

Forskningspersonsinformation om forskningsstudien: *Stresshantering via internet för yrkesverksamma med adhd*

Bakgrund och syfte

Arbetsrelaterad psykisk ohälsa såsom stressrelaterade besvär, depression och ångestsymtom är ett utbrett samhällsproblem som kan leda till långvarig sjukskrivning. En grupp som löper större risk att drabbas av arbetsrelaterad psykisk ohälsa är vuxna med adhd. Vuxna med adhd presterar ofta ojämnt inom sin sysselsättning, bland annat till följd av svårigheter med struktur, tidshantering, planering, känsloreglering och att följa instruktioner. Samtidigt kan vuxna med adhd vara mycket fokuserade på uppgifter som upplevs särskilt intressanta, vilket kan leda till överarbete och öka risken för utmattnings.

Trots kunskapen om att många vuxna med adhd presterar ojämnt på arbetet, är mer stressade, oftare är sjukskrivna och i högre grad lyfter sjukersättning har få studier gjorts på möjligheterna att motverka och/eller förebygga dessa negativa konsekvenser. Vi vill nu undersöka och jämföra effekterna av två internetbaserade stresshanteringsprogram för yrkesverksamma med adhd. För att göra detta genomför vi en studie där 240 personer slumpmässigt får prova det ena eller det andra programmet, alternativt placeras på en väntelista och därefter slumpmässigt får ta del av det ena eller det andra programmet. Du får ta del av den här informationen då du visat intresse för studien.

Forskningshuvudman för projektet är Stockholms universitet. Med forskningshuvudman menas den organisation som är ansvarig för projektet. Aktuell studie ingår i ett större forskningsprojekt som finansieras av Region Stockholm (FoUI-941466; FoUI-968035) i samverkan med Stockholms universitet.

Vilka kan vara med i forskningsstudien?

Vi söker dig som:

- Är 20-64 år
- Talar svenska
- Tidigare diagnostiserats med ADHD (kombinerad form, huvudsakligen ouppmärksam form/ADD, huvudsakligen hyperaktiv/impulsiv form eller UNS)
- Har förvärvsarbete som din huvudsakliga sysselsättning
- Arbetar minst halvtid

Du kan inte delta om du:

- Går i psykologisk behandling eller har planerat att påbörja psykologisk behandling under de kommande tre månaderna
- Planerar att påbörja medicinsk behandling för psykiska besvär under de kommande tre månaderna
- Tar medicin för adhd och/eller psykiska besvär och inom den närmaste månaden gjort någon förändring av dos eller preparat
- Tar medicin för adhd och/eller psykiska besvär och planerar att göra någon förändring av dos eller preparat under de kommande tre månaderna

Hur går forskningsstudien till?

Efter att du läst igenom denna information ber vi dig ta ställning till om du är intresserad av att delta i studien. Om du är intresserad ber vi dig också ta ställning till om vi får behandla dina personuppgifter på det sätt som beskrivs längre ned i texten. Samtycke lämnar du i anslutning till denna information. Om du har frågor kring studien innan du bestämmer dig, kontakta ansvarig forskare (se kontaktuppgifter längre ned).

Om du samtycker till deltagande och skapar ett konto i den plattform vi använder för att förmedla stresshanteringsprogrammet får du svara på ett antal frågor om dig själv, till exempel hur gammal du är och hur länge du varit i arbete. Du kommer därefter få svara på ett antal frågeformulär som avser att ge en bild av ditt aktuella mående.

Efter att du besvarat frågeformulären kommer vi att bedöma huruvida du kan vara med i forskningsstudien, utifrån kriterierna som återges tidigare i denna information. Du kommer därefter kontaktas och informeras om vår bedömning. Om du inbjuds att delta i studien behöver du bekräfta ditt intresse. Därefter kommer du att slumpmässigt tilldelas ett av de två internetbaserade stresshanteringsprogram som utvärderas i studien, alternativt placeras på en väntelista. Båda programmen löper över tolv veckor. Forskningspersonerna på väntelistan får under denna period besvara samma frågeformulär som de som tar del av programmen. Det gör att vi kan jämföra effekterna av programmen mot att för tillfället inte ta del av dem. Efter tolv veckor tilldelas forskningspersonerna på väntelistan slumpmässigt det ena eller det andra programmet. Totalt 16 procent av forskningspersonerna kommer att placeras på väntelistan.

Arbetet med programmen beräknas ta en till två timmar i veckan och du kan arbeta med dem när du vill. De två programmen innehåller variationer av information kring stress, adhd och kopplingen dem emellan, samt variationer av övningar på samma teman. Under hela tiden har du tillgång till en meddelandefunktion om du har frågor, funderingar eller feedback.

När samtliga forskningspersoner i de första två grupperna är färdiga med programmen kommer totalt 16 personer att intervjuas om hur de upplevt programmen. Forskargruppen kommer att välja vilka som kontaktas för intervju. Urvalet baseras på resultatet av programmen, så att intervjuer genomförs med personer som förbättrats, varit oförändrade respektive försämrats under studiens gång. Intervjuerna kommer att göras per telefon och beräknas ta cirka en timme. Det går att delta som forskningsperson och ta del av stresshanteringsprogrammen utan att samtycka till att sedan kontaktas för intervju.

Finns det några risker att vara med i forskningsstudien?

Studien innehåller självskattningsformulär med frågor om psykisk hälsa. Detta kan uppfattas som känsligt. Det kan också väcka tankar om hur man har det och hur man mår, vilket kan vara jobbigt om man inte mår bra. Programmen som utvärderas avser påverka din psykiska hälsa till det bättre. Samtidigt finns det en risk att du under genomförandet av programmen upplever en försämring i ditt mående. Vi kommer under programmets gång regelbundet stämna av hur du mår och du har alltid möjlighet att kontakta oss om du skulle uppleva en markant försämring av ditt mående.

Finns det några fördelar att vara med i forskningsstudien?

Du som medverkar i studien bidrar till att öka kunskapen om insatser för yrkesverksamma med adhd. Du kommer få ta del av ett av två program som avser att underlätta din vardag, i och utanför arbetet. Förhoppningen är att programmen ska minska stressrelaterade besvär samt bördan av psykiska symtom såsom nedstämdhet, oro och ångest. En ytterligare förhoppning är att programmen långsiktigt ska minska risken för långvarig sjukskrivning.

Hur får jag information om forskningsstudiens resultat?

När forskningsstudien är slutförd kan resultatet redovisas i en vetenskaplig publikation. Du kan då vända dig till ansvarig forskare för att få ta del av det som har framkommit. En sammanfattning kan också komma att presenteras för relevanta aktörer, exempelvis Region Stockholm och patientföreningar.

Är jag försäkrad när jag är med i forskningsstudien?

Stockholms universitet har genom Kammarkollegiet tecknat en samlingsförsäkring, Särskilt personskadeskydd (SPS), för personer som utan att vara anställda är besökare eller deltar i verksamhet vid Stockholms universitet och som har svenskt personnummer. Försäkringen ger ett personskadeskydd på skadeståndsrättslig grund som motsvarar arbetsskadeförsäkringens olycksfallsskydd.

Får jag ersättning för att vara med i forskningsstudien?

Ingen ersättning utgår för medverkan i forskningsstudien.

Är det frivilligt att vara med i forskningsstudien?

Det är helt frivilligt att ingå i forskningsstudien. Du har när som helst rätt att avböja att delta och behöver då inte ange anledningen till detta. Om du vill avbryta ditt deltagande under programmets gång meddelar du detta i behandlingsplattformen eller kontaktar ansvarig forskare. Om du vill avsluta din medverkan vid ett senare tillfälle kontaktar du ansvarig forskare. Oavsett om du avbryter programmet eller på annat sätt avslutar din medverkan, kommer annan vård eller behandling du får inte att påverkas. Inte heller din eventuella relation till Stockholms universitet eller medverkande forskare kommer att påverkas, utöver att ditt deltagande i studien avslutas.

Behandling av personuppgifter, hantering av data samt sekretess

Om du väljer att delta kommer projektet att använda viss information om dig. Dessa uppgifter inkluderar bland annat kön, ålder, utbildningsnivå och sysselsättning, uppgifter om ditt mående samt uppgifter om din upplevelse av programmet och behandlingsplattformen. Denna information kommer att samlas in genom att du besvarar frågor och frågeformulär samt eventuellt skickar egna meddelanden via behandlingsplattformen. Ett urval av forskningspersoner kommer också intervjuas om hur de upplevt programmen. Informationen eller en del av informationen kommer att kunna kopplas till dig bland annat genom din mejladress. Uppgifter som kan kopplas till dig på detta sätt räknas som personuppgifter enligt EU:s dataskyddsförordning 2016/679 (GDPR). Anledningen till att projektet behöver behandla sådana personuppgifter är forskning. Stockholms universitet är personuppgiftsansvarig för denna behandling. Den rättsliga grunden för

personuppgiftsbehandlingen är att utföra en uppgift av allmänt intresse enligt EU:s dataskyddsförordning, artikel 6.1.

Personuppgifterna kommer i första hand förvaras på/i den krypterade behandlingsplattformen. Vissa uppgifter kommer också att lagras i Stockholms universitets säkra lagringslösningar. Inga uppgifter kommer att överföras till ett tredjeland. För att projektet ska kunna utföras kommer medverkande i projektet ges tillgång till vissa eller samtliga uppgifter. Uppgifterna kommer att behandlas pseudonymiserade. Det innebär att dina uppgifter kopplas till en kod, till exempel 1234abcd, medan din faktiska identitet förblir anonym. Det enda sättet att identifiera dig som individ är då genom en så kallad kodnyckel. Endast ansvariga forskare kommer ha tillgång till kodnyckeln.

Uppgifterna kommer genomgående behandlas så att obehöriga inte kan ta del av dem. Efter att studien är klar kan dock avidentifierade uppgifter göras tillgängliga genom publicering i ett så kallat datarepositorium. Detta är för att de avidentifierade uppgifterna ska göras sökbara, tillgängliga, interoperabla och återanvändningsbara för granskning samt framtida projekt. Tillgängliggörande av uppgifter på detta sätt är i enlighet med FAIR-principerna och i linje med rekommendationer från Vetenskapsrådet. Här är ett exempel på hur vi tidigare gjort uppgifter tillgängliga enligt dessa principer: osf.io/awtg7

När projektet är avslutat kommer det som samlats in och behandlats inom projektet att sparas i minst 10 år. Detta inkluderar pseudonymiserade personuppgifter. Om materialet bedöms ha ett bestående värde kommer det att bevaras för framtiden.

Enligt EU:s dataskyddsförordning samt nationell kompletterande lagstiftning har du rätt att:

- återkalla ditt samtycke utan att det påverkar lagligheten av behandling som skett i enlighet med samtycket innan det återkallades
- begära tillgång till dina personuppgifter
- få dina personuppgifter rättade
- få dina personuppgifter raderade
- få behandlingen av dina personuppgifter begränsad.

Under vissa omständigheter medger dataskyddsförordningen samt kompletterande nationell lagstiftning undantag från dessa rättigheter. Rätten till tillgång till sina uppgifter kan exempelvis begränsas av sekretesskrav, och rätten att få uppgifter raderade kan begränsas av regler rörande arkivering. Om du vill åberopa någon av dessa rättigheter ska du ta kontakt med ansvarig forskare eller dataskyddsombudet vid Stockholms universitet (se kontaktuppgifter längre ned).

Om du är missnöjd med hur dina personuppgifter behandlas har du rätt att klaga hos Integritetsskyddsmyndigheten. Information om detta finns på myndighetens webbplats (imy.se).

Aktuell forskningsstudie har godkänts av Etikprövningsmyndigheten (Dnr: 2023-06983-01 och 2024-01200-02).

**Ansvarig för forskningsstudien och forskningsprojektet samt behörig företrädare för
forskningshuvudmannen**

Fredrik Jönsson

Professor

Prefekt

Psykologiska institutionen

Stockholms universitet

Albanovägen 12

106 91 Stockholm

Telefon: 08-16 38 76

Epost : fredrik.jonsson@psychology.su.se

Dataskyddsombud vid Stockholms universitet

Epost: dso@su.se