

Paragraafid	Lehekülje nr.
3. Ennetustegevuse esmane uurimine	1
3.1. Uurimistöö meetodid	2
3.2. Ennetustegevuse protsessi hindamine	3
3.3. Ennetustegevuse teostatavus	7
3.4. Mõju esmased tõendid	9
3.5. Ennetustegevuse elluviimise ja uurimise eetilised aspektid	15
3.6. Praktilised soovitused	19
Kasutatud kirjandus	19

3. Ennetustegevuse Esmane Uurimine

Juhend

Hedvig Sultson, Sille-Liis Männik, Judit Strömpl, Triin Ulla

Peatüki eesmärk on anda ülevaade, mida kõigepealt on vaja ennetustegevuse arendamisel uurida. Selgitatakse hindamise sõnavara ja meetodeid, nt protsessi hindamist, rakendustäpsuse ja teostatavuse mõõtmist. Kirjeldatakse mõõtevahendite valimist ja esmaste tõendite kogumist mõju kohta. Samuti eetilisi põhimõtteid, mida ennetustegevuse arendamisel ja uurimisel silmas pidada. Peatükis kirjeldatud tegevus on vajalik **tõendatuse kolmanda taseme saavutamiseks**. Selleks peab toimimisloogika lähtuma teoreetilisest raamistikust ([ptk 2](#)) ja olema peavad esialgsed andmed ennetustegevuse soovitava mõju kohta (1).

Peatükk annab vastuse järgmistele küsimustele

- Miks on ennetustegevuse arendamisel vaja protsessi hinnata?
- Mis on rakendustäpsus ja miks on see oluline eduka ennetustegevuse elluviimisel?
- Kuidas leida rakendustäpsuse ja kohandamise tasakaal?
- Millele pöörata tähelepanu ennetustegevuse teostatavuse uurimisel?
- Kuidas koguda esmaseid tõendeid mõju kohta?
- Mis on tulemusnäitaja? Kuidas tulemusnäitajaid valida?
- Kuidas valida sobivaid mõõtevahendeid esmase mõju esmaseks uurimiseks?
- Milliste eetiliste aspektidega tuleb ennetustegevuse arendamisel ja uurimisel arvestada?
- Mis on eetikakomitee ülesanded ennetustegevuse arendamisel, kohandamisel ja elluviimisel?

Peatüki põhisõnum

Nii kohapeal kavandatud kui ka mujalt kohandatud ennetustegevuse teostatavust, sh vastuvõetavust ja rakendustäpsust, tuleb uurida enne laialdast elluviimist. Ennetustegevusele tuleb valida programmeerimise lähtuvalt üks või mitu selget, konkreetset, põhjendatud ja hästi mõõdetavat tulemusnäitajat. Esmaste tõendite kogumisel tasub teha väike uuring. Ennetustegevuse uurimisel ja elluviimisel tuleb järgida eetikapõhimõtteid, eelkõige tagada osalejate heaolu ja vältida kahju tekitamist.

[Loe edasi →](#)

3.1. Uurimistöö Meetodid

Ennetustegevuse mõju üle otsustamiseks tuleb selle mõju uuringutega hinnata. Uurimismeetodid jagunevad laias laastus kolmeks: kvalitatiivsed, kvantitatiivsed ja segameetodid.

- **Kvalitatiivsed meetodid** keskenduvad inimeste mõtete või kogemuste mõistmisele. Kvalitatiivne on näiteks juhtumiuuring või intervjuu, kus uuritakse sihtrühma liikmete kogemusi ennetustegevuses osalemise kohta, kasutades avatud küsimusi. Kvalitatiivsed uuringud võimaldavad hinnata ennetustegevuse vastuvõetavust ja rakendatavust, aga ei võimalda hinnata tegevuse mõju ehk kas ennetustegevus toimib või millises ulatuses hoiab tegevus sihtrühmas probleemi ära.
- **Kvantitatiivsed meetodid** keskenduvad teooriate ja eelduste kontrollimisele, nähtuse objektiivsele kirjeldamisele ja seaduspärasuste avastamisele, sh tegevuse mõju hindamisele. Kvantitatiivsed meetodid on näiteks JuKU-d ja läbilõikeuuringud (2). Andmeid kogutakse otsese mõõtmisega (nt pikkus, kaal),

testidega (nt intelligentsustest), küsimustikuga (osalejad märgivad väidetega nõustumist), kuid kasutada võib ka spetsialistilt kogutud andmeid (nt arsti määratud depressioonidiagnoos tervisestatistika andmebaasis). Kvantitatiivsed uuringud võimaldavad hinnata, kas tulemusnäitaja on muutunud ja kui suur see muutus on.

- **Segameetodid** kombineerivad kvalitatiivseid ja kvantitatiivseid meetodeid uurimistöö mitmes etapis, nt intervjuud või vaatlused sihtrühmas, kombineerides neid küsimustikega. Eesmärk on uurimisprobleemi paremini mõista, võrreldes sellega, mida võimaldaks kvalitatiivne või kvantitatiivne meetod eraldi (2).

Lisas 3 on erinevate uurimismeetodite (2,3) lühiülevaade, nende kõigi kasutamine võib nõuda eriteadmisi täpselt ja korrektseks korraldamiseks.

Uurimismeetodi valik tuleneb uuringu eesmärgist ja

uurimisküsimustest (tabel 3.1), ennetustegevuse arendamise eri etappides kasutatakse erinevaid uurimismeetodeid. Enamasti mõeldakse ennetustegevuse uurimisel eksperimendi tegemisele, kuid sellele eelnevalt on vaja mõista ennetustegevuse teostatavust, sh elluviimist mõjutavaid protsesse.

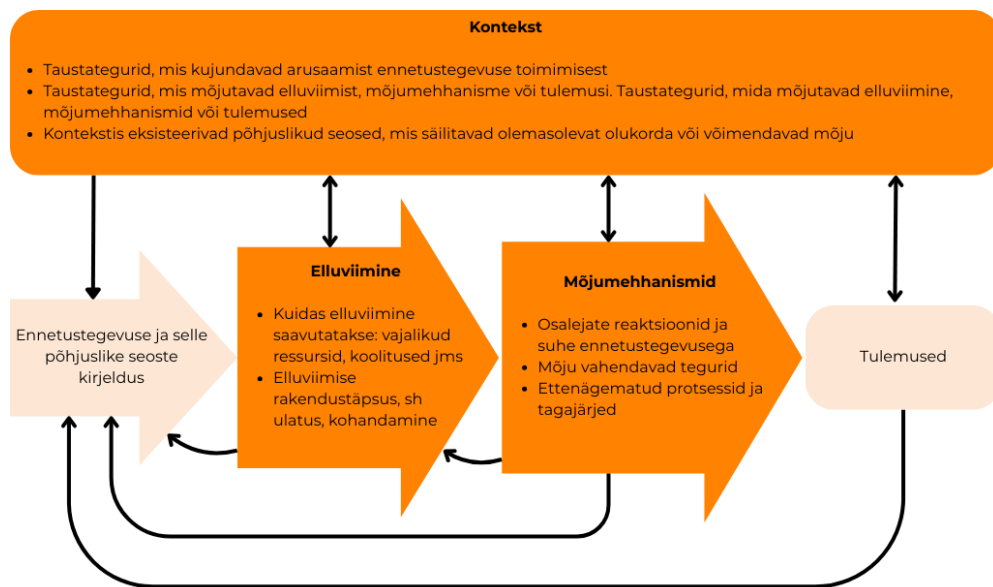
Uuringu eesmärk	Uurimisküsimus	Võimalik uurimismeetod	Näide
Avastada	Millised on muu kodukeelega osalejate ja elluviijate kogemused ennetustegevusega? Millised tegurid soodustavad ja takistavad ennetustegevust teises keeles?	Kvalitatiivsed meetodid, nt süvaintervjuud, et mõista inimeste kogemusi ja vaateid	Ennetusprogrammide ja VEPA-metoodika kasutamine vene õppekeelega koolides (4)
Kirjeldada	Milline on probleemi esinemissagedus populatsioonis? Millised tegurid on seotud erineva ennetustegevuse valiku ja elluviimisega?	Kvantitatiivsed meetodid, nt küsimustik	Rahvatervishoid ja turvalisus kohalikes omavalitsustes (5)
Selgitada, analüüsida	Millised tegurid soodustavad või pärsivad eesmärgi saavutamist ja ennetustegevuses edu saavutamist?	Kvantitatiivsed või segameetodid, nt eri ajal samas sihtrühmas kogutud andmete analüüs	Analüüs, kuidas sotsiaal-majanduslikud tegurid mõjutavad täiskasvanute toiduvalikuid (6)
Hinnata, ennustada	Kas uus ennetustegevus on probleemi ära hoidmisel tulemuslikum, võrreldes tavapraktikaga?	Kvantitatiivsed või segameetodid, eeskätt eksperimendid	KiVa kiusamisvastase programmi prooviuuring Eestis: kaheaastase klaster-randomiseeritud kontrollkatse tulemused (7)

[Loe edasi →](#)

3.2. Ennetustegevuse Protsessi Hindamine

Protsessi hindamise eesmärk on jälgida, mis tegevuse ajal ja järel toimub ning mõõta ka ennetustegevuse kavakohasust (8). Protsessi on oluline hinnata, et mõista, mida, kellega, kus, kuidas, kui palju ja kui kvaliteetselt tehti, mida oli selleks vaja, kuidas osalejad ning elluviijad tegevust kogesid, milliste tulemusteni jõuti, mis võis protsessi ning tegevuse edukust mõjutada. Seega on **protsessi hindamine oluline ennetustegevuse elluviimisel ja esmasel uurimisel, selleta ei saa teha järeldusi tegevuse mõju kohta.**

Protsessi hindamist on kujutatud joonisel 3.1, kus oranžides kastides on esile toodud hindamise põhikomponendid (9). **Kui see info jääb kogumata, on keeruline teha järeldusi ennetustegevuse mõju kohta.** Seega aitab protsessi hindamine mõista, miks ennetustegevus viis või ei viinud soovitud mõjuni või miks põhjustas hoopis soovimatuid tagajärgi ja kuidas tegevus võimalikult soodsaks ning sobivaks muuta (10). **Protsessi hindamine on oluline ennetustegevuse arendamise igas etapis**, küll aga võivad täpsemad uurimisküsimused erineda vastavalt tegevuse arenguetapile ja olemasolevatele teadmistele.



Protsessi hindamine annab olulise sisendi ennetustegevuse, sh programmeerimise ja elluviimisjuhise edasiarendamiseks, hindamiseks aga on vaja ennetustegevuse programmeerimise selget kirjeldust. Protsessi hindamise olulisemad osad on rakendustäpsuse, konteksti ja mõjumehhanismide uurimine, et mõista, kuidas ja miks need mõjutavad tegevuse elluviimist ja muutuse esilekutsumist.

Igasuguse ennetustegevuse kui protsessi hindamist peab planeerima. Näiteks võib ennetustegevus olla hoopis veebirakendus. Ka siis on oluline mõista, kas ja kui palju osaleja kasutab rakendust nii, nagu oli ette nähtud. Kuidas näiteks on tulemustega seotud osaleja liikumine rakenduses ja see, mida ta seal teeb, millised keskkonnategurid ning individuaalsed omadused mõjutavad rakenduse kasutamist, millised on osalejate ja huvirühmade esindajate kogemused (ka raskused) rakenduse kasutamisel.

3.2.1. Elluviimise rakendustäpsus

Elluviimise rakendustäpsus (ka rakendustruudus) näitab, mis ulatuses ja kui täpselt tegevus on korraldatud, võrreldes juhendmaterjalide ja ettekirjutustega (8). Teisisõnu, rakendustäpsus aitab mõista, kas tegevust rakendatakse nii, nagu oli ette nähtud. Rakendustäpsus seostub otseselt tegevuse edukuse ja tulemuslikkusega. Näiteks võib vähene rakendustäpsus selgitada, miks tulemust ei saavutatud või peegeldada tegevuse elluviimise keerukust elluviijate jaoks. Rakendustäpsuse mõõtmine aitab ka leida viise, kuidas muuta tegevus soodsamaks ja sobivamaks. Näiteks vaadeldakse uuringutes, kas tegevuse keskpärane elluviimine annab sarnase tulemuse, nagu selle hea (või halva) kvaliteediga elluviimine.

Rakendustäpsust võib pidada katusteterminiks, mis sisaldab erinevaid komponente (9,11,12). Näiteks uuritakse rakendustäpsuse juures tegevuse

- **elluviimise määra (ingl *dosage*) ehk kestust ja sagedust;**
Näiteks kui ennetustegevus näeb ette iganädalasi kahetunniseid kohtumisi kolme kuu vältel, siis uuritakse, kui palju ja kui sageli kohtumisi tegelikult toimus, kui pikad need olid ja kui paljud osalejad kohtumistel osales (kas neid oli vajalik hulk).
- **elluviimise juhendist kinnipidamist (ingl *adherence*) ehk sisu kattuvust ettenähtuga;**
Näiteks kui ennetustegevus näeb ette emotsiooni reguleerimist ja sotsiaalsete oskuste õpet aktiivõppe meetodeid kasutades, siis uuritakse, kas emotsiooni reguleerimise ja sotsiaalsete oskuste õppe moodulid on ettenähtud õppemeetodeid kasutades läbitud, millised moodulid on tegemata jäetud või muudetud kujul läbitud.
- **ulatust (ingl *reach, coverage*) ehk sihtrühmast kaasatute, hõlmatute hulka;**
Näiteks kui tegevus on suunatud varases murdeas noortele ühes koolis, siis uuritakse, kas osalesid õiges vanuserühmas noored ja

milline oli osalejate tegelik osatähtsus kogu sihtrühmast.

- **rakendamise kvaliteeti (ingl *quality of implementation*) ehk kvalitatiivseid elluviimise aspekte, sh entusiasmi, hoiakud, oskuslikkus jms.**

Näiteks võib elluviija küll teha, mida on vaja, aga väljendada sealjuures negatiivset hoiakut ja suhtuda sisusse skeptiliselt, viia iga tegevuse ellu kiirustades, mis võib mõjutada ennetustegevuse tulemuslikkust.

Mida detailsemalt ja selgemalt on kirjeldatud ennetustegevus ning kuidas selle rakendamist toetatakse, seda ühetaolisem ja täpsem on üldiselt tegevus (13). Elluviimist mõjutab ka **tegevuse keerukus: mida keerulisem ja komplekssem tegevus, seda raskem võib olla tagada rakendustäpsust**. Rakendustäpsust aitavad suurendada (aga ei pruugi alati tagada) ühtsed juhendmaterjalid, elluviijate koolitamine ja muud elluviimise toetusmeetodid, elluviimise regulaarne jälgimine ning tagasisidestamine. Eriti kasulik on see keeruka ennetustegevuse korral, mille rakendamisel võib tekkida rohkem vigu.

Rakendustäpsuse mõõtmine võib aidata **välja selgitada ennetustegevuse aktiivaineid** (ptk 2.3), sh kui palju on neid vaja kasutada muutuse esilekutsumiseks. Selleks saab võrrelda elluviimise erinevaid andmeid ja välja selgitada, millised komponendid või nende kogumid on edu tagamiseks hädavajalikud ja millised pole mõju esilekutsumiseks olulised. Nõnda saab erineva tegevuse ülesehitust ja sisu optimeerida ning seega ennetustegevust lihtsustada. Aktiivainete ülevaadet on vaja ka tegevuse kohandamisel, sest see aitab võtta arvesse, mida ja kuidas sisu, ülesehituse ja elluviimise juures võib teisiti teha ning mis peab samaks jääma.

3.2.2. Rakendustäpsuse mõõtmine

Rakendustäpsust ja sellega seotud komponente on oluline mõõta. **Rakendustäpsuse mõõtmine aitab tegevust edasi arendada**

ja parendada, samuti mõista, kuidas on seotud rakendustäpsus ja mõju. Kui näiteks ennetustegevuse rakendustäpsus on suur, ent mõju ei ilmne, võib järeldada, et ennetustegevus ei toimi ja selle programmeerimine on vaja üle vaadata. Kui aga rakendustäpsus on pigem väike, ent mõju siiski märkimisväärtne, võib see viidata kolmanda muutuja olulisele panusele mõju saavutamisel (nt kontekst).

Rakendustäpsust saab mõõta mitut moodi. Kui soovetakse mõista ennetustegevuse juhistest kinnipidamist, on võimalik paluda elluviijatel täita päevikut ja märkida üles, mida, mis vormis ja kui kaua iga päev ennetustegevuse raames tehti. Lisaks on võimalik koguda andmeid osalejatelt või vaatlejatelt ja kasutada küsimustikke, vaatlusi, lindistusi, intervjuusid vm meetodeid. Näiteks kasutatakse tihti **vaatleja täidetavat kontrollnimekirja** (ingl *observer-rated checklist*, ORC), mis võimaldab koguda struktureeritud vaatlusandmeid kavandatud tegevuse elluviimise täpsuse ja järjepidevuse kohta tegelikkuses. Struktureeritud vaatlusprotsessi käigus märgivad vaatlejad rakendamisel nähtud erineva tegevuse ja neid saab võrrelda juhistega, et hinnata rakendamise vastavust kavandatud plaanile.

Üldine soovitus rakendustäpsuse mõõtmisel on **kasutada erinevaid uurimismeetodeid ja koguda nii objektiivseid kui ka subjektiivseid andmeid eri rühmadelt**: elluviijalt, osalejatelt ja teistelt, näiteks sõltumatutelt vaatlejatelt (12). Oluline on läbi mõelda **andmete kogumise ajalised piirid valimi moodustamine**: iga elluviija intervjuerimine ei pruugi anda rikkalikumat sisendit, kui vestlus väiksema hulga elluviijatega (14), juhul, kui valimi koostamine on hästi läbi mõeldud. Igas elluviimise paigas ei pruugi ka olla võimalik vaatlusi korraldada, kuid vaid paar vaatlust ja neile tuginevad järeldused võivad olla kallutatud (15). Seetõttu tasub koguda rakendustäpsuse olulisemate näitajate kohta kvantitatiivseid andmeid kõigis elluviimiskeskondades ja kombineerida neid kvalitatiivsete andmetega, mis on kogutud hästi moodustatud valimiga ja aitavad selgitada ennetustegevuse toimimist. Andmete kogumine eri ajal võib olla kasulik, et mõista millised tegurid

mõjutavad tegevuse elluviimist eri etappides.

3.2.3. Rakendustäpsuse ja kohandamise tasakaal

Ennetustegevust võib võrrelda toiduretseptiga, mis nimetab toidu valmistamiseks vajalikud ained, kogused, mida nendega teha ja lisamise järjekorra. Iga kokk kasutab aineid ja koguseid aga veidi erinevalt, kohandades retsepti kodus leiduvale, maitse-eelistustele või erivajadustele sobivaks. Pannkoogiretseptis võib näiteks kasutada rohkem või vähem piima, tavalist või kaerapiima. Mõni lisab tainasse kakaod, teine banaani, mõni laseb tainal 30 min oodata, teine mitte, mõni lisab sulavõi, teine õli, kolmas ei lisa midagi. **Nii nagu pannkoogitegemisel on ka ennetustegevuse elluviimisel küsimus põhitulemuses: kas lõpuks valmib pannkook või mõni muu kook, kas lõpuks saavutame soovitud tulemuse või ei saavuta seda.**

Retsept, vajalikud ained, vahendid ja oskused aitavad tagada, et kõik alustavad pannkoogi küpsetamist sarnaselt lähtekohalt ja panevad tainasse enam-vähem samu aineid sarnases koguses ning järjekorras, et saavutada oodatud tulemus. Mida rohkem retseptist kõrvale kalduda, seda suurem on risk, et tulemus pole soovitud pannkook. Siiski võivad kohandused muuta pannkoogi sööja jaoks hoopis maitsvamaks. **Ka ennetustegevuse rakendamine uues kontekstis võib eeldada mõne osa kohandamist kohalikele oludele ja vajadustele sobivaks.**

Kohandamine võib aidata ennetustegevust edasi arendada, tekitada omanikutunnet ja suurendada elluviimise motivatsiooni (16). Kohandamine, eriti kultuurilise ja sotsiaal-majanduslike eripäradega arvestamine, võib olla teinekord vältimatu, sest tegevuse kavandamise taust võib märkimisväärselt erineda uuest rakendamise keskkonnast. Tegevust samamoodi rakendades võib see kaotada rakendajate jaoks tähenduslikkuse ja arusaadavuse. Ennetustegevuse kohandamine võib seega parandada nii rakendamise tõhusust kui ka jätkusuutlikkust ja aidata eesmärke paremini saavutada (17).

Seega pole rakendustäpsus ja kohandamine vastandid, **vaid oluline on leida mõlema vajaduse sobiv tasakaal.** Täielik rakendustäpsus polegi sageli tõenäoline ja häid tulemusi on saavutatud ka 60–80% rakendustäpsuse tasemel. Maksimaalsest rakendustäpsusest puudu jääv osa võib kajastada just tegevuse kujundamist oma käe järgi, mis suurendab tähenduslikkust elluviija ja osaleja jaoks. Näiteks on nii haridus- kui ka tervishoiuvaldkonnas uurimusi, mis näitavad, et kohandused võivad tegevuse tulemusi positiivselt mõjutada (18).

Elluviijate valikute lihtsustamiseks tasub koostada juhend, mis kirjeldab aktsepteeritavaid ja vähem sobivaid kohandusi. Näiteks on kasutatud valgusfoorimeetodit, kirjeldades punase värviga kohandusi, mis seavad ohtu tegevuse toimimisele, kollasega kohandusi, mida tuleks ettevaatlikult ja ekspertidega konsulteerides teha ning rohelisega kohandusi, mis on turvalised ja toetavad ning sobivad oludega (19).

- NÄIDE

Ennetustegevuse arendajad kohandasid USA sotsiaal-emotsionaalsete oskuste programmi Nigeeriasse, tehes esmalt kohaliku uurimistöö sotsiaal-emotsionaalsete pädevuste tähenduse, seotud uskumuste ja väärtuste ning kohalike mängude, laulude ja lugude kohta (20). Kohalik kultuuritaust põimiti kokku algse programmi kavandatud sisuga, mis suurendas tegevuse vastuvõetavust rakendajate seas ning parandas elluviimise määra ja täpsust (20).

3.2.4. Ennetustegevuses osaleja vaade ja mõjumehhanismid

Ennetustegevuse toimimist ja tulemuste saavutamist mõjutavad osalejate ning elluviijate reaktsioonid tegevusele ehk kuivõrd **vastuvõetav, asjakohane ja kasulik tegevus on osalejate arvates. Osaleja ei ole**

passiivne tegevuse vastuvõtja, vaid autonoomne tegevuses osaleja (21). Näiteks ravimiuuringutes võivad ravirežiimist kinnipidamist mõjutada ravimi ebameeldivad kõrvaltoimed (vähene aktsepteeritavus), vähene tuntav kasu või hoopis see, et sümptomid, mille leevendamiseks ravimist kasutatakse, on kerged ning seetõttu ei taju osaleja ravimi võtmise kasu ega mõttekust. Ravi tulemus oleneb aga sellest, kas osaleja võtab ravimit ettekirjutuste kohaselt.

Tegevus peab olema **vastuvõetav ka elluviijatele**. Näiteks koolis ennetustegevust ellu viies on oluline, et see oleks aktsepteeritav nii õpetajatele kui ka tegevuse rakendajatele, kooli juhtkonnale, lastevanematele kui olulistele huvirühmadele ja õpilastele endile, kellele tegevus on suunatud.

Kvalitatiivsed meetodid võivad aidata tegevuse ajal ja järel mõista, kuidas osalejad tõlgendavad ennetustegevuse mõju, millised on osalejate kogemused (ka negatiivsed), millised olid ettenägematud asjaolud või tagajärjed, kuidas tegevus aitas muutust tekitada (21). **Kvantitatiivsed meetodid** võivad aidata uurida, millised tegurid soodustavad, pärsivad või mõjutavad eesmärgi saavutamist (ka [ptk 2.4](#)).

[Loe edasi →](#)

3.3. Ennetustegevuse Teostatavus

Ennetustegevuse mõjususe või tulemuslikkuse hindamise eel tuleb analüüsida selle **teostatavust ehk elluviidavust**, sh ülekantavust, tegevust soodustavaid ja takistavaid tegureid (8). Teostatavuse läbimõtlemine ja hindamine võimaldab

- **vältida vigu** ennetustegevuse arendamise hilisemates etappides. Näiteks võib tulemuslikkuse uuring ebaõnnestuda, sest elluviijad ei

arvestanud probleemidega valimi koostamisel ja osalejate kaasamisel;

- **mõista elluviimist mõjutavaid tegureid**, nt elluviijate valmisolekut tegevust ellu viia;
- **luua tingimused** ennetustegevuse rakendamiseks tavatingimustes.

Teostatavuse testimine on korduv ja erinevaid elluviimisviise katsetatakse parima lahenduse leidmiseni. Ennetustegevuse teostatavuse (ja selle uurimise) juures võivad olulised olla erinevad komponendid ning läbi tasub mõelda (12)

- **tegevuse ja selle komponentide aktsepteeritavus ning vastuvõetavus sihtrühmas, elluviijate hulgas ja huvirühmades;**

Näiteks võivad elluviijate hulgas osutada takistuseks erinevad uskumused laste kasvatamise meetoditest, mis võib takistada tegevuste täpset elluviimist. Osalejate vaate mõistmine on oluline, et arendada tegevus sobivamaks, vajalikumaks ja kasulikumaks. Otsustajate vaade on tähtis, et mõista, kas tegevusele on võimalik taotleda rahastust ja seda ka edaspidi kohalikes oludes kasutada.

- **rakendatavus ja elluviimine;**

Näiteks kas kohalikke olusid, võimalusi, takistusi ja piiranguid ning võimekust arvesse võttes on võimalik tegevust plaanipäraselt ellu viia. Takistuseks võib osutada elluviija aja ja vahendite puudus tegevuseks. Elluviimisel võib takistuseks osutada aga sihtrühma ligipääs tegevusele (tegevuse kellaaeg ja koht), mida mõistes on võimalik elluviimisviise muuta. Samuti on oluline mõista, kuivõrd aja- ja ressursimahukas on elluviijate koolitamine: kas muutuste esilekutsumiseks on võimalused olemas. Tegevuse elluviimiseks

võib olla vaja seadmeid ja materjale, mille kulu ja hankimisvõimekust tuleb samuti eelnevalt hinnata. Tähtis on mõista, kas elluviijad suudavad tegevust ellu viia nii, nagu on ette nähtud.

- **integreeritavus ja sobivus;**

Näiteks kui võrd sobitub tegevus olemasolevate süsteemide või muu tegevusega, kui paindlik on tegevus, et vastata erinevatele vajadustele. Näiteks uue õppemetoodika arendamisel tasub hinnata, kui võrd see sobitub olemasolevate metoodikatega. Kui uus metoodika on varasemast drastiliselt erinev, võib osutuda keeruliseks selle rakendamine. Samuti on oluline hinnata, kui võrd tegevus sobitub olemasolevate uskumuste ja kultuurinormidega.

- **kohandatavus;**

Kui lihtne või keeruline on tegevust kohalikku olustikku kohandada, kui edukalt saab tegevust korraldada teises keele- ja kultuuriruumis ning millist tuge on selleks vaja. Samuti võib osutuda vajalikuks kohandada tegevus teisele sihtrühmale, näiteks kui see on mõeldud algklassilastele, ei pruugi tegevus olla samal kujul elluviidav teises kooliastmes. Oluline on kindlaks määrata, millised on ennetustegevuse aktiivained, mis peavad jääma samaks, mille elluviimine hea rakendustäpsusega on oluline ja mida võib mingil määral vajadustele vastavalt kohandada.

- **esmased tõendid mõju kohta;**

Kuidas mõista ja mõõta tegevuse võimalikku mõju ja teha järeldusi põhjalikuma uuringukavandi koostamiseks? Kuigi teostatavuse uurimise põhiküsimused käsitlevad protsessi, mitte tegevuse mõju,

tasub siiski mõelda, kes võib tegevusest kasu saada, milline oleks tähendusrikas muutus sihtrühmas, milline muutus tulemusnäitajas viitaks sekkumise paljulubavusele, kuidas tulemusnäitajaid sihtrühmas mõõta.

- **sihtrühma ja elluviijate kaasamine.**

Tasub läbi mõelda, kes ja kuidas kaasatakse erinevasse tegevusse, kui lihtne või keeruline on värvata osalejaid, kes tegevusest kasu saaksid või seda ellu peaksid viima. Näiteks kui tegevus on suunatud lastele, kelle vanematel esineb vaimse tervise probleeme, siis milliste ja kui tõsiste probleemide korral peresid kaasatakse, kuidas probleemi olemasolu või puudumist hinnatakse, millistes piirkondades osalejaid kaasatakse, kuidas sihtrühmani jõutakse ja neid osalema motiveeritakse.

Loetelus nimetatud komponente ei pruugi olla vaja ega mõistlik ühes uuringus hinnata, küll aga tasub neile ennetustegevuse arendamisel mõelda. **Teostatavuse hindamine on tihti esimene samm ennetustegevuse uurimisel** ja aitab kujundada pinnase kvaliteetseks tulemuslikkuse uuringuks. Seetõttu võib eesmärk olla mõista, millist uuringutüüpi saab edaspidi kasutada, kuidas valim moodustada ja inimesi värvata suuremas uuringus osalema, mida teha, kui osalejate (või elluviijate) kaasamine ja kaasas hoidmine on keeruline, milliseid hindamisvahendeid ja andmekogumismeetodeid kasutada. Näiteks ei pruugi kõik hindamisvahendid sobida muutuse hindamiseks, sest ei hinda huvipakkuvaid näitajaid piisavalt täpselt. Arvesse tasub võtta ka andmekogumise vastuvõetavus sihtrühma vaates, näiteks pikkade küsimustike täitmine või päeviku pidamine võib osutuda inimesele koormavaks.

- **NÄIDE**

Eestis on korraldatud [SPIN+ programmi rakendatavusuuring](#) (22), mille eesmärk oli välja selgitada tegevuse rakendatavus ja vastuvõetavus sihtrühma jaoks. Sihtrühma moodustasid programmis osalejad (treeningutel osalevad noored) ja programmi elluvijad (treenerid, koolitajad, mentorid). Uuringus kombineeriti nii kvalitatiivseid kui ka kvantitatiivseid meetodeid. Lisaks koguti esmaseid andmeid rakendustäpsust toetavate aspektide kohta ja tehti ettepanekud rakendustäpsuse edaspidiseks uurimiseks.

[Loe edasi →](#)

3.4. Mõju Esmased Tõendid

Esmased tõendid ennetustegevuse toimimisest **tulenevad teaduskirjanduse analüüsi käigus kogutud andmetest**, mis tõendavad ennetustegevuse (või aktiivainete) ja tulemuste põhjuslikke seoseid ([ptk 1.2](#)). Teinekord pole kavandatavat ennetustegevust varem uuritud ja teaduskirjandusest võib leida vaid kaudseid tõendeid. Mõlemal juhul on lisaks vaja uurida tegevuse teostatavust kohalikes oludes ja sihtrühmas. Kui tõendust sekkumise positiivsest mõjust napib, on oluline uurida teostatavusega koos võimalikku mõju. Ennetustegevus on kontekstitundlik ja mõju võib oleneda nii kultuurilistest erinevustest, ühiskonnas toimuvast, sihtrühma omadustest jt teguritest. **Isegi kui teadusuuringutega on näidatud sama ennetustegevuse mõju USA-s või Rootsis, ei saa eeldada, et samamoodi rakendatud ennetustegevus toimib ka Eestis.**

Esmaste tõendite kogumisel ei ole vaja alati kohapeal korraldada mahukat sekkumisuuringut, sest eesmärk on mõista tegevuse potentsiaali ehk kellel, miks, kuidas ja milliste tegurite toimele võiks

ennetustegevus muutusi kaasa tuua. Võib küll kaaluda väiksema eksperimendi tegemist ja hinnata mõju peamistele tulemusnäitajatele, kuid võib uurida ka tegevuse üksikute komponentide, aktiivainete, mõju. See on eriti kasulik mitut tegevust hõlmava ennetuse korral. Ennetustegevuse sisust olenevalt võib osalejate arv uuringus erineda: piisata võib ka mõnest juhtumianalüüsist ja osalejate kogemuse põhjalikust uurimisest.

Tavapärane on esmalt kasutada **kvalitatiivseid või segameetodeid**. Nii saab koguda mitmekesist ja laiapõhjalist infot, mis aitab ennetustegevust arendada ning järgmisi uuringuid kavandada, samuti mõista, miks ja kuidas valitud ennetustegevus toimib või ei toimi, võiks toimida ning kuidas võiks olla sobivaim ennetustegevus ellu viia, milline oleks selle ülesehitus, sisu ja maht. Segameetodite kasutamisel saab näiteks kombineerida uuritava rühma eel- ja järelhindamist või ABAB-meetodit – sekkumise mittetoimumise etapp (A) vaheldub sekkumisetapiga (B) – fookusgruppide või intervjuudega, et mõista muutust ja sellega seotud tegureid sekkumisrühmas.

Oodatava mõju kohta on enamasti olemas üsna selged hüpoteesid ja arusaamad, mis ja miks võiks juhtuda. Kvalitatiivsed meetodid aga aitavad leida uusi võimalikke hüpoteese sekkumistegevuse toimimise kohta, mis kvantitatiivses uuringus ei pruugi selguda. Lisaks võib tegevuse kõrvalmõju sageli olla ootamatu ja seda on keeruline ennustada. **Erinevate meetodite kasutamine annab mitmekesist ja rikkalikku infot nii oodatud kui ka ootamatu mõju kohta.** Enne ennetustegevuse täielikku rakendamist on selline info väga tähtis, sest võimaldab ära hoida võimalikku kahjulikku mõju.

Esmaste tõendite kogumine on oluline, sest on näiteid mitmesuguse tegevuse kohta, millel headest kavatsustest hoolimata oli kõrvalmõju või tegid need hoopis kahju. Näiteks heategevusorganisatsioon PlayPumps viis Aafrika riikidesse veepumpasid, mis olid kujundatud karussellina. Eesmärk oli suunata

lapsed ringiratast käivale karusellile hoogu lükkama, et panna tööle veepump (23). Pärast tegevuse käivitamist selgus, et PlayPumps ei vastanud ootustele: laste jaoks oli keerutamine kurnav ja emad pidid seetõttu ise karusselli lükkama. Samuti olid pumbad kallimad, pumpasid vähem vett ja neid oli raskem hooldada kui käsipumpasid, mida need asendasid (23). Teostatavuse ja esmase mõju hindamisel oleks saanud mitut tekkinud probleemi ennetada.

- NÄIDE 1

Vanemlusprogrammi „Imelised aastad“ korraldati esmalt [katseprojektina](#). Kaheteistkümnes vanemlike oskuste arendamise grupis osales 119 lapsevanemat. Katseprojektis koguti andmeid tagasisideankeedi ja lapse käitumist hindava küsimustikuga nii vahetult pärast koolituse lõppu kui ka kuus kuud hiljem. Samuti tehti fookusgrupi intervjuud (24).

- NÄIDE 2

Mitmedimensioonilise pereteraapia kohta koguti [esmaseid tõendeid](#), toetudes kolmele juhtumianalüüsile (25). Nende valikul vaadati, et juhtumid erineksid üksteisest ja pärineksid Eesti eri piirkondadest. Kahele edukale juhtumile lisaks kaasati näiteks ka üks edutu juhtum. Iga juhtumi kohta koguti süvaintervjuudega andmeid nii noorelt endalt kui ka tema vanemalt, terapeudilt ja veel ühelt-kahelt peret tunduvalt spetsialistilt, nagu kooli töötaja või sotsiaaltöötaja. Nii koguti põhjalik andmestik mõne juhtumi kohta, mis ei võimalda küll teha järeldusi teraapia efektiivsuse kohta, kuid annab võimalike mõjumehhanismide kohta rikkalikku ja väärtuslikku infot.

- NÄIDE 3

Liikuma kutsuva kooli“ programmiga liitunud koolid teevad erinevaid muudatusi õuevahetundidest aktiivse ainetunnini. Uuringus on võimalik testida programmi üht komponenti, näiteks igapäevast õuevahetundi. Seda uuritigi Eesti neljas koolis (26) ja leiti tõendusmaterjali ennetusprogrammi ühele konkreetsele osale.

3.4.1. Tulemusnäitajate valimine

Tulemusnäitaja on ennetustegevuse mõju või toime näitaja (8) ehk see tegur, milles soovime näha ennetustegevuse toimet muutust. **Kindlaks tuleb määrata iga ennetustegevuse peamine ehk esmane tulemusnäitaja**, mis sobib tegevuse eesmärgiga ja mida on võimalik mõõta. Esmaseid tulemusnäitajaid saab olla rohkem siis, kui sekkumise eri osades või etappides on erinevad eesmärgid ja esitatakse erinevad uurimisküsimused. Sel juhul on igale küsimusele vastamiseks seatud üks esmane tulemusnäitaja. Esmane tulemusnäitaja peab sobima tegevuse programmeerimisega. Soovi korral saab mõõta ka **teiseseid tulemusnäitajaid**, mille muutmine ei ole esmatähtis, võrreldes esmas(t)e tulemusnäitaja(te)ga.

Tulemusnäitajad aitavad selgelt ja täpselt näha, **kas ennetustegevus on aidanud soovitud eesmärgi saavutada**.

- Kui eesmärk on vähendada noorte väljalangemist koolist, peab see olema peamine tulemusnäitaja. Hinded ja koolist puudumiste arv võivad olla teisesed tulemusnäitajad ja seotud koolist väljalangemisega, kuid ei mõõda seda otse.
- Kui ennetustegevuse eesmärk on hoida ära või vähendada õnnetusi, peab esmane tulemusnäitaja olema õnnetuste arv. Ohutuskäitumine, turvavarustuse kasutamine, teadlikkus ja muud õnnetuse juhtumisega seotud tegurid võivad olla teisesed tulemusnäitajad.
- Kui eesmärk on liikumisaktiivsuse suurendamine, tuleb esmaseks tulemusnäitajaks määrata liikumisaktiivsus ja teisest

tulemusnäitajatenä saab mõõta liikumisvõimalusi, suhtumist liikumisse, liikumiskavatsust jms.

Tulemusnäitajavad **peavad olema võimalikult kitsad ehk spetsiifilised**. Kitsad tulemusnäitajad aitavad hoida uuringu eesmärgi fookuses ja võimaldavad mõõta konkreetseid muutusi. Näiteks kui tulemusnäitaja on liikumisaktiivsus, tasub see veelgi konkreetsemalt sõnastada vastavalt eesmärgile. Kas soovitakse suurendada nõrga või mõõduka intensiivsusega liikumist, nagu jalutamine, või hoopis mõõduka ja tugeva intensiivsusega treeninguid? Kas soovitakse vähendada istumisaega ja kas selleks piisab, kui osalejad seisavad rohkem püsti?

Tulemusnäitajaid tuleb

- seada pigem vähem, kui rohkem;
- valida, lähtudes teoreetilistest raamistikest ja programmeerimise teooriast;
- selgelt põhjendada ja need peavad sobima tegevuse eesmärgiga;
- kirjeldada selgelt, spetsiifiliselt, konkreetset ja mõõdetavalt.

Mida suurem hulk tulemusnäitajaid valida, seda suurem on juhuslike leidude tõenäosus ja väheneb nende usaldusväärsus. Näiteks kui tulemusnäitajaid on palju, aga muutus ilmneb ühel-kahel, ei pruugi leid olla usaldusväärne ja võib ilmnedä juhuslikult. Samamoodi juhtub ka kalapüügil: mida rohkem kordi visata õngekonks vette, seda enam suureneb tõenäosus, et kala jääb konksu otsa. Sellist nähtust nimetatakse ka **mitmeseks testimiseks**. Kui kasutatakse mitut tulemusnäitajat, siis tuleb hilisemas statistilises analüüsis kasutada meetodeid (nt Bonferroni meetod[1]), mis korrigeerivad tulemusi võimaliku juhuleiuga paljude näitajate hulgas. Üldiselt **väheneb uuringu usaldusväärsus, kui ühekorraga otsitakse mõju paljudele tulemusnäitajatele**.

Paljude tulemusnäitajate valimise korral on ka raske neid kõiki mõõta. Samuti aitab ühe-kahe tulemusnäitaja valimine asjad tähtsuse järgi ritta seada ja otsustada, mis on kõige olulisem muutus, mille ennetustegevus

peaks tekitama. Mida sarnasemaid tulemusnäitajaid kasutada varasemate uuringutega võrreldes, seda lihtsam on võrrelda eri uuringute tulemusi ja teha järeldusi tegevuse mõju kohta.

Kui tulemusnäitaja(d) on hästi läbi mõeldud, on kasulik kohe mõelda **hindamisvahenditele**, millega mõõta muutusi tulemusnäitajates.

• NÄIDE

[Kiusamisvastase programmi KiVa](#) esmane tulemusnäitaja on kiusamisohvrite ja kiusajate vähenemine – see on ennetustegevuse eesmärk, mille saavutamist saab kvantitatiivselt mõõta. KiVa teised tulemusnäitajad on vaimse tervise probleemid (nagu depressioon ja ärevus) ning sotsiaal-emotsionaalsed pädevused (27).

[„Liikuma kutsuv kool“](#) on seadnud kaks esmast tulemusnäitajat: 1) liikumisaktiivsuse suurenemine, mida saab mõõta näiteks keha külge mingiks ajaks kinnitatava aktseleromeetriga; 2) istumisaja vähenemine, mida saab mõõta näiteks vaatluste või keha külge kinnitatava inklinomeetriga. Teisesteks tulemusnäitajateks on seatud liikuma kutsuv koolikultuur ja subjektiivne heaolu, mida saab mõõta näiteks küsimustikega koolipere liikmete hulgas (28).

3.4.2. Hindamisvahendi valimine

Hindamisvahend peab võimalikult täpselt andma vastuseid huvipakkuvate tulemusnäitajate kohta. Üht tulemusnäitajat võib mõõta mitme vahendiga. Näiteks saab liikumisaktiivsust mõõta vaatlusega, enesekohaste küsimustikega, päevikumeetodiga või keha külge kinnitatud aktseleromeetri või inklinomeetriga. **Iga mõõtmise aga on inimese ellu sekkumine ja võib olla osalejale koormav**. Seetõttu tasub mõelda, kuidas huvipakkuva tulemusnäitaja kohta usaldusväärset

ja täpset infot saada nii, et see **osalejaid võimalikult vähe koormaks**, eriti juhtudel, kui osalejad on haavatavamas olukorras.

Valikul tuleks lähtuda nii sellest, kui täpseid ja usaldusväärseid vastuseid valitud mõõtevahend annab, kui ka sellest, milliseid vahendeid on lihtsam kasutada. Näiteks liikumisaktiivsuse mõõtmine aktiseleromeetriga on küsimustikuga võrreldes täpne ja objektiivne, sest ei olene vastaja meenutustest, kui palju ta mingil ajal liikus, ega ka vaatlajast. Sellise mõõtevahendi kasutamine aga võib olla kulukam kui küsimustik, see võib olla kandjale ebamugav ega pruugi anda lisainfot liikumiskonteksti või toimumise kohta. Samuti võib mõõtevahend mõjutada selle kandja käitumist, näiteks võib uuringus osaleja hakata hindamisvahendi kandmise ajal tavalisest rohkem liikuma, soovides näidata end heast küljest või tahtes uurijaid aidata positiivsete tulemuste saamiseks. See aga mõjutab uuringutulemuste usaldusväärsust. Enne lõpliku otsuse langetamist tasub kaaluda erinevaid mõõtevahendeid ja nende kombineerimist ning iga vahendi plusse ja miinuseid.

Vahendi valikul tasub läbi mõelda järgmised asjaolud.

- Kui usaldusväärne ehk **reliaabne** on valitud vahend? ([ptk 3.4.4](#))
- Kui sarnast nähtust (võrreldes tulemusnäitajaga) mõõdab valitud vahend? ([ptk 3.4.4](#))
- Kuivõrd võib valitud hindamisvahend mõjutada mõõdetava käitumist ja seega uurimistulemusi?
- Kas näiteks küsimustikku on varasemates uuringutes kasutatud ja/või **valideeritud**? Kas küsimustik on olemas ja valideeritud eesti keeles?

Tulemusnäitaja mõõtmine võib olla otsene või kaudne. Vahel saame huvipakkuvaid tulemusnäitajaid otse mõõta. Näiteks kui peamine tulemusnäitaja on liikumisaktiivsuse suurenemine, siis ongi mõistlik mõõta liikumisaktiivsust. Vahel aga ei ole tulemusnäitajat otseselt lihtne mõõta või on see kallis ja aeganõudev. Sel juhul on abi kaudsetest vahenditest ja saame järeldada, et huvipakkavas tulemusnäitajas on

toimunud või toimumas muutus, isegi kui me seda otse mõõta ei saa. Kaudne hindamine võib sisaldada näiteks enesekohast hinnangut füüsilise aktiivsuse määrale.

Sihtrühmas toimunud muutuste mõõtmisel on **saab infot koguda ka teistelt osaliselt, kes osaleja olukorda kõrvalt näevad**. Näiteks lastele suunatud ennetustegevuse tulemuslikkuse mõõtmisel võib olla otstarbekas koguda infot lapsevanemalt, õpetajalt, treenerilt, last ravinud tervishoiutöötajalt või mõnelt teiselt oluliselt täiskasvanult. Eriti tähtis on see juhtudel, kui lapsel võib olla keeruline end verbaalselt väljendada või küsimustikus mõne seisundi või käitumise kohta vastuseid anda.

Hindamisvahendi läbimõttlemisel tasub uurida, **kuidas sarnaseid näitajaid juba uuritakse ja milliseid vahendeid kasutatakse**. Võib-olla pole uusi mõõtmisi vaja, sest hulk juba kasutatavaid vahendeid annavad tulemuste kohta hea pildi. Eestis kogutakse regulaarselt erinevaid andmeid, mis võivad samuti anda ülevaate huvipakkuvate tulemusnäitajate muutustest. Näiteks kogutakse koolis andmeid puudumiste, testide, arenguvestluste ja tervisekontrollide tulemuste, koolipere rahulolu jm kohta, mis võib olla sobiv teave. Ka riiklikult kogutakse erinevaid andmeid, näiteks [haridus- ja noortevaldkonna andmed](#), [terviseandmed](#) jms. Teinekord võib ennetustegevus **taotleda ligipääsu olemasolevatele andmetele** ja sellega vältida osalejate kurnamist uute hindamistega. **Lisamõõtmisi tasub teha ainult siis, kui olulisi tulemusnäitajaid ei mõõdata või on mõõtmine olnud puudulik.**

Kindlaks tuleb määrata hindamisvahendid, mis annavad infot

- huvipakkuvate tulemusnäitajate kohta;
- võimalike kõrvalmõjude kohta.

3.4.3. Hindamisvahendi skaalad

Üldiselt on mõju kindlaks tegemise hindamisvahendid kvantitatiivsed ja

võimaldavad arvuliselt näidata, kui palju või mis mahu on muutus toimunud. Näiteks liikumisaega ja istumisaega saab mõõta absoluutarvuna (minutites) või suhtarvuna (mitu protsenti igas koolitunnis laps istus).

Tunnuseid saab mõõta

- **nominaalskaalal** ja nimetada väärtusi, mille intensiivsuse või suuruse kohta ei saa midagi öelda. Näiteks mõõdetakse sellega inimese sugu, rahvust, ametit, aga ka mingisuguse käitumise, seisundi, probleemi esinemist või mitte esinemist (näiteks 60% vastanute seas leiti huvipakkuv seisund);
- **järjestusskaalal** ja järjestada täpsete kriteeriumide alusel tasemeid, näiteks kui paljud osalejad on põhi-, gümnaasiumi- või kõrgharidusega. Järjestiksskaalal aga ei saa mõõdetud tulemusega vaadelda aritmeetilist keskmist (nt et keskmine tulemus oli „gümnaasiumi haridustase“), sest pole defineeritud iga astme või taseme täpne numbriline vahe. Ka enesekohased küsimustikud, kus kasutatakse Likerti-skaalat (29) ja uuritakse suhtumist ja arvamusi väidetega nõustumise astmetel (nt täiesti nõus, pigem nõus, ei ole nõus, ei ole nõus) saab pidada järjestusskaalaks, sest vastusevariantide vahemikke ei saa täpselt võrdseks pidada;
- **intervallskaalal või suhteskaalal** ja hinnata, mis ulatuses mingi seisund esineb. Samuti saab välja arvutada aritmeetilise keskmise, sest tulemuste vahe on võrdväärne. Suhteskaalal on erinevalt intervallskaalale tegelik nullpunkt. Näiteks kui üks osaleja liikus koolitunnis 30 minutit ja teine osaleja 35 minutit, saame öelda, et üks osaleja liikus 5 minutit rohkem kui teine ja keskmiselt liiguti 32,5 minutit. Ka juhtumite arv (mitu korda viimasel kuul õnnetus juhtus, mitu korda aastas koolist puuduti vms) on suhteskaala tunnused.

Ühel skaalal **mõõdetud väärtusi saab ka teisendada**, kui on olemas **äralõikepunkt**, mis võimaldab jagada inimesed saadud skoori alusel

rühmadesse. Näiteks depressiooni ja ärevust mõõtvaa EEK-2-küsimustikus (30) kasutatakse valideeritud äralõikepunktina kindlat punktiskoori, millest alates võib kahtlustada küsimustikule vastajal depressiooni või ärevushäiret. Nii saab järeldada, kui mitmel küsimustikule vastanud inimestest on või ei ole depressiooni või ärevushäire risk.

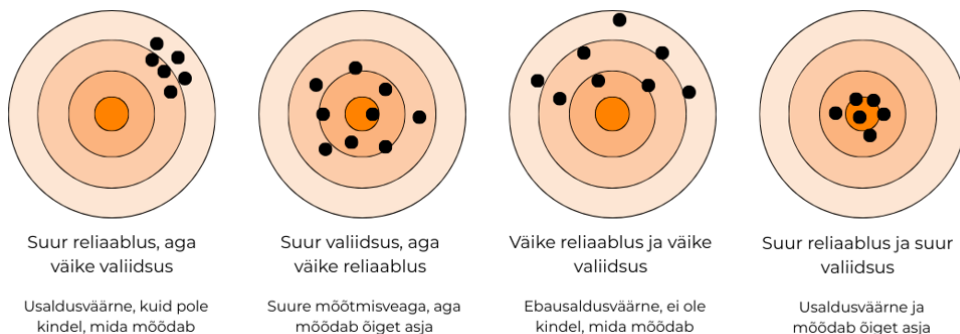
Küsimustikes kombineeritakse enamasti mitut skaalat, et mõista ühe või mitme nähtuse eri tahke.

3.4.4. Hindamisvahendite usaldusväärsus ja mõõtmistäpsus

Vahendi valimisel on olulised

1. reliaablus ehk usaldusväärsus;
2. valiidsus ehk esinduslikkus ja mõõtmistäpsus,

Hindamisvahend on **usaldusväärne** ehk **reliaabne**, kui saaksime sama või sarnase tulemuse sama vahendit kasutades uuel mõõtmisel. Kõik vahendid ei pruugi alati olla usaldusväärsed. Isegi kui mõõtmised on täpsed, esineb alati ühe ja sama asja mõõtmisel erinevusi, eriti kui mõõtmisi on tehtud palju. Näiteks kui huvipakkuvat tulemusnäitajat mõõdetakse vaatlusega ja olulised tähelepanekud pannakse kirja vaatlusprotokollis, võib iga vaatluskord erineda: vaatleja võib olla ühel korral väsinud või jätta mõne aspekti kirja panemata. Kui vaatlejaid on rohkem kui üks, muutub oluliseks nende reliaablus ehk kas eri vaatlejad saavad samasugused tulemused?



Vahend on **valiidne** ehk **esinduslik ja täpne** kui ta mõõdab nähtust, mida see mõõtma peaks. Paljudel juhtudel ei pea vahendite valiidsust kahtluse alla seadma. Näiteks kui huvi pakub tegevuses osalejate arv, veebilehte külastanute arv vms, saab automaatset loendurit kasutades või osalejaid kokku lugedes täpselt teada nende arvu. Kui aga huvi pakub veebilehe külastamise põhjus või sellele järgnenud tegevus, ei ole osalejate koguarv valiidsus vahend, sest ei ütle midagi põhjuste, kogemuste ega järeltegevuse kohta.

Hindamisvahend saab olla reliaabne ehk anda samasuguseid või sarnaseid tulemusi, aga mitte olla valiidsus. See on juhul, kui hindamisvahend mõõdab küll usaldusväärselt, aga mitte seda nähtust, mida see mõõtma peaks. Valiidsuse ja reliaabsuse erinevusi kujutab joonis 3.2 (31).

Kui tulemusnäitajaid mõõdetakse küsimustikega, **tasub võimaluse korral kasutada küsimustikke, mille reliaablust ja valiidsust on uuritud**. Tihti on ennetustegevuse eesmärk mõjutada heaolu. Selle eri tahke mõõtvaid ja valideeritud eestikeelseid küsimustikke täiskasvanutele on üksjagu.

3.4.5. Hindamisvahendite väljatöötamine ja

kohandamine

Enne uue mõõtevahendi väljatöötamist tasub uurida, kas juba on olemas huvipakkuv tulemusnäitaja või sellega sarnast nähtust mõõtev valideeritud küsimustik, mida uuringus kasutada või vajaduse korral natuke kohandada. Selleks tasub võtta ühendust valdkonna praktikute ja teadlastega, kellel võib olla ligipääs vahenditele, mida avalikest andmebaasidest pole võimalik leida. Huvipakkuvas valdkonnas uurimistööd tegevaid Eesti teadlasi võib otsida näiteks ETIS-e infosüsteemist, kus saab otsingus täpsustada uurimistöö valdkonna <https://www.etis.ee/Portal/Persons/Index/?>. Tartu ülikoolis moodustatakse Eestis koostatud või kohandatud tervise ja heaolu hindamisinstrumentide andmebaasi.

Kui valideeritud küsimustik on olemas ainult inglise (või muus) keeles, tuleb see hoolikalt tõlkida ja kohandada. Protsessi tasub kaasata vahendite kohandamisega varem tegelenud teadlased ja professionaalne tõlkija ning keeleteoimetaja. Peale tõlkimise (ja tagasitõlkimise) on vaja vahendit kultuuriliselt ja keeleliselt kohandada, tõlke kvaliteedi hindamiseks võib vaja olla teha kognitiivseid intervjuusid sihtrühmas. Lõpliku versiooni testimiseks tasub andmeid koguda suuremast valimist ja vaja võib olla teha korduvaid uuringuid, et hinnata reliaabluse ja valiidsusega seotud aspekte uues keelekeskkonnas.

Kui selgub, et head mõõtevahendit ei ole eesti ega muus keeles, võib olla vaja see ise välja töötada. Uue küsimustiku koostamisel ei saa eeldada, et see on kohe usaldusväärne ja valiidsus. Selle väljaselgitamiseks tuleb küsimustiku usaldusväärsust ja valiidsust uuringuga hinnata. Lühiülevaate küsimustike valideerimise kohta leiab näiteks Dave Collingridge kirjutatud postitusest SAGE uurimismeetodite [blogis](#) või küsimustiku arendamise ja valideerimise teemalisest artiklist (32) (mõlemad inglise keeles). Küsimustikke valideeritakse Eestis tihti bakalaureuse- ja magistratööde käigus, seega võib saada häid sammsammulisi valideerimisjuhendeid ka ülikoolide lõputööde

andmebaasidest (nt [TÜ Dspace](#)). Uute küsimustike valideerimine on oluline, sest kindlustab, et need mõõdavad seda, mida mõõtma peaksid (ehk on valiidsed) ja on usaldusväärsed (ehk reliaabsed). **Sellise mõõtevahendi kasutamine muudab ka uuringu järeldused usaldusväärseks.**

- NÄIDE

„Hooliva kogukonna noorteuuring“ (ingl Communities that Care Youth Survey) on kohalikule tasandile mõeldud laiapõhjaline küsimustik, mis mõõdab uimastitarvitamise ja muu riskikäitumise ning vaimse tervise probleemidega seotud riski- ja kaitsetegureid 11–19-aastaste õpilaste hulgas. Küsimustik kohandati 2022. aastal eesti keelde, seda tõlkisid kaks tõlkijat, see kohandati kultuuriliselt ja keeleliselt sobivaks ekspertide vaates, eeltestiti kognitiivsete intervjuude käigus noortega ja testiti laiema valimiga, et mõista vahendi reliaablust ja valiidsust (33).

[1] Algne olulisuse nivoo (näiteks 0,05) jagatakse tehtud testide arvuga ja saadakse uus olulisuse nivoo. Näiteks kui mõõdetakse mõju neljale tulemusnäitajale, siis on olulisuse nivoo $0,05 / 4 = 0,0125$. Et tulemust saaks pidada statistiliselt oluliseks, peab p väärtus jääma alla selle.

[Loe edasi →](#)

3.5. Ennetustegevuse Elluviimise Ja Uurimise Eetilised Aspektid

Iga ennetustegevus sekkub inimeste (eelkõige sihtrühma, aga ka kõrvalseisjate) ellu otse või kaudselt. Seetõttu on eetilised aspektid eriti tähtsad ennetustegevuse kavandamisel, hindamisel ja elluviimisel. Ennetustegevuse arendamise ja uuringute tegemise olulisemad põhimõtted on järgmised:

- kasulikkus ehk kohustus teha head;
- kahju vältimine ehk kohustus mitte tekitada kahju;
- osalejate autonoomia ehk enesemääramise austamine;
- õiglus ehk kõigi inimeste võrdne ja õiglane kohtlemine;
- sildistamise ja diskrimineerimise vältimine.

3.5.1. Heategemise printsiip ja kahju tekitamise vältimine

Ennetustegevuse eesmärk on hoida ära või leevendada inimeste problemaatilisi olukordi ja suurendada heaolu. Seetõttu peab põhjalikult läbi mõtlema, kuidas tegevus inimeste olukorda parandab ja väldib võimaliku kahju tekitamist. **Ükski tegevus ei tohi kellelegi tekitada kannatusi või muud kahju**, mistõttu tuleb läbi mõelda tegurid, mis võivad inimestele (sihtrühmale ja kõrvalseisjatele) kahju tekitada.

Kõige üldisem põhimõte, et vältida kahju tekitamist, on sihtrühma **konfidentsiaalsuse ja privaatsuse kindlustamine**. Sihtrühma kuuluvad inimesed peavad olema kaitstud nii, et keegi (sh ka nemad ise) ei saa konkreetset osalejat ära tunda erinevates laiale lugejaskonnale kättesaadavates dokumentides ja avaldatud aruannetes. Enamasti tagatakse see andmeanalüüsi tulemuste üldistatul kujul esitamise kaudu. Kindlatel juhtudel, näiteks kui tegemist on haruldase nähtuse, spetsiifilise sihtrühma või asutusega (eriti Eesti tingimustes), tuleb põhjalikult läbi mõelda osalejate konfidentsiaalsuse tagamise võimalused,

näiteks

- kasutada Eesti andmeid koos rahvusvaheliselt kogutud andmetega, avaldamata, millised andmerekad on Eestis kogutud;
- varjata asutuse nimi, kus uuring on tehtud või ennetustegevus korraldatud;
- varjata uuringu tegemise aeg ja koht.

Konfidentsiaalsuse ja privaatsuse tagamine tähendab ka **info lekkimise vältimist**. Kui ennetustegevusega seotud inimestel on delikaatset infot sihtrühma kuuluvate inimeste kohta, siis peavad nad seda hoidma eriti ettevaatlikult ja hoolega, et info ei leviks teiste inimeste ja laiemal kogukonnal hulgas. Ennetustegevuse arendamisel võivad arendajad tõenäoliselt teada osalejate isiklikke andmeid. Tuleb läbi mõelda, mida konfidentsiaalsus ja privaatsus sel juhul tähendavad ja kas näiteks tuleb ennetustegevuse elluviijatel paluda allkirjaga kinnitada konfidentsiaalsuskohustus (info mitte levitamise kohustus).

Kahju mõtestamine on seotud inimõiguste tagamisega.

Ennetustegevuse kavandamisel tuleb lähtuda võrdsetest õigustest ja muudest inimõigustest. Ennetustegevuse sihtrühma liikmeid tuleb käsitleda kui autonoomsed osalejad – nad on subjektid, mitte passiivsed objektid. Sihtrühma kuuluvate inimeste autonoomiat tuleb austada võrdsete õiguste alusel, mis tähendab õigust ise teha valikuid ja otsuseid oma elu küsimustes. **Unustada aga ei saa ennetustegevuse arendajate ja uurijate vastutust sihtrühma või uurimises osalejate turvalisuse ja heaolu tagamise eest.** Arendajate ja uurijate vastutus hõlmab ka võimalike riskide tuvastamist ja riskide maandamise meetmeid, mida rakendatakse riski realiseerumisel edasise võimaliku kahju minimeerimiseks. Sellise vastutuse tagab professionaalne kompetentsus. Teisisõnu, ennetustegevuse arendajad, rakendajad ja uurijad peavad olema oma ala professionaalid ehk nägema ette võimalikke ohtusid ning oskama neid vältida. Näiteks tuleb näha ette taastraumatiseerimise või konfliktide süvenemise ohtu seoses

ennetustegevuses osalemisega ning riske ennetada ja maandada.

Osalejate turvalisust aitab tagada nende põhjalik informeerimine, mille alusel nad saavad teha teadliku valiku osalemise kohta.

Teadlik valik eeldab nii ennetustegevuses kui ka uuringu korral, et osaleja saab infot tegevuse või uuringu eesmärgi, korralduse, meetodika ja tulemuste esitamise kohta: kuidas kogutud andmeid kasutatakse ning kellelt ja miks neid kogutakse. Teadlik valik eeldab, et osalejatele kirjeldatakse ka tegevusest või uuringust tulenevat kasu ja riske.

3.5.2. Inimese ja sihtrühma autonoomia ning osalusõiguse austamine

Inimese ja sihtrühma autonoomiast tuleb lähtuda iga nende jaoks mõeldud ennetustegevuse kavandamisel, arendamisel ja hindamisel. Ennetustegevus peab põhinema nende osalusel, kelle jaoks tegevus on kavandatud ja arvestama inimeste ning sihtrühma iseärasusi. Samuti tuleb mõelda läbi, **kuidas ennetustegevus toetab, arendab või taastab sihtrühma kuuluvate inimeste autonoomiat ja osalusõigust.**

Haavatavas olukorras inimeste jaoks võib risk olla see, et nende autonoomiat ja osalusvõimet kiputakse alahindama: kahju tekitamise hirmus võidakse tekitada veelgi suurem kahju osalusõiguse ja autonoomia piiramisega. Eriti mõjutab see (riskis olevaid) lapsi siis, kui tegemist on keeruliste teemade arutelu või raskete otsuste langetamisega. Otsustajad võivad jätta nad otsuse langetamisest kõrvale või uuringus osalemisest välja, arvates, et lapsi tuleb säästa. Sellega jäetakse lapsed ilma nende osalemisõigusest (34) neid informeerimata ja neilt luba küsimata. Aetakse segi õigus ja kohustus ehk arvatakse, et kui lapsel on õigus osaleda, siis ta on kohustatud osalema, jättes arvestamata tema õiguse osalemisest loobuda.

Inimest tuleb informeerida õigusest langetada otsus osalemise või

osalemisest loobumise kasuks. Otsus peab olema teadlik. Seega on osalemisõigus seotud inimese piisava ja täpse informeerimisega, mis eeldab elluviija või uurija piisavat ettevalmistust, et tagada sihtrühmale arusaadav keelekasutus. Laste ja ka eestkostetavate täiskasvanute kaasamisel ennetustegevusse tuleb nii lapsi, eestkostetavaid kui ka vanemaid või eestkostjaid informeerida tegevusest, sh osalemise kasuteguritest ja riskidest. **Ennetustegevuse elluviija, uurija ja täiskasvanud osalejad, sh vanemad ja eestkostjad, vastutavad koos selle eest, et lapse või eestkostetava täiskasvanu osalemine oleks turvaline ja kasulik.** Uuringusse kutsumise korral kehtivad lisatingimused, näiteks on nõutud vanemate või eestkostjate nõusolek. Kindla tegevuse või teema korral tuleb arvestada, et vanem või eestkostja ei pruugi kohe anda nõusolekut lapse või eestkostetava osalemiseks ja mõelda läbi, kuidas sihtrühm ja sihtrühma esindajad kaasata ning neid motiveerida.

Haavatavas olukorras **inimeste kaasamine on raske ülesanne**, sest nad võivad olla ebakindlad, pidada oma pädevust ebapiisavaks või olla väga nõrgas seisus, soovides, et neid jäetaks rahule või keegi teine otsustaks nende asemel. Tuleb aga meeles pidada, et **haavatavus on protsess**, millel on erinevad faasid. Sihtrühma võivad kuuluda haavatavuse erinevas faasis inimesed: nii need, kes on ägedas seisundis ja tõesti vajavad kõrvalist abi (n-ö käehoidmist ja otsustamist), kui ka need, kellel õnnestus äge faas läbida, kes on juba kriisilukorrast väljunud. Haavatavus ja säilenõtkus (ingl *resilience*) on omavahel seotud ning haavatavast olukorrast väljunud inimesed võivad olla eriti säilenõtked.

Uuringus osalemise üks eetiline kaitse on **osaleja õigus uuringu igas etapis lõpetada osalemine kohustuseta selgitada lõpetamise põhjusi**. Uurijale võib see tekitada ebamugavust, eriti juhul, kui osaleja otsustab lõpetada siis, kui andmeid juba analüüsitakse. Kindlate kvantitatiivsete uuringute korral polegi enam võimalik osalemisest loobuda uuringu viimases etapis (nt kui kogutud andmed on

anonümiseeritud). Sellisel juhul tuleb uuringusse kutsutud osalejaid informeerida õigel ajal ja selgitada põhjalikult, mis hetkeni nad saavad uuringust osalemisest looduda ja miks ei ole võimalik kindlast etapist alates nende andmeid andmestikust eemaldada. Eetiliselt delikaatseks võib osutuda ka osaleja lahkumine sellisest uuringust, mille andmekogumise meetod on fookusgrupp. Uurija peab kindlustama kõigi osalejate heaolu ja ühe liikme lahkumine grupist võib tõsiselt häirida teisi grupiliikmeid. Sel juhul võib olla eetilisem lähtuda võrdsuse printsiibist ning mitte lubada kellegi selgituseta lahkuda.

Paljusid riske saab maandada, kui riskis või haavatavas olukorras inimesi ja sihtgruppe informeeritakse neile arusaadavalt, toetatakse nende õigust otsustada osalemise üle ja järgitakse konfidentsiaalsuse ning privaatsuse põhimõtteid.

3.5.3. Diskrimineerimise ja sildistamise vältimine

Ennetustegevuse arendamisel tuleb vältida diskrimineerimist ja sildistamist. Selleks peab tegevuse kavandaja ja arendaja teadma, millised on erinevad diskrimineerimisviisid ja tegutsema tähelepanelikult. **Hea ennetustegevus ei erista ega vastanda sihtrühma teistele ühiskonnagruppidele.** Ennetustegevuse, eelkõige näidustatud ennetustegevuse korral, võib sihtrühma nimetamine iseenesest kanda endas eristamise riski. Terminid nagu näiteks „riskilapsed“, „riskipered“, „vangid“, „sõltlased“, „diabeetikud“, „dementsed“ võivad kõrvalejätust või häbimärgistamist süvendada.

Stigmatiseerivaks võib pidada termineid, mis omistavad ebasoodsa olukorra inimese iseärasustele või omadustele. Näiteks termin „riskilaps“ viitab, et lapse iseärasus või omadus on risk: tema olemuses on midagi, mis iseenesest tähendab riski ja see ei ole seotud konkreetse olukorra või ajaga. Sellise loogika kohaselt saab „riskilapsest“ „riskitäiskasvanu“, sest risk on tema olemus. Kui võrrelda terminit ingliskeelse mõistega *child at risk*, siis oleks eesti keeles õigem see

tõlkida kui „riskis“ või „riski olukorras olev laps“, sest riskid on väljaspool inimest, olukorrad võivad muutuda ja riskid kaduda inimese elust.

- NÄIDE

Head näited on SPIN-programmid (traditsiooniline SPIN ja SPIN+), mille eesmärk on kogukonnast või ühiskonnast väljalangemisohus olevate noorte tagasitoomine, lõimimine kogukonda (22,35). Programmi pluss on riskis noorte eristamise vältimine, neile tegevuse pakkumine koos teiste lastega. Selleks kasutatakse meeskonnaspordi alasid, mis arendavad sotsiaalseid oskusi loomulikus keskkonnas.

3.5.4. Eetikakomitee ülesanne

Ennetustegevuse elluviimisel või uurimisel kogutakse tihtipeale andmeid. Need võivad olla

- isikuandmed, mille kaudu on võimalik konkreetne füüsiline isik otseselt või kaudselt tuvastada, näiteks nimi, telefoninumber, e-posti aadress;
- eriliigilised isikuandmed, näiteks usulised veendumused, geneetilised andmed, terviseandmed (36).

Kogutavatest andmetest ja tegevuse elluviiast lähtuvalt tuleb andmekogumine ja uuring kooskõlastada eetikakomitees või andmekaitse inspeksioonis. Näiteks hindab täidesaatva riigivõimu tellitavate poliitikanalüüside ja -uuringute andmekaitse ja eetilisi aspekte **andmekaitse inspeksioon**, kes konsulteerib vajaduse korral teaduseetika komiteega. Isikuandmete ja eriliigiliste isikuandmete kogumise korral tuleb konsulteerida **eetikakomiteega**, eriliigiliste isikuandmete kasutamisel isiku nõusolekuta on vaja taotleda

andmekaitse inspeksiooni luba.

Kirjeldatud eetikaprintsipiide järgmisel on tähtis eetikakomitee tegevus. Eetikakomitee põhiülesanne on tagada, et **uurimis- või ennetustegevuse käigus ei tekitataks osalejatele kahju**.

Eetikakomitee jälgib tähelepanelikult, et uuringus osalejate põhiõigused, **konfidentsiaalsus ja privaatsus**, oleksid kaitstud ehk isiklikud andmed seoses uurimisega ei leviks ja uuringus osalemine oleks vabatahtlik. Kui eetikakomitee kooskõlastust taotlevad ennetustegevuste arendajad, peavad nad samuti järgima õigusaktide ettekirjutusi ja eetilise tegutsemise põhimõtteid.

Eetikakomiteed **võiks teadusuuringuste vastavuse kooskõlastamise kõrval olla tähtsad ka ennetustegevuse eetiliste aspektidega arvestamise toetamisel**. Ennetustegevuse arendamise ja elluviimisega seotud uuringute korral tasub kaaluda eetikakomitee kooskõlastuse taotlemist. Protsessi käigus võivad komitee liikmed esitada täpsustavaid küsimusi ja anda soovitusi, mis aitavad eetiliste aspektidega paremini arvestada ja tegevuse paremini läbi mõelda. Eriti tähtis on see haavatavas olukorras inimestele suunatud sekkumiste ja ennetustegevusega seotud uuringute tegemisel.

Eestis töötavad erinevad eetikakomiteed, mõnda neist saab igaüks pöörduda ja mõni on mõeldud organisatsioonisiseks kasutamiseks. Enne uuringutaotluste esitamist tuleb põhjalikult tutvuda eetikakomiteele taotluse esitamise juhiseiga, vajaduse korral võib konsulteerida eetikakomitee esindajaga.

Ennetustegevuse arendajad ja uurijad peavad olema oma ala spetsialistid. Nad peavad **valdama uurimismeetodeid ja oskama ette näha sekkumise mõju**. Et eetikakomiteed ja eelkõige osalejad, keda tegevus mõjutab, saaksid tegevust adekvaatselt hinnata, tuleb põhjalikult kavandada ja hinnata tegevuse riske ning kasu. Kui ennetustegevuse arendajad ei ole teadlased ega valda uurimismetoodikat, tuleks kaasata teadlasi, kes on sekkumisvaldkonda varem uurinud või on valmis seda

uurima.

[Loe edasi →](#)

3.6. Praktilised Soovitused

Eesmärk	Lahendus	Vaja on täiendavat tähelepanu
Mõista ennetustegevuse elluviimist ja tulemusi mõjutavaid protsesse	Protsessi hindamine aitab analüüsida elluviimiskonteksti, elluviimist ja mõjumehhanisme, mis võivad tegevuse edukust mõjutada	Vaja on kaasata siht- ja huvirühmi, teadlasi ning teisi partnereid
Uurida tegevuse teostatavust, sh rakendustäpsust ja esmast mõju	Koostada uuringukavand, sh püstitada uurimisküsimused, töötada välja meetodika, tulemusnäitajad ja hindamisvahendid rakendustäpsuse, vastuvõetavuse, rakendatavuse, sobivuse, siht- ja huvirühmade kaasamise, mõju ning kõrvalmõju uurimiseks. Testida hindamisvahendeid reliaabluse ja valiidsuse arendamiseks	Vaja on kaasata teaduspartner
Arvestada tegevuse elluviimisel ja uurimisel eetiliste aspektidega	Analüüsida ennetustegevuse kasulikkust ja kuidas vältida kahju tekkimist, austada osalejate autonoomiat, järgida õiglase kohtlemise põhimõtteid, vältida sildistamist ja ebavõrdset kohtlemist. Küsida eetikakomitee kooskõlastus tegevuse uurimiseks ja eetiliste aspektidega arvestamiseks	Vaja võib olla kaasata teaduspartner

[Loe edasi →](#)

Kasutatud Kirjandus

1. Ennetuse teadusnõukogu. Ennetustegevuste tõendatuse taseme hindamine [Internet]. Tallinn; 2022 [kasutatud 25.08.2024]. <https://www.tai.ee/sites/default/files/2024-04/T%C3%B5endatuse%20taseme%20hindamine.pdf>
2. Õunapuu L. Kvalitatiivne ja kvantitatiivne uurimisviis sotsiaalteadustes. Kärner E, toim. Tartu Ülikool; 2014.
3. Tartu Ülikool. Sotsiaalse Analüüsi Meetodite ja Metodoloogia õpibaas [Internet]. [kasutatud 25.07.2025]. <https://samm.ut.ee/>
4. Trummal A. Ennetusprogrammide ja VEPA meetodika kasutamine vene õppekeelega koolides. Tallinn; 2019.
5. Kookla M, Purru T. Rahvatervishoid ja turvalisus kohalikes omavalitsustes. Uuringuaruanne 2023. Tallinn; 2024.
6. Klink U, Intemann T, Bogl LH jt. Consumer attitudes towards dietary behaviors: a mediator between socioeconomic status and diet quality in European adults. Eur J Nutr. 2025 Apr 19;64(3):127.
7. Treial K. KiVa anti-bullying programme in Estonia - the results from a two year cluster-randomised pilot trial. Eesti Haridusteaduste Ajakiri 2016 Oct 23;4(2):191-222.
8. Ennetuse teadusnõukogu. Tervisesõnastik; 2022 [kasutatud 23.07.2025]. Ennetuse sõnavara. https://tervisesonastik.tai.ee/tervisesonastik?keys=ennetuse%20teadusn%C3%B5ukogu&alphabetical_group=All&page=1
9. Moore GF, Audrey S, Barker M jt. Process evaluation of complex

interventions: Medical Research Council guidance. BMJ (Online). 2015 Mar 19;350.

10. Skivington K, Matthews L, Simpson SA jt. A new framework for developing and evaluating complex interventions: Update of Medical Research Council guidance. The BMJ. 2021 Sep 30;374.

11. Carroll C, Patterson M, Wood S jt. A conceptual framework for implementation fidelity. Implementation Science. 2007;2(1).

12. Gadke DL, Kratochwill TR, Gettinger M. Incorporating feasibility protocols in intervention research. J Sch Psychol. 2021 Feb 1;84:1-18.

13. Carroll C, Patterson M, Wood S jt. A conceptual framework for implementation fidelity. Implementation Science. 2007;2(1).

14. Moore GF, Audrey S, Barker M jt. Process evaluation of complex interventions: Medical Research Council guidance. BMJ (Online). 2015 Mar 19;350.

15. Munro A, Bloor M. Process evaluation: the new miracle ingredient in public health research? Qualitative Research. 2010 Dec 13;10(6):699-713.

16. Berkel C, Mauricio AM, Schoenfelder E jt. Putting the Pieces Together: An Integrated Model of Program Implementation. Prevention Science. 2011 Mar 2;12(1):23-33.

17. Emshoff J, Blakely C, Gray D jt. An ESID Case Study at the Federal Level. Am J Community Psychol. 2003 Dec;32(3-4):345-57.

18. Durlak JA, DuPre EP. Implementation Matters: A Review of Research on the Influence of Implementation on Program Outcomes and the Factors Affecting Implementation. Am J Community Psychol. 2008 Jun 6;41(3-4):327-50.

19. Firpo-Triplett R, Fuller TR. A Guide to Adapting Evidence-Based Sexual Health Curricula. General Adaptation Guidance [Internet]. Scotts Valley, CA; 2012 [kasutatud 30.07.2025]. <https://www.etr.org/ebi/assets/File/GeneralAdaptationGuidanceFINAL.pdf>

20. Raisch N, Bailey R, Jones SM. SEL Insights: Applying behavioral insights to social and emotional learning programs in global settings. Social and Emotional Learning: Research, Practice, and Policy. 2024 Dec;4:100056.

21. Moore G, Audrey S, Barker M jt. Process evaluation of complex interventions UK Medical Research Council (MRC) guidance [Internet]. 2015 [kasutatud 29.07.2025]. <https://www.ukri.org/publications/process-evaluation-of-complex-interventions/>

22. Mürk A, Kurmiste A, Ester J. SPIN+ programmi rakendatavusuuring. Lõpparuanne [Internet]. Tallinn; 2023 [kasutatud 30.07.2025]. <https://www.praxis.ee/uploads/2022/08/SPINrakendatavusuuring.pdf>

23. Wikipedia [Internet]. 2025 [kasutatud 30.07.2025]. Roundabout PlayPump. https://en.wikipedia.org/wiki/Roundabout_PlayPump#:~:text=HIV%2FAIDS%20prevention.,History,and%20licensed%20it%20from%20Stuiver.

24. Trummal A. Vanemlusprogrammi „Imelised aastad“ pilootprojekti tulemused [Internet]. Tallinn; 2017 [kasutatud 30.07.2025]. <https://www.tai.ee/et/valjaanded/vanemlusprogrammi-imelised-aastad-pilootprojekti-tulemused>

25. Aaben L, Tammik M, Kallavus K. Mitmedimensioonilise pereteraapia tõhususe uuring. Tallinn; 2017.

26. Lemberg GM, Riso EM, Fjørtoft I jt. School Children's Physical Activity and Preferred Activities during Outdoor Recess in Estonia: Using Accelerometers, Recess Observation, and Schoolyard Mapping. *Children*. 2023 Apr 10;10(4):702.
27. Tervise Arengu Instituut. Ennetustegevused Eestis [kasutatud 30.07.2025]. KiVa kiusamisvastane programm; 2022. <https://www.tai.ee/sites/default/files/2023-04/Kiva.pdf>
28. Tervise Arengu Instituut. Ennetustegevused Eestis[kasutatud 30.07.2025]. Liikuma Kutsuv Kool; 2024. <https://www.tai.ee/sites/default/files/2024-11/Liikuma%20kutsuv%20kool.pdf>
29. Sullivan GM, Artino AR. Analyzing and Interpreting Data From Likert-Type Scales. *J Grad Med Educ*. 2013 Dec;5(4):541-2.
30. Aluoja A, Shlik J, Vasa V. Development and psychometric properties of the Emotional State Questionnaire, a self-report questionnaire for depression and anxiety. *Nord J Psychiatry*. 1999 Jan 12;53(6):443-9.
31. Rubin A, Babbie E. Research Methods for Social Work. Seventh Edition. Brooks/Cole; 2011.
32. Yusoff MSB, Arifin WN, Hadie SNH. ABC of Questionnaire Development and Validation for Survey Research. *Education in Medicine Journal*. 2021 Mar 31;13(1):97-108.
33. Siilbek E, Streimann K. Adaptation of the Communities That Care Youth Survey for Use in Estonia: A Pilot Study. *Journal of Prevention*. 2024 Aug 3;45(4):483-500.
34. Ühinenud Rahvaste Organisatsioon. Lapse õiguste konventsioon [Internet]. Riigi Teataja, RT II 1996, 16, 56 1991. <https://www.riigiteataja.ee/akt/24016>
35. Edovald T, Ester J, Öeren M. SPIN-programmi programmiteooria [Internet]; 2023 [kasutatud 23.07.2025]. <https://www.praxis.ee/uploads/2022/08/SPIN-programmi-programmiteooria.pdf>
36. Andmekaitse Inspektsioon. Korduma kippuvad küsimused [kasutatud 30.07.2025]; 2025. <https://www.aki.ee/isikuandmed/kkk>. 2025.
-

[Loe edasi →](#)