



Promocja narzędzi przyczyniających się do dobrego samopoczucia psychicznego w środowisku zawodowym: Badanie naukowe

Karta informacyjna dla uczestników

Zapraszamy do wzięcia udziału w badaniach nad narzędziami mającymi na celu poprawę oraz promowanie zdrowia i dobrego samopoczucia psychicznego w miejscu pracy, a także walkę ze stygmatyzowaniem osób znajdujących się w słabszej kondycji psychicznej. Przed podjęciem decyzji odnośnie wzięcia udziału w badaniu, należy dowiedzieć się, dlaczego jest ono prowadzone i na czym będzie polegało. Prosimy o uważne zapoznanie się z poniższymi informacjami. Jeśli coś jest niejasne lub w razie konieczności uzyskania dodatkowych informacji, prosimy o kontakt.

Czego dotyczy projekt?

Depresja i stany lękowe są najczęstszymi problemami związanymi ze zdrowiem psychicznym w miejscu pracy w Unii Europejskiej, powodując ogromne cierpienie i kosztując światową gospodarkę 1 bilion euro rocznie z powodu utraty wydajności. Na zaburzenia te szczególnie narażone są osoby pracujące w małych i średnich przedsiębiorstwach (MŚP). Większość MŚP ma jednak ograniczone możliwości zajmowania się promocją zdrowia psychicznego i zapewnienia pracownikom narzędzi w tym zakresie. Celem projektu jest poprawa zdrowia i samopoczucia psychicznego oraz zmniejszenie depresji i myśli samobójczych wśród pracowników i pracodawców małych i średnich przedsiębiorstw w Europie i Australii.

Jaki jest cel badania?

Celem tego badania jest sprawdzenie skuteczności działań podejmowanych w MŚP w dziewięciu krajach. Badanie to pomoże uzyskać informacje na temat standardu i intensywności wykorzystania oferowanych narzędzi szkoleniowych, a także informacje na temat perspektyw i doświadczeń pracowników i pracodawców, którzy zaangażowali się w podejmowane działania. Badanie obejmie pracowników i pracodawców MŚP z sektorów opieki zdrowotnej, budownictwa oraz technologii informacyjno-komunikacyjnych (ICT), ponieważ w tych sektorach stwierdzono zwiększone ryzyko wystąpienia problemów natury psychicznej. Ostatecznym celem projektu jest jednak rozszerzenie programu na wszystkie MŚP. Biorąc pod

uwagę długoterminowe skutki pandemii COVID-19 dla ogółu społeczeństwa, a zwłaszcza dla osób z istniejącymi problemami psychicznymi, projekt ten jest niezwykle aktualny.

Co oznacza dla mnie udział w projekcie?

Badanie to polega na przeprowadzeniu randomizowanego badania klinicznego, w którym porównuje się osoby biorące udział w szkoleniu z grupą, która go nie ukończyła. Odbędzie się krótka sesja wprowadzająca, zorganizowana przez głównego badacza i referenta ds. badań w Twoim rejonie, podczas której uczestnicy uzyskają informacje o badaniu, otrzymają odpowiedzi na wszelkie pytania i dowiedzą się, jak zarejestrować się do udziału w badaniu. Po zgłoszeniu się do udziału, Ty i Twoja organizacja zostaniecie przydzieleni do jednej z dwóch grup: (1) grupa szkoleniowa, której zaoferowane zostanie oparte na dowodach szkolenie internetowe na temat dobrostanu psychicznego, lub (2) grupa oczekująca, której szkolenie internetowe zostanie zaoferowane po dziewięciu lub trzynastu miesiącach oczekiwania. Wszyscy uczestnicy uzyskają dostęp do szkolenia online.

Przed uzyskaniem dostępu do szkolenia (lub rozpoczęciem okresu oczekiwania) zostaniesz poproszony(-a) o wypełnienie ankiety. W badaniu tym oceniany będzie dobrostan, wypalenie zawodowe, objawy depresji i myśli samobójcze oraz zachowania związane z poszukiwaniem pomocy. Uczestnicy zostaną również poproszeni o wypełnienie standardowego arkusza społeczno-demograficznego, w którym znajdują się takie pytania, jak płeć, wiek i stan cywilny. Zbierane będą również ważne informacje dotyczące pracy, związków, rodziny, zdrowia i kondycji psychicznej. Wypełnienie ankiety zajmie około 30 minut. Zostaniesz poproszony(-a) o wypełnienie ankiet jeszcze dwukrotnie: dziewięć miesięcy i trzynaście miesięcy po pierwszym badaniu. Wypełnienie tych ankiet pomoże nam określić wszelkie zmiany, jakie zaszły w czasie trwania szkolenia. Uczestnicy będą mieli także możliwość omówienia swoich opinii na temat szkolenia w internetowej grupie fokusowej z innymi osobami, które uczestniczyły w szkoleniach pilotażowych.

Jakie korzyści odniosę z udziału w tym badaniu?

Oferowane szkolenia są oparte na dowodach naukowych, dlatego oczekuje się, że będą korzystne dla osób z istotnymi klinicznie zaburzeniami psychicznymi lub bez nich. Przewiduje się, że dzięki zastosowaniu szkoleń opartych na dowodach naukowych uczestnicy odniosą korzyści w postaci obniżenia poziomu stresu, wypalenia zawodowego, objawów depresji i lęku, a także potencjalnego zmniejszenia stygmatyzacji związanej ze słabą kondycją psychiczną. Oczekuje się, że badanie poprawi Twoją ogólną kondycję psychiczną, co z kolei będzie miało znaczenie dla Twojego ogólnego samopoczucia i wydajności pracy.

W poprzednich projektach wykazano, że szkolenia i narzędzia proponowane w tym badaniu mają korzystny wpływ na kondycję psychiczną bez żadnych negatywnych skutków. Dlatego nie przewiduje się żadnych negatywnych skutków dla uczestników.

Biorąc pod uwagę krótko- i długoterminowe skutki COVID-19, w tym stres i stany lękowe pracowników, obniżenie jakości i być może intensywności opieki nad osobami w słabej kondycji psychicznej lub doświadczających innych skutków związanych z kryzysem spowodowanym pandemią COVID-19, projekt jest bardzo na czasie, ponieważ oferuje MŚP wsparcie i narzędzia ze szczególnym naciskiem na łagodzenie depresji i stanów lękowych wśród personelu.

Jak będą wykorzystywane moje informacje?

Podane informacje zostaną wykorzystane do zrozumienia stanu zdrowia i dobrostanu psychicznego, określenia czynników wpływających na stan zdrowia i samopoczucie psychiczne oraz do oceny korzyści płynących ze szkolenia.

Wyniki badania pilotażowego zostaną opublikowane w czasopismach naukowych oraz w innych źródłach, takich jak media społecznościowe i biuletyny informacyjne. Wyniki zostaną przedstawione w odniesieniu do wszystkich zebranych danych, a nie pojedynczych danych indywidualnych, a osoby przeprowadzające analizę danych nie będą miały dostępu do nazwisk uczestników, co zapewni im anonimowość we wszelkich publikacjach.

Czy mój udział w tym projekcie będzie traktowany jako poufny?

Jeśli możliwe będzie przeprowadzenie tego projektu z wykorzystaniem spotkań osobistych, główny zespół projektowy spotka się z Tobą i będzie wiedział, że bierzesz udział w projekcie. Ponadto niektóre elementy szkolenia mogą odbywać się w miejscu pracy, np. sesja wprowadzająca i warsztaty. Wszelkie podane przez Ciebie informacje zostaną wykorzystane wyłącznie do celów tego projektu. Jeśli chcesz uzyskać dostęp do swoich danych lub usunąć je w dowolnym momencie, możesz skontaktować się z zespołem badawczym, korzystając z poniższych danych kontaktowych. Więcej informacji na temat przechowywania i ochrony danych osobowych użytkowników znajduje się w poniższej *Informacji o ochronie danych osobowych*.

Twój udział

Uczestnictwo jest dobrowolne i można zrezygnować z niego bez podawania przyczyny i bez ponoszenia jakichkolwiek negatywnych konsekwencji. Podjęcie decyzji o wycofaniu się z projektu w żaden sposób nie wpłynie na Twoje życie zawodowe; można się wycofać, powiadamiając [imię i nazwisko lokalnego referenta ds. badań].

Kto organizuje i finansuje ten projekt?

Projekt jest realizowany przez interdyscyplinarne konsorcjum pod kierownictwem profesor Elli Arensman, głównego naukowca Krajowej Fundacji Badań nad Samobójstwami (National

Suicide Research Foundation – NSRF) w Irlandii. Badaniami będą kierować profesor Ella Arensman, dyrektor ds. naukowych Krajowej Fundacji Badań nad Samobójstwami, oraz dr Paul Corcoran, kierownik ds. badań w NSRF. Projekt jest finansowany przez Komisję Europejską w ramach programu „Horyzont 2020”.

Informacje dodatkowe

Przyjmuję do wiadomości, że w razie jakichkolwiek pytań dotyczących tego badania mogę skontaktować się z głównym badaczem wymienionym powyżej. Przyjmuję do wiadomości, że badanie zostało zatwierdzone przez komisję etyki Ethikkommission des Fachbereichs Medizin der Goethe-Universität Frankfurt am Main.

Więcej informacji na temat projektu można uzyskać na stronie:

Ulrich.Hegerl@kgu.de

Referent ds. badań

Prof. Dr. Ulrich Hegerl

Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie

Universitätsklinikum Frankfurt

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Heinrich-Hoffmann-Str. 1060528 Frankfurt am Main

E-mail: Ulrich.Hegerl@kgu.de

Projekt ten otrzymał dofinansowanie z programu Unii Europejskiej „Horyzont 2020” w zakresie badań naukowych i innowacji na podstawie umowy grantowej nr 848137. Za przedstawione tu materiały i wyrażone poglądy odpowiedzialność ponoszą wyłącznie ich autorzy. Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za sposób wykorzystania przedstawionych informacji.