



מרצה: פרופ' דיאן לוין, PhD, MPH, MCHES

יום ד' 16-18 - סמסטר ב' שנה"ל תשפ"ד
קידום בריאות - 286.4341
diamos@zahav.net.il

עוזרת הוראה: רינה פארן שפירא - Rinafarran@gmail.com

קידום בריאות לבני נוער - נושאים מרכזיים, סוגיות, אתגרים ואפשרויות

הקורס מתמקד בתחומי הבריאות העיקריים הרלוונטיים לבני נוער בישראל ובעולם (בני 12-18+) וכן בניסיון המצטבר להשפיע עליהם באמצעות קידום הבריאות. הקורס מתאים לסטודנטים בעלי רקע אקדמי או מקצועי בתחום הבריאות/הרווחה.

מטרות ספציפיות של הקורס

בסיום הקורס הסטודנט יהיה מסוגל:

1. לציין את מצב הבריאות בקרב מתבגרים מבחינת:
 - א. מזדי תחלואה ותמותה
 - ב. מזדי התנהגות סיכונית הקשורים במצבים הנ"ל
 - ג. היבטים סביבתיים המשפיעים על בריאות הנוער
2. להבין את הממשק בין גורמים אישיים, חברתיים וסביבתיים המשפיעים על התנהגות בריאותית ומצבי בריאות בקרב מתבגרים
3. להבין את האסטרטגיות של קידום הבריאות המתאימות לבני נוער ואת הנסיון בארץ ובעולם בתחום זה, לרבות שיטות לקידום בריאות המתבגר - סוגיות מתודולוגיות הקשורות לקידום בריאות בקרב מתבגרים; כולל מגמות חדשנות
4. לנסח המלצות למדיניות לקידום הבריאות בקרב מתבגרים

דרישות הקורס

1. השתתפות מלאה בשיעורים ומעורבות בדיונים ובפעילויות בשיעורים
2. קריאת מאמרים לקראת השיעורים
3. הכנת והשתתפות פעילה ב - debate אחד.
4. הובלת דיון והכנת נייר מידע/עמדה בנוגע לנוער פגיע או בנוגע ליצירת עולם בריא יותר לנוער



הערכה וציונים

דרישה	% מהציון הסופי
השתתפות ומעורבות	10
ניהול debate (התדיינות)	30
מבחן/מטלה סופית	60

תוכן הקורס

מטלות להגשה/הצגה	נושא	שיעור מס'	
zoom	דיון על מבנה וחובות הקורס הגדרת מושג ההתבגרות מושגי יסוד בקידום הבריאות: אסטרטגיות, העצמה, אוריינות בריאותית, התנהגות סיכונית	1	1.5
בחירת נושאים ל – Debate והרשמה קבוצתית	- תיאוריות בנוגע להתנהגות בריאותית של מתבגרים; הסביבה כגורם משפיע על בריאות המתבגר: מדיה, בית ספר, שכונה ועוד - הגורמים החברתיים המשפיעים על בריאותו והתנהגותו של המתבגר: משפחה, חברים, בני זוג, וכו'	2	8.5
zoom	- קידום בריאות בריאותית והתאמה תרבותית – דוגמאות מהארץ ומהעולם	3	15.5
	בני נוער, בריאות ואמצעי תקשורת המוניים – האם יש מקום לקידום הבריאות?	4	22.5
Debate- 1	אוריינות בריאותית ומקורות מידע בנושאי בריאות לבני נוער	5	29.5
Debate- 2	עישון סיגריות ונרגילות בקרב מתבגרים בריאות	6	5.6
zoom	אורח חיים בריא ופעיל בקרב מתבגרים בישראל ובעולם	7	19.6
Debate - 3	תכנון תוכניות קידום בריאות לבני נוער - מהלכה למעשה	8	26.6



	בריאות הנפש בקרב בני הנוער – סוגיות מרכזיות הנחיות למטלות הגמר	9	3.7
	מיניות בקרב מתבגרים: קיום יחסי מין, אמצעי מניעת הריון ומחלות מין קידום בריאות	10	10.7
הצגת סטודנטים	יצירת עולם בריא יותר למתבגרים – תוכניות ומדיניות מקדמת בריאות	11	17.7

מטלות

קריאה והשתתפות בשיעורים (20%)

הצלחת הקורס מותנת במעורבות הפעילה של הסטודנטים בשיעורים, בדיונים ובתרגילים.

Debate – (התדיינות) (30%) – עבודה קבוצתית

מטרת התרגיל: שיפור מיומנויות בניסוח ובהבעת עמדות מקצועיות באמצעות הצגת עמדה שמבוססת על מידע מהספרות ומדיווחים רשמיים.

אנשי מקצוע מתחום בריאות הציבור/קידום הבריאות מתבקשים לעתים קרובות לתת חוות דעת על נושאים בריאותיים שעל סדר היום הציבורי.

בשיעור השני של הסמסטר, הסטודנטים יתבקשו לבחור אחד הנושאים מתוך רשימה אפשרית של נושאים להכנת debate שיועלו מהסטודנטים. הסטודנטים יחולקו לקבוצה של בעד או נגד הנושא – 3 סטודנטים בכל עמדה (6 סטודנטים לנושא)

דוגמאות של נושאים כוללות, (אך לא מוגבלות) ל:

1. האם לאסור פרסום של חברות של אוכל מהיר שמכוון לבני נוער?
2. האם לקדם את השימוש בקונדומים בקרב מתבגרים?
3. האם להוריד את הפרופיל הרפואי של מתגייסים בגלל עישון סיגריות?
4. האם להעלות את הגיל בו מותר להוציא רשיון נהיגה?
5. האם להעלות את הגיל בו מותר להתחתן?
6. האם יש להגביל את השימוש באתרים להכרזות בין בני נוער?

בהכנת העמדה, חשוב לקחת בחשבון:

1. העמדה של הצד השני.
2. ההיבטים הבריאותיים, הכלכליים, החברתיים, הפוליטיים והחוקתיים של עמדתך.
3. ספרות קיימת בתחום כולל בדיקות אפקטיביות.



מהלך ה – debate בביתה

1. בהתאם להטלת מטבע, תציג הקבוצה הראשונה.
2. כל קבוצה תציג את עמדתה במשך **10 דקות**.
3. לכל קבוצה יהיו **4 דקות** כדי להגיב לקבוצה הנגדית.
4. לכל קבוצה תהיה הזדמנות לסכם את עמדתה ואת החולשות של הקבוצה השניה במשך **דקה אחת**.
5. הסטודנטים שאינם בקבוצות ה – debate ינהלו דיון של 5 דקות כולל מתן אפשרות לשאול את הקבוצות שאלות ויחליטו על הקבוצה המנצחת.

הצעה לתוכנית/מסמך מדיניות (40%)

בחר/י תחום קידום בריאות למתבגרים בו את/ה מעוניין/ת להרחיב את הידע שלך. מתוך תחומים כללים, **יש לבחור נושא ספציפי**. **דוגמאות** לתחומים כלליים: הריונות בגיל הנעורים, השמנה, תאונות דרכים, איידס ומחלות מין, עישון סיגריות, שימוש באלכוהול, אלימות והתאבדויות.

יש לפתח מסמך מדיניות כדי לקדם עשייה לקידום הנושא הספציפי שבחרת, בהתבסס על ראיות מדעיות שהתפרסמו בספרות. כדי לקדם את קבלת החלטה על המלצות שיופיעו בנייד המדיניות, עליך:

1. לעיין באופן ביקורתי בתוכניות התערבות הקיימות בנושא
2. להסיק מסקנות בנוגע למידה בה שיטות הערכה שנבחרו היו מתאימות
3. מה היו התוצאות של אסטרטגיות אלה: האם הן היו אפקטיביות? אם לא, למה לא?
4. סיכום

לאחר קריאה ביקורתית של הספרות, והתרשמות מהראיות המדעיות, נסח/י הצעה למדיניות או לתוכנית התערבות. נסח/י מסמך בן 3-5 עמודים (רווח וחצי) שכולל:

- רציונל המבוסס על הספרות
- מטרת
- הצעה לתוכנית התערבות/מדיניות
- דרכי הערכה
- ביבליוגרפיה

יש להתבסס על לפחות 10 מקורות מהספרות המדעית, שיש לרשום אותם בגוף העבודה ובביבליוגרפיה לפי סגנון AMA, או ה – APA לבחירתו של הסטודנטית. החשוב הוא שהפורמט יהיה עיכבי. חשוב שהמאמרים שיוזכרו, יהיו מ – 5 השנים האחרונות. **יש להכין מצגת (5 דקות) שמתארת את ההצעה שיוצגו בשיעור/ים האחרונים של הסמסטר.** (פורמט המצגת תפורסם)

תאריך הגשה של המסמך: עד ה – 14.6.23 (שיעור אחרון)

חשוב לקבל אישור מדיאן על הנושא שנבחרת לפני שמתקדמים.

פרופ' דיאן לוין: diamos@zahav.net.il

סטודנט/ית יקר/ה,

אם יש לך לקות למידה או מוגבלות/בעיה רפואית שעשויה להשפיע על לימודיך, ושביגינה את/ה זקוק/ה להתאמות אנא פנה/י לדיקנאט הסטודנטים למדור נגישות ולקויות למידה: דוא"ל – LDA@univ.haifa.ac.il, טל" – 04-8249265.



לאבחון והתאמות בגין לקות למידה ו/או הפרעת קשב יש לפנות ליה"ל: דוא"ל - mhait@univ.haifa.ac.il, טל' - 04-8249022

אם יש ברשותך מכתב התאמות מהאוניברסיטה ואת/ה זקוק/ה להנגשה בקורס אנא פנה/י אליי בשעות הקבלה או במייל בסמוך לתחילת הקורס.

קריאה חשובה

Bröder, J., Okan, O., Bauer, U., Bruland, D., Schlupp, S., Bollweg, T. M., ... & Jordan, S. (2017). Health literacy in childhood and youth: a systematic review of definitions and models. *BMC public health*, 17(1), 361.

Cardamone-Breen, M. C., Jorm, A. F., Lawrence, K. A., Mackinnon, A. J., & Yap, M. B. (2017). The parenting to reduce adolescent depression and anxiety scale: assessing parental concordance with parenting guidelines for the prevention of adolescent depression and anxiety disorders. *PeerJ*, 5, e3825.

Koyanagi, A., Veronese, N., Vancampfort, D., Stickley, A., Jackson, S. E., Oh, H., ... & Smith, L. (2020). Association of bullying victimization with overweight and obesity among adolescents from 41 low-and middle-income countries. *Pediatric obesity*, 15(1), e12571.

Levin-Zamir, D., Lemish, D., & Gofin, R. (2011). Media Health Literacy (MHL): development and measurement of the concept among adolescents. *Health education research*, 26(2), 323-335.

Moor, I., Richter, M., Ravens-Sieberer, U., Ottova-Jordan, V., Elgar, F. J., & Pförtner, T. K. (2015). Trends in social inequalities in adolescent health complaints from 1994 to 2010 in Europe, North America and Israel: The HBSC study. *The European Journal of Public Health*, 25(suppl_2), 57-60.

Tesler, R., Kolobov, T., Korn, L., Shuval, K., Levin-Zamir, D., Marques, A., & Fisch, Y. H. (2020). Trends in Tobacco Use among Children and Adolescents in Israel, 1998–2015. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4), 1354.

Wartella, E., Rideout, V., Montague, H., Beaudoin-Ryan, L., & Lauricella, A. (2016). Teens, health and technology: A national survey. *Media and communication*, 4(3), 13-23.

Yap, M. B., Morgan, A. J., Cairns, K., Jorm, A. F., Hetrick, S. E., & Merry, S. (2016). Parents in prevention: a meta-analysis of randomized controlled trials of parenting interventions to prevent internalizing problems in children from birth to age 18. *Clinical Psychology Review*, 50, 138-158.

בראון-אפל, א., דאוד, נ., ו'ולוין-זמיר, ד. (2016). **קידום בריאות מתאוריה למעשה**. תל אביב: דיונון מבית פרובוק בע"מ. פרק על קידום בריאות נוער

הראל-פיש, י. נוער בישראל - בריאות, רווחה, נפשית וחברתית ודפוסי התנהגויות סיכון בקרב בני נוער בישראל 2019 (HBSC) Health Behaviors in School-Aged Children