



TIEDOTE TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Pyydämme sinua lääketieteellisen tiedekunnan opiskelija osallistumaan tutkimukseen, jonka tarkoituksena on selvittää digitaalisen Transitions-ohjelman ja Mindfulness-harjoitteiden vaikutusta ensimmäisen vuoden yliopisto-opiskelijoiden mielenterveystietoisuuteen, asenteisiin mielenterveysongelmia kohtaan, avunhakemiseen ja mielen hyvinvointiin. Osallistumalla tutkimukseen autat nuorten hyvinvointiin liittyvien palvelujen kehittämistä.

Tutkimusten mukaan mielenterveystietoisuuden lisääminen vaikuttaa opiskelijoiden mielen hyvinvointiin ja myönteisiin asenteisiin avunhakemista kohtaan. Digitaalinen Transitions-ohjelma on suunnattu ensimmäisen vuoden yliopisto-opiskelijoille ja sen tavoitteena tukea opiskelijan hyvinvointia tärkeässä siirtymävaiheessa yliopisto-opintojen alkaessa. Ohjelma sisältää tietoa opiskelutaidoista, itsenäistymisestä, taloudellisista asioista, ihmissuhteista, seksuaalisuudesta, stressinhallinnasta, mielenterveydestä ja mielenterveys- ja päihdeongelmista sekä riippuvuuksista. Lisäksi digitaaliseen ohjelmaan on koottu kattavasti eri linkkejä, joista opiskelijan on helppo löytää luotettavaa tietoa. Mindfulness-harjoitteiden tavoitteena on lisätä stressinhallintataitoja ja niitä voi tehdä itsenäisesti oman suunnitelman tai tarpeen mukaan. Transitions-ohjelmaa ja Mindfulness-harjoitteita on helppo käyttää esimerkiksi älypuhelimella.

Tutkimuksen avulla saadaan tärkeää tietoa Transitions-ohjelman ja Mindfulness-harjoitteiden soveltuvuudesta opiskelijoiden hyvinvoinnin tukemiseen sekä digitaalisen ohjelman käyttäjäkokemuksista suomalaisessa yliopistossa.

Tutkimuksen aikana sinua pyydetään täyttämään muutamia kyselyjä ennen ohjelman alkamista sekä seurantakyselyt 2 ja 6 kuukautta ohjelmaan kirjautumisesta. Kyselyt sisältävät kysymyksiä taustatiedoista, mielenterveystietoisuudesta, asenteista, avunhakemisesta, terveydestä ja stressinhallinnasta. Lisäksi sinua pyydetään arvioimaan ohjelman toimivuutta ja kokemuksia sen käyttämisestä. **Tulemme mahdollisesti jatkamaan seurantaa vuoden 2020 loppuun asti.**

Kaikki tutkimuksessa kerättävä tieto on luottamuksellista. Tietoja käytetään vain tutkimustarkoituksessa eikä tutkimukseen osallistuneita voi tunnistaa tuloksia raportoitaessa. **Tutkimusaineisto tullaan säilyttämään elektronisessa muodossa yliopiston verkkolevyalueella, johon on vain projektilla luku- ja kirjoitusoikeus.** Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja siitä on oikeus kieltäytyä. Osallistujilla on myös oikeus keskeyttää tutkimus syytä ilmoittamatta. Keskeyttäminen ei vaikuta opiskelijan opiskeluun tai opiskelijan muihin käytössä oleviin palveluihin. Opiskelijalla on tutkimuksen kuluessa oikeus saada tarvitsemiansa opiskelijapalveluita yliopiston tavanomaisen käytännön mukaisesti. Tutkimukseen osallistuvalla on halutessaan mahdollisuus keskustella tai kysyä ohjelman herättämistä ajatuksista info- ja keskustelutilaisuuksissa tai ottaa yhteyttä tutkimusryhmän vastuulliseen tutkijaan ja/tai tiedekunnan tutkimukseen liittyvään vastuuhenkilöön ja/tai opintopsykologiin, joiden yhteystiedot löytyvät Transitions-ohjelman etusivulta.

Ystävällisin terveisin,

Andre Sourander
Lastenpsykiatrian professori
andre.sourander@utu.fi
Lastenpsykiatrian tutkimuskeskus
Turun yliopisto

Tutkimusta koskevat yhteydenotot ja tutkimusryhmän vastuullinen tutkija: Erikoistutkija Marjo Kurki, mhkurk@utu.fi p. 050 5925438