

# Herstel van psychose door design

## Applicaties als hulpmiddel

‘Iedereen hoort wel eens een stem die of geluid dat er niet blijkt te zijn.’ Zo begint de introductie op temstem op de website van de Parnassia Groep, een grote landelijke GGZ-specialist. Temstem is een gratis applicatie voor de iPhone en Android die je kunt gebruiken als je regelmatig of doorlopend stemmen hoort, en is het resultaat van nauwe samenwerking tussen psychologen, mensen die last hebben van psychose en ontwerpers. De app bevat twee taalspellen die storende stemmen tijdelijk blokkeren. Met Taaltikker moet de gebruiker gedurende een bepaalde tijd tikken op de syllabi van zoveel mogelijk woorden. Wordlink biedt twee reeksen woorden waarbij de gebruiker wordt gevraagd ze te combineren tot een correct samengesteld woord. Elk niveau bevat een vooraf gedefinieerde reeks combinaties en het doel is om ze in een zo kort mogelijke tijd allemaal te vinden. De taalspellen activeren het taalproductiegebied in de hersenen dat ook actief is bij psychose. De meeste mensen kunnen geen stemmen horen als dit taalgebied door iets anders wordt geactiveerd en leren zo de stemmen te negeren en de controle over te nemen. Dat versterkt het zelfvertrouwen en gevoel van eigenwaarde.

### Aanpakker, temstem en Project Network

Aan de ontwikkeling van temstem ging een lang traject vooraf. De aanzet werd gegeven door David van den Berg, klinisch psycholoog bij Parnassia Den Haag en promovendus op het terrein van trauma en psychose. ‘Mijn belangrijkste motivatie om contact te zoeken met de designwereld was de constatering dat de GGZ moeite heeft om echt te innoveren. Heel veel innovatie in de gezondheidszorg borduurt voort

op wat er al is. Er wordt bijvoorbeeld een digitale versie ontwikkeld van wat er in de behandelkamer gebeurt. Om daar verandering in te brengen legde ik creatievelingen van buiten de gezondheidszorg de vraag voor hoe we het herstel van psychose ook buiten de behandelkamer kunnen bevorderen.’

Van den Berg benaderde de TU Delft en kwam onder anderen terecht bij Nynke Tromp, docent in de Vision in Product (ViP)-ontwerpmethode. Daarin gaat het om de vraag welke effecten ontwerpen op het menselijk gedrag hebben en welke gevolgen dat heeft voor de samenleving. Het was 2011. ‘En zo’, legt Van den Berg uit, ‘begon het balletje te rollen. Ik gaf masterstudenten van Nynke college over psychose en liet vervolgens een aantal van hen een dag meelopen met een van mijn cliënten. Daarna kregen zij de opdracht een product te ontwerpen dat herstel van psychose en sociale inclusie zou bevorderen. Daaruit kozen wij er drie die samen met professionele ontwerpers van Reframing Studio werden uitgewerkt: de Aanpakker, temstem en Project Network.’

Reframing Studio werkt volgens de ViP-methode en dat is uniek in Nederland. Een van de ontwerpers was Nynke Tromp, die naast haar werk aan de TU bij dit bureau werkte, de ander Beatrijs Voorneman. Voorneman: ‘Wij ontwerpen voor de toekomst. Dat moet wel, want een product ontwikkelen kost vijf à zes jaar. Voor het project Herstel van psychose door design spraken we met experts, psychologen, zorggebruikers en familieleden om zo een coherent toekomstbeeld op te kunnen stellen van de geestelijke gezondheidszorg. De volgende stap was vast te stellen hoe de wereld van de gebruiker eruit ziet, hoe het is om stemmen

te horen, en wat voor relatie die gebruiker met het product moet hebben. Vervolgens zijn we gaan bepalen welk gedrag we wilden uitlokken binnen dat toekomstbeeld. In het geval van temstem was dat: mensen die stemmen horen een betrouwbare toevlucht bieden en hen zo in staat stellen het contact met de buitenwereld opnieuw aan te gaan. Pas toen we dat hadden vastgesteld, gingen we ontwerpen.’

### Visie vanuit de gebruiker

Ontwerpen is een non-stopproces van bedenken, toetsen bij gebruikers en opdrachtgever, en bijstellen, vertelt Voorneman. ‘Hoe verder je in het proces komt, hoe vaker je behoefte hebt aan snel afstemmen en meedenken.’

Er zit ook een leercurve in de drie projecten. Met de Aanpakker leerden de ontwerpers dat het voor cliënten onprettig is als het ontwerp expliciet gerelateerd is aan de Parnassia Groep, vanwege het stigma. De Aanpakker is een sticker naast de deurbel die aangeeft dat de bewoner bereid is postpakketten te ontvangen voor de burens, bedoeld om sociale interactie te bevorderen. En met Project Network wordt een revolutionaire vorm van evaluatie geïntroduceerd. Van den Berg: ‘Met de app Project Network investeert een cliënt zes weken in zijn netwerk. Vervolgens stopt de app en vragen wij of hij zijn data, anoniem, wil doneren. Dan krijgen wij de beschikking over informatie als: hoeveel mensen zitten er in het netwerk, hoe vaak was er contact, met wie, voelden ze zich na die contacten beter of slechter? Zo kun je alle gebruikers monitoren en is er geen duur evaluatief onderzoek meer nodig.’

Met de raden van bestuur van acht GGZ-instellingen, filosofen en ontwerpers van de TU Delft en Reframing Studio is Van den Berg nu bezig een visie op de geestelijke gezondheidszorg anno 2030 te ontwikkelen, vanuit de gebruiker. ‘Radicaal en ambitieus’, stelt hij, ‘maar ontwerpers kunnen meer doen dan alleen *usability* vergroten; zij komen tot echt andere, nieuwe concepten die betekenis hebben voor gebruikers en duurzaam zijn.’ De trein rijdt voort. •

