



-lich Willkommen!

Corona-Studie - Resilienz und Befinden in der Corona-Krise

IGEMO

Institut für Gesundheit und Entwicklung
für Menschen und Organisationen



Dr. Peter Hofer



Mag. Anneliese
Aschauer

Ein Forschungsprojekt – entstanden in einer absoluten Ausnahme-Zeit

13. März 20: Ankündigung des Shutdowns in A

16. März 20: Start mit Forschungsprojekt

Online-Studie: Quantitativer Forschungsstrang

Interviews mit Unternehmer/innen und „My story“: Qualitativer
Forschungsteil

14. April 20 : Go Live der Online-Studie





Home

Resilienz in der Corona-Krise ▾

Die Studie im Überblick

My Story

Forschungsteam

Kontakt

TEILNEHMEN

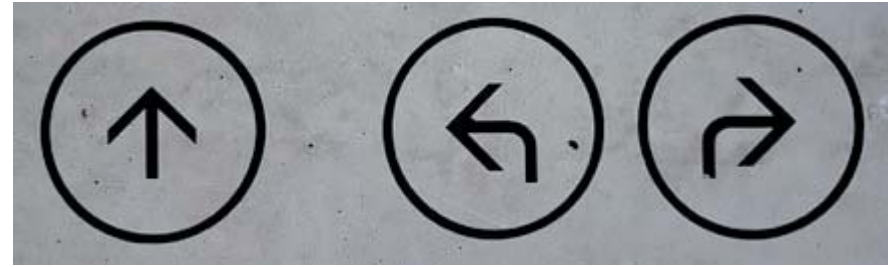
RESILIENZ UND BEFINDEN IN DER CORONA KRISE

Die Corona-Studie: ein Forschungsprojekt

MEHR ERFAHREN

IGEMO

Forschungsfragen



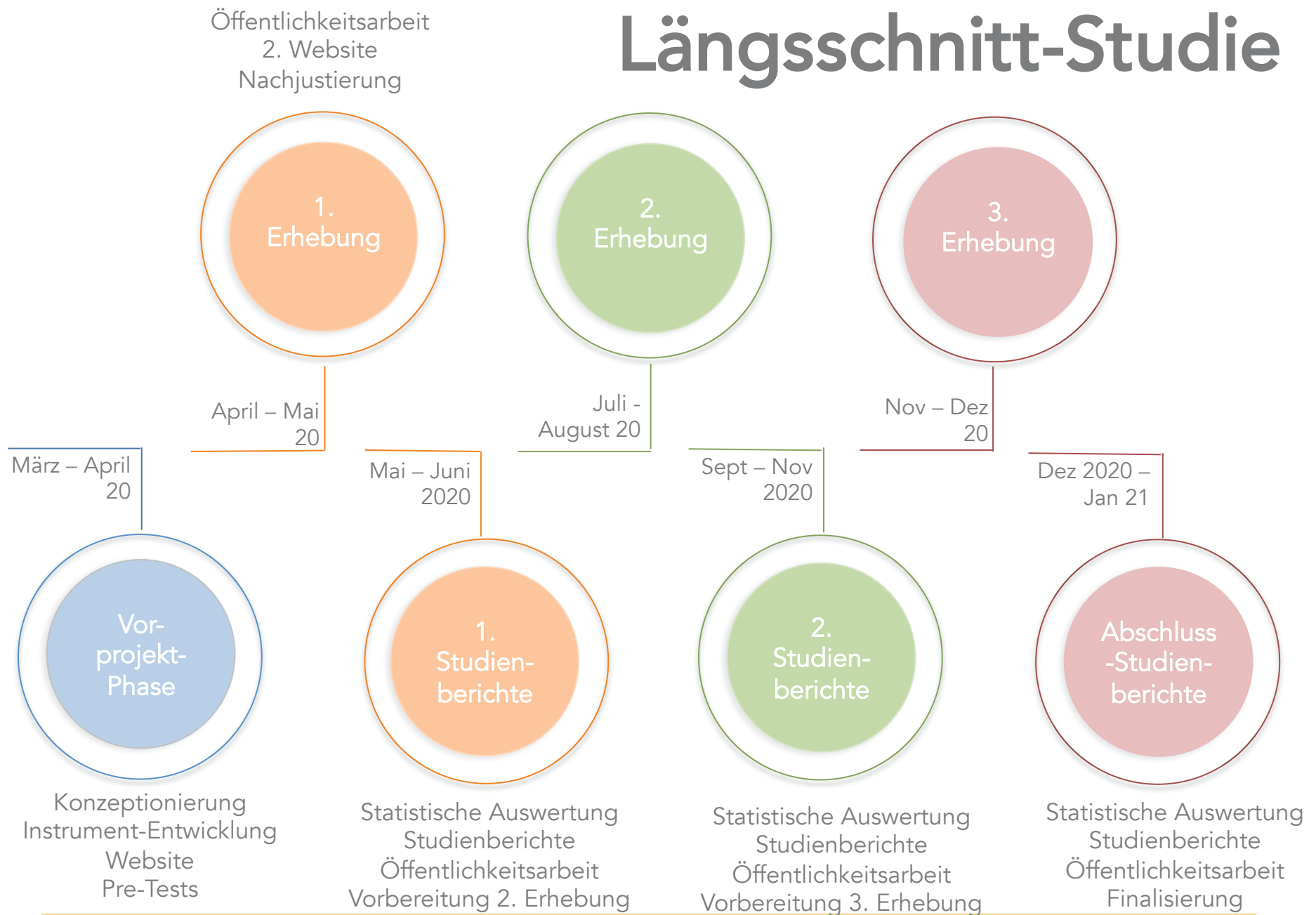
Psychisches Befinden in der Corona-Krise

- Wie wirkt sich eine kollektive Krise wie Corona auf das psychische Befinden von Menschen aus?
- Wie verändert sich das Befinden und die psychische Gesundheit über die Dauer der Krise? Wie sind also die Folgewirkungen der Corona-Krise?
- Wie wirken die unterschiedlichen Corona-spezifischen Einflussfaktoren auf das Befinden von Menschen in Krisen?

Wirkung von Resilienz auf das Befinden in Krisen

- Wie steht Resilienz und im besonderen einzelne Resilienzfaktoren mit dem Befinden von Menschen in einer kollektiven disruptiven Krise in Zusammenhang?
- Haben Menschen mit einer gut ausgeprägten Resilienz ein besseres Befinden in Krisen?
- Welche Resilienzfaktoren wirken besonders als Puffer-Faktoren zwischen Belastungssituation und Befinden?

Längsschnitt-Studie



1. Erhebungszeitpunkt: 4 Fragebogen-Tools



① Resilienz-Check®

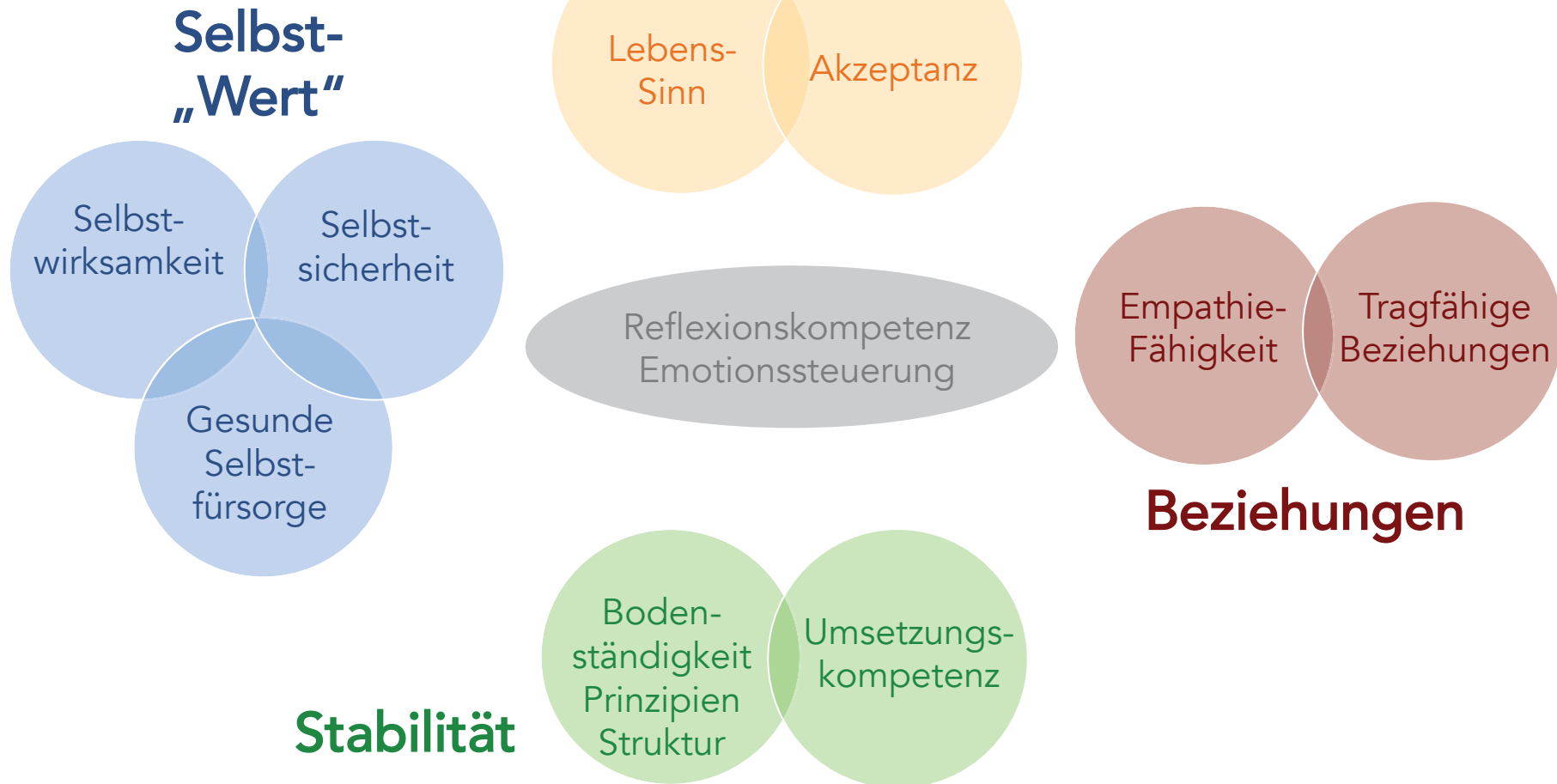
Aschauer & Hofer

Entwickelt 2016
Überarbeitung und Online-Tool
2018

- 5 Dimension
- 12 Resilienzfaktoren



12 RESILIENZ-Faktoren



Resilienz-Check® Hofer & Aschauer 2018

② Befindlichkeitscheck Bef-Check®

Hofer & Aschauer

Entwickelt 2020

- 10 Befindlichkeits-Dimensionen
- In 5 Kontexten



Befindlichkeits-Studie zur Corona-Krise © IGEMO AG

Teil A: Gegenwärtige Situation und Befindlichkeit

Wie ist Ihre augenblickliche Befindlichkeit, wenn Sie an die gegenwärtige Situation im Allgemeinen denken?

Sie finden im Folgenden eine Auflistung von Eigenschaftspaaren. Bitte denken Sie dabei an **Ihre gegenwärtige Situation im Allgemeinen**. Entscheiden Sie dann, in welcher Ausprägung eine der beiden Eigenschaften Ihrer gegenwärtigen Befindlichkeit / Stimmungslage am besten entspricht. **Bitte denken Sie nicht zuviel nach und treffen Sie Ihre Entscheidungen spontan!**



★ **"Wenn ich an die gegenwärtige Situation im Allgemeinen denke, fühle ich mich / empfinde ich mich ..."**

verunsichert	☐	☐	☐	☐	☐	☐	zuversichtlich
ohnmächtig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	handlungsstark
antriebslos	☐	☐	☐	☐	☐	☐	motiviert
unzufrieden	☐	☐	☐	☐	☐	☐	zufrieden
verletzlich	☐	☐	☐	☐	☐	☐	widerstandsfähig
schweremütig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	positiv gestimmt

Bef-Check®: 10 Dimensionen in 5 Kontexten

Besorgtheit/Ängstlichkeit	–	Zuversichtlichkeit
Schwermütigkeit / Depressivität	–	Heiterkeit
Vulnerabilität / Dünnhäutigkeit	–	Robustheit/Dickhäutigkeit
Selbstzweifel	–	Selbstsicherheit
Hilflosigkeit / Ohnmacht	–	Selbstwirksamkeit
Erschöpftheit	–	Energiegeladenheit
Gereiztheit	–	Gelassenheit
Angespanntheit	–	Entspanntheit
Einsamkeit	–	Soziale Eingebundenheit
Verschlossenheit	–	Offenheit

Bef-Check®: Das Befinden bezogen auf 5 Kontexte



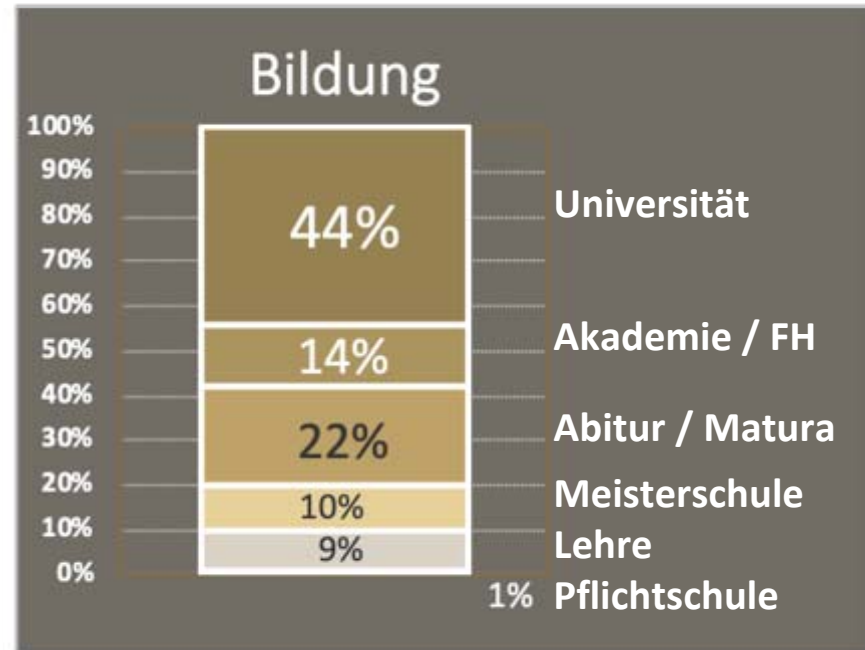
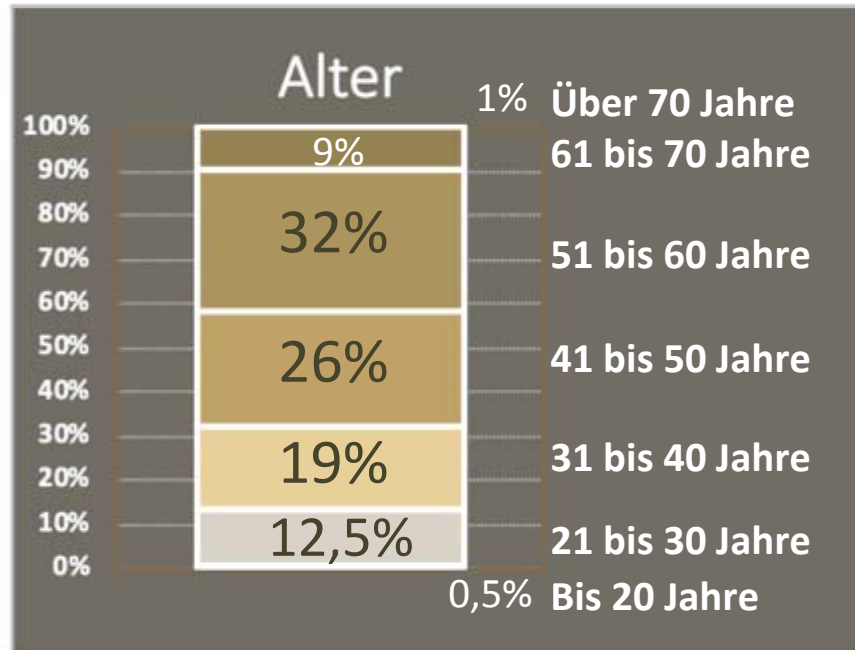
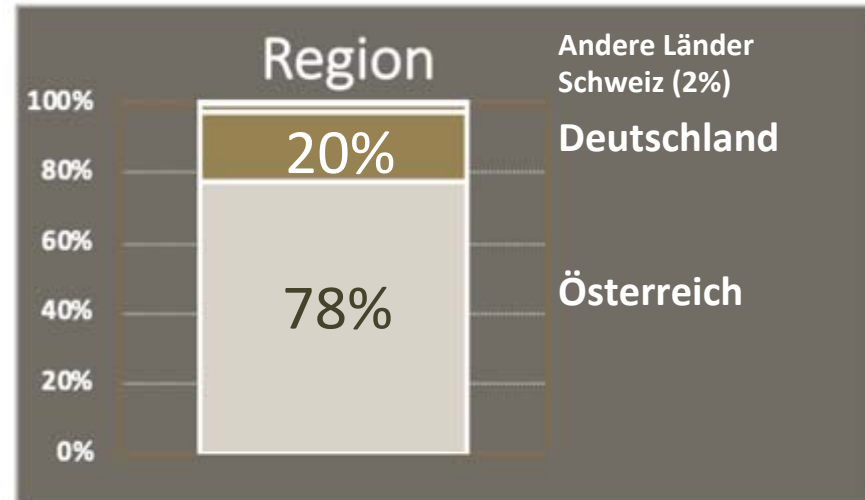
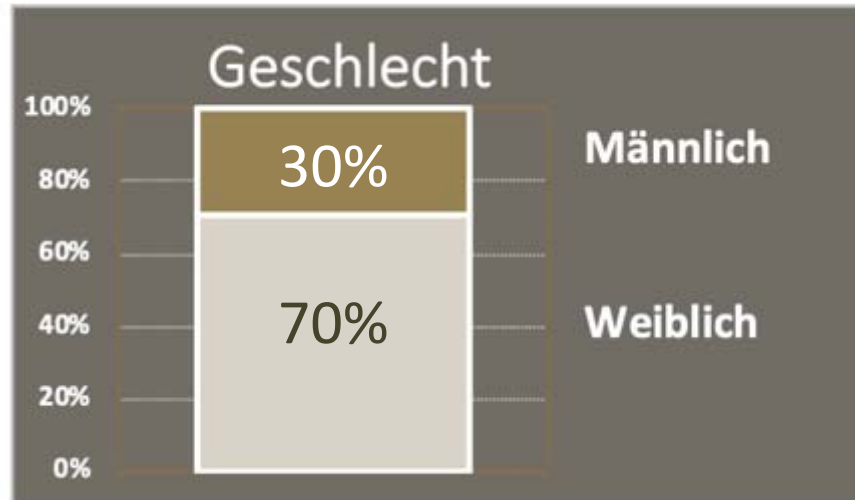
Erste Ergebnisse und Erkenntnisse



Studienpopulation

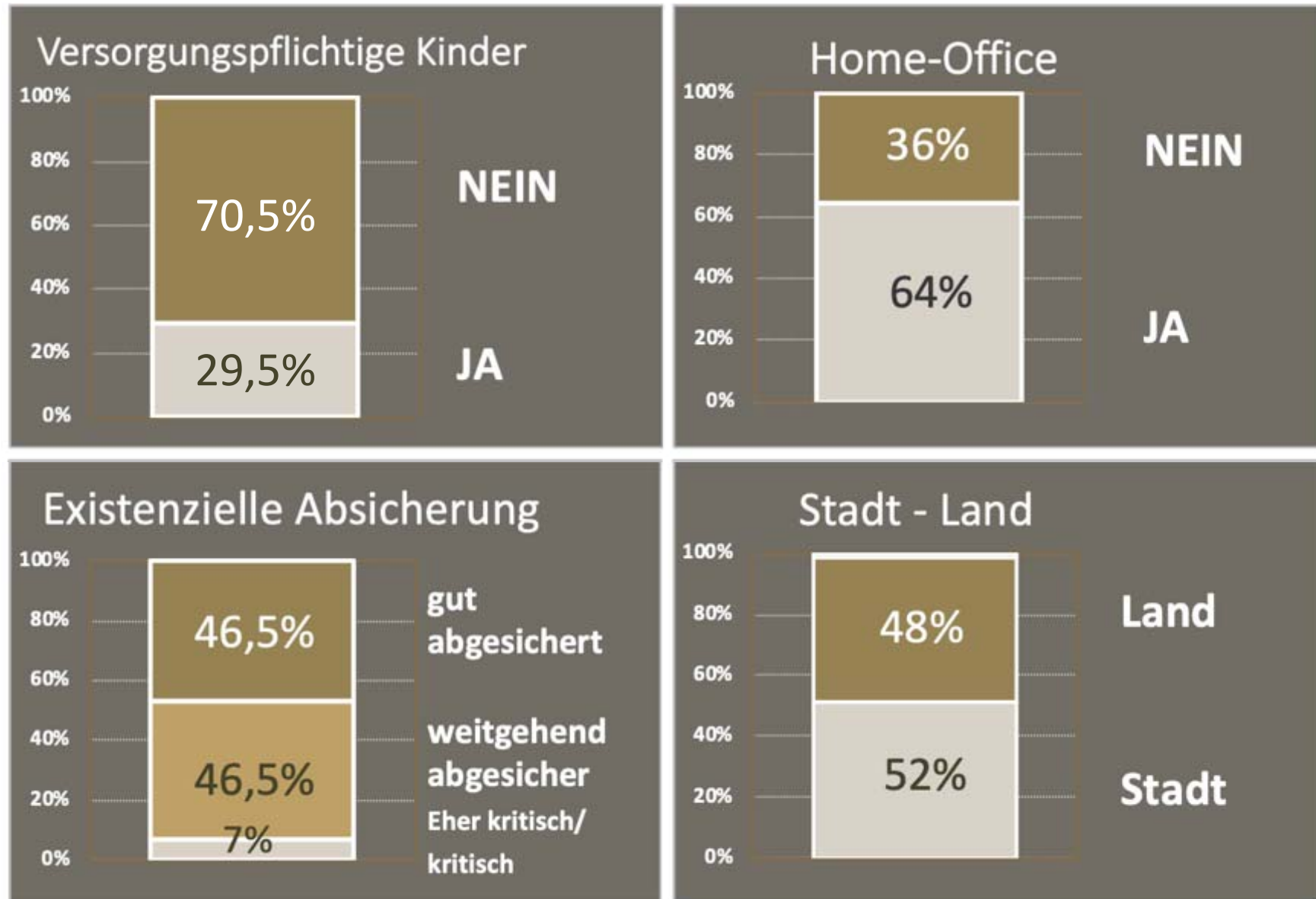
- Besucher*innen in der Befindlichkeitsstudie : 1954
- Teilnehmer*innen: 1657
- **Vollständige Datensätze: 1570**
- Abbrecher*innen: ca. 5 %

Soziodemografische Daten (1)



Wie setzt sich der Teilnehmerkreis der Studie zusammen?

Soziodemografische Daten (2)



Wie setzt sich der Teilnehmerkreis der Studie zusammen?

Psychisches Befinden - Befragung zu 5 Kontexten Bef-Check®

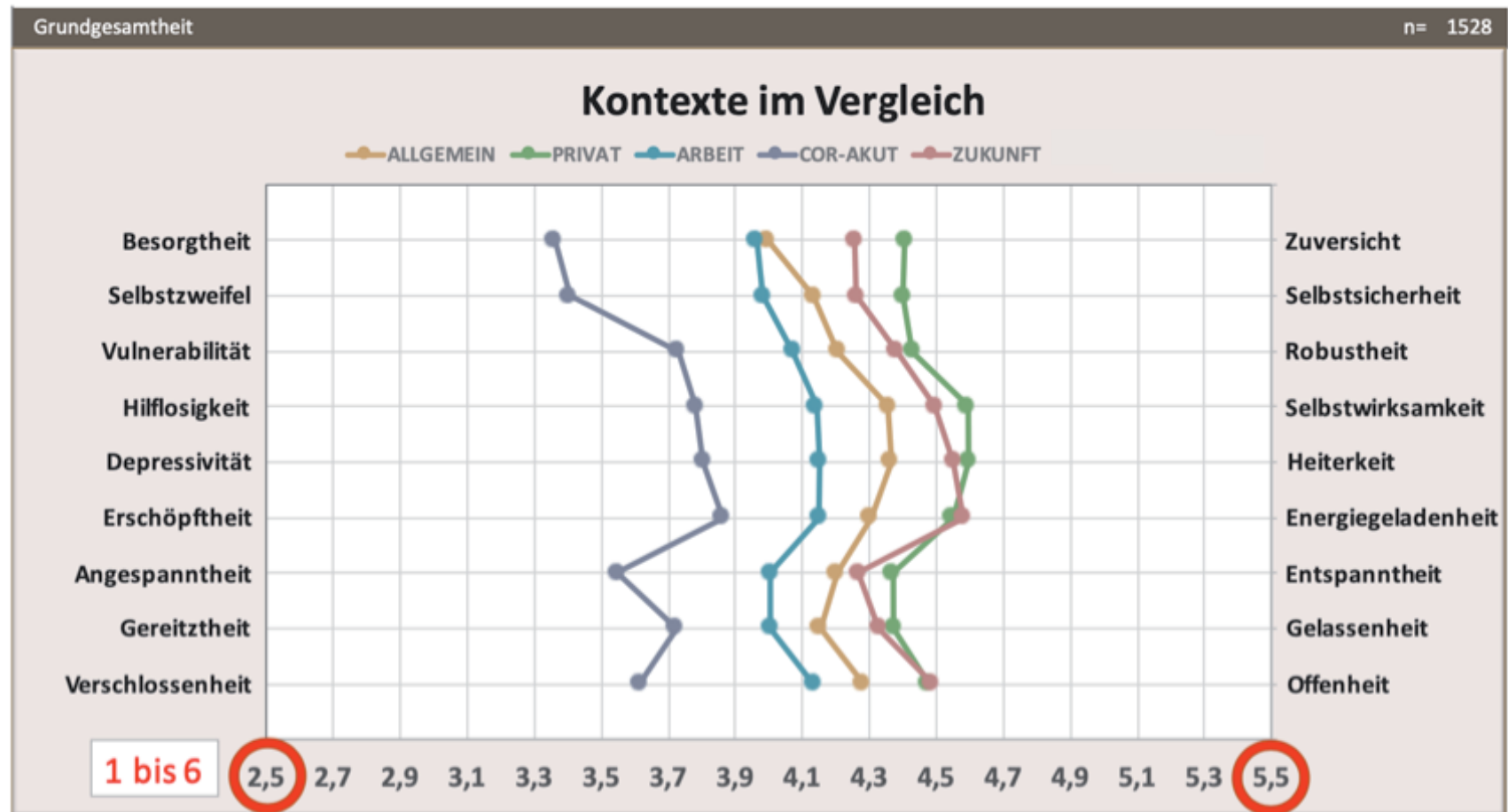
Ergebnisse



Wird der Fokus auf verschiedene Kontexte gerichtet, welche Unterschiede werden erkennbar?



- = Gegenwart
- = Privates Umfeld
- = Arbeitssituation
- = Corona Akutsituation
- = Zukunft



Welche Phänomene sind bei den Unterschieden erkennbar? Wie ausgeprägt sind diese Unterschiede?

Resilienz-Check[®]

Die 12 Resilienzfaktoren auf dem Prüfstand

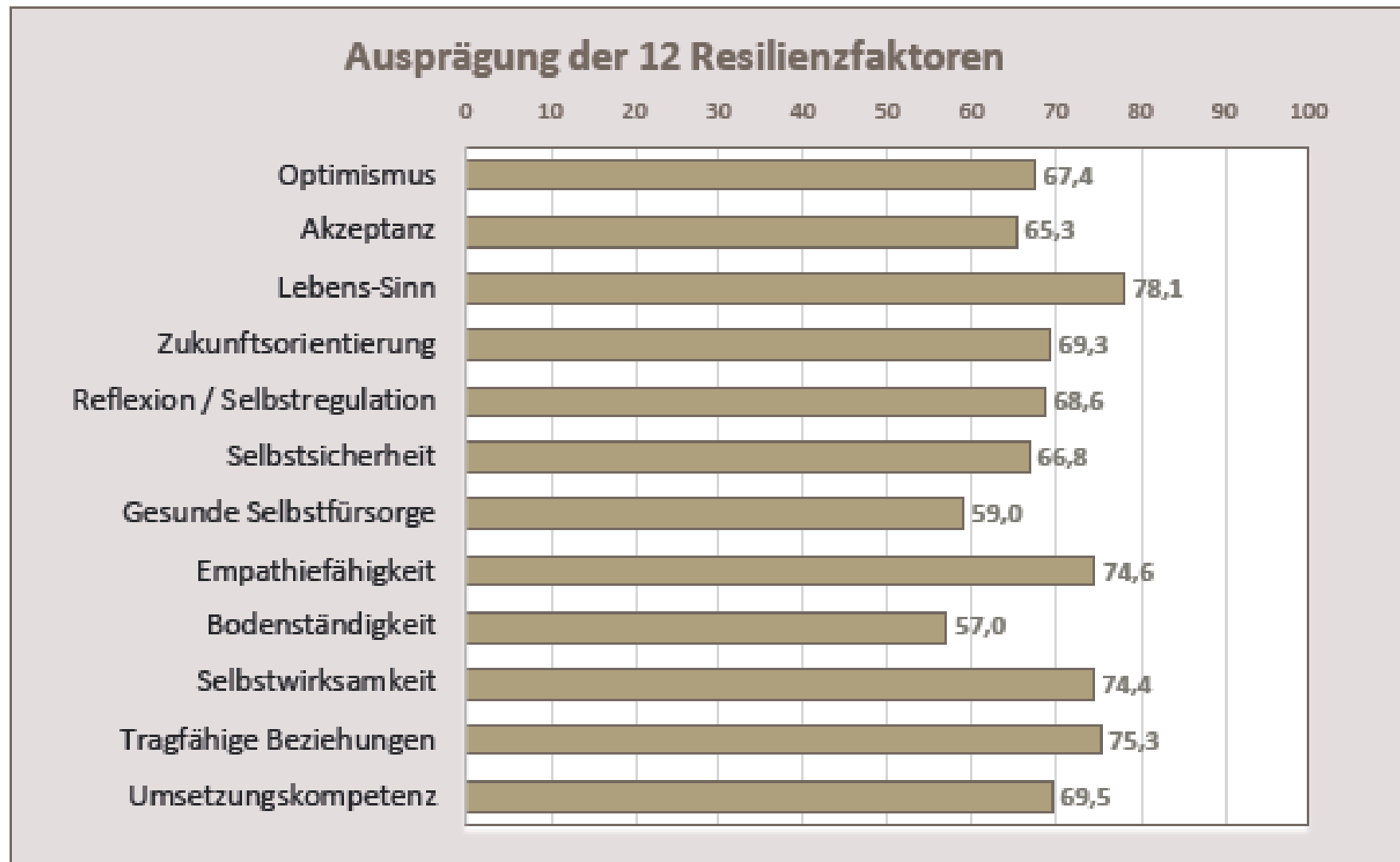
Ergebnisse



© Aschauer / Hofer 2018

Zeigt sich die Wirkung der 12 Resilienzfaktoren in einer kollektiven Krise, wie der Corona-Krise?

Ausprägung der 12 Resilienzfaktoren

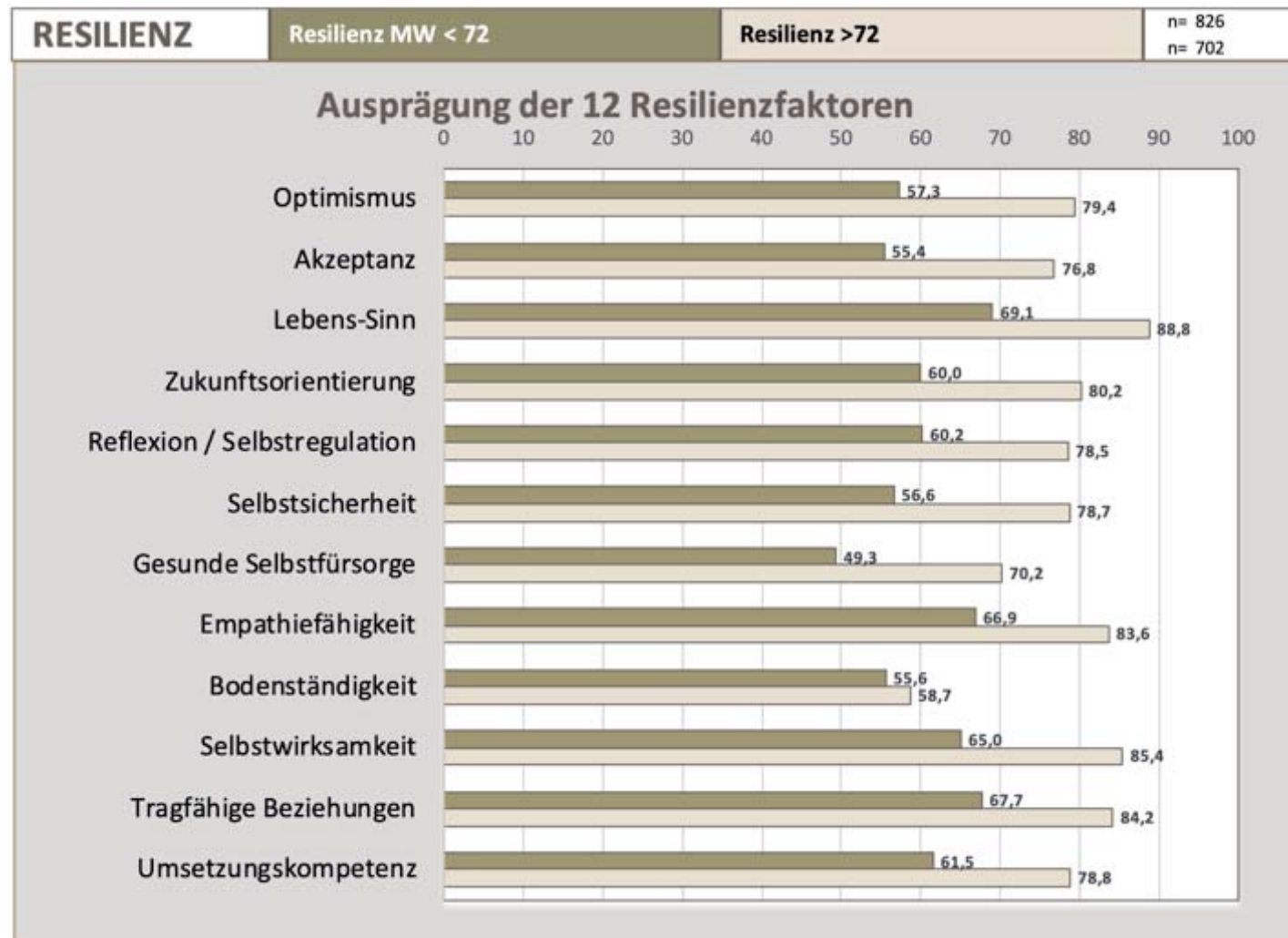


N = 1528

Wie sieht die durchschnittliche Ausprägung der 12 Resilienzfaktoren - in den in der Corona-Studie durchgeführten - Resilienz-Checks, aus?

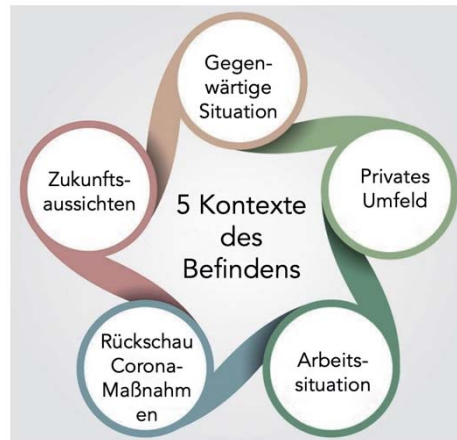
Ausprägung der Resilienzfaktoren bei

- Teilnehmer*innen mit niedriger Resilienz (MW < 72)
- Teilnehmer*innen mit hoher Resilienz (MW > 72)

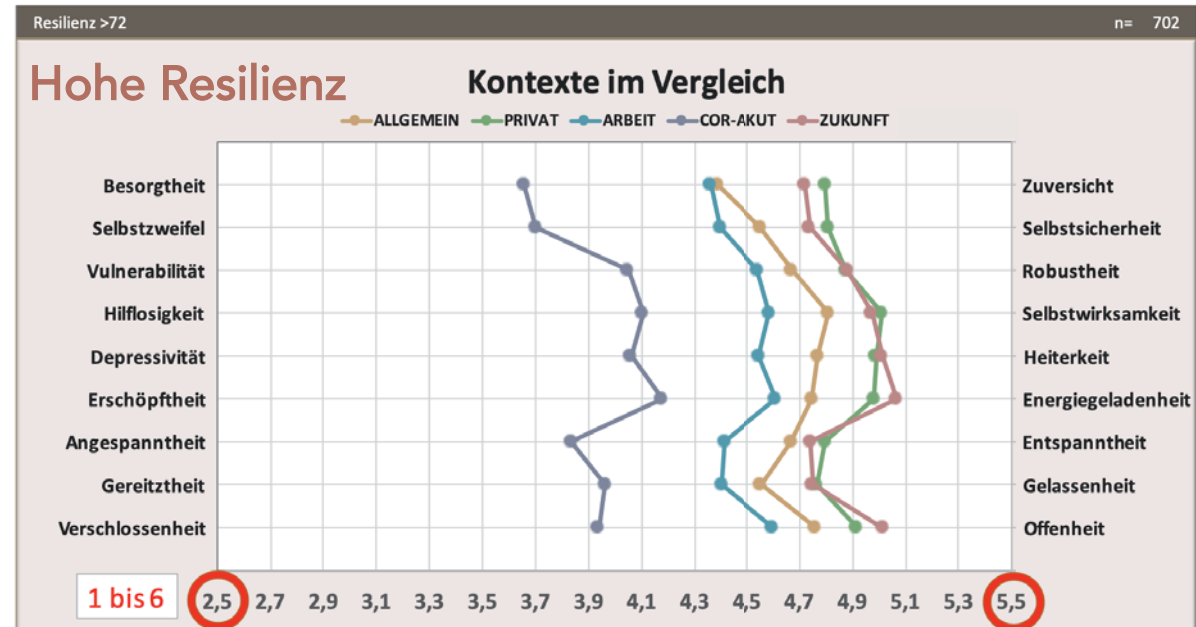
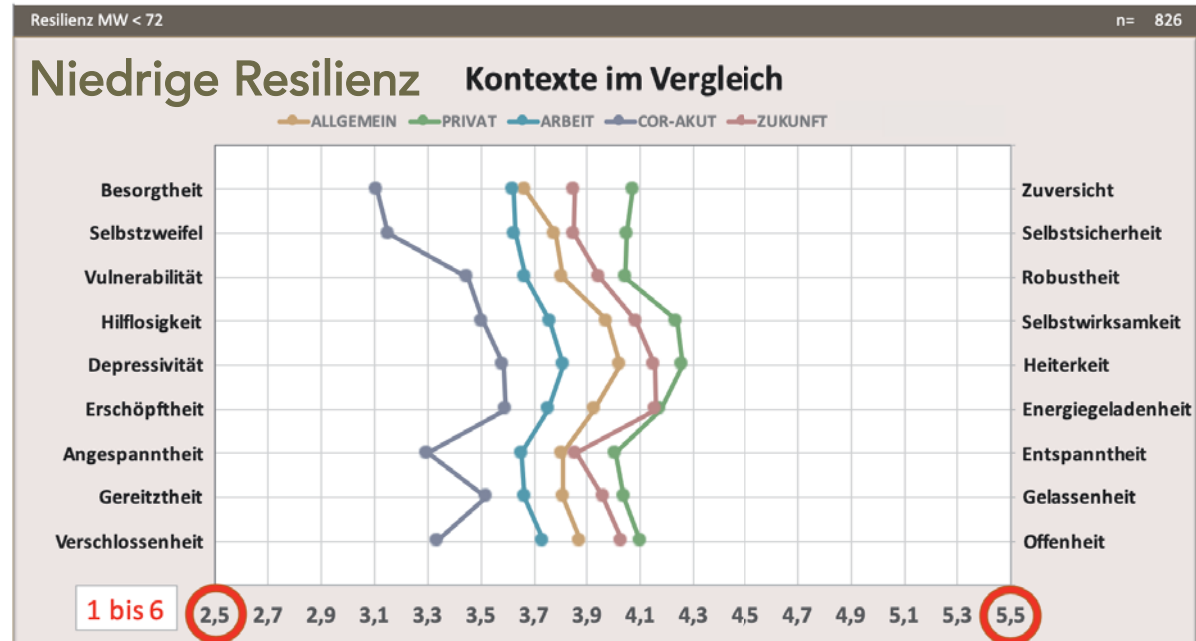


Wie sieht die Ausprägung der einzelnen Resilienzfaktoren bei der Gruppe mit hohen und bei der Gruppe mit niedrigen Resilienz-Gesamtergebnissen aus?

Resilienz auf dem Prüfstand des Befindens



- = Gegenwart
- = Privates Umfeld
- = Arbeitssituation
- = Corona Akutsit.
- = Zukunft

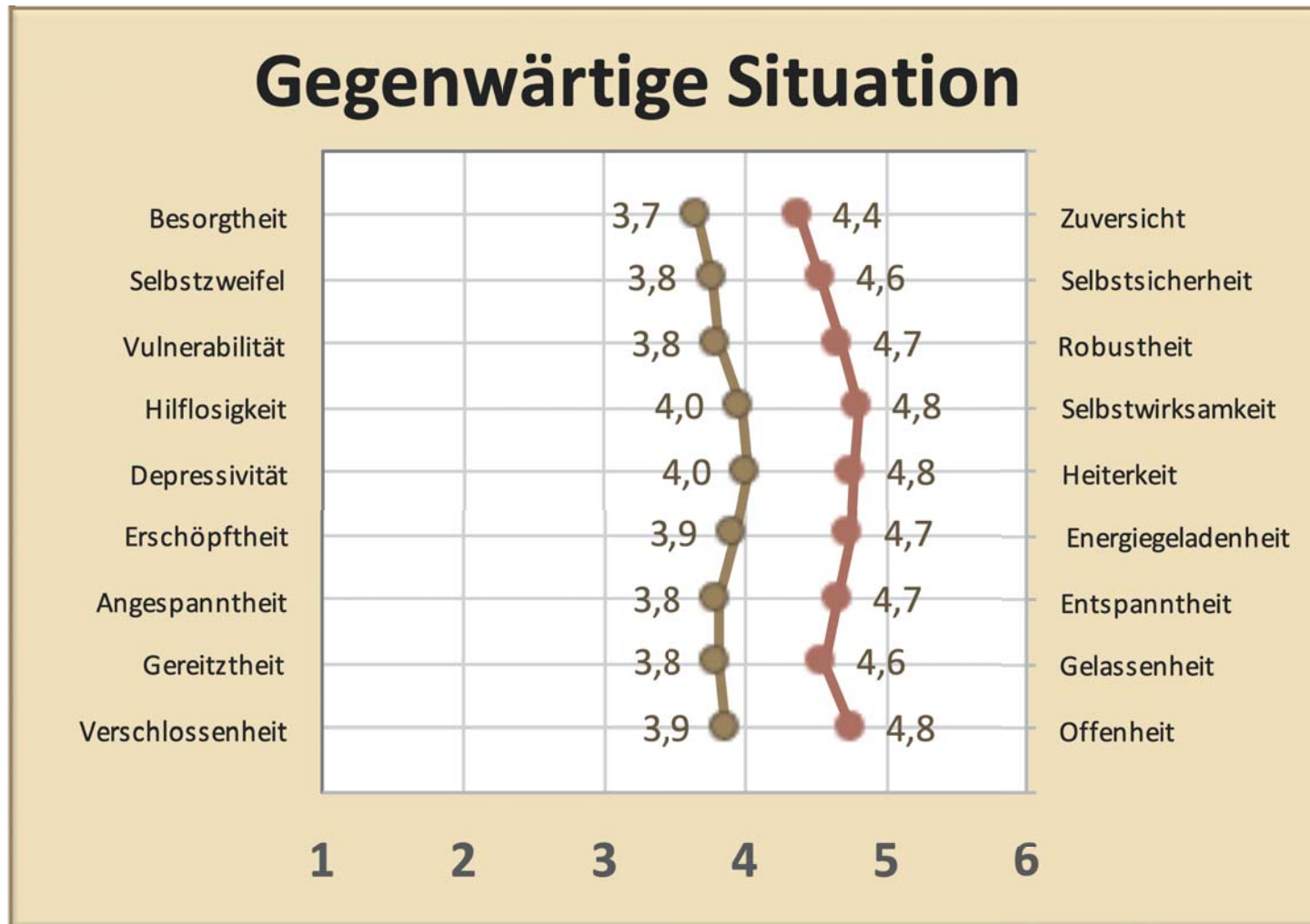


Welche Unterschiede werden hinsichtlich der Befindlichkeits-Bewertungen in den jeweiligen Kontextbetrachtungen bei den beiden Gruppen erkennbar?

Resilienz auf dem Prüfstand: Befindlichkeit gegenwärtig

Resilienz $\phi < 72$ – Resilienz $\phi > 72$

n = 826 n = 702

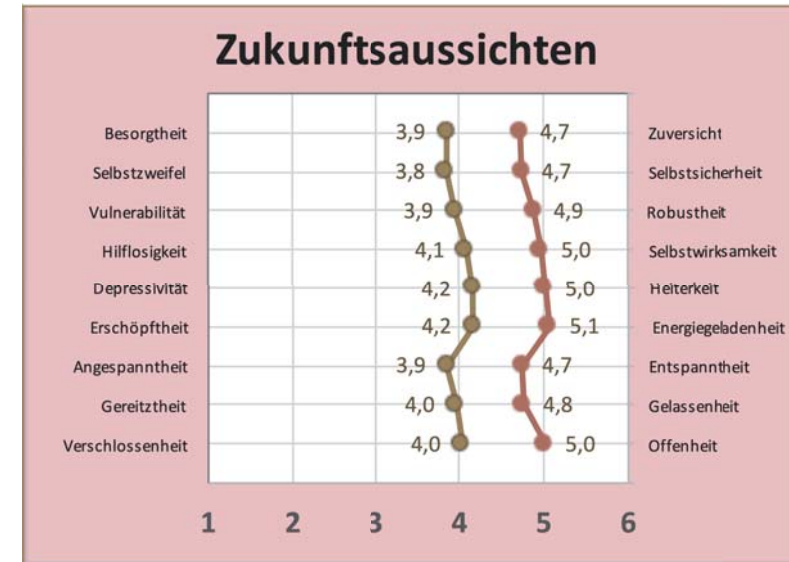
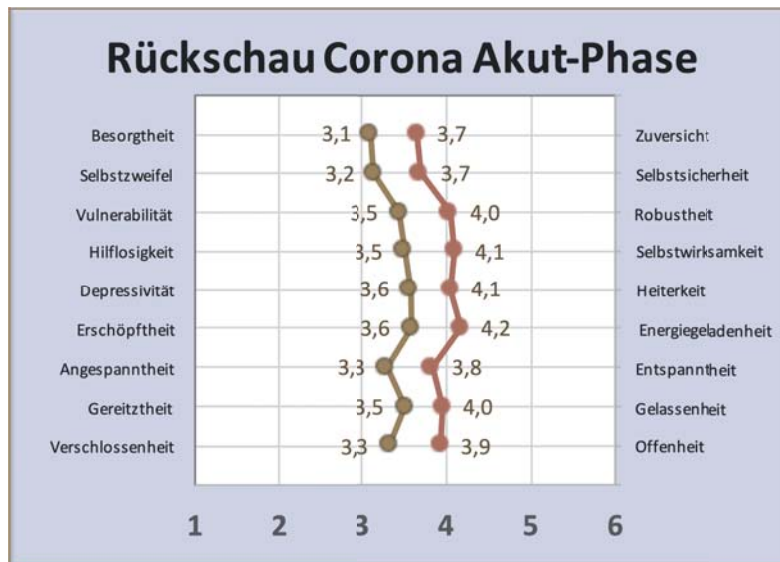
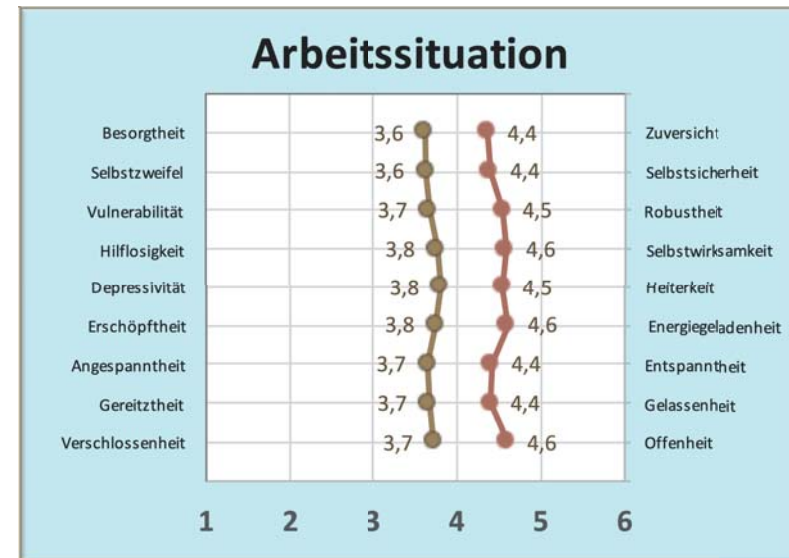
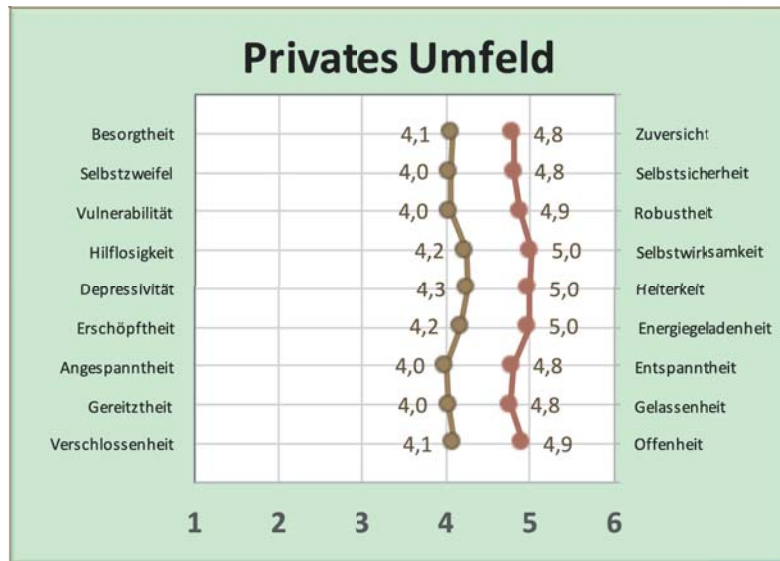


Wie ausgeprägt sind die Unterschiede bei den jeweiligen Befindlichkeits-Dimensionen bei Personen mit hoher und mit niedriger Resilienz im jeweiligen

Resilienz auf dem Prüfstand – Befindlichkeit und Kontexte

Resilienz $\phi < 72$ – Resilienz $\phi > 72$

n = 826 n = 702



Wie ausgeprägt sind die Unterschiede bei den jeweiligen Befindlichkeits-Dimensionen bei Personen mit hoher und mit niedriger Resilienz im jeweiligen

Resilienz auf dem Prüfstand

AUSWAHL	BLATT 1	Resilienz MW < 72
HIT-LISTE	n = 826	
ALLGEMEIN		
1 Einsamkeit - Eingebundenheit	4,31	11,8%
2 Depressivität - Heiterkeit	4,02	14,7%
3 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	3,97	16,4%
4 Erschöpfung - Energiegeladenheit	3,93	16,6%
5 Verschllossenheit - Offenheit	3,88	19,9%
6 Gereiztheit - Gelassenheit	3,81	20,4%
7 Vulnerabilität - Robustheit	3,81	20,6%
7 Vulnerabilität - Robustheit	3,81	20,6%
9 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	3,78	20,7%
10 Besorgtheit - Zuversicht	3,67	22,8%
PRIVAT		
1 Depressivität - Heiterkeit	4,26	12,1%
2 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	4,24	12,7%
3 Erschöpfung - Energiegeladenheit	4,18	12,7%
4 Verschllossenheit - Offenheit	4,10	15,7%
5 Besorgtheit - Zuversicht	4,07	15,9%
6 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	4,05	16,3%
7 Vulnerabilität - Robustheit	4,04	16,4%
8 Gereiztheit - Gelassenheit	4,04	16,2%
9 Angespanntheit - Entspanntheit	4,01	17,3%
ARBEIT		
1 Depressivität - Heiterkeit	3,81	16,1%
2 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	3,76	18,3%
3 Erschöpfung - Energiegeladenheit	3,75	18,0%
4 Verschllossenheit - Offenheit	3,73	19,4%
5 Vulnerabilität - Robustheit	3,67	20,0%
6 Gereiztheit - Gelassenheit	3,67	19,4%
7 Angespanntheit - Entspanntheit	3,65	20,2%
8 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	3,63	20,8%
9 Besorgtheit - Zuversicht	3,62	20,8%
VERGANGENHEIT		
1 Erschöpfung - Energiegeladenheit	3,59	23,6%
2 Depressivität - Heiterkeit	3,58	23,8%
3 Gereiztheit - Gelassenheit	3,52	26,6%
4 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	3,51	26,8%
5 Vulnerabilität - Robustheit	3,45	28,3%
6 Verschllossenheit - Offenheit	3,34	31,6%
7 Angespanntheit - Entspanntheit	3,30	32,4%
8 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	3,15	36,2%
9 Besorgtheit - Zuversicht	3,11	37,3%
ZUKUNFT		
1 Erschöpfung - Energiegeladenheit	4,16	12,9%
2 Depressivität - Heiterkeit	4,15	12,5%
3 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	4,08	14,5%
4 Verschllossenheit - Offenheit	4,03	16,3%
5 Gereiztheit - Gelassenheit	3,96	15,7%
6 Vulnerabilität - Robustheit	3,95	16,9%
7 Angespanntheit - Entspanntheit	3,86	18,3%
8 Besorgtheit - Zuversicht	3,85	19,0%
9 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	3,85	18,9%

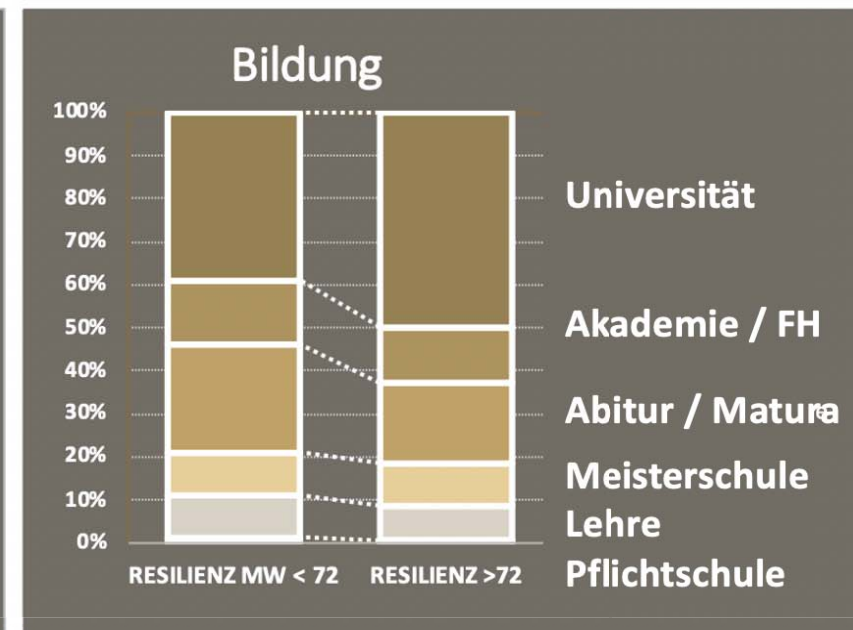
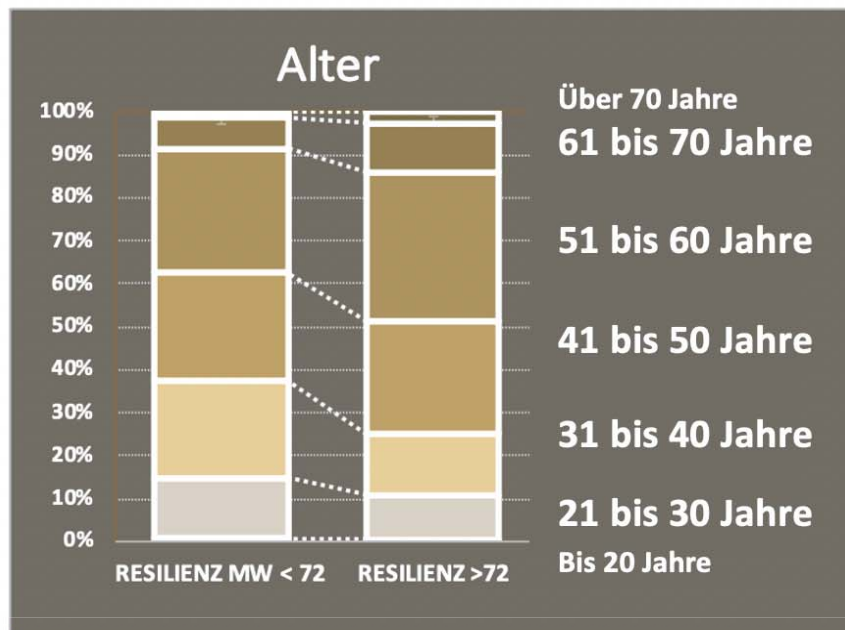
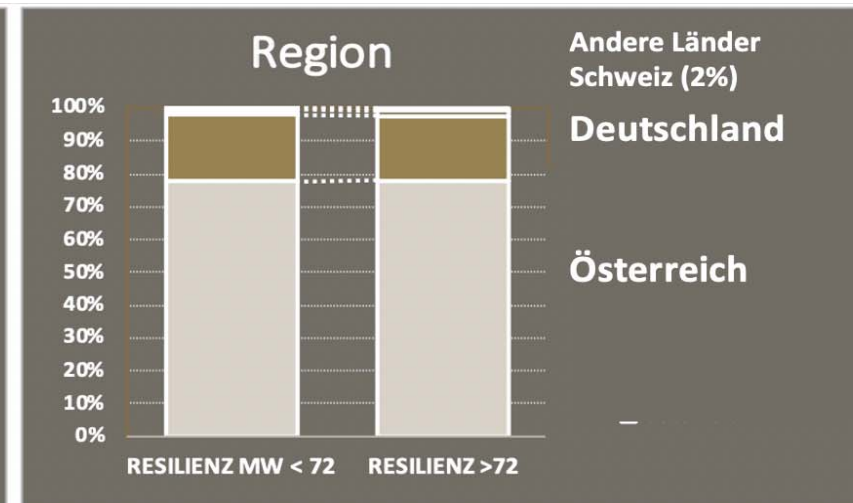
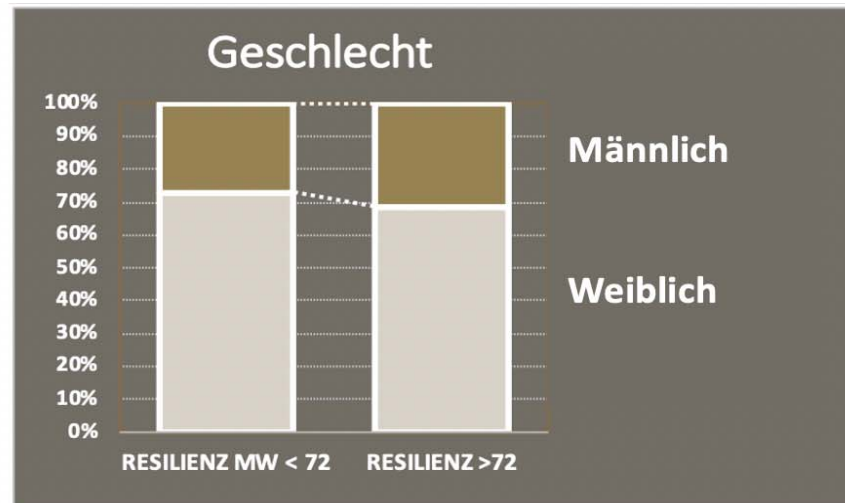
AUSWAHL	BLATT 2	Resilienz > 72
HIT-LISTE	n = 702	
ALLGEMEIN		
1 Einsamkeit - Eingebundenheit	5,05	7,2%
2 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	4,81	4,7%
3 Depressivität - Heiterkeit	4,77	4,6%
4 Verschllossenheit - Offenheit	4,76	3,9%
5 Erschöpfung - Energiegeladenheit	4,75	4,8%
6 Vulnerabilität - Robustheit	4,67	7,2%
7 Angespanntheit - Entspanntheit	4,67	7,0%
8 Gereiztheit - Gelassenheit	4,55	8,3%
9 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	4,55	8,3%
10 Besorgtheit - Zuversicht	4,39	10,0%
PRIVAT		
1 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	5,01	4,0%
2 Depressivität - Heiterkeit	4,99	4,1%
3 Erschöpfung - Energiegeladenheit	4,98	3,8%
4 Verschllossenheit - Offenheit	4,92	6,2%
5 Vulnerabilität - Robustheit	4,87	6,0%
6 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	4,81	6,3%
7 Besorgtheit - Zuversicht	4,80	6,4%
7 Besorgtheit - Zuversicht	4,80	6,4%
9 Gereiztheit - Gelassenheit	4,77	6,5%
ARBEIT		
1 Erschöpfung - Energiegeladenheit	4,61	6,2%
2 Verschllossenheit - Offenheit	4,60	7,4%
3 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	4,58	6,8%
4 Depressivität - Heiterkeit	4,55	5,7%
5 Vulnerabilität - Robustheit	4,54	7,2%
6 Angespanntheit - Entspanntheit	4,41	8,6%
7 Gereiztheit - Gelassenheit	4,40	7,8%
8 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	4,40	9,3%
9 Besorgtheit - Zuversicht	4,36	9,4%
VERGANGENHEIT		
1 Erschöpfung - Energiegeladenheit	4,18	14,6%
2 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	4,10	17,1%
3 Depressivität - Heiterkeit	4,06	15,7%
4 Vulnerabilität - Robustheit	4,05	19,0%
5 Gereiztheit - Gelassenheit	3,96	19,6%
6 Verschllossenheit - Offenheit	3,94	21,7%
7 Angespanntheit - Entspanntheit	3,83	23,1%
8 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	3,70	26,0%
9 Besorgtheit - Zuversicht	3,66	26,5%
ZUKUNFT		
1 Erschöpfung - Energiegeladenheit	5,07	3,0%
2 Verschllossenheit - Offenheit	5,01	4,2%
3 Depressivität - Heiterkeit	5,01	3,1%
4 Hilflosigkeit - Selbstwirksamkeit	4,97	3,9%
5 Vulnerabilität - Robustheit	4,88	5,0%
6 Gereiztheit - Gelassenheit	4,75	5,3%
7 Angespanntheit - Entspanntheit	4,74	5,6%
8 Selbstzweifel - Selbstsicherheit	4,74	6,1%
9 Besorgtheit - Zuversicht	4,72	6,2%

Welches „Gesamt-Bild“ ergibt sich, wenn man die beiden Gruppen gegen-
überstellt?

Resilienz: Unterschiede i.H. soziodemografische Daten

Resilienz $\bar{x} < 72$ – Resilienz $\bar{x} > 72$

$n = 826$ $n = 702$



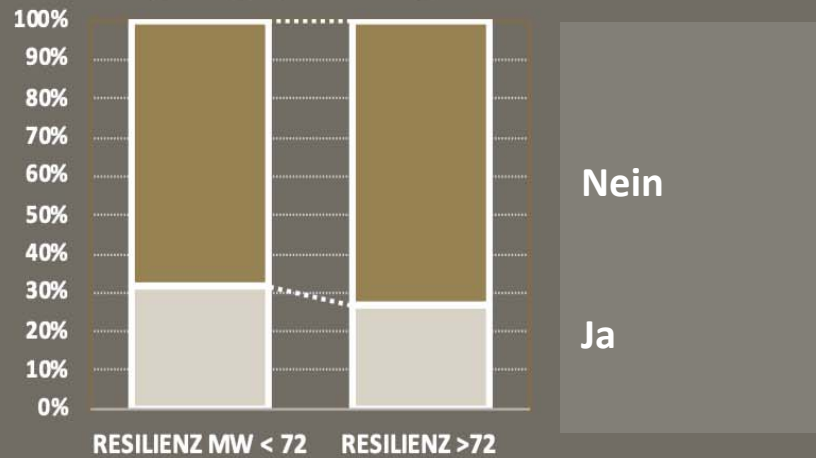
Wie setzen sich die jeweiligen Gruppen mit hoher und mit niedriger Resilienz zusammen?

Resilienz: Corona-spezifische Einflussfaktoren

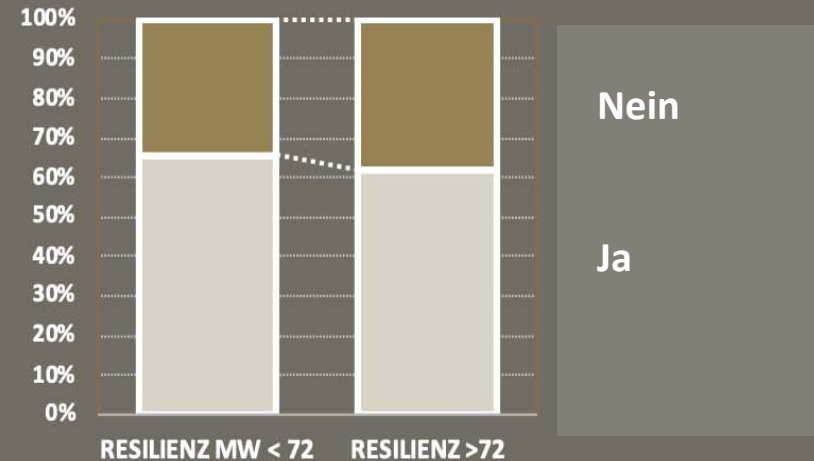
Resilienz $\phi < 72$ – Resilienz $\phi > 72$

n = 826 n = 702

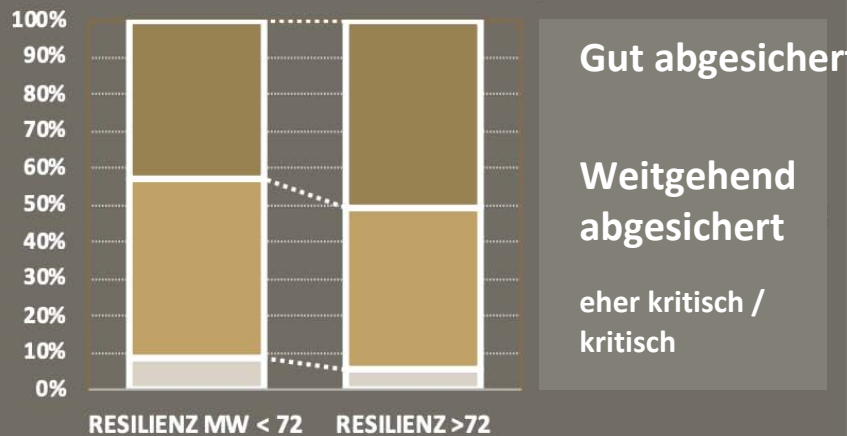
Versorgungspflichtige Kinder



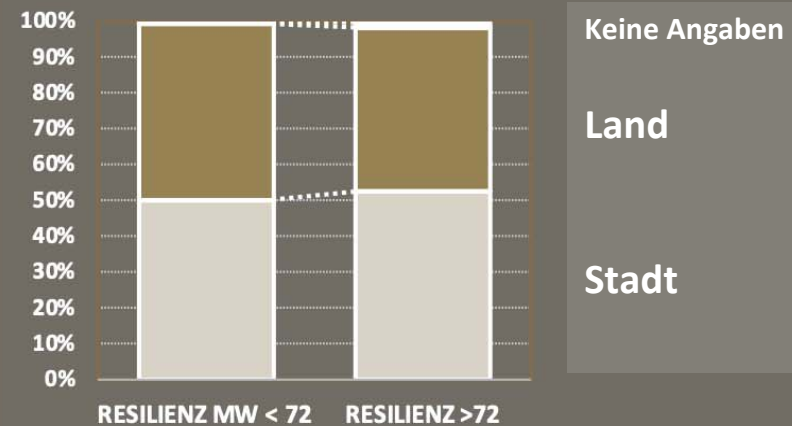
Home-Office



Existenzielle Absicherung



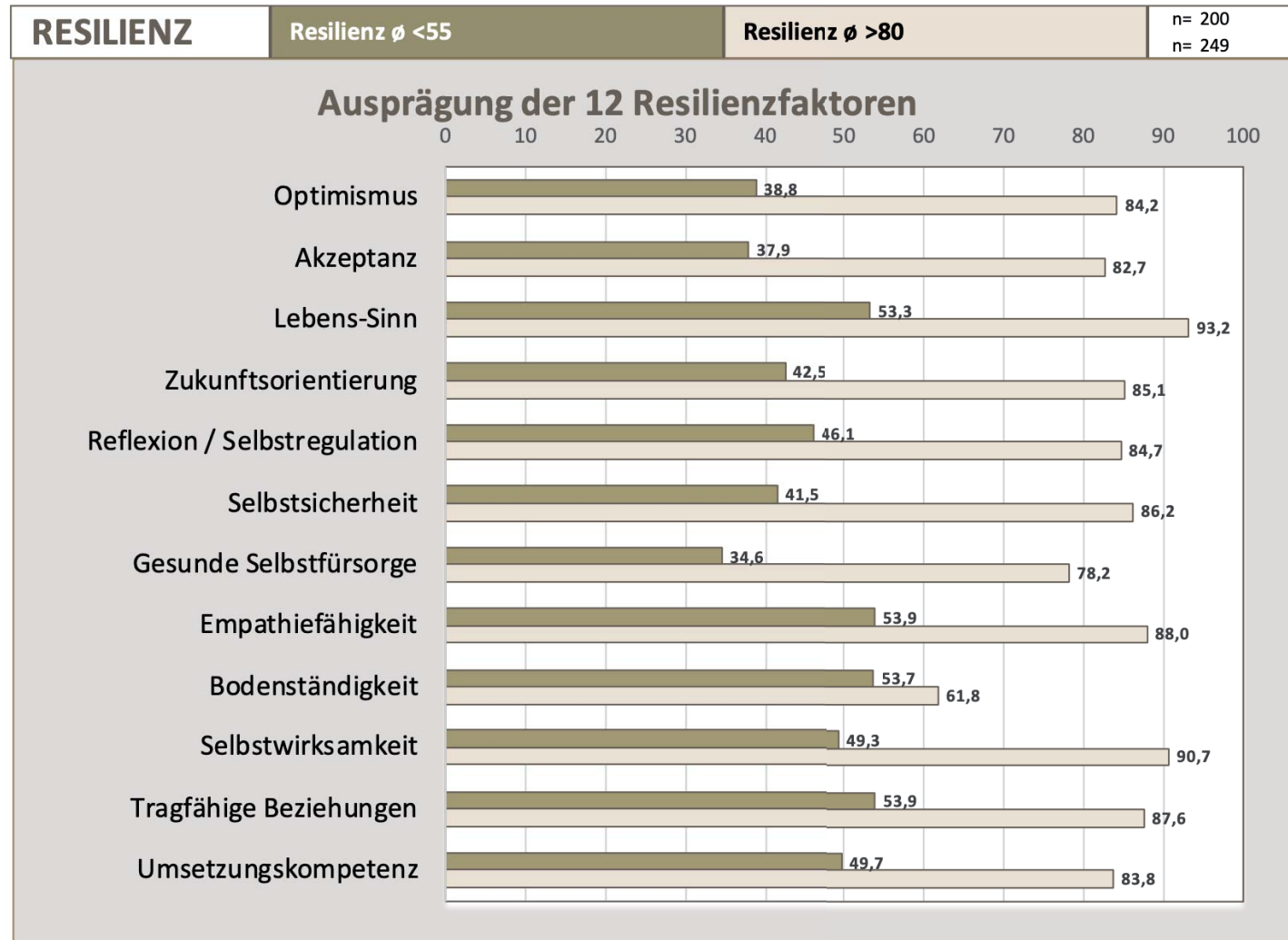
Stadt - Land



Wie setzen sich die jeweiligen Gruppen mit hoher und mit niedriger Resilienz zusammen?

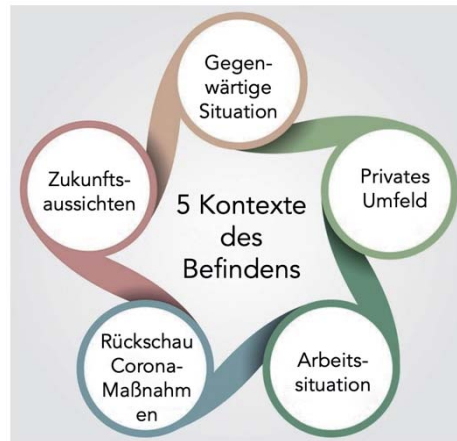
Ausprägung der Resilienzfaktoren bei

- Teilnehmer*innen mit niedriger Resilienz (MW < 55)
- Teilnehmer*innen mit hoher Resilienz (MW > 80)

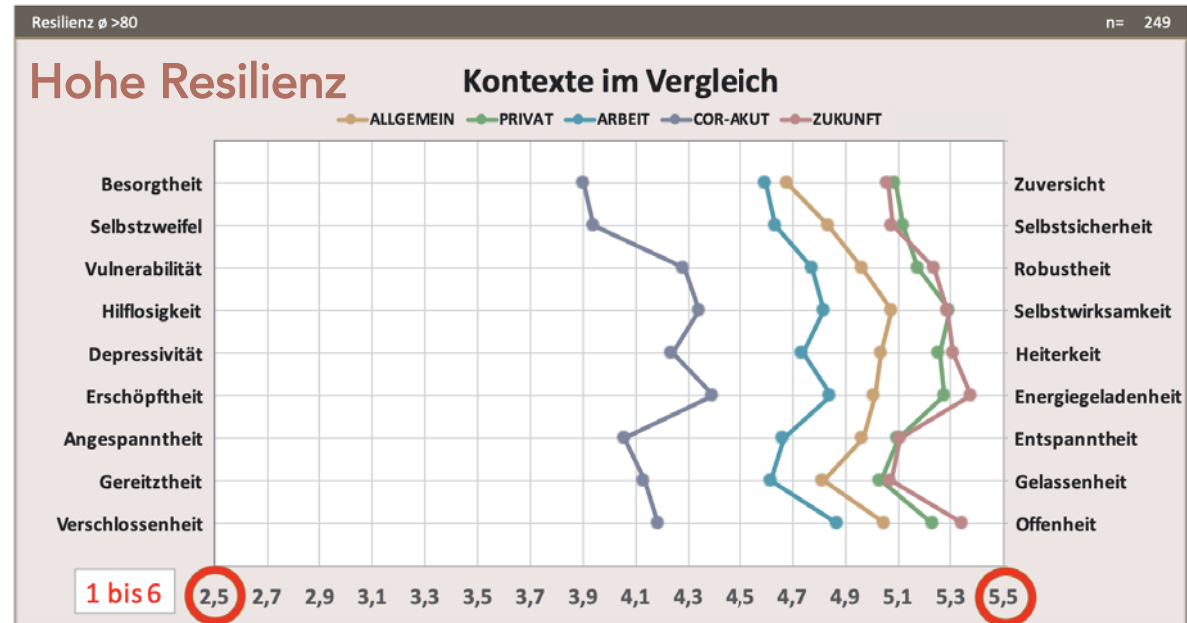
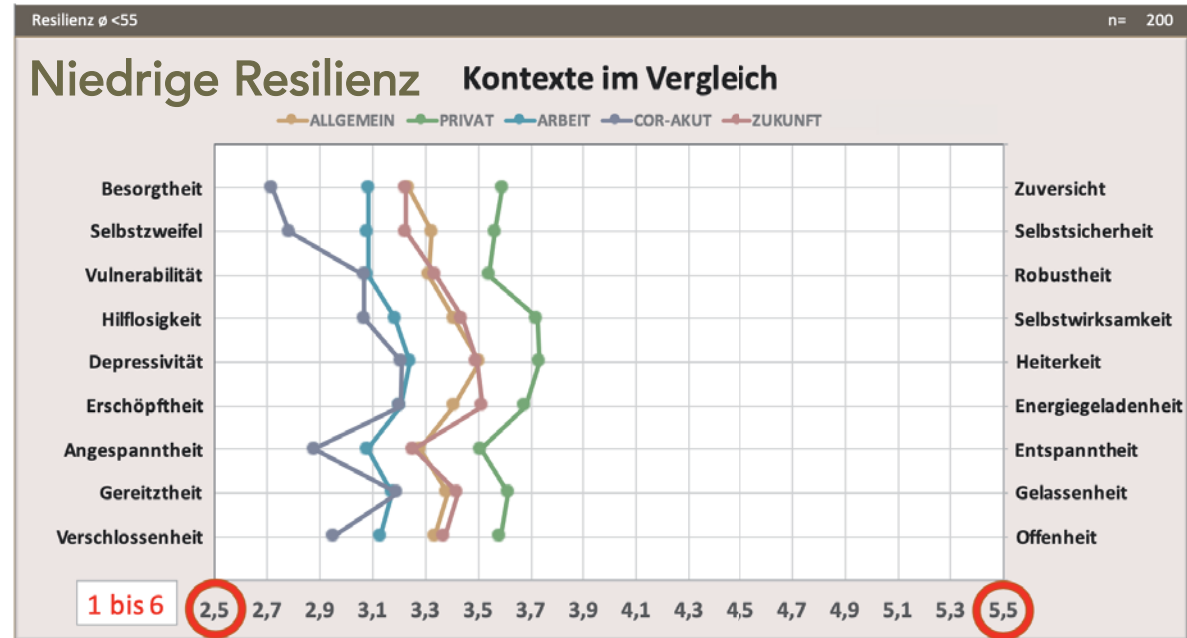


Wie sieht die durchschnittliche Ausprägung der Ergebnisse bei der Gruppe mit sehr hohen und sehr niedrigen durchschnittlichen Resilienz-Gesamtergebnissen aus?

Resilienz auf dem Prüfstand des Befindens



- = Gegenwart
- = Privates Umfeld
- = Arbeitssituation
- = Corona Akutsit.
- = Zukunft

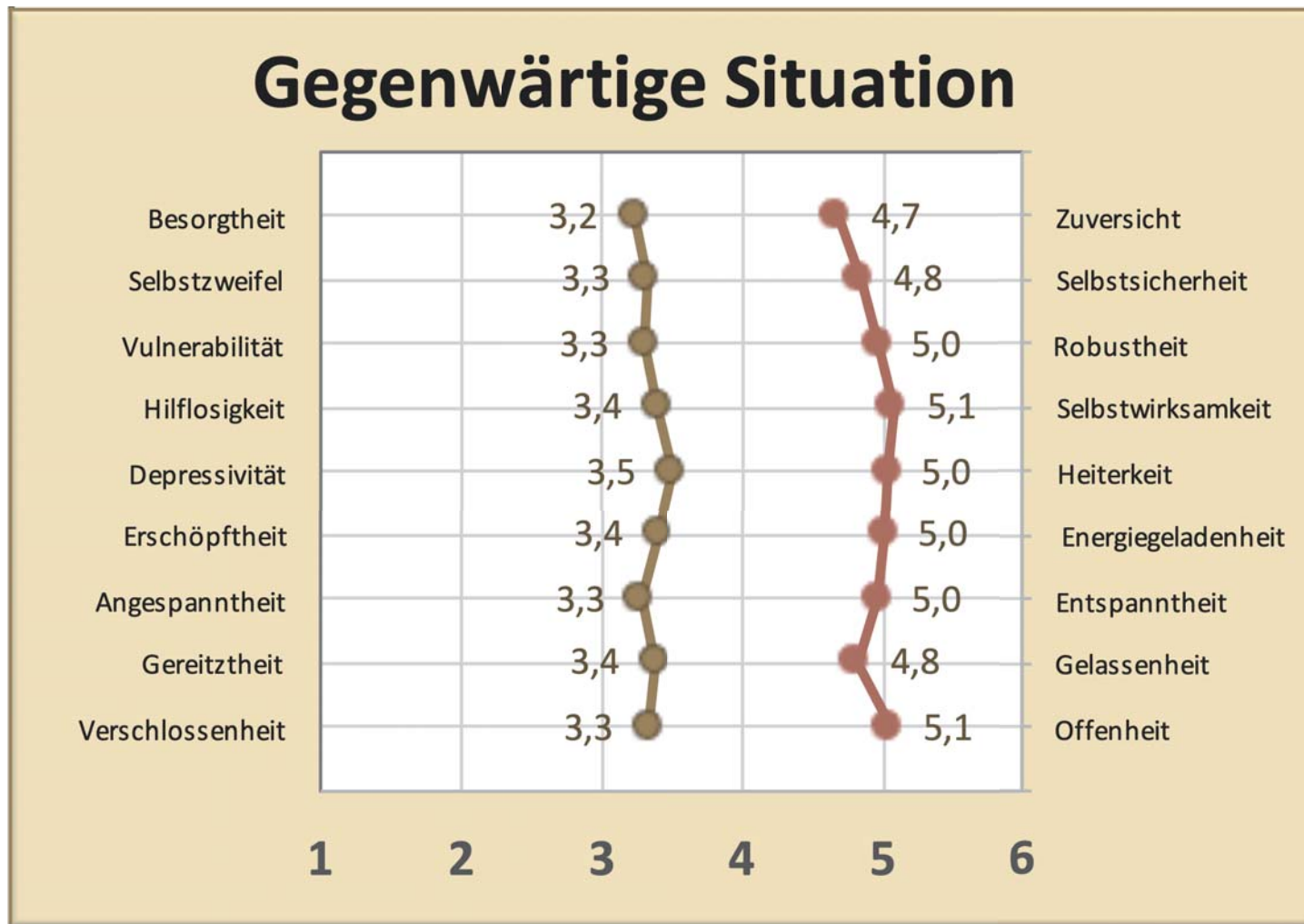


Welche Unterschiede werden hinsichtlich der Befindlichkeits-Bewertungen in den jeweiligen Kontextbetrachtungen bei den beiden Gruppen erkennbar?

Resilienz auf dem Prüfstand: Befindlichkeit gegenwärtig

Resilienz $\phi < 55$ – Resilienz $\phi > 80$

n = 200 n = 249

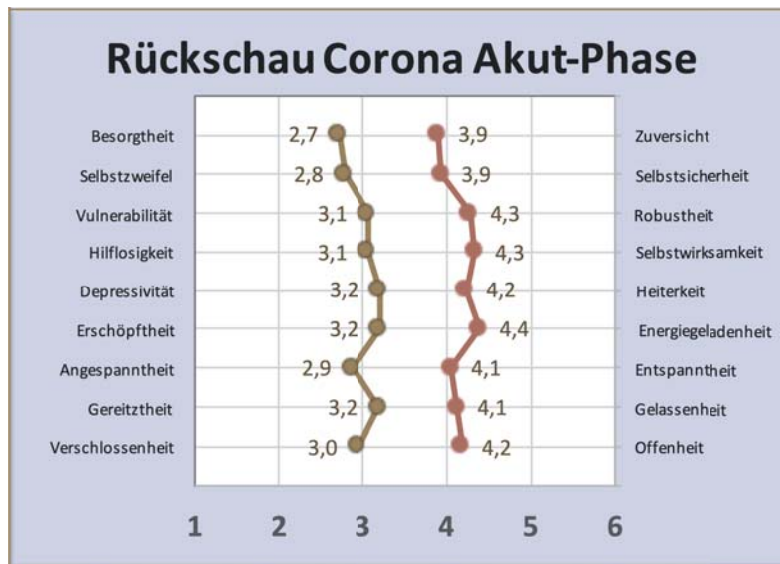
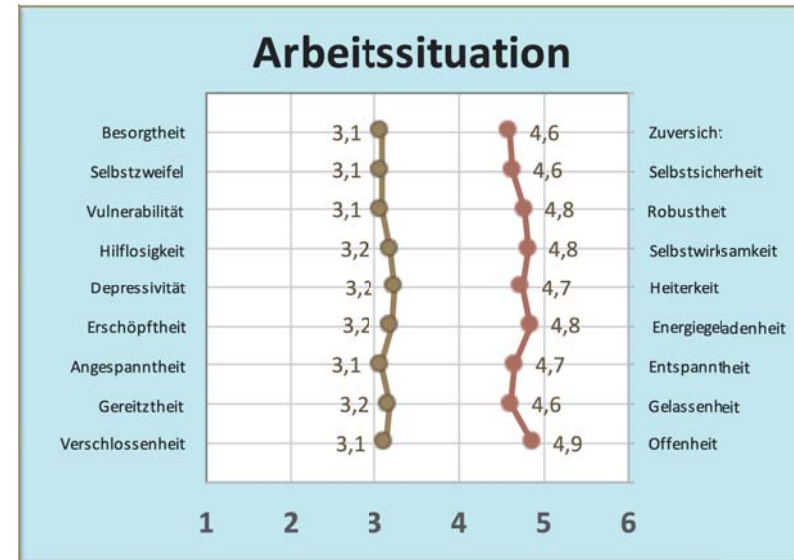
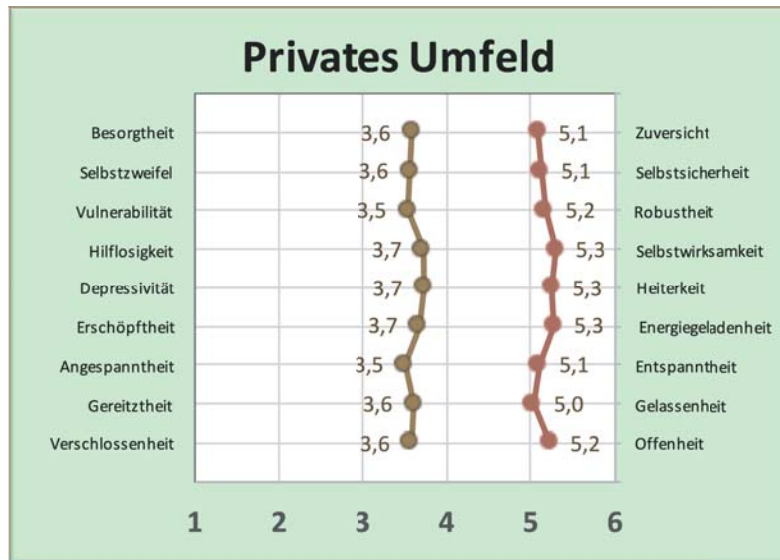


Wie ausgeprägt sind die Unterschiede bei den jeweiligen Befindlichkeits-Dimensionen bei Personen mit hoher und mit niedriger Resilienz im jeweiligen

Resilienz auf dem Prüfstand – Befindlichkeit und Kontexte

Resilienz $\phi < 55$ – Resilienz $\phi > 80$

n = 200 n = 249



Wie ausgeprägt sind die Unterschiede bei den jeweiligen Befindlichkeits-Dimensionen bei Personen mit hoher und mit niedriger Resilienz im jeweiligen

Erkenntnisse für die therapeutische Arbeit

- Krisen beeinflussen das psychische Befinden unmittelbar
 - Corona wirkte in der Anfangsphase vor allem auf die Befindensdimensionen: Angespanntheit, Sorgen und Selbst-Unsicherheiten
- Es gibt Unterschiede im kontextbezogenen Befinden:
 - ➔ Fokus auf Ressourcen und Stärken lenken: Ressourcenbereiche stärken und als Kraftquelle nutzen
 - ➔ schlechter bewertete Kontexte: Erarbeitung von entlastenden Maßnahmen
- Resilienz-Check:
 - ➔ Blick zunächst auf hoch ausgeprägte Resilienzfaktoren lenken (weg von der Defizit-Brille)
 - ➔ Strategien zur Stärkung entwickeln
 - ➔ Therapeutischer Fokus: Lebens-Sinn- und Identitätsfragen, Selbstwirksamkeit und Gestaltungsmöglichkeiten, Selbstwert und –sicherheit, Beziehungsressourcen, Reflexionsfähigkeit und Strategien zur Emotionsregulation



-lichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

www.resilienzstudie.com

IGEMO

Institut für Gesundheit und Entwicklung
für Menschen und Organisationen

www.igemo.at



Mag. Anneliese
Aschauer



Dr. Peter Hofer

Bildnachweise:

Herz: 123RF_69181035

Globus: Unsplash: Bruno Cervera - W3lXtchd1pE

U-Bahn: Unsplash: Miguel Sousa-ejIF-pJhYkM

Bodenzeichnung: Unsplash: Markus Spiske-wkvAd1cAqsE

Pfeile: Unsplash: Marianne-Bos-4eBOAeFfY0w

Kreis 4 Erhebungstools: 123RF_44043156

Schleifen: 5 Kontexte: 123RF_45337038