



RESEARCH.MEETING

FORSCHUNG ZU LÖSUNGSFOKUS
AUF DEUTSCH BESPROCHEN
15. MÄRZ 2022 17.00-18.30 ONLINE

Eine Kooperation zwischen
Austrian SolutionCircle und
Netzwerk Lösungsorientiertes Arbeiten





RESILIENZ-DONUT

- Worsley, Lyn and Hjemdal, Odin (2020) "The Psychometric of the Adult Resilience Doughnut Model, a Solution Focused, Ecological Model of Resilience," *Journal of Solution Focused Practices*:Vol. 4 : Iss. 2 ,Article 3.

Available at:

<https://digitalscholarship.unlv.edu/journalsfp/vol4/iss2/3>

- Deutsche Übersetzung der Zusammenfassung ist erreichbar.

<https://digitalscholarship.unlv.edu/journalsfp/vol4/iss2/20/>

JS
FP



KONTEXT

- ein ökologisches und lösungsorientiertes Modell: verbindet die umfangreiche ökologische Forschung mit LF Annahmen
- Das Modell wurde bereits getestet auf einer grossen Probe von Kindern und Jugendlichen
- Ziel: Gültigkeit und Zuverlässigkeit des Modells bei Erwachsenen zu zeigen
- Sonstige Resilienz-Forschung ist stark problemfokussiert und mehrheitlich auf die Verminderung von Risiko konzentriert
- Resilienz als Prozess von Navigieren und Verhandeln in sozialen Ökologien. Beziehungen und Kontext spielen eine wichtige Rolle, wenn das Individuum sich verändern möchte





DAS MODELL



Persönliche Kompetenzen

- I have—Wahrnehmung von sozialen Ressourcen (Fuller-Iglesias et al., 2008).
- I am—Selbst-Wahrnehmung und –Achtung (Bauer & Park, 2010; Gergen & Gerngen, 2010).
- I can—die Erfahrungen von Selbstwirksamkeit (Fry & Debats, 2010b; Fry & Keyes, 2010).

Beziehungen und Umweltfaktoren

Partner, Fähigkeiten (Skills), Familie, Bildung, Freunde, Gemeinschaft (community) und Arbeit

Basierend auf Fachliteratur und frühere Forschung >>

FORSCHUNGSMETHODE

- Fachliteratur >> Faktoren
- Die 7 Faktoren erhielten je 10 Unterkategorien, welche abgefragt werden können mit einfachen Behauptungen: Ich habe, Ich bin, Ich kann
- Fragebogen für Modelltestung (30 Erwachsene) (6er Skala: nie - immer)
- **Hypothese:** die Unterkategorien werden
 - Pos. Korrelation zeigen mit einer anderen Erwachsenen-Skala (RSA)
 - Neg. Korrelation zeigen mit den Ergebnissen von Depressions-Angst-Stress-skalen (DASS)
- Gruppenbildung (8) nach Ergebnisse über oder unter Mittelwert (RDA)



DIE PROBE UND DER PROZESS

- 859 Erwachsene (570 Frauen 289 Männer) zwischen 25–60 Jahre
- Freiwillige Teilnahme
- ‘non-clinical’
- Australien und UK, verschiedene ethnologische, religiöse Hintergründe und Kulturen
- Alle Englisch sprechend
- ...ehemalige Teilnehmende in Resilienz-Kursen
- Ausfüllen: 30 Minuten am Computer
- Statistische Analyse (Konfirmatorische Faktorenanalyse)



ERGEBNISSE

- Die Zuverlässigkeit wurde untersucht und zeigte eine sehr gute Anpassung $\alpha = 0,92$ und eine gute Darstellung der Forschungskonstrukte.
- Alle sieben Ressourcenstärken der RDA zeigten eine negative Korrelation mit jeder der Subskalen der Depressions-, Angst- und Stressskala (DASS). Während diejenigen im Bereich der mittelschweren bis schweren Depressionssymptome weniger als drei Ressourcenstärken berichteten, berichteten diejenigen mit leichten bis keinen depressiven Symptomen über drei Ressourcenstärken, die über dem Mittelwert lagen.
- Resilienzwerte (RSA) zeigen eine moderate bis starke Korrelation mit den berichteten Ressourcenstärken





ZENTRALER ERKENNTNIS

- In diesen 7 Zusammenhängen kann Unterstützung gefunden werden – bereits eine gewisse Menge an Unterstützung kann zu gutem Navigieren durch harte Zeiten führen
- Therapie: Ressourcenfragen in den 7 Bereichen können ressourcenreiche Möglichkeiten aufdecken

