



SAĞLIKTA ACISIZ KAZANÇSIZ TEORİ: SAĞLIKLI YAŞAM VE SAĞLIK KARARLARINI İYİLEŞTİRMEK VE GELİŞTİRMEK İÇİN KAVRAMSAL BİR ÇERÇEVE

THEORY OF NO-PAIN, NO-GAIN IN HEALTH: A CONCEPTUAL FRAMEWORK TO IMPROVE HEALTH DECISIONS AND LIVE A HEALTHY LIFE

Prof. Dr. Sezer KORKMAZ

Hacıbayram Veli Üniversitesi, sezer.korkmaz@hbv.edu.tr, orcid.org/0000-0001-9393-5136

Elif ÖZYURT

Türkiye Sağlık Enstitüleri Başkanlığı, elifdoruk85@hotmail.com, orcid.org/0000000151513752

Makale Gönderim-Kabul Tarihi (07.07.2023-24.12.2023)

Öz

Sağlık gibi özellikli alanlarda insanların tutum ve davranışlarının temeli dinamik süreçlere dayanmaktadır. Bu yüzden kişilerin davranış, karar ve inanç dinamiklerini anlamak sağlıklı bir toplum oluşturulması ve sağlık hizmet sunucularının faaliyetlerinin planlaması açısından büyük öneme sahiptir. Bu kapsamda acısız, kazançsız teori toplumun sağlıklı yaşam için çevresel faktörleri ve tedavi süreçlerini daha iyi değerlendirebilecekleri bir merceğe görevi görmektedir. Acısız, Kazançsız teori, optimal düzeyde kişilerin ve hastaların güvenliğini artırabilme, sürekli iyileşme, gelişim ve dönüşümü teşvik edebilme, sağlık çalışanları ve sağlıktan olmayan kişilere ilham verebilme, toplumsal sağlık, ferah ve memnuniyet düzeyini yüksek tutabilme açısından kritik öneme sahiptir. Özellikle risk almanın yorumuna açık, karmaşık ve çok yönlü olduğu göz önünde bulundurulduğunda bireylerin sağlıkları ile ilgili değerlendirmelerini, kararlarını ve davranışlarını güçlü bir şekilde etkileyen faktörlerin bilinmesi için acısız kazançsız teorisinin anlaşılmasını gerekli kılmaktadır.

Sağlıklı yaşam ve sağlık hizmetlerinde “acısız, kazançsız teorisi” ile bireylerin hem kendileri hem de toplum için doğru, güvenilir ve sağlıklı kararlar almalarının desteklenmesi, sürdürülmesi veya iyileştirilmesine ilişkin bir çerçeve sunmak amacıyla derinlemesine literatür incelemesi ve örnekleri kapsayan bu çalışmada; teoriyi tanımlamak, teorisinin sağlıktaki yeri ve önemini vurgulamak, özelliklerini ve değişkenlerini belirterek, teorisinin geliştirilmesine ve yaygınlaştırılmasına katkı sağlamak amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sağlık, sağlıklı yaşam, sağlık davranışı, örtük teoriler, acısız kazançsız teori,

Abstract

The basis of individuals' attitudes and behaviors in specific areas such as health is based on dynamic processes. It is therefore critical to understand the individuals' behavior, decision, and belief systems to create a healthy society and plan the activities of health service providers. In this respect, the no-pain no-gain lay theory serves as a lens through which society can evaluate environmental factors and treatment processes for a healthy life. The no-pain no-gain lay theory is critical in terms of increasing the safety of individuals and patients at an optimal level, encouraging continuous improvement, development, and transformation,

307



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

inspiring both healthcare and other professionals, and keeping the social health, wealth, and satisfaction level high. Given that risk-taking has complex and varying interpretations, it is necessary to understand the no-pain no-gain lay theory in order to know the factors affecting the individuals' evaluations, decisions, and behaviors about their health.

This study includes an in-depth literature review and samples to provide a framework for supporting, sustaining, and improving individuals' decision making processes on healthy life and healthcare services through the no-pain no-gain lay theory. This study aims to define this theory, emphasize its importance in health, and contribute to its improvement and dissemination through a detailed understanding of its characteristics and variables.

Keywords: Health, wellness, health behavior, implicit theories, no pain no gain lay theory,

GİRİŞ

Tüketim, doğumumuzdan ölümümüze kadar süren bir eylemdir. Yaşamak için çoğu zaman kaçınılmaz olan bu eylem yerine getirilirken işletme yöneticileri talebi ve rekabeti yönetebilmek için geçmişten, günümüze sürekli olarak insan davranışlarını incelemek ve anlamlandırmak zorunda kalmışlardır. Bu durum aynı zamanda sağlıklı bir toplum için de zorunluluk olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanların eylemlerini neden, niçin yaptıklarını ve onları çevreleyen dünyaya nasıl anlam yükleyip değerlendirdiklerini kapsamlı bir şekilde anlamak gerekmektedir (Wages, 2021, Dweck, 2017). Özellikle satın alma karar sürecinde geleneksel tüketim kuramları tüketici davranışlarını fayda temeline göre ele alıp incelemiştir. Talep kuramında ise tüketicilerin sahip oldukları harcanabilir gelirle kendilerine en çok faydayı sağlayacak ürünleri seçme yoluna gittikleri belirtilmiştir. Söz konusu fayda bir ürünü tüketmekten elde edilecek tatmin ve haz olarak tanımlanabilir. Bir diğer kurama göre ise; insanlar tüketimlerini bilinçli ya da bilinçsiz bir şekilde kimliklerini, kişiliklerini oluşturmaya dayandırır ve buna uygun ürünler seçerler. Söz konusu kuramların davranışı oluşturan çıktılarını baktığımızda; bunların özellikle tutum, algı ve inanışlar gibi gözlemlenemeyen kişilik özelliklerine dayandığı görülmektedir. Pazarlama araştırmaları da tüketicilerin neden bazı ürünleri özellikle tercih ettiklerini ve bazı ürünlerle neden hiç ilgilenmediklerini incelerken, bu seçimlerin görünen nedenleri dışında var olan örtük nedenleri ile de ilgilenir. Tüketici davranışlarını şekillendiren bu örtük nedenler literatürde örtük davranış teorilerinin geliştirilmesine neden olmuştur. Örtük kişilik teorilerinin, literatürde, "Lay Teoriler, Naif Teoriler ve Sıradan Teoriler" olarak ifade edildiği görülmektedir. Örtük kişilik teoriler, dünyada hem neyin doğru olduğuna dair inançları (ontoloji) hem de düşüncüyü açıklayan ve düzenleyen çerçeveleri (belirli anlatı temsilleri) kapsamaktadır. Dolayısıyla söz konusu teoriler olay ve davranışları açıklamakta ve düzenlemektedir (Levy, Chiu, & Hong, 2006). Örtük kişilik teorileri sosyal biliş için temel taşlardır. İnsanların karmaşık ve belirsiz davranışlarının anlaşılmasına yardımcı olmak için kullanılır ve bu teorilerin öncelikli amacı karmaşık bilgilerin anlaşılmasını kolaylaştırmaktır. Söz konusu teoriler, insanların kendilerinin ve özellikle diğerlerinin kişilikleri hakkındaki görüşlerini ifade etmektedir. Burada teorinin örtük olması demek, davranışları ortaya çıkaran kişiliğin açıkça ve biçimsel olarak ifade edilmemesini veya kişilerin mal ve hizmetleri tüketirken üzerinde çok fazla düşünmediğini içermektedir (<https://www.frmt.com/felsefe-sosyoloji-psikoloji/6704639-ortuk-kisilik-teorileri.html>, 20.08.2022). Kısaca bu teorilerde, kişilik, çeşitli kişilik çizgilerinden oluşan bilişsel bir yapı gibi düşünülür ve bu çizgiler arasında birtakım ilişkiler beklenir; yani kişiler hakkında bir yandan birtakım çizgiler repertuarı geliştirilir, öte yandan bu çizgiler arasında da birtakım ilişkiler olduğu varsayılır (<https://www.frmt.com/felsefe-sosyoloji-psikoloji/6704639-ortuk-kisilik-teorileri.html>, 20.08.2022). Örtük kişilik teorileri, çoğu kez diğer insanlarla paylaşılan ortak görüşlerdir. Bunların



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

paylaşmış olmaları, onlara bir tür sağlamlık kazandırır ve “doğrulukları” hakkındaki inançları pekiştirir.

Özellikle psikoloji bilimi, insan davranışlarının anlaşılmasında örtük teorilerden yararlanmaktadır. Multidisipliner bir işletme fonksiyonu olan pazarlama sürecinde de psikoloji biliminin bu alandaki araştırmalarından faydalanılarak, tüketicilerin mal ve hizmetleri tercih etme sebepleri ve satın alma davranışlarının psikolojik alt yapıları analiz edilmeye çalışılır. Tversky ve Kahneman (1981), çalışmalarında fayda fonksiyonunun şeklinin, sonuçların kayıp ya da kazanç şeklinde yorumlanmasına bağlı olarak değişebileceğini ifade etmişlerdir. Bu durum literatürde çerçeveleme etkisi olarak adlandırılır. Çerçeveleme etkisi (framing effect), aynı karar probleminin sunum biçiminin değiştirilmesinin, kişilerin kararlarını nasıl değiştirdiğini açıklamaktadır (Tversky, Kahneman, 1981). Çerçeveleme etkisinde kişilerin kayıplardan duydukları hoşnutsuzluğun, eşdeğerdeki kazançlardan duydukları hoşnutluktan daha fazla olduğu belirtilmektedir. Başka bir ifadeyle, 100 TL’yi kaybetmemek 100 TL kazanmaktan daha iyi olarak algılanmakta, kişilerin aldıkları kararlarda kaybetme korkusu daha baskın gelmektedir. Örneğin, sağlıklı beslenmenin teşvik edilmesinin hedeflendiği bir araştırmada, sağlıksız besinlere vergi konulmasının, sağlıklı besinlerde indirim yapılmasından daha etkili olduğu belirtilmektedir. Bu örnekte kişiler sağlıklı besinlerdeki indirim (kazanca), sağlıksız besine konulan vergiden (kayıptan) daha az değer verdikleri için kayıptan kaçınma davranışı ile uyumlu bir biçimde hareket etmektedirler (Serim, Küçükşenel, 2020). Çalışmamızın başlığını oluşturan ve özellikle de sağlık alanında çokça tartışılan bir alt teori olarak karşımıza çıkan ağrısız kazançsız teoride de sağlık hizmeti yararlanıcılarının bir nevi ters çerçeveleme etkisini işlettikleri ve tedavi sürecinde acı yoksa kazancında olmayacağına inandıkları görülmektedir.

Bu yüzden sağlık alanında bilgilendirme amaçlı kullanılacak mesajların vurgusu çerçeveleme etkisi nedeniyle çok farklı olabileceği için verilecek olan mesajların hangi durumda nasıl çerçeveleme etkisinin anlaşılması önemlidir.

Tüketicilerin sağlık hizmetleriyle ilgili karar verme sürecindeki artan bireysel etkiler göz önüne alındığında sağlık davranışı teorilerinin sağlık sorunlarının çözümünü nasıl etkilediğini ve sağlıklı bir yaşam tarzının sonuçlarının neler olduğunun sorgulanması şarttır. Sağlıklı yaşam için insanların tedavi arama, alma, rehabilitasyon ve koruyucu sağlık hizmetleri ile ilgili kararları nasıl verdikleri, nelerden etkilendikleri ve risk değerlendirme düzeylerinin acısız kazançsız teori çerçevesinde belirlenmesi; etkili, verimli, güvenli, kaliteli, zamanında, uygun maliyetli uygulamalar ile sağlığın geliştirilmesi ve iyileştirilmesine katkı sağlayacaktır.

Sağlık gibi özellikli alanlarda insanların tutum ve davranışlarının temeli dinamik süreçlere dayanmaktadır. Bu yüzden kişilerin davranış, karar ve inanç dinamiklerini anlamak sağlıklı bir toplum oluşturulması ve sağlık hizmet sunucularının faaliyetlerinin planlaması açısından büyük öneme sahiptir (Zhang ve Chang, 2021). Günlük yaşamda halk arasında emeksiz yemek olmaz şeklinde de ifade edilen ağrısız kazançsız teorisinin temel mantığı riskin, özellikle sağlık alanında ağrının veya acının olmaması durumunda kazancın ya da iyiliğin de olmayacağı temeline dayanmaktadır. Gerçekten de literatürde tüketicilerin, zararlı bir yan etki veya nitelik ile ilişkili olan ilaçların daha etkili olduğu sonucuna vardıklarını gösteren örnekler vardır (Wang, Bolton & Keh, 2010; Weinstein, 1993; Eisenberg vd., 1998; Kessler vd., 2001).

Sağlıkla ilgili alınan kararlar beraberinde bazı riskleri de getirdiğinden bilgi ekonomisi kapsamında, özellikle sağlık gibi asimetrik bilginin yoğun olduğu sektörlerde ortaya çıkan sorunları çözmek için belirli davranış sinyallerine odaklanmak gerekmektedir. Başka bir açıdan özellikle sağlıkta insanların risk alma düzeylerinin sağlık kararlarını nasıl etkilediğinin belirlenmesi büyük bir gerekliliktir. Risk almaktan kaçınan bireyler hastalık durumlarında tedavi süreçlerini

309

ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/usaysad>

(KORKMAZ, S./ ÖZYURT, E.)



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

olumsuz yönde etkileyebilecek kararlar alabilirler. Risk alabilen grupların tedavi süreçlerinin acılı olmasına rağmen sonunda elde ettikleri faydalar oldukça fazladır. Dijitalleşme sayesinde sağlık davranışlarının belirlenmesine yönelik araştırmalarda teknoloji ve diğer veri toplama yöntemlerinden yararlanılarak daha zengin verilere ulaşılmaktadır. Elde edilen veriler ışığında insanların davranışlarının dönemsel faktörlerle ilişkili olarak nasıl değiştiği, etkilendiği ve sağlık hizmeti tercihlerinin yönelimleri tahmin edilebilmektedir. Buna karşın, halihazırda bireylerin sağlıklı yaşam ile ilgili aldıkları kararları etkileyen tutum ve inançlarının anlaşılmasına yönelik yapılması gereken daha fazla sayıda araştırmaya ihtiyaç vardır (Zhang ve Chang, 2021). Risk almanın yaygın, karmaşık, belirsiz sonuçları göz önünde bulundurulduğunda, insanların sağlık hizmeti alımlarında olumsuz ve beklenmedik bir durum ile karşılaştıklarında risk alma, inanç, davranış, tutum gibi faktörleri nasıl kavramlaştırdıklarını ve değerlendirdiklerini anlamak için acısız, kazançsız teori temelli bir çerçeveye ihtiyaç duyulmaktadır (Wages, 2021; Kramer ve diğerleri, 2012; Wages, 2021). Acısız, kazançsız teori toplumun sağlıklı yaşam için çevresel faktörleri ve tedavi süreçlerini daha iyi değerlendirebilecekleri bir merceğe görevi görmektedir. Özellikle risk almanın yoruma açık, karmaşık ve çok yönlü olduğu göz önünde bulundurulduğunda bireylerin sağlıklıları ile ilgili değerlendirmelerini, kararlarını ve davranışlarını güçlü bir şekilde etkileyen faktörlerin bilinmesi, teorisinin anlaşılmasında büyük öneme sahiptir (Wages, 2021).

Sağlıklı yaşam ve sağlık hizmetlerinde “acısız, kazançsız teorisi” ile bireylerin hem kendileri hem de toplum için doğru, güvenilir ve sağlıklı kararlar almalarının desteklenmesi, sürdürülmesi veya iyileştirilmesine ilişkin bir çerçeve sunmak amacıyla derinlemesine literatür incelemesi ve örnekleri kapsayan bu çalışmada;

- Sağlıkta Acısız, Kazançsız Teoriyi tanımlamak,
- Teorinin sağlıktaki yeri ve önemini vurgulamak,
- Özelliklerini ve değişkenlerini tanımlamak,
- Geliştirilmesine ve yaygınlaştırılmasına

katkı sağlamak amaçlanmıştır.

ACISIZ, KAZANÇSIZ TEORİ (NO PAIN NO GAIN LAY THEORY)

Çoğu insan kısa yoldan zengin olmayı, kolay yaşamayı bir amaç edinmiş olsa da emek harcamadan değerli bir şey elde etmek olanaksızdır. Dolayısıyla amaca ulaşmak, zahmet ve emekten geçmektedir. Bu süreçte de ortaya çıkan acılara katlanmak gerekecektir. Bu arada acı çekmek kavramını kişinin kendine acı çektirmesi ve bundan zevk alması eğilimi ile karıştırmamak gerekir. Burada ifade edilmek istenen çalışırken veya tedavi sürecinde ortaya çıkan zorluğun (sağlıkta bu zorluklar fiziksel veya psikolojik olabilir) hem bir getirisinin olması hem de insan kişiliğine kattıklarıdır. Bundan dolayı süreçteki şikayetlerin ve acının yönetimine ilişkin kavramlarında tartışılması gerekir. Örneğin; evliliklerinin ilk yıllarında çocuk sahibi olamamış bir çiftin yıllar sonra çocuk sahibi olması. Çok istemelerine rağmen uzun yıllar çocuk sahibi olamamanın bu çifte mutlaka bir acı vermesi söz konusu olmuştur. Ancak çiftin bu zorlu süreci evliliklerindeki gedikleri kapatmak için bir fırsat olarak görmeleri durumu bir bebekleri olana kadar çektikleri acı ve zahmet aracılığıyla evliliklerini de olgunlaştırmalarına fırsat sağlamış olabilir.

Bu kapsamda acısız kazançsız teori; insanların karmaşık sosyal ve psikolojik durumlarını yorumlamak için bir çerçeve sağlama, karmaşıklığı çözümlenme, inanç, algı ve tutumlarını anlama ve tatmin duygusu sağlamak şeklinde de tanımlanmaktadır (Molden ve Dweck, 2006; Plaks, 2017; Wages, 2021). Başka bir ifade ile acısız kazançsız teori; insanların sosyal mübadele kapsamında fikirler arası ilişkileri değerlendirmeleri için bir anlam sistemi ve kavramsal çerçeveye dayalı bilgi



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

yapılandırılmasıdır. Acısız, kazançsız teori sosyal bilimler kapsamında, insanların, nesnelerin doğası ve işlevleri hakkındaki öznel inançlardaki farklılıkları incelenmesinden dolayı oldukça zengin içeriğe sahiptir. Söz konusu teori aynı zamanda insanların deneyimlerinden yola çıkarak yaşama yönelik inançlarına dair açıklamalar içeren, çevreyi anlamlandırmada kullanılan bilgi ve varsayımları türeten bir yapı olarak tanımlanabilir (Kung, 2018). Teori, insanların tutum ve davranışlarını yönlendirmede etkili olan ve kişinin deneyimlerine ilişkin öznel anlayış ve eylemlerinin temelini oluşturan güçlü bir kılavuz olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu nedenle anlaşılması sağlıklı yaşam için oldukça önemlidir (Zedelius ve diğerleri, 2017; Kung, 2018).

Sağlık sektöründe acısız kazançsız teorinin temeli tedavi sürecinde kullanılan özellikle ilaç ve diğer yöntemlerin zararlı bir yan etki veya nitelik ile ilişkili olup olmadığıdır. Bireylerin bu süreçte genel eğilimi tedavi sürecinin çıktılarının zararlı bir yan etki veya nitelik ile ilişkili olması durumunda daha etkili olduğunu düşünmeleridir. Kısaca tedavi sürecinde kullanılan ilaç ve diğer yöntemler kişiye acı vermiyorsa etkisizdir ve bir kazanç elde edilmemiştir. Örneğin Kramer ve diğerleri (2012) yapmış oldukları çalışmalarında; bilinç düzeyi yüksek olan tüketicilerin, tadı kötü olan bir öksürük şurubunun, tadı iyi olandan daha etkili olduğunu düşündüklerini, buna karşın bilinç düzeyleri düşük olan tüketiciler için öksürük şurubunun tadının bir anlam ifade etmediği sonucuna varmışlardır. Aynı çalışmadan elde edilen bir diğer sonuç, alerji ilaçlarını kullanan tüketicilerin (sorunla ilgisi yüksek olanlar), yaygın yan etkileri olan bir alerji ilacını, nadir yan etkilere sahip olan alerji ilacından daha etkili olduğunu düşünmeleridir.

Acısız, Kazançsız teori bireylerin sağlık ve yaşam ile ilgili hedeflerine ulaşma umuduyla riskleri tolere etmelerinin gerektiğini öne sürerek sağlıklı yaşam açısından kritik öneme sahiptir. Teori özellikle tedavi sürecinde kullanılan sağlık ürünlerinin yan etkilerinin anlaşılması ve insanların günlük yaşamlarında çevrelerini anlamlandırabilmeleri için kullandıkları, genel ve bilimsel açıklamalardan ayrılan, tanımlanması zor açıklamaları içermektedir (Homer ve Mukherjee, 2019; 367). Bundan dolayı bilim insanları, sağlık hizmetlerinde doğru ve eksiksiz bir anlayışın mümkün ve uygulanabilir olmadığına vurgu yaparak bu karmaşıklığı anlamlandırmak için tedavi süreçlerinde acısız kazançsız teori çıkarsamalarına güvenmek gerektiğini ve hastalıkla ilgili bireylerin karar verme sürecinde ne çeşit davranış sergilediklerini belirlemenin önemini ortaya koymaktadırlar (Dweck, 2017; Wages, 2021). Bireyler, genellikle kendilerine sunulan ürün ve/veya hizmetlerin nitelikleri konusunda tutum geliştirirlerken gözlemlenebilir somut çıktı ve faydalara gözlemlenemeyen soyut çıktı ve faydalara göre daha fazla önem verirler. Örneğin fiyatı yüksek bir ürünün daha kaliteli, tadı güzel ancak sağlıksız krakerlerin sağlıklı olanlara göre daha iyi veya tadı kötü bir öksürük şurubunun tadı iyi olana göre şifa bulmada daha etkili olduğuna inanırlar. Pazarlama literatürü; müşterilerin satın alma kararını verme sürecinde iç ve dış uyaranları dikkate aldıklarını gösteren örneklerle doludur (Kardes vd., 2004a, b; Purohit and Srivastava 2001; Simmons and Lynch 1991). Yapılan araştırmalar, müşterilerin ürün ve/veya sunulan hizmetin kalitesini değerlendirirken fiyat ve garanti süresi arasında doğrudan ilişki kurduklarını göstermektedir (Gunasti and Ross 2009). Öyle ki daha yüksek bir fiyat veya daha uzun bir garanti süresi, kalitenin de yüksek olarak değerlendirilmesine neden olmaktadır

Hizmet sektöründe müşteriler, hizmetlerin gözlemlenemeyen soyut niteliklerinden dolayı hizmet süreçlerinin değerini ortaya çıkarmak için sunulan hizmetin ipuçlarına veya genel değerlendirme sonucu ortaya çıkan somut çıktılara güvenirlir. Söz konusu bu durumu sağlık sektörü açısından pazarlama karma elemanları kapsamında yorumlayacak olursak; hastalıkların iyileşme süresi, tedavi ve tedavi süreçlerinde kullanılan tıbbi malzemenin fiyat kalite ilişkisi, değer bazlı fiyatlama, sağlık profesyonellerinin davranışları ve bunların sektör içindeki önemleri, sosyal güvenceler vb. gibi sektörle ilgili pek çok somut çıktının tartışılmasını gerekli kılmaktadır. Bu kapsamda acısız kazançsız teoride çıktı ile kazanç arasında bir korelasyon ilişkisi kurulmaktadır. Örneğin sağlıklı

311

ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

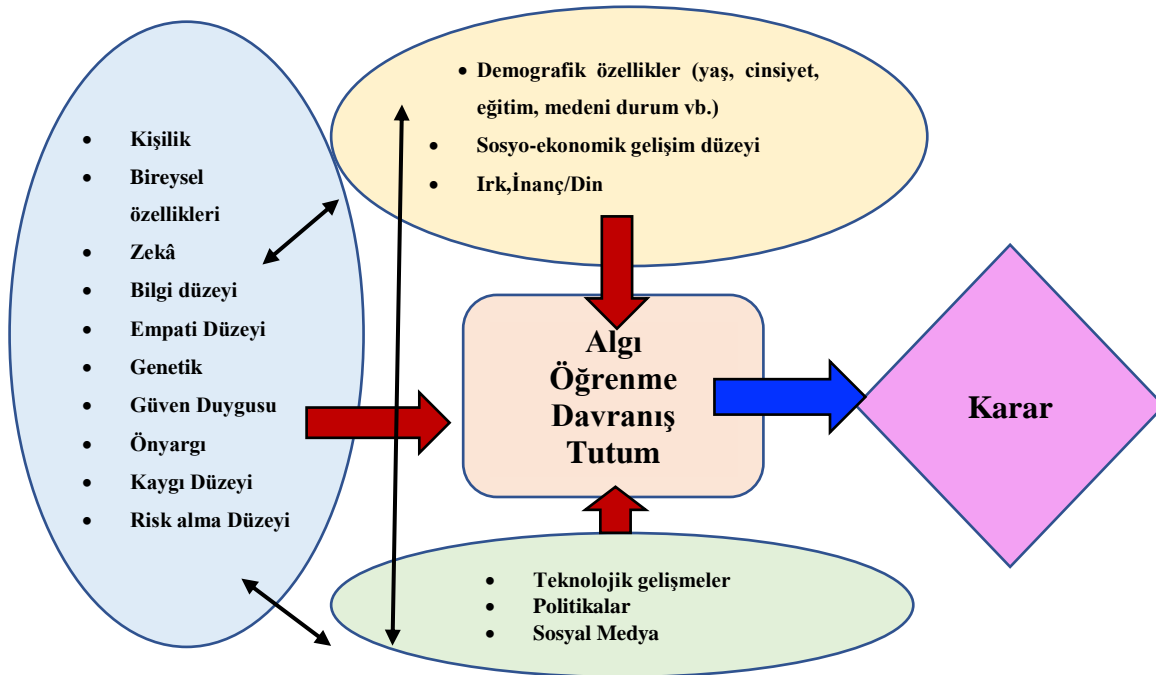
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/usaysad>

(KORKMAZ, S./ ÖZYURT, E.)

olmasına karşın lezzetli olmadığı için bir gıda maddesinin tüketimi, tüketici tarafından reddedilebilir (Raghunathan ve diğerleri 2006). Konu ile ilgili bir diğer örnek zayıflama ilaçlarının kısa zamanda somut sonuçlarından yola çıkılarak uzun dönemli sağlıklı beslenme programlarının göz ardı edilmesidir. Bu yüzden acısız kazançsız teorisinin içeriğinin ve değişkenlerinin özellikle sağlık sektöründe hizmet kullanıcılarının olumsuz algılarını gidermeye yönelik politika ve pazarlama stratejilerin geliştirilebilmesi için detaylı incelenmesi gerekmektedir.

ACISIZ KAZANÇSIZ TEORİSİNİN DEĞİŞKENLERİ VE ÖZELLİKLERİ

Yukarıda yer alan başlıklarda da belirtildiği üzere acısız kazançsız teoriler, sağlık hizmetinden yararlananların belirli bir hastalığa yönelik bilgi, açıklama ve tutumlarının bir birleşimidir. Dolayısıyla sağlık hizmetini talep edenler tıp uzmanları ile karşılaştırıldığında hastalıklarla ilgili biyolojik faktörlerden çok psikolojik, ailevi ve sosyal faktörlerin patajonik etkileri ile ilgilendikleri, tıbbi süreçleri takip etmek yerine, hastalık deneyimini kişisel yaşamın özel bir konusu olarak ele almaya ve yapıcı bir anlayış geliştirmeye yönelik davranış sergiledikleri görülmektedir (Xiaokang, Lü.; Tangy L., Jiang H., Wang X., 2019). Literatürde de sağlıkla ilgili tedavi ve sonrası süreçlerdeki kararlarda acı yoksa kazançta yok teorileri kapsamında insanların kararlarını etkileyen çok çeşitli değişkenlerle karşı karşıya olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Wages, 2021; Molden ve Dweck, 2006; Dweck, 2017; Zedelius ve diğerleri, 2017; Kung, 2018; Kramer ve diğerleri, 2012). Bu değişkenlerin sağlık kararlarını nasıl etkilediğini anlamak toplum ve birey sağlığının gelişimi açısından büyük öneme sahiptir. Değişkenlerin karar, algı, davranış ve tutumları ne ölçüde etkilediklerini bilmek iyileştirme ve geliştirme yapılacak alanların belirlenmesinde de kilit rol oynamaktadır. Bu değişkenler Şekil 1’de yer almaktadır (Wages, 2021; Molden ve Dweck, 2006; Dweck, 2017; Zedelius ve diğerleri, 2017; Kung, 2018; Kramer ve diğerleri, 2012).



Şekil 1: Acısız Kazançsız Teorisi Kapsamında Sağlık Kararları Üzerinde Etkisi Olan Değişkenlerin İlişki Durumu

Sağlıkla ilgili alınması gereken bir karar ile karşılaşıldığında, insan zihninin zorluk durumunda başarılı ve başarısız sonuçları nasıl yorumladığı ve isteklilik düzeyi farklılık gösterebilmektedir

(Dweck, 2008; Wages 2021). Aynı zamanda çevre, kamu politikası ve teknolojik değişiklikler gibi faktörlerin de sağlık davranışı üzerinde önemli etkilerinin olduğu göz önünde bulundurulmalıdır (Preswich ve diğerleri, 2017).

Özellikle bireylerin inançlarını etkileyerek olumlu duygular uyandırmak oldukça önemlidir. Empati, zekâ, önyargı, güven duygusu, kaygı ve iş birliği gibi etkilenebilecek özellikleri geliştirmek acısız, kazançsız yaklaşımları olumlu yönde etkileyecektir (Kung, 2018).

Hastalıkla ilgili sıradan teoriler ile bilimsel tıbbi teoriler arasındaki tutarsızlıklar, birey veya hastanın tıbbi bakımdan memnuniyetini, tıp pratisyenlerine güvenini ve doktor tavsiyelerine bağlılığı azaltabilir ve bu durum tedavi sonucunu etkileyebilir. Acısız, kazançsız teori ise, literatürde insanların doğasını ve dünyaya nasıl baktıklarını anlama yollarını, sosyal ilişkilerini, kişilik özelliklerini, ırk, kültür, inanç ve sosyo-demografik özelliklerinin sağlık davranış kararlarını nasıl etkilediğini anlamlandırmaya çalışan bir teori olması nedeniyle kendini diğer teorilerden farklılaştırmaktadır. Bireylerin sağlıkla ilgili davranışlarını ve kararlarını anlamada yeterli bilginin olmaması bu teoriyi daha anlamlı kılarak, özelliklerinin neler olduğunun anlaşılmasını gerekli kılmaktadır. Bu teorinin özelliklerini aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Zedelius ve diğerleri, 2017; Kung, 2018; Wages, 2021; Kramer ve diğerleri, 2012).

Acısız, kazançsız teori:

- ✓ Fikirlerin bilişsel bir yapısıdır.
- ✓ İçerikleri çeşitli ve esnek.
- ✓ İnsanlara dünyayı görebilecekleri bir merceğe sağlar.
- ✓ İnsanların değerlendirmelerini, kararlarını ve davranışlarını güçlü bir şekilde etkiler.
- ✓ Geniş inceleme alanı ile çok yönlü ve anlamlı olabilmektedir.
- ✓ Karar ve davranışları anlamlı bir şekilde oluşturmada farklı yolları geliştirmesine imkan sağlamaktadır.
- ✓ Sabit ve değiştirilemeyen inanç ve tutumların geliştirilerek değişebileceğini ortaya koymaktadır.
- ✓ İnsanların düşünceleri ile davranışları arasındaki tutarlı bir ilişki olup, olmadığını göstermektedir.
- ✓ İnsanların inançlarının sağlık kararlarında ve öz değerlendirmeleri üzerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır.
- ✓ İnsanların kararları doğrultusunda yapabilecekleri farklı yolları hem teorik hem de ampirik çerçevede göstermektedir.

Teorisyenler, sosyal ve fiziksel dünyayı istikrarlı, düzenli, öngörülebilir ve anlaşılabilir olarak görmek için anlamlandırma girişimiyle teoriler geliştirerek yaşamı göze çarpan öncü kriterlerle açıklamaya çalışırlar. Acısız, Kazançsız teori sosyal ve fiziksel kriterlere dayandırılrsa da bilimsel teorilerden farklılık göstermektedir. Aralarındaki farkı daha anlaşılır kılmak için Furnham (1988) sekiz kriterden yararlanarak durumu açıklamıştır. Söz konusu bu kriterler, açıklık ve formalite, uyumlu ve tutarlı, yanlış duruma karşı doğrulama, sebep ve sonuç, içeriğe karşı süreç, bireysel ve durumsal, genele karşı özel ve son olarak güçlüye karşı zayıftır. Aynı zamanda bu kriterlerin tümünün bilimsel teoriler ve acısız kazançsız teori için her zaman doğru olmadığını da belirtmek de gerekmektedir (Maeda, 1997). Aşağıda tablo 1’de acısız kazançsız teorinin diğer teorilerden farkını vurgulayan durumlar belirtilmiştir.

Değerlendirme Kriterleri	Bilimsel Teoriler	Acısız, Kazançsız Teori
Açıklık ve Formalite	Genellikle formal ve açık bir şekilde açıklanırken	Genellikle örtüktür.
Uyumlu ve Tutarlı	Genellikle İtikararlı ve tutarlıdır ve belirli bir bilim alanına uygulanır.	Genellikle belirsiz ve tutarsızdır. Bu tutarsızlıklardan bazıları belirli bir düzeyde çözülebilirken, tutarsızlığın farkına varılmaması durumunda çözümlük ortaya çıkar.
Yanlış duruma karşı Doğrulama	Bilimsel araştırmanın başlangıç aşaması tümevarım iken bilimsel teoriler, teori geliştirildikten sonra tümdengelimcilik ilkelerine dayanır.	Lay teorileri ise genellikle tümevarımcılık ilkesine dayanır.
Sebepten Sonuç	İki değişken arasında bir ilişkiyi tek boyutlu çıkarımla anlamlandırır.	Çoğunlukla korelasyoneldir. Sebepten çıkarımı yapmaz
İçerik ve Süreç	Genellikle açıklayıcı ve süreç odaklıdır	Tanımlayıcı ve içerik odaklı olma eğilimindedir.
Bireysel ve Durumsal	Çıkarım, konu veya durumun odağına bağlı olarak farklılık gösterir.	Genellikle insanların kişisel eğilimlerini ortaya çıkarmaya yöneliktir.
Genel ve Özel	Çeşitli insan davranışlarını soyut kavramlara dayalı olarak açıklar	Davranışı, sıradan insanların deneyimlerine, beklentilerine ve motivasyonlarına dayalı olarak açıklar.
Güçlü ve Zayıf	Genelde güçlü teoriler olarak kabul edilirler	Genelde zayıf örtük teorilerden biri olarak kabul edilir.

Kaynak: (Maeda, 1997)

SAĞLIKTA ACISIZ KAZANÇSIZ TEORİNİN YERİ VE ÖNEMİ

Acısız, kazançsız teori özellikle anlaşılmayan ve zihinde gezinmelerin kontrol edilemediği alanların anlaşılmasında önemli bir niteliğe sahiptir. Sağlıklı yaşam sürmenin bu kadar önemli olduğu günümüzde soyut, karmaşık alanların aşırı basitleştirilmesi, geliştirilmesi, iyileştirmesi ve önlenmesine yönelik davranışlarda acısız kazançsız teori rehberlik görevi görmektedir (Homer ve Mukherjee, 2019; 372). Bu noktada teorinin istemsiz insan davranışı ve karar verme süreçlerini anlamlandırması adına nörologlar ve pazarlama yöneticileri tarafından yapılan nöropazarlama araştırmalarında da yararlanılması gerekmektedir. Günümüzde çeşitli beyin tarama cihazları vasıtasıyla insanların sağlıkla ilgili tedavi süreçlerine, ilaçlara, yapılan bilgilendirmelere nasıl tepki verileceği ölçülebilmektedir.

Di Leo ve arkadaşlarının (2017) yapmış olduğu çalışmada; meme kanseri tedavisinde Bevacizumab (kansere tedavisinde kullanılan bir monoklonal antikor) ve kemoterapi kombinasyonunun progresyonsuz sağ kalım açısından tek başına kemoterapiden daha üstün olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda Kramer ve arkadaşları (2012), özellikle kanser gibi hastalıkların tedavi yöntemlerinin zararlı ve hoş olmayan yan etkilerinde acısız kazançsız teorinin girdileri ve beyin tarama cihazlarının, insan davranış ve yaklaşımlarını anlamlandırma da ve bireylerin çaba gerektiren uzun vadeli faaliyetlerde bulunma olasılıklarını değerlendirmede etkili olduğunu belirtmişlerdir. Başka bir çalışmada da Milano ve arkadaşları (2018), özellikle kanser tedavilerinde spesifik kullanılan ilaçlar ve tetkiklere bağlı toksite oluşumlarının tedavi süreçlerini etkilediğini fakat bu etkilenmenin olumlu yönde olması için acısız kazançsız teoriden yararlanılarak geliştirilen



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

model aracılığıyla hastaların desteklenme düzeylerinin geliştirilmesinin önemine vurgu yapmışlardır.

Wang ve arkadaşları (2010) yapmış oldukları çalışma sonucunda; yüksek tansiyon nedeniyle ortaya çıkan hastalıkların tedavisinde acısız kazançsız teori inancıyla oluşturulan, açıklayıcı modellerin sağlık davranışlarını anlamayı kolaylaştırdığını ve hastalıkların teşhis ve tedavisi sürecinde önemli rol oynadığını belirtmişlerdir. Thibodeau ve Flusberg (2017) ise çalışmalarında; insanların, obezitenin nedenleri ve sonuçları hakkında, son yıllarda geliştirilen nispeten karmaşık ve incelikli bilimsel bakış açılarından belirgin bir şekilde farklı davranış sergilediklerini ve bu davranışlarının da acısız kazançsız teori çerçevesinde yorumlanabileceğini belirtmişlerdir. Zhang ve arkadaşları (2022) çalışmalarında, COVID-19 pandemisi gibi kontrol altına alınmasında hem toplum olarak hem de bireysel olarak davranış ve tutum değişikliğinin önemli olduğu sağlık sorunlarında teorinin, kişilerin sağlık kararları, algıları, tutumları ve mücadele sürelerini yüksek oranda etkilediğini belirtmişlerdir. Bir diğer çalışmada Baker (2022) COVID-19 salgınının erken dönemlerinde internet ve sağlıklı yaşam kültürü kriterleri çerçevesinde, takipçi kitlesi oluşturmak ve sürdürmek için hangi yollara başvurulması gerektiğini incelemiştir. Çalışma sonucu, ilk başlarda kişilerin, karar verme sürecinde acısız kazançsız teori kapsamında hastalıktan korunma yollarına ilişkin demokratik ve ileri görüş bakış açısına sahipken, ilerleyen zaman sürecinde özellikle sosyal medyanın etkisiyle yaşanan bilgi karmaşasına paralel olarak komplocu düşünce yaklaşımını benimsedikleri görülmüştür.

Günümüz sağlık ortamında hastalıkların tedavisi sürecinde bireylerin, ilaç, bilgisayarlı tomografi, robotik cerrahi işlemler gibi modern tıp uygulamalarının yanı sıra akupunktur, masaj terapisi, geleneksel tıp vb. gibi birçok tedavi yöntemine başvurdukları görülmektedir. Baskın bir tıp geleneğine sahip ülkelerde bile tamamlayıcı ve alternatif ilaçlar giderek daha fazla kullanılabilir hale gelmektedir. Bu durumdan yola çıkarak Wang ve arkadaşları (2010) acısız, kazançsız teorinin sağlıklı yaşam tarzı ve hastalıkların tedavi çözümlerine yönelik tercihleri nasıl etkilediğini belirleyen çalışmalar yapmışlardır. Kramer ve arkadaşları (2012) ilaçlar üzerine yaptıkları bir çalışma sonucunda, sağlık ürünlerinin özellikleri, ambalajı, rengi, boyutu, süresi, riski, olumsuz etkisi (acı, ağrı, tadı) ve üçüncü taraftan elde edilen bilgi gibi değişkenlerin bireylerin algı ve tutumlarını etkilediğini ifade etmişlerdir. Nili ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise kronik hastalıkları olan kişilerde ilaç uyum düzeylerini iyileştirmek için çeşitli müdahaleler yapmak ve sağlıkla ilgili davranışları anlamak için acısız kazançsız teorinin ilkelerinden yararlanılabileceği belirtilmiştir.

Mukherjee (2019) ise teoriyi ve plastik cerrahiye baz alarak yapmış olduğu çalışmasında, silikon meme implantları hakkındaki uyarıların görmezden gelinmesi ve birçok hayati tehlike içeren yasa dışı kilo verme haplarının kullanımı gibi acı veren yöntemlerin tercihine ilişkin sağlık hizmeti sunan ve talep edenlerin davranışlarını incelemiştir. Sonuçta acısız, kazançsız teorinin özellikle anlaşılmayan ve zihinde gezinmelerin kontrol edilemediği alanların anlaşılmasında önemli bir niteliğe sahip olduğunu belirlemiştir. Sağlıklı yaşam sürmenin bu kadar önemli olduğu günümüzde soyut, karmaşık alanların aşırı basitleştirilmesi, geliştirilmesi, iyileştirmesi ve önlenmesine yönelik davranışlarda acısız kazançsız teori rehberlik görevi görmektedir (Homer ve Mukherjee, 2019; 372). Bunda ve Busseri (2019) acısız kazançsız teori yaklaşımından yola çıkarak, sağlıklarını geliştirici davranışta bulunma niyetinde olan ve olmayan genç yetişkinler örneklem kitlesi bazında grup karşılaştırmasını içeren çalışmalarında, sağlığı geliştirme niyeti yüksek olanların daha bilinçli ve kontrollü bakış açısıyla sağlıklı yaşam düzeylerinin zaman içinde yükseldiğini, sağlığı geliştirme niyetinde olmayanların ise sağlık durumlarının aynı düzeyde kaldığını saptamışlardır. Zaman içerisinde artan sağlık davranış teorileri ve sağlıklı yaşam tazına bakışın olumlu yönde

gelişmesi, bireylerin daha güçlü ve öngörülü şekilde sağlıklarını geliştirici davranışlarda bulduklarını göstermektedir.

Acısız, kazançsız teorinin önemini vurgulayan birçok bilimsel çalışma yapılmıştır. Özellikle kanser, kronik hastalıklar, obezite, psikoterapi ve şizofren gibi hastalıkların tedavileri, güvenli ilaç yönetimi ve cerrahi, sağlıklı beslenme davranışı kazandırma gibi birçok alanda yapılmış çalışmalar mevcuttur.

Tablo 2: Acısız, Kazançsız Teorinin Öneminin Vurgulandığı Sağlıkta Bilimsel Çalışmalar

Kanser Tedavisi	Di Leo ve diğerleri (2017), Kramer ve diğerleri (2012), Milano ve diğerleri (2018), Bermejo ve diğerleri (2012)
Kronik Hastalık Tedavisi (HT, DM vs.)	Wang ve diğerleri (2010), Bermejo ve diğerleri (2012), Graft ve diğerleri (2012)
Obezite Tedavisi	Thibodeau ve Flusberg (2017), McFerran ve Mukhopadhyay (2013), McFerran ve Mukhopadhyay (2011)
Salgın Yönetimi	Zhang ve diğerleri (2022), Baker'in (2022)
Güvenli İlaç Kullanımı	Wang ve diğerleri (2010), Kramer ve diğerleri (2012), Nili ve diğerleri (2020)
Plastik Cerrahi Uygulamaları	Mukherjee (2019)
Bireysel Sağlık Yönetimi	Bunda ve Busseri (2019), Job ve Walton (2017)
Sağlıklı Beslenme	Yarar ve Orth (2017)
Sağlıkta Kalite ve Akreditasyon	Nicklin ve diğerleri (2021)
Psikoterapide ve Şizofren Tedavisi	Furnham ve Rees (1988), Furnham ve Wardley (1991), Furnham ve Anthony (2010)

Başka bir açıdan sağlık davranışına yönelik araştırmalarda, önlenebilir ölümlerin %40'ını bireysel düzeydeki faktörlerin oluşturduğu öne sürülmektedir. Ragin ve arkadaşlarının (2020) çalışmalarında, 1950'lerin başında, "ABD Halk Sağlığı Hizmetleri" sosyal psikoloğu Rosenstock tarafından geliştirilen Sağlık İnanç modelini kullanarak insanların tüberküloz veya rahim ağzı kanseri gibi büyük ölçüde asemptomatik hastalıklar için ücretsiz, erken teşhis mekanizmalarını neden reddettiklerine yönelik davranış değişikliğini anlamaya çalışmışlardır. Bu yüzden sağlık davranışları ve sonuçları üzerindeki çoklu etkiler kavramı sağlık kararları için yeni değildir (Ragin ve diğerleri, 2020; 11).

Sağlığın geliştirilmesinde hem iç hem de dış faktörlere güvenme konusunda zengin bilgi yelpazesine sahip olmak gerekmektedir. Özellikle toplumun, hasta ve hasta yakınlarının sağlık kurum ve kuruluşlarından hizmet alma tercihlerini şekillendirmelerini, hizmet alımını ertelemektense tercih alternatiflerini artırmalarını ve eksik, uzun, ağırlı niteliklere göre çıkarım



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

yapan yaklaşımda bulunmalarını teşvik etmede sağlık profesyonellerine yardımcı olabilecek iki temel yapı taşı bulunmaktadır. Bu temel yapı taşlarını; sağlık profesyonelleri ve sağlık profesyoneli olmayan ancak sağlık bilgisi yüksek kişiler ile teknoloji ve sosyal medya olarak sıralayabiliriz (Graham-Kalio, 2021; Meiers ve diğerleri, 2021; Young ve diğerleri, 2021; Moller ve diğerleri, 2017; Rosenberg ve diğerleri, 2017). Bireylerin sağlık davranışlarını değiştirmek için meslekten olmayan sağlık çalışanları son derece önemlidir. Fiziki aktivite, çocuk sağlığı, ebeveyn davranışları, beslenme, ilaç kullanımı, tedaviye uyumluluk ve süreklilik gibi birçok alanda insanları olumlu yönde etkileyen, birey be ilgili gruplar son derece önemlidir (Meiers ve diğerleri, 2021; 1745). Meslekten olmayan sağlık çalışanı müdahalelerinin, sağlık sonuçlarını iyileştirebildiği, toplum ve sağlık hizmetleri üzerindeki yükü ve maliyetleri azalttığı belirtilmektedir. Bu bağlamda sağlık sektörünün amaçları arasında kişisel dönüşüm ve sağlık hedeflerinin gerçekleşmesinde önemli rol oynayan büyük destekçi grupların eğitilmesine gereken önem verilmelidir (Meiers ve diğerleri, 2021; 1745).

Teknoloji ve sosyal medyanın acısız kazançsız teorisinin kapsamının genişletilmesinde önemli bir yeri vardır. Günümüzde teknoloji ve dijital sağlık platformlarına hızlı geçiş, sağlık müdahale gelişimini hızlandırma, etkinliği iyileştirme ve erişimi artırmada önemli rol oynamaktadır. Özellikle son yıllarda teknolojinin gelişimiyle insanlar sağlık kararlarını verme, ihtiyaç ve isteklerini belirlemede Facebook, X (Twitter), Instagram ve YouTube gibi sosyal medya siteleri yaygın olarak kullanılmaktadır. İnsanların belirli ihtiyaç ve hedefleri için sağlıkla ilgili bir dizi sosyal medya sitesini kullandıkları görülmektedir. Özellikle sosyal medya, sağlık davranışlarını farklı düzeylerde etkilemektedir. Sağlık davranışı değişiklikleri, yeni bir sağlık davranışını benimsemeyi, mevcut davranışı düzeltmeyi veya hem mevcut hem de düzeltilmiş davranışların unsurlarını içeren birleşik bir davranışı benimsemeyi içerebilir. Aynı zamanda bu süreç, bireylerin sosyal normlarının şekillenmesini de beraberinde getirmektedir. Bu bağlamda teknoloji ve sosyal medya, acısız kazançsız teori kapsamında tedavi süreçleri ile ilgili çıktılarının olumlu yorumlanması konusunda kişi beklentileri üzerinde oldukça etkili olacaktır. Örneğin, çevrimiçi sağlık bilgileri, bireylerin sağlıkla ilgili algılarını değiştirmesine ve olumlu sağlık davranışlarını benimsemesine neden olabilir. Mano (2014) göre, çevrimiçi sağlık bilgisi araması çeşitli sağlık davranışı değişikliklerini beraberinde getirmektedir. McKinley ve Wright (2014) ise yapmış oldukları çalışmalarında, çevrimiçi sağlık bilgilerini arama sıklığı ile sağlıklı beslenme niyetleri arasında pozitif bir ilişkili olduğunu saptamışlardır. Ayrıca sosyal medyanın diğer insanların gönderilerini okumak da dahil olmak üzere etkileşimli yapısı nedeniyle, örneğin sağlıklı beslenme ile ilişkili olarak sağlık davranışını etkilediği görülmektedir (Rosenberg ve diğerleri, 2017). Özellikle sosyal medya, bireylerin sağlık sorunlarına ilişkin korkularını azaltmak ve sorunlarla nasıl başa çıkacaklarını öğrenmek için çok sık başvurdukları mecraları içermektedir.

Farklı sosyal medya siteleri bireylerin ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik farklı içerik türlerini kapsamaktadır. Özellikle, YouTube ve Instagram görsel bilgi ihtiyacını karşılarken, Facebook, forumlar ve birebir sağlıkla ilgili siteler teorik bilgi ihtiyacını karşılamaktadır. Ayrıca bireyler, sağlığı iyileştirebilecek sosyal destek sağlamak ve sorunların benzer olduğu kişilerle iletişim kurmak için de sosyal medyayı kullanır. Dolayısıyla sosyal medya, acısız kazançsız teorisinin içeriğinde yer alan sosyal ve psikolojik durumların yorumlanmasını sağlayan ve beraberinde inanç, algı ve tutum gibi kişisel faktörlerin değişimine destek olan bir platform olarak karşımıza çıkmaktadır. Acısız, ağırsız teoriye ilişkin yapılacak olan çalışmaların artırılması, teoriye yönelik paradigma değişimlerini de beraberinde getirecektir. Bu noktada teknolojinin verimli ve doğru kullanılması hem toplum hem de insan sağlığı için doğru kararların verilmesinde devrim niteliğinde olacaktır.



TARTIŞMA VE SONUÇ

Dünya genelinde insan ömrünün uzadığı, diğer taraftan kronik hastalık ve salgınların arttığı bir döneme geçildiği görülmektedir. Bu dönem, sağlık profesyonellerini zorlamasının yanı sıra sağlık ve sosyal bakım bütçelerinin artmasını da beraberinde getirdiği için süreci yönetmek adına uygun maliyetli yolların aranmasını zorunlu kılmaktadır. Bu yüzden insanların daha sağlıklı yaşam tarzlarını benimsemelerini teşvik etmek hem risk altındakiler hem de toplum için ele alınması gereken temel bir konudur. Sağlıklı yaşamı geliştirmek kadar hastalıkları da önlemeyi amaçlayan davranış değişikliğini kapsayacak önleyici sağlık kararlarının sosyal ve demografik değişikliklerle birlikte bütüncül olarak ele alınması gerekmektedir (Prestwich ve diğerleri, 2017).

Son yapılan çalışmalarda insanların sağlıklı yaşamlarının acısız, kazançsız teori çerçevesinde şekillendirebileceklerine olan inanç ve kararlarının kendi davranış ve kontrol edilemeyen faktörler tarafından belirlenmekte olduğunu göstermektedir. Sağlığı koruyucu davranışları artırmak ve sağlık teorilerinin gelişimini teşvik etmek için kişisel müdahalelerin etkinliğini test edebilmek gerekmektedir. Bu doğrultuda katılım, bilişsel ve motivasyonel önyargı, öz bildirim, empati, bilgi düzeyi gibi soyut faktörlere olan tepkilerin belirlenmesi ve bunların ölçülmesi gerekmektedir. Bu ölçüm sonuçları doğrultusunda gelecekteki sağlık araştırmaları sağlıklı yaşam davranışlarına ilişkin daha objektif önlemlerin geliştirilmesine katkı sağlayabilecektir (Zhang ve diğerleri, 2022; 249).

Kişilerin sağlıklarının şekillendirilmesi, geliştirilmesi veya sabit olmasına yönelik inançlar, kişilerin sağlık davranışları ve kararlarıyla ilişkilidir (Bunda ve Busseri, 2017). Bu süreçteki bilgi ipuçları kişilerin yargılarını ve bakış açılarını anlamada, ne ölçüde erişilebilir olduklarını belirlemede oldukça etkili olmaktadır. Doğrudan duyuşsal deneyim sağlayan nesnelere olmadıkları için soyut kavramların anlaşılması ve tanımlanması doğal olarak zordur. Başka bir açıdan doğrudan karşılaştığımız şeyler daha kolay kavranabilir ve istikrarlı bilişsel temsillere sahipken, soyut şeylerin anlaşılması, tanımlanması oldukça zordur. Acısız, kazançsız teori özellikle anlaşılmayan ve zihinde gezinmelerin kontrol edilemediği alanların anlaşılmasında önemli bir niteliğe sahiptir. Sağlıklı yaşam sürmenin bu kadar önemli olduğu günümüzde soyut, karmaşık alanları basitleştirilmesi, geliştirilmesi, iyileştirilmesi ve olumsuz sağlık davranışlarının önlenmesinde acısız kazançsız teori önemli bir kılavuz olacaktır (Homer ve Mukherjee, 2019; 372).

Sağlıklı yaşam tarzının geliştirilmesi, tanı ve tedavi yöntemlerinin seçilmesi ve semptomların hafifletilmesi ve altta yatan bir hastalığın teşhisi ve tedavisine ulaşılması, tedavilerin etki hızlarında sağlık davranışlarının algılanan önemi ve motivasyonu oldukça kritiktir. Algılanan önem ve motivasyon azaldıkça kişilerin sağlıklı yaşam tarzı niyetleri olumsuz etkilenmektedir (Wang ve diğerleri, 2010). Acısız kazançsız teorisinin doğru anlaşılması ve yorumlanması ile bireylerin sağlıklı yaşam tarzı niyetlerinin olumsuzlaştırılmasının önüne geçilebilir. Bu yüzden sağlık düzenlemelerinde müdahale, riskler ve potansiyel yan etkiler hakkında daha fazla bilgilendirme yapılarak insanların yaşam ve sağlıkları ile ilgili karar süreçlerinde daha bilinçli davranmaları desteklenmelidir. Halk sağlığı için sağlıktan beslenmeye, fiziksel aktivitelerden psikolojik desteklere kadar insanların acısız kazançsız teori kapsamındaki inançları, tutumları, yaşam tarzları ve sağlıkla ilgili karar vermelerinde riski kabullenme düzeylerinin geliştirilmesi yönünde etkin sağlık politikalarının oluşturulması ve bu bağlamda teknoloji ve sosyal medyadan yararlanılması bir gerekliliktir.

Acısız, Kazançsız teori, optimal düzeyde kişilerin ve hastaların güvenliğini artırabilme, sürekli iyileşme, gelişim ve dönüşümü teşvik edebilme, sağlık çalışanları ve sağlıktan olmayan kişilere ilham verebilme, toplumsal sağlık, ferah ve memnuniyet düzeyini yüksek tutabilme açısından kritik öneme sahiptir. Sağlık profesyonellerin, akademisyenlerin ve toplumun acısız, kazançsız teoriyi



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

benimsemelerine, sağlık açısından gelişimine destek vermelerine ve bu teori temelli yeni araştırmalar yapılmasına ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Sağlık kurumlarının yöneticileri ve akademisyenler birey merkezli sağlıklı karar verebilme kültürünü oluşturabilmek için bireysel eğitim ve gelişim yöntemleri, insan kaynakları politikaları, algı ve tutumların olumlu yönde etkilenmesine yönelik toplumsal planlama, teknoloji ve sosyal medyadan yararlanmalıdırlar.

Acısız, Kazançsız teori çerçevesinde, toplumun, hastaların ve sağlık çalışanlarının bu kapsamda desteklenmeleri ve geliştirilmeleri gerekmektedir. Bunun için eğitim programlarının doğru planlanması önemlidir. Planlanan çalışmaların uygulanması, süreç üstündeki etkisinin takip edilerek değerlendirmelerin yapılması önemlidir. Sürecin etkililiğinin sağlanması için hasta güçlendirme ve sosyal pazarlama uygulamalarından da yararlanılabilir. Ayrıca Sağlık Bakanlığı, üniversiteler ve sağlık profesyonellerinin, toplumun sağlıklı kararlar alabilmelerini yardımcı olmak adına acısız, kazançsız teoriler üzerine bilimsel çalışma yapmaları ve yapılan çalışmaların sayısının artırılmasını desteklemeleri önemlidir.

KAYNAKLAR

- Baker, S. A. (2022). "Alt Health Influencers: how wellness culture and web culture have been weaponised to promote conspiracy theories and far-right extremism during the COVID-19 pandemic". *European Journal of Cultural Studies*, 25(1), 3-24.
- Bermejo, I., Kriston, L., & Muthny, F. A.(2012) "Lay theories toward cancer and myocardial infarction: A trans-cultural comparison of Germans and Spaniards. *Journal of health psychology*" 17(1), 77-86.
- Bunda, K., & Busseri, M. A. (2019) "Lay theories of health, self-rated health, and health behavior intentions. *Journal of health psychology*, 24(7), 979-988.
- Di Leo A, Risi E, Biganzoli L. (2017) "No pain, no gain... What we can learn from a trial reporting negative results. *Ann Oncol*". Apr 1;28(4):678-680. doi: 10.1093/annonc/mdx065. PMID: 28327956.
- Dweck, C. S. (2017) "From needs to goals and representations: Foundations for a unified theory of motivation, personality, and development". *Psychological review*, 2017, 124(6), 689.
- Dweck, C. S. (2008) "Can personality be changed? The role of beliefs in personality and change." *Current directions in psychological science*, 17(6), 391-394.
- Eisenberg, D. M., Davis, R., Ettner, S., Appel, S., Wilkey, S., Van Rompay, M., and Kessler, R. (1998) "Trends in Alternative Medicine Use in the United States, 1990-1997, *Journal of the American Medical Association*, 280 (18), 1569-75.
- Furnham, A., and Rees, J. (1988) "Lay theories of schizophrenia." *International Journal of Social Psychiatry*, 1988, 34(3), 212-220.
- Furnham, A., and Wardley, Z. (1991) "Lay theories of psychotherapy II: the efficacy of different therapies and prognosis for different problems." *Human Relations*, 1991, 44(11), 1197-1211.
- Furnham, A., and Anthony, E. (2010) "Lay theories of bipolar disorder: The causes, manifestations and cures for perceived bipolar disorder. *International Journal of Social Psychiatry*", 2010, 56(3), 255-269.
- Graft Aikins, A., Anum, A., Agyemang, C., Addo, J., and Ogedegbe, O. (2012) "Lay representations of chronic diseases in Ghana: implications for primary prevention." *Ghana medical journal*, 2012, 46(2 Suppl), 59-68.



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

- Homer, P. M., and Mukherjee, S. (2019) "Lay theories and consumer perceptions of dietary supplements." *Journal of Consumer Behaviour*, 18(5), 363-377.
- Job, V., & Walton, G. M. (2017). Lay theories of self-control. In *The Science of Lay Theories* (pp. 47-69). Springer, Cham.
- Ronald C., K., Davis, R., Foster, D. F., Rompay, M. V., Walters, E.E., Wilkey, S. A., Kaptchuk, T. J., and Eisenberg, D. M. (2001). "Long-Term Trends in the Use of Complementary and Alternative Medical Therapies in the United States", *Annals of Internal Medicine*, 2001, 135 (August), 262-68.
- Kramer, T., Irmak, C., Block, L.G. *et al.* (2012) "The effect of a no-pain, no-gain lay theory on product efficacy perceptions." *Mark Lett*, 23, 517-529 <https://doi.org/10.1007/s11002-012-9165-6>
- Levy, S. R., Plaks, J., Chiu, C-y., and Hong, Y-y. (2006) "Lay Theories and Intergroup Relations, Group Processes and Intergroup Relations", January 1 2006.
- Levy, S. R., Plaks, J., Hong, Y., Chiu, C-y., and Dweck, C. S. (2001) "Static Versus Dynamic Theories Of Groups: Different Routes To Different Destinations, Personality and Social Psychology Review", 5, 156-168.
- Maeda, E., (1997) "A Lay Theory of Relational Satisfaction with Best Friends in Japan. Dissertations and Theses." Paper 5315. <https://doi.org/10.15760/etd.7188>.
- Mano R., (2014), Online health information, situational effects and health changes among E-patients in Israel: A "push/pull" perspective. *Health Expectations*. 2014;18(6):2489-2500.
- McFerran, B., and Mukhopadhyay, A. (2013) "Lay theories of obesity predict actual body mass." *Psychological science*, 2013, 24(8), 1428-1436.
- McFerran, B., and Mukhopadhyay, (2011) "A. Lay Theories of Obesity. *ACR North American Advances*."
- McKinley C, Wright PJ, (2014) "Informational Social Support And Online Health Information Seeking: Examining The Association Between Factors Contributing To Healthy Eating Behavior.", *Computers in Human Behavior*., 2014, 37:107-116.
- Meiers SJ, Dyce E, Wieland ML, Patten C, Clark MM, Hanza MMK, Bronars C, Nigon JA, Sia IG. (2021) "Lay health worker as interventionist training: reflective writing in US family health promotion practice." *Health Promot Int*. 2021 Dec 23;36(6):1739-1752. doi: 10.1093/heapro/daaa143. PMID: 33619566; PMCID: PMC8826994.
- Milano G, Innocenti F, Lacarelle B, Ciccolini J. (2018) "'No pain, No gain" still true with immunotherapy: When the finger shows the moon, look at the moon! *Crit Rev Oncol Hematol*." 2018 Jul;127:1-5. doi: 10.1016/j.critrevonc.2018.04.003. Epub 2018 Apr 17. PMID: 29891106.
- Molden, D. C., and Dweck, C. S. (2006) "Finding "meaning" in psychology: a lay theories approach to self-regulation, social perception, and social development." *American psychologist*, 2006, 61(3), 192.
- Moller, A. C., Merchant, G., Conroy, D. E., West, R., Hekler, E., Kugler, K. C., and Michie, S. (2017) "Applying and advancing behavior change theories and techniques in the context of a digital health revolution: proposals for more effectively realizing untapped potential." *Journal of behavioral medicine*, 2017, 40(1), 85-98.
- Nicklin, W., Engel, C., and Stewart, J.(2021) "Accreditation in 2030.", *International journal for quality in health care : journal of the International Society for Quality in Health Care*, 2021, 33(1), mzaa156. <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzaa156>
- Nili, M., Mohamed, R., and Kelly, K. M. (2020) "A systematic review of interventions using health behavioral theories to improve medication adherence among patients with hypertension." *Translational Behavioral Medicine*, 2020, 10(5), 1177-1186.

320

ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/usaysad>

(KORKMAZ, S./ ÖZYURT, E.)



ULUSLARARASI SAĞLIK YÖNETİMİ VE STRATEJİLERİ ARAŞTIRMA DERGİSİ

INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH MANAGEMENT AND STRATEGIES RESEARCH

Cilt/Volume : 9 Sayı/Issue : 3 Yıl/Year : 2023 ISSN -2149-6161

- Plaks, J. E. (2017) "Implicit theories: Assumptions that shape social and moral cognition." In *Advances in experimental social psychology*. 2017, (Vol. 56, pp. 259-310). Academic Press.
- Prestwich, A., Kenworthy, J., and Conner, M. (2017) "*Health behavior change: Theories, methods and interventions*." Routledge. 2017.
- Ragin, D. F., Hussein, Y. M., Fichera, A., and Awai, J. (2020) "Applying Theories in Health Psychology." *Handbook of Research Methods in Health Psychology*, 2020, 3-19.
- Rosenberg, D., Mano, R., and Mesch, G. (2017) "They have needs, they have goals: Using communication theories to explain health-related social media use and health behavior change." *MOJ Public Health*, 2017, 6(2), 288-294.
- Serim, H., Küçükşenel, S., (2020) "Davranışsal İktisat ve Dürtme: Sağlık Politikaları Özelinde bir İnceleme", *Hacettepe Üniversitesi, İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2020, Cilt: 38, Sayı: 3., s. 531-559
- Thibodeau, P. H., and Flusberg, S. J. (2017) "Lay theories of obesity: causes and consequences. *Adiposity: Epidemiology and Treatment Modalities. Munich, Germany: Intech*", 2017, 23-36.
- Tversky, A., Kahneman, D. (1981) "Rational Choice and the Framing of Decisions, Part of the NATO ASI Series book series" (NATO ASI F, volume 56).
- Yarar, N., and Orth, U. R. (2017) "Consumer lay theories on healthy nutrition: AQ methodology application. *Research on food healthiness: Supporting decisions on public health, package design, and everyday consumption situations*", 2017, 22.
- Young M, Ross A, Sheriff A, Deas L, Gnich W. (2021) "Child health interventions delivered by lay health workers to parents: A realist review." *J Child Health Care*. 2021 Dec;25(4):628-646. doi: 10.1177/1367493520983124. Epub 2021 Jan 26. PMID: 33496625.
- Zedelius, C. M., Müller, B. C., and Schooler, J. W. (2017) "The science of lay theories", *Nueva York, Estados Unidos: Springer Publishing*, 2017, 2.
- Zhang N, Yang H, Hong D, Huang X, Wang L. (2022) "Risk Perception, Self-efficacy, Lay Theories of Health, and Engagement in Health-Protective Behaviors Among Hospital Pharmacists During the COVID-19 Pandemic." *Int J Behav Med*. 2022 Apr;29(2):247-252. doi: 10.1007/s12529-021-10004-2. Epub 2021 Jun 23. PMID: 34160786; PMCID: PMC8221093.
- Zhang, J. Z., & Chang, C. W. (2021) "Consumer dynamics: Theories, methods, and emerging directions", *Journal of the Academy of Marketing Science*, 2021, 49(1), 166-196.
- Wages, J. E. (2021) "A Normative Lay Theory of Risk-taking (Doctoral dissertation, Northwestern University)".
- Wang, W., Keh, H. T., and Bolton, L. E. (2010) "Lay theories of medicine and a healthy lifestyle. *Journal of Consumer Research*," 2010, 37(1), 80-97.
- Weinstein, Neil D. (1993) "Testing Four Competing Theories of Health-Protective Behavior, *Health Psychology*", 1993, 12 (June), 324-33.
- Xiao N, Sharman R, Rao HR, et al., (2014) "Factors influencing online health information search: An empirical analysis of a national cancer-related Survey", *Decision Support Systems*. 2014, 57:417-427.
- Xiaokang Lü., Tang L., Jiang H., Wang X. (2019) "Lay theories of Illness and Their Influences on Doctor-Patient Relationships", *Advances in Psychological Science*, 2019, Vol. 27., No.4, 676-688.