

Tips til deg

Som utvikler tiltak

Når man utvikler nye tiltak, er det en del ting man bør tenke gjennom. Det kan være lurt å samle veivalgene man gjør i en fullstendig beskrivelse. En god beskrivelse er viktig for å skape en felles forståelse for tiltaket, men også for å lette implementeringsarbeidet og gi muligheten til senere evalueringer og videreutvikling. En god beskrivelse bør inneholde elementene i tabellen under.

Sjekkliste for beskrivelse av tiltak	
Problembeskrivelse	<p>Beskriv problemområdet for tiltaket, altså en forklaring på hvorfor det er behov for dette tiltaket.</p> <p>En problembeskrivelse kan for eksempel inkludere omfang, risikofaktorer, konsekvenser av problemet, samvariasjon med andre problemer eller risiko for å utvikle andre vansker.</p>
Målgruppe	Beskriv hvem som er målgruppen for tiltaket.
Målsettinger	Tiltakets mål kan gjerne deles opp i et hovedmål som er litt mer overordnet og flere sekundærmål. Sekundærmålene er mer avgrenset og konkrete og skal samlet lede til hovedmålet.
Utforming av tiltaket	Beskriv hvordan tiltaket er organisert og strukturert. For eksempel om det skal tilbys i grupper eller individuelt, varighet, hyppighet, tematisk struktur, rekkefølge, progresjon og lokalisering.
Metoder som benyttes	Beskriv hvilke typer metoder som benyttes for å oppnå de ønskede målene (for eksempel: kognitive teknikker, atferdsterapi eller psykoedukasjon) samt de konkrete metodene som benyttes (for eksempel praktiske øvelser, hjemmelekser, videofilm eller rollespill).
Antatte virkningsmekanismer/teoretisk forankring	En forklaring for hvorfor dere antar de metodene dere benytter, leder til de målsetningene dere har beskrevet. Om denne delen av beskrivelsen er forankrer de antatte virkningsmekanismerne i teori eller empiri, blir den enda bedre. En god teoretisk forankring er med på å sannsynliggjøre effekt.
Utøvere av tiltaket	Beskriv hvem som kan utøve tiltaket. Det kan være hvilke profesjonsgrupper som kan utøve tiltaket og ved hvilke tjenester tiltaket kan tilbys.
Manual/Veileder	Trenger de som skal utøve tiltaket en veileder eller manual som hjelper dem å utøve tiltaket slik det er tenkt?
Materiell	Må det utvikles materiell til gjennomføring av tiltaket? For eksempel materiell til mottakere av tiltaket, øvelser, filmer osv.?
Opplæring/veiledning	Beskriv plan for opplæring og veiledning til utøverne av tiltaket.

Under finnes et eksempel fra et fiktivt tilbud. En fullstendig beskrivelse bør være grundigere enn dette, men eksempelet er laget for å forklare de ulike elementene.

Gruppetilbud for barn som lever med psykisk syke foreldre	
Problembeskrivelse	Barn av foreldre med psykisk sykdom har økt risiko for selv å utvikle psykiske helsevansker. Det er derfor behov for å etablere et tilbud for disse barna for å forebygge negativ helseutvikling.
Målgruppe	Barn i alderen 8-12 år som lever med minst en forelder med psykisk lidelse.
Målsettinger	Hovedmålsetting: <ul style="list-style-type: none"> • Forebygge utvikling av psykisk uhelse hos barna. Sekundærmål <ul style="list-style-type: none"> • Økt kunnskap hos barna om foreldrenes sykdom • Redusere barnas skyldfølelse • Lære barnet mestringsstrategier i egen hverdag • Mobilisere nettverk rundt barnet for å styrke sosial støtte
Utforming av tiltaket	Tilbudet er organisert som et gruppetilbud, det 5-6 barn møtes til 6 ukentlige samlinger. Hver samling har en fast struktur og et overordnet tema. I tillegg er det individuelle samtaler med foreldrene og barna 3 ganger og oppfølging av nettverk rundt barnet.
Metoder som benyttes	I gruppesamlingene jobber barna med de ulike temaene gjennom samtaler, øvelser, filmer og rollespill.
Tenkte virkningsmekanismer	Tiltaket søker å redusere risikoen i barnet livssituasjon ved å styrke kjente beskyttelsesfaktorer. Ved å bedre forstå egen livssituasjon og foreldrenes vansker, samt ved å lære seg nye mestringsstrategier, vil barnet bli bedre i stand til å håndtere stressende situasjoner og å unngå skyldfølelse for foreldrenes vansker. Fellesskap med andre i samme livssituasjon og støtte fra andre voksenpersoner i nettverket vil skape trygghet og redusere ensomhet. Samlet sett er intensjonen at dette vil styrke motstandskraften mot utvikling av psykososiale vansker for barnet.
Utøvere av tiltaket	Tilbudet gis via skolehelsetjenesten.
Manual/Veileder	Det foreligger en manual som beskriver utøvelsen av tiltaket i detalj.
Materiell	Det er utviklet et hefte til barna med alderstilpasset informasjon, øvelser og gjenkjennbare historier.
Opplæring/veiledning	Helsesykepleierne som skal utøve tiltaket må gjennom en to dagers opplæring.

Sjekklisten er utviklet med inspirasjon fra:

Martinussen, M., Reedtz, C., Eng, H., Neumer, S.-P., Patras, J. & Mørch, W.-T. (2019). *Ungsinn. Tidsskrift for virksomme tiltak for barn og unge. Kriterier for vurdering og klassifisering av tiltak. 2. utgave (V2.1)*. Tromsø: UiT Norges arktiske universitet. https://ungsinn.no/wp-content/uploads/2019/07/Ungsinn_kriterier_screen_2019-V2.1.pdf

