

# Co-designing for mental health: creative methods to engage young people experiencing psychosis

*Ivana Nakarada-Kordic a,b, Nick Hayesa,b, Stephen D. Reaya,b, Carla Corbetc and Amy Chan, 2017*

---

## **Introducción:**

Cuando se trata de salud mental, la gran mayoría de los jóvenes son reacios a buscar ayuda. Asimismo la gran mayoría (90%) de jóvenes tienen acceso a internet y menos de la mitad realiza búsquedas relacionadas al área de la salud. Habiendo tanta variedad en cuanto a la cantidad y calidad de la información que se encuentra en internet. Crear una plataforma de apoyo para la salud mental de los jóvenes se alza como una oportunidad de diseño.

## **Involucrar a los jóvenes como co-diseñadores**

Si se quiere comunicar una información creíble orientada a la juventud, es necesario involucrar a los jóvenes en el proceso de diseño. Cuando se les consulta a los jóvenes sobre los métodos utilizados convencionalmente las respuestas son concretas: Los métodos de investigación orientados para adultos (cuestionarios y encuestas) tienden a ser intimidantes y aburridos, por otro lado, los métodos orientados hacia los niños tienden a ser muy condescendientes. Como resultado, este enfoque provoca que los jóvenes no se involucren de lleno en la investigación, por lo tanto es importante crear formas de aproximarse que incluyan de la mejor forma a los jóvenes para poder entender mejor sus necesidades.

Esto es especialmente importante cuando se habla de pacientes con problemas de salud mental tales como paranoia o depresión, ya que al momento de la investigación es muy probable que estén experimentando ansiedad como parte de su condición.

## **Proceso de diseño**

Se realizan un total de cuatro talleres, dos orientados a la exploración y dos orientados al prototipado. En los talleres se cuenta con un total de 13 participantes.

## **Actividades de los Talleres**

Debido a la falta de precedentes en este campo de investigación, la forma de aproximarse a las actividades de los talleres fue más bien experimental y consecuentemente adaptativa. Se les dejó en claro a los participantes que eran ellos los reales expertos en sentir sus propias experiencias, y que ellos serían los guías dentro del transcurso de la investigación

## **Discovery Workshops**

Se trabaja construyendo a una persona, una persona con quien los jóvenes con psicosis pudieran sentirse identificados. Al mismo tiempo proyectar las necesidades en un personaje ficticio, sirvió para quitar presión o vergüenza dentro de los mismos participantes

## **Prototyping workshops**

En estos talleres se invita a los participantes a pensar de forma abstracta. Además se hace foco en cuál será la experiencia que se le entregará a la persona al entrar al sitio web. Es así como nace Talking-Minds, una plataforma web que permite aprender sobre la psicosis, compartir experiencias personales con otras personas en similares condiciones, y mantener un registro médico de cada persona. La construcción del contenido fue apoyada en todo momento por los participantes quienes validaron en grupos las distintas propuestas ofreciendo retroalimentación.

## **Pensamientos finales:**

Parte importante de tener éxito en un proceso de codiseño es en hacerle ver a los participantes que ellos son los expertos sentir sus propias experiencias. Es de esta forma que los participantes se sienten más empoderados y comprometidos con el proyecto, al mismo tiempo se crea un lazo de confianza entre todos los participantes, y en consecuencia se promueve un ambiente donde es fácil la comunicación de información clave para el proyecto.

