

---

Manuscript 1035

---

## The Psychometric of the Adult Resilience Doughnut Model, a Solution Focused, Ecological Model of Resilience

Lyn Worsley

Odin Hjemdal

## ARTIKEL

# The Psychometric of the Adult Resilience Doughnut Model, a Solution Focused, Ecological Model of Resilience

Lyn Worsley

---

The Resilience Centre, Sydney Australia, Norwegian University of Science and Technology (NO)

Odin Hjemdal

---

Department of Psychology, Norwegian University of Science and Technology (NO)

### Abstrakt

Der Resilience Donut ist ein ökologisches und lösungsorientiertes Modell, das das Zusammenspiel von Ressourcen zeigt, die die Resilienz während des Lebens einer Person stärken. Eine 44-Punkte-Skala (RDA) wurde entwickelt und mit 859 Erwachsenen getestet. Die Zuverlässigkeit wurde untersucht und zeigte eine sehr gute Anpassung  $\alpha = 0,92$  und eine gute Darstellung der Forschungsstrukturen. 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. Die Ergebnisse unterstützen kraftbasierte Interventionen, die sich auf die Entwicklung kontextbezogener und relationaler Stärken konzentrieren, um die Ergebnisse der psychischen Gesundheit zu beeinflussen.

---

Lyn Worsley

Email: [lyn@theresiliencecentre.com.au](mailto:lyn@theresiliencecentre.com.au)

Odin Hjemdal

Email: [odin.hjemdal@ntnu.no](mailto:odin.hjemdal@ntnu.no)

Recommended citation:

Worsley, L., & Hjemdal, O. (2020). The psychometric of the adult resilience doughnut model, a solution focused, ecological model of resilience. *Journal of Solution Focused Practices*, 4(2).

Full-text English article available at: <https://digitalscholarship.unlv.edu/journalsfp/vol4/iss2/3>