

C  Act

for Mental
Health

“CoAct for Mental Health”
Chatbot: a practical
demonstration of a “humans to
humans” chatbot reinterpreted
for citizen social science

Isabelle Bonhore, Franziska Peter, Josep Perelló,
OpenSystems, Universitat de Barcelona

Assumpta Mateu, Amanda Figueras, *CoAct for
Mental Health Co-Researchers*

Who we are?



Citizen Social Science

Co-designing Citizen Social Science for Collective Action

Funded by the European Union
Horizon 2020 Programme
SwafS: Science with and for Society
3 years (01-01-2020/31-12-2022)

coactproject.eu

Barcelona

Mental health care

Buenos Aires

Environmental justice

Vienna

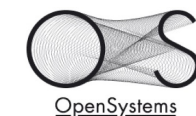
Youth employment

Europe

Gender equality



The CoAct project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation programme under grant agreement No. 873048



CoAct point of departure

Citizen science...

“[...] assists the needs and concerns of citizens and build knowledge with the participation of the non-expert”

Irwin (1995)



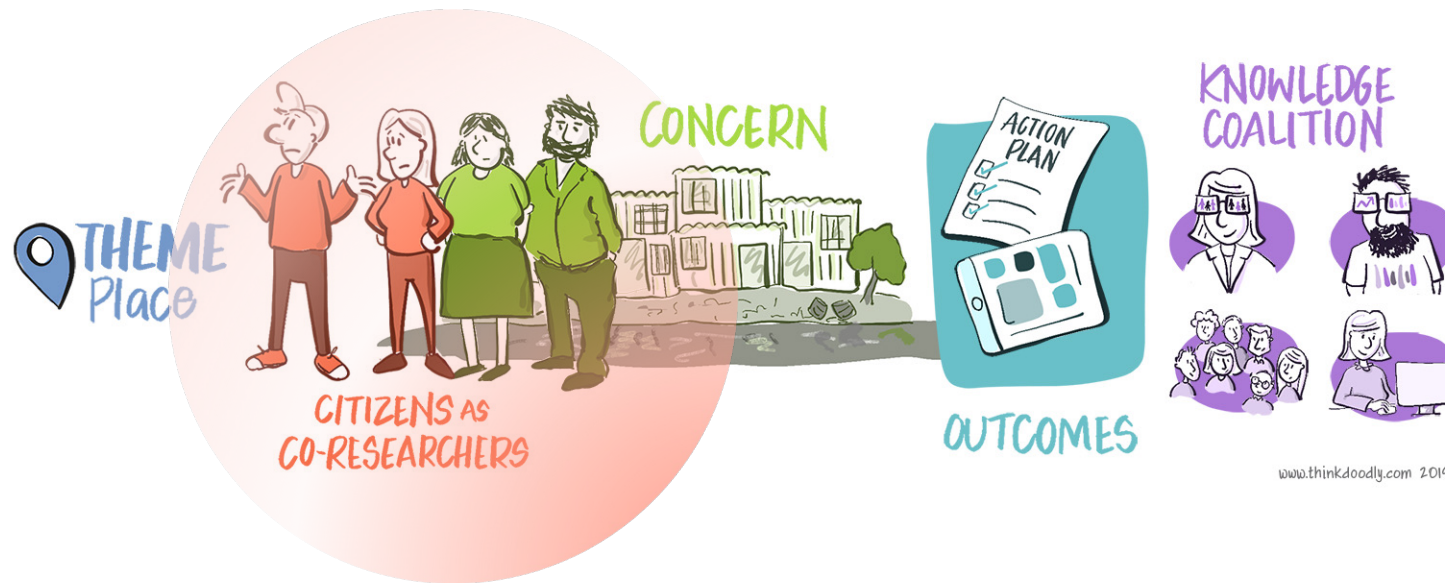
Citizen Social Science:

Participatory research co-designed and directly driven by **citizen groups** sharing a **social concern**



Co-Researchers:

Having a **lived experience** in relation to the social concerns, **experts-in-the-field**





Research Group



Civil Society
Organization

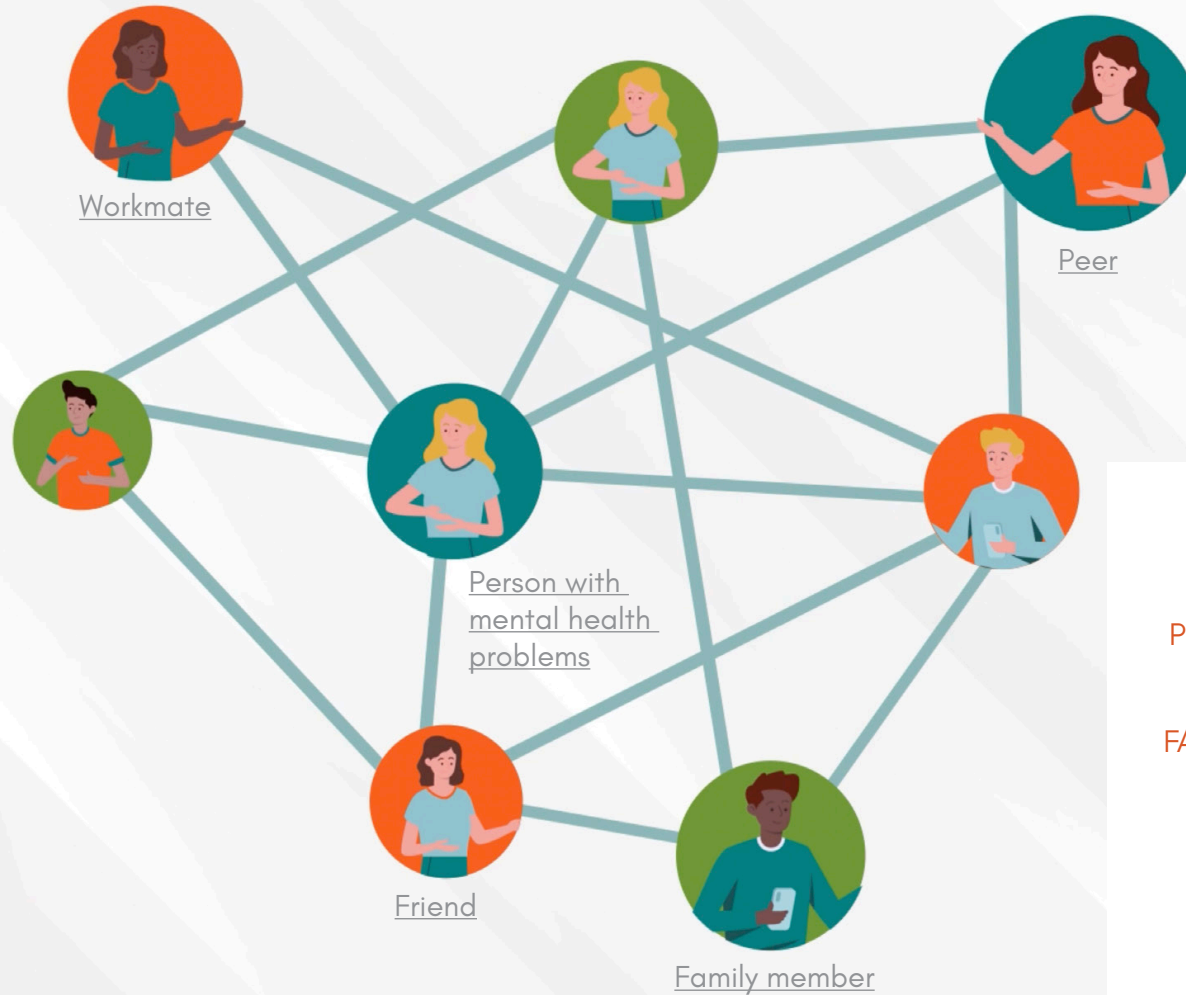


Co-Researchers



Knowledge
Coalition

Social Support Networks



BENEFITS

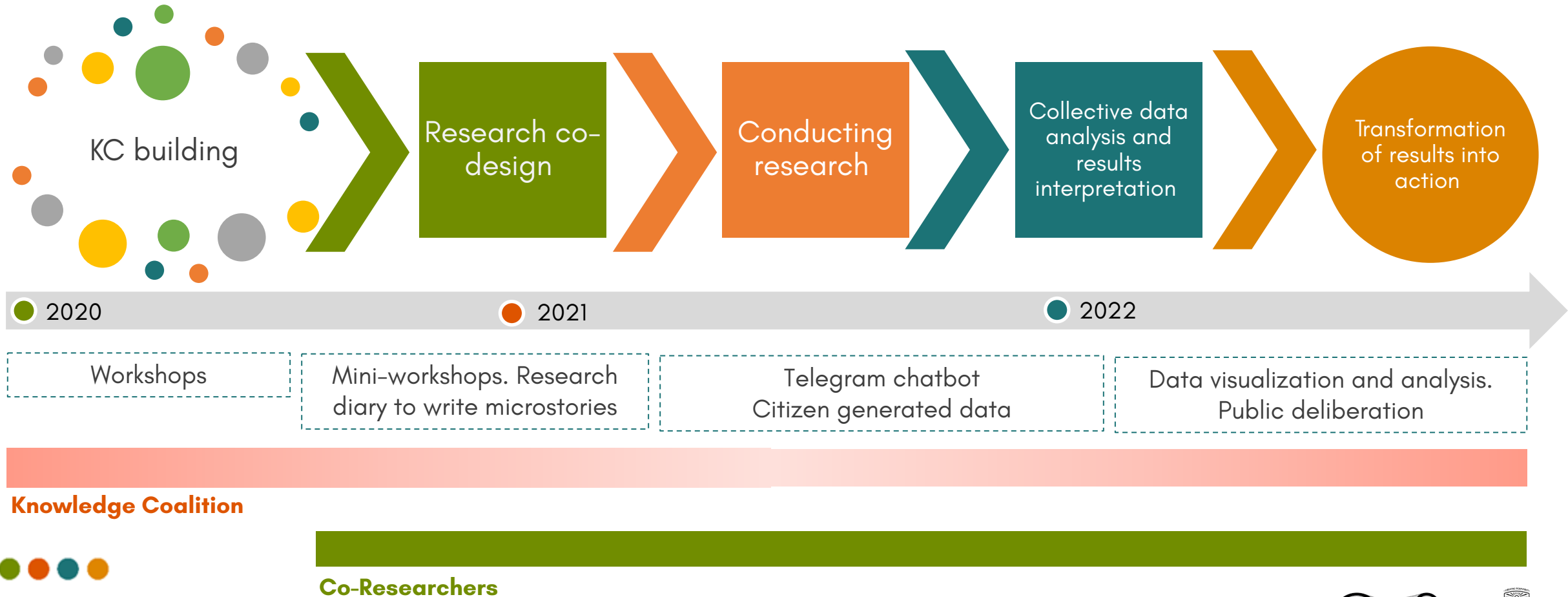
- PROTECT against mental health problems
- FACILITATE empowerment and recovery processes
- IMPROVE quality of life and well being
- ACT against isolation and social exclusion

CONTEXTS

- CLOSE ENVIRONMENTS: Personal life experiences, the closest family and extended family, close friends and intimate relationships
- PROFESSIONAL AND INSTITUTIONAL ENVIRONMENT: Social support networks in mental health services
- SOCIETY ENVIRONMENT: Social relations, activism and empowerment, learning spaces and meaningful occupation / working places



Methodology



Co-creation: microstories



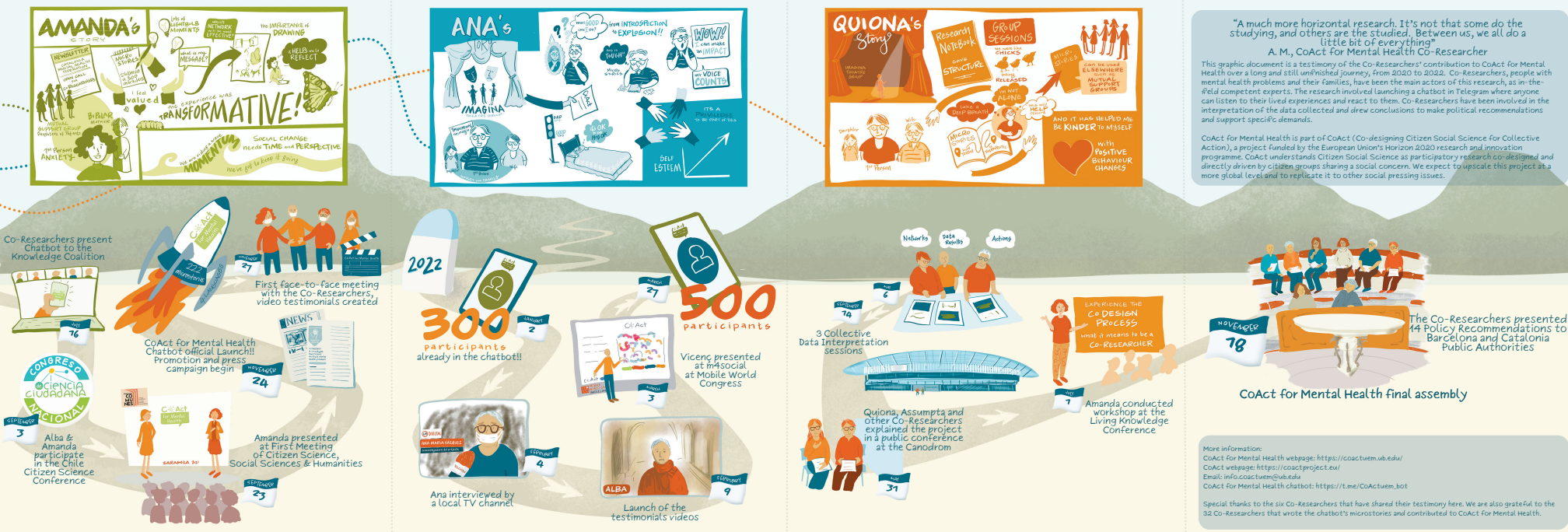
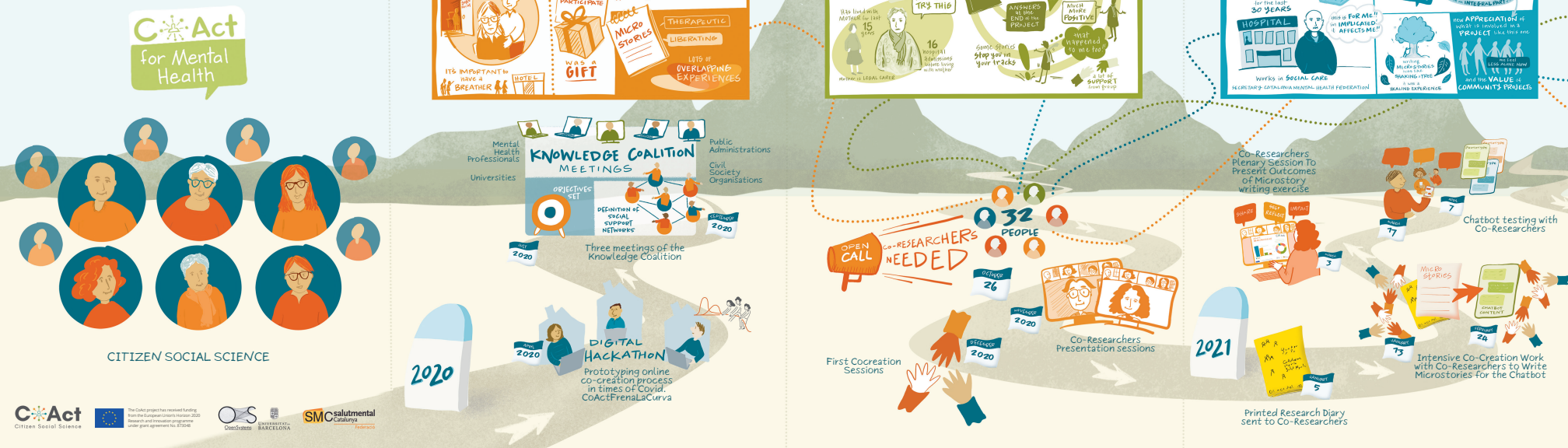
The Co-Researchers Journey in CoAct for Mental Health

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7729269>

Author: Verity Harrison
<https://verity.ink/>

Tuesday, 31
 Workshop 68_14:00
 Poster 92_15:30

THE CO-RESEARCHERS JOURNEY IN COACT FOR MENTAL HEALTH



"A much more horizontal research. It's not that some do the studying, and others are the studied. Between us, we all do a little bit of everything"

A. M., CoAct for Mental Health Co-Researcher

This graphic document is a testimony of the Co-Researchers' contribution to CoAct for Mental Health over a long and still unfinished journey, from 2020 to 2022. Co-Researchers, people with mental health problems and their families, have been the main actors of this research, as in-the-field competent experts. The research involved launching a chatbot in Telegram where anyone can listen to their lived experiences and react to them. Co-Researchers have been involved in the interpretation of the data collected and drew conclusions to make political recommendations and support specific demands.

CoAct for Mental Health is part of CoAct (Co-designing Citizen Social Science for Collective Action), a project funded by the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme. CoAct understands Citizen Science as participatory research co-designed and directly driven by citizen groups sharing a social concern. We expect to upscale this project at a more global level and to replicate it to other social pressing issues.

More information:
 CoAct for Mental Health webpage: <https://coactuem.uib.edu/>
 CoAct webpage: <https://coactproject.eu/>
 Email: info.coactuem@uib.edu
 CoAct for Mental Health chatbot: https://t.me/CoActuem_bot

Special thanks to the six Co-Researchers that have shared their testimony here. We are also grateful to the 32 Co-Researchers that wrote the chatbot's microstories and contributed to CoAct for Mental Health.

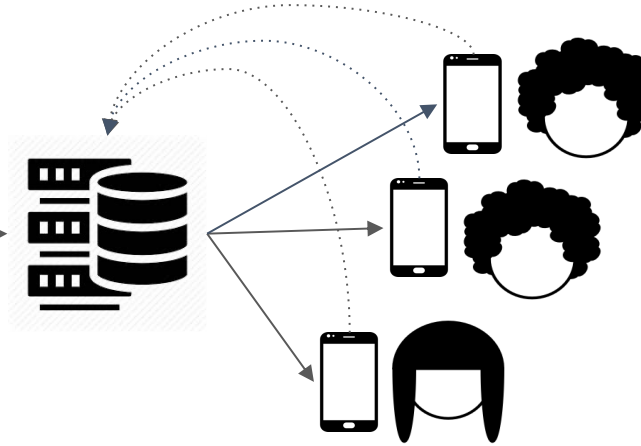
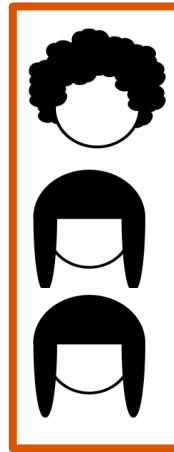
Open Source Code on Github:

https://github.com/Chaotique/CoActuem_per_la_Salut_Mental_Chatbot



Co-Researchers

- Persons with mental health issues and family members
- **Share experiences in the form of microstories**
- Co-design the chatbot



Participants

- Any person older than 18 years
- **4 languages**
Catalan
Spanish
German
English





CoActuem per la Salut...
bot





En Mick, amic teu de l'institut, t'ha dit que últimament fuma molta marihuana i que sent veus. Creu que necessita ajuda. T'ha dit que no sap a qui recórrer.

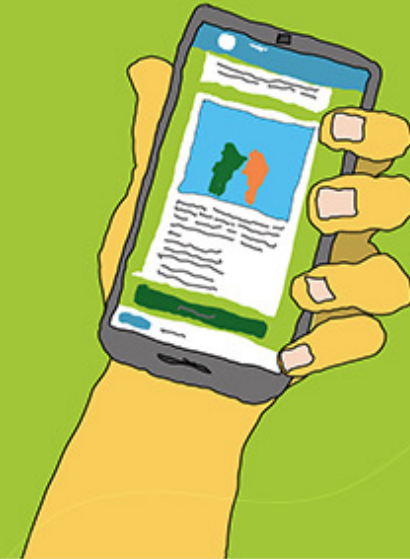
Què faries?
A) Dir-li que ho expliqui als seus pares.
B) Dir-li que vagi al metge de capçalera.

A) Dir-li que ho expliqui als seus pares.
B) Dir-li que vagi al metge de capçalera.

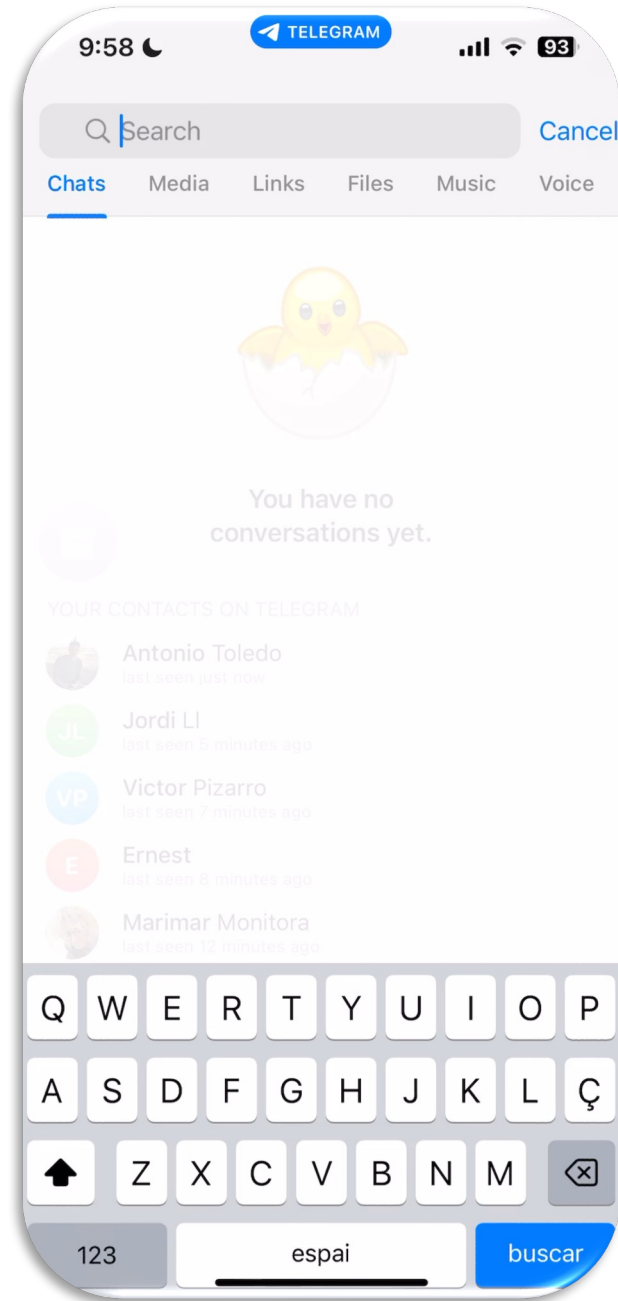
Menú

How to join the chatbot?

- 1 Download the Telegram application 
- 2 Register with your mobile number
- 3 Click on the magnifying glass and write **"CoActuem per la Salut Mental"**
- 4 Click on  and press "START"



CHATBOT START



The CoAct project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation programme under grant agreement No. 873048

START

Et donem la benvinguda al xatbot CoActuem per la Salut Mental!

¡te damos la bienvenida al chatbot CoActuamos para la Salud Mental!

Welcome to the CoAct for Mental Health chatbot!

Willkommen im Chatbot CoAct für Mentale Gesundheit!

Tria la teva llengua / Selección tu idioma / Choose your language / Wähle Deine Sprache

Català

Castellano

English

Deutsch

WELCOME

Information

Consent

¿Qué puede hacer este bot?

El xatbot et convida a participar en una recerca de ciència ciutadana sobre les xarxes de suport social en salut mental.

El chatbot te invita a participar en una investigación de ciencia ciudadana sobre las redes de apoyo social en salud mental.

The chatbot invites you to participate in a citizen science project on mental health social support networks.

Der Chatbot lädt dich ein, an bürgerwissenschaftlicher Forschung zu sozialen Unterstützungszustellen in mentaler Gesundheit teilzunehmen.

CAPACITATION

Sharing Lived Experiences

Finding Solutions Together

La Juana vol compartir una vivència en primera persona en què tothom s'hi pot veure reflectit.

He anat al teatre a veure una obra sobre salut mental. Veure persones com jo parlant d'una situació com la meua, fa que vulgui formar part del grup de teatre. M'hi acostro i parlo amb una de les actrius. Em presenta l'equip i m'ajuda a trobar associacions al meu barri.

I tu? Has tingut la mateixa vivència?

A) Sí, també l'has tinguda.
B) No exactament... però has viscut quelcom similar.
C) Mai has viscut res semblant.

La Lidia et vol preguntar què hauries fet en una situació que ha viscut en primera persona. La Lidia demana que et posis al seu lloc per uns instants.

Fa quaranta anys que conserves amigues de l'escola. Vares fer una petita trobada a casa de la Lidia. Els vas mencionar que la teua filla té un trastorn de salut mental i et van dir que et sabbia greu. De les cinc amigues, només una t'ha trucat alguna vegada i s'ha ofert a donar-te algun tipus de suport o a ajudar-te.

Què faries?
A) No anar a més trobades amb aquestes amigues.
B) A la propera trobada, explicar detalladament la situació de la teua filla.

SURVEY

Sociodem

Experiences in mental health

Perquè les teves respostes al xatbot siguin valuoses per a la recerca de ciència ciutadana, et voldríem demanar algunes dades sobre tu i la teua relació amb les xarxes de suport social en salut mental. Les xarxes de suport social es refereixen a l'entorn social i afectiu de les persones i a les relacions que s'hi estableixen.

Abans de fer-te una pregunta, sempre t'explicarem el perquè de la pregunta. Només recollim dades estrictament necessàries per a la recerca.

Primer et demanarem un mínim de dades generals sobre la teua persona. Després et preguntarem sobre tu i el teu entorn.

Aquestes dades no es comparteixen amb ningú del xatbot. Recorda també que ens és totalment impossible identificar-te.

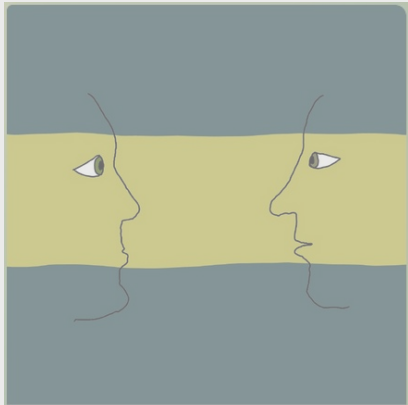
Per això et demanem, si us plau, que responguis amb la màxima sinceritat.

Tingues en compte que pots deixar sense resposta qualsevol pregunta. Comencem!

Segons dades de l'Espai Situat, a Catalunya el 78% de les consultes sobre salut mental d'un familiar les fan dones.

Font: Salut Mental Catalunya (2021)

STORY 1



Quan la mirada i l'escolta estan en el mateix nivell, es pot despertar la confiança i l'entrega amorosa. Llavors s'obre un camí.

15:06

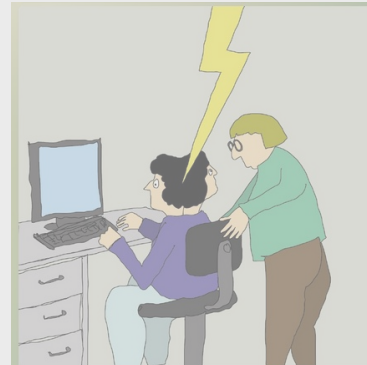
STORY 2-10



Em falta l'aire als pulmons i se m'ha accelerat el cor. La meva ment em diu que em moriré encara que sé que no és així. Busco el mòbil, respiro. Acudeixo a l'Ana, que ha passat pel mateix, perquè em rescati. M'assegura que se'm passarà. I això a mi m'ajuda sempre.

15:12

STORY 11-50



Et vas paraitzar davant l'ordinador, al despatx. Vas saber de seguida que era una paràlisi per ansietat. No era la primera vegada. Una companya d'unes taules més enllà et va veure la cara desenaixada, els ulls desorbitats, les mans immòbils damunt el teclat. Va venir al teu costat i et va preguntar: "Estàs bé?"

15:14

STORY 51-100



He anat a veure una familiar gran molt estimada. Li he explicat el problema de la meua filla i no m'ha donat cap suport. Em diu que està ingressada perquè me la vull treure de sobre.

15:35

START

Et donem la benvinguda al xatbot CoActuem per la Salut Mental!

¡Te damos la bienvenida al chatbot CoActuamos para la Salud Mental!

Welcome to the CoAct for Mental Health chatbot!

Willkommen im Chatbot CoAct für Mentale Gesundheit!

Triu la teva llengua / Selecciona tu idioma / Choose your language / Wähle Deine Sprache

Catala

Castellano

English

Deutsch

¿Qué puede hacer este bot?

El xatbot et convida a participar en una recerca de ciència ciutadana sobre les xarxes de suport social en salut mental.

El chatbot te invita a participar en una investigación de ciencia ciudadana sobre las redes de apoyo social en salud mental.

The chatbot invites you to participate in a citizen science project on mental health social support networks.

Der Chatbot lädt dich ein, an bürgerwissenschaftlicher Forschung zu sozialen Unterstützungsnetzwerken in mentaler Gesundheit teilzunehmen.

WELCOME

Information

Consent

El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental.

El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental.

El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental.

El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental.

CAPACITATION

Sharing Lived Experiences

Finding Solutions Together

La Juana vol compartir una vivència en primera persona en què tothom s'hi pot veure reflectit.

La Lidia i vol preguntar què hauries fet en una situació que ha viscut en primera persona. La Lidia demana que et posis al seu lloc per uns instants.

He anat al teatre a veure una obra sobre salut mental. Veure persones com jo parlant d'una situació com la meua, fa que vulgui formar part del grup de teatre. M'hi acostro i parlo amb una de les actrius. Em presenta l'equip i m'ajuda a trobar associacions al meu barri.

Fa quaranta anys que conserves amigues de l'escola. Vareu fer una petita trobada a casa de la Lidia. Els vas mencionar que la teva filla té un trastorn de salut mental i et van dir que ets sabia greu. De les cinc amigues, només una t'ha trucat alguna vegada i s'ha ofert a donar-te algun tipus de suport o a ajudar-te.

Què faries?
A) No anar a més trobades amb aquestes amigues.
B) A la propera trobada, explicar detalladament la situació de la teva filla.
C) Mai has viscut res semblant.

SURVEY

Sociodem

Experiences in mental health

Perquè les teves respostes al xatbot siguin valuoses per a la recerca de ciència ciutadana, et voldríem demanar algunes dades sobre tu i la teua relació amb les xarxes de suport social en salut mental. Les xarxes de suport social es refereixen a l'entorn social i afectiu de les persones i a les relacions que s'hi estableixen.

Abans de fer-te una pregunta, sempre t'explicarem el perquè de la pregunta. Només recollim dades estrictament necessàries per a la recerca.

Primer et demanarem un mínim de dades generals sobre la teua persona. Després et preguntarem sobre tu i el teu entorn.

Aquestes dades no es comparteixen amb ningú del xatbot. Recorda també que ens és totalment impossible identificar-te.

Per això et demanem, si us plau, que responguis amb la màxima sinceritat.

Tingues en compte que pots deixar sense resposta qualsevol pregunta. Comencem!

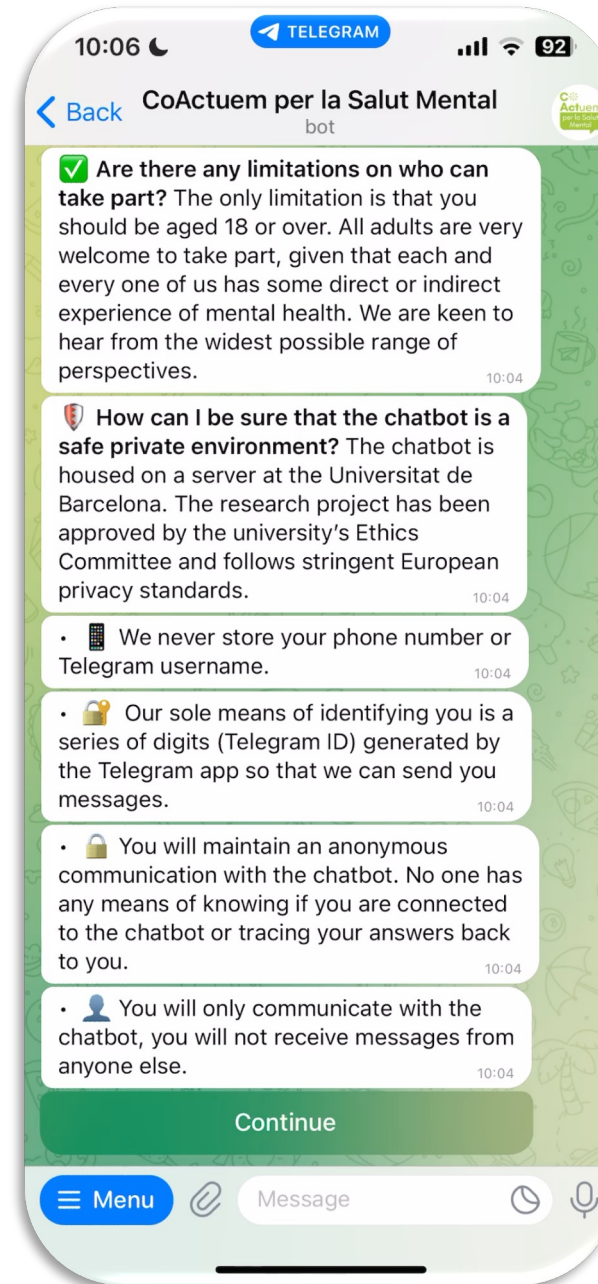
Segons dades de l'Espai Situat, a Catalunya el 78% de les consultes sobre salut mental d'un familiar les fan dones.

Font: Salut Mental Catalunya (2021)

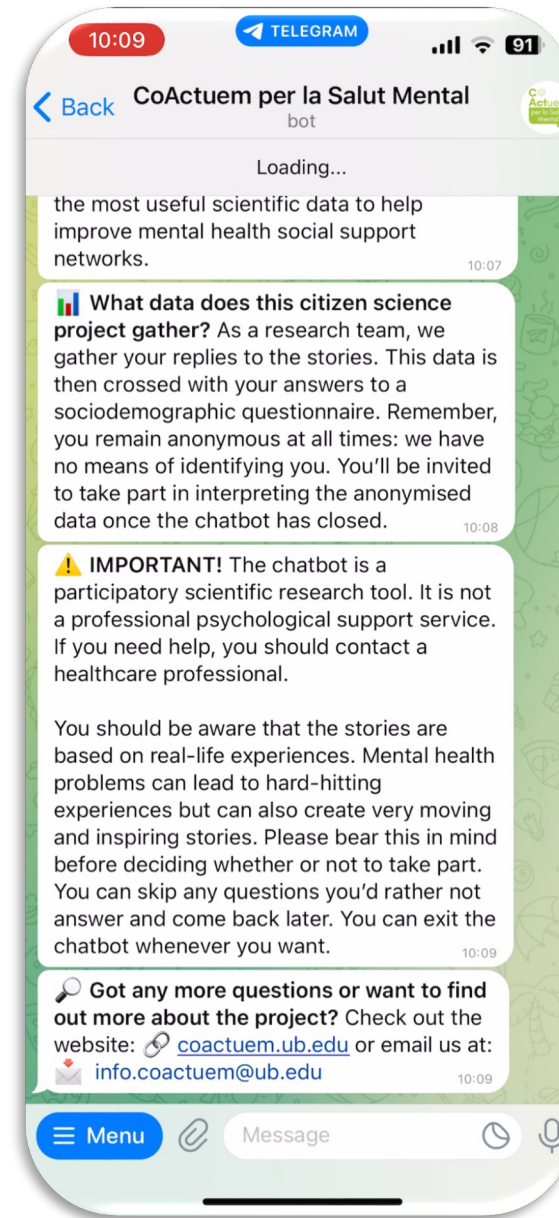
WELCOME



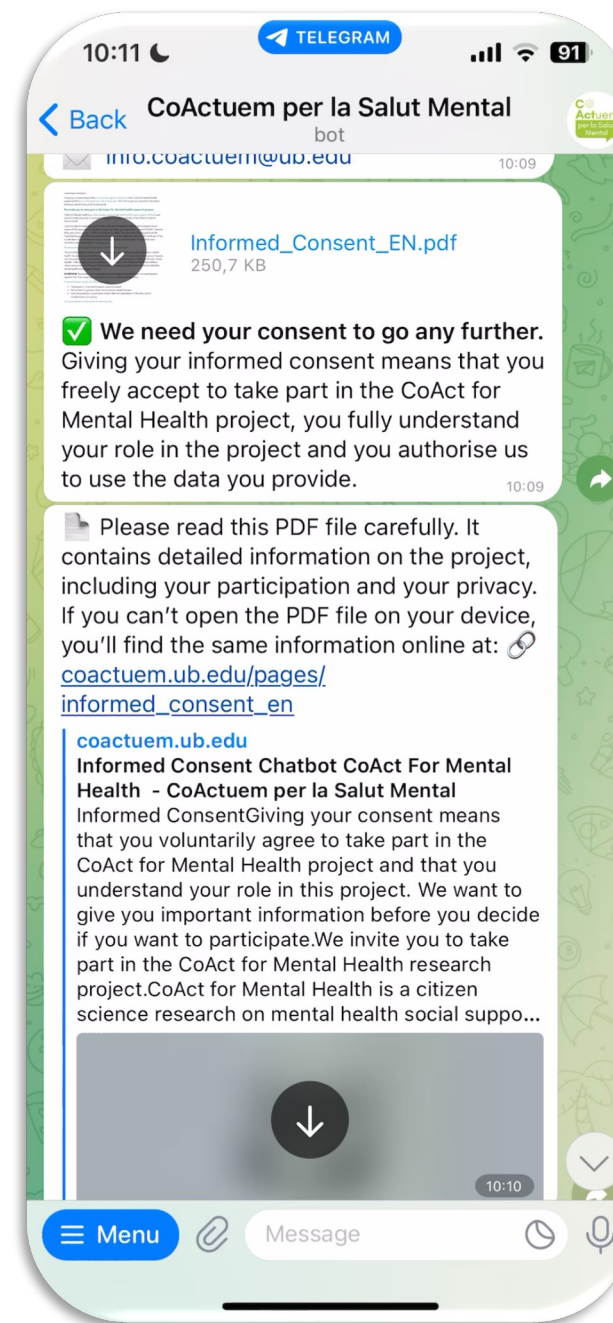
PRIVACY SAFE SPACE



WARNING



INFORMED CONSENT



START

/start 18:32 ✓

Et donem la benvinguda al xatbot CoActuem per la Salut Mental! 18:32

¡Te damos la bienvenida al chatbot CoActuamos para la Salud Mental! 18:32

Welcome to the CoAct for Mental Health chatbot! 18:33

Willkommen im Chatbot CoAct für Mentale Gesundheit! 18:33

Triu la teva llengua / Selecciona tu idioma / Choose your language / Wähle Deine Sprache 18:33

Catala

Castellano

English

Deutsch

CoActuem per la Salut... bot

¿Qué puede hacer este bot?

El xatbot et convida a participar en una recerca de ciència ciutadana sobre les xarxes de suport social en salut mental.

El chatbot te invita a participar en una investigación de ciencia ciudadana sobre las redes de apoyo social en salud mental.

The chatbot invites you to participate in a citizen science project on mental health social support networks.

Der Chatbot lädt dich ein, an bürgerwissenschaftlicher Forschung zu sozialen Unterstützungsnetzwerken in mentaler Gesundheit teilzunehmen.

WELCOME

Information

Consent

El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El xatbot et convida a participar en aquesta recerca i a donar suport a altres persones que ho necessiten.

El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El xatbot et convida a participar en aquesta recerca i a donar suport a altres persones que ho necessiten.

El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El xatbot et convida a participar en aquesta recerca i a donar suport a altres persones que ho necessiten.

El projecte CoActuem per la Salut Mental és una iniciativa ciutadana de recerca sobre les xarxes de suport social en salut mental. El xatbot et convida a participar en aquesta recerca i a donar suport a altres persones que ho necessiten.

CAPACITATION

Sharing Lived Experiences

Finding Solutions Together

La Juana vol compartir una vivència en primera persona en que tothom s'hi pot veure reflectit. 15:05

He anat al teatre a veure una obra sobre salut mental. Veure persones com jo parlant d'una situació com la meua, fa que vulgui formar part del grup de teatre. M'hi acostro i parlo amb una de les actrius. Em presenta l'equip i m'ajuda a trobar associacions al meu barri. 15:05

¿ Tu? Has tingut la mateixa vivència?

A) Sí, també l'has tinguda. 15:05

B) No exactament... però has viscut quelcom similar. 15:05

C) Mai has viscut res semblant. 15:05

La Lidia et vol preguntar que hauries fet en una situació que ha viscut en primera persona. La Lidia demana que et posis al seu lloc per uns instants. 15:05

Fa quaranta anys que conserves amigues de l'escola. Yàreu fer una petita trobada a casa de la Lidia. Els vas mencionar que la teua filla té un trastorn de salut mental i et van dir que ets sabda greu. De les cinc amigues, només una t'ha trucat alguna vegada i s'ha ofert a donar-te algun tipus de suport o a ajudar-te. 15:05

Què faries?

A) No anar a més trobades amb aquestes amigues. 15:05

B) A la propera trobada, explicar detalladament la situació de la teua filla. 15:05

SURVEY

Sociodem

Experiences in mental health

Perquè les teves respostes al xatbot siguin valuoses per a la recerca de ciència ciutadana, et voldríem demanar algunes dades sobre tu i la teua relació amb les xarxes de suport social en salut mental. Les xarxes de suport social es refereixen a l'entorn social i afectiu de les persones i a les relacions que s'hi estableixen. 15:05

Abans de fer-te una pregunta, sempre t'explicarem el perquè de la pregunta. Només recollim dades estrictament necessàries per a la recerca. 15:05

Primer et demanarem un mínim de dades generals sobre la teua persona. Després et preguntarem sobre tu i el teu entorn. 15:05

Aquestes dades no es comparteixen amb ningú del xatbot. Recorda també que ens és totalment impossible identificar-te. 15:05

Per això et demanem, si us plau, que responguis amb la màxima sinceritat. 15:05

Tingues en compte que pots deixar sense resposta qualsevol pregunta. Comencem! 15:05

Segons dades de l'Espai Situat, a Catalunya el 78% de les consultes sobre salut mental d'un familiar les fan dones. Font: Salut Mental Catalunya (2021) 15:05

Stories “Sharing Lived Experiences”

What about you? Have you had the same experience?

- A) **Yes**, it happened to you, too.
- B) **Not exactly...** but you've experienced something similar.
- C) **Nothing like this** has ever happened to you.

And those around you... Has anybody had the same experience?

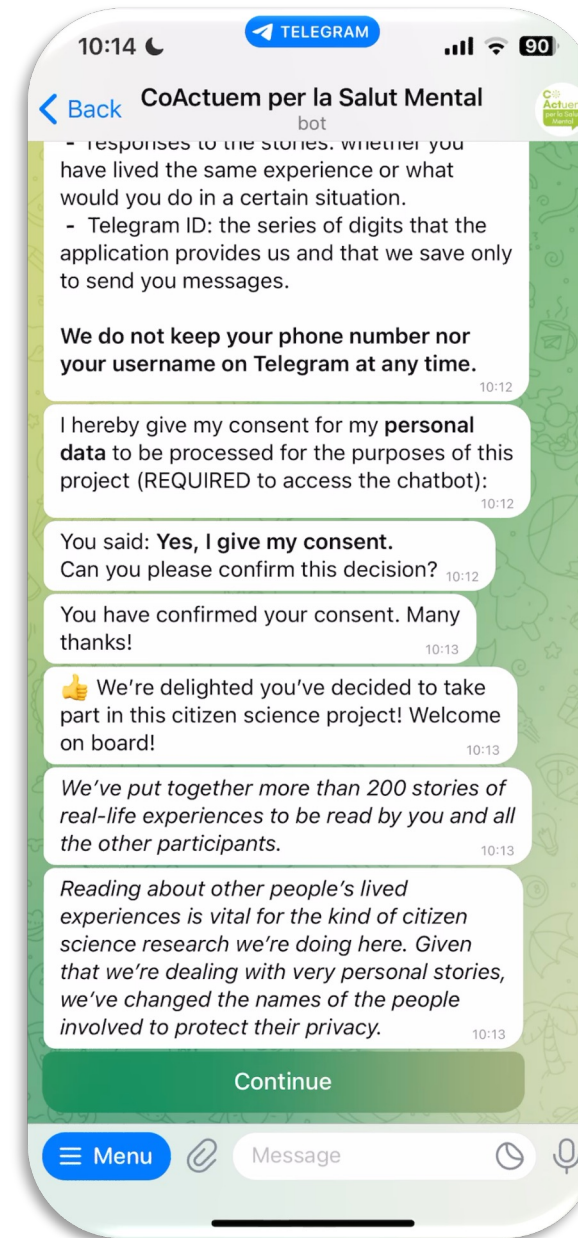
- A) **Yes**, it's happened to someone around you.
- B) **Not exactly**, but someone around you has experienced something similar.
- C) **As far as you know, it hasn't** happened to anyone around you.



I often think work is one of those places where there are a lot of people in my situation, with a mental health problem. But at the same time it's an environment where it's very hard to say it and show it. People are afraid of losing their job. I miss a place to share some things emotionally. It would be very good for me and we'd all stop having so many prejudices.



SHARING LIVED EXPERIENCES



Stories “Finding Solutions Together”

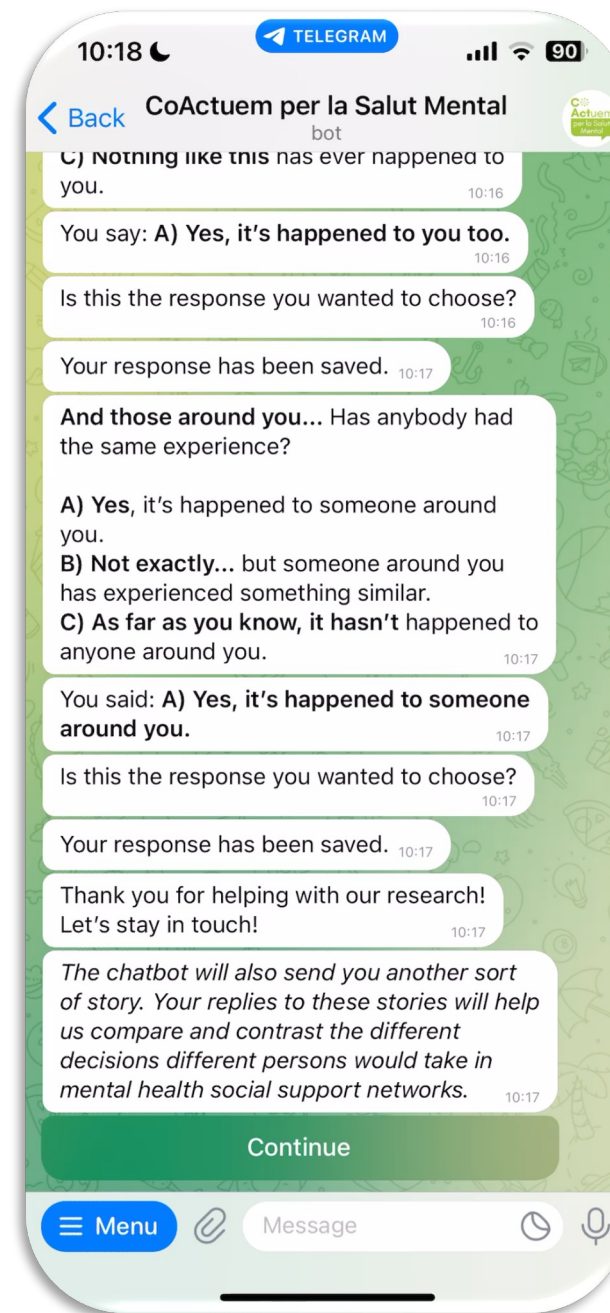
You were suddenly paralysed in front of your computer at the office. You realised immediately that it was a paralysis due to anxiety. It wasn't the first time. A colleague a few desks away saw your distorted face, your rolling eyes and your hands frozen on the keyboard. She came over and asked you, "Are you alright?"

What would you have done?

- A) "Yes, yes... Don't worry, I'm fine, no problem, thanks."
- B) "No, I'm not well. Help me go outside, I need to breathe."



FINDING SOLUTIONS TOGETHER



START

Et donem la benvinguda al xatbot CoActuem per la Salut Mental!

¡Te damos la bienvenida al chatbot CoActuamos para la Salud Mental!

Welcome to the CoAct for Mental Health chatbot!

Willkommen im Chatbot CoAct für Mentale Gesundheit!

Triu la teva llengua / Selecciona tu idioma / Choose your language / Wähle Deine Sprache

Catala

Castellano

English

Deutsch

WELCOME

Information

¿Qué puede hacer este bot?

El xatbot et convida a participar en una recerca de ciència ciutadana sobre les xarxes de suport social en salut mental.

El chatbot te invita a participar en una investigación de ciencia ciudadana sobre las redes de apoyo social en salud mental.

The chatbot invites you to participate in a citizen science project on mental health social support networks.

Der Chatbot lädt dich ein, an bürgerwissenschaftlicher Forschung zu sozialen Unterstützungsnetzwerken in mentaler Gesundheit teilzunehmen.

Consent

El xatbot et convida a participar en una recerca de ciència ciutadana sobre les xarxes de suport social en salut mental.

El chatbot te invita a participar en una investigación de ciencia ciudadana sobre las redes de apoyo social en salud mental.

The chatbot invites you to participate in a citizen science project on mental health social support networks.

Der Chatbot lädt dich ein, an bürgerwissenschaftlicher Forschung zu sozialen Unterstützungsnetzwerken in mentaler Gesundheit teilzunehmen.

CAPACITATION

Sharing Lived Experiences

La Juana vol compartir una vivència en primera persona en que tothom s'hi pot veure reflectit.

He anat al teatre a veure una obra sobre salut mental. Veure persones com jo parlant d'una situació com la meua, fa que vulgui formar part del grup de teatre. M'hi acostro i parlo amb una de les actrius. Em presenta l'equip i m'ajuda a trobar associacions al meu barri.

¿tu? Has tingut la mateixa vivència?

A) Sí, també l'has tinguda.
B) No exactament... però has viscut quelcom similar.
C) Mai has viscut res semblant.

Finding Solutions Together

La Lidia et vol preguntar que hauries fet en una situació que ha viscut en primera persona. La Lidia demana que et posis al seu lloc per uns instants.

Fa quaranta anys que conserves amigues de l'escola. Vares fer una petita trobada a casa de la Lidia. Els vas mencionar que la teua filla té un trastorn de salut mental i et van dir que ets sabia greu. De les cinc amigues, només una t'ha trucat alguna vegada i s'ha ofert a donar-te algun tipus de suport o a ajudar-te.

Què faries?

A) No anar a més trobades amb aquestes amigues.
B) A la propera trobada, explicar detalladament la situació de la teua filla.
C) ...

SURVEY

Sociodem

Experiences in mental health

Perquè les teves respostes al xatbot siguin valuoses per a la recerca de ciència ciutadana, et voldríem demanar algunes dades sobre tu i la teua relació amb les xarxes de suport social en salut mental. Les xarxes de suport social es refereixen a l'entorn social i afectiu de les persones i a les relacions que s'hi estableixen.

Abans de fer-te una pregunta, sempre t'explicarem el perquè de la pregunta. Només recollim dades estrictament necessàries per a la recerca.

Primer et demanarem un mínim de dades generals sobre la teua persona. Després et preguntarem sobre tu i el teu entorn.

Aquestes dades no es comparteixen amb ningú del xatbot. Recorda també que ens és totalment impossible identificar-te.

Per això et demanem, si us plau, que responguis amb la màxima sinceritat.

Tingues en compte que pots deixar sense resposta qualsevol pregunta. Comencem!

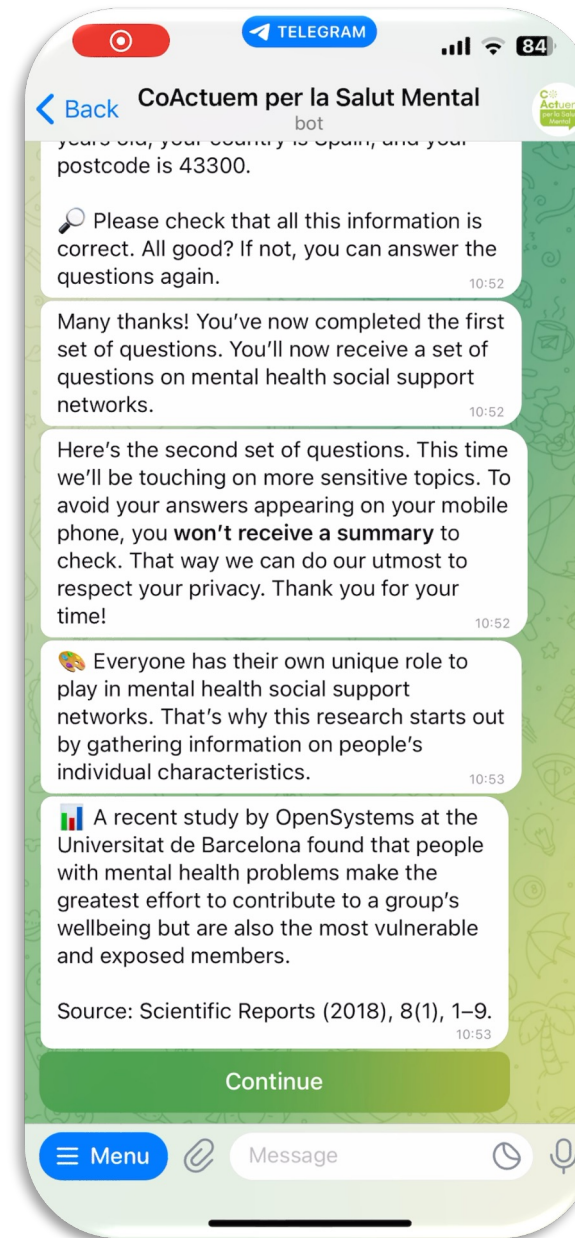
Segons dades de l'Espai Situat, a Catalunya el 78% de les consultes sobre salut mental d'un familiar les fan dones.

Font: Salut Mental Catalunya (2021)

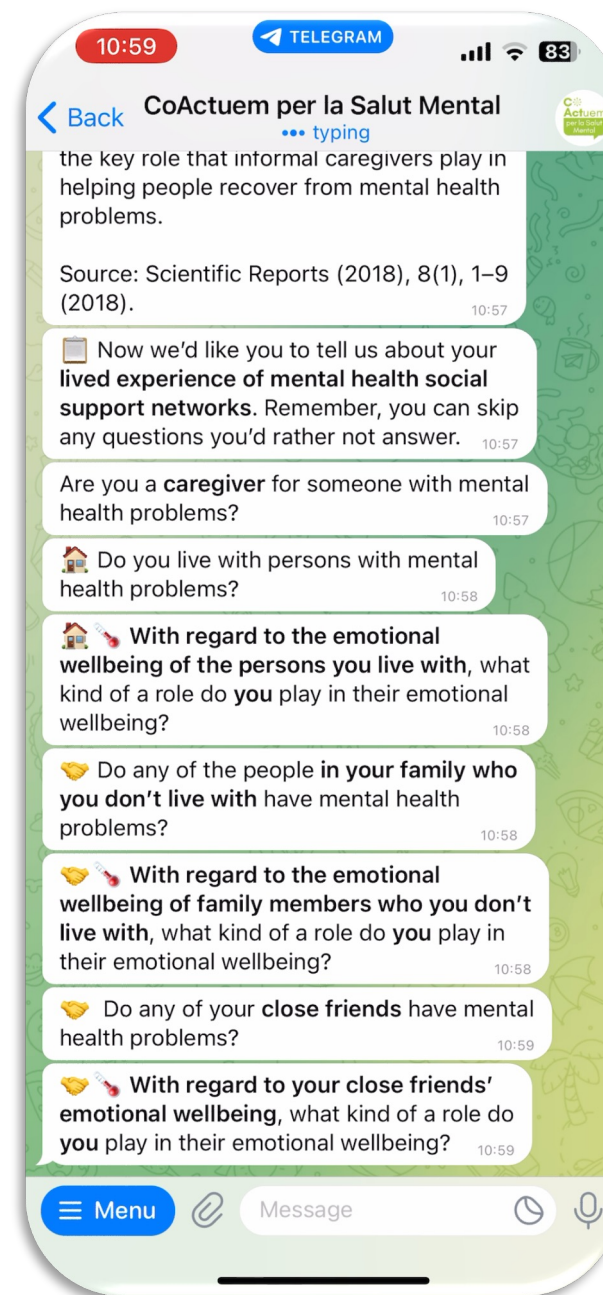
DATA COLLECTION MINIMIZATION



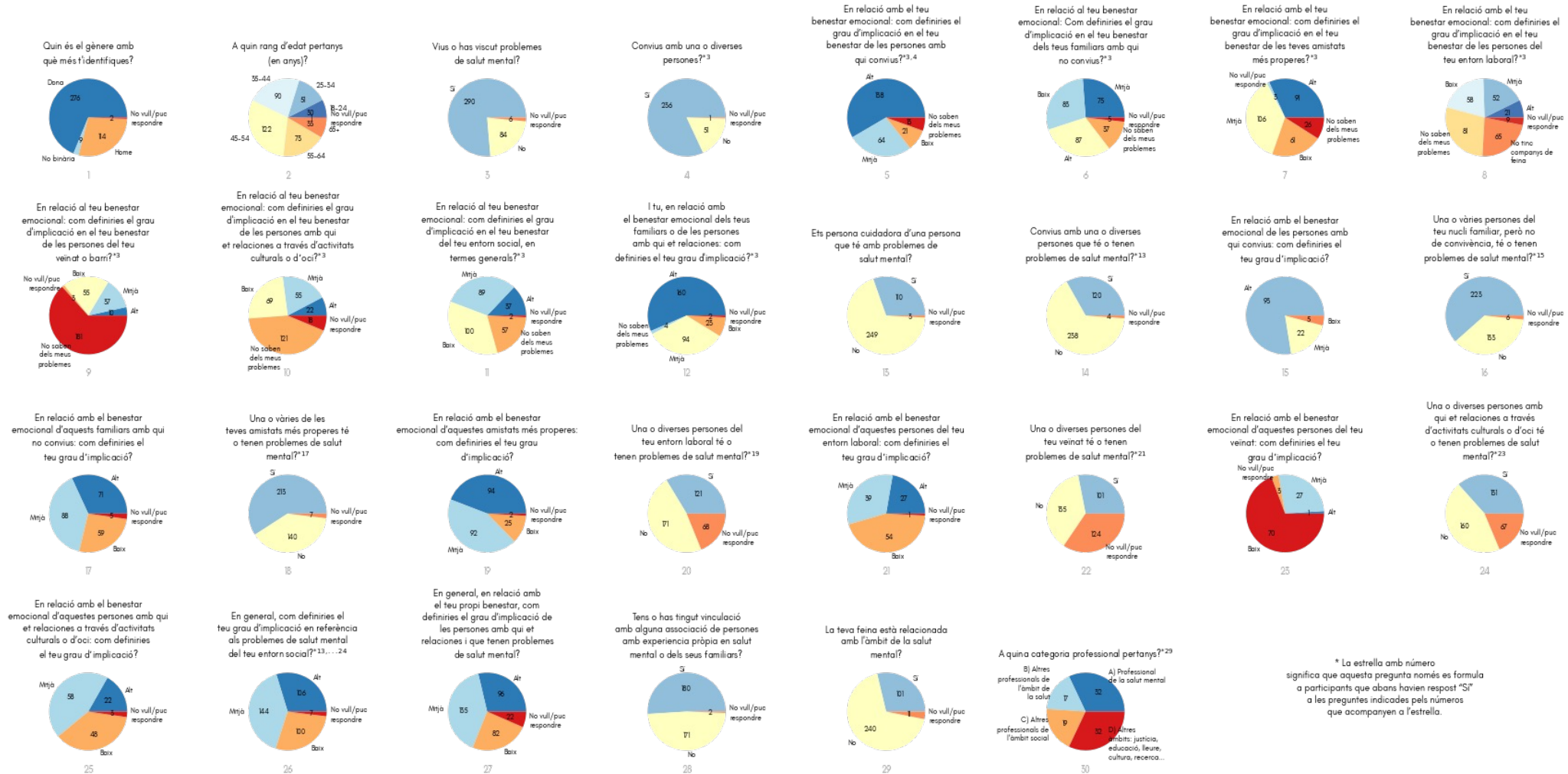
DATA COLLECTION LIVED EXPERIENCES



DATA COLLECTION SOCIAL ENVIRONMENT



Sociodemographic survey



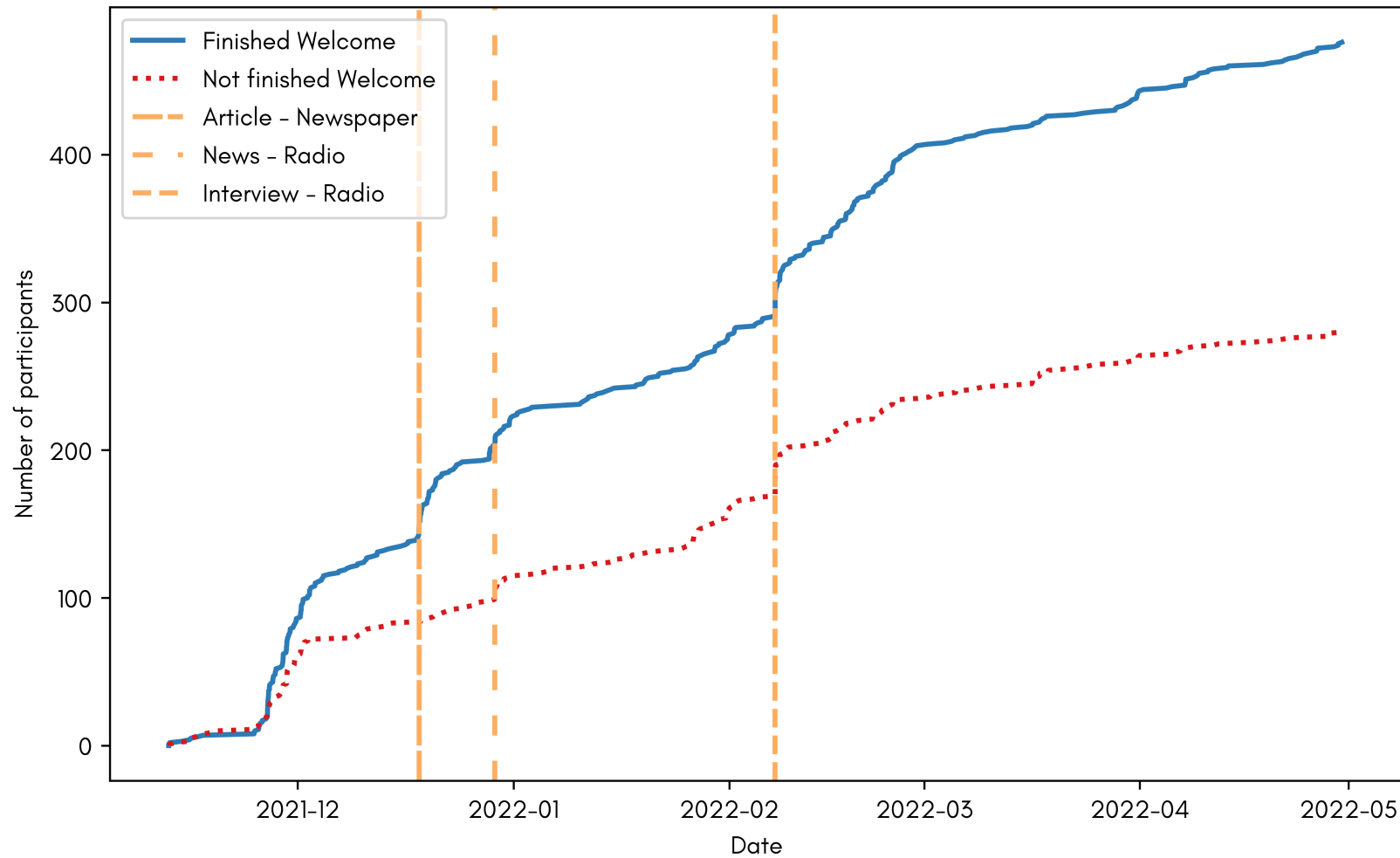
* La estrella amb número significa que aquesta pregunta només es formula a participants que abans havien respost "SI" a les preguntes indicades pels números que acompanyen a l'estrella.



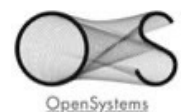
Chatbot launching and promotion



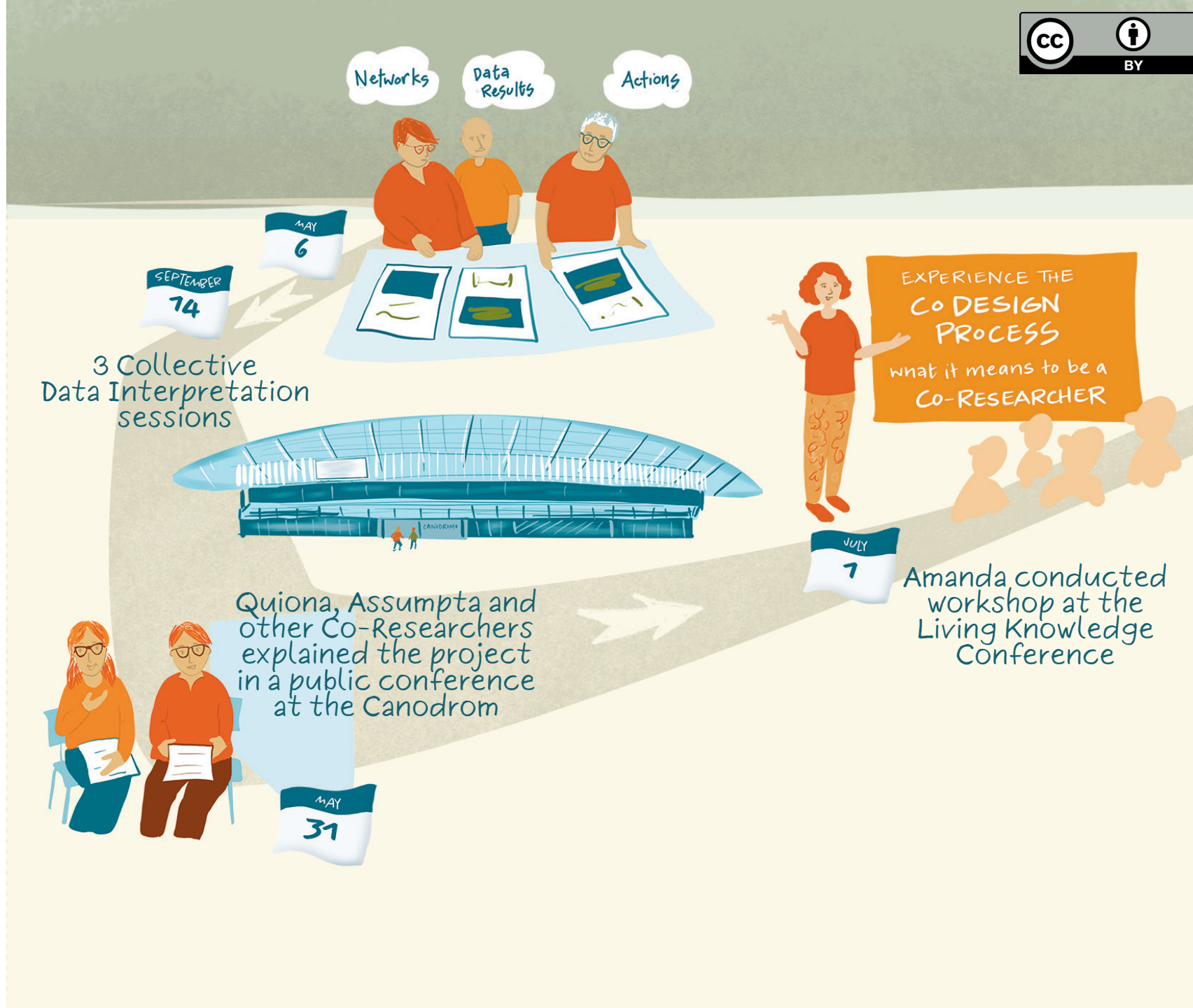
Chatbot participation monitoring



The CoAct project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation programme under grant agreement No. 873048



Collective data interpretation sessions



Chatbot shortfacts

November 2022



704 people entered the Telegram chatbot, signed the informed consent and participated in the research.

The vast majority of the 32 questions in the socio-demographics **cannot be compared with any open data for Catalonia.**

2 out of 3 people with mental health problems say that people in their **neighbourhood do not know about their problems.**

1 in 3 people with mental health problems say that their **work environment does not know about their problems.**

3 out of 4 chatbot participants experience or have experienced **mental health problems.**

People without or with mental health problems respond to the chatbot with the **same level of commitment.**

1 out of 2 microstories talk about mental health **stigma.**

Stories about **positive aspects of social support networks** are experienced by 1 in 5 chatbot participants.

3 out of 10 chatbot participants identify themselves as **caregivers.**

7 out of 10 chatbot participants are **women.**



Chatbot shortfacts



I felt so lonely when it all began! I didn't know what to do or where to go for help. Lots of visits to the Emergency Department for nothing. I don't understand why, if all the doctors could see what the problem was, none of them told me that apart from doctors and hospitals there were resources and people who had gone through something similar and could help me.

1 out of 2 chatbot participants has had the same experience.

I couldn't get up; I just wanted to sleep, to stop thinking, to stop feeling—feeling what? I don't know... But I couldn't go in, I couldn't go on feeling like this. I didn't want to feel. I didn't want to go on. I didn't want to be. I didn't want to exist.

7 out of 10 chatbot participants who have mental health problems have had the same experience.

POLICY BRIEF

ON MENTAL HEALTH CARE

Brief on policy recommendations to promote and strengthen mental health social support networks



November 2022

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7244146>

RECOMANACIONS POLÍTIQUES: PROMOCIÓ I ENFORTIMENT DE LES XARXES DE SUPORT SOCIAL EN SALUT MENTAL

March 2023

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7657603>



Assemblea Comunitat
salut mental
<https://youtu.be/Vti4W5zKHlo>



Thanks to...

...32 Co-Researchers

OpenSystems, Universitat de Barcelona

- Josep Perelló
- Franziska Peter
- Anna Cigarini

Catalonia Mental Health Federation

- Bàrbara Mitats



Do you want to stay in touch?



CoAct for Mental Health: info.coactuem@ub.edu
Webpage: <https://coactuem.ub.edu/> (available in English)

OpenSystems Research Group: opensystems@ub.edu
Isabelle Bonhoure: Isabelle.Bonhoure@ub.edu

Webpage: <http://www.ub.edu/opensystems/>
X (Twitter): @OpenSystemsUB

