

Asthma & ZRM

Studie über die Effekte des generellen Selbstmanagement-Trainings ZRM auf die Selbststeuerungskompetenzen und die Selbstwirksamkeit von Menschen mit einer chronischen Krankheit.

Abstract

Mit der kontrolliert randomisierten Wirksamkeitsstudie „Asthma & ZRM“ wurde erstmals am Beispiel Asthma untersucht, ob mit einem generellen Selbstmanagement-Training wie dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM) zusätzlich zur medizinischen Patientenschulung eine noch bessere Kontrolle einer chronischen Krankheit erreicht werden kann. Anhand standardisierter psychometrischer Instrumente wurde untersucht, ob sich durch das ZRM-Training eine bessere Affektregulation einstellt und ob die Teilnehmenden eine höhere Selbstwirksamkeit und günstigere Bewältigungskompetenzen erlangen, um auch bei auftretenden Schwierigkeiten zielrealisierend zu handeln. 62 Asthmapatienten wurden am Universitätsspital Zürich randomisiert in eine Treatment- und eine Kontrollgruppe eingeteilt. Beide Gruppen erreichten auf einigen Skalen bereits durch die Teilnahme an der Studie signifikanten Verbesserungen gegenüber der Ausgangslage. Dennoch steigerten sich die Teilnehmenden der Treatmentgruppe über den Erhebungszeitraum bei verschiedenen der erhobenen Parameter signifikant im Vergleich zur Kontrollgruppe. Es wird erwartet, dass der Studieneffekt im weiteren Verlauf abnimmt, während sich die Wirkung des ZRM weiter entfaltet. Das generelle ZRM-Training scheint wirkungsvoll zu sein, um handlungsrelevante Selbststeuerungskompetenzen und deren Effektivität zu verbessern.

Susanne Benz & Barbara Hobi

Empirische Lizentiatsarbeit eingereicht 2007

bei: Prof. Dr. Helmut Fend

Fachbereich Pädagogische Psychologie I

Pädagogisches Institut

Universität Zürich