



**Mental
Health
Europe**

Equal rights.
Better mental health.
For all.

Decembrie 2023

Orientări pentru Co-creația în sănătatea mintală



Recunoștințe

Mulțumim membrilor grupului de lucru pentru co-creație al Mental Health Europe, care au investit mult timp și efort în dezvoltarea acestui set de instrumente: Catherine Brogan (Mental Health Ireland), Aisling Culhane (Horatio European Psychiatric Nurses), Indrė Giedrė Gegeckaitė (Mental Health Perspectives, Lituania), Kristijan Grđan (Susret, Croația), Alexandra Luisa Rinaldi și Sofia Redaelli (Fondazione Progetto Itaca, Italia), Manuel Pascal Stadtmann (Centrul de competență pentru sănătate mintală - OST - Universitatea de Științe Aplicate din Elveția de Est), Andrej Vršanský (Liga pentru sănătate mintală din Slovacia).

Mulțumirile se adresează, de asemenea, personalului Mental Health Europe: Liuska Sanna și Joseph O'Sullivan, precum și tuturor celor care au acceptat cu amabilitate să contribuie cu mărturiile lor.

Disclaimer: Acest document a fost tradus din limba engleză cu ajutorul unui program de traducere automată, iar acuratețea traducerii nu este garantată.

Disclaimer

Aceste materiale sunt destinate să ajute orice parte interesată - persoane și organizații - în eforturile lor de a co-crea în domeniul sănătății mintale. Utilizarea acestor materiale ar trebui să includă o recunoaștere oficială a sursei. Niciunul dintre aceste materiale nu poate fi modificat sau adaptat fără autorizația scrisă expresă a Mental Health Europe.

Cuprins

Contextul și scopul orientărilor	3
Un cuvânt despre limbă	4
Cui se adresează aceste orientări?.....	6
De ce ar trebui să co-creăm în domeniul sănătății mintale.....	12
Perspectiva drepturilor omului	13
Beneficiile co-creării.....	14
Abordarea de co-creație în domeniul sănătății mintale în Europa.....	22
Ce înțelegem prin co-creație?.....	22
Transpunerea principiilor în practică	23
Practici promițătoare și bune practici.....	28
Exemple de bune practici	28
Instrument de evaluare a practicilor de co-creare.....	38

Contextul și scopul orientărilor

Abordarea de co-creație a Mental Health Europe constă într-un cadru cuprinzător pentru a sprijini împuternicirea diverselor părți interesate - persoane cu experiențe trăite, practicieni, cadre universitare, organizații neguvernamentale, factori de decizie și politici - care oferă perspective, instrumente practice și bune practici pentru o implicare eficientă în co-creația în domeniul sănătății mintale.

Abordarea noastră de co-creare este încorporată în viziunea sănătății mintale în contextul unui **cadru al drepturilor omului** și al **modelului psihosocial**. La Mental Health Europe, ne aliniem la definiția Organizației Mondiale a Sănătății (OMS) a sănătății mintale: "*o stare de bunăstare în care fiecare individ își realizează propriul potențial, poate face față stresului normal al vieții, poate lucra în mod productiv și fructuos și este capabil să aducă o contribuție la comunitatea sa*"¹. Sănătatea mintală trebuie privită în ansamblul său, ca un continuum de la o sănătate mintală bună la dizabilitate psihosocială.

"Dizabilități psihosociale" este un termen recunoscut la nivel internațional, consacrat în Convenția Națiunilor Unite privind drepturile persoanelor cu dizabilități (UNCRPD). Acesta este utilizat pentru a descrie experiența persoanelor care se confruntă cu probleme de sănătate mintală care, în interacțiune cu diverse bariere sociale, le pot "incapacita" și le pot împiedica realizarea drepturilor lor și participarea lor deplină în societate. Această perspectivă recunoaște faptul că orice individ poate face tranziția de-a lungul acestui continuum în orice moment al vieții sale. Conform abordării bazate pe drepturile omului, aceasta implică, de asemenea, faptul că persoanele cu dizabilități psihosociale sunt mai degrabă "subiecți ai drepturilor" decât "obiecte de îngrijire".

Modelul psihosocial abordează aspectele legate de vulnerabilitatea crescută la problemele de sănătate mintală care derivă din factorii socio-economici determinanți, cum ar fi sărăcia, izolarea socială, inegalitatea, stigmatizarea și discriminarea. Evoluția cunoștințelor privind aceste subiecte arată cum adoptarea unei abordări bazate pe drepturile omului în domeniul sănătății mintale poate contribui la realizarea dreptului fundamental la sănătate și la eliminarea barierelor sociale care duc la dizabilități psihosociale.

¹ [OMS](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>

Co-crearea în domeniul sănătății mintale, atunci când este înțeleasă și pusă în aplicare într-un mod coerent, conduce la inițiative, servicii și practici care respectă drepturile omului legate de sănătatea mintală și de dizabilitățile psihosociale și care abordează factorii determinanți socio-economici, pe lângă experiențele de viață personale. Acest lucru se datorează faptului că co-crearea plasează puterea în rândul participanților, valorizând în mod egal diversele expertize. Această abordare transcende simplele exerciții de bifare a căsuțelor de control; este o piatră de temelie pentru politici și practici eficiente în domeniul sănătății mintale. Co-crearea nu se referă doar la rezultate; este o călătorie dinamică de creștere și descoperire, îmbrățișând schimbarea pe tot parcursul procesului.

Aceste orientări privind co-crearea în domeniul sănătății mintale completează **setul de instrumente al Mental Health Europe: Co-crearea în domeniul sănătății mintale**, care oferă principii de bază, o metodologie de formare și instrumente de planificare și evaluare. Setul de instrumente este disponibil [pe site-ul nostru](#). Orientările prezintă modul în care co-crearea poate aduce beneficii diferitelor grupuri de părți interesate și indivizi; ele oferă mărturii ale actorilor care s-au implicat în procesul de co-creare, precum și exemple de bune practici de co-creare în domeniul sănătății mintale în diferite medii.

Orientările au fost elaborate de către Grupul operativ de co-creare al Mental Health Europe, format din experți din experiență, avocați, actori din domeniul sănătății și al asistenței sociale, educatori și cercetători care au contribuit la toate aspectele elaborării orientărilor în adevăratul spirit al co-creării. Acesta este un document viu, care va fi revizuit în viitor pentru a încorpora noi perspective, învățăminte și practici promițătoare și bune. Deoarece co-crearea este o abordare dinamică, de asemenea, orientările privind co-crearea trebuie să evolueze pentru a reflecta noile dovezi și, în cele din urmă, pentru a rămâne receptivă la nevoi. Prin urmare, încurajăm feedback-ul din partea tuturor părților interesate, precum și contribuțiile la mărturii și bune practici.

Un cuvânt despre limbă

Aceste orientări utilizează termeni care reflectă abordarea bazată pe drepturile omului a Mental Health Europe, precum și adoptarea modelului psihosocial al sănătății mintale. În plus, Mental Health Europe consideră că cuvintele pot ghida schimbarea pe care dorim să o facem. Modul în care vorbim despre sănătatea mintală și despre persoanele care se confruntă cu probleme de sănătate mintală

poate răni, discrimina și consolida stereotipurile negative, iar destigmatizarea în domeniul sănătății mintale începe cu utilizarea cuvintelor.

Prin urmare, recomandăm cititorului să consulte glosarul "**Sănătate mintală**" al Mental Health Europe, "**Mental Health: Puterea limbajului' - Un glosar de termeni și cuvinte**"² pentru a obține informații despre unii dintre termenii utilizați în aceste orientări, pentru a descoperi semnificațiile și istoricul din spatele lor și pentru a afla de ce Mental Health Europe a decis să îi folosească pe aceștia și nu pe alții.

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

Cui se adresează aceste orientări?

Aceste orientări sunt destinate tuturor părților interesate care joacă un rol în domeniul sănătății mintale, conform abordării Mental Health Europe de a aborda sănătatea mintală în conformitate cu un cadru al drepturilor omului și cu modelul psihosocial. Prin urmare, ne adresăm părților interesate din toate domeniile legate de sănătatea mintală sau care au un impact asupra acesteia; nu numai asistența medicală, ci și bunăstarea socială, economia, educația, ocuparea forței de muncă, mediul, migrația, cultura, cercetarea, pentru a numi principalele domenii.

Este probabil ca fiecare parte interesată să se confrunte cu aceleași provocări atunci când începe să aplice o abordare de co-creație, deoarece aceasta necesită punerea în discuție și regândirea rolurilor, precum și a culturii și metodelor de lucru. Această schimbare nu este una ușoară, însă reversul medaliei aduce beneficii și avantaje, după cum arată dovezile din literatura de specialitate și cum este descris în mărturiile și bunele practici incluse în aceste orientări.

În această secțiune descriem modul în care unele dintre principalele părți interesate din domeniul sănătății mintale pot profita de co-creare în propria activitate și în beneficiul persoanelor și comunităților pe care le reprezintă și/sau cu care lucrează. Aceasta nu se dorește a fi o prezentare exhaustivă a părților interesate, deoarece orice inițiativă în domeniul sănătății mintale pusă în aplicare printr-o abordare de co-creare trebuie să realizeze propria cartografiere cuprinzătoare și incluzivă a părților interesate care trebuie implicate. Ceea ce este sigur este că co-crearea implică implicarea activă a unei game largi de părți interesate pentru a valorifica expertiza și contribuțiile lor unice, ceea ce este esențial pentru a se asigura că întreprinderile din domeniul sănătății mintale sunt centrate pe persoană, bazate pe dovezi și receptive la provocările și oportunitățile în evoluție din peisajul sănătății mintale.

În cele din urmă, vă recomandăm să folosiți aceste orientări pentru a încorpora cocreația ca mod de lucru în organizația dumneavoastră și, de asemenea, să extindeți procesul de cocreație atunci când vă implicați în parteneriate externe, proiecte, programe, dezvoltări de servicii.

Politici și factori de decizie Elaborarea politicilor este un proces politic inerent, necesar pentru exercitarea puterilor politice în sistemele democratice. Factorii de decizie și factorii de decizie politică se numără, în mod firesc, printre cele mai

influențe grupuri din domeniul sănătății mintale, deoarece sunt responsabili de formularea politicilor de sănătate mintală, de alocarea resurselor și de stabilirea cadrului de reglementare care guvernează sectorul. Prea adesea, aceste decizii sunt luate fără participarea corespunzătoare a altor părți relevante, în special a celor care vor fi direct afectate. Uneori, chiar și atunci când au loc consultări, este posibil ca acestea să nu aibă niciun impact asupra rezultatului politicii și al proceselor decizionale. Acest lucru se poate datora unei abordări simbolice sau lipsei de know-how cu privire la modul de punere în aplicare a participării în mod eficient.

Co-crearea în procesul de elaborare a politicilor presupune generarea de politici solide prin mobilizarea resurselor umane și tehnice pentru a implica comunitățile și a asigura legitimitatea politică a rezultatelor (Nabatchi et al. 2017). Co-crearea poate crește capitalul politic al factorilor de decizie politică, oferind avantaje semnificative pentru serviciul public, comunități și populație în general. Cu toate acestea, reunirea mai multor părți interesate este o sarcină complexă și apar asimetrii în ceea ce privește accesul la aceste inițiative din cauza diferitelor grade de educație, venituri, cunoștințe, interese și putere (Goulart & Falanga, 2022). Chiar și atunci când co-crearea este luată ca principiu director în elaborarea politicilor, participarea părților interesate nu îndeplinește, de obicei, criteriile pentru implementarea cu succes a co-creării. Acest lucru se datorează faptului că elaborarea politicilor deține o poziție de putere care aparține factorilor de decizie și este legitimată de procesul democratic al alegerilor. De aceea, părțile interesate în procesul de elaborare a politicilor au, de obicei, un rol consultativ, în timp ce deciziile sunt luate exclusiv de către factorii de decizie politică.

Pentru ca elaborarea politicilor să aibă succes prin co-creare, trebuie îndeplinite două premise. În primul rând, părțile interesate în elaborarea politicilor trebuie să fie conștiente de limitările fiecărui proces politic în ceea ce privește participarea și de faptul că, adesea din motive formale (de exemplu, în procesele legislative), procesul decizional ar aparține de drept oficialilor aleși. În al doilea rând, factorii de decizie politică trebuie să fie pregătiți să își împartă puterile politice cu toate părțile interesate în mod egal. Acest lucru înseamnă că nu numai că aceste părți interesate vor participa la orientarea modului în care va fi elaborată o anumită politică, ci și că vor avea dreptul de proprietate asupra politicii în sine. În acest fel, politicile și deciziile publice pot fi fundamentate pe dovezi reale și pe nevoile exprimate de comunități. Acest lucru va evita o construcție pătinitoare a elaborării politicilor și, în consecință, factorii de decizie politică ar trebui să ia în considerare co-crearea nu numai ca principiu de orientare, ci și ca un cadru metodologic în abordarea elaborării oricărei politici cu impact asupra sănătății mintale.

Experți prin experiență și susținătorii lor Persoanele care au o experiență directă a problemelor de sănătate mintală, precum și membrii rețelei lor de sprijin pot fi împuterniciți în mod semnificativ prin co-creare, ceea ce face ca motto-ul "Nimic despre noi, fără noi" să devină realitate. Din cauza dezechilibrelor de putere sistemice, vocea celor care sunt afectați în ultimă instanță de politicile și modelele de îngrijire legate de sănătatea mintală tinde să nu fie auzită. Co-crearea aduce la masa de discuții perspectiva lor unică și foarte necesară, în care relatările și experiența personală contează și pot fi în centrul îmbunătățirii calității vieții lor și a semenilor lor, inclusiv reducerea stigmatizării și a discriminării.

Miloš Šviderský - Persoană cu experiență de viață,

Slovacia

Miloš a participat la un amplu proces de co-creare care a avut ca scop regândirea și schimbarea structurii și furnizării serviciilor de sănătate mintală din țară.

"Oportunitatea de a participa la co-creație a fost o sursă de putere pentru mine, mi-a dat sentimentul că aparțin undeva și că fac parte din ceva mai mare și mai important, pentru că acest lucru îi ajută pe oamenii care suferă. Am avut ocazia de a cunoaște diverse persoane, de a mă inspira din experiențele lor personale și, mai ales, de a experimenta sentimentul că nu sunt singură".

Prea multe experiențe de implicare simbolică au descurajat experții care, prin experiență, și-au ocupat locul potrivit în luarea deciziilor privind politicile, serviciile și altele. Aceste orientări îi vor ajuta pe aceștia și pe susținătorii lor să evedențieze beneficiile și avantajele participării lor - pe lângă faptul că participarea este un drept fundamental al omului - și, utilizate împreună cu setul nostru de instrumente privind co-crearea, vor deschide calea pentru o adevărată incluziune semnificativă a tuturor perspectivelor relevante în domeniul sănătății mintale.

Profesioniști din domeniul sănătății și al **asistenței sociale** Acesta este un grup foarte larg, care include diferite profiluri, de la furnizarea directă de servicii până la managementul la diferite niveluri ale sistemelor de sănătate și asistență socială, de la un nivel micro la unul macro. În ultimele decenii au existat diverse forme de

implicare a experților prin experiență în domeniul asistenței medicale (coproducție, coproiectare; etc.), cu diferite grade de succes. Profesioniștii din domeniul sănătății și al asistenței sociale se pot baza pe aceste experiențe prin adoptarea co-creației, lărgind astfel gama de părți interesate cu care cooperează pentru a evalua, regândi și reorganiza furnizarea de servicii în beneficiul utilizatorilor existenți și potențiali. Procesul de co-creație permite dezvoltarea de soluții personalizate pentru sistemul de asistență medicală (Stock, C., Dias, S., Dietrich, T., Frahsa, A. și Keygnaert, I. 2021). Nu există proceduri standardizate care să poată fi utilizate în mod optim pentru a adapta noile servicii de îngrijire la nevoile și experiențele trăite de oameni, precum și la cerințele tot mai mari ale serviciilor de sănătate și de asistență socială într-un mod flexibil și eficient. Aceste linii directoare pot sprijini acest grup în promovarea schimbării culturale, a practicilor și a sistemului cu colegii lor, cu ierarhia și cu autoritățile competente.

*Safia Akram - Persoană cu experiență de viață și
manager de proiect pentru servicii de sănătate mintală
la NHS, Regatul Unit*

"Cred că de multe ori se formează grupuri de academicieni și profesioniști, știți, cu pălărie academică, cu multe calificări, dar totuși, la un nivel inferior, nu sunt capabili să converseze cu indivizii ca oameni. Și cred că, uneori, intră în joc această dinamică a puterii, automat sau nu, din păcate... Așadar, este vorba de acea dinamică a puterii în care persoanele care au fost excluse anterior din servicii și care au avut experiențe negative în ceea ce privește sănătatea mintală sau asistența socială sau orice alte experiențe cu sectorul statutar implicat, nu se simt încrezători să vorbească în fața acestui public, deoarece sunt văzute ca fiind mai puternice, mai importante..."

Deci, există o dinamică a puterii care intră în joc, dar în... co-creație toată lumea este egală. Sau ar trebui să fie egali și cred că acolo se obțin cele mai bune rezultate".

Cercetătorii și mediul academic, prin munca lor, informează politicile, practicile și programele de prevenire și îngrijire bazate pe dovezi, precum și ghidurile de tratament și multe altele. Co-crearea îi poate ajuta să schimbe perspectiva de la a studia și a preda despre experiența oamenilor la a preda, învăța și cerceta împreună cu persoanele care au această experiență. Astfel, cercetarea și rezultatele acesteia se apropie mai mult de nevoile persoanelor cu experiențe trăite, precum și de cele ale populației generale în ceea ce privește promovarea și prevenirea sănătății mintale. De asemenea, poate ajuta profesioniștii din domeniul educației să predea într-un mod mai incluziv și le poate oferi instrumente pentru a diminua stigmatizarea legată de sănătatea mintală și de problemele de sănătate mintală.

Societatea civilă include organizații foarte diverse care joacă un rol vital în creșterea gradului de conștientizare, în reducerea stigmatizării, în promovarea reformelor în domeniul sănătății mintale și, adesea, în furnizarea de servicii: asociații comunitare, organizații de advocacy, centre de tineret și sportive, grupuri de sprijin, pentru a numi doar câteva dintre acestea. Colaborarea cu aceste entități asigură faptul că eforturile de co-creare beneficiază de expertiza și de perspectivele celor profund implicați în comunitate. Aceste organizații sunt, de obicei, proactive și vocale în a-și face cunoscut punctul de vedere, chiar și în circumstanțe complexe. Acestea pot folosi cu siguranță oportunitățile pe care le oferă co-crearea pentru a-și consolida rolul și vor beneficia de pe urma utilizării acestor orientări și a setului de instrumente atât pe plan intern, pentru a-și dezvolta/crește propria capacitate, cât și pe plan extern, pentru a promova o abordare de co-creare către alte părți interesate.

*Andrej Vršanský - CEO, Liga pentru sănătate mintală,
Slovacia*

"Esența proiectului nostru de co-creație a fost de a crea un spațiu sigur și acceptabil în cadrul unor întâlniri publice, în care persoanele cu experiențe trăite, rudele, profesioniștii, reprezentanții administrației locale sau persoanele interesate de sistemul și serviciile de sănătate mintală să se întâlnească și să discute despre ce au nevoie, ce nu au nevoie, care sunt problemele lor, ce sugerează și, prin urmare, care sunt ideile lor cu privire la modul în care ar trebui să funcționeze sistemul de sănătate mintală și să cartografieze aceste experiențe, sugestii și nevoi. Am reușit să atingem aceste obiective".

De ce ar trebui să co-creăm în domeniul sănătății mintale

Să recunoaștem, co-crearea nu este ușoară, iar argumentele și motivele pentru care nu se angajează în co-creație sunt cunoscute. A fi incluziv și a implica toate părțile care au un interes în condiții de egalitate necesită timp și investiții de resurse. Pentru mulți este mai simplu să mențină status quo-ul, să continue activitatea ca de obicei, fără a pune în discuție necesitatea de a schimba modul de a face lucrurile.

Persoanele cu probleme de sănătate mintală și cu dizabilități psihosociale ar putea să se abțină de la implicare din cauza auto-stigmatizării, a fricii de a fi discriminate sau de a fi implicate într-un mod simbolic, a lipsei de timp și/sau a capacității de a se implica, chiar dacă pe bază de voluntariat, a problemelor de accesibilitate și a stării lor de sănătate.

O altă provocare este lipsa de înțelegere a ceea ce se poate face în cadrul unei abordări de co-creație și a modului în care se poate face acest lucru. Este posibil ca oamenii și organizațiile să nu aibă nicio experiență anterioară și să întâmpine dificultăți în a se orienta în cadrele și instrumentele existente și în a le utiliza în practică în sectorul sau în mediul lor de lucru.

În cele din urmă, este posibil să nu existe suficiente dovezi privind rezultatele pozitive ale co-creației în diferite domenii, deoarece aplicarea co-creației în domeniul sănătății mintale a fost limitată în afara zonei de furnizare a serviciilor.

Oricare ar fi problema, orice provocare poate fi depășită cu angajamentul tuturor părților implicate, iar co-crearea ar trebui să fie considerată ca aducând un bun "randament al investiției". Părțile interesate ar trebui să treacă de la status quo-ul intervențiilor și strategiilor de sus în jos, de tip "one size fits all", la intervenții bazate pe o co-creație de jos în sus, cu o diversitate de opinii.

Există două motive fundamentale care fac din co-creație o abordare importantă în domeniul sănătății mintale: primul este legat de drepturile omului, iar al doilea de beneficiile pe care le aduce în ceea ce privește rezultatele, impactul și asumarea acestora.

Perspectiva drepturilor omului

Dreptul la participare este dreptul de bază și fundamental al oamenilor de a avea un cuvânt de spus în ceea ce privește modul în care sunt luate deciziile care le afectează viața. Participarea politică și publică este o piatră de temelie a oricărui sistem democratic. Există, de asemenea, cadre și instrumente de participare pentru alte contexte și pentru grupuri specifice, de exemplu, mai multe dispoziții din Convenția privind drepturile copilului se referă la participarea copiilor. Articolul 4 din Declarația de la Alma-Ata din 1978 privind asistența medicală primară prevede că "oamenii au dreptul și datoria de a participa în mod individual și colectiv la planificarea și punerea în aplicare a îngrijirii lor medicale".

Când vine vorba de sănătate mintală și participare, ne concentrăm în primul rând pe dreptul la participare al persoanelor cu probleme de sănătate mintală și dizabilități psihosociale, fără a-i uita pe susținătorii acestora.

Participarea deplină și efectivă și incluziunea socială a persoanelor cu probleme de sănătate mintală și dizabilități psihosociale se reflectă în primul rând în principiile generale ale Convenției Națiunilor Unite privind drepturile persoanelor cu dizabilități (UNCRPD) . Acest principiu este legat în mod intrinsec de alte drepturi ale omului din dreptul internațional aplicabil; de un interes deosebit pentru prezentele orientări sunt cele privind egalitatea și nediscriminarea și participarea la viața politică și publică. Comitetul UNCRPD recunoaște că implicarea activă și semnificativă a persoanelor cu handicap a dus la realizarea unui tratat inovator privind drepturile omului și a stabilit modelul drepturilor omului în materie de handicap. În consecință, legislația internațională privind drepturile omului recunoaște acum fără echivoc persoanele cu handicap ca "subiecți" ai tuturor drepturilor omului și libertăților fundamentale și solicită participarea lor semnificativă la toate procesele care le privesc. Noțiunea "Nimic despre noi, fără noi" este acum o piatră de temelie a dreptului internațional al drepturilor omului.

Enrico L. - Membru al Clubhouse Club Itaca Milan (Italia)

"Lucrul în co-creație este cu siguranță util și îmbogățitor, deoarece noi, ca membri ai Clubhouse, putem participa la fiecare etapă a procesului de proiectare a proiectului. Fără să ne asculte, personalul nu ar ști dacă beneficiarii ar fi interesați de un anumit proiect. Lucrul împreună ne permite să înțelegem ce direcție să luăm".

*Gina Delaney - Ofițer de dezvoltare, Mental Health
Ireland și experiență familială, Irlanda*

"Cred că este importantă co-crearea, deoarece le oferă oamenilor care au o experiență directă șansa de a influența cele mai bune practici, deoarece noi știm cel mai bine ce funcționează și ce nu funcționează, iar cei care iau decizii pot folosi aceste informații pentru a lua decizii mai bune".

Co-crearea are ca pilon participarea și împuternicirea persoanelor cu experiență de viață. Cu toate acestea, ea merge mai departe, afirmând principiul conform căruia și alți actori care joacă un rol în domeniul sănătății mintale trebuie să participe și să fie împuterniciți să lucreze nu numai cu experți prin experiență, ci și între ei.

Beneficiile co-creării

Co-crearea oferă o serie de beneficii pentru toate părțile implicate. Aceste beneficii provin de la un nivel macro sau organizațional și/sau de la un nivel micro sau personal, după cum reiese din literatura de specialitate și din mărturiile colectate de la persoane din diferite grupuri de părți interesate care au participat la activități desfășurate prin intermediul unei abordări de co-creare.

Crearea unei valori comune - Abordarea de co-creație, prin faptul că permite tuturor părților implicate să contribuie la crearea unei valori comune, la utilizarea rezultatelor și la durabilitate.

*Elena Meta Adejevaite - Psiholog clinician la spitalul
public Saint Rokas, Vilnius, Lituania*

"Nu există multe ateliere de acest gen. Acest tip de metodă, cu diferite grupuri care își prezintă ideile, este foarte important atât pentru mediul de lucru, cât și pentru rezultate. Opiniile noastre au fost luate în considerare".

Elena recomandă cu siguranță abordarea de co-creare. Ea recunoaște că lucrul în co-creație poate fi o provocare pentru unele persoane, în special pentru profesioniști, dacă nu sunt obișnuiți cu această abordare și, de asemenea, dacă provin din domenii foarte diferite. Principalul beneficiu pe care Elena îl vede în co-creare este "să simt că nu sunt singura care se confruntă cu anumite probleme, să am idei despre ce ar putea fi schimbat și să pot vorbi despre asta și să le împărtășesc. Posibilitatea de a auzi despre experiența altora, de a discuta despre a mea și de a căuta soluții împreună este principalul beneficiu, dar nu numai. Al doilea aspect este faptul că știu că aceste discuții vor fi luate în considerare de cei care au condus această activitate și le vor transpune în acțiuni concrete. Faptul că știu acest lucru adaugă valoare experienței".

Elena crede că abordarea de co-creație este importantă deoarece, indiferent de domeniul în care lucrezi sau de profesia ta, îți aduci perspectiva ta și fiecare aduce ceva diferit. Această diversitate de opinii este importantă pentru a vedea aceeași problemă din unghiuri diferite. Este vorba, de asemenea, despre egalitate și mai sunt încă multe de făcut pentru a aborda inegalitățile în

cazul anumitor profesii. Este vorba despre modul în care oamenii îi văd pe ceilalți; "Văd persoana și interacționez cu ea indiferent de profesia pe care o are".

Stimularea inovării - Co-crearea pune la îndoială vechile moduri de "a face lucrurile", facilitând astfel inovarea. Având în vedere că fiecare parte contribuie cu o perspectivă diferită la o întrebare sau o problemă pusă, co-crearea ne determină să gândim diferit și să abordăm problemele din unghiuri diferite.

David Dwyer - Coordonator al centrelor de implicare, Community Health Care South-East, HSE și experiență trăită în domeniul sănătății mintale și al recuperării din dependență, Irlanda

Experiența lui David în domeniul co-creației se referă la educația pentru recuperare și la unele cercetări.

"...beneficiile pe care le văd în co-creație... este acea înțelegere comună și învățare comună și... crearea de noi forme de cunoaștere care se bazează pe experiențele oamenilor. Știi, am văzut asta în acțiune. Cunoașteți cunoștințele care dau naștere și care facilitează... influențarea schimbărilor în cadrul serviciilor atunci când mai multe voci sunt auzite..."

Obținerea de rezultate eficiente și semnificative - Aducerea tuturor perspectivelor la masa discuțiilor ajută la înțelegerea nu numai a nevoilor beneficiarilor finali, ci și a celor care joacă un rol în obținerea impactului. Printr-o mai bună înțelegere a nevoilor, co-crearea conduce la conceperea unor soluții care să aducă schimbări reale.

De exemplu, avantajele co-creației în serviciile de sănătate mintală nu includ doar îmbunătățirea rezultatelor în materie de sănătate și creșterea nivelului de cunoștințe în domeniul sănătății mintale pentru persoanele cu probleme de sănătate mintală (Piper & Emmanuel n.red.). O astfel de alfabetizare se referă, de asemenea, la personalul care, prin intermediul co-creării, poate învăța cum să comunice cu succes cu utilizatorii de servicii (Jones et al. 2020), îmbunătățind în cele

din urmă furnizarea de servicii. Acest lucru nu numai că îi împuternicește și le oferă încredere utilizatorilor de servicii, dar îi sprijină și pe indivizi să rescrie și să navigheze cu succes în propria lor călătorie de recuperare (Spencer et al. 2013; Ewert și Evers 2014; Thorneycroft și Dobel-Ober 2015; Fisher et al. 2018; Norton 2021).

Alte avantaje ale co-creației din perspectiva organizației sunt observate prin intermediul statisticilor privind internările în spitale. Spencer et al. (2013) au identificat o reducere cu 30% a prezentărilor la urgențe și o scădere cu 50% a internărilor în spital ca rezultat direct al activității de co-creație. În acest fel, s-a observat că co-creația îmbunătățește furnizarea de servicii, ceea ce îmbunătățește involuntar rezultatele serviciilor (OCDE 2011). Acest lucru este posibil deoarece co-crearea transformă relația terapeutică astfel încât să includă mai mult utilizatorul, oferind astfel dreptul de proprietate asupra propriului parcurs de recuperare (Pestoff 2013). Este interesant faptul că co-crearea are, de asemenea, beneficii economice și de recuperare (Department of Health 2006).

Isabella G. - Consilier, Clubhouse Club Itaca Milan

lucrător personal

"...lucrul în co-creație ajută, de asemenea, la îmbunătățirea călătoriei de recuperare a membrilor Clubhouse. Din perspectiva recuperării personale, activitățile zilnice ale Clubhouse îi ajută pe membri să își dezvolte stima de sine, să se responsabilizeze personal, să dobândească noi abilități și să aibă capacitatea de a realiza proiecte. Prin urmare, a ajutat cu siguranță organizația noastră, dar a ajutat și persoanele individuale. Aceste două aspecte sunt indisolubil legate. Este un proces virtuos".

Construirea de parteneriate pe termen mai lung - Tipul de interacțiune comună și legăturile pe care le creează co-crearea pot alimenta parteneriate care depășesc activitatea sau proiectul specific și pot inspira o cooperare viitoare.

Belinda Coyle - Lucrător de sprijin între egali, Asistență medicală comunitară de sud-est, HSE și experiență de viață a familiei, Irlanda

"...Înveți învățare în comun, dar și încredere și cooperare și... cel mai important lucru este că se construiesc multe prietenii..."

Creștere personală și profesională - Co-crearea are multe avantaje pentru individ (Bovaird și Loeffler 2013). Învățarea reciprocă care are loc în cadrul unui proces de co-creație este îmbogățitoare atât la nivel personal, cât și la nivel profesional, sprijinind, de exemplu, îmbunătățirea conștiinței de sine, a competențelor transversale, a cunoștințelor tehnice și a rețelelor profesionale.

În cazul persoanelor care se confruntă cu probleme de sănătate mintală, ar putea chiar să ajute la atingerea obiectivelor profesionale în ciuda prezenței acestor probleme (Boyle et al. 2006; Salisbury 2020). De exemplu, co-crearea de prelegeri privind sănătatea mintală poate deschide oportunități de a face parte dintr-o echipă de predare; sau co-crearea de ateliere de recuperare poate pregăti persoanele pentru angajarea ca educatori de la egal la egal și pentru alte roluri educaționale de recuperare.

Dario L. - Membru al Clubhouse Club Itaca Milano, Italia
Isabella G. - Consilier, lucrător al personalului Clubhouse Club Itaca Milano

Dario este un grafician care, după ultima sa experiență profesională complicată, a decis să își ia ceva timp pentru a se ocupa de sănătatea sa mintală. El a fost implicat în experiența de co-creare a revistei Clubului Itaca Milano numită "Odissea del Mese". Personalul și membrii Clubului Itaca Itaca participă și contribuie în

mod egal la co-crearea și co-planificarea fiecărui număr al revistei.

Dario: "Lucrul în co-creație pentru revista noastră m-a ajutat atât pe mine personal, cât și organizația noastră. M-a ajutat să îmi perfecționez abilitățile sociale și grafice în mai multe moduri: Am avut șansa de a mă interfața în relații de muncă noi și provocatoare, de a dobândi noi competențe tehnice și digitale, de a învăța noi instrumente. Lucrul în co-creații m-a ajutat să îmi îmbunătățesc competențele transversale și să stabilesc noi relații eficiente și productive cu ceilalți membri și cu personalul Clubhouse. Acest proces de co-creație a ajutat și organizația și revista noastră. De asemenea, permite fiecărui membru Clubhouse să comunice deschis și des, să se exprime și să construiască relații pozitive. Această experiență este un exemplu excelent de co-creație și de muncă în echipă. În plus, lucrul împreună la revista noastră a stârnit interesul pentru scris la mulți membri Clubhouse și i-a ajutat să se implice în această activitate".

Isabella: "Lucrul în co-creație mi-a adus cu siguranță beneficii personale, deoarece modelul de reabilitare psihosocială al Clubhouse se bazează atât pe competența, participarea și motivația personalului, cât și a membrilor; prin urmare, există un schimb real de idei, abilități și informații în viața de zi cu zi în cadrul Clubhouse-ului nostru. Așa că, personal, cred că este o muncă foarte îmbucurătoare pentru toate părțile implicate".

Dario susține cu tărie abordarea de co-creare:

"În opinia mea, lucrul în co-creație este esențial pentru a atinge obiectivele și rezultatele dorite. Te învață cum să lucrezi corect într-o echipă. O conducere comună a fost

esențială pentru a ne atinge rezultatele scontate. Am reușit să atingem multe obiective deoarece fiecare a avut posibilitatea de a se exprima și s-a simțit ascultat. Lucrul în co-creație înseamnă că fiecare propunere, idee sau feedback are o valoare egală și că fiecare opinie este respectată și ascultată".

Revizuirea prejudecăților - În cadrul relațiilor, co-crearea permite tuturor să elimine etichetele care le sunt atașate, astfel încât toți să fie bineveniți la masă (Ewert și Evers 2014; NHS England 2015). Oportunitatea de a obține informații despre perspectivele altor părți favorizează reconsiderarea opiniilor și percepțiilor anterioare cu privire la rolul și activitatea lor. În cazul persoanelor cu experiență trăită a problemelor de sănătate mintală sau a dizabilităților psihosociale, acest lucru poate deveni la fel de benefic ca și pentru diminuarea stigmatizării și discriminării - reale sau percepute - față de acestea ca persoane și față de rolul circumscripției pe care o reprezintă.

Melina Waelle - Expert prin experiență și profesionist în domeniul sănătății, Elveția

Din 2018, Melina folosește situații practice pentru a-i învăța pe studenți despre experiența sa trăită cu probleme de sănătate mintală și recuperare. Ea a fost implicată în procesul de co-creare pentru a crea cursul "Sănătate mintală centrată pe persoană" într-un centru de competență pentru sănătate mintală. Ea participă la cursuri împreună cu profesori universitari.

"Întotdeauna se remarcă faptul că cunoștințele mele experiențiale sunt puse pe picior de egalitate cu expertiza profesioniștilor. Am primit sprijin în domeniul didactic, deoarece nu am nicio pregătire în acest domeniu. Sunt foarte recunoscător pentru oportunitatea de a transmite studenților experiența mea la cel mai înalt nivel."

Punctul de vedere al Melinei cu privire la importanța co-creării:

"Este important să luăm în considerare fiecare perspectivă. Studiile/cercetările și materialele didactice ale materiei sunt importante pentru o bună educație a profesioniștilor. Cu toate acestea, experiența trăită este la fel de importantă, deoarece reflectă în mod critic perspectiva subiectului." Și gândindu-ne la rezultate: "Prin intermediul co-creării, a fost creat acum un curs CAS în care perspectiva profesională și perspectiva experienței trăite sunt predate pe picior de egalitate. Colaborarea în acest sens este calea corectă pentru a oferi cel mai bun sprijin posibil persoanelor cu probleme de sănătate mintală."

Abordarea de co-creație în domeniul sănătății mintale în Europa

Ce înțelegem prin co-creație?

Co-creația este un termen relativ nou în comparație cu termenul mai cunoscut și mai utilizat de "coproducție". Conceptele de coproducție și definițiile aferente au început să apară în literatura de specialitate încă din 1977 în legătură cu bunurile și serviciile în general, precum și, mai ales, cu serviciile publice și, de asemenea, cu asistența medicală. Cu timpul, conceptul a fost îmbogățit cu principii, valori și alte criterii pentru a defini diferite tipuri sau niveluri. Conform literaturii de specialitate, co-crearea este o componentă a conceptului mai larg de coproducție.

Din cauza acestei diversități de definiții și cadre și a lipsei unuia care să reflecte viziunea noastră asupra co-creației, Mental Health Europe a încercat să dezvolte propria definiție și propriul cadru. Cel mai important este că această activitate se încadrează în abordarea noastră generală de promovare a unui limbaj și a unei comunicări pozitive și care conferă putere de decizie în ceea ce privește sănătatea mintală.

Definiția de lucru a conceptului de co-creație a organizației Mental Health Europe:

O abordare colaborativă care implică toți actorii din domeniul sănătății mintale, care lucrează împreună, pe picior de egalitate, pentru a dezvolta și implementa politici, servicii, programe și comunicare care să favorizeze o sănătate mintală pozitivă, în conformitate cu un model psihosocial și o abordare bazată pe drepturile omului.

Principii de co-creație

Definiția conceptului de co-creație din cadrul Mental Health Europe este susținută de șapte principii.

- 1 Inclusivitate** Co-crearea este reprezentativă pentru toate grupurile care au un interes și asigură diversitatea.
- 2 Egalitate** Perspectiva fiecăruia este recunoscută ca fiind esențială și valorizată, iar fiecare participant aduce propria experiență, expertiză, abilități și perspective.
- 3 Respect** Se acordă atenția cuvenită colaborării și comunicării într-o manieră respectuoasă și constructivă.
- 4 Reciprocitate** Reciprocitatea este o împărtășire autentică a gândurilor, sentimentelor și experiențelor între un grup, în care se produce o învățare reciprocă și se dezvoltă înțelesuri comune.
- 5 Împărtășirea puterii** Împărtășirea puterii recunoaște diferitele domenii de expertiză, ceea ce duce la o asumare democratică comună a deciziilor.
- 6 Accesibilitate** Toți cei implicați au șanse egale de a participa și de a contribui la proces
- 7 Transparență** Întregul proces este descris și înțeles în mod clar și în comun

Transpunerea principiilor în practică

În această secțiune veți găsi sugestii și sfaturi despre cum să puneți în practică principiile prezentate mai sus și să creați un mediu propice co-creării.

1. Cartografierea incluzivă a părților interesate - Cartografierea părților interesate este o practică obișnuită în multe contexte, însă modul în care este abordată cartografierea poate influența procesul în moduri foarte diferite. Luați în considerare:
 - Gândiți în afara cutiei - este posibil să existe părți interesate pe care nu v-ați gândit să le implicați din mai multe motive: de exemplu, poate credeți

că nu au niciun rol de jucat în ceea ce intenționați să faceți, sau nu știți unde să le găsiți, sau trebuie să vă extindeți perspectiva asupra proiectului/serviciului dincolo de domeniul sănătății mintale. Este important să țineți cont de faptul că există perspective diferite; ați putea: să cereți mai multor persoane să contribuie la cartografiere, să vă inspirați din inițiative similare, să lansați un apel pentru exprimarea interesului (s-ar putea să fiți surprins de răspunsurile primite!);

- Țineți cont de diversitate - indiferent ce faceți în cadrul co-creației, trebuie să țineți cont de faptul că rezultatele vor trebui să satisfacă nevoile beneficiarilor vizați, iar printre aceștia se vor număra persoane cu nevoi diverse și care provin din medii diferite. Gândiți-vă la diferite tipuri de experiențe trăite cu probleme de sănătate mintală, la familia și susținătorii acestora, la furnizorii de servicii, la membrii comunității, la vârstă, sex, mediu socio-economic, religie etc. și la interconexiunea dintre acestea și proiect/serviciu. Asigurați-vă că abordarea dvs. de co-creație este cât mai incluzivă posibil încă de la început.
2. Atunci când luați legătura cu părțile interesate pentru a le implica în activitatea de co-creație, verificați de ce au nevoie pentru a le permite să participe pe deplin.
 3. Asigurați-vă că dispuneți de resursele necesare pentru a co-crea în mod corespunzător în funcție de nevoile pe care le-ați evaluat: timp, resurse umane, finanțe, locuri de desfășurare etc. Țineți cont de faptul că va fi nevoie de o anumită flexibilitate, deoarece co-crearea poate fi un pic dezordonată și poate consuma mult timp, dar rezultatul va merita! Fiți transparentți în ceea ce privește alocarea resurselor, în special dacă este vorba de finanțare.
 4. Identificați expertiza, experiența, competențele și cunoștințele pe care le are fiecare participant și unde poate contribui cel mai eficient.

Enrico L. - Membru al Clubhouse Club Itaca Milan (Italia)

"În cadrul Clubhouse suntem apreciați, deoarece facem ceea ce putem face cel mai bine în funcție de abilitățile, competențele și experiența noastră. Clubhouse ne permite să ne folosim expertiza, să ne consolidăm abilitățile și să îi ajutăm pe ceilalți membri. În plus, personalul Clubhouse ne încurajează să învățăm lucruri noi și să facem noi experiențe".

5. Informați participanții cu privire la ceea ce este co-crearea și cum funcționează.
6. Identificați și conveniți împreună asupra obiectivului și a rezultatului preconizat al activității de co-creație. În cazul în care o activitate este cumva deja definită (de exemplu, o strategie), conveniți asupra modului în care co-crearea poate fi aplicată în cadrul existent.

*Safia Akram - Persoană cu experiență de viață și
manager de proiect pentru servicii de sănătate mintală
la NHS, Regatul Unit*

*"Știți, cel mai recent proiect la care lucrez se referă la
sănătatea mintală, la experiențele comune, și este vorba
despre un grup de persoane care au experiența de a
utiliza serviciile de sănătate mintală, fie că este vorba
despre un punct de criză sau chiar de îngrijire primară,
fie că nici măcar nu sunt cunoscute de către
profesioniștii din domeniul sănătății ca fiind persoane cu
probleme..."*

*Așadar, este foarte important ca toate aceste voci cu
experiențe diferite să susțină ceea ce facem și să mă
facă responsabil de modul în care realizez munca, de
planurile mele de viitor pentru proiect, așa că am spus
grupului: "Iată la ce mă gândesc", haideți să ne întâlnim
și să discutăm, să facem un brainstorming de idei - ce
funcționează, ce nu funcționează, de ce este nevoie și
cum pot ajuta să facilitez acest lucru. Așadar, deși titlul
postului este de manager de proiect, eu mă văd mai
degrabă ca un facilitator".*

7. Stabiliți un acord de grup cu privire la modul în care veți lucra împreună, care ar trebui să includă:
 - Acord asupra elementelor care creează un mediu sigur pentru toată lumea;

- Un plan de gestionare a comunicării între participanți și strategii pentru a aborda dificultățile cu care se pot confrunta unele persoane în ceea ce privește participarea;
- Un proces de gestionare a conflictelor;
- Acord privind modul în care se va ajunge la decizii.

Va trebui să verificați/revizuiți în mod regulat acordul de grup și să îl adaptați dacă este necesar. De exemplu, acest lucru ar putea fi făcut la începutul fiecărei întâlniri de grup sau oamenii ar putea trimite sugestii scrise în mod individual (aceasta poate fi o opțiune mai confortabilă pentru unii).

8. Schițați un plan de acțiune care să descrie etapele activității de co-creare, astfel încât toată lumea să cunoască clar procesul, dar păstrați-l simplu și, evident, faceți-o și în co-creare. Recunoașteți că, în realitate, este posibil ca nu toată lumea să poată contribui la fiecare etapă și că acest lucru este acceptat de toți, atâta timp cât rezultatele sunt împărtășite cu toată lumea. În cazul în care proiectul implică finanțare, fiți transparenți în ceea ce privește alocarea bugetului.

Existența unui plan de acțiune nu ar trebui însă să conducă la un proces prea rigid și formal. Până la urmă, co-crearea înseamnă să "creăm" împreună, așa că lăsați spațiu pentru creativitate, idei inedite și informalitate.

9. Co-crearea planului de evaluare și a instrumentelor care vor fi utilizate pentru a verifica dacă modul de lucru este în conformitate cu abordarea de co-creare.
10. Furnizarea de informații și documente legate de activitate/proiect într-un format prietenos pentru toți cei implicați. Dacă limbajul folosit este prea tehnic, de exemplu, sau este într-o singură limbă, nu toată lumea va avea aceeași posibilitate de a contribui.
11. Fiți atenți la participanții cu nevoi diverse; de exemplu, nevoia de interpretare a semnelor.
12. Planificați sarcinile și activitățile în funcție de circumstanțele profesionale și personale ale fiecăruia, de exemplu, ar trebui planificate unele reuniuni în timpul weekend-ului pentru a permite participarea celor care sunt implicați pe bază de voluntariat și care nu își pot lua timp liber de la locul de muncă din timpul săptămânii?
13. Acordați atenție aspectelor practice - dacă o reuniune este online, poate și știe toată lumea cum să se alăture și să participe? Dacă este față în față, este locul de desfășurare ușor de accesat prin diferite mijloace de transport?

14. Găsiți modalități de a aprecia și de a recunoaște, atât în mod formal, cât și informal, contribuția tuturor celor implicați.

Practici promițătoare și bune practici

În această secțiune am încercat să oferim exemple de diferite tipuri de activități, sectoare și țări pentru a susține argumentul conform căruia co-crearea este o abordare care poate fi aplicată de orice parte interesată în orice tip de activitate profesională. Aceste bune practici au fost autoevaluate de către organizațiile care le conduc, utilizând instrumentul de evaluare conceput în acest scop de către Mental Health Europe's Co-creation Task Force, după cum se explică în ultima secțiune a acestor orientări.

Unele dintre practicile incluse provin de la membri ai Mental Health Europe care au aplicat abordarea noastră de co-creare, așa cum este descrisă în setul de instrumente. Prin urmare, în descrierea lor, aceste practici reflectă mai îndeaproape indicatorii instrumentului de evaluare, deoarece au fost conturate de la început în conformitate cu abordarea de co-creare a Mental Health Europe.

Exemple de bune practici

Proiectul YouCoMent: Abordarea de co-creație a tinerilor pentru promovarea sănătății mintale în timpul formării lor în profesiile din domeniul sănătății și îngrijirii.

De către Centrul de competență pentru sănătate mintală (OST - Universitatea de Științe Aplicate din Elveția de Est).

Acest exemplu dintr-un proiect de cercetare din Elveția descrie un mijloc și un proces prin care co-crearea poate fi aplicată în domeniul cercetării. Scopul a fost de a dezvolta o intervenție menită să sprijine și să promoveze sănătatea mintală a tinerilor studenți.

Gallen, reprezentând toți anii de studii, educatori, cercetători, profesioniști în domeniul sănătății mintale, profesioniști în domeniul dezvoltării tehnologice, profesioniști în domeniul proiectării și monitorizării metodologice, un reprezentant al asigurărilor de sănătate și un reprezentant al legislației. Aceștia au fost identificați printr-o cartografiere a părților interesate și au fost încurajați să participe la proiect prin evenimente de informare și apeluri deschise, utilizând intranetul centrului și vizitând toate clasele, oferind informații despre proiect.

Al doilea pas în cadrul proiectului YouCoMent a fost organizarea unei serii de activități și ateliere de design thinking care au permis participanților să fie pe aceeași

lungime de undă și să își definească nevoile și cerințele înainte de a putea începe să își definească provocările în contextul sănătății lor mintale și să dezvolte idei în mod co-creativ. Dezvoltarea intervenției a început prin prezentarea participanților a rezultatelor activității empirice anterioare (studii cantitative și calitative) și prin discutarea acestora cu participanții. Printre ideile potențial numeroase, elementele de bază recurente au fost convenite în mod participativ. Aceste elemente de bază au ghidat dezvoltarea intervenției.

În cadrul proiectului YouCoMent, modelarea procesului de co-creare prin colaborarea cu părțile interesate din diferite domenii și experiențe a fost esențială pentru a se asigura că beneficiarii finali ai proiectului - tinerii studenți din sectoarele sănătății și îngrijirii - vor primi un sprijin adecvat pentru sănătatea mintală, care este relevant atât pentru viața lor personală, cât și pentru viitoarea lor viață profesională. Prin această abordare, intervenția oferită este relevantă și răspunde nevoilor lor, iar nivelul de acceptare este crescut.

Ca un efect pozitiv suplimentar, lucrul în co-creație a stabilit o legătură mai puternică și un respect reciproc în creștere între actorii implicați, deoarece nu li s-au prezentat doar idei preconcepute, ci au fost implicați în mod activ pe tot parcursul procesului. De fapt, părțile interesate care erau relevante pentru subiect au fost implicate înainte de lansarea proiectului și, în plus, toate fazele au fost deschise pentru ca și alții să se implice. De asemenea, această cercetare s-a desfășurat în întregime la fața locului, în centru, mai degrabă decât în clădirea universității, pentru a facilita accesibilitatea.

Acest proiect a servit ca punct de plecare pentru a înțelege și identifica prioritățile importante care trebuie luate în considerare la elaborarea programului. Cu toate acestea, trebuie să existe o deschidere și înțelegere pentru a discuta și, dacă este necesar, pentru a renunța la aceste priorități identificate cu persoanele implicate. Acest lucru asigură faptul că toate părțile interesate au același drept și aceeași oportunitate de a contribui cu opiniile lor și de a lua decizii în fiecare etapă a procesului.

Deși acest proiect de co-creație a fost evaluat ca fiind competent, există posibilități de perfecționare. De exemplu, în ceea ce privește indicatorul 4, am întâmpinat unele dificultăți în a oferi aceeași bază și în a sublinia faptul că toate experiențele sunt la fel de importante. Această situație a fost mai ales pentru adolescenții implicați la început; cu atât mai mult cu cât unii dintre educatorii lor au fost și ei participanți. De asemenea, am putut îmbunătăți indicatorii 5 și 6, deoarece au fost implicate mai multe medii, cunoștințe și experiențe. De asemenea, unii profesioniști au solicitat

mai multă îndrumare și decizii rapide care să fie luate prin procesul de co-creare, chiar dacă alți membri au solicitat mai mult timp pentru dezvoltare și discuții. Din nou, ar trebui îmbunătățită o parte din activitatea privind indicatorul 11 referitor la modul în care evaluarea analizează modul în care abordarea de co-creare poate fi susținută și aplicată în activități viitoare. Întrucât nu toate părțile interesate fac parte din sustenabilitatea și implementarea programului, acest indicator a fost perceput cu relevanță diferită de către participanți.

Atelier de co-creare "Prevenirea violenței împotriva femeilor cu dizabilități".

De Mental Health Perspectives Lituania

În Lituania, femeile cu dizabilități, inclusiv cele cu dizabilități psihosociale, se confruntă cu riscuri de 2-5 ori mai mari de violență, constrângere și exploatare decât populația generală. Mental Health Perspectives a observat un decalaj în modul în care politicile și serviciile abordează situația lor specifică și a întreprins o acțiune de reunire a părților interesate și de studiere a acțiunilor care ar putea fi întreprinse.

În acest scop, au organizat o sesiune de co-creare de o zi întreagă pentru a elabora orientări pentru organizațiile guvernamentale în vederea prevenirii, intervenției și postvenției violenței împotriva femeilor cu handicap. Participanții au fost asistenți sociali, psihologi, psihiatri, profesori, avocați, lucrători de stat, susținători în luarea deciziilor, o organizație neguvernamentală care reprezintă persoanele cu dizabilități.

Participanții au fost împărțiți în patru grupuri, asigurându-se că în fiecare grup există diferiți actori care să își împărtășească perspectivele unice. Au avut loc sesiuni de brainstorming cu privire la mecanismele care ar trebui aplicate în instituțiile de sănătate mintală și de asistență socială pentru a preveni violența, a interveni și a asigura urmărirea. La sfârșitul fiecărei sesiuni de brainstorming, participanții și-au prezentat ideile și, după ce toate ideile au fost prezentate, a avut loc votul fiecărui membru pentru a marca care soluții erau cele mai relevante din perspectiva lor.

La finalul sesiunii de co-creare, a fost prezentat un rezumat al ideilor pentru a se asigura că toți participanții sunt pe aceeași lungime de undă. După sesiunea de co-creare, soluțiile propuse au fost formulate în linii directe care urmează să fie prezentate Ministerului Sănătății din Lituania, dar înainte de aceasta, liniile directe au fost trimise tuturor participanților pentru feedback.

Deși conceptul de co-creație era nou pentru participanți și aceștia proveneau din medii destul de diverse, utilizarea unei abordări de co-creație i-a ajutat pe fiecare dintre ei să înțeleagă și să aprecieze ceea ce ceilalți aduceau la masa de discuții; a

avut loc un schimb autentic de experiențe și perspective. Această interacțiune a fost, fără îndoială, susținută de faptul că a fost pregătit și convenit un plan de acțiune cu etapele activității de co-creare; astfel, toată lumea a știut clar cum va lucra.

Deși această sesiune de co-creație a fost evaluată ca fiind competentă în materie de co-creație, există câteva lecții învățate cu privire la aspectele care trebuie îmbunătățite. De exemplu, în ceea ce privește participanții, nu au fost destui experți cu experiență de viață, în acest caz femei cu dizabilități care au fost victime ale violenței. Acest lucru s-a datorat în parte faptului că subiectul este foarte sensibil, iar acele femei se pot simți inconfortabil să își împărtășească experiența în acest tip de cadru. Prin urmare, trebuie depuse eforturi suplimentare pentru a înțelege cum să implice persoanele aflate în situații vulnerabile într-un mod sigur și confortabil prin intermediul abordării de co-creare.

Un alt aspect în care co-crearea ar fi putut fi aplicată mai bine a fost comunicarea între participanți atunci când li s-a trimis proiectul de orientări: documentul era destul de lung și nu era suficient de bine structurat și ar fi putut fi greu de citit pentru unii dintre ei. Poate că propunerea aceluiași idei într-un mod mai plăcut, mai prietenos (de exemplu, cu ilustrații, diapozitive) ar fi putut îmbunătăți posibilitatea participanților de a oferi comentarii și, de asemenea, calitatea feedback-ului primit.

Atelier de lucru "Răspunsul la tulburările de sănătate mintală în comunitate" pentru managerii superiori din An Garda Síochána

De către Mental Health Ireland

Acest atelier a fost creat împreună cu managerii de la An Garda Síochána, serviciul național de poliție și securitate din Irlanda. Scopul a fost acela de a oferi echipelor lor cunoștințe și o mai bună înțelegere a modului în care pot sprijini persoanele cu probleme de sănătate mintală și, în cele din urmă, de a îmbunătăți experiența persoanelor care se confruntă cu probleme de sănătate mintală în timpul interacțiunii cu An Garda Síochána în situații de criză.

Utilizarea unei abordări de co-creare pe parcursul întregului proces a facilitat adaptarea mesajelor pentru manageri și crearea de resurse specifice pentru a sprijini scopurile și obiectivele atelierului. De asemenea, a permis colectarea de lecții învățate, care ar putea fi utilizate pentru etapele și îmbunătățirile viitoare.

Efortul de co-creare a început cu o analiză a literaturii de specialitate pentru a ne asigura că rezultatul va fi bazat pe dovezi și actualizat. A avut loc o primă întâlnire de

co-creare pentru a identifica scopurile și obiectivele atelierului, iar apoi echipa de dezvoltare și formare a Mental Health Ireland (subgrupul de lucru pentru proiect) a elaborat un proiect de schiță de atelier, care a fost ulterior revizuit de echipa de co-creare mai largă, formată din conducerea și personalul Garda, persoane cu experiență de viață, susținători, membri ai echipei Mental Health Ireland. Subgrupul de lucru a pregătit o schiță revizuită a atelierului și, după aprobarea grupului de coproducție, a elaborat o serie de instrumente și resurse personalizate, inclusiv un pachet de resurse cu literatură relevantă. Atelierul-pilot a fost prezentat în persoană pentru 12 participanți din rândul personalului superior al Garda. Atelierul a fost facilitat folosind o combinație de prezentări, discuții interactive, lucru în grup și procese de evaluare. A fost realizată o evaluare completă care a inclus formulare de evaluare individuală, o discuție de reflecție cu participanții și un grup de discuții cu întrebări specifice de feedback. De asemenea, a fost colectat și feedback-ul facilitatorilor.

Un avantaj cheie a fost contribuția facilitatorilor cu experiență de viață, care au avut probleme de sănătate mintală și care au necesitat intervențiile An Garda Síochána. Feedback-ul participanților a evidențiat impactul pe care l-a avut asupra lor faptul că au fost cofacilitați de o persoană cu experiență de viață în domeniul sănătății mintale. Aceasta le-a sporit înțelegerea și le-a oferit oportunități de a vedea lucrurile din "cealaltă parte" a intervenției. Impactul a fost atât de mare încât mulți participanți au sugerat includerea unei prezentări din partea unei persoane cu experiență de viață în domeniul sănătății mintale ca parte a formării de bază pentru poliție și forțele de securitate.

De asemenea, evaluarea a subliniat în mod clar importanța explorării și înțelegerii diferenței dintre sănătatea mintală și boala mintală și a modului în care aceasta din urmă poate avea un impact asupra comportamentului unei persoane aflate în dificultate. Cu toate acestea, atelierul ar putea beneficia dacă s-ar concentra mai mult pe familiarizarea participanților cu purtarea de conversații despre sănătatea mintală.

Participanții au considerat benefică împărtășirea învățăturii lor și posibilitatea de a discuta experiențele din prima linie cu colegii. A reieșit în mod clar că există dificultăți în ceea ce privește sănătatea și siguranța la locul de muncă pentru An Garda Síochána și că aceștia trebuie să găsească un echilibru între propria lor siguranță și cea a persoanei căreia îi oferă o intervenție. De asemenea, s-a remarcat faptul că An Garda Síochána are nevoie de un sprijin și o îndrumare mai structurată din partea serviciilor de sănătate mintală din cadrul Health Service Executive.

Atelierul a fost primit în mod pozitiv și, pe baza feedback-ului, Mental Health Ireland a făcut o serie de ajustări la atelier, a dezvoltat în continuare materiale de semnalizare, a colaborat cu 5 An Garda Síochána pentru a furniza materiale de învățare de urmărire pentru portalul intern și a reconsiderat numărul de obiective ale atelierului în raport cu timpul alocat. Alte lecții învățate au fost că, fiind vorba de un atelier interactiv, configurația sălii (stil sală de ședințe) nu era adecvată, că era nevoie de spațiu pe perete pentru flipchart-urile utilizate în cadrul lucrărilor de grup și că ar fi optimă prezența a doi facilitatori pentru desfășurarea acestui atelier. Mental Health Ireland a realizat un raport privind această experiență de co-creare și pilotarea atelierului, inclusiv recomandări suplimentare.

Proiectul Experiențe împărtășite și sisteme locale de sănătate mintală în Watford, Regatul Unit

Acest proiect, inspirat de un proiect similar din Italia, a început în 2018 în Watford. La el participă utilizatori de servicii, profesioniști din domeniul serviciilor, îngrijitori informali, reprezentanți ai sectorului terțiar, reprezentanți ai Consiliului Local și persoane cu nevoi și medii diverse în materie de sănătate mintală.

Scopul proiectului este de a contracara orice fel de instituționalizare și de a depăși actuala clinicizare excesivă a problemelor de sănătate mintală prin tranziția furnizării de servicii de la instituții la un mediu comunitar. Acest lucru este pus în aplicare prin co-crearea de spații neutre în comunitate, unde diferite persoane, în afara rolurilor lor sociale diferite, pot face schimb de experiențe personale, departe de un cadru diagnostic/terapeutic. Astfel de schimburi sunt considerate benefice pentru toți participanții, demonstrând că, într-un număr semnificativ de cazuri, este posibilă o mai bună înțelegere a oamenilor și a nevoilor lor în afara abordărilor axate pe boală ale majorității serviciilor, caracterizate de distanța "noi și ei".

Abordarea proiectului constă în trei etape principale care implică același grup de persoane/actori, în care sunt luate în considerare atât aspectele personale, cât și cele colective:

- întâlnirea de împărtășire a experiențelor (numită "Grupul de bun simț"), care are loc în fiecare a doua zi de luni, timp de o oră și jumătate. Grupul reunește maximum 15 persoane reprezentând diferiți actori interesați de problemele de sănătate mintală și interacționează prin comunicare verbală și extraverbală;
- grupul de reflecție online în celelalte zile de luni (timp de o oră) pentru cei care au participat la întâlnirea anterioară;

- reuniunea lunară a grupului de coordonare, care are loc online sau în persoană, în funcție de circumstanțe. Acest grup, alcătuit din aceiași participanți ai celor două grupuri menționate mai sus, are sarcini politice și administrative și ține legătura cu serviciile de asistență psihiatrică, cu administrațiile locale și cu alte organizații ale comunității locale.

În prezent, proiectul dispune de o anumită finanțare, iar unii membri ai grupului sunt plătiți, în timp ce alții lucrează ca voluntari. Câteva persoane pot fi însoțite la întâlniri, în funcție de starea lor de sănătate. Membrii sunt rugați să folosească pe cât posibil un limbaj cotidian și nu unul clinic sau tehnic, în special profesioniștii din domeniul sănătății. Faptul de a fi într-un spațiu al comunității locale și de a nu utiliza un limbaj și un cadru clinic pare a fi un bun stimulent pentru a încuraja asumarea responsabilității, cooperarea și împărtășirea puterii.

Toți participanții sunt conștienți de ipotezele și obiectivele de bază ale proiectului și contribuie la dezvoltarea acestuia. Locurile de desfășurare a reuniunilor, precum și ora și ordinea de zi a acestora sunt alese de întregul grup; pliantele despre proiect sunt actualizate periodic.

Teoretic, proiectul nu are un final. Scopul este de a stabili un spațiu interlop permanent între serviciile de sănătate mintală și comunitate. Acest lucru poate dezvolta atât servicii mai bune, cât și comunități mai bune, în care oamenii pot alege propriul mod de a-și înțelege problemele, de a se recupera și de a se simți parte a unui proces în evoluție atât la nivel individual, cât și colectiv.

Set de instrumente privind sănătatea mintală și bunăstarea tinerilor pentru birourile de tineret

De către Rețeaua de inovare psihosocială (PIN), Serbia

Proiectul este unul la scară mică, cu o durată de trei luni. Scopul proiectului a fost crearea unui set de instrumente pentru coordonatorii și angajații Birourilor de Tineret din Serbia cu tema bunăstării, obiceiurilor și sănătății mentale a tinerilor. Setul de instrumente a fost planificat ca o resursă pentru educația personalului Birourilor de tineret, astfel încât aceștia să poată transfera aceste cunoștințe tinerilor prin diverse activități și practici. Astfel, beneficiarii finali urmau să fie tinerii din municipalitățile locale. PIN a planificat să includă toate părțile interesate relevante, în primul rând tinerii, deoarece aceștia sunt cel mai adesea excluși din procesul de creare a oricărui material care le este destinat. Planul a constat în trei sesiuni de co-

creație cu tineri din medii diferite, lucrători de tineret, psihologi și membri ai echipei de proiect, cu sesiuni de urmărire și pilotare cu un alt grup de tineri.

Obiectivul de a implica toate părțile interesate relevante în procesul de co-creare a fost parțial îndeplinit. Se pare că au existat fricțiuni între anumiți actori relevanți, o situație pe care PIN nu a înțeles-o în prealabil, chiar și după o cartografiere amănunțită a părților interesate relevante și a relațiilor dintre acestea. Acest lucru a complicat procesul, deoarece a trebuit să se echilibreze prioritățile diferite, atât cele ale donatorilor PIN, cât și cele ale instituțiilor de stat cărora donatorii trebuie să le dea socoteală. Din această cauză, nu a fost posibilă includerea tuturor părților interesate planificate, iar PIN a luat decizia conștientă de a include doar tineri și un spectru mai larg de participanți din organizațiile sale membre, care aveau perspective similare cu cele ale părților interesate la care trebuia să renunțe. Practic, au trasat o structură cât mai asemănătoare cu structura ideală inițială a grupului, dar cu verificarea realității cu privire la cine putea fi implicat în mod obiectiv și au luat în considerare beneficiarii finali ai proiectului ca fiind cele mai importante părți interesate, adică tinerii.

Participanții proveneau din medii cu adevărat foarte diverse și diferite, cuprinzând culturi diferite, vârste (17-33 de ani), locuri de reședință (obiectivul a fost de a include tineri care nu sunt originari din capitală), orientare sexuală, experiență cu serviciile de sănătate mintală, experiență profesională, educație și mediu familial. Singura notă negativă a fost faptul că doar un singur participant a fost de sex masculin, deoarece doi participanți de sex masculin au anulat în ultimul moment și nu s-au putut alătura ulterior. Grupul a trebuit să accepte acest lucru și să meargă mai departe cu procesul. Cu toate acestea, pentru a preveni dispersarea ulterioară a grupului și pentru a păstra diversitatea, PIN s-a asigurat că există întotdeauna un acord de grup cu privire la cea mai bună dată și oră posibilă pentru sesiuni și că acestea se desfășoară întotdeauna numai atunci când toți participanții pot participa pe deplin. Prin acomodarea cu nevoile, timpul, obligațiile și disponibilitatea acestora, grupul a rămas complet pe parcursul întregului proces.

S-a acordat mult timp și atenție primelor faze și etape pregătitoare ale procesului. Toți participanții au fost informați cu privire la toate aspectele proiectului: obiectivele, părțile interesate implicate, constrângerile proiectului, rolul lor și produsul final, precum și activitățile proiectului la care nu au luat parte. Înainte de prima sesiune, toți participanții au fost informați despre proiect prin intermediul apelurilor și al mesajelor text (deci, verbal și în scris). În timpul primei sesiuni, a fost încheiat un acord de grup care a inclus o descriere clară a participanților, a expertizei pe care o va aduce fiecare și a rolului lor în cadrul grupului. De asemenea, a subliniat

așteptări clare cu privire la întregul proces și la fiecare sesiune, un acord cu privire la modul în care grupul urma să construiască un loc sigur pentru toată lumea în timpul procesului și toate limitările și dezechilibrele de putere existente care trebuiau luate în considerare. De exemplu, tinerii au fost informați că echipa de proiect a fost plătită pentru proiect și că deciziile cruciale vor fi luate de către echipa de proiect cu luarea în considerare pe deplin a contribuției lor, dar din cauza responsabilității față de donatorii lor. În plus, grupul a convenit asupra modului de abordare a conflictelor, în cazul în care ar apărea vreunul, asupra etapelor tuturor activităților, de la prima sesiune până la finalizarea setului de instrumente și asupra modului în care va fi apreciată contribuția fiecăruia. Toate acordurile au fost notate pe o tablă de flipchart utilizată în timpul tuturor sesiunilor, iar toată lumea a putut oricând să revină la ea. La începutul fiecărei sesiuni, grupul și-a făcut timp să îl parcurgă și să reamintească ceea ce s-a convenit și, dacă era necesar, să adauge sau să schimbe ceva în el. Acest acord de grup a fost cu adevărat cel mai important pas care a permis depășirea unor limitări și provocări întâlnite pe parcurs.

În ceea ce privește asigurarea resurselor necesare pentru implicarea deplină a tuturor și a aspectelor practice care influențează capacitatea lor de a contribui, acestea au fost îndeplinite în cel mai înalt grad posibil, în ciuda limitărilor care au fost depășite prin transparență totală și prin acordul de grup menționat anterior. PIN a avut grijă să fie transparent în ceea ce privește compensarea echipei de proiect pentru munca lor și s-a asigurat că participanții care nu au fost plătiți nu vor lucra în afara sesiunilor planificate și că vor fi compensați în alte moduri convenite în mod colectiv, de exemplu, toți vor fi menționați în setul de instrumente pe nume, cu o descriere clară a modului în care au contribuit la setul de instrumente și la proiect. În ceea ce privește resursele logistice, sesiunile au fost organizate în funcție de disponibilitatea acestora, astfel încât toată lumea să aibă șanse egale de a participa, de exemplu, având grijă ca nimeni să nu fie nevoit să plece mai devreme, să lipsească de la cursuri sau să călătorească mult. Deciziile privind ora și durata fiecărei sesiuni au fost luate de către grupul însuși.

Toți participanții au fost, de asemenea, informați verbal și textual cu privire la evaluarea acestui proiect. Fiecare participant a luat parte la procesul de evaluare, revenind la așteptările exprimate la începutul procesului și evaluând dacă acestea au fost îndeplinite. Rezultatul a fost pozitiv.

Pe baza acestei activități și a altora (un proiect de cercetare și o planificare strategică) în care PIN a aplicat abordarea de co-creație promovată de Mental Health Europe, PIN se angajează să susțină o abordare structurată de co-creație. Un pas esențial în realizarea acestui obiectiv a fost implicarea întregii echipe, care acum este bine

familiarizată cu abordarea de co-creare și care a fost de acord cu faptul că PIN, ca organizație, dorește să includă co-crearea în modelul său de lucru. PIN a avut grijă să informeze echipa despre modul în care funcționează co-crearea, iar în cadrul reuniunilor săptămânale ale echipei se discută, de asemenea, aspectele de co-creare ale proiectelor lor - procesul, provocările, etapele următoare - ceea ce favorizează învățarea privind implementarea co-creării.

Modelul Clubhouse

De Progetto Itaca (membru al Clubhouse Europe)

Modelul Clubhouse este un exemplu destul de special de co-creație, deoarece se referă la întreaga structură, guvernanta și funcționarea a modelului în sine. Clubhouse-urile sunt locații locale, bazate pe comunitate, care oferă persoanelor care trăiesc cu probleme de sănătate mintală oportunități de prietenie, de angajare, de locuință, de bunăstare și de acces la servicii de sănătate într-un mediu unic, atent și sigur, favorizând astfel incluziunea lor socială și economică.

Acest model reflectă principiile de co-creație definite de Mental Health Europe. De exemplu, unul dintre elementele sale de bază este principiul incluziunii. Conform Standardului 4 al Clubhouse International, "*Toți membrii au acces egal la fiecare oportunitate din Clubhouse, fără diferențiere pe baza diagnosticului sau a nivelului de funcționare*". Acest model se construiește pe forța și capacitatea membrilor săi; fiecare contribuie la funcționarea zilnică a Clubhouse în limitele a ceea ce dorește și poate face. Metoda Clubhouse poate fi văzută ca un exemplu de structură care se străduiește să utilizeze co-crearea într-un mod foarte practic pentru funcționarea sa zilnică.

Principiul accesibilității este acoperit de standardul 26, care garantează că toate cluburile sunt situate într-o zonă în care poate fi asigurat accesul la transportul local.

Un alt factor cheie de succes al acestei abordări este egalitatea dintre personal și membrii Clubhouse și împărțirea puterii. Toate alegerile importante privind funcționarea de zi cu zi, guvernanta, elaborarea politicilor, precum și viitoarea direcție și dezvoltare a Clubhouse sunt luate prin consens atât de personal, cât și de membri. Acest lucru include interviurile pentru noul personal, evaluarea personalului, primirea de noi membri, alegerea noilor proiecte și activități de întreprins. Toate reuniunile Clubhouse sunt deschise atât membrilor, cât și personalului. Nu există întâlniri formale "doar pentru membri" sau "doar pentru personal". Această abordare necesită timp, dar asigură faptul că membrii sunt

ascultați și că Clubul reușește să ofere mediul restaurativ pe care îl înseamnă susținerea parcursului lor de recuperare.

Relațiile din Clubhouse ar trebui să fie întotdeauna respectuoase și să se concentreze pe asumarea responsabilității de către membri, pentru a câștiga încredere în sine și stimă de sine. Atunci când Clubhouse oferă un program educațional intern, acesta utilizează în mod semnificativ abilitățile de predare și de îndrumare ale membrilor. Pentru a asigura un rol activ eficient al membrilor, personalul este suficient de numeros pentru a implica membrii, dar suficient de puțin pentru a face imposibilă îndeplinirea responsabilităților lor fără implicarea membrilor. Sprijinul reciproc este necesar pentru funcționarea efectivă a structurii, acest lucru asigură faptul că membrii se simt necesari și așteptați la club în fiecare zi. Cel mai frecvent exemplu în acest sens este unitatea de bucătărie: un membru al personalului se va ocupa de supravegherea gătitului, dacă nu există membri disponibili să lucreze în bucătărie sau să facă cumpărăturile, personalul nu se va substitui membrilor; în acea zi toată lumea va mânca orez simplu!

Abordarea de co-creație nu este doar internă la Clubhouse. Ea implică, de asemenea, comunitatea, autoritățile locale de sănătate, precum și autoritățile naționale, deoarece și acestea ar trebui să contribuie cu perspectivele lor și să facă parte din grupul de proiect.

Instrument de evaluare a practicilor de co-creare

Pe baza setului mai extins de indicatori disponibil în secțiunea 6.2 Evaluarea setului nostru de instrumente, am dezvoltat un instrument online ([link aici](#)) pentru a evalua exemplele promițătoare și de bune practici ale activității de co-creare în domeniul sănătății mintale. Instrumentul poate fi utilizat pentru a autoevalua orice tip de proiect și activitate, de la elaborarea unei broșuri la organizarea unei consultări politice și așa mai departe. Acesta constă în 11 indicatori considerați a fi esențiali în diferitele faze ale co-creării: pregătire, implementare și evaluare.

Indicator	Descriere
1. Toate părțile interesate relevante sunt implicate în procesul de co-creare.	Co-crearea ar trebui să fie reprezentativă pentru toate grupurile care au o

	<p>miză. Acest indicator vă va spune în ce măsură ați reușit să fiți incluziv și să implicați părțile interesate relevante.</p>
<p>2. Participanții reprezintă diverse profiluri în cadrul grupului lor de părți interesate</p>	<p>Orice ați face în cadrul co-creației, trebuie să țineți cont de faptul că printre beneficiarii vizați se numără persoane cu nevoi și medii diverse. Asigurarea diversității va aduce rezultate mai bune.</p>
<p>3. Toate resursele necesare pentru implicarea deplină a tuturor sunt asigurate și sunt alocate în mod transparent.</p>	<p>Atunci când implicați părțile interesate în activitatea de co-creație, veți verifica de ce au nevoie pentru a putea participa pe deplin. De asemenea, veți fi avut în vedere resursele necesare (de exemplu, timp, resurse umane, finanțe, locuri de desfășurare, transport).</p>
<p>4. Participanții sunt conștienți de expertiza pe care o aduce fiecare</p>	<p>Asigurați-vă că grupul înțelege ce aduce fiecare participant în ceea ce privește experiența, expertiza, abilitățile și perspectivele sale, pentru a încuraja implicarea și cooperarea respectuoasă și bazată pe o împărțire egală a puterii.</p>
<p>5. Participanții înțeleg ce este și cum funcționează co-creația</p>	<p>Acest lucru va asigura că toată lumea este pe aceeași lungime de undă. Co-crearea este ușor de înțeles în principiu, dar în practică vor apărea îndoieli și întrebări.</p>
<p>6. Obiectivul și rezultatul preconizat al activității de co-creație au fost discutate și convenite de comun acord.</p>	<p>De multe ori, nu veți porni de la o pagină albă. În cazul în care anumite aspecte ale activității sunt cumva deja definite (de exemplu, subiectul, termenul limită), conveniți asupra modului în care poate fi aplicată co-creația în cadrul existent.</p>
<p>7. Există un acord de grup</p>	<p>Este important să conveniți asupra modului în care veți lucra împreună, să creați un mediu sigur, să gestionați comunicarea și să luați decizii.</p>
<p>8. Există un plan de acțiune care descrie etapele activității tale de co-creare.</p>	<p>Claritatea va favoriza un proces mai ușor și va ajuta la menținerea tuturor la bord.</p>
<p>9. Aspectele practice iau în considerare</p>	<p>Calendarul ședințelor, limbajul folosit, modul în care sunt furnizate informațiile etc. - există multe</p>

<p>circumstanțele fiecăruia care influențează capacitatea de a contribui.</p>	<p>aspecte practice care nu trebuie neglijate, deoarece acestea vă pot îngreuna activitatea de co-creare.</p>
<p>10. Toți actorii care au fost implicați în procesul de co-creare au posibilitatea de a contribui cu perspectiva lor la evaluare.</p>	<p>Atunci când co-creezi, fii consecvent și fă-o până la sfârșit.</p>
<p>11. Evaluarea analizează modul în care abordarea de co-creație poate fi susținută și aplicată în activități viitoare.</p>	<p>Angajamentul față de co-creație implică integrarea acesteia ca abordare de lucru în cadrul organizațiilor și promovarea ei.</p>

Fiecare indicator este evaluat prin intermediul a cinci posibilități de evaluare, iar această evaluare numerică conduce la o anumită poziționare definită de următoarele niveluri: Novice, Începător, Competent, Competent și Expert.

Aceste niveluri reprezintă niveluri distincte de realizare în aplicarea abordării de co-creație a Mental Health Europe și servesc drept cadru valoros pentru ca persoanele/echipele/organizațiile să înțeleagă și să evalueze modul în care au lucrat în co-creație în activitatea sau proiectul lor și ce aspecte trebuie îmbunătățite pentru a ajunge la următoarea etapă.





Mental Health Europe este cea mai mare organizație independentă care reprezintă persoanele cu probleme de sănătate mintală, susținătorii acestora, profesioniștii din domeniul sănătății mintale, furnizorii de servicii și experții în domeniul drepturilor omului din întreaga Europă. Viziunea sa este de a depune eforturi pentru o Europă în care sănătatea mintală și bunăstarea fiecăruia să se dezvolte pe tot parcursul vieții. Împreună cu membrii și partenerii, Mental Health Europe este lider în promovarea unei abordări bazate pe drepturile omului, pe comunitate, orientate spre recuperare și psihosociale a sănătății mintale și a bunăstării pentru toți.

Utilizarea acestor materiale trebuie să includă o mențiune a sursei.
Niciunul dintre aceste materiale nu poate fi modificat sau adaptat fără
autorizația scrisă expresă a Mental Health Europe.

© Mental Health Europe (decembrie 2023)

Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă în mod necesar cele ale Uniunii Europene sau ale Programului CERV al Comisiei Europene. Nici Uniunea Europeană și nici autoritatea care acordă finanțarea nu pot fi considerate responsabile pentru acestea.



Co-funded by
the European Union