

**Drs. Arlien Bakker****Dr. Wim Nieuwenboom**

Themenlab, 17. Juni 2014

**Wheel of Five ("Schijf van Vijf").
Ein niederländisches Konzept für Stärkung
der psychischen Widerstandsfähigkeit auf
dem Prüfstand.**

Das Modell wurde während sieben Jahre in einer Coachingpraxis in Amsterdam unter Einbezug theoretischer Grundlagen aus der Entwicklungspsychologie, Gesundheitspsychologie und Soziologie entwickelt. Es ist ein Konzept zur Stärkung der psychischen Widerstandsfähigkeit von Individuen in Organisationen unter Berücksichtigung der (sozialen) Spielräume, die ihnen zur Verfügung stehen. Damit bildet dieses Modell eine wesentliche Erweiterung, bzw. Ergänzung zu herkömmlichen Resilienzkonzepten, in dem es die Einbettung in einem sozialen Kontext ausdrücklich mitberücksichtigt.

Im Modell werden fünf Dimensionen unterschieden (Akzeptanz des Selbst und der eigenen Existenz, Zugehörigkeitsgefühl (Sense of Belonging), Authentizität, soziale Spielräume, Sinnggebung) Diese sind als wesentliche Kernelemente aufzufassen, die dem Individuum ermöglichen, sich den Druck der alltäglichen Anforderungen, Pflichten und Erwartungen angemessen zu widersetzen indem es sich selber das Erlaubnis erteilt, Freiräume zu schaffen. Für jede der fünf Dimensionen sind Interventionen vorgesehen Diese zielen alle darauf ab, das Individuum darin zu stärken, seine Bedürfnisse in Einklang mit den Erwartungen der sozialen Umwelt zu bringen.

Dieses Projekt hat zum Ziel, die Dimensionen des Modells zu überprüfen und die Wirksamkeit des Modells in einem Coaching-Setting auszuweisen. Zu diesem Zweck wurde ein standardisiertes Instrument entwickelt, das die fünf Dimensionen zuverlässig und valide operationalisieren und messen soll. Eine erste Probeversion mit 80 Frageitems wurde an 33 Personen in einer Onlineversion vorgelegt. Nach Analyse der Kennwerte aller Items wurden 27 Items ausgewählt und damit wurden nochmals 104 Personen befragt. Die Daten wurden einer konfirmatorischen Faktorenanalyse unterzogen und die inhaltliche Validität der Subskalen wurde mittels qualitativen Interviews überprüft. In einer dritten Runde erfolgte nochmals eine Onlinebefragung mit 150 Personen. Aufgrund der Resultate dieser Befragung wurde die definitive Version des Instruments fertiggestellt. Die Wirksamkeit der Interventionen die auf das "Wheel of Five"-Modell basieren, sollte in den nächsten Monaten in einem Coaching-Setting überprüft werden. Erste Resultate werden April 2014 erwartet.

Zunächst sollen die wesentlichen Aspekte des "Wheel of Five"-Konzepts und des dem zugrundeliegenden Resilienzbeffriff vorgestellt werden. Danach sollen die Reliabilität und Validität des entwickelten Instruments diskutiert werden. Zum Schluss folgen dann vorliegende Ergebnisse zur Wirksamkeit des Coachings nach dem "Wheel of Five"- Konzept.



Literatur

- Antonovsky, Aaron (1987). Unraveling the mystery of health: how people manage stress and stay well. San Francisco, CA, US: Jossey-Bass.
- Cantril, Hadley (1965). The pattern of human concerns. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Keyes, Corey L. M.; Shmotkin, Dov; Ryff, Carol D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Hojtink, Leonie; Brake, Hans te; Dückers, Michel (2011). Veerkracht monitor. Ontwikkeling van een meetinstrument voor psychosociale veerkracht. URL: http://www.impact-kenniscentrum.nl/doc/resilience_monitor/VeerkrachtMonitor_DEFIV.pdf [Download 1.10.2012].
- Keyes, Corey L. M.; Shmotkin, Dov; Ryff, Carol D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Portzky, Michael (2008). De RS-Resilience Scale [Nederlandse vertaling en bewerking van de oorspronkelijke versie van Gail M. Wagnild & Heather M. Young]. Amsterdam: Pearson.
- Ryff, Carol D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being.

Angaben zu den Personen

Drs. Arlien Bakker absolvierte 1985 das Psychologiestudium an der Universität von Amsterdam und war zunächst während neun Jahre im ICT-Bereich bei einer grösseren Software-Firma (Cap Volmac, heute Cap Gemini) als Software-Entwicklerin, Projektleiterin und Koordinatorin tätig. In letztgenannter Tätigkeit begleitete sie als Ausbilderin Teammitglieder und gab sie Kommunikationstrainings. Bis 2000 war sie Managerin bei einem Tochterunternehmen von Cap Gemini. Im Jahre 2000 verliess Sie die ICT-Branche und wurde Koordinatorin Informationsmanagement beim UWV, eine städtische Organisation die mit der Ausgestaltung und Umsetzung der Sozialhilfe beauftragt ist. In dieser Funktion leitete sie Teams von Versicherungsärzten, administrativem und juristischem Personal und Arbeitsexpertinnen und -experten. Seit 2006 arbeitet sie als selbständiger (zertifiziert für CSR und MBTI) Coach für Grosskunden und betreut in dieser Tätigkeit Mitarbeiterinnen Mitarbeiter bei der Alltagsbewältigung und Wiedereingliederung.

Web: <http://www.liberta-coaching.nl>

Dr. Wim Nieuwenboom, Fachpsychologe für Gesundheitspsychologie FSP, arbeitete nach Abschluss seines Psychologiestudiums (Klinische Psychologie) an der Universität Utrecht als wissenschaftlicher Assistent an der Universität Zürich, wo er 2006 auf einem forschungsmethodischen Thema in Bereich Leseforschung promovierte. Im Jahre 1998 wurde er wissenschaftlicher Mitarbeiter beim Institut für Suchtforschung (ISF, heute ISGF) in Zürich, in welcher Funktion er an die Evaluation der kontrollierten Heroinabgabe (HeGeBe) beteiligt war. Seit 2000 ist er an der Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit tätig und leitete eine Reihe von Forschungsprojekten im Bereich Psychischer Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen (u.a. Suchtproblematik). In diesem Themenbereich ist er auch in der Lehre und Weiterbildung tätig.

Web: <http://www.fhnw.ch/personen/wim-nieuwenboom/projekte>