



*Kontakt kann dem Leben die Farbe zurückgeben.*

Depressionen bedeuten Gefühle der inneren Leere, der Sinnlosigkeit des Lebens, der Wertlosigkeit der eigenen Existenz und der unüberwindbaren Schwere. Die Farben der Welt erscheinen ausgeblutet, und selbst kleinste Aktivitäten werden zu monumentalen Anstrengungen.

Kommunikative Gelähmtheit und soziale Isolation sind oft die Folge, was den Weg heraus aus der Depressionsspirale weiter erschwert. Zugleich zählen Depressionen zu denjenigen gesellschaftlichen Problemen, die am dringlichsten ernst genommen und bekämpft werden müssen, weil sie schlimmstenfalls lebensbedrohlich werden können.

Im Forschungsprojekt **DepriBuddy – Design-Thinking-basierte Modellierung medialisierter Nähe und App-Entwicklung für ein Selbsthilfenetzwerk** möchten wir für Menschen, die psychisch in die Krise geraten sind, einen Unterschied machen. Das Projekt wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert und läuft über einen Zeitraum von 3 Jahren von Mai 2023 bis April 2026.

In unserem Forschungsverbund arbeiten Partner aus Praxis und Wissenschaft eng zusammen, um eine App zu entwickeln, die Menschen, denen das aktive Suchen und Halten von Kontakten schwerfällt, helfen kann, wieder mit anderen in Verbindung zu kommen und unterstützende Beziehungen aufzubauen.

Unser Team besteht aus Psycholog\*innen der Uni Greifswald, Soziolog\*innen und Medienwissenschaftler\*innen der Sozialforschungsstelle Dortmund, dem Software-Entwicklungsunternehmen Rocket Apes aus Solingen und Sozialkünstler\*innen des Kulturforums Witten, die bereits seit vielen Jahren den Ansatz der Sozialen Kunst dazu nutzen, Menschen, die das Gefühl haben, den Anschluss verloren zu haben, in soziale Kontexte motivierend und unterstützend wieder einzubinden.

Gemeinsam wollen wir eine App entwickeln, die speziell dafür geeignet sein soll, Menschen mit depressiven Episoden oder anderen psychischen Herausforderungen zu verbinden und / oder Mitglieder von Selbsthilfegruppen untereinander in Verbindung zu halten. Die im Projekt entwickelte App **MyHomies** soll ihnen einen sowohl geschützten, als auch einfach schönen und einladenden virtuellen Raum bieten, in dem sie sich treffen und austauschen können, aber auch Anforderungen des Alltags zusammen strukturieren und bewältigen sowie gemeinsam Freizeitaktivitäten – beispielsweise virtuelle Spaziergänge – erleben können.

## Mitmachen

Und hier kommen Sie ins Spiel, wenn Sie möchten:

Um die Bedürfnisse der zukünftigen Nutzer\*innen unserer App bestmöglich zu verstehen und ihnen gerecht zu werden, brauchen wir Tester\*innen, die uns Anregungen zur Gestaltung und zu den gewünschten Funktionalitäten der App geben möchten. Wir sind auf der Suche nach Menschen, die Lust haben, den entstehenden Prototyp während des Entwicklungszeitraums auszuprobieren und uns Feedback und Kritik zu geben. So möchten wir die Gestaltung und Entwicklung von Anfang an in die für die Zielgruppe wünschenswerten Bahnen lenken.

Dabei wollen wir für das Verbundenheitsgefühl und das psychische Wohlbefinden der Mitglieder gerne einen echten Unterschied machen. Die Nutzung soll daher durch die Teammitglieder der Uni Greifswald von Befragungen begleitet werden. Dabei arbeiten wir mit psychologischen Messgrößen, um Veränderungen im Verbundenheitserleben nachvollziehbar abbilden zu können und die Forschung zur mediengestützten Herstellung von sozialer Verbundenheit voranzubringen.

Haben Sie Lust, das Projekt DepriBuddy zu unterstützen?

Es erwarten Sie:

- Mitgestaltungsmöglichkeiten einer entstehenden App für Verbundenheit und soziale Unterstützung
- Integration in eine wachsende Gemeinschaft
- Interessanten Austausch und Unterstützung im Alltag
- Anregende Challenges für das Erreichen persönlicher Ziele
- Spannende Erlebnisse in Life-Hack-Laboren und in virtuellen Proberäumen
- Entspannende Sofaspaziergänge
- Möglichkeit zur Teilnahme an virtuellen Gestaltungs- und Entwicklungsworkshops

Der zeitliche Aufwand richtet sich dabei ganz nach den individuellen Möglichkeiten. Bei uns ist Jede\*r herzlich willkommen!

Neugierig geworden?

Kontaktieren Sie uns über das Kontaktformular unserer Projektwebsite

[www.projektdepribuddy.de](http://www.projektdepribuddy.de) oder persönlich über

[kerstin.guhlemann@tu-dortmund.de](mailto:kerstin.guhlemann@tu-dortmund.de)