



**Mental
Health
Europe**

Equal rights.
Better mental health.
For all.

Dezember 2023

Leitlinien für Co-Creation in der psychischen Gesundheit



Danksagung

Wir danken den Mitgliedern der Mental Health Europe Task Force on Co-creation, die viel Zeit und Mühe in die Entwicklung dieses Toolkits investiert haben: Catherine Brogan (Mental Health Ireland), Aisling Culhane (Horatio European Psychiatric Nurses), Indrė Giedrė Gegeckaitė (Mental Health Perspectives, Litauen), Kristijan Grđan (Susret, Kroatien), Alexandra Luisa Rinaldi und Sofia Redaelli (Fondazione Progetto Itaca, Italien), Manuel Pascal Stadtmann (Kompetenzzentrum für psychische Gesundheit - OST - Fachhochschule Ostschweiz), Andrej Vrřanský (Liga für psychische Gesundheit Slowakei).

Unser Dank gilt auch den Mitarbeitern von Mental Health Europe: Liuska Sanna und Joseph O'Sullivan sowie all denjenigen, die sich freundlicherweise bereit erklärt haben, ihre Aussagen beizusteuern.

Haftungsausschluss: Dieses Dokument wurde mit Hilfe eines automatischen Übersetzungsprogramms aus dem Englischen übersetzt, und die Richtigkeit der Übersetzung wird nicht garantiert.

Haftungsausschluss

Diese Materialien sollen alle Beteiligten - Einzelpersonen und Organisationen - in ihrem Bestreben unterstützen, die psychische Gesundheit mitzugestalten. Die Verwendung dieser Materialien sollte eine formale Anerkennung der Quelle beinhalten. Keines dieser Materialien darf ohne die ausdrückliche schriftliche Genehmigung von Mental Health Europe verändert oder angepasst werden.

Inhaltsübersicht

Hintergrund und Zweck der Leitlinien	3
Ein Wort zur Sprache	5
Für wen sind diese Leitlinien gedacht?	6
Warum Sie bei der psychischen Gesundheit mitgestalten sollten.....	12
Die Menschenrechtsperspektive	13
Vorteile der Ko-Kreation.....	15
Mental Health Europe - Ansatz der Ko-Kreation.....	23
Was verstehen wir unter Ko-Kreation?.....	23
Umsetzung der Grundsätze in die Praxis.....	24
Vielversprechende und bewährte Praktiken	29
Beispiele für bewährte Verfahren.....	29
Instrument zur Bewertung von Co-Creation-Praktiken.....	40

Hintergrund und Zweck der Leitlinien

Der Co-Creation-Ansatz von Mental Health Europe besteht aus einem umfassenden Rahmen zur Unterstützung der Befähigung verschiedener Interessengruppen - Menschen mit Lebenserfahrung, Praktiker, Wissenschaftler, Nichtregierungsorganisationen, Politiker und Entscheidungsträger - und bietet Erkenntnisse, praktische Instrumente und bewährte Verfahren für ein wirksames Engagement bei der Co-Creation im Bereich der psychischen Gesundheit.

Unser Co-Creation-Ansatz ist eingebettet in die Vision der psychischen Gesundheit im Kontext eines **Menschenrechtsrahmens** und des **psychosozialen Modells**. Bei Mental Health Europe orientieren wir uns an der Definition von psychischer Gesundheit der Weltgesundheitsorganisation (WHO): *"Ein Zustand des Wohlbefindens, in dem jeder Mensch sein eigenes Potenzial ausschöpft, mit den normalen Belastungen des Lebens zurechtkommt, produktiv und fruchtbar arbeiten kann und in der Lage ist, einen Beitrag zu seiner Gemeinschaft zu leisten"*¹. Die psychische Gesundheit muss in ihrer Gesamtheit gesehen werden, als ein Kontinuum von guter psychischer Gesundheit bis hin zu psychosozialer Behinderung.

Psychosoziale Behinderungen" ist ein international anerkannter Begriff, der im Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UNCRPD) verankert ist. Er wird verwendet, um die Erfahrungen von Menschen zu beschreiben, die unter psychischen Problemen leiden, die sie im Zusammenspiel mit verschiedenen gesellschaftlichen Barrieren "behindert" und die Verwirklichung ihrer Rechte und ihre volle Teilhabe an der Gesellschaft behindern können. Bei dieser Sichtweise wird anerkannt, dass jeder Mensch zu jedem Zeitpunkt seines Lebens in dieses Kontinuum übergehen kann. Nach dem Menschenrechtsansatz bedeutet dies auch, dass Menschen mit psychosozialen Behinderungen "Subjekte von Rechten" und nicht "Objekte der Betreuung" sind.

Das psychosoziale Modell befasst sich mit der Frage der erhöhten Anfälligkeit für psychische Probleme, die auf sozioökonomische Faktoren wie Armut, soziale Isolation, Ungleichheit, Stigmatisierung und Diskriminierung zurückzuführen ist. Die Entwicklung des Wissens zu diesen Themen zeigt, wie die Anwendung eines Menschenrechtsansatzes im Bereich der psychischen Gesundheit dazu beitragen

¹ [WHO](https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being), <https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being>

kann, das Grundrecht auf Gesundheit zu erfüllen und die gesellschaftlichen Barrieren zu überwinden, die zu psychosozialen Behinderungen führen.

Co-Creation in der psychischen Gesundheit ist, wenn sie konsequent verstanden und umgesetzt wird, förderlich für die Durchführung von Initiativen, Diensten und Praktiken, die die Menschenrechte im Zusammenhang mit psychischer Gesundheit und psychosozialen Behinderungen erfüllen und neben den persönlichen Lebenserfahrungen auch sozioökonomische Faktoren berücksichtigen. Der Grund dafür ist, dass die Mitgestaltung die Macht in die Hände der Teilnehmer legt und die unterschiedlichen Fachkenntnisse gleichermaßen wertschätzt. Dieser Ansatz geht über das bloße Ankreuzen von Kästchen hinaus; er ist ein Eckpfeiler für eine wirksame Politik und Praxis im Bereich der psychischen Gesundheit. Bei der Ko-Kreation geht es nicht nur um Ergebnisse, sondern um eine dynamische Reise des Wachstums und der Entdeckung, bei der Veränderungen während des gesamten Prozesses in Kauf genommen werden.

Diese Leitlinien zur Co-Creation in der psychischen Gesundheit ergänzen das **Toolkit** von Mental Health Europe: **Co-Creation in Mental Health",** das Kernprinzipien, eine Schulungsmethodik sowie Planungs- und Bewertungsinstrumente enthält. Das Toolkit ist [auf unserer Website](#) verfügbar. In den Leitlinien wird dargelegt, wie die Ko-Kreation verschiedenen Interessengruppen und Einzelpersonen zugute kommen kann; sie enthalten Erfahrungsberichte von Akteuren, die sich am Prozess der Ko-Kreation beteiligt haben, sowie Beispiele für bewährte Praktiken der Ko-Kreation in der psychischen Gesundheit in verschiedenen Umfeldern.

Die Leitlinien wurden von der Co-Creation Task Force von Mental Health Europe entwickelt, die sich aus erfahrenen Experten, Befürwortern, Akteuren des Gesundheits- und Sozialwesens, Pädagogen und Forschern zusammensetzt, die im Geiste der Co-Creation zu allen Aspekten der Entwicklung der Leitlinien beigetragen haben. Es handelt sich um ein lebendiges Dokument, das in Zukunft überarbeitet werden wird, um neue Erkenntnisse, Lernerfahrungen sowie vielversprechende und bewährte Verfahren einzubeziehen. Da es sich bei der Ko-Kreation um einen dynamischen Ansatz handelt, müssen sich auch die Leitlinien zur Ko-Kreation weiterentwickeln, um neuen Erkenntnissen Rechnung zu tragen und letztlich bedarfsgerecht zu bleiben. Wir ermutigen daher alle Interessengruppen zu Feedback sowie zu Beiträgen zu Erfahrungsberichten und bewährten Verfahren.

Ein Wort zur Sprache

In diesen Leitlinien werden Begriffe verwendet, die den menschenrechtsbasierten Ansatz von Mental Health Europe sowie unser Bekenntnis zum psychosozialen Modell der psychischen Gesundheit widerspiegeln. Darüber hinaus ist Mental Health Europe der Ansicht, dass Worte den Wandel, den wir anstreben, steuern können. Die Art und Weise, wie wir über psychische Gesundheit und Menschen mit psychischen Problemen sprechen, kann verletzen, diskriminieren und negative Stereotypen verstärken. Die Entstigmatisierung im Bereich der psychischen Gesundheit beginnt mit der Verwendung von Worten.

Wir empfehlen daher dem Leser, das Glossar von Mental Health Europe **"Mental Health: The Power of Language" - A glossary of terms and words**², um einen Einblick in einige der in diesen Leitlinien verwendeten Begriffe zu erhalten, ihre Bedeutung und Geschichte zu erfahren und zu verstehen, warum Mental Health Europe sich für diese und nicht für andere Begriffe entschieden hat.

² <https://www.mentalhealthurope.org/wp-content/uploads/2023/10/MHE-Glossary-of-terms-and-Definitions.pdf>

Für wen sind diese Leitlinien gedacht?

Diese Leitlinien richten sich an alle Akteure, die im Bereich der psychischen Gesundheit eine Rolle spielen, entsprechend dem Ansatz von Mental Health Europe, psychische Gesundheit auf der Grundlage der Menschenrechte und des psychosozialen Modells zu behandeln. Folglich richten wir uns an Akteure in allen Bereichen, die mit psychischer Gesundheit zu tun haben oder sich auf sie auswirken, nicht nur im Gesundheitswesen, sondern auch in den Bereichen Sozialfürsorge, Wirtschaft, Bildung, Beschäftigung, Umwelt, Migration, Kultur und Forschung, um nur die wichtigsten zu nennen.

Jeder Beteiligte steht wahrscheinlich vor den gleichen Herausforderungen, wenn er mit der Anwendung eines Co-Creation-Ansatzes beginnt, da dies ein Hinterfragen und Überdenken der Rollen sowie der Arbeitskultur und -methoden erfordert. Dieser Wandel ist nicht einfach, aber die Kehrseite der Medaille bringt Nutzen und Vorteile, wie die Literatur und die in diesen Leitlinien enthaltenen Erfahrungsberichte und bewährten Verfahren zeigen.

In diesem Abschnitt wird beschrieben, wie einige der wichtigsten Akteure im Bereich der psychischen Gesundheit die Vorteile der Ko-Kreation für ihre eigene Arbeit und zum Nutzen der Menschen und Gemeinschaften, die sie vertreten und/oder mit denen sie zusammenarbeiten, nutzen können. Dies soll kein erschöpfender Überblick über die Interessengruppen sein, da jede Initiative im Bereich der psychischen Gesundheit, die mit einem Co-Creation-Ansatz umgesetzt wird, eine eigene umfassende und integrative Bestandsaufnahme der zu beteiligenden Interessengruppen vornehmen muss. Fest steht, dass Co-Creation die aktive Einbindung eines breiten Spektrums von Interessenvertretern voraussetzt, um deren einzigartiges Fachwissen und ihre Beiträge zu nutzen. Nur so kann sichergestellt werden, dass die Maßnahmen im Bereich der psychischen Gesundheit personenzentriert und evidenzbasiert sind und auf die sich verändernden Herausforderungen und Chancen im Bereich der psychischen Gesundheit reagieren.

Schließlich empfehlen wir Ihnen, diese Leitlinien zu nutzen, um Co-Creation als Arbeitsweise in Ihrer Organisation zu verankern und den Co-Creation-Prozess auch auf externe Partnerschaften, Projekte, Programme und Dienstleistungsentwicklungen auszuweiten.

Politik und Entscheidungsträger Die Politikgestaltung ist ein inhärent politischer Prozess, der für die Ausübung der politischen Macht in demokratischen Systemen notwendig ist. Entscheidungsträger und politische Entscheidungsträger gehören naturgemäß zu den einflussreichsten Gruppen im Bereich der psychischen Gesundheit, da sie für die Formulierung von Maßnahmen zur psychischen Gesundheit, die Zuweisung von Ressourcen und die Festlegung des für den Sektor geltenden rechtlichen Rahmens verantwortlich sind. Allzu oft werden diese Entscheidungen ohne die angemessene Beteiligung anderer relevanter Parteien getroffen, insbesondere derjenigen, die direkt davon betroffen sind. Selbst wenn Konsultationen stattfinden, haben sie mitunter keinen Einfluss auf das Ergebnis der Politik- und Entscheidungsprozesse. Dies kann auf einen symbolischen Ansatz oder auf mangelndes Know-how bei der effektiven Umsetzung der Beteiligung zurückzuführen sein.

Co-Creation in der Politikgestaltung setzt voraus, dass durch die Mobilisierung menschlicher und technischer Ressourcen solide politische Maßnahmen entwickelt werden, um Gemeinschaften einzubinden und die politische Legitimität der Ergebnisse zu gewährleisten (Nabatchi et al. 2017). Co-Creation kann das politische Kapital von politischen Entscheidungsträgern erhöhen, was erhebliche Vorteile für den öffentlichen Dienst, die Gemeinschaften und die Bevölkerung im Allgemeinen mit sich bringt. Die Zusammenführung mehrerer Interessengruppen ist jedoch eine komplexe Aufgabe, und es entstehen Asymmetrien beim Zugang zu diesen Initiativen aufgrund von unterschiedlichem Bildungsstand, Einkommen, Wissen, Interesse und Macht (Goulart & Falanga, 2022). Selbst wenn die Ko-Kreation als Leitprinzip bei der Politikgestaltung herangezogen wird, bleibt die Beteiligung der Interessengruppen in der Regel hinter den Kriterien für eine erfolgreiche Umsetzung der Ko-Kreation zurück. Das liegt daran, dass die Politikgestaltung eine Machtposition innehat, die den politischen Entscheidungsträgern gehört und durch den demokratischen Prozess der Wahlen legitimiert ist. Deshalb haben die Interessengruppen bei der Politikgestaltung in der Regel eine beratende Funktion, während die Entscheidungen allein von den politischen Entscheidungsträgern getroffen werden.

Damit die Politikgestaltung durch Ko-Kreation erfolgreich sein kann, müssen zwei Voraussetzungen erfüllt sein. Erstens müssen sich die an der Politikgestaltung beteiligten Akteure der Grenzen jedes politischen Prozesses bewusst sein, wenn es um die Beteiligung geht, und dass die Entscheidungsfindung oft aus formalen Gründen (z. B. bei Gesetzgebungsverfahren) rechtmäßig den gewählten Vertretern zusteht. Zweitens müssen die politischen Entscheidungsträger bereit sein, ihre politischen Befugnisse mit allen Beteiligten gleichberechtigt zu teilen. Das

bedeutet, dass diese Akteure nicht nur mitbestimmen, wie eine bestimmte Politik entwickelt werden soll, sondern dass sie auch die Verantwortung für die Politik selbst tragen. Auf diese Weise können öffentliche Maßnahmen und Entscheidungen auf der Grundlage echter Fakten und der von den Gemeinschaften geäußerten Bedürfnisse getroffen werden. Auf diese Weise wird eine voreingenommene Politikgestaltung vermieden, und folglich sollten die politischen Entscheidungsträger die Ko-Kreation nicht nur als Leitprinzip, sondern auch als methodischen Rahmen für die Entwicklung jeglicher Politik mit Auswirkungen auf die psychische Gesundheit betrachten.

Erfahrene Experten und ihre Unterstützer Personen, die Erfahrungen mit psychischen Gesundheitsproblemen gemacht haben, sowie Mitglieder ihres Unterstützungsnetzes können durch Co-Creation erheblich gestärkt werden, indem sie das Motto "Nichts über uns, ohne uns" verwirklichen. Aufgrund systembedingter Machtungleichgewichte bleibt die Stimme derjenigen, die letztlich von der Politik und den Versorgungsmodellen im Bereich der psychischen Gesundheit betroffen sind, meist ungehört. Co-Creation bringt ihre einzigartige und dringend benötigte Perspektive an den Tisch, wo persönliche Erzählungen und Erfahrungen eine Rolle spielen und den Kern für die Verbesserung ihrer Lebensqualität und der ihrer Mitmenschen bilden können, einschließlich des Abbaus von Stigmatisierung und Diskriminierung.

Miloš Šviderský - Person mit Lebenserfahrung, Slowakei

Miloš Šviderský nahm an einem umfassenden Co-Creation-Prozess teil, der darauf abzielte, den Aufbau und die Bereitstellung von Diensten der psychischen Gesundheit in seinem Land zu überdenken und zu verändern.

"Die Möglichkeit, an der Co-Creation teilzunehmen, war für mich sehr ermutigend. Es gab mir das Gefühl, irgendwo dazuzugehören und Teil von etwas Größerem und Wichtigem zu sein, denn das ist es, was Menschen, die leiden, hilft. Ich hatte die Gelegenheit, verschiedene Menschen zu treffen, mich von ihren persönlichen

*Erfahrungen inspirieren zu lassen und vor allem das
Gefühl zu haben, dass ich nicht allein bin".*

Zu viele Erfahrungen mit einer symbolischen Beteiligung haben Experten entmutigt, weil sie die Erfahrung gemacht haben, dass sie bei Entscheidungen über politische Maßnahmen, Dienstleistungen usw. den ihnen zustehenden Platz einnehmen. Diese Leitlinien werden ihnen und ihren Unterstützern helfen, den Nutzen und die Vorteile ihrer Beteiligung hervorzuheben - abgesehen davon, dass Beteiligung ein grundlegendes Menschenrecht ist - und zusammen mit unserem Toolkit zur Ko-Kreation den Weg für eine wirklich sinnvolle Einbeziehung aller relevanten Perspektiven in der psychischen Gesundheit zu ebnet.

Fachkräfte des Gesundheits- und Sozialwesens Dies ist eine sehr breite Gruppe mit unterschiedlichen Profilen von der direkten Leistungserbringung bis hin zum Management auf verschiedenen Ebenen der Gesundheits- und Sozialsysteme, von der Mikro- bis zur Makroebene. In den vergangenen Jahrzehnten gab es verschiedene Formen der Einbindung von Experten in die Gesundheitsversorgung (Koproduktion, Ko-Design usw.) mit unterschiedlichem Erfolg. Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialwesen können auf diesen Erfahrungen aufbauen, indem sie sich die Ko-Kreation zu eigen machen und so das Spektrum der Beteiligten, mit denen sie zusammenarbeiten, erweitern, um die Leistungserbringung zum Nutzen bestehender und potenzieller Nutzer zu bewerten, zu überdenken und umzugestalten. Der Co-Creation-Prozess ermöglicht die Entwicklung von maßgeschneiderten Lösungen für das Gesundheitssystem (Stock, C., Dias, S., Dietrich, T., Frahsa, A., & Keygnaert, I. 2021). Es gibt keine standardisierten Verfahren, die optimal genutzt werden können, um neue Pflegedienstleistungen flexibel und effektiv an die Bedürfnisse und Lebenserfahrungen der Menschen sowie an die steigenden Anforderungen der Gesundheits- und Sozialdienste anzupassen. Diese Leitlinien können diese Gruppe dabei unterstützen, sich bei ihren Kollegen, ihrer Hierarchie und den zuständigen Behörden für kulturelle, praktische und systemische Veränderungen einzusetzen.

*Safia Akram - Person mit Lebenserfahrung und
Projektmanagerin für psychische Gesundheitsdienste
beim NHS, Vereinigtes Königreich*

"Ich denke, dass es oft Gruppen von Akademikern und Fachleuten gibt, die zwar einen akademischen Hut und viele Qualifikationen haben, aber auf einer niedrigeren Ebene nicht in der Lage sind, mit Einzelpersonen als Menschen zu sprechen. Und ich denke, manchmal kommt diese Machtdynamik ins Spiel, automatisch oder nicht, leider... Es ist also diese Machtdynamik, bei der sich Menschen, die zuvor von Dienstleistungen ausgeschlossen waren und schlechte Erfahrungen mit psychischer Gesundheit oder Sozialhilfe oder mit dem gesetzlich geregelten Sektor gemacht haben, nicht trauen, vor diesem Publikum zu sprechen, weil sie als mächtiger und wichtiger angesehen werden...

Es gibt also diese Machtdynamik, die ins Spiel kommt, aber bei der Co-Kreation sind alle gleich. Oder sollten gleichberechtigt sein, und ich denke, dass man so die besten Ergebnisse erzielen kann.

Forscher und Akademiker tragen mit ihrer Arbeit zu evidenzbasierten Präventions- und Pflegepolitiken, -praktiken und -programmen sowie zu Behandlungsleitlinien und mehr bei. Co-Creation kann ihnen dabei helfen, die Perspektive vom Studieren und Lehren über die Erfahrungen der Menschen hin zum Lehren, Lernen und Forschen mit Menschen mit diesen Erfahrungen zu verschieben. Dies bringt die Forschung und ihre Ergebnisse näher an die Bedürfnisse von Menschen mit Lebenserfahrung und der Allgemeinbevölkerung im Hinblick auf die Förderung der psychischen Gesundheit und die Prävention. Es kann auch Fachleuten im Bildungsbereich helfen, inklusiver zu lehren und ihnen Instrumente an die Hand geben, um die Stigmatisierung von psychischer Gesundheit und psychischen Problemen zu verringern.

Die Zivilgesellschaft umfasst sehr unterschiedliche Organisationen, die eine wichtige Rolle bei der Sensibilisierung, der Verringerung der Stigmatisierung, der Förderung von Reformen der Politik im Bereich der psychischen Gesundheit und oft auch bei der Bereitstellung von Dienstleistungen spielen: gemeindebasierte Vereinigungen, Interessenvertretungsorganisationen, Jugend- und Sportzentren, Selbsthilfegruppen, um nur einige zu nennen. Durch die Zusammenarbeit mit diesen Einrichtungen wird sichergestellt, dass das Fachwissen und die Erkenntnisse derjenigen, die in der Gemeinschaft stark engagiert sind, in die Mitgestaltungsbemühungen einfließen. Diese Organisationen sind in der Regel proaktiv und bringen ihre Sichtweise selbst unter komplexen Umständen lautstark zum Ausdruck. Sie können die Möglichkeiten, die die Ko-Kreation bietet, auf jeden Fall gut nutzen, um ihre Rolle zu stärken, und werden von der Verwendung dieser Leitlinien und des Toolkits sowohl intern zur Entwicklung/Erweiterung ihrer eigenen Kapazitäten als auch extern bei der Förderung eines Ko-Kreationsansatzes bei anderen Interessengruppen profitieren.

*Andrej Vršanský - Geschäftsführer, Mental health
League, Slowakei*

"Der Kern unseres Co-Creation-Projekts bestand darin, in öffentlichen Sitzungen einen sicheren, akzeptierenden Raum zu schaffen, in dem Menschen mit Lebenserfahrung, Angehörige, Fachleute, Vertreter lokaler Behörden oder Menschen, die sich für das psychosoziale Versorgungssystem und die entsprechenden Dienste interessieren, zusammenkommen und darüber diskutieren konnten, was sie brauchen, was sie nicht brauchen, welche Probleme sie haben, was sie vorschlagen und welche Ideen sie haben, wie das psychosoziale Versorgungssystem funktionieren sollte, und diese Erfahrungen, Vorschläge und Bedürfnisse zu erfassen. Diese Ziele konnten wir erreichen".

Warum Sie bei der psychischen Gesundheit mitgestalten sollten

Geben wir es zu: Ko-Kreation ist nicht einfach, und die Argumente und Gründe, sich nicht an der Ko-Kreation zu beteiligen, sind bekannt. Die Einbeziehung aller Beteiligten zu gleichen Bedingungen erfordert Zeit und die Investition von Ressourcen. Für viele ist es einfacher, den Status quo beizubehalten, den Betrieb wie gewohnt fortzuführen, ohne die Notwendigkeit in Frage zu stellen, die Art und Weise, wie man Dinge tut, zu ändern.

Menschen mit psychischen Problemen und psychosozialen Behinderungen könnten sich nicht engagieren, weil sie sich selbst stigmatisieren, weil sie befürchten, diskriminiert zu werden oder nur symbolisch einbezogen zu werden, weil ihnen die Zeit und/oder die Fähigkeit fehlt, sich freiwillig zu engagieren, weil sie Probleme mit der Zugänglichkeit haben und weil sie einen schlechten Gesundheitszustand haben.

Eine weitere Herausforderung ist das mangelnde Verständnis dafür, was im Rahmen eines Co-Creation-Ansatzes getan werden kann und wie man es tut. Menschen und Organisationen haben möglicherweise keine Erfahrung und finden es schwierig, sich in den bestehenden Rahmen und Instrumenten zurechtzufinden und sie in der Praxis in ihrem Sektor oder Arbeitsumfeld anzuwenden.

Schließlich gibt es möglicherweise keine ausreichenden Belege für positive Ergebnisse der Ko-Kreation in verschiedenen Bereichen, da die Anwendung der Ko-Kreation im Bereich der psychischen Gesundheit außerhalb des Bereichs der Dienstleistungserbringung begrenzt ist.

Unabhängig vom Thema kann jede Herausforderung mit dem Engagement aller Beteiligten bewältigt werden, und die Mitgestaltung sollte als eine gute "Investitionsrendite" angesehen werden. Die Beteiligten sollten vom Status quo der "Einheitsgröße für alle"-Interventionen und -Strategien von oben nach unten zu Interventionen übergehen, die auf einer Bottom-up-Ko-Kreation mit einer Vielfalt von Ansichten basieren.

Es gibt zwei wesentliche Gründe, die die Ko-Kreation zu einem wichtigen Ansatz im Bereich der psychischen Gesundheit machen: der erste hängt mit den Menschenrechten zusammen und der zweite mit den Vorteilen, die sie in Bezug auf Ergebnisse, Auswirkungen und Eigenverantwortung mit sich bringt.

Die Menschenrechtsperspektive

Das Recht auf Partizipation ist das grundlegende Recht der Menschen, bei Entscheidungen, die ihr Leben betreffen, mitreden zu können. Die politische und öffentliche Beteiligung ist ein Eckpfeiler jedes demokratischen Systems. Es gibt auch Beteiligungsrahmen und -instrumente für andere Kontexte und für bestimmte Gruppen, z. B. mehrere Bestimmungen in der Konvention über die Rechte des Kindes, die sich auf die Beteiligung von Kindern beziehen. In Artikel 4 der Erklärung von Alma-Ata von 1978 über die medizinische Grundversorgung heißt es: "Die Menschen haben das Recht und die Pflicht, sich individuell und kollektiv an der Planung und Durchführung ihrer Gesundheitsversorgung zu beteiligen."

Wenn es um psychische Gesundheit und Teilhabe geht, konzentrieren wir uns natürlich in erster Linie auf das Recht auf Teilhabe von Menschen mit psychischen Problemen und psychosozialen Behinderungen, ohne dabei ihre Unterstützer zu vergessen.

Die volle und wirksame Teilhabe und soziale Eingliederung von Menschen mit psychischen Problemen und psychosozialen Behinderungen spiegelt sich in erster Linie in den allgemeinen Grundsätzen des Übereinkommens der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UNCRPD) wider. Dieser Grundsatz ist untrennbar mit anderen Menschenrechten im geltenden Völkerrecht verbunden; von besonderem Interesse für diese Leitlinien sind die Rechte auf Gleichheit und Nichtdiskriminierung sowie auf Teilhabe am politischen und öffentlichen Leben. Der UNCRPD-Ausschuss erkennt an, dass die aktive und sinnvolle Beteiligung von Menschen mit Behinderungen zu einem bahnbrechenden Menschenrechtsvertrag geführt und das Menschenrechtsmodell der Behinderung begründet hat. Folglich erkennen die internationalen Menschenrechtsvorschriften Menschen mit Behinderungen nun eindeutig als "Subjekte" aller Menschenrechte und Grundfreiheiten an und fordern ihre sinnvolle Beteiligung an allen sie betreffenden Prozessen. Das Konzept "Nichts über uns, ohne uns" ist nun ein Eckpfeiler der internationalen Menschenrechtsvorschriften.

*Enrico L. - Mitglied des Clubhouse Club Itaca Mailand
(Italien)*

"Die Arbeit in der Co-Creation ist definitiv nützlich und bereichernd, weil wir als Clubhouse-Mitglieder an jedem Schritt des Projektplanungsprozesses teilnehmen können. Ohne uns anzuhören, wüssten die Mitarbeiter nicht, ob die Begünstigten an einem bestimmten Projekt interessiert wären. Die Zusammenarbeit ermöglicht es uns zu verstehen, welche Richtung wir einschlagen sollen".

*Gina Delaney - Entwicklungsbeauftragte, Mental Health
Ireland und gelebte Familienerfahrung, Irland*

"Ich denke, dass die Mitgestaltung wichtig ist, weil sie den Menschen, die Erfahrungen gemacht haben, die Möglichkeit gibt, die besten Praktiken zu beeinflussen, weil wir am besten wissen, was funktioniert und was nicht funktioniert, und dann können die Menschen, die Entscheidungen treffen, diese Informationen nutzen, um bessere Entscheidungen zu treffen.

Co-Creation beruht auf der Beteiligung und Befähigung von Menschen mit Lebenserfahrung. Sie geht jedoch noch weiter und bekräftigt den Grundsatz, dass auch andere Akteure, die im Bereich der psychischen Gesundheit eine Rolle spielen, beteiligt und befähigt werden müssen, nicht nur mit Experten aus der Praxis, sondern auch untereinander zu arbeiten.

Vorteile der Ko-Kreation

Co-Creation bietet eine Reihe von Vorteilen für alle Beteiligten. Diese Vorteile ergeben sich auf der Makro- oder Organisationsebene und/oder auf der Mikro- oder persönlichen Ebene, wie die Literatur und die Aussagen von Personen aus verschiedenen Interessengruppen, die an Aktivitäten im Rahmen eines Co-Creation-Ansatzes teilgenommen haben, zeigen.

Gemeinsame Wertschöpfung - Der Co-Creation-Ansatz, der allen Beteiligten die Möglichkeit gibt, einen Beitrag zu leisten, trägt zur gemeinsamen Wertschöpfung, zur Nutzbarkeit der Ergebnisse und zur Nachhaltigkeit bei.

*Elena Meta Adejevaite - Klinische Psychologin am
öffentlichen Krankenhaus Saint Rokas, Vilnius, Litauen*

"Es gibt nicht viele Workshops dieser Art. Diese Art von Methode, bei der verschiedene Gruppen ihre Ideen vorstellen, ist sowohl für das Arbeitsumfeld als auch für die Ergebnisse sehr wichtig. Unsere Ansichten wurden aufgegriffen".

Elena empfiehlt definitiv den Co-Creation-Ansatz. Sie räumt ein, dass die Arbeit in der Co-Creation für manche Menschen eine Herausforderung sein kann, insbesondere für Fachleute, wenn sie nicht an diesen Ansatz gewöhnt sind und auch, wenn sie aus sehr unterschiedlichen Bereichen kommen. Der größte Vorteil, den Elena in der Co-Creation sieht, ist "das Gefühl, dass ich mit bestimmten Problemen nicht allein dastehe und Ideen habe, was verändert werden könnte, und dass ich darüber reden und mich austauschen kann. Die Möglichkeit, von den Erfahrungen anderer zu hören, meine eigenen zu diskutieren und gemeinsam nach Lösungen zu suchen, ist der größte Vorteil, aber

nicht nur das. Der zweite Aspekt ist das Wissen, dass diese Diskussionen von denjenigen, die diese Aktivität geleitet haben, aufgegriffen und in konkrete Maßnahmen umgesetzt werden. Das zu wissen, erhöht den Wert der Erfahrung".

Elena ist der Meinung, dass der Co-Creation-Ansatz wichtig ist, denn unabhängig von dem Bereich, in dem man arbeitet, oder von dem Beruf, in dem man tätig ist, bringt man seine Perspektive ein, und jeder bringt etwas anderes ein. Diese Meinungsvielfalt ist wichtig, um ein und dasselbe Thema aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten. Es geht auch um Gleichberechtigung, und es gibt noch viel zu tun, um Ungleichheiten in bestimmten Berufen zu beseitigen. Es geht darum, wie Menschen andere sehen: "Ich sehe die Person und interagiere mit ihr unabhängig von ihrem Beruf".

Stimulierung von Innovation - Co-Creation stellt alte Vorgehensweisen in Frage und fördert so die Innovation. Da jede Partei eine andere Perspektive zu einer gestellten Frage oder einem Problem beisteuert, führt die Ko-Kreation dazu, dass wir anders denken und Probleme aus verschiedenen Blickwinkeln angehen.

*David Dwyer - Koordinator für Beteiligungszentren,
Community Health Care South-East, HSE und gelebte
Erfahrung mit psychischer Gesundheit und
Suchtentwöhnung, Irland*

*Davids Erfahrung mit Co-Creation bezieht sich auf die
 Genesungserziehung und einige Forschungsarbeiten.*

"... die Vorteile, die ich in der Co-Creation sehe, sind das gemeinsame Verständnis und das gemeinsame Lernen und... die Schaffung neuer Formen von Wissen, die auf den Erfahrungen der Menschen aufbauen. Wissen Sie, ich habe es in Aktion gesehen. Sie kennen das Wissen, das daraus entsteht, und es macht es einfacher...

*Veränderungen innerhalb der Dienste zu beeinflussen,
wenn mehr Stimmen gehört werden...".*

Erzielung wirksamer und sinnvoller Ergebnisse - Die Einbeziehung aller Perspektiven hilft, nicht nur die Bedürfnisse der Endbegünstigten zu verstehen, sondern auch die derjenigen, die eine Rolle bei der Erzielung der Wirkung spielen. Durch ein besseres Verständnis der Bedürfnisse trägt die gemeinsame Entwicklung dazu bei, Lösungen zu finden, die echte Veränderungen bewirken.

Zu den Vorteilen der Co-Creation in der psychiatrischen Versorgung gehören beispielsweise nicht nur verbesserte Gesundheitsergebnisse und eine höhere psychische Gesundheitskompetenz für Menschen mit psychischen Problemen (Piper & Emmanuel n.d.). Eine solche Kompetenz bezieht sich auch auf die Mitarbeiter, die durch Co-Creation lernen können, wie sie erfolgreich mit den Dienstleistungsnutzern kommunizieren können (Jones *et al.* 2020), was letztendlich zu einer Verbesserung des Dienstleistungsangebots führt. Dies stärkt nicht nur die Dienstleistungsnutzer und gibt ihnen Selbstvertrauen, sondern unterstützt auch den Einzelnen dabei, seinen eigenen Genesungsweg neu zu gestalten und erfolgreich zu navigieren (Spencer *et al.* 2013; Ewert und Evers 2014; Thorneycroft und Dobel-Ober 2015; Fisher *et al.* 2018; Norton 2021).

Weitere Vorteile der Ko-Kreation aus organisatorischer Sicht werden durch Statistiken über Krankenhauseinweisungen belegt. Spencer *et al.* (2013) stellten fest, dass die Zahl der Notfalleinweisungen um 30 % und die Zahl der Krankenhauseinweisungen um 50 % gesunken ist, was eine direkte Folge von Co-Creation-Aktivitäten ist. Auf diese Weise wurde festgestellt, dass Co-Creation die Leistungserbringung verbessert, was wiederum die Leistungsergebnisse verbessert (OECD 2011). Dies ist möglich, da die Ko-Kreation die therapeutische Beziehung so verändert, dass sie den Nutzer stärker einbezieht und ihm die Verantwortung für seinen Genesungsprozess überträgt (Pestoff 2013). Interessanterweise hat Co-Creation auch wirtschaftliche Vorteile und Vorteile für die Genesung (Department of Health 2006).

*Isabella G. - Beraterin, Mitarbeiterin des Clubhouse Club
Itaca Milan*

*"...die Arbeit in der Co-Creation trägt auch dazu bei, den
Genesungsweg der Clubhouse-Mitglieder zu verbessern.*

Aus der Perspektive der persönlichen Genesung helfen die täglichen Clubhouse-Aktivitäten den Mitgliedern, ihr Selbstwertgefühl zu steigern, sich selbst zu stärken, neue Fähigkeiten zu erwerben und Projekte durchzuführen. Es hat also nicht nur unserer Organisation geholfen, sondern auch den einzelnen Menschen. Diese beiden Aspekte sind untrennbar miteinander verbunden. Es ist ein positiver Prozess".

Aufbau längerfristiger Partnerschaften - Die Art der gemeinsamen Interaktion und der Verbindungen, die durch die Ko-Kreation entstehen, können Partnerschaften fördern, die über die spezifische Aktivität oder das Projekt hinausgehen und eine zukünftige Zusammenarbeit inspirieren.

*Belinda Coyle - Peer Support Worker für Familien,
Community Health Care South-East, HSE und
Familienerfahrung, Irland*

*"...Man lernt gemeinsam zu lernen, aber man baut auch
Vertrauen und Zusammenarbeit auf und... das
Wichtigste ist, dass man viele Freundschaften aufbaut...".*

Persönliches und berufliches Wachstum - Co-Creation hat viele Vorteile für den Einzelnen (Bovaird und Loeffler 2013). Das gegenseitige Lernen, das in einem Co-Creation-Prozess stattfindet, ist sowohl auf persönlicher als auch auf beruflicher Ebene bereichernd und unterstützt zum Beispiel die Verbesserung des Selbstbewusstseins, der Soft Skills, des technischen Wissens und der beruflichen Netzwerke.

Bei Menschen mit psychischen Problemen könnte dies sogar dazu beitragen, trotz dieser Probleme berufliche Ziele zu erreichen (Boyle et al. 2006; Salisbury 2020). So kann beispielsweise die Mitgestaltung von Vorträgen über psychische Gesundheit die Möglichkeit eröffnen, Teil eines Lehrerteams zu werden; oder die Mitgestaltung von Genesungsworkshops kann Menschen auf eine Beschäftigung als Peer Educator und andere Aufgaben in der Genesungspädagogik vorbereiten.

*Dario L. - Mitglied des Clubhouse Club Itaca Mailand,
Italien*

*Isabella G. - Beraterin, Mitarbeiterin des Clubhouse Club
Itaca Mailand*

Dario ist ein Grafikdesigner, der nach seiner letzten komplizierten Berufserfahrung beschlossen hat, sich eine Auszeit zu nehmen, um sich um seine geistige Gesundheit zu kümmern. Er war an der Mitgestaltung der Zeitschrift "Odissea del Mese" des Club Itaca Milan beteiligt. Die Mitarbeiter und Mitglieder des Clubhauses beteiligen sich gleichermaßen an der Mitgestaltung und Mitplanung jeder Ausgabe des Magazins.

Dario: *"Die Arbeit an der Co-Creation für unser Magazin hat mir persönlich und auch unserer Organisation geholfen. Sie half mir, meine sozialen und grafischen Fähigkeiten auf vielfältige Weise zu verfeinern: Ich hatte die Möglichkeit, mich in neue und herausfordernde Arbeitsbeziehungen einzubringen, neue technische und digitale Fähigkeiten zu erwerben und neue Tools zu erlernen. Die Arbeit in der Co-Creation half mir, meine Soft Skills zu verbessern und neue effektive und produktive Beziehungen zu anderen Clubhouse-Mitgliedern und Mitarbeitern aufzubauen. Dieser Co-Creation-Prozess hat auch unserer Organisation und unserem Magazin geholfen. Er ermöglicht es jedem Clubhouse-Mitglied, offen und häufig zu kommunizieren, sich auszudrücken und positive Beziehungen aufzubauen. Diese Erfahrung ist ein großartiges Beispiel für Co-Creation und Teamwork. Darüber hinaus hat die gemeinsame Arbeit an unserem Magazin bei vielen Clubhouse-Mitgliedern das Interesse am Schreiben geweckt und ihnen geholfen, sich in diesem Bereich zu engagieren".*

Isabella: *"Die Arbeit in der Co-Creation hat mir*

persönlich sehr geholfen, weil das psychosoziale Rehabilitationsmodell des Clubhouse auf der Kompetenz, der Beteiligung und der Motivation sowohl der Mitarbeiter als auch der Mitglieder beruht; daher gibt es im Alltag in unserem Clubhouse einen echten Austausch von Ideen, Fähigkeiten und Informationen. Daher denke ich persönlich, dass es eine sehr bereichernde Arbeit für alle Beteiligten ist".

Dario unterstützt nachdrücklich den Co-Creation-Ansatz:

"Meiner Meinung nach ist die Arbeit in der Co-Creation wesentlich, um Ziele und die angestrebten Ergebnisse zu erreichen. Dabei lernt man, wie man richtig im Team arbeitet. Eine gemeinsame Führung war für das Erreichen der angestrebten Ergebnisse unerlässlich. Wir konnten viele Ziele erreichen, weil jeder die Möglichkeit hatte, sich zu äußern, und sich angehört fühlte. Die Arbeit in der Co-Creation bedeutet, dass jeder Vorschlag, jede Idee und jedes Feedback den gleichen Wert hat und dass jede Meinung respektiert und angehört wird".

Überprüfung von Vorurteilen - Innerhalb von Beziehungen ermöglicht die Ko-Kreation jedem, die mit ihm verbundenen Etiketten zu entfernen, so dass alle am Tisch willkommen sind (Ewert und Evers 2014; NHS England 2015). Die Möglichkeit, Einblicke in die Perspektiven der anderen Parteien zu erhalten, begünstigt das Überdenken früherer Meinungen und Wahrnehmungen über ihre Rolle und Arbeit. Im Falle von Menschen mit psychischen Problemen oder psychosozialen Behinderungen kann dies dazu beitragen, die - tatsächliche oder vermeintliche - Stigmatisierung und Diskriminierung gegenüber ihnen als Einzelpersonen und gegenüber der Rolle des von ihnen vertretenen Wahlkreises zu verringern.

*Melina Waelle - Expertin aus Erfahrung und
Gesundheitsfachfrau, Schweiz*

Seit 2018 nutzt Melina Waelle Praxissituationen, um Studierenden ihre Erfahrungen mit psychischen Problemen und Genesung zu vermitteln. Sie war am Co-Creation-Prozess zur Entwicklung des Kurses "Personenzentrierte psychische Gesundheit" in einem Kompetenzzentrum für psychische Gesundheit beteiligt. Sie nimmt gemeinsam mit Hochschullehrern an Vorlesungen teil.

"Es ist immer wieder spürbar, dass mein Erfahrungswissen gleichberechtigt mit dem Fachwissen der Profis steht. Ich erhielt Unterstützung im Bereich der Didaktik, da ich in diesem Bereich keine Ausbildung habe. Ich bin sehr dankbar für die Möglichkeit, meine Erfahrungen auf höchstem Niveau an die Studierenden weitergeben zu können."

Melinas Ansicht über die Bedeutung der Ko-Kreation:

"Es ist wichtig, jede Perspektive zu berücksichtigen. Die Studien/Forschungen und das Lehrmaterial sind wichtig für eine gute Ausbildung der Fachkräfte. Aber die gelebte Erfahrung ist ebenso wichtig, weil sie die Perspektive des Faches kritisch reflektiert." Und er denkt an die Ergebnisse: "Durch Co-Creation ist nun ein CAS-Lehrgang entstanden, in dem die Fachperspektive und die Perspektive der gelebten Erfahrung gleichberechtigt unterrichtet werden. Die gemeinsame Arbeit daran ist

*der richtige Weg für die bestmögliche Unterstützung von
Menschen mit psychischen Problemen."*

Mental Health Europe Ansatz der Ko-Kreation

Was verstehen wir unter Ko-Kreation?

Co-Creation ist ein relativ neuer Begriff im Vergleich zu dem bekannteren und häufiger verwendeten Begriff "Koproduktion". Koproduktionskonzepte und damit zusammenhängende Definitionen tauchten in der Literatur bereits 1977 in Bezug auf Waren und Dienstleistungen im Allgemeinen sowie speziell in Bezug auf öffentliche Dienstleistungen und das Gesundheitswesen auf. Im Laufe der Zeit wurde das Konzept um Grundsätze, Werte und andere Kriterien erweitert, um verschiedene Arten oder Ebenen zu definieren. Der Literatur zufolge ist die Ko-Kreation eine Komponente des umfassenderen Konzepts der Koproduktion.

Aufgrund dieser Vielfalt an Definitionen und Rahmenwerken und des Fehlens eines solchen, das unsere Vision der Ko-Kreation widerspiegelt, hat sich Mental Health Europe bemüht, eine eigene Definition und ein eigenes Rahmenwerk zu entwickeln. Am wichtigsten ist, dass sich diese Arbeit in unseren Gesamtansatz der Förderung einer positiven und ermächtigenden Sprache und Kommunikation über psychische Gesundheit einfügt.

Die Arbeitsdefinition von Mental Health Europe für Co-Creation:

Ein kooperativer Ansatz, bei dem alle Akteure im Bereich der psychischen Gesundheit gleichberechtigt zusammenarbeiten, um Strategien, Dienste, Programme und Kommunikation zu entwickeln und umzusetzen, die eine positive psychische Gesundheit nach einem psychosozialen Modell und einem menschenrechtsbasierten Ansatz fördern.

Grundsätze der Ko-Kreation

Die Definition von Mental Health Europe für Co-Creation wird durch sieben Grundsätze untermauert.

- 1 Inklusivität** Ko-Kreation ist repräsentativ für alle beteiligten Gruppen und gewährleistet Vielfalt
- 2 Gleichstellung** Die Perspektive jedes Einzelnen wird als wesentlich und wertvoll anerkannt, und jeder Teilnehmer bringt seine eigenen Erfahrungen, Fachkenntnisse, Fähigkeiten und Einsichten ein.
- 3 Respekt** Auf eine respektvolle und konstruktive Zusammenarbeit und Kommunikation wird Wert gelegt.
- 4 Gegenseitigkeit** Reziprozität ist ein echter Austausch von Gedanken, Gefühlen und Erfahrungen zwischen einer Gruppe, bei dem gegenseitiges Lernen stattfindet und gemeinsame Bedeutungen entstehen.
- 5 Teilung der Macht** Durch die Teilung der Macht werden unterschiedliche Fachgebiete anerkannt, was zu einer demokratischen gemeinsamen Verantwortung für Entscheidungen führt.
- 6 Erreichbarkeit** Alle Beteiligten haben die gleichen Möglichkeiten, sich zu beteiligen und zum Prozess beizutragen.
- 7 Transparenz** Der gesamte Prozess wird gemeinsam und klar umrissen und verstanden

Umsetzung der Grundsätze in die Praxis

In diesem Abschnitt finden Sie Anregungen und Tipps, wie Sie die oben genannten Grundsätze in die Praxis umsetzen und ein Umfeld schaffen können, das der Ko-Kreation förderlich ist.

1. Einbeziehung von Interessengruppen - Die Erfassung von Interessengruppen ist in vielen Kontexten gängige Praxis, doch die Art und Weise, wie die Erfassung

vorgenommen wird, kann den Prozess auf sehr unterschiedliche Weise beeinflussen. Bedenken Sie:

- Denken Sie über den Tellerrand hinaus - es kann Akteure geben, deren Einbeziehung Sie aus verschiedenen Gründen nicht in Betracht gezogen haben: Sie glauben z. B., dass sie bei Ihren Plänen keine Rolle spielen, oder Sie wissen nicht, wo sie zu finden sind, oder Sie müssen Ihre Perspektive auf das Projekt/die Dienstleistung über den Bereich der psychischen Gesundheit hinaus erweitern. Es ist wichtig, sich bewusst zu machen, dass es verschiedene Perspektiven gibt; Sie könnten: mehrere Personen bitten, einen Beitrag zur Bestandsaufnahme zu leisten, sich von ähnlichen Initiativen inspirieren lassen, einen Aufruf zur Interessenbekundung veröffentlichen (Sie könnten von der Resonanz überrascht werden!);
 - Berücksichtigen Sie die Vielfalt - bei allem, was Sie im Rahmen der Co-Creation tun, müssen Sie bedenken, dass die Ergebnisse den Bedürfnissen Ihrer Zielgruppen entsprechen müssen und dass diese Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen und aus unterschiedlichen Verhältnissen sind. Denken Sie an die verschiedenen Arten von Erfahrungen mit psychischen Problemen, an deren Familienangehörige und Unterstützer, an Dienstleister, Gemeindemitglieder, Alter, Geschlecht, sozioökonomischen Hintergrund, Religion usw. und an die Zusammenhänge zwischen diesen und dem Projekt/Dienst. Stellen Sie sicher, dass Ihr Co-Creation-Ansatz von Anfang an so inklusiv wie möglich ist.
2. Wenn Sie mit den Stakeholdern Kontakt aufnehmen, um sie in die Co-Creation-Aktivitäten einzubinden, prüfen Sie, was sie brauchen, um sich vollständig beteiligen zu können.
 3. Vergewissern Sie sich, dass Sie über die notwendigen Ressourcen verfügen, um die von Ihnen ermittelten Bedürfnisse zu erfüllen: Zeit, Humanressourcen, Finanzen, Veranstaltungsorte usw. Berücksichtigen Sie, dass ein gewisses Maß an Flexibilität erforderlich sein wird, denn Co-Creation kann ein wenig chaotisch und zeitaufwändig sein, aber das Ergebnis wird es wert sein! Seien Sie transparent in Bezug auf die Zuweisung der Ressourcen, insbesondere wenn es um die Finanzierung geht.
 4. Ermitteln Sie, welches Fachwissen, welche Erfahrungen, Fähigkeiten und Kenntnisse jeder Teilnehmer mitbringt und wo er am effektivsten beitragen kann.

*Enrico L. - Mitglied des Clubhouse Club Itaca Mailand
(Italien)*

"Im Clubhaus werden wir geschätzt, denn wir tun das, was wir am besten können, entsprechend unseren Fähigkeiten, Fertigkeiten und Erfahrungen. Das Clubhaus ermöglicht es uns, unser Fachwissen einzusetzen, unsere Fähigkeiten zu stärken und anderen Mitgliedern zu helfen. Außerdem ermutigen uns die Mitarbeiter des Clubhauses, neue Dinge zu lernen und neue Erfahrungen zu machen".

5. Informieren Sie die Teilnehmer darüber, was Co-Creation ist und wie sie funktioniert.
6. Ermitteln und vereinbaren Sie gemeinsam den Schwerpunkt und das erwartete Ergebnis der Arbeit, die im Rahmen der Ko-Kreation geleistet werden soll. Wenn eine Arbeit in irgendeiner Weise bereits definiert ist (z. B. eine Strategie), vereinbaren Sie, wie Co-Creation innerhalb des bestehenden Rahmens angewendet werden kann.

*Safia Akram - Person mit Lebenserfahrung und
Projektmanagerin für psychische Gesundheitsdienste
beim NHS, Vereinigtes Königreich*

"Das jüngste Projekt, an dem ich arbeite, befasst sich mit psychischer Gesundheit, mit gemeinsamen Erfahrungen und einer Gruppe von Menschen, die die Erfahrung gemacht haben, dass sie psychische Gesundheitsdienste in Anspruch genommen haben, sei es in Krisensituationen oder auf der Ebene der Primärversorgung, oder die von den Fachleuten des Gesundheitswesens noch nicht einmal als jemand mit Problemen erkannt wurden..."

Es ist also wirklich wichtig, all diese Stimmen mit unterschiedlichen Erfahrungen zu haben, die uns unterstützen und mich dafür zur Rechenschaft ziehen, wie ich die Arbeit leiste und was meine Zukunftspläne für das Projekt sind. Obwohl ich die Berufsbezeichnung Projektleiter trage, sehe ich mich also eher als Vermittler.

7. Legen Sie in der Gruppe fest, wie Sie zusammenarbeiten wollen, und zwar unter anderem:

- Einigung auf Elemente, die ein sicheres Umfeld für alle schaffen;
- Ein Plan für die Kommunikation zwischen den Teilnehmern und Strategien für den Umgang mit Schwierigkeiten, mit denen manche Menschen konfrontiert sein könnten;
- Ein Verfahren zur Konfliktbewältigung;
- Einigung darüber, wie Entscheidungen getroffen werden sollen.

Sie müssen die Gruppenvereinbarung regelmäßig überprüfen/überprüfen und bei Bedarf anpassen. Dies könnte z. B. zu Beginn jedes Treffens als Gruppe geschehen oder die Teilnehmer könnten einzeln schriftliche Vorschläge einreichen (für manche ist dies vielleicht die bequemere Variante).

8. Stellen Sie einen Aktionsplan auf, in dem die Schritte Ihrer gemeinsam erarbeiteten Aktivität beschrieben werden, so dass sich alle über den Prozess im Klaren sind, aber halten Sie ihn einfach und machen Sie ihn natürlich auch im Rahmen der Ko-Kreation. Erkennen Sie an, dass in der Realität vielleicht nicht jeder zu jedem einzelnen Schritt beitragen kann und dass dies von allen akzeptiert wird, solange die Ergebnisse mit allen geteilt werden. Wenn das Projekt mit finanziellen Mitteln ausgestattet ist, sollten Sie die Mittelzuweisung transparent gestalten.

Ein Aktionsplan sollte jedoch nicht zu einem zu starren und formalen Prozess führen. Schließlich geht es bei der Ko-Kreation um gemeinsames "Schaffen". Lassen Sie also Raum für Kreativität, unkonventionelle Ideen und Informalität.

9. Erstellen Sie gemeinsam einen Evaluierungsplan und Instrumente, mit denen Sie überprüfen können, ob Ihre Arbeitsweise mit dem Co-Creation-Ansatz übereinstimmt.

10. Stellen Sie Informationen und Dokumente über die Aktivität/das Projekt in einem für alle Beteiligten verständlichen Format zur Verfügung. Wenn die

verwendete Sprache beispielsweise zu technisch oder nur in einer Sprache ist, hat nicht jeder die gleiche Möglichkeit, einen Beitrag zu leisten.

11. Achten Sie auf Teilnehmer mit unterschiedlichen Bedürfnissen, z. B. auf den Bedarf an Gebärdendolmetschern.
12. Planen Sie die Aufgaben und Aktivitäten unter Berücksichtigung der beruflichen und persönlichen Umstände aller Beteiligten, z. B. sollten einige Sitzungen am Wochenende stattfinden, um die Teilnahme derjenigen zu ermöglichen, die sich ehrenamtlich engagieren und keine Zeit für ihre Wochenarbeit nehmen können.
13. Achten Sie auf praktische Aspekte - wenn ein Treffen online stattfindet, kann und weiß jeder, wie er teilnehmen kann? Wenn es sich um ein persönliches Treffen handelt, ist der Veranstaltungsort mit verschiedenen Verkehrsmitteln leicht zu erreichen?
14. Finden Sie Wege, um den Beitrag aller Beteiligten sowohl formell als auch informell zu würdigen und anzuerkennen.

Vierversprechende und bewährte

Praktiken

In diesem Abschnitt haben wir versucht, Beispiele für verschiedene Arten von Aktivitäten, Sektoren und Ländern zu geben, um das Argument zu untermauern, dass Co-Creation ein Ansatz ist, der von jedem Stakeholder bei jeder Art von Arbeit angewendet werden kann. Diese bewährten Verfahren wurden von den Organisationen, die sie durchführen, selbst bewertet, wobei das zu diesem Zweck von der Mental Health Europe's Co-creation Task Force entwickelte Bewertungsinstrument verwendet wurde, wie im letzten Abschnitt dieser Leitlinien erläutert.

Einige der enthaltenen Praktiken stammen von Mitgliedern von Mental Health Europe, die unseren Co-Creation-Ansatz, wie im Toolkit beschrieben, angewendet haben. Daher spiegeln diese Praktiken in ihrer Beschreibung eher die Indikatoren des Bewertungsinstruments wider, da sie von Anfang an nach dem Co-Creation-Ansatz von Mental Health Europe gestaltet wurden.

Beispiele für bewährte Verfahren

YouCoMent-Projekt: Co-Creation-Ansatz junger Menschen zur Förderung der psychischen Gesundheit während ihrer Ausbildung in Gesundheits- und Pflegeberufen.

Durch das Kompetenzzentrum für psychische Gesundheit (OST - Fachhochschule Ostschweiz).

Dieses Beispiel aus einem Forschungsprojekt in der Schweiz beschreibt ein Mittel und einen Prozess, wie Co-Creation im Bereich der Forschung angewendet werden kann. Ziel war die Entwicklung einer Intervention zur Unterstützung und Förderung der psychischen Gesundheit von jungen Studenten.

In einem ersten Schritt wurde eine heterogene Gruppe gebildet, die sich aus Auszubildenden des Berufs- und Weiterbildungszentrums St. Gallen aller Jahrgänge, Pädagogen, Forschern, Fachleuten für psychische Gesundheit, Fachleuten für Technologieentwicklung, Fachleuten für Methodikdesign und Monitoring, einem Vertreter der Krankenkasse und einem Vertreter der Gesetzgebung zusammensetzte. Sie wurden durch ein Stakeholder-Mapping

identifiziert und durch Informationsveranstaltungen und offene Aufrufe im Intranet des Zentrums sowie durch Besuche in allen Klassen, in denen über das Projekt informiert wurde, zur Teilnahme an dem Projekt ermutigt.

Der zweite Schritt des YouCoMent-Projekts bestand darin, eine Reihe von Design-Thinking-Aktivitäten und Workshops zu organisieren, die es den Teilnehmern ermöglichten, auf derselben Seite zu stehen und ihre Bedürfnisse und Anforderungen zu definieren, bevor sie damit beginnen konnten, ihre Herausforderungen im Zusammenhang mit ihrer psychischen Gesundheit zu definieren und Ideen ko-kreativ zu entwickeln. Die Entwicklung der Intervention begann damit, dass den Teilnehmern die Ergebnisse früherer empirischer Arbeiten (quantitative und qualitative Studien) vorgestellt und mit ihnen diskutiert wurden. Unter den potenziell zahlreichen Ideen wurden die wiederkehrenden Kernelemente auf partizipative Weise vereinbart. Diese Kernelemente leiteten die Entwicklung der Intervention.

Im YouCoMent-Projekt war die Gestaltung des Co-Creation-Prozesses durch die Zusammenarbeit mit Akteuren aus verschiedenen Bereichen und mit unterschiedlichen Erfahrungen von entscheidender Bedeutung, um sicherzustellen, dass die Endbegünstigten des Projekts - junge Studenten im Gesundheits- und Pflegesektor - angemessene Unterstützung für ihre psychische Gesundheit erhalten, die sowohl für ihr persönliches als auch für ihr künftiges Berufsleben relevant ist. Durch diesen Ansatz ist die angebotene Intervention relevant und entspricht ihren Bedürfnissen, und die Akzeptanz wird erhöht.

Ein zusätzlicher positiver Effekt war, dass die Arbeit im Rahmen der Ko-Kreation zu einer stärkeren Bindung und einem wachsenden gegenseitigen Respekt zwischen den beteiligten Akteuren führte, da sie nicht einfach mit vorgefertigten Ideen konfrontiert wurden, sondern während des gesamten Prozesses aktiv einbezogen waren. Die für das Thema relevanten Akteure wurden bereits vor dem Start des Projekts einbezogen, und darüber hinaus waren alle Phasen offen für die Beteiligung anderer. Außerdem wurde diese Untersuchung vollständig vor Ort im Zentrum und nicht im Universitätsgebäude durchgeführt, um die Zugänglichkeit zu erleichtern.

Dieses Projekt diente als Ausgangspunkt, um wichtige Prioritäten zu verstehen und zu identifizieren, die bei der Gestaltung des Programms berücksichtigt werden müssen. Dennoch muss die Offenheit und das Verständnis vorhanden sein, diese ermittelten Prioritäten mit den Beteiligten zu diskutieren und gegebenenfalls zu verwerfen. Dadurch wird sichergestellt, dass alle Beteiligten das gleiche Recht und

die gleiche Möglichkeit haben, ihre Ansichten einzubringen und in jeder Phase des Prozesses Entscheidungen zu treffen.

Obwohl dieses Co-Creation-Projekt als gut bewertet wurde, gibt es Möglichkeiten zur Verfeinerung. Zum Beispiel hatten wir in Bezug auf Indikator 4 einige Schwierigkeiten, die gleiche Grundlage zu schaffen und hervorzuheben, dass alle Erfahrungen gleich wichtig sind. Dies galt vor allem für die beteiligten Jugendlichen am Anfang, zumal einige ihrer Erzieher ebenfalls Teilnehmer waren. Auch die Indikatoren 5 und 6 konnten wir verbessern, da verschiedene Hintergründe, Kenntnisse und Erfahrungen einbezogen wurden. Außerdem wünschten sich einige Fachleute mehr Anleitung und schnelle Entscheidungen im Rahmen des Mitgestaltungsprozesses, auch wenn einige andere Mitglieder mehr Zeit für die Entwicklung und Diskussion wünschten. Auch in Bezug auf Indikator 11, der untersucht, wie der Co-Creation-Ansatz in zukünftigen Aktivitäten fortgeführt und angewendet werden kann, sollte die Arbeit verbessert werden. Da nicht alle Stakeholder an der Nachhaltigkeit und Umsetzung des Programms beteiligt sind, wurde dieser Indikator von den Teilnehmern mit unterschiedlicher Relevanz wahrgenommen.

Co-Creation Workshop "Prävention von Gewalt gegen Frauen mit Behinderungen".

Von Mental Health Perspectives Litauen

In Litauen sind Frauen mit Behinderungen, einschließlich psychosozialer Behinderungen, 2-5 Mal häufiger von Gewalt, Zwang und Ausbeutung bedroht als die Allgemeinbevölkerung. Mental Health Perspectives erkannte eine Lücke in der Art und Weise, wie die Politik und die Dienste auf ihre besondere Situation eingehen, und unternahm es, die Beteiligten zusammenzubringen und zu untersuchen, welche Maßnahmen ergriffen werden könnten.

Zu diesem Zweck hielten sie eine ganztägige gemeinsame Sitzung ab, um Leitlinien für staatliche Organisationen für die Prävention, Intervention und Nachsorge von Gewalt gegen Frauen mit Behinderungen zu entwickeln. Die Teilnehmer waren Sozialarbeiter, Psychologen, Psychiater, Lehrer, Juristen, Staatsbedienstete, Unterstützer bei der Entscheidungsfindung und eine Nichtregierungsorganisation, die Menschen mit Behinderungen vertritt.

Die Teilnehmer wurden in vier Gruppen eingeteilt, wobei darauf geachtet wurde, dass in jeder Gruppe unterschiedliche Akteure vertreten waren, die ihre individuellen Perspektiven einbringen konnten. Es gab Brainstorming-Sitzungen zu

der Frage, welche Mechanismen in Einrichtungen der psychischen Gesundheit und der Sozialfürsorge angewandt werden sollten, um Gewalt vorzubeugen, zu intervenieren und Folgemaßnahmen zu ergreifen. Am Ende jeder Brainstorming-Sitzung präsentierten die Teilnehmer ihre Ideen, und nachdem alle Ideen vorgestellt worden waren, stimmten alle Mitglieder darüber ab, welche Lösungen aus ihrer Sicht am wichtigsten waren.

Am Ende der Co-Creation-Sitzung wurde eine Zusammenfassung der Ideen präsentiert, um sicherzustellen, dass alle Teilnehmer auf derselben Seite standen. Nach der Co-Creation-Sitzung wurden die vorgeschlagenen Lösungen in Leitlinien formuliert, die dem litauischen Gesundheitsministerium vorgelegt werden sollten, aber zuvor wurden die Leitlinien allen Teilnehmern zur Rückmeldung zugesandt.

Obwohl das Konzept der Co-Creation für die Teilnehmer neu war und sie einen sehr unterschiedlichen Hintergrund hatten, half die Anwendung eines Co-Creation-Ansatzes jedem von ihnen zu verstehen und zu schätzen, was die anderen einbrachten; es fand ein echter Austausch von Erfahrungen und Perspektiven statt. Diese Interaktion wurde zweifellos durch die Tatsache unterstützt, dass ein Aktionsplan für die Schritte der Co-Creation-Aktivität erstellt und vereinbart wurde, so dass allen klar war, wie sie arbeiten würden.

Obwohl diese Co-Creation-Sitzung als kompetent bewertet wurde, gibt es einige Aspekte, die verbessert werden sollten. Zum Beispiel gab es nicht genügend Experten mit Lebenserfahrung, in diesem Fall Frauen mit Behinderungen, die Gewalt erlebt haben. Dies lag zum Teil daran, dass das Thema sehr heikel ist und diese Frauen sich möglicherweise unwohl fühlen, wenn sie ihre Erfahrungen in einem solchen Rahmen mitteilen. Daher müssen zusätzliche Anstrengungen unternommen werden, um zu verstehen, wie Menschen in gefährdeten Situationen auf sichere und angenehme Weise durch den Co-Creation-Ansatz eingebunden werden können.

Ein weiterer Aspekt, bei dem die Ko-Kreation besser hätte angewandt werden können, war die Kommunikation zwischen den Teilnehmern bei der Übermittlung des Leitlinienentwurfs: Das Dokument war recht lang und nicht gut genug strukturiert, so dass es für einige von ihnen schwer zu lesen war. Vielleicht hätten die gleichen Ideen in einer angenehmeren, freundlicheren Art und Weise (z. B. mit Illustrationen, Dias) präsentiert werden können, um den Teilnehmern die Möglichkeit zu geben, Kommentare abzugeben, und auch die Qualität des erhaltenen Feedbacks zu verbessern.

"Workshop für leitende An Garda Síochána-Mitarbeiter zum Thema "Umgang mit psychischen Problemen in der Gemeinschaft"

Von Mental Health Ireland

Dieser Workshop wurde gemeinsam mit Führungskräften der An Garda Síochána, der nationalen Polizei- und Sicherheitsbehörde Irlands, entwickelt. Ziel war es, ihren Teams mehr Wissen und Verständnis darüber zu vermitteln, wie sie Menschen mit psychischen Problemen unterstützen können, und letztlich die Erfahrungen von Menschen mit psychischen Problemen während ihrer Interaktion mit der An Garda Síochána in Krisenzeiten zu verbessern.

Die Anwendung eines Co-Creation-Ansatzes während des gesamten Prozesses erleichterte es, die Botschaften für die Manager zuzuschneiden und spezifische Ressourcen zur Unterstützung der Ziele des Workshops zu schaffen. Außerdem konnten auf diese Weise Erfahrungen gesammelt werden, die für künftige Schritte und Verbesserungen genutzt werden können.

Die Co-Creation-Arbeit begann mit einer Literaturrecherche, um sicherzustellen, dass das Ergebnis evidenzbasiert und auf dem neuesten Stand ist. Es gab ein erstes Co-Creation-Meeting, um die Ziele des Workshops festzulegen, und dann erstellte das Mental Health Ireland Development & Training Team (die Arbeitsuntergruppe für das Projekt) einen Entwurf für den Workshop, der anschließend von dem breiteren Co-Creation-Team, bestehend aus Garda Management und Personal, Menschen mit Lebenserfahrung, Unterstützern und Mitgliedern des Mental Health Ireland Teams, überprüft wurde. Die Arbeitsuntergruppe erstellte einen überarbeiteten Workshop-Entwurf und entwickelte nach Genehmigung durch die Koproduktionsgruppe eine Reihe von maßgeschneiderten Instrumenten und Ressourcen, einschließlich eines Ressourcenpakets mit relevanter Literatur. Der Pilot-Workshop wurde vor 12 Teilnehmern aus dem Führungsstab der Garda persönlich abgehalten. Der Workshop wurde mit einer Mischung aus Präsentationen, interaktiven Diskussionen, Gruppenarbeit und Evaluierungsprozessen durchgeführt. Es wurde eine umfassende Evaluierung durchgeführt, die individuelle Evaluierungsformulare, eine reflektierende Diskussion mit den Teilnehmern und eine Fokusgruppe mit spezifischen Feedback-Fragen umfasste. Auch das Feedback der Moderatoren wurde gesammelt.

Ein entscheidender Vorteil war der Beitrag von Moderatoren mit eigener Erfahrung in Bezug auf psychische Probleme, die ein Eingreifen der An Garda Síochána erforderlich machten. Die Rückmeldungen der Teilnehmer betonten, wie wichtig es für sie war, dass jemand mit eigener Erfahrung mit psychischen Problemen als Co-

Moderator fungierte. Dies erhöhte ihr Verständnis und gab ihnen die Möglichkeit, die Dinge von der anderen Seite" der Intervention zu sehen. Die Wirkung war so groß, dass viele Teilnehmer vorschlugen, einen Vortrag von einer Person mit eigener Erfahrung mit psychischen Problemen in die Grundausbildung der Polizei und der Sicherheitskräfte aufzunehmen.

In der Evaluierung wurde auch klar herausgestellt, wie wichtig es ist, den Unterschied zwischen psychischer Gesundheit und psychischer Krankheit zu verstehen und wie sich letztere auf das Verhalten einer Person auswirken kann, wenn sie in Not ist. Der Workshop könnte jedoch davon profitieren, wenn die Teilnehmer stärker mit Gesprächen über psychische Gesundheit vertraut gemacht würden.

Die Teilnehmer empfanden es als vorteilhaft, sich über ihre Erfahrungen auszutauschen und diese mit Kollegen an vorderster Front zu diskutieren. Es wurde deutlich, dass es für die An Garda Síochána Schwierigkeiten in Bezug auf Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz gibt und dass sie ihre eigene Sicherheit und die Sicherheit der Personen, denen sie helfen, gegeneinander abwägen müssen. Es wurde auch festgestellt, dass die An Garda Síochána mehr strukturierte Unterstützung und Anleitung durch die Mental Health Services der Health Service Executive benötigen.

Der Workshop wurde positiv aufgenommen, und auf der Grundlage des Feedbacks nahm Mental Health Ireland eine Reihe von Anpassungen am Workshop vor, entwickelte weitere Beschilderungsmaterialien, arbeitete mit der An Garda Síochána zusammen, um weitere Lernmaterialien für das interne Portal bereitzustellen, und überdachte die Anzahl der Workshopziele im Verhältnis zur vorgesehenen Zeit. Weitere Erkenntnisse waren, dass der Raum (Sitzungssaal) für einen interaktiven Workshop nicht geeignet war, dass Wandflächen für Flipcharts für die Gruppenarbeit benötigt wurden und dass zwei Moderatoren für die Durchführung dieses Workshops optimal wären. Mental Health Ireland erstellte einen Bericht über diese Co-Creation-Erfahrung und über die Pilotierung des Workshops mit weiteren Empfehlungen.

Das Projekt Shared Experiences & Local Mental Health Systems in Watford, Vereinigtes Königreich

Dieses Projekt, das von einem ähnlichen Projekt in Italien inspiriert wurde, startete 2018 in Watford. Es bezieht Dienstleistungsnutzer, Dienstleistungsfachleute,

informelle Betreuer, den dritten Sektor, Vertreter des Stadtrats und Menschen mit unterschiedlichen psychischen Bedürfnissen und Hintergründen ein.

Ziel des Projekts ist es, jeder Art von Institutionalisierung entgegenzuwirken und die derzeitige Überklinialisierung von psychischen Problemen zu überwinden, indem die Leistungserbringung von Institutionen in ein gemeinschaftliches Umfeld verlagert wird. Dies wird durch die gemeinsame Schaffung von neutralen Räumen in der Gemeinschaft erreicht, in denen verschiedene Menschen außerhalb ihrer unterschiedlichen sozialen Rollen ihre persönlichen Erfahrungen fernab eines diagnostischen/therapeutischen Settings austauschen können. Ein solcher Austausch wird als vorteilhaft für alle Beteiligten angesehen und zeigt, dass es in vielen Fällen möglich ist, die Menschen und ihre Bedürfnisse außerhalb der krankheitsorientierten Ansätze der meisten Dienste, die durch die Distanz zwischen "uns und ihnen" gekennzeichnet sind, besser zu verstehen.

Der Projektansatz besteht aus drei Hauptschritten, an denen dieselbe Gruppe von Personen/Akteuren beteiligt ist, wobei sowohl die persönlichen als auch die kollektiven Aspekte berücksichtigt werden:

- das Treffen zum Erfahrungsaustausch (die so genannte "Common Sense Group"), das jeden zweiten Montag für eineinhalb Stunden stattfindet. Die Gruppe besteht aus maximal 15 Personen, die verschiedene Akteure vertreten, die an Fragen der psychischen Gesundheit interessiert sind, und tauscht sich durch verbale und extraverbale Kommunikation aus;
- die Online-Reflexionsgruppe an den anderen Montagen (eine Stunde lang) für diejenigen, die an der vorherigen Sitzung teilgenommen haben;
- die monatliche Sitzung der Lenkungsgruppe, die je nach den Umständen online oder persönlich stattfindet. Diese Gruppe, die sich aus denselben Teilnehmern der beiden oben genannten Gruppen zusammensetzt, hat politische und administrative Aufgaben und stellt die Verbindung zu den psychiatrischen Diensten, den lokalen Behörden und anderen Organisationen der lokalen Gemeinschaft her.

Derzeit verfügt das Projekt über eine gewisse Finanzierung, und einige Mitglieder der Gruppe werden bezahlt, während andere ehrenamtlich tätig sind. Einige Personen können je nach ihrem Gesundheitszustand zu den Sitzungen begleitet werden. Die Mitglieder werden gebeten, so weit wie möglich eine Alltagssprache und keine klinische oder technische Sprache zu verwenden, insbesondere bei Fachleuten im Gesundheitswesen. Die Tatsache, dass man sich in einem Raum der lokalen Gemeinschaft befindet und keine klinische Sprache und keinen klinischen

Rahmen verwendet, scheint ein guter Anreiz zu sein, um Eigenverantwortung, Zusammenarbeit und Machtteilung zu fördern.

Alle Teilnehmer kennen die Grundannahmen und Ziele des Projekts und tragen zu seiner Weiterentwicklung bei. Die Orte der Treffen sowie die Zeit und die Tagesordnung der Treffen werden von der gesamten Gruppe festgelegt; die Broschüren über das Projekt werden regelmäßig aktualisiert.

Theoretisch hat das Projekt kein Ende. Ziel ist es, einen dauerhaften Zwischenraum zwischen den psychosozialen Diensten und der Gemeinschaft zu schaffen. Dadurch können sowohl bessere Dienste als auch bessere Gemeinschaften entstehen, in denen die Menschen selbst entscheiden können, wie sie ihre Probleme verstehen, sich erholen und sich als Teil eines sich entwickelnden Prozesses sowohl auf individueller als auch auf kollektiver Ebene fühlen.

Toolkit zur psychischen Gesundheit und zum Wohlbefinden junger Menschen für Jugendämter

Von Psychosozialem Innovationsnetzwerk (PIN), Serbien

Bei dem Projekt handelt es sich um ein kleines Projekt mit einer Laufzeit von drei Monaten. Ziel des Projekts war die Erstellung eines Toolkits für Koordinatoren und Mitarbeiter von Jugendbüros in Serbien, das sich mit dem Wohlbefinden, den Gewohnheiten und der psychischen Gesundheit von Jugendlichen befasst. Das Toolkit war als Ressource für die Ausbildung der Mitarbeiter von Jugendämtern geplant, damit sie dieses Wissen durch verschiedene Aktivitäten und Praktiken an Jugendliche weitergeben können. Die Endbegünstigten sollten also die jungen Menschen in den lokalen Gemeinden sein. PIN plante, alle relevanten Stakeholder einzubeziehen, in erster Linie junge Menschen, da sie am häufigsten vom Prozess der Erstellung von Material, das für sie bestimmt ist, ausgeschlossen sind. Der Plan umfasste drei gemeinsame Erarbeitungssitzungen mit Jugendlichen unterschiedlicher Herkunft, Jugendbetreuern, Psychologen und Mitgliedern des Projektteams, mit Folgesitzungen und einer Pilotphase mit einer anderen Gruppe junger Menschen.

Das Ziel, alle relevanten Stakeholder in den Co-Creation-Prozess einzubeziehen, wurde teilweise erreicht. Zwischen einigen relevanten Akteuren schien es Reibungen zu geben, eine Situation, die PIN selbst nach einer gründlichen Bestandsaufnahme der relevanten Akteure und ihrer Beziehungen nicht kannte.

Dies machte den Prozess kompliziert, da unterschiedliche Prioritäten ausgeglichen werden mussten, sowohl die der Geber von PIN als auch die der staatlichen Institutionen, denen die Geber rechenschaftspflichtig sind. Aus diesem Grund war es nicht möglich, alle geplanten Stakeholder einzubeziehen, und PIN entschied sich bewusst dafür, nur die Jugend und ein breiteres Spektrum von Teilnehmern aus seinen Mitgliedsorganisationen einzubeziehen, die ähnliche Perspektiven wie die Stakeholder hatten, die losgelassen werden mussten. In der Praxis wurde eine Struktur festgelegt, die der ursprünglichen idealen Gruppenstruktur am ähnlichsten war, wobei jedoch überprüft wurde, wer objektiv einbezogen werden konnte, und die Endbegünstigten des Projekts als wichtigste Akteure, d. h. die Jugendlichen, berücksichtigt wurden.

Die Teilnehmer hatten wirklich sehr unterschiedliche Hintergründe und umfassten verschiedene Kulturen, Altersgruppen (17 bis 33 Jahre), Wohnorte (das Ziel war, Jugendliche einzubeziehen, die ursprünglich nicht aus der Hauptstadt stammten), sexuelle Orientierungen, Erfahrungen mit psychosozialen Diensten, Berufserfahrung, Bildung und familiären Hintergrund. Negativ zu vermerken ist, dass nur ein Teilnehmer männlich war, da zwei männliche Teilnehmer im letzten Moment abgesagt hatten und später nicht mehr dazukommen konnten. Die Gruppe musste dies akzeptieren und mit dem Prozess fortfahren. Um jedoch eine weitere Zersplitterung der Gruppe zu verhindern und die Vielfalt zu erhalten, achtete PIN darauf, dass sich die Gruppe immer auf den bestmöglichen Termin für die Sitzungen einigte und diese nur dann stattfanden, wenn alle Teilnehmer vollständig teilnehmen konnten. Durch die Berücksichtigung ihrer Bedürfnisse, Zeit, Verpflichtungen und Verfügbarkeit blieb die Gruppe während des gesamten Prozesses vollständig.

Viel Zeit und Aufmerksamkeit wurde den ersten, vorbereitenden Phasen und Schritten des Prozesses gewidmet. Alle Teilnehmer wurden über alle Aspekte des Projekts informiert: Ziele, beteiligte Akteure, Projektbeschränkungen, ihre Rolle und das Endprodukt sowie die Projektaktivitäten, an denen sie nicht beteiligt waren. Vor der ersten Sitzung wurden alle Teilnehmer durch Anrufe und Textnachrichten (also mündlich und schriftlich) über das Projekt informiert. In der ersten Sitzung wurde eine Gruppenvereinbarung getroffen, in der klar beschrieben wurde, wer die Teilnehmer waren, welche Fachkenntnisse jeder mitbrachte und welche Rolle sie in der Gruppe spielten. Sie enthielt auch klare Erwartungen an den gesamten Prozess und an jede Sitzung, eine Vereinbarung darüber, wie die Gruppe während des Prozesses einen sicheren Ort für alle schaffen sollte, sowie alle Einschränkungen und bestehenden Machtungleichgewichte, die berücksichtigt werden mussten. So wurden die Jugendlichen beispielsweise darüber informiert, dass das Projektteam

für das Projekt bezahlt wurde und dass wichtige Entscheidungen vom Projektteam unter voller Berücksichtigung ihrer Beiträge, aber aufgrund der Rechenschaftspflicht gegenüber ihren Geldgebern getroffen würden. Darüber hinaus einigte sich die Gruppe darauf, wie mit Konflikten umzugehen sei, falls welche auftauchen sollten, auf die Schritte bei allen Aktivitäten von der ersten Sitzung bis zur Fertigstellung des Toolkits und darauf, wie der Beitrag jedes Einzelnen gewürdigt werden würde. Alle Vereinbarungen wurden auf einem Flipchart festgehalten, das bei allen Sitzungen verwendet wurde, und jeder konnte jederzeit darauf zurückgreifen. Zu Beginn jeder Sitzung nahm sich die Gruppe die Zeit, sie durchzugehen und sich an die getroffenen Vereinbarungen zu erinnern und gegebenenfalls etwas hinzuzufügen oder zu ändern. Diese Gruppenvereinbarung war wirklich der wichtigste Schritt, der es ermöglichte, einige Einschränkungen und Herausforderungen auf dem Weg zu überwinden.

Was die Bereitstellung der für das volle Engagement aller Teilnehmer erforderlichen Ressourcen und die praktischen Aspekte betrifft, die sich auf ihre Fähigkeit, einen Beitrag zu leisten, auswirken, so wurde dies in höchstem Maße erfüllt, trotz der Einschränkungen, die durch vollständige Transparenz und die oben erwähnte Gruppenvereinbarung überwunden wurden. PIN stellte sicher, dass die Entlohnung des Projektteams für ihre Arbeit transparent war und sorgte dafür, dass die Teilnehmer, die nicht bezahlt wurden, nicht außerhalb der geplanten Sitzungen arbeiteten und dass sie auf andere, gemeinsam vereinbarte Weise entlohnt wurden, z. B. wurden sie alle im Toolkit namentlich erwähnt, mit einer klaren Beschreibung, wie sie zum Toolkit und zum Projekt beigetragen haben. Was die logistischen Ressourcen anbelangt, so wurden die Sitzungen unter Berücksichtigung ihrer Verfügbarkeit organisiert, so dass alle die gleichen Chancen zur Teilnahme hatten, z. B. wurde darauf geachtet, dass niemand früher gehen oder den Unterricht verpassen musste oder eine weite Anreise hatte. Die Entscheidung über die Zeit und die Dauer der einzelnen Sitzungen wurde von der Gruppe selbst getroffen.

Alle Teilnehmer wurden außerdem mündlich und schriftlich über die Bewertung des Projekts informiert. Jeder Teilnehmer beteiligte sich am Evaluierungsprozess, indem er die zu Beginn des Prozesses geäußerten Erwartungen noch einmal aufgriff und bewertete, ob sie erfüllt worden waren. Das Ergebnis war positiv.

Auf der Grundlage dieser und anderer Aktivitäten (ein Forschungsprojekt und eine strategische Planung), bei denen PIN den von Mental Health Europe geförderten Co-Creation-Ansatz angewandt hat, ist PIN entschlossen, einen strukturierten Co-Creation-Ansatz zu verfolgen. Ein wichtiger Schritt, um dies zu erreichen, bestand darin, das gesamte Team, das nun mit dem Co-Creation-Ansatz vertraut ist, an Bord

zu holen und sich darauf zu einigen, dass Co-Creation etwas ist, das PIN als Organisation in ihr Arbeitsmodell aufnehmen möchte. PIN stellte sicher, dass das Team darüber informiert wurde, wie Co-Creation funktioniert, und in den wöchentlichen Teamsitzungen werden auch die Co-Creation-Aspekte ihrer Projekte - Prozess, Herausforderungen, nächste Schritte - diskutiert, was das Lernen bei der Umsetzung von Co-Creation fördert.

Das Clubhaus-Modell

Von Progetto Itaca (Mitglied von Clubhouse Europe)

Das Clubhouse-Modell ist ein ganz besonderes Beispiel für Co-Creation, da es sich auf die gesamte Struktur, die Leitung und den Betrieb des Modells selbst bezieht. Clubhäuser sind lokale, gemeinschaftsbasierte Einrichtungen, die Menschen mit psychischen Problemen die Möglichkeit bieten, Freundschaften zu schließen, zu arbeiten, zu wohnen, sich wohlfühlen und Gesundheitsdienste in einem einzigen, fürsorglichen und sicheren Umfeld in Anspruch zu nehmen, und so ihre soziale und wirtschaftliche Integration fördern.

Dieses Modell spiegelt die von Mental Health Europe definierten Grundsätze der Ko-Kreation wider. Eines seiner Kernelemente ist zum Beispiel der Grundsatz der Inklusivität. Gemäß dem Standard 4 von Clubhouse International gilt: *"Alle Mitglieder haben gleichen Zugang zu allen Clubhouse-Angeboten, ohne Unterscheidung nach Diagnose oder Funktionsniveau."* Dieses Modell baut auf den Stärken und Fähigkeiten seiner Mitglieder auf; jeder trägt zum täglichen Betrieb des Clubhauses im Rahmen seiner Möglichkeiten und seiner Bereitschaft bei. Die Clubhouse-Methode kann als Beispiel für eine Struktur gesehen werden, die sich bemüht, die Ko-Kreation in einer sehr praktischen Weise für ihr tägliches Funktionieren zu nutzen.

Der Grundsatz der Zugänglichkeit wird durch die Norm 26 abgedeckt, die sicherstellt, dass sich alle Clubhäuser in einem Gebiet befinden, in dem der Zugang zu den örtlichen Verkehrsmitteln gewährleistet ist.

Ein weiterer wichtiger Erfolgsfaktor dieses Ansatzes ist die Gleichberechtigung zwischen den Mitarbeitern und den Mitgliedern des Clubhauses und die Teilung der Macht. Alle wichtigen Entscheidungen, die das Tagesgeschäft, die Leitung, die Politikgestaltung und die künftige Ausrichtung und Entwicklung des Clubhauses betreffen, werden im Konsens von Mitarbeitern und Mitgliedern getroffen. Dazu gehören Einstellungsgespräche für neue Mitarbeiter, die Bewertung des Personals,

die Aufnahme neuer Mitglieder und die Auswahl neuer Projekte und Aktivitäten, die in Angriff genommen werden sollen. Alle Treffen des Clubhauses sind sowohl für Mitglieder als auch für Mitarbeiter offen. Es gibt keine formellen "Nur-Mitglieder"-Treffen oder formelle "Nur-Mitarbeiter"-Treffen. Dieser Ansatz ist zeitaufwändig, stellt aber sicher, dass die Mitglieder gehört werden und dass es dem Club gelingt, ihnen das erholsame Umfeld zu bieten, das sie auf ihrem Weg der Genesung unterstützen soll.

Die Beziehungen im Clubhaus sollten stets respektvoll sein und sich darauf konzentrieren, dass die Mitglieder Verantwortung übernehmen, um Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl zu gewinnen. Wenn das Clubhaus ein internes Bildungsprogramm anbietet, nutzt es in hohem Maße die Lehr- und Betreuungsfähigkeiten der Mitglieder. Um eine wirksame aktive Rolle der Mitglieder zu gewährleisten, sind genügend Mitarbeiter vorhanden, um die Mitglieder einzubinden, jedoch so wenige, dass die Erfüllung ihrer Aufgaben ohne die Beteiligung der Mitglieder unmöglich ist. Die gegenseitige Unterstützung ist für das tatsächliche Funktionieren der Struktur notwendig, damit die Mitglieder das Gefühl haben, dass sie jeden Tag im Club gebraucht und erwartet werden. Das häufigste Beispiel hierfür ist die Küchenabteilung: Ein Mitarbeiter ist für die Überwachung des Kochens zuständig, und wenn keine Mitglieder zur Verfügung stehen, um in der Küche zu arbeiten oder einzukaufen, wird der Mitarbeiter nicht für die Mitglieder einspringen; an diesem Tag werden alle nur Reis essen!

Der Co-Creation-Ansatz gilt nicht nur für das Clubhaus selbst. Er bezieht auch die Gemeinde, die lokalen Gesundheitsbehörden und die nationalen Behörden ein, die ebenfalls ihre Sichtweise einbringen und Teil der Projektgruppe sein sollten.

Instrument zur Bewertung von Co-Creation-Praktiken

Auf der Grundlage des umfangreicheren Indikatorensatzes in Abschnitt 6.2 Bewertung unseres Toolkits haben wir ein Online-Tool ([Link hier](#)) entwickelt, mit dem vielversprechende und bewährte Beispiele für Co-Creation-Arbeit im Bereich der psychischen Gesundheit bewertet werden können. Das Tool kann zur Selbstbewertung jeder Art von Projekt und Aktivität verwendet werden, von der Entwicklung einer Broschüre bis hin zur Durchführung einer politischen Konsultation und so weiter. Es besteht aus 11 Indikatoren, die in den verschiedenen

Phasen der Co-Creation - Vorbereitung, Durchführung und Bewertung - als wichtig erachtet werden.

Indikator	Beschreibung
1. Alle relevanten Interessengruppen werden in den Mitgestaltungsprozess einbezogen	Die Mitgestaltung sollte für alle Gruppen repräsentativ sein, die einen Beteiligung. Dieser Indikator zeigt Ihnen, inwieweit es Ihnen gelungen ist, alle Beteiligten einzubeziehen.
2. Die Teilnehmer repräsentieren verschiedene Profile innerhalb ihrer Interessengruppe	Bei allem, was Sie im Rahmen der Ko-Kreation tun, sollten Sie bedenken, dass zu Ihren Zielgruppen Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen und Hintergründen gehören. Wenn Sie für Vielfalt sorgen, werden Sie bessere Ergebnisse erzielen.
3. Alle Ressourcen, die für das volle Engagement aller Beteiligten erforderlich sind, sind gesichert und werden auf transparente Weise zugewiesen.	Wenn Sie Stakeholder in Ihre Co-Creation-Arbeit einbeziehen, werden Sie geprüft haben, was diese brauchen, um sich umfassend beteiligen zu können. Sie werden auch für die notwendigen Ressourcen gesorgt haben (z. B. Zeit, Personal, Finanzen, Veranstaltungsorte, Transport).
4. Die Teilnehmer sind sich des Fachwissens bewusst, das jeder mitbringt.	Wenn man sicherstellt, dass die Gruppe versteht, was jeder Teilnehmer an Erfahrungen, Fachwissen, Fähigkeiten und Einsichten mitbringt, fördert dies die Eigenverantwortung und die Zusammenarbeit, die respektvoll ist und auf einer gleichberechtigten Machtteilung beruht.
5. Die Teilnehmer verstehen, was Co-Creation ist und wie sie funktioniert	So wird sichergestellt, dass alle Beteiligten auf derselben Seite stehen. Co-Creation ist im Prinzip leicht zu verstehen, aber in der Praxis werden Zweifel und Fragen aufkommen.
6. Der Schwerpunkt und das erwartete Ergebnis der Arbeit, die im Rahmen der Co-Creation geleistet werden soll,	Oft fangen Sie nicht bei einem leeren Blatt an. Wenn Aspekte der Arbeit in irgendeiner Weise bereits definiert sind (z. B. Thema, Termin), vereinbaren Sie, wie die Co-Creation innerhalb

wurde gemeinsam diskutiert und vereinbart	des bestehenden Rahmens angewendet werden kann.
7. Es gibt eine Gruppenvereinbarung	Es ist wichtig, sich darauf zu einigen, wie Sie zusammenarbeiten, ein sicheres Umfeld schaffen, die Kommunikation regeln und Entscheidungen treffen wollen.
8. Ein Aktionsplan, der die Schritte Ihrer gemeinsam entwickelten Aktivität beschreibt, liegt vor.	Klarheit sorgt für einen reibungsloseren Ablauf und trägt dazu bei, dass alle Beteiligten an Bord bleiben.
9. Praktische Aspekte berücksichtigen die Umstände jedes Einzelnen, die seine Fähigkeit, einen Beitrag zu leisten, beeinflussen	Zeitplan der Sitzungen, verwendete Sprache, Art und Weise der Information usw. - Es gibt viele praktische Aspekte, die nicht vernachlässigt werden sollten, da sie Ihre Arbeit bei der Ko-Kreation behindern können.
10. Alle Akteure, die an der Mitgestaltung beteiligt waren, können ihre Perspektive in die Bewertung einbringen.	Wenn Sie mitgestalten, seien Sie konsequent und ziehen Sie es bis zum Ende durch.
11. In der Evaluierung wird untersucht, wie der Co-Creation-Ansatz aufrechterhalten und bei künftigen Aktivitäten angewendet werden kann	Das Engagement für die Ko-Kreation setzt voraus, dass sie als Arbeitsansatz in Organisationen verankert und gefördert wird.

Jeder Indikator wird anhand von fünf Bewertungsmöglichkeiten beurteilt und diese numerische Bewertung führt zu einer bestimmten Positionierung, die durch die folgenden Stufen definiert wird: Neuling, Anfänger, kompetent, geübt und Experte.

Diese Stufen stellen unterschiedliche Leistungsniveaus bei der Anwendung des Co-Creation-Ansatzes von Mental Health Europe dar und dienen als wertvoller Rahmen für Einzelpersonen/Teams/Organisationen, um zu verstehen und zu bewerten, wie sie bei der Arbeit mit Co-Creation in ihrer Aktivität oder ihrem Projekt vorgegangen sind und welche Aspekte verbessert werden müssen, um die nächste Stufe zu erreichen.





Mental Health Europe ist die größte unabhängige Netzwerkorganisation, die Menschen mit psychischen Problemen, deren Unterstützer, Pflegekräfte, Dienstleister und Menschenrechtsexperten auf dem Gebiet der psychischen Gesundheit in ganz Europa vertritt. Ihre Vision ist es, ein Europa anzustreben, in dem die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden aller Menschen über den gesamten Lebensverlauf hinweg gefördert werden. Gemeinsam mit seinen Mitgliedern und Partnern ist Mental Health Europe führend bei der Förderung eines menschenrechtsbasierten, gemeindenahen, genesungsorientierten und psychosozialen Ansatzes für psychische Gesundheit und Wohlbefinden für alle.

Bei der Verwendung dieser Materialien sollte die Quelle angegeben werden. Keines dieser Materialien darf ohne die ausdrückliche schriftliche Genehmigung von Mental Health Europe verändert oder angepasst werden.

© Mental Health Europe (Dezember 2023)

Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder des CERV-Programms der Europäischen Kommission wider. Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können für sie verantwortlich gemacht werden.



Co-funded by
the European Union