

---

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

Lyn Worsley  
lyn@theresiliencecentre.com.au

Odin Hjemdal  
odin.hjemdal@ntnu.no

Follow this and additional works at: <https://digitalscholarship.unlv.edu/journalsfpta>

---

### Recommended Citation

Worsley, Lyn and Hjemdal, Odin () "The Psychometric of the Adult Resilience Doughnut Model, a Solution Focused, Ecological Model of Resilience," *Translated Abstracts*: Vol. 9 : Iss. 1 , Article 1.  
Available at: <https://digitalscholarship.unlv.edu/journalsfpta/vol9/iss1/1>

This Article is protected by copyright and/or related rights. It has been brought to you by Digital Scholarship@UNLV with permission from the rights-holder(s). You are free to use this Article in any way that is permitted by the copyright and related rights legislation that applies to your use. For other uses you need to obtain permission from the rights-holder(s) directly, unless additional rights are indicated by a Creative Commons license in the record and/or on the work itself.

This Article has been accepted for inclusion in Translated Abstracts by an authorized administrator of Digital Scholarship@UNLV. For more information, please contact [digitalscholarship@unlv.edu](mailto:digitalscholarship@unlv.edu).

## ARTIKKEL

# 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

Resilience Donut er en økologisk og løsningsfokuseret modell som viser samspillet mellom ressurser som bygger motstandskraft i løpet av en persons levetid. En skala på 44 punkter (RDA) ble utviklet og testet med 859 voksne. Pålitelighet ble utforsket som viser en veldig god passform  $\alpha = 0,92$  og en god representasjon av forskningskonstruksjonene. Alle de syv ressursstyrkene til RDA viste negativ korrelasjon med hver av subskalaene til depresjon, angst og stress-skalaen (DASS). Mens de i de moderate til alvorlige depresjonssymptomene rapporterte mindre enn tre ressursstyrker, rapporterte de med milde til ingen depressive symptomer over tre ressursstyrker som scoret over gjennomsnittet. Funnene støtter styrkebaserte intervensjoner som fokuserer på å utvikle kontekstuelle og relasjonelle styrker som en måte å påvirke mental helseutfall.

---

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>