

Invitasjon til å delta i forskningsprosjektet Kort

Mange ungdommer opplever utfordringer med tanker og stress, spesielt etter koronapandemien. I forskningsprosjektet *Kort* har vi sammen med ungdom og helsesykepleiere utviklet et nytt tiltak for å fremme psykisk helse og livskvalitet hos ungdom. Nå ønsker vi å teste det nye tiltaket i skolehelsetjenesten. Du mottar dette skrivet fordi din ungdom og helsesykepleieren på skolen har takket ja til å delta i forskningsprosjektet. Dette er en forespørsel til deg om ungdommen din kan delta. Her gir vi deg informasjon om målene med prosjektet og hva deltakelse vil innebære for ungdommen din. Til slutt ber vi deg signere samtykkeerklæringen som godtar at ungdommen din deltar.

Formål

Prosjektets overordnede formål er å utvikle og evaluere et nytt tiltak for å fremme god psykisk helse hos ungdomsskoleelever. Forskning viser at en stor andel av psykiske vansker har sammenheng med hvordan vi forholder oss til intense følelser. Det å være oppmerksom på følelsene og å ta bevisste valg også i øyeblikk når de er intense kalles følelsesregulering. Følelsesregulering er ferdigheter man kan jobbe med å forbedre. Forskning tyder på at tiltak som fokuserer på følelsesregulering kan fremme god psykisk helse hos ungdom. I forskningsprosjektet *Kort* vil vi utvikle et tiltak rettet mot følelsesregulering som kan gjennomføres i skolehelsetjenester.

I denne delen av prosjektet er forskningsformålet å teste tiltaket og vi trenger ditt samtykke for at ungdommen din skal kunne delta.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet *Kort*?

Behandlingsansvarlige for prosjektet er Regionsenter for Barn og Unges Psykiske helse (RBUP Øst og Sør). Samarbeidspartnere er forskningssenteret Promenta (Universitetet i Oslo og Folkehelseinstituttet), Sunne kommuner – WHO's norske nettverk, Viken fylkeskommune, Mental Helse Ungdom, ADHD Norge, Rådgivning om Spiseforstyrrelser og Barn av Rusmisbrukere. Prosjektet er finansiert av Norges Forskningsråd, og gjennomføres i perioden 2022-2026.

Hva innebærer det for ungdommen din å delta?

- 1. Samtaler med helsesykepleier.** Disse samtalene vil handle om temaer som er viktige for ungdommen din, og sammen med helsesykepleier vil ungdommen gjennomføre og lære seg øvelser som kan hjelpe hen med å håndtere følelser, tanker eller stress knyttet til disse temaene. Avhengig av behov vil ungdommen og helsesykepleier gjennomføre mellom 2-8 slike samtaler i løpet av 2 måneder.
- 2. Svare på spørreskjema.** Ungdommen vil bli bedt om å svare på et spørreskjema før den første samtalen med helsesykepleier. Etter to måneder vil oppfølgingsperioden være ferdig, og ungdommen vil bli bedt om å svare på det samme spørreskjemaet en gang til, og igjen etter 4 måneder. Dette spørreskjemaet handler om psykisk helse og stress, om hvordan ungdommen håndterer følelser, om hvordan hen har det og til slutt noen spørsmål om familien, og vil ta maksimalt 20 minutter å fylle ut. Ungdommen vil også få et tilsvarende spørreskjema den uken hen og helsesykepleier velger å avslutte tiltaket.
- 3. Svare på daglige spørreskjema.** Ungdommen vil bli tilfeldig fordelt til en av to grupper. Gruppe 1 vil svare på et spørreskjema om følelsesregulering hver dag. Gruppe 2 vil svare på et spørreskjema om følelsesregulering hver dag i tillegg til å svare på to spørreskjemaer hver dag annenhver uke. Alle spørreskjemaer vil sendes til ungdommen på SMS, og de tar maksimalt 3 minutter å fylle ut. Ungdommen vil motta belønning for hvert spørreskjema hen svarer på, som samles opp til et universal gavekort hen får til slutt. Gruppe 1 vil kunne få et gavekort på maks 500 kroner dersom alle spørreskjemaene besvares, mens gruppe 2 vil kunne få et gavekort på 1000 kroner dersom alle spørreskjemaene besvares.
- 4. Opptak av samtaler mellom ungdom og helsesykepleier.** Opptakene vil tas med UiOs diktafon-app og lagres direkte på en sikker server for sensitive opplysninger ved Universitetet i Oslo (UiO). I opptakene ønsker vi å se på hvordan helsesykepleier snakker med og gir råd til ungdom. Dette kan hjelpe oss med å gjøre tiltaket bedre. Vi vil ikke bruke lydopptakene til å hente inn noe informasjon som omhandler ungdommen eller det ungdommen tar opp i samtaler.
- 5. Intervju med ungdom etter utprøvingen.** Etter 8 uker, så ønsker vi å invitere din ungdom til et intervju for å høre om hvordan hen har opplevd hjelpen hen har fått fra helsesykepleier.

Frivillig deltakelse og mulighet til å trekke samtykket

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du ønsker å samtykke til at ungdommen din deltar i prosjektet, krysser du av i boksen for samtykke under, og signerer elektronisk. Dersom du ikke har juridisk ansvar for ungdommen alene må begge foresatte samtykke til at ungdommen får delta i prosjektet. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke ditt samtykke. Dette vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg eller for ungdommen din. Dersom du trekker deg fra prosjektet, kan du kreve å få slettet innsamlede opptak og opplysninger om ungdommen din, med mindre opplysningene allerede er inngått i analyser eller brukt i vitenskapelige publikasjoner.

Ungdommen din får tilpasset, muntlig og skriftlig informasjon med kontaktinformasjon til ansvarlige i prosjektet. Selv om du samtykker, kan barnet ditt selv velge å ikke delta eller å trekke seg fra prosjektet.

Så lenge du deltar i prosjektet har du rett til:

- Å få vite hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- Å få rettet på feil eller utdaterte personopplysninger om deg,
- Å få slettet personopplysninger om deg, og
- Å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Dersom du ønsker å trekke tilbake ditt samtykke eller har spørsmål til prosjektet, kan du kontakte:

RBUPs interne personvernrådgivere innen forskning på e-post personvern@r-bup.no

Prosjektleder Anneli Mellblom (anneli.mellblom@r-bup.no), tlf.: (+47) 917 85 722.

Forskningskoordinator Josefine Bergseth (josefine.bergseth@r-bup.no), tlf.: (+47) 413 29 406.

Prosjektkoordinator Inga Brenne (inga.brenne@sunnekommuner.no), tlf.: (+47) 415 85 469.

Hva skjer med opplysningene om ungdommen din?

Vi vil bare bruke opplysningene om ungdommen din til formålene vi har beskrevet i dette skrivet. Du har rett til innsyn i hvilke spørsmål ungdommen din har svart på og rett til å få opplysningene anonymisert. Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjenner opplysninger.

Opplysningene som registreres om ungdommen din vil lagres i henhold til regler for sikkerhet og personvern. Ingen uvedkommende vil ha tilgang til disse opplysningene. En kode knytter ungdommen til sine opplysninger gjennom en navneliste. Det er kun noen få forskningsansatte ved RBUP som har tilgang til denne listen. Data fra spørreskjema samles inn via en sikker datainnsamlingsplattform (Confirmat) og alle data lagres i UiOs sikre server for sensitive opplysninger og beholdes fem år etter prosjektslutt.

Alle personidentifiserbare opplysninger anonymiseres april 2031. Det vil da ikke lenger være mulig å identifisere ungdommen din som enkeltperson i datamaterialet. Anonyme data vil arkiveres, og vil kunne gjøres tilgjengelig for andre forskere, slik at dataene kan få verdi også utover dette forskningsprosjektet.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om ungdommen din?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt frivillige og informerte samtykke. På oppdrag fra RBUP har Norsk senter for forskningsdata AS (NSD) vurdert at behandlingen av personopplysninger er i samsvar med personvernregelverket.

Prosjektet er også godkjent av Regional Komite for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk, region sør-øst (REK).

Du har rett til å klage på behandlingen av dine opplysninger til datatilsynet.

Kontaktopplysninger

Du kan lese mer om prosjektet på vår [nettside](#). Dersom du har spørsmål til prosjektet eller du har behov for videre oppfølging eller hjelp kan du ta kontakt med:

Prosjektleder Anneli Mellblom (anneli.mellblom@r-bup.no), tlf.: (+47) 917 85 722.

Forskningskoordinator Josefine Bergseth (josefine.bergseth@r-bup.no), tlf.: (+47) 413 29 406.

Prosjektkoordinator Inga Brenne (inga.brenne@sunnekommuner.no), tlf.: (+47) 415 85 469.

Samtykke

Hva heter du (fornavn og etternavn)?

E-postadresse:

Mobilnummer:

Barnets fulle navn:

Barnets fødselsdato:

Skole:

Klassetrinn:

Barnets telefonnummer:

Jeg har mottatt og forstått informasjon om pilotstudien i forskningsprosjektet KORT, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

☐ At barnet mitt deltar i forskningsprosjektet

Dersom du ikke ønsker å delta i prosjektet kan du lukke nettleseren. Du trenger ikke sende inn svaret ditt.