתיים, חברתיים	17.11.2019 24.11.2019	
כל הכיתה	(1) תכנון התערבויות של קידום בריאות (2) הערכה של התערבויות קידום בריאות (3) אסטרטגיות לגיוס משתתפים בתהליך של קידום בריאות - Reaching out, Out reach - הכנה של יום אוריינות אקדמית	24.11.2019	5
	הרצאה מקוונת – הגב' אלקה ניר – חדשנות יצירתיות והערך הכלכלי שלה	24.11.2019- 1.12.2019	
כל הכיתה	(1) בוחן קצר על ההרצאה (2) ספרות מקצועית לתכנון פרויקט (3) כלים להערכת ידע, מיומנויות והשקפת עולם לפני ואחרי ביצוע התערבות בבני נוער (4) קריטריונים למסחור תוצרי הפרויקט	1.12.2019	6
מפגשים פרטניים של קבוצות הפרויקט שאר הקבוצות מבצעות את הפרויקט בבתי הספר	<b>פגישה 1</b> תיאור דרכי ותהליכי איסוף הנתונים ואבחון הבעיה/סוגיה של הפרויקט + הצגת מאמרים על מטרת הפרויקט <b>פגישה 2</b> הצגת תכנון ההתערבות וקבלת משוב	8.12.2019 15.12.2019 22.12.2019 5.01.2020 12.01.2020	7-10
כל קבוצה מול הרכז וקבוצת התלמידים מהמגמה	<b>1 מפגש של קבוצת התלמידים באוניברסיטה – יום אוריינות אקדמית</b> <b>יום זה יתקיים בימי ג' או ד' או ה' (סטודנטים יקבלו אישור להשתחרר מיום התנסות קלינית).</b>  <b>3-4 מפגשים בבית הספר:</b> (1) איסוף נתונים על הבעיות הבריאותיות של תלמידי התיכון במגמה מערכות בריאות (2) בחירת הבעיה הבריאותית לאור איסוף הנתונים וקבלת החלטה על נושא הפרויקט (לאור הבעיה הנבחרת) (3) מציאת מאמרים על תוכניות התערבות לקידום בריאות בהתאם לבעיית הבריאות הנבחרת (4) מציאת כלי להערכת ידע, מיומנות ותפיסות בריאות של בני נוער של בעיית הבריאות הנבחרת (5) הכנת תוכנית וקבלת אישור מהמרצה (6) הצגת התוכנית מול רכזת המגמה בבית הספר (7) פעילות עם התלמידים לאור התכנון (8) יצירת תוצר לקידום בריאות הבעיה הנבחרת	8.12.2019 15.12.2019 22.12.2019 5.01.2020 12.01.2020	
כל קבוצה מציגה בפני כל הכיתה	הצגת הפרויקט בפני הכיתה וקבלת משוב	19.01.2020 26.01.2020	-11 12
	הגשת הדו"ח על הפרויקט במודל פרקים 1-5	16.02.2020	

**מבנה הקורס:**  
**סמסטר ב' :**

2 מפגשים עם כלל הכיתה בתחילת הסמסטר (פתיחת הסמסטר)  
2 מפגשים פרטניים עם כל קבוצת פרויקט בתיאום מראש:

**פגישה 1**

הערכת התהליך והתוצרים של הפרויקט

**פגישה 2**

הערכת התהליך הקבוצתי והכנת פוסטר

**3-4 מפגשים בבית הספר לפעילות עם התלמידים**

4 מפגשים עם כלל הכיתה בסיום הסמסטר

סמסטר ב'			
נוכחים	נושא	תאריך	מס'
כל קבוצה מציגה בפני כל הכיתה	הצגת תוצרים של קידום בריאות כפי שייצרו במשותף וכלים להערכת התוצרים בקרב התלמידים בשכבה	8.03.2020	1
כל קבוצה מציגה בפני כל הכיתה	הצגת תוצרים של קידום בריאות כפי שייצרו במשותף וכלים להערכת התוצרים בקרב התלמידים בשכבה	15.03.2020	2
	הכנת פוסטר- צפייה בהרצאה מוקלטת		
מפגשים פרטניים של קבוצות הפרויקט שאר הקבוצות מבצעות את הפרויקט בבתי הספר	<b><u>פגישה 1</u></b> הערכת התהליך והתוצרים של הפרויקט <b><u>פגישה 2</u></b> הערכת התהליך הקבוצתי והכנת פוסטר	22.03.2020 29.03.2020 19.04.2020 26.04.2020 3.05.2020 10.05.2020 17.05.2020 24.05.2020	3-10
עבודה בקבוצות הפרויקט בשיתוף התלמידים בבתי הספר	<b>3-4 מפגשים בבית הספר:</b> (1) תכנון האופן שבו יפעילו תלמידי המגמה את התוצר של קידום בריאות (2) הכנת התלמידים מהמגמה להפעלת התוצר של קידום בריאות שהוכן על ידם- לשאר תלמידי השכבה (3) תיאום עם הרכזים את המועדים של הפעלת התלמידים בשכבה (כדי שהסטודנטים יוכלו לפקח ולסייע) (4) נוכחות בפעילות של תלמידי המגמה מפעילים את שאר הסטודנטים בשכבה (5) מתן כלי הערכת ידע מיומנויות ותפיסות בריאות לתלמידי המגמה לאחר הפעלת תלמידי השכבה (6) עיבוד המידע שהצטבר להערכת הפרויקט(לפני ואחרי)	22.03.2020 29.03.2020 19.04.2020 26.04.2020 3.05.2020 10.05.2020 17.05.2020 24.05.2020	

	(7) בניית אתר ובו מוצגות התערבויות לקידום בריאות והערכתם לטובת תלמידי מגמת מערכות בריאות וסטודנטים לסייעוד, ובאתרי בית הספר		
כל הכיתה	הצגת תוצרים סופיים של הפרויקטים ושיפוט לגבי מסחור הפרויקטים/תוצרים	31.05.2020	11
כל הכיתה	הצגת תוצרים סופיים של הפרויקטים ושיפוט לגבי מסחור הפרויקטים/תוצרים	7.06.2020	12
כל הכיתה	הצגת פוסטרים – יתכן שינוי ליום באמצע השבוע – יום שיא עם תלמידי המגמה	14.06.2020	13
כל הכיתה	סיכום הקורס – הכרזת הפרויקטים שנבחרו למסחור	21.06.2020	14

נוכחות: 100% במפגשים של כלל הכיתה  
100% נוכחות במפגשים הפרטניים של קבוצות הפרויקט

הערכה בקורס – סמסטר א' ו-ב' (ציון עובר - 70):

(א) חובת נוכחות ב-100% מהמפגשים (כלל כיתתיים ובקבוצות הפרויקט)  
(ב) הגשת מטלות ופעילויות:  
✓ במהלך סמסטר א' –

- תכנון וביצוע יום אוריינות אקדמית באוניברסיטה לתלמידי המגמה
- מצגת קבוצתית לתיאור הקהילה והפרויקט
- דו"ח סיכום שלב 1-5 - סיום סמסטר א'. תאריך הגשה: 16.02.2020

✓ במהלך סמסטר ב' –

- פוסטר (הצגת כל שלבי הפרויקט ותוצריו) – סיום סמסטר ב'

סמסטר ב'	סמסטר א'	מרכיבים
25%	25%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100% נוכחות בשיעורים המועברים על ידי המרצה</li> <li>• 100% נוכחות בשיעורים המועברים על ידי חברי הקבוצה</li> <li>• 100% נוכחות בפגישות הקבוצתיות</li> </ul>
	30%	<p>מצגת קבוצתית (10 דקות בלבד) <u>סמסטר א'</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• מאפייני הקהילה והמיפוי</li> <li>• שלב 1-4 - אבחון קהילתי</li> <li>• שלב 5 - תוכנית ההתערבות</li> </ul>
	45%	<p>הדו"ח הקבוצתי סמסטר א'</p> <p>א. רקע (אוכלוסיית היעד, שלב 1-4 אבחון קהילתי). עד 6 עמ'</p> <p>ב. שלב 5-שיטה והכנת התערבות (דגימה, כלי מדידה, וכו') עד 2 עמ'</p> <p>ג. רשימת מקורות – צורה APA</p> <p>ד. חלוקת עבודה בין חברי הצוות ותרומתו היחסית של כל חבר - עמ' 1</p> <p>ה. נספח עם</p>

		(1) מפת הקהילה (2) כל הפרטים בקשר להתערבות וזה כולל המצגת או דיאגרמות לתיאור ההתערבות
30%		הצגת התוצרים וכלי הערכה
45%		פוסטר קבוצתי הקדמה שימוש בספרות מקצועית הצגת האוכלוסייה וסוגיית הבריאות הרלוונטית הצגת ההתערבות והרציונאל הערכת ההתערבות הצעות להמשך התערבויות רלוונטיות רפלקציה קבוצתית

#### מקורות:

ארגון הבריאות העולמי | אמנת אטווה לקידום הבריאות. (1986). *קידום בריאות*  
<http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en>

בראון-אפל, א., דאוד, נ. וליין-זמיר, ד. (2016). *קידום בריאות – מתיאוריה למעשה*. הוצאת דיונון.

תכנית המחקר הבינלאומי על בריאותם ורווחתם של בני נוער HBSC  
<https://hbsc.biu.ac.il/books.html>

#### המודל של גרין וקרותר – Proceed-Precede by Green & Kreuter

Gielen AC & McDonald EM. (2002). Using the Precede-Proceed Planning Model to Apply Health Behavior Theories. In Glanz, Rimer, & Lewis, *Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice, 3<sup>rd</sup> Edition*. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 409-436.

Xin H, Bailey R, Wenhui J, Aronson R, & Strack R (2011). A pilot intervention for promoting multiethnic adult refugee groups' mental health: A Descriptive Article *Journal of Immigrant & Refugee Studies*, 9,291–303.

#### הנחיות לכתיבת דו"ח והכנת פוסטר - פרויקט של קידום בריאות

הגשת דו"ח

הקדמה

הגדרת הקהילה מבחינת:

מיקום גיאוגרפי (גבולות, תכונות)

מיהי האוכלוסייה במיקום (מספר אנשים, תיאור של אנשים מבחינת מין, גיל, וכו')  
מהם המבנים בתוך המיקום  
מהם היתרונות והחסרונות של המיקום  
צריך לספק צילומים שמראים את היתרונות והחסרונות של הקהילה

### שלב 1 - אבחון חברתי

- א. מספר האנשים באוכלוסייה
- ב. גבולות פיזיים של הקהילה
- ג. מאפיינים של האנשים
- ד. מאפיינים של מקום בו הם חיים
- ה. מה יש בקהילה?
- ו. מה אין בה?
- ז. מאפיינים דמוגרפיים
- ח. אמונות בקשר לנושא:  
✓ נקודות חוזק  
✓ נקודות חולשה

### שלב 2 - אבחון אפידימיולוגי

מדדי תחלואה ותמותה וגם מגמות אחרות  
מגמות השימוש בשרותי בריאות ובמקומות אחרים  
מגמות ההתנהגויות בנוגע לנושא/בעיה/סוגיה

- א. מידע ממאמרים על נושא/בעיה/סוגיה של קידום בריאות שעוסקים בה בפרויקט קידום בריאות
  - ב. מידע מהלשכה המרכזית לסטטיסטיקה
  - ג. מידע מאתרי אינטרנט רלבנטיים
- הצגת שני מאמרים על הנושא/בעיה/סוגיה

### שלב 3 - אבחון התנהגותי וסביבתי

איסוף מידע סביב הנושא/בעיה/סוגיה בקידום בריאות  
לפני המידע מאבחון חברתי ומאבחון אפידימיולוגי, במה אתם רוצים להתרכז כדי לעזור לקהילת אוכלוסיית היעד?  
התנהגות  
סביבה  
מתן רציונאל לבחירה בהתנהגות או סביבה

### שלב 4 - אבחון חינוכי ואקולוגי -

מהם המשתנים המשפיעים על התנהגות בריאותית, גורמים מקדימים, מאפשרים, מחזקים.

- ✓ גורמים מקדמים - משתנים מוקדמים - ידע, גישה, אמונות גיל, מין, השכלה, פגיעות נתפסת, תועלת, אמונות
- ✓ גורמים מחזקים - מוטיבציה להתנהגות - תמיכה, השפעת אחרים ביטוח בריאות, סוציו-אקונומי, מקור המידע ומקום הטיפול
- ✓ גורמים מאפשרים - מאפשרי התנהגות - שרותי בריאות, משאבים, פרויקטים נורמות חברתיות, המלצת הרופא

על איזו מהגורמים אתם רוצים לנסות להשפיע? - מה הרציונל?

### שלב 5 - אבחון ארגוני וניהולי

**בדיקת היכולת של הארגונים בקהילה לטפל בבעיות מבחינה ארגונית, תקציב, משאבים, מדיניות, יש להכיר את כל השירותים בקהילה**  
תיאור קצר של ההתערבות תוך התייחסות להיבטים הארגוניים ת המיקום של ההתערבות  
יתרונות  
חסרונות

**פוסטר:**

הצגת כל השלבים 1-5 יחד עם שלב 6-8  
**שלב 6 – יישום התוכנית – הצגה במפגש פרטני של הקבוצה כדי לקבל אישור**  
ההתערבויות המתוכננות ליישם התוכנית תוך שיתוף פעולה של קהילה:

- ✓ תיאור ההתערבויות
- ✓ קישור להתנהגויות/לסביבה או לשניהם
- ✓ מתן רציונל לכל ההתערבויות – מבוסס תיאוריות
- ✓ נקודות חוזק וחולשה של ההתערבויות
- ✓ מטרות, יעדים ותוצרים רצויים – יצירת תוצר מוחשי יחד עם התלמידים
- ✓ אמצעים להערכת התוכנית
- ✓ קישור לרשתות חברתיות (אתר רלוונטי)

**שלב 7- א. תכנון הערכת ההתערבות - הצגה במפגש פרטני של הקבוצה כדי לקבל אישור**

- גורמים מקדמים
- גורמים מחזקים
- גורמים מאפשרים
- ✓ ניתן למדוד עמדות לפני ואחרי או רק למדוד תגובות לאחר ההתערבות
- ✓ מוטב לאסוף קצת מידע אודות מאפיינים דמוגרפיים כגון גיל, מין, השכלה
- ✓ עדיף לא לכלול בשאלון יותר מדי שאלות
- ✓ אפשר באמצעות קבוצות מיקוד, סיפורים אישיים, תמונות, תוצר שמיצרים יחד עם התלמידים ועוד
- ✓ מטרת השאלות היא לקבוע אם המשתתפים לומדים משהו נוסף ואם הם מתכננים לשנות את ההתנהגות

**שלב 7- ב. תיאור תוצאות של הערכת ההתערבות – הצגה בפוסטר**

**שלב 8- הערכת ההשפעה על הקהילה בעקבות ההתערבות – הצגה בפוסטר**  
**תיאור וניתוח התוצרים של ההתערבות על פי המשוב שנעשה בסעיף 8**

- ✓ הגדרת התפוקות ותיאורן
- ✓ קישור בין התכנון והגדרת המטרות בסעיף 6 לתוצרי ההתערבויות
- ✓ תיאור תפוקות נלוות שלא היו מתוכננות ובאו לידי ביטוי
- ✓ מסקנות והמלצות

**סיכום – רפלקציה קבוצתית - הצגה בפוסטר**