

Informatiebrief deelname LEMBO-onderzoek 'Leefstijl En Mentaal-welbevinden in het BeroepsOnderwijs'

Beste student,

Steeds meer jongeren hebben last van mentale problemen. Ze voelen zich bijvoorbeeld niet goed in hun vel, ervaren veel angst of zijn vaak nerveus. Tegelijkertijd hebben veel jongeren een ongezonde leefstijl. Ze bewegen te weinig, eten ongezond, roken, drinken veel alcohol, slapen te weinig en hebben last van stress. Al deze ongezonde gewoontes kunnen een negatieve invloed hebben op hoe je je voelt. Maar hoe leefstijl en mentale welzijn elkaar precies beïnvloeden, dat weten we nog niet helemaal. Om dit beter te begrijpen, starten we een onderzoek specifiek gericht op MBO-studenten. En we vragen jou om mee te doen!

Om erachter te komen hoe leefstijl en mentaal welzijn met elkaar samenhangen, vragen we MBO-studenten mee te doen aan ons onderzoek en een aantal vragenlijsten in te vullen. In deze korte brief leggen we dit verder uit, en als je nog meer wilt weten kan je altijd contact met ons opnemen.

Wat wordt er van jou verwacht?

Deelname houdt in dat je een digitale vragenlijst invult over je dagelijkse leefstijl: je eetgewoonten, rook- en vapedrag, alcohol- en drugsconsumptie, schermtijd, slaapduur, fysieke activiteit en zittijd. We vragen ook naar je gevoelens, of je bijvoorbeeld angstig, somber of depressief bent. Daarnaast vragen we naar je leerjaar, studieniveau, studierichting, naam van je school, leeftijd en geslacht. We vragen naar je geboorteland om te controleren of de groep representatief is. Daarnaast vragen we ook naar mentale stoornissen, omdat dit invloed kan hebben op je antwoorden. Het invullen neemt 30 tot 45 minuten in beslag. Je wordt ook uitgenodigd om na zes maanden en één jaar de vragenlijst opnieuw in te vullen.

Wat heb jij eraan?

Je hebt niet meteen een voordeel als je meedoet. Maar jouw bijdrage is heel belangrijk om meer te weten te komen over de leefstijl en de mentale gezondheid onder MBO-studenten. De uitkomsten kunnen helpen bij het ontwikkelen van manieren om deze te verbeteren. Mee doen geeft je de kans om bij te dragen aan wetenschappelijk onderzoek.

Een mogelijk nadeel is dat je de vragen moeilijk vindt. Of ze gaan over dingen die je liever niet wilt delen. Als je ergens geen antwoord op wilt geven, hoeft dat niet!

Wil je niet meedoen, of wil je stoppen met het onderzoek?

Je beslist zelf of je meedoet met het onderzoek. Deelname is vrijwillig. Als je besluit niet mee te doen, hoef je niks te doen. Besluit je mee te doen, dan kun je op elk moment stoppen, zelfs als je al begonnen bent met de vragenlijst of besluit deze na zes maanden of één jaar niet opnieuw in te vullen. Je hoeft niet te zeggen waarom je stopt. De gegevens die tot dat moment zijn verzameld, worden wel gebruikt voor het onderzoek.

Als je na het invullen van de vragenlijsten opmerkt dat je niet zo goed in je vel zit dan kun je dit altijd bespreken met jouw huisarts. Wanneer dat nodig is kan jouw huisarts je doorverwijzen naar een professional die kan helpen om je mentaal weer beter te voelen. Mocht je opmerken dat je leefstijl niet optimaal is kan je dit ook bespreken met je huisarts en die kan je ook doorverwijzen naar iemand die je kan helpen om je om gezonder te leven.

Informatie over gegevensverwerking

Wat doen jullie met mijn gegevens?

We verzamelen, gebruiken en bewaren je persoonsgegevens voor dit onderzoek, omdat dit nodig is om onze onderzoeksvragen te beantwoorden. Het gaat om je naam, gender, leeftijd, studieniveau en studierichting. Daarnaast verzamelen we via de vragenlijst gegevens over je levensstijl en mentaal welbevinden. Ook verzamelen we je telefoonnummer en e-mailadres om contact met je op te kunnen nemen voor het invullen van de vragenlijsten. We vragen je toestemming voor het gebruik van deze gegevens.

Gaan jullie veilig om met mijn gegevens?

Je gegevens worden alleen voor het onderzoek gebruikt en worden vertrouwelijk behandeld. Om zeker te zijn dat niemand weet over wie het gaat, wordt de vragenlijst anoniem gemaakt nadat je ze hebt ingevuld door je naam door een code te vervangen. Het onderzoek is goedgekeurd door de cETO, een commissie van de Open Universiteit die controleert dat ons onderzoek voldoet aan alle ethische normen voor onderzoek met mensen. Voor meer informatie over hoe we met je gegevens omgaan, kun je kijken op: www.ou.nl/privacy.

Hoe lang bewaren jullie mijn gegevens?

Onderzoeksgegevens moeten 10 jaar worden bewaard op een online afgeschermd opslagplaats van de Open Universiteit. Dit gaat over de anonieme gegevens, waar je naam veranderd is in een code.

Vergoeding voor meedoen

Deelname aan dit onderzoek kost je niets. Je ontvangt geen vergoeding.

Ondertekening toestemmingsverklaring

Wanneer je genoeg bedenktijd hebt gehad, vragen we je om mee te doen aan dit onderzoek. Als je mee wilt doen, geef je toestemming door de toestemmingsverklaring te ondertekenen. Als je je handtekening zet betekent dat dat je begrijpt wat het onderzoek inhoudt, en dat je mee wilt doen met het onderzoek.

Als je na het lezen van de brief nog vragen hebt of nog meer wilt weten, kun je op elk moment (voor, tijdens of na het onderzoek) contact op nemen met het onderzoeksteam.

Met vriendelijk groet,

Sifra Swagerman (onderzoeker)

Contact:

Lembo@ou.nl

T: 0610545953

Toestemmingsverklaring deelname LEMBO-onderzoek 'Leefstijl En Mentaal-welbevinden in het BeroepsOnderwijs'

Informed Consent

Beste student,

Dit is een toestemmingsverklaring. Als je deze ondertekent, dan kun je deelnemen aan het onderzoek. Lees de onderstaande punten nog even goed door, voor je je handtekening zet.

- Ik heb de informatiebrief gelezen. Ook kon ik vragen stellen. Mijn vragen zijn genoeg beantwoord. Ik had genoeg tijd gehad om te beslissen of ik meedoe.
- Ik weet dat meedoen vrijwillig is. Ook weet ik dat ik op ieder moment kan beslissen om toch niet mee te doen of te stoppen met het onderzoek. Daarvoor hoef ik geen reden te geven.
- Ik geef de Open Universiteit toestemming om mijn gegevens te verzamelen en gebruiken. Ik weet dat mijn gepseudoniemiseerde data (dat wil zeggen dat je naam vervangen is door een code) het bestand, waarin persoonsgegevens verwijderd zijn, voor 10 jaar zal worden bewaard.
- Ik geef hierbij toestemming voor het verzamelen van mijn persoonsgegevens
- Ik geef toestemming dat de gegevens die niet tot mij herleidbaar zijn, voor verder wetenschappelijk onderzoek gedeeld kunnen worden met andere onderzoekers.
- Ik geef toestemming voor het verzamelen en gebruiken van mijn gegevens voor de beantwoording van de onderzoeksvraag in dit onderzoek.
- Ik wil meedoen aan dit onderzoek

Naam deelnemer

Handtekening

Datum / /

Voor de onderzoeker:

Ik verklaar dat ik deze deelnemer volledig heb geïnformeerd over het genoemde onderzoek.

Als er tijdens het onderzoek informatie bekend wordt die de toestemming van de deelnemer zou kunnen beïnvloeden, dan breng ik hem/haar daarvan tijdig op de hoogte.

Naam deelnemer

Handtekening

Datum / /