



TIEDOTE TUTKIMUKSESTA - HUOLTAJAT JA NUORI

ERI-WELL TUTKIMUS – KEINOJA ITSENSÄ RAUHOITTAMISEEN

1. Keinoja itsen rauhoittamiseen: pyyntö osallistua osatutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan Keinoja itsen rauhoittamiseen -taitoharjoitteluryhmää koskevaan tutkimukseen. Tutkimus on osa laajempaa ERI-Well-tutkimushanketta, jossa kehitetään koulujen hyvinvointityötä. Tässä osatutkimuksessa selvitetään Keinoja itsen rauhoittamiseen -taitoharjoitteluryhmän toimivuutta ja vaikuttavuutta. Tämä tiedote kuvaa kyseistä osatutkimusta ja siihen osallistumista. Tietosuojailmoituksessa on kerrottu henkilötietojesi käsittelystä ERI-Well-tutkimushankkeessa.

Tähän osatutkimukseen voivat osallistua taitoharjoitteluryhmään osallistuvat oppilaat, heidän huoltajansa ja ryhmänvetäjät. Ryhmän toimintaan osallistuvat nuoret peruskoulun vuosiluokilta 6–9 ja osallistujia ryhmässään on n. 10–30. Ryhmiä pyritään järjestämään kouluilla vuosittain. Tutkimukseen osallistuu nuoria, heidän huoltajiaan ja ryhmänvetäjiä useilta eri kouluilta pääasiassa peruskoulun vuosiluokilta 6–9. Teitä pyydetään osallistumaan tutkimukseen, koska nuori on osallistumassa Keinoja itsen rauhoittamiseen -taitoharjoitteluryhmään. Tämä on yksittäinen tutkimus. Teihin voidaan kuitenkin ottaa yhteyttä jatkotutkimusta varten (viivästetty seurantakysely), mikäli annat yhteydenottoon suostumuksesi.

2. Vapaaehtoisuus

Tähän tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Voit kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen, keskeyttää osallistumisen tai peruuttaa jo antamasi suostumuksen syytä ilmoittamatta milloin tahansa tutkimuksen aikana. Tästä ei aiheudu sinulle kielteisiä seurauksia eli voit osallistua ryhmään osallistumatta tutkimukseen. Tutkimukseen osallistumisessa sovelletaan sisäänotto- tai poissulkukriteerejä siltä osin, että tähän osatutkimukseen pyydetään vain niitä nuoria, jotka osallistuvat Keinoja itsen rauhoittamiseen -ryhmän toimintaan. Ryhmään voivat osallistua kaikki nuoret, jotka uskovat hyötyvänsä ryhmästä.

Keskeyttäessäsi tutkimukseen osallistumisesi tai peruuttaessasi antamasi suostumuksen, sinusta siihen mennessä kerättyjä tietoja käytetään osana tutkimusaineistoa, kun se on välttämätöntä tutkimustulosten varmistamiseksi.

3. Tutkimuksen kulku

Tässä osatutkimuksessa taitoharjoitteluryhmän tapaamisia on kerran viikossa tunnin ja yhteensä yhdeksän kertaa. Osa ryhmistä kokoontuu etänä ja osa kokoontuu yhteisessä tilassa. Etäryhmään voi osallistua nimettömästi. Ryhmässä tehtävät harjoitukset liittyvät Keinoja Itsensä Rauhoittamiseen –periaatteisiin ja aiheina ovat mm. ahdistus, tunteet,

ahdistavat ajatukset, kehon reaktiot, stressi ja sen säätely sekä toimintasuunnitelma ahdistavien tilanteiden varalle. Harjoituksia tehdään itsenäisesti ohjaajan opastuksella, lisää ohjeita tehtävien tekemiseen voi kysyä ohjaajalta. Jokainen osallistuja saa harjoitus- ja tietovihon, josta voi lukea tietoa ahdistuksesta ja sen hallinnasta ja jossa on harjoituksia kotona tehtäväksi.

Tutkimus koostuu ennen taitoharjoitteluryhmän alkua ja sen päätyttyä täytettävistä alku-, loppu- ja seurantakyselyistä sekä nuorelle ryhmän aikana tehtävistä pienistä kysymyksistä liittyen ryhmässä tehtäviin harjoituksiin. Yhteen kyselyyn vastaaminen kestää noin 10–15 minuuttia. Kyselyissä kysytään erilaisia asioita liittyen hyvinvointiin, omaan käyttäytymiseen, tunteisiin ja nuoren toimintaan. Ryhmänvetäjä kertoo koko ryhmälle ohjeet kyselyihin vastaamisesta. Vanhemman omassa kyselyssä kysytään niin vanhemman kuin nuoren hyvinvointiin, tunteisiin ja käyttäytymiseen liittyviä kysymyksiä. Lisäksi ryhmän jälkeen kysytään kokemuksia ryhmästä.

4. Tutkimuksesta mahdollisesti aiheutuvat hyödyt

Tutkimuksella pyritään kehittämään ryhmätoimintaa edelleen ja osallistumisesi mahdollistaa toiminnan kehittämisen sellaiseen suuntaan, että ryhmä palvelee oppilaita mahdollisimman hyvin. Lisäksi ryhmän vetäjä saa ryhmätason tietoa siitä, miten ryhmäläiset vastasivat kyselyihin, jolloin hän voi kehittää omaa toimintaansa ryhmien ohjaamisessa.

5. Tutkimuksesta mahdollisesti aiheutuvat riskit, haitat ja epämukavuudet sekä niihin varautuminen.

Tutkimukseen osallistumisesta ei odoteta aiheutuvan riskejä, haittoja tai epämukavuuksia tutkimukseen osallistuville oppilaille. Oppilaiden kyselyssä kysytään kuitenkin myös vaikeista asioista, esim. ahdistuksesta ja mielialasta. Taitoharjoitteluryhmä toteutetaan osana koulun oppilashuollon toimintaa ja tutkimushankkeessa tehdään tiivistä yhteistyötä oppilas- ja kouluterveydenhuollon kanssa. Mikäli kyselyyn vastaaminen tai ryhmän toiminta herättää oppilaassa mielteitä, joista haluaa puhua aikuisen kanssa, hän voi keskustella niistä luottamuksellisesti opettajan, tutkijoiden tai ryhmänvetäjän kanssa. Jos ryhmässä havaitaan jotain huolestuttavaa, oppilas voidaan ohjata olemaan yhteydessä oppilasterveydenhuoltoon tai keskustelemaan kahden kesken koulupsykologin tai kuraattorin kanssa ja hänen niin toivoessaan voidaan järjestää tapaaminen myös huoltajien kanssa osana oppilashuollon käytänteitä.

6. Tutkimuksen kustannukset ja korvaukset tutkittavalle sekä tutkimuksen rahoitus

Tutkimukseen osallistumisesta ei makseta palkkiota. (Rahoittaja lisätään tähän sen varmistuessa).

7. Tutkimustuloksista tiedottaminen ja tutkimustulokset

Tutkimuksesta valmistuu julkaisuja, opinnäytetöitä ja konferenssiesityksiä. Osallistujia ei voida tunnistaa tuloksista tai julkaisuista. Ryhmätason tulokset kerrotaan ryhmän vetäjälle.

8. Tutkittavien vakuutusturva

Jyväskylän yliopiston toiminta ja tutkittavat on vakuutettu. Vakuutus sisältää potilasvakuutuksen, toiminnanvastuuvakuutuksen ja vapaaehtoisen tapaturmavakuutuksen. Tutkimuksissa tutkittavat (koehenkilöt) on vakuutettu tutkimuksen ajan ulkoisen syyn aiheuttamien tapaturmien, vahinkojen ja vammojen varalta. Tapaturmavakuutus on voimassa mittauksissa ja niihin välittömästi liittyvillä matkoilla Jyväskylän yliopiston vakuutukset eivät ole voimassa etänä suoritettavissa

tutkimuksissa, jos tutkittavan kotikunta ei ole Suomessa. Jyväskylän yliopiston vakuutukset eivät ole voimassa, jos tutkittavan kotikunta ei ole Suomessa.

9. Lisätietojen antajan yhteystiedot

Tuija Aro, osatutkimuksen vastuullinen johtaja

puhelin: 040 805 3732

s-posti: tuija.i.aro@jyu.fi,

Osoite: KÄRKI Aa351.1, PL 35, 40014, Jyväskylän yliopisto