

Florian Cronacher

**Narrativer Review zur Wirksamkeit des
Transtheoretischen
Gesundheitsverhaltensmodells**

Bachelorarbeit

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Copyright © 2013 Diplomica Verlag GmbH
ISBN: 9783961162147

Florian Cronacher

Narrativer Review zur Wirksamkeit des Transtheoretischen Gesundheitsverhaltensmodells

Inhaltsverzeichnis

1	EINLEITUNG UND PROBLEMSTELLUNG.....	3
2	ZIELSETZUNG	4
3	GEGENWÄRTIGER KENNTNISSTAND	5
	3.1 Beschreibung des Transtheoretischen Modells.....	5
	3.1.1 Theoretische Grundannahmen	5
	3.2 Kritische Beschreibung der aktuellen Forschungslage zur Wirksamkeit	13
4	METHODIK.....	16
5	ERGEBNISSE	17
	5.1 Darstellung der Studien	17
	5.2 Inhaltliche Wiedergabe der Abstrakte.....	33
6	DISKUSSION.....	48
7	ZUSAMMENFASSUNG	56
8	LITERATURVERZEICHNIS	58
9	ABBILDUNGS-, TABELLEN- UND ABKÜRZUNGSVERZEICHNIS ..	61
	9.1 Abbildungsverzeichnis	61
	9.2 Tabellenverzeichnis	61
	9.3 Abkürzungsverzeichnis.....	61

1 Einleitung und Problemstellung

Die Zahl an wissenschaftlichen Veröffentlichungen nimmt jedes Jahr stark zu und es wird zunehmend schwierig, sich umfassend zu informieren. Daher ist es notwendig, einzelne Studien zur gleichen Thematik systematisch zusammenzufassen und kritisch zu bewerten. Auch im Zusammenhang mit der Wirksamkeit von Gesundheitsverhaltensmodellen ist die Ergebnislage der Einzelstudien teilweise unübersichtlich oder inkonsistent. Der narrative Review zu dem gewählten Thema bietet die Möglichkeit sich einen Überblick zur Wirksamkeit des Transtheoretischen Gesundheitsverhaltensmodells zu verschaffen. Die genannten Modelle finden innerhalb verschiedener Einsatzgebiete Anwendung. Zum einen werden damit Therapieformen unterstützt, zum anderen erfolgt im Coachingbereich das Aufzeigen des eigenen konkreten Risikoverhaltens. Die daraus resultierenden erlernten Verhaltensweisen dienen der Förderung des Gesundheitsverhaltens. Das Transtheoretische Modell, im Weiteren TTM genannt, ist ein anerkanntes und häufig angewandtes "Hilfsmittel". In der Praxis wurden bisher häufig die einzelnen Veränderungsphasen (Stages of Change) angewandt. Das TTM fand seinen Ursprung durch Diclemente et al. während der Arbeit und Beobachtung von Rauchern, die es schafften, sich vom Tabak zu entwöhnen. Es hilft denjenigen, die ihr eigenes Risikoverhalten selbst erkannt haben, jedoch weitere Hilfe benötigen, um das von ihnen gewählte Ziel zu erreichen. Die aktuelle Studienlage ist umfassend und unübersichtlich. Es bedarf einer Recherche, um genaue Schlussfolgerungen ziehen zu können. Mithilfe verschiedener Kriterien wird hierbei die Ergebnislage veranschaulicht. Darüber hinaus wird untersucht, ob vorhandene Studien eventuelle Mängel, z. B. in der Durchführung oder Interpretation, aufweisen. Folgende Kriterien finden dazu Verwendung: das Vorhandensein von Vergleichsgruppen, das Studiendesign, die Alltagsrelevanz der Studienergebnisse auf ähnliche Personengruppen, die transparente Darlegung der angewandten Methoden, die verwendeten Instrumente, die Studiendauer, die Prüfung der wissenschaftlichen Seriosität, die Durchführung eines Prä- und Postvergleiches und die zu berücksichtigenden Einflussfaktoren. Die gesammelten Informationen innerhalb der gefilterten Studien werden in Bezug auf deren Qualität analysiert, miteinander verglichen und nach den bereits genannten Kriterien ausgewertet.