

# Umfrage Lebensqualität

Die Umfrage zur „Lebensqualität“ beruhte auf dem Fragebogen zum „Sense of Coherence“ (Kohärenzgefühl) von Aaron Antonovsky.

Antonovsky bezeichnet drei Dinge als wesentlich für die Entwicklung von Gesundheit, die er als Kohärenzgefühl zusammenfasst:

Das Gefühl von

- 1.) Verstehbarkeit
- 2.) Handhabbarkeit
- 3.) Bedeutsamkeit

Diese drei Punkte werden mit dem Fragebogen (mit 29 Items) gemessen und als SOC-Wert zusammengefasst.

Unsere These, die sich leider bestätigt hat, war, dass bei Autisten und ihren Eltern der SOC-Wert deutlich niedriger ist als normal - und somit das Risiko für Erkrankungen (vor allem auch Angststörungen und Depressionen) besonders hoch.

Der niedrigste mögliche Wert liegt bei **29** (29 Items x 1), der höchste bei **203** (29 Items x 7).

**Der normierte SOC-Mittelwert für Deutschland (aus 2000) liegt bei 145.**

## **Die Ergebnisse für Asperger/HFA:**

n=25

niedrigster SOC-Wert	57
höchster SOC-Wert	130
<b>Mittelwert SOC</b>	<b>103</b>

## **Die Ergebnisse für Eltern von Asperger/HFA:**

n=17

niedrigster SOC-Wert	46
höchster SOC-Wert	137
<b>Mittelwert SOC</b>	<b>104</b>

Wie vermutet liegen die SOC-Werte sowohl bei Asperger/HFA als auch ihren Eltern weit unter dem normierten Wert. Selbst die höchsten SOC-Werte sind deutlich unterhalb des normierten Mittelwertes!

Diese Ergebnisse decken sich mit etlichen Studien zur „gesundheitsbezogenen Lebensqualität“ (health related quality of life), die zeigen, dass diese bei Autisten UND ihren Eltern niedrig ist.

Mehr Infos finden Sie auf [www.barrierefrei.online](http://www.barrierefrei.online)

Dort gibt es sowohl den SOC-Fragebogen als auch einen Auswertungsbogen kostenlos zum Download!

**Unser Ziel wäre eine deutlich höhere Teilnehmerzahl gewesen. Die o.g. Werte erfüllen nicht die üblichen Standards wissenschaftlicher Untersuchungen! Sie geben aber Auskunft darüber, dass größere wissenschaftliche Untersuchungen in dieser Richtung sinnvoll und notwendig wären.**

Für weitere Informationen und insbesondere die Anwendung des Kohärenzgefühls in der (psycho-)therapeutischen Praxis verweisen wir auf:

**[Schmidt, B. J.; Ganz, A.: Klartext kompakt. Das Asperger Syndrom - nicht nur für Psychotherapeuten.](#)**