

Studie zur Resilienzforschung

Herr Vorderwülbecke forscht in unserer Praxis im Bereich der Gesundheitswissenschaften zu den Copingstrategien chronisch kranker Menschen mit Hilfe standardisierter Fragebögen und Interviews.

Projektexposé:

Ein guter Freund, die eigenen Kinder, der Hausarzt, ein Spaziergang, eine schöne Sendung im Fernsehen eine Sport- oder Aktivitätsgruppe. So willkürlich diese Aufzählung zunächst scheinen mag, bestehen jedoch interessante und wichtige Zusammenhänge zwischen ihnen. Sie bereiten Freude, können ein Anker im oft rauen Fahrwasser des Alltags sein und sie helfen im Umgang mit gesundheitlichen oder privaten Problemen. Sie sind eine wichtige Ressource um belastende oder stressreiche Situationen zu bewältigen und sie können helfen, die Lebenszufriedenheit positiv zu beeinflussen (vgl. z. B. Erdmann & Janke, 2008, S. 10ff.).

Wie wichtig es ist, unterschiedliche Strategien zum Umgang mit Belastungen zu erlernen und diese auch zielgerichtet einzusetzen, lassen internationale Studien über jedes Lebensalter hinweg, erahnen (vgl. Compas et al. 2012, S. 455f.).

Im Rahmen meiner Masterarbeit versuche ich gemeinsam mit Menschen, die eine chronische Krankheit haben, deren Stressverarbeitungsstrategien zu erforschen. Es ist mir wichtig, diese im Kontext mit der Lebenszufriedenheit zu erfassen, um einen Einblick in unterschiedliche Bereiche zu erlangen, die den individuellen Menschen auszeichnen und ihm helfen, die Anforderungen des Alltages kurz- mittel- und langfristig konstruktiv zu bewältigen.

