

INFORMACIJA APIE TYRIMĄ

Dėkojame už susidomėjimą programa. Dalyvaudami programoje, Jūs dalyvaujate ir programos vertinimo tyrime. Prieš sutikdami dalyvauti, atidžiai perskaitykite toliau esančią informaciją.

Projektui vadovauja Vilniaus universiteto psichologijos profesorius dr. Evaldas Kazlauskas; projekto partneris – Pasaulio sveikatos organizacija. Jei turite klausimų apie tyrimą, susisiekite el. paštu: stresasiratsparumas@fsf.vu.lt.

Projektas vykdomas gavus Psichologinių tyrimų etikos komiteto (250000-KT-67, 2024 m. gegužės 13 d.) ir Pasaulio sveikatos organizacijos etikos vertinimo komiteto (ERC.0004137, 2024 m. rugpjūčio 21 d.) leidimus.

Kodėl vyksta šis tyrimas ir koks yra jo tikslas?

Pasaulio sveikatos organizacija sukūrė internetinę pokalbių roboto principu sudarytą (angl. chatbot) programą STARS (Lietuvoje ją pavadinsime Sija), skirtą padėti jaunimui valdyti stresą bei prastą savijautą. Programa STARS buvo kuriama remiantis kitomis panašiomis programomis, kurias visame pasaulyje kuria ir vertina mokslinių tyrimų grupės.

Taigi, remiamės jau esama patirtimi ir kuriame tai, kas geriausiai galėtų atitikti žmonių, kuriems norime padėti, poreikius. Atlikdami mokslinį tyrimą, mes siekiame įvertinti šią programą ir išsiaiškinti, ar Lietuvos jaunimui ji yra naudinga.

Šio tyrimo tikslas – įvertinti, ar STARS programa yra tinkama siekiant padėti Lietuvos jaunimui mažinti stresą.

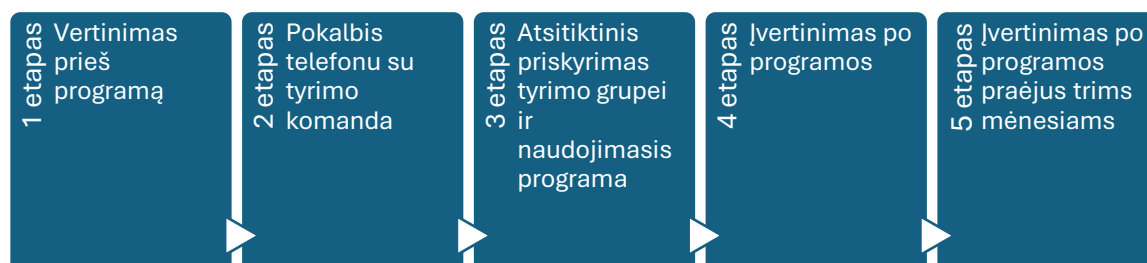
Kas gali dalyvauti šiame tyrime?

Tyrime gali dalyvauti asmenys, kurie:

- yra 18-25 metų amžiaus;
- gyvena Lietuvoje;
- turi galimybę viso tyrimo metu naudotis internetu ir įrenginiu su interneto prieiga.

Kiek laiko truks tyrimas ir ką man reikės daryti?

Visas tyrimas truks 5.5 mėnesio.



Tyrimą sudaro penki etapai:

1 etapas: vertinimas prieš programą

Jei susidomėjote dalyvavimu šiame tyrime, pirmiausia Jūsų bus prašoma užpildyti keletą klausimynų. Vertinimas prieš programą užtruks apie 30 minučių ir padės tyrimo grupei nuspręsti, ar galite dalyvauti šioje programoje. Vertinimą sudaro sociodemografiniai klausimai (pavyzdžiui, Jūsų amžius ir lytis) ir klausimai apie Jūsų psichologinę savijautą, stresą keliančius įvykius ir naudojimąsi sveikatos priežiūros paslaugomis.

2 etapas: pokalbis telefonu su tyrimo komanda ir įtraukimas į tyrimą

Užpildžius klausimynus, Jums paskambins tyrėjų komandos narys ir atsakys į visus Jums rūpimus klausimus apie tyrimą. Remdamasis Jūsų užpildytais klausimynais jis taip pat gali užduoti keletą papildomų klausimų apie Jūsų psichikos sveikatą ir saugumą. Po šio skambučio tyrėjų komanda informuos Jus, ar galėsite dalyvauti tyrime. Komanda taip pat gali nuspręsti, kad Jums gali būti tinkamesnė kitokia pagalba, ir suteiks daugiau informacijos apie tai. Tokiu atveju šiame tyrime dalyvauti negalėsite.

3 etapas: atsitiktinis priskyrimas tyrimo grupei ir naudojimasis programa

Tyrėjų komandai nusprendus, kad galite dalyvauti tyrime, atsitiktiniu atrankos būdu Jūs būsite priskirtas (-a) į vieną iš šių grupių: (1) pirmoji grupė naudosis pokalbių robotu paremta programa, o (2) antroji grupė gaus pagrindinę informaciją apie stresą ir jo valdymą. Tyrėjų komanda el. paštu informuos Jus, į kurią grupę Jus priskyrė.

Kas yra pokalbių robotu paremta programa STARS?

Pokalbių robotu paremtą programą STARS sudaro 10 internetinių sesijų, kuriose aptariami įvairūs streso valdymo būdai. Kiekviena sesija trunka apie 10-20 minučių. Dalyviai skatinami atlikti po dvi sesijas per savaitę. Jas galima atlikti namuose ar kitoje patogioje vietoje, naudojantis išmaniuoju telefonu arba nešiojamuoju kompiuteriu. Kiekvienos sesijos metu pristatomos naujos streso valdymo technikos ir skatinama jas taikyti kasdieniame gyvenime. Programos STARS tikslas – išmokyti Jus atpažinti ir sumažinti streso požymius bei skatinti teigiamus pokyčius Jūsų asmeniniame gyvenime, studijose / darbe ir santykiuose.

Kartą per savaitę, ne daugiau kaip penkis kartus per visą programą, Jums patogiu laiku žinute arba skambučiu su Jumis susisieks savanoris; jis Jums padės naudotis programa.

Jei sutiksite, kai kurie skambučiai bus įrašomi ir perklausomi programos supervizoriaus. Tai yra atliekama tam, kad būtų užtikrinama, jog gaunate tinkamą ir kokybišką pagalbą. Šie įrašai bus naudojami tik šiam tikslui ir prieinami tik tyrimo komandai. Prieš įrašinėjant pokalbį, savanoris visada paklaus Jūsų sutikimo. Turite teisę atsisakyti ir tai nedarys įtakos Jūsų gaunamai pagalbai. Pokalbiai bus parenkami atsitiktine tvarka. Jie bus sunaikinami iš karto projektui pasibaigus.

Kas yra pagrindinė informacija apie stresą ir jo valdymą?

Jei Jums nebus priskirta programa STARS, Jums bus suteikta pagrindinė informacija apie stresą ir pateikti tolesnės pagalbos kontaktai. Ši informacija bus pateikta vieną kartą be papildomos

informacijos ar kontakto kas savaitę. Jeigu jums nepavyks prisijungti prie šios informacijos, tyrimo administratorius gali su jumis susisiekti.

4 etapas: įvertinimas po programos

Po aštuonių savaitių nuo priskyrimo į tyrimo grupę Jūsų bus prašoma užpildyti antrą klausimynų rinkinį. Tai yra vadinama vertinimu po programos. Vertinimas užtruks apie 30 minučių.

5 etapas: įvertinimas po programos praėjus trimis mėnesiams

Po programos praėjus trimis mėnesiams Jūsų bus prašoma užpildyti trečią (paskutinį) klausimynų rinkinį. Tai yra vadinama vertinimu po programos praėjus 3 mėn. Vertinimas užtruks apie 30 minučių.

Ką apima vertinimas?

Klausimynai bus pildomi internetu naudojant saugią duomenų rinkimo platformą. Vertinimui prieš programą, po programos ir po programos praėjus trimis mėnesiams naudojami tie patys klausimynai. Juose pateikiami klausimai apie bendrą stresą, nerimą, depresiją, potrauminio streso simptomus, mintis apie savižudybę, Jūsų kasdienį funkcionavimą, savijautą, stresą keliančius įvykius, atsparumą, suvokiamą stigmą ir naudojimąsi sveikatos priežiūros paslaugomis. Jūsų atsakymai į šiuos klausimus prieš programą ir po jos padės mums suprasti, ar pokalbių robotu paremta programa STARS padeda sumažinti stresą, nerimą bei kitus nemalonius simptomus.

Kai reikės užpildyti klausimynus, mes su Jumis susisieksime telefonu, SMS žinute arba elektroniniu paštu.

Kai kuriems žmonėms iš pradžių gali būti sunku atsakyti į klausimus apie savo emocijas. Jei Jums sunku atsakyti į klausimynuose pateiktus klausimus, nedvejodami kreipkitės į mus. Maloniai prašome atsakyti į pateiktus klausimus. Jei negalite atsakyti į kurį nors klausimą, praleiskite jį.

Ar galėsiu nutraukti dalyvavimą šiame tyrime?

Jūsų dalyvavimas tyrime yra savanoriškas, priklauso tik nuo Jūsų apsisprendimo. Jeigu Jūs sutiksite dalyvauti tyrime, galėsite bet kuriuo tyrimo metu persigalvoti nepateikiant atsisakymo priežasties. Norėdami nutraukti dalyvavimą tyrime anksčiau laiko, turėsite susisiekti su tyrėjais toliau informuotame sutikime nurodytais kontaktais. Jums pageidaujant, pagrindiniai tyrimo tyrėjai per 5 d. d. sunaikins visą apie Jus turimą tyrimo informaciją.

Ar mano asmeniniai duomenys bus konfidencialūs?

Mes užtikriname Jūsų atsakymų konfidencialumą. Bus skelbiami tik apibendrinti ir nuasmeninti tyrimo rezultatai, kurie neleis identifikuoti atskirų tyrimo dalyvių. Jūsų prašysime pateikti tik el. pašto adresą ir telefono numerį, kad galėtume susisiekti su Jumis šio tyrimo tikslais. Pasibaigus tyrimui, Jūsų asmeniniai duomenys bus ištrinti. Prieigą prie Jūsų tyrimo duomenų turės tik projekto komanda. Duomenys bus saugomi konfidencialiai ir saugiai, pavyzdžiui, pašalinant vardus ir pavardes ir pakeičiant juos unikaliu kiekvieno asmens kodu.

Duomenys bus tvarkomi ir saugomi pagal Lietuvos Respublikos Asmens duomenų apsaugos įstatymą ir Vilniaus universiteto dokumentus:

- Asmens duomenų tvarkymo mokslinio tyrimo tikslais Vilniaus universitete taisyklės, patvirtintos 2015 m. lapkričio 23 d. Vilniaus universiteto rektoriaus Nr. R-452;
- Asmens duomenų tvarkymo Vilniaus universitete tvarkos aprašas, patvirtintas 2018 gegužės 25 d. Vilniaus universiteto rektoriaus Nr. R-316;
- Mokslinių tyrimų duomenų tvarkymo MIDAS taisyklės, patvirtintos 2017 m. balandžio 28 d. Rektoriaus įsakymu Nr. R-168;
- Vilniaus universiteto mokslinių tyrimų duomenų valdymo gairės, patvirtintos 2016 m. spalio 18 d. Senato nutarimu Nr. S-2016-9-3;
- Lietuvos Respublikos asmens duomenų teisinės apsaugos įstatymas Nr. I-1374 nauja redakcija 2018 m. birželio 30 d. Nr. XIII-1426.

Kaip bus naudojami projekto metu gauti rezultatai?

Tyrimo rezultatai bus naudojami rengiant mokslines publikacijas, mokslinius pranešimus ir viešus pranešimus. Jūs turėsite galimybę susipažinti su apibendrintais tyrimo rezultatais, kurie bus paskelbti Vilniaus universiteto Psichotraumatologijos centro tinklalapyje. Apie tai Jus informuosime el. paštu.

Nepateiksime informacijos, pagal kurią būtų galima identifikuoti Jus ar kitus tyrime dalyvavusius asmenis. Pateikiama informacija apie dalyvius bus apibendrinta (pavyzdžiui, kokiam procentui žmonių pagerėjo, kiek žmonių užbaigė tyrimą, koks vidutinis dalyvių amžius).

Jūsų duomenimis bus dalijamasi su mokslinių tyrimų partneriais Europos Sąjungoje

STARS tyrimas yra didesnės Europos mokslinių tyrimų grupės ADVANCE dalis. Nuasmenintais STARS tyrimo duomenimis bus dalijamasi su ADVANCE tyrimų partneriais, kad būtų atsakyta į papildomus tyrimų klausimus. Nuasmeninti duomenys – tai duomenys, kurių negalima susieti su asmenimis, nebent būtų pateikta konkretesnė informacija. Šią specifinę informaciją laikysime slapta ir niekam kitam, išskyrus mūsų tyrimų komandą, jos neatskleisime.

Papildomi mokslinių tyrimų klausimai apima tolesnius programos STARS veiksmingumo ir ekonominio efektyvumo tyrimus. Daugiau informacijos apie ADVANCE mokslinių tyrimų grupę galima rasti adresu: <https://advancementalhealth.ku.dk/>.

Dalijantis Jūsų (nuasmenintais) duomenimis su ADVANCE tyrimo partneriais, duomenys bus tvarkomi pagal Europos Sąjungos standartus siekiant užtikrinti jų saugumą ir konfidencialumą.

Ar galime naudoti Jūsų duomenis būsimiems tyrimams?

Pasibaigus šiam tyrimui, nuasmenintais duomenimis taip pat gali būti dalijamasi su mokslininkų grupėmis, atliekančiomis kitus svarbius jaunimo psichikos sveikatos tyrimus. Pavyzdžiui, dažnai tyrėjai sujungia daugelio panašių tyrimų rezultatus, kad geriau suprastų, kaip šios programos veikia ir kam jos veiksmingos. Iš duomenų, kuriais dalijamasi, nebus galima nustatyti Jūsų tapatybės.

Taip pat visiškai nuasmeninti duomenys, t. y. apibendrinti duomenys, kuriuose aprašomos tyrimo išvados, esant pagrįstam prašymui, bus pateikti kitoms tyrimų grupėms.

Sutikimo formoje galite nurodyti, ar su tuo sutinkate. Šiame tyrime vis tiek galite dalyvauti, jei neduodate sutikimo naudoti Jūsų duomenis būsimuose moksliniuose tyrimuose.

Kokia numatoma dalyvavimo nauda?

Programos dalyviai turės galimybę naudotis pokalbių robotu paremta programa, kurios metu gaus grįžtamąjį ryšį apie jų psichologinę savijautą bei galės įgyti streso mažinimo įgūdžių arba gauti pagrindinės informacijos apie stresą bei jo valdymą. Tyrimo dalyviams tai gali padėti valdyti patiriamą stresą ir pagerinti prastą savijautą. Jūsų dalyvavimas padės mums tobulinti psichologines programas, kurias ateityje galėsime taikyti dirbdami su jaunimu Lietuvoje ir kitose šalyse.

Ar gausiu atlygį?

Jei dalyvausite tyrime, negausite jokio užmokesčio, tačiau Jums bus pasiūlyta nedidelė kompensacija. Kiekvienas dalyvis (abiejose grupėse), atlikęs pakartotinį vertinimą, gaus 20 eurų vertės dovanėlę kaip padėką už skirtą laiką.

Ar dalyvavimas tyrime sukelia kokią nors riziką ar nepatogumų?

Tyrėjų komanda nenumato jokios rizikos Jūsų įprastai kasdienei veiklai. Vieninteliai nepatogumai yra laiko sąnaudos pildant tyrimo anketas bei dalyvaujant programoje. Kilus klausimams, tiek tyrimo metu, tiek po tyrimo, galėsite susisiekti su tyrėjais.

Jei perskaitėte aukščiau esančią informaciją ir turite klausimų, susisiekite su tyrėjais el. paštu stresasiratsparumas@fsf.vu.lt arba su tyrimo administratore Livija Žiemiene telefonu +37052686952 (pirmadieniais – penktadieniais nuo 9 iki 16 val.).