

PRESSEINFORMATION

PRESSEINFORMATION

30. April 2024 || Seite 1 | 3

Psychische Widerstandskraft trainieren Forschungsteam präsentiert neue Webplattform »resiLIR«

Einschneidende Ereignisse und herausfordernde Lebensumstände stellen eine enorme Belastung für die psychische Gesundheit dar. Menschen mit hoher Resilienz sind besser auf Stress und Schicksalsschläge vorbereitet. Doch kann diese psychische Widerstandskraft erlernt werden? Forschende vom Fraunhofer-Institut für Techno- und Wirtschaftsmathematik ITWM und dem Leibniz-Instituts für Resilienzforschung LIR haben im Projekt »APPWAG« die frei zugängliche Webanwendung »resiLIR« entwickelt, mit der Nutzende online ihre persönliche Resilienz bewerten lassen und trainieren können.

Die Abkürzung »APPWAG« steht für »Ausbau von Resilienz Förderungsprogrammen zu einer Plattform mit zielgruppenspezifischen Angeboten der Gesundheitsförderung«. In Zusammenarbeit von ausgebildeten Psychologieexpertinnen und -experten des LIR entwickelten die Forschenden des Fraunhofer ITWM ein psychoedukatives Online-Angebot, mit dem Menschen ihre individuelle Resilienz bewerten lassen und trainieren können, um sich so auf zukünftige Herausforderungen besser vorzubereiten. Gefördert wurde das Projekt vom Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz mit Fördermitteln aus dem Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE).

GO-Live: Künstliche Intelligenz für individuelles Resilienz-Training

Ab sofort ist die Webanwendung »resiLIR« unter der Webadresse www.resilir.eu für die Öffentlichkeit frei zugänglich. Am Fraunhofer ITWM bearbeiteten das Projekt die wissenschaftlichen Mitarbeiter Michael Moos und Tobias Zimmermann und die studentische Hilfskraft Lars Gottfriedsen unter der Leitung von Dr. Alexander Scherrer.

»Unsere KI-Methoden sorgen dafür, dass die Resilienz-Daten und bisherigen Trainingsfortschritte einer nutzenden Person analysiert werden und die Webanwendung dann individuell passende Trainingsinhalte für diese Person zusammenstellt«, so Scherrer, stellvertretender Abteilungsleiter der »Optimierung in den Life Sciences«. Als Basis dafür dienen der fachliche Input von psychologischen Expertinnen und Experten und der aktuelle Stand der Resilienzforschung in digital aufbereiteter Form. Ein besonderes Merkmal von »resiLIR« ist die Gestaltung als Lernspiel, das auch komplexe Methodenlösungen und anspruchsvolle psychoedukative Inhalte niederschwellig bereitstellt.

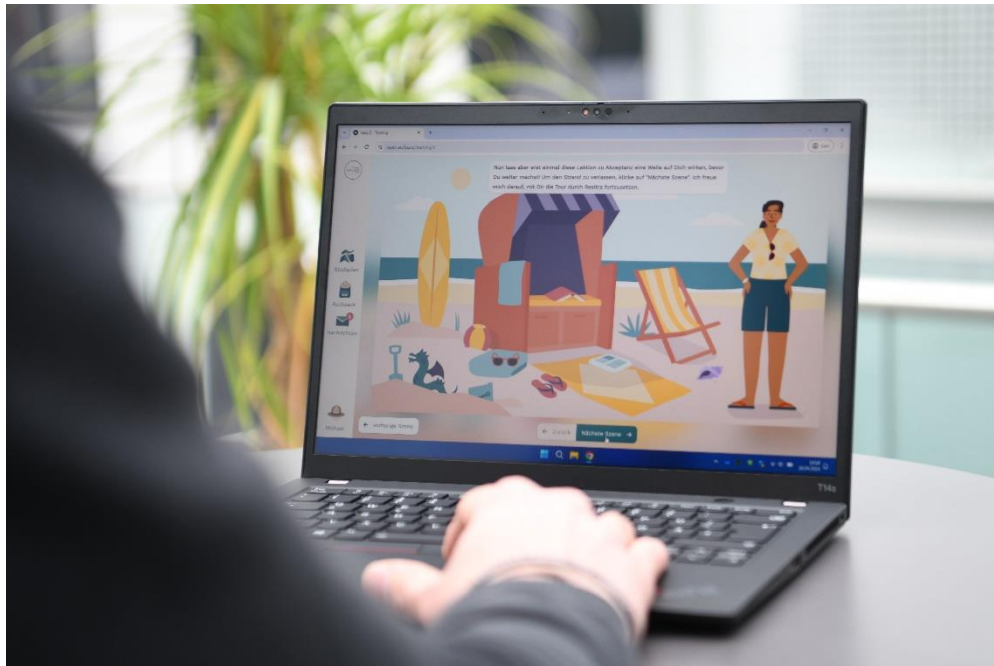
Kostenlos für alle zugänglich – www.resilir.eu

PRESSEINFORMATION

30. April 2024 || Seite 2 | 3

»Die neue Anwendung ist die erste vom Fraunhofer ITWM entwickelte Webplattform, die einer so breiten Öffentlichkeit zur Verfügung steht – ein kleiner Meilenstein für unser Institut«, betont Scherrer. »Dass psychische Gesundheit wichtig ist, hat sich nicht zuletzt während der COVID-19-Pandemie gezeigt. Wir leben aktuell in einer Welt mit multiplen Krisen, in der sich jedes Individuum neben unterschweligen Ängsten vor Klimawandel, Kriegen oder Globalisierung auch mit privaten Schicksalsschlägen, Stresssituationen im Beruf oder Spannungen im sozialen Umfeld auseinandersetzen muss. Mit diesem Projekt unterstützen wir Menschen präventiv auch bei zukünftig zu erwartenden Herausforderungen.«

Die Webanwendung »resiLIR« beinhaltet aktuell ein allgemeines Trainingsangebot für die Gesamtbevölkerung sowie inhaltliche Ergänzungen für Gesundheitsfachkräfte. Jedoch trägt der Methoden- und Softwarelösung des Fraunhofer ITWM deutlich weiter, weshalb LIR und das mathematische Institut gemeinsam am Ausbau der Trainingsinhalte für bestimmte Zielgruppen arbeiten wollen. Das Fraunhofer ITWM plant zudem eine Weiterentwicklung der KI-Methoden für die Analyse von dokumentierten Trainingsfortschritten, deren Ergebnisse dann automatisiert das Training anpassen.



Forschende vom Fraunhofer ITWM und dem Leibniz-Instituts für Resilienzforschung LIR haben im Projekt »APPWAG« die frei zugängliche Webanwendung »resiLIR« entwickelt, mit der Nutzende online ihre persönliche Resilienz bewerten lassen und trainieren können. © Fraunhofer ITWM

FRAUNHOFER-INSTITUT FÜR TECHNO- UND WIRTSCHAFTSMATHEMATIK ITWM**Pressekontakt****Esther Packullat**

Fraunhofer-Institut für Techno- und Wirtschaftsmathematik ITWM

Fraunhofer-Platz 1

67663 Kaiserslautern

Telefon +49 631 31600-4867

presse@itwm.fraunhofer.de

www.itwm.fraunhofer.de

PRESSEINFORMATION

30. April 2024 || Seite 3 | 3

Über das Fraunhofer-Institut für Techno- und Wirtschaftsmathematik ITWM

Das Fraunhofer-Institut für Techno- und Wirtschaftsmathematik ITWM in Kaiserslautern zählt zu den größten Forschungsinstituten für angewandte Mathematik weltweit. Wir sehen unsere Aufgabe darin, die Mathematik als Schlüsseltechnologie weiterzuentwickeln und innovative Anstöße zu geben. Unser Fokus liegt auf der Umsetzung mathematischer Methoden und Technologie in Anwendungsprojekten und ihre Weiterentwicklung in Forschungsprojekten. Das enge Zusammenspiel mit Partnern aus der Wirtschaft garantiert die hohe Praxisnähe unserer Arbeit.

Deren integrale Bausteine sind Beratung, Umsetzung und Unterstützung bei der Anwendung von Hochleistungsrechner-Technologie und Bereitstellung maßgeschneiderter Software-Lösungen. Unsere verschiedenen Kompetenzen adressieren ein breites Kundenspektrum: Fahrzeugindustrie, Maschinenbau, chemische Industrie, Energie und Finanzwirtschaft. Dieses profitiert auch von unserer guten Vernetzung, beispielsweise im Leistungszentrum Simulations- und Software-basierte Innovation.

Über die Fraunhofer-Gesellschaft

Die Fraunhofer-Gesellschaft mit Sitz in Deutschland ist die weltweit führende Organisation für anwendungsorientierte Forschung. Mit ihrer Fokussierung auf zukunftsrelevante Schlüsseltechnologien sowie auf die Verwertung der Ergebnisse in Wirtschaft und Industrie spielt sie eine zentrale Rolle im Innovationsprozess. Als Wegweiser und Impulsgeber für innovative Entwicklungen und wissenschaftliche Exzellenz wirkt sie mit an der Gestaltung unserer Gesellschaft und unserer Zukunft. Die 1949 gegründete Organisation betreibt in Deutschland derzeit 76 Institute und Forschungseinrichtungen. Mehr als 30 000 Mitarbeitende, überwiegend mit natur- oder ingenieurwissenschaftlicher Ausbildung, erarbeiten das jährliche Forschungsvolumen von 2,9 Milliarden Euro. Davon fallen 2,5 Milliarden Euro auf den Bereich Vertragsforschung.