

## Psühholoogiline võimestumine

Anu Kasmel  
Tervishoiu Instituut  
Tartu Ülikool



Olen võimestunud, ei ole võimestunud, olen võimestunud ...

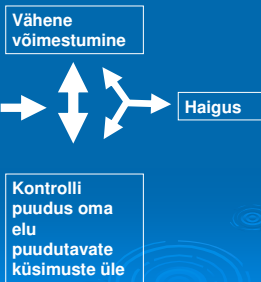
## Miks see on oluline?

### Materiaalsed ja psühho-sotsiaalsed riskid

Vaesuse elamine  
Hierarhias madal  
Madal kontrollitunnetus  
Krooniline stress  
Sotsiaalse toetuse vähesus  
Töö kahjustavad mõjud  
Kodukandi mõjud:

- Avalike teenuste vähesus
- Keskkonnasaaste

Sissetulekute ebavõrdsus  
Sotsiaalse sidususe/kapitali vähesus  
Rassiline diskrimineerimine



## Psühholoogiline võimestumine

- Tunnetatud enesetõhusus, endast lugupidamine, olulisuse tunnetamine;
- Ühendus personaalse pädevuse tunnetamise ja soov ja tahe tegutseda avalikes huvides;
- Sisaldab eneseväärtuse tunnetust ja võimelisust saavutamaks muutusi kogukonnas.
- Kontrollitunnetus ning kriitiline analüüsivõime teadmaks, millal mõjutada 'olulisi teisi' ja millal neid vältida.
- See on kontekstikeskne kontseptsioon mis rõhutab indiviidi ja keskkonna vastastikust mõjutust.
- Sisaldab endas uskumust, et eesmärged on võimalik saavutada, teadlikkus ressursidest ja teguritest, mis mõjutab indiviidi jõupingutusi nende eesmärkide saavutamisel.

## Psühholoogilise võimestumise dimensioonid

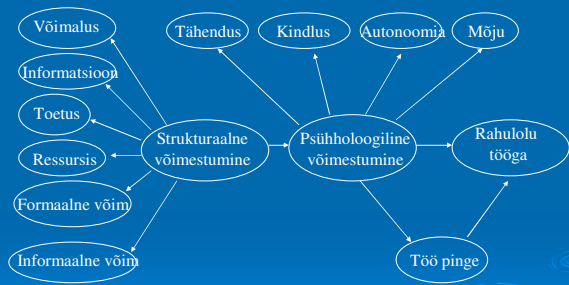
- Isiksuse dimensioon – enesekindlus, sisemine kontrollivõime, juhuste kontroll, uskumus mõjuvatesse teistesse
- Kognitiivne dimensioon – poliitilise tõhususe tunnetamine, enesetõhusus
- Motivatsiooniline – kodanikukohustuse tunnetamine, osavõtu kohustuslikkuse tunnetamine, seoste tunnetamine teistega kogukonnas, põhjuslikkuse ja mõtekuse tunnetamine
- Kontekstiline – tõusnud kultuuriline teadlikkus, tõusnud teadlikkus kogukonna probleemidest, kaasatus kollektiivsesse tegutsemisse.

## Psühholoogiline võimestumine

“...psühholoogiline seisund, mida töötajad peaksid kogema, kui võimestav sekkumine on edukas...” (Spreitzer, 1995)

- Neli komponenti:
  - tähendus (meaning)** – töö nõuete ja oma võimekuse uskumuse ühildumine
  - pädevus (competence)** – veendumus oma võimekuses
  - enesekohustus (self-determination)** – kontrollitunnetus oma töö üle
  - mõju (impact)** – võimelisusetunne mõjutama olulisi töötulemusi org.-is
- Seotud juurdepääsuga olulisele informatsioonile organisatsioonis ning kvaliteeti ja maksumust mõjutavale informatsioonile (Spreitzer, 1995).
- Seotud organisatsiooni pühendumusega (Spreitzer, 1995; Kramer, Siebert, & Liden, 1999).
- Seotud struktuurilise võimestumisega (Laschinger, et al., 2001)

### Psühholoogilise võimestumise mudel



➤ [http://highered.mcgraw-hill.com/sites/0070876940/student\\_view0/chapter6/activity\\_6\\_5.html](http://highered.mcgraw-hill.com/sites/0070876940/student_view0/chapter6/activity_6_5.html)