

## Tervisedenduses kasutatavad teooriad

Anu Kasmel PhD, MD, MSSc

Anu Kasmel 6.11.2007

## Miks on teooriad ja mudelid olulised tervise arengu protsessides?

- Teooriad ja mudelid aitavad saada selge pildi tervisekäitumisest ja keskkonnast, kus käitumine aset leiab, mis omakorda aitab planeerida efektiivseid programme;
- Teooriad aitavad planeerida, ellu viia ja hinnata programme – st. vastata küsimustele MIKS inimesed ei järgi soovitusi, MIDA peaksid sa teadma enne programmi kavandamist või MIS peaks olema mõõdetud ja võrreldud programmi hindamisel;
- Teooriad aitavad mõista käitumise olemust ja dünaamikat;
- Teooriad ja mudelid selgitavad käitumisi ja soovitatavad mõjuvaimaid viise selle muutuste saavutamiseks;
- **Teooria uksi ei aita luua efektiivset programmi – teorial põhinev planeerimine, elluviimine ja hindamine aitab!**

Anu Kasmel 6.11.2007

## Teooriatega määratletakse

- mida programmis mõõta;
- miks seda mõõta;
- kuidas seda teha.

Teooriatel põhinevad programmid ja vahelesekumised on oma olemuselt vastandlikud intuitsioonil, traditsioonil, arvamusel või nn. 'heal ideel' põhinevatele programmidele (Glanz et al., 1997).

Anu Kasmel 6.11.2007

## Teooriad

- Selgitavad teooriad – kirjeldavad tegureid (teadmised, suhtumised, enese-tõhusus, sotsiaalne toetus, ressursside puudus, jne), mis mõjutavad käitumist ja selgitavad, miks see juhtus.
- Muutuste teooriad – juhendavad tervisedendusliku vahelesekumise kavandamist. Teevad selgeks, kuidas programm peaks töötama. Näitavad, kuidas "tegevuse teooria" mõjutab "probleemi teooriat".

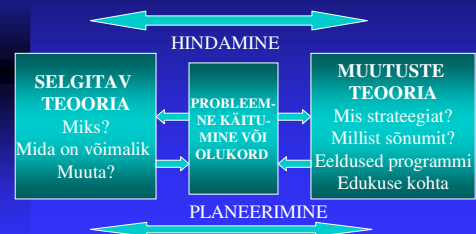
Anu Kasmel 6.11.2007

## Teooriad ja mudelid

- Raam-mudelid
- Paikkonna ja grupi tervisekäitumise muutuste saavutamise mudelid
- Intrapersonaalse tervisekäitumise teooriad ja mudelid
- Interpersonaalse tervisekäitumise teooriad ja mudelid

Anu Kasmel 6.11.2007

## Selgitav teooria ja Muutuste teooria programmi planeerimise ja hindamise protsessis



Anu Kasmel 6.11.2007

## Kolm põhilist planeerimise mudelit

- Green'i ja Kreuter'i Planeerimise-Hindamise mudel
- Sotsiaalse Turunduse mudel
- Võimestava hindamise mudel

Ann Kasmel 6.11.2007

## Terminitest

- **Teooria** on kogum vastastikku seotud kontseptsioonidest, mis esindavad süstemaatilist vaadet sündmustele või situatsioonidele, mis spetsiifiliselt seostuvad omavahel selgitamaks sündmusi või situatsioone. Üldistus on siin väga oluline. Abstraktsus on teooriale iseloomulik.
- **Kontseptsioon** on teooria primaarne element, teooria koosneb kontseptsioonidest.
- **Konstruksioon** on spetsiifiline, ühe teooria juurde kuulvate kontseptsioonide kogumik.
- **Näitajad** määravad, kuidas konstruksiooni mõõdetakse spetsiifilises situatsioonis.
- **Mudel** on üldistatud, hüpoteetiline kirjeldus, sageli põhineb analoogial, mida kasutatakse millegi analüüsiks või seletamiseks

## Teooria sobitamine praktikasse

- Ükski üksik teooria ei domineeri tervisedenduses kuna kuna probleemid tervises, käitumine, rahvastiku grupid, kultuurid ja kontekst on väga varieeruv.
- Probleemid muutuvad ajas.
- Mõned teooriad keskenduvad muutustele indiviidi tasandil, teised organisatsiooni või rahvastiku tasandil.
- Me vajame rohkem kui üht teooriat, et adekvaatselt probleemi lahendada.
- Laiad programmid reeglina kavandatakse mitmeid teooriaid kasutades.
- Kõige problemaatilisem on õppida analüüsima teooria sobivust oma programmi.
- Olulisim soovitus: "Mõtle enne kui tegutsed!"

Ann Kasmel 6.11.2007

## Mida teooria teeb:

- Loob eeldused käitumiste, terviseprobleemi või tingimuste või keskkonna kohta, mis on:
  - *Loogilised*
  - *Sobivad kontekstis*
  - *Sarnased neile, mida on eelnevalt kasutatud edukates programmides, millest oled lugenud või kuulnud*
  - *Kinnitatud teadusuuringute poolt, st on TÕENDUSPÕHISED.*
- Soovitus: Ära püüa ruutu panna sobima ringi sisse!

Ann Kasmel 6.11.2007

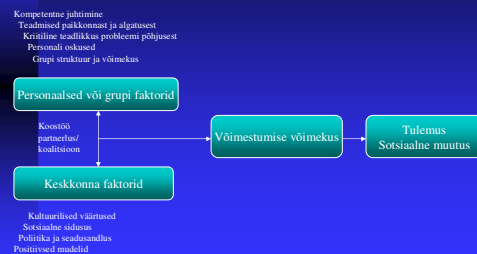
## Ökoloogiline lähenemine tervisedenduses

- Kuna tervise arengu protsessid sisaldavad endas nii nõustamisi, organisatsioonilisi muutusi, poliitika arendust, koolitusi, keskkonna mõjutamisi, majanduslikke mõjutusi, lobi-tööd jne., on programmide kavandamisel vajadus kasutada erinevate tegurite integratsiooni erinevatel tasanditel. Sellist käsitlust nimetatakse **ökoloogiliseks lähenemiseks**

Ann Kasmel 6.11.2007

## Muutuste saavutamine ökoloogilise lähenemisega.

Fawcett et al 1995



Ann Kasmel 6.11.2007

## Erinevad tasemete faktorite mõju käitumisele McLeroy et al., 1988

- Intrapersonaalse e. indiviidi tasandi mõju
- Interpersonaalse tasandi mõju
- Institutsionaalse e. organisatsioonilise tasandi faktorite mõju
- Paikkonna faktorite mõju
- Rahvastiku taseme poliitiliste faktorite mõju

Ann Kasmel 6.11.2007

## Näide

- Naine ei lähe mammograafiasse, kuna kardab, et tal diagnoositakse ca – intrapersonaalne tase
- Arst ei soovita tal minna – interpersonaalne tase
- Mammograafia lahtioleku ajad ei sobi – poliitiline tase
- Töökohalt ei pääse tööajal – institutsionaalne tase
- 'Keegi ju ei käi mammograafias' (sotsiaalne norm) – paikkonna tase.

Ann Kasmel 6.11.2007

## Erinevad tasemete faktorite mõju käitumisele

- |  |   |
|--|---|
| ■ <b>Kontseptsioon</b>                 | ■ <b>Definitsioon</b>   |
| ■ Intrapersonaalsed faktorid           | ■ Individuaalsed näitajad: teadmised, suhtumised, uskumusd iseloomujooned   |
| ■ Interpersonaalsed faktorid           | ■ Interpersonaalsed protsessid ja lähigrupid: perekond, sõbrad, eakaaslased, kes pakuvad sotsiaalselt identust, toetust ja rollitunnetust           |
| ■ Institutsionaalsed faktorid          | ■ Reeglid, regulatsioonid, poliitika ja formaalsed struktuurid, mis võivad pidurdada või soodustada teatavat käitumist                              |
| ■ Paikkonna faktorid                   | ■ Sotsiaalsed võrgustikud ja normid või standardid, mis eksisteerivad formaalselt või informaalset indiviidide, gruppide või institutsioonide kohta |
| ■ Rahvastiku poliitika ja seadusandlus | ■ (Oma)valituste poliitika ja seadused, mis reguleerivad või toetavad tervise arengule suunatud tegevusi (preventsioon, promotsioon)                |

Ann Kasmel 6.11.2007

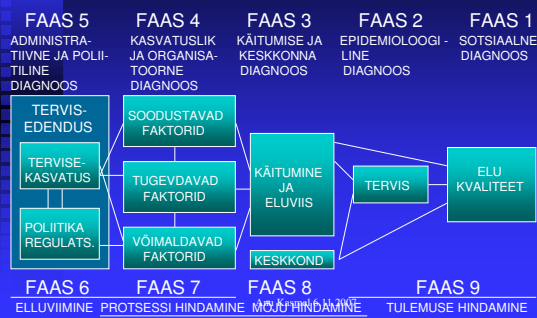
## Raam-mudelid muutatuste saavutamiseks elanikkonna tervises

- Planeerimise-hindamise mudel (Greeni ja Kreuter)
- Sotsiaalse turustuse mudel
- Okoloogiline mudel
- Sotsiaalmajanduslikud ja kultuurilised faktorid tervise arengus

Ann Kasmel 6.11.2007

## TERVISEDENDUSE PLANEERIMISE JA HINDAMISE MUDEL L.W.Greej ja m.w. Kreuteri järgi

eesti tervisekasvatuse keskus, 1996



Ann Kasmel 6.11.2007

## TERVISEDENDUSE PLANEERIMISE JA HINDAMISE MUDELI faasid

1. Sotsiaalne diagnoos
2. Epidemioloogiline diagnoos
3. Käitumuslik ja keskkonna diagnoos
4. Hariduslik ja organisatsiooniline diagnoos
5. Administratiivne ja poliitiline diagnoos
6. Elluviimine
7. Protsessi hindamine
8. Mõju hindamine
9. Tulemuste hindamine

## TERVISEDENDUSE PLANEERIMISE JA HINDAMISE MUDEL kui teooriate rakenduse raamistik (diagnostilistes faasides)

TEORIA	Phase 1 Sots. dgn	Phase 2 Epid. dgn	Phase 3 Käit/kes dgn	Phase 4 Har/Org. dgn	Phase 5 Adm/Pol dgn
Muudatuste faasid			*	*	
Tervise Uskam. m.				*	
Tarbija inf. mudel				*	
Sotsiaalse õppim. t.			*	*	
Paikonna organisats.	*		*		
Organisats. muutuste t.				*	*
Uuenduste diff. t.				*	*

Ann Kasnel 6.11.2007

## Mõjutavad faktorid

- SOODUSTAVAD faktorid
  - TUGEVDAVAD faktorid
  - VÕIMALDAVAD faktorid
- Teadmised, suhtumised, kultuurilised uskumused, valmisolek muutuseks jne
  - Toetavad toimunud käitumise muutust-sotsiaalne toetus, kiitus, kinnitus, sümptoomi kadumine
  - Võimaldavad käitumist muuta – ressursid, juurdepääs teenustele, toetav poliitika, seadusandlus,
- Ann Kasnel 6.11.2007

## Teooriate kokkusobitamine

- Mitme teooria ja mudeli kokkusobitamine annab efektiivseima tulemuse.
  - Teooriad on efektiivseimad, kui nad on sobitatud terviklikku planeerimise süsteemi.
  - Sellised süsteemid on keskseks raamiks teadusuuringute, ka hindamisuuringute teostamisel.
  - Sellised süsteemid annavad võimaluse maaratleda elanikkonna vajadused, olemasolevad ressursid, programmi progressi ja tulemuslikkuse igal etapil.
  - Planeerimine on järjepidev protsess, kus me korjame uut informatsiooni ja täistame oma programmi.
- Ann Kasnel 6.11.2007

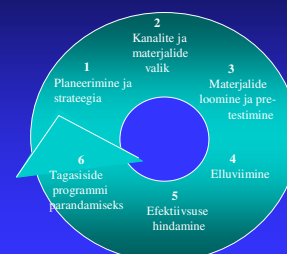
## Näide

- Teooriaid on võimalik kombineerida nii ühel tasemel kui ka mitme taseme vahel. Nt. *Tervise Uskumuste mudel* võib olla aluseks naiste julgustamisel minema ca-skrüningule.
  - *Tarbija Informatsiooni Levi mudel* võib olla aluseks informatsiooni pakkumisel.
  - *Kogukonna organisatsiooni teooriat* võib kasutada oskuste arendamiseks ning oskuste arendamise protsessis võib kasutada *Sotsiaalse Õppimise teooriat*.
  - Soovides saavutada muutusi kogukonnas laiemalt, on võimalik lisada *Sotsiaalsete Muutuste Faaside* mudeli.
- Ann Kasnel 6.11.2007

## Sotsiaalse Turunduse mudel

- Selgitab tervisekäitumise muutusesaavutamiseks kavandatud programmi planeerimise ja elluviimise protsessi.
  - Juhindub tarbija arvamusest, mitte eksperdi arvamusest.
  - Põhineb tarbija vajadustel ja tunnetustel.
  - Keskendub sihtgrupi teenendamisele.
- Ann Kasnel 6.11.2007

## Sotsiaalse Turunduse mudel



## Kogukonna ja grupi tervisekäitumise muutuste saavutamise mudelid

- Kogukonna arengu/organisatsiooni mudel
- Innovatsiooni difusioon teooria
- Organisatsiooniliste muudatuste teooria
- Kommunikatsiooniteooria tervisekäitumise muudatusteks

Ami Kasnel 6.11.2007

## Kogukonna organisatsiooni mudelid

- Tuginevad sotsiaalsetele võrgustikele ja toetusele. Rõhutavad paikkonna inimeste aktiivse osavõtu olulisust ja oma probleemide hindamist ja lahendamist.
- Koosneb mitmest alternatiivsest muutuste mudelist (Rothman'i tüpoloogia):
  - Kogukonna areng
  - Sotsiaalne planeerimine
  - Sotsiaalne tegevus

Ami Kasnel 6.11.2007

## Kogukonna organisatsiooni olulisemad kontseptsioonid

- Võimestumine – *stimuleerib probleemide lahendamist ja aktiveerib paikkonna inimesi*
- Pädevus – *paikkonna inimeste oskused ja enesekindlus probleemide lahendamisel*
- Osavõtt – *aktiveerib paikkonna inimesi ja tõstab identiteeditunnet ja kollektiivitunnet probleemide lahendamiseks*
- Probleemi valik – *keskendub tegevusele*
- Kriitiline teadlikkus – *rõhutab probleemide põhjuste otsimise olulisust*

Ami Kasnel 6.11.2007

## Innovatsiooni difusiooni teooria

- Kuidas uued ideed, produktid ja/või käitumised muutuvad normiks
- Kõikidel tasanditel: indiviidi, interpersonaalsel, kogukonna ja organisatsiooni
- Edukuse määratleb innovatsiooni olemus, kommunikatsiooni kanalid, aeg, sotsiaalne süsteem

Ami Kasnel 6.11.2007

## Innovatsiooni difusiooni teooria 2

Innovatsiooni olemus:

- Kas muutusel on eeliseid
- Kas muutust teostada on kerge
- On seotud tarbijate väärtushinnangutega
- Võimalus proovida innovatsiooni
- 'Käegakatsutavad' kasud

Ami Kasnel 6.11.2007

## Innovatsiooni difusiooni teooria 3

Kommunikatsiooni kanalid

- Massi meedia (sobivus saavutatakse kuulajate gruppidega, helistamise võimaluste loomisega, silmast-silma lähenemistega)
- Eakaaslaste ja 'samasuguste' mõjud
- Respekteritud liidrid

Ami Kasnel 6.11.2007

## Innovatsiooni difusiooni teooria 5

Sotsiaalsed süsteemid:

- Määratleda mõjukad võrgustikud: tervisesüsteemid, koolid, religioossed grupid, poliitilised grupid, sotsiaalsed klubid, ühingud jmt
- Määratleda arvamusiidrid, eakaaslased ja meedia kanalid innovatsiooni levikuks.

Ann Kasmel 6.11.2007

## Innovatsiooni difusiooni teooria 6

Aeg:

- Teadlikkus Kavatsus Omandamine Muutus
- Järk-järgulisus
- Gruppide kaudu toimuvad muutused
  - ◆ Pioneerid
  - ◆ Varajased heakskiitjad
  - ◆ Massid

Ann Kasmel 6.11.2007

## Interpersonaalne tasand: Sotsiaalse õppimise teooria

- Individuaalsete tegurite, sotsiaalse keskkonna interaktsioon;
- Vastastikune mõju
- Õppimine jälgimisest
- Suutlikkus käituda soovitud viisil
- Enese-tõhususe tunnetamine

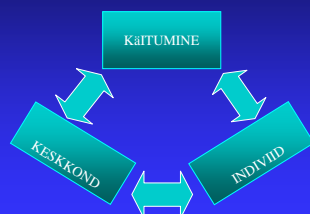
Ann Kasmel 6.11.2007

## Inter-personaalse tervisekäitumise teooriad ja mudelid

- Sotsiaalne kognitiivne teooria
- Sotsiaalsed võrgustikud ja sotsiaalne toetus
- Klient-pakkuja kommunikatsioon

Ann Kasmel 6.11.2007

## Sotsiaalne kognitiivne teooria



Ann Kasmel 6.11.2007

## Individaalse tervisekäitumise mudelid

- Tervise uskumuste mudel
- Trans-teoreetiline mudel
- Põhjendatud tegutsemise teooria/ planeeritud käitumise teooria
- Stressi ja toimetuleku tegutsemise mudel
- Sotsiaalne kognitiivne teooria/Sotsiaalne õppimise teooria
- Käitumise muutuse spiraal

Ann Kasmel 6.11.2007

