

Thomas Edlinger, BA
Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungsmanagement

Medizinische Universität Graz
Neue Stiftingtalstraße 6
8010 Graz
thomas.edlinger@medunigraz.at

**Presseinformation
zur sofortigen Veröffentlichung**

**Starke Nerven für herausfordernde Zeiten:
wie ein EU-Projekt die Resilienz von Gesundheitsfachkräften stärkt**

Graz, am 13. Februar, 2025: Die Belastung im Gesundheitswesen erreicht immer neue Höchststände. Ärzt*innen, Pflegekräfte und weiteres Klinikpersonal arbeiten am Limit - physisch wie psychisch. Weltweite Studien belegen alarmierende Zahlen: Rund 27 Prozent der Pflegekräfte zeigen deutliche Defizite in ihrer Resilienz, der psychischen Widerstandskraft gegenüber Stress und Belastung. Genau hier setzt das innovative EU-Projekt XR²ESILIENCE an. Unter der Leitung der Medizinischen Universität Graz und in Kooperation mit elf renommierten Partnerinstitutionen wird an neuen Wegen geforscht, um das Personal im Gesundheitswesen gezielt zu stärken. Nina Dalkner von der Klinischen Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin der Med Uni Graz, die das Projekt federführend leitet, gibt Einblicke in die geplanten Maßnahmen.

Training zur Stärkung von mentaler Gesundheit

Im Fokus des Projekts steht die Förderung der mentalen Gesundheit von Personal im Gesundheits- und Pflegebereich. Zum Abschluss des Projekts soll ein Plan entstehen, der dabei hilft, die Resilienz, also die Fähigkeit zur Stressbewältigung, und den konstruktiven Umgang mit emotionalen Belastungen von Personal in diesen Bereichen zu verbessern. Helfen soll dabei moderne Technologie in Form von XR (Extended Reality). Mithilfe von XR-Anwendungen sollen personalisierte Trainingsmodule und -situationen entwickelt werden, die Mitarbeitende gezielt dabei unterstützen, ihre Resilienz individuell aufzubauen und zu stärken.

Was ist XR?

XR ist ein Überbegriff für eine Reihe von Technologien, die in den letzten Jahren erheblich weiterentwickelt wurden. Zu diesen Technologien gehören Augmented Reality, Virtual Reality und Mixed Reality. Diese Technologien kombinieren die reale Welt mit einer digitalen „Zwillingswelt“. Mithilfe von Geräten wie einer VR-Brille können neue Räume und Übungsszenarien geschaffen werden. Pflegekräfte können beispielsweise in einem einfachen Seminarraum eine VR-Brille aufsetzen und werden so in ein virtuelles Behandlungszimmer versetzt, in dem sie mit virtuellen Patient*innen interagieren können. „Virtuelle Realität bietet eine einzigartige Möglichkeit, in simulationsbasierte Umgebungen einzutauchen, die eine intensivere und effektivere Lern- und Trainingsumgebung schaffen. Sie ermöglicht es, Resilienz- und Stressbewältigungsstrategien in sicherer und kontrollierter Weise zu üben“, führt Nina Dalkner den Nutzen der virtuellen Realität weiter aus.

Warum XR?

Extended Reality bietet viele Vorteile. Neben der Möglichkeit, realistische und immersive Szenarien anzubieten, lassen sich diese vergleichsweise einfach an andere Institutionen weitergeben. Zudem können Anwendungen an die Bedürfnisse verschiedener Institutionen oder Nutzer*innen angepasst werden. Pflegekräfte im Notfallbereich haben zum Beispiel andere Bedürfnisse und sind anderen Stresssituationen ausgesetzt als Pfleger*innen auf psychiatrischen Stationen. Mit virtuellen Übungsräumen können bei minimalem Platzaufwand Trainingsszenarien für eine ganze Reihe von Mitarbeiter*innen geschaffen werden. „Wir benötigen Lösungen, die nicht nur von den Pflegekräften akzeptiert werden, sondern die sie auch in ihrem stressigen Arbeitsalltag tatsächlich umsetzen können. Nur wenn solche Programme praktikabel sind und von den Institutionen unterstützt werden, können wir eine nachhaltige Verbesserung der Resilienz im Gesundheitswesen erreichen“, erklärt Nina Dalkner den Bedarf an neuen Resilienzlösungen.

Übertragungsmöglichkeit

Erkenntnisse aus dem Projekt können in Zukunft auch in anderen Bereichen eingesetzt werden. So könnten der Bildungsbereich oder die universitäre Lehre von ähnlichen virtuellen Trainingssimulationen profitieren. Zur wissenschaftlichen Begleitung des Projekts wird eine randomisierte Kontrollstudie durchgeführt, um die Effekte des Trainings korrekt und nachvollziehbar belegen zu können.

Daten zum Projekt:

Name: XR²ESILIENCE

Projektstart: 1. August 2024

Laufzeit: 4 Jahre

Förderung: 5,95 Millionen (davon 1,09 Millionen an die Med Uni Graz)

Fördergeber*innen: Europäische Union, Horizon Europe European Health and Digital Executive Agency

Kooperationspartner*innen: Mindconsole GmbH, Servicio Madrileño de Salud, Fachhochschule St. Pölten GmbH, Leibniz-Institut für Resilienzforschung, Leuphana Universität Lüneburg, Universidade de Évora, Instituto Superior de Economia e Gestão - ISEG, PredictBy Research and Consulting S.L., Klinika za psihijatriju Sveti Ivan, Sigmund Freud Privatuniversität Wien GmbH, Zentralinstitut für seelische Gesundheit

Website: <https://xr2esilience.eu/>

Weitere Informationen:

Res. Prof.ⁱⁿ Priv.-Doz.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ Nina Dalkner
Medizinische Universität Graz

Klinische Abteilung für Psychiatrie und
Psychotherapeutische Medizin

T: +43 316 385 30081

E: nina.dalkner@medunigraz.at

Steckbrief: Nina Dalkner

Nina Dalkner ist Klinische und Gesundheitspsychologin an der Medizinischen Universität Graz (habilitiert in theoretisch-experimenteller Psychiatrie) und leitet die Forschungsgruppe

COGNITION RESEARCH, die sich mit dem menschlichen Denken in Zusammenhang mit psychischer Gesundheit beschäftigt. Seit 2023 richtet sich der Fokus der Forschungsgruppe verstärkt auf die Resilienzstärkung von Mitarbeitenden im Gesundheitswesen, insbesondere durch den Einsatz von virtueller Realität. Ziel ist es, innovative Lösungen zur Stärkung der psychischen Gesundheit von medizinischen Fachkräften zu entwickeln, um der aktuellen Krise im Gesundheitssystem entgegenzuwirken. Ein Pilotprojekt (XRES4HEALTH, gefördert durch die AK Steiermark und umgesetzt mit dem Partner Mindconsole) wurde bereits erfolgreich abgeschlossen. In ihrer Arbeit arbeitet Dalkner eng zusammen mit Technologiepartner*innen, Expert*innen aus dem Gesundheitswesen und den Sozialwissenschaften sowie mit Fachkräften aus der Pflege, Medizin und angrenzenden Disziplinen. Diese interdisziplinären Kooperationen ermöglichen es, Lösungen zu entwickeln, die auf die spezifischen Bedürfnisse und Herausforderungen im Gesundheitswesen zugeschnitten sind.