

Tiedote osallistujille

Tutkimushanke ”Mental Health Promotion and Intervention in Occupational Settings” (Mielenterveyden edistäminen työpaikalla)

Tiedote osallistujille

Sinua on pyydetty osallistumaan tutkimukseen, jonka tarkoituksena on edistää mielen hyvinvointia työpaikalla sekä torjua mielenhäiriöihin liittyvää leimautumista. Ennen kuin päätät osallistumisestasi, sinun on tärkeää tietää, miksi tutkimusta tehdään ja mitä osallistumiseen liittyy. Pyydämme, että luet seuraavat tiedot huolellisesti. Otathan yhteyttä, jos jokin asia on epäselvä tai haluat lisätietoja.

Mistä hankkeessa on kysymys?

Masennus ja ahdistuneisuus ovat yleisimpiä työpaikalla esiintyviä mielenhäiriöitä Euroopan unionissa. Ne aiheuttavat kärsimystä, ja niiden kustannukset maailmantaloudelle tuottavuuden menetyksinä ovat triljoona euroa vuodessa. Pienissä ja keskisuurissa yrityksissä (pk-yrityksissä) työskentelevät ovat erityisen alttiita näille ongelmille. Useimmilla pk-yrityksillä on kuitenkin rajalliset valmiudet edistää mielenhäiriöitä ja tarjota mielenhäiriötoimia työntekijöilleen. Tämän Euroopassa ja Australiassa toteutettavan hankkeen tavoitteena on parantaa pk-yritysten työntekijöiden ja työnantajien mielenhäiriöitä ja mielen hyvinvointia sekä torjua masennusta ja itsetuhoisia ajatuksia.

Mihin tutkimus tähtää?

Tutkimuksen tavoitteena on tarkastella miten MENTUPP hankkeen materiaalit tehoa yhdeksän maan pk-yrityksissä. Sen avulla saadaan tietoa toimien toteutuksen laadusta ja tehosta sekä niihin osallistuneiden työntekijöiden ja työnantajien näkemyksistä ja kokemuksista. Tutkimukseen osallistuu pk-yritysten työntekijöitä ja työnantajia terveydenhuolto-, rakennus- sekä ICT aloilta. Hankkeen perimmäisenä tavoitteena on kuitenkin laajentaa ohjelmaa koskemaan kaikkia pk-yrityksiä. Hanke on erittäin ajankohtainen, kun otetaan huomioon koronaviruspandemian pitkäaikaisvaikutukset ihmisiin yleensä ja erityisesti niihin, joilla oli mielenhäiriöitä jo ennen pandemiaa.

Mitä hankkeeseen osallistuminen merkitsisi omalla kohdallani?

Hankkeeseen sisältyy satunnaistettu kliininen tutkimus, jossa vertaillaan kahta ryhmää: 1) ryhmä joka osallistuu mielenhäiriöitä edistäviin toimiin ja 2) ryhmä, joka ei osallistu heti.

Kaikki osallistujat pääsevät siis käyttämään verkossa tarjottavia mielenhäiriötoimia hankkeen

Ennen kuin toimet (tai odotusaika) alkavat, sinua pyydetään vastaamaan kyselyyn. Kyselyssä arvioidaan vastaajien hyvinvointia, työuupumusta, masennusoireita ja itsemurha-ajatuksia sekä avun hakemista. Sinua pyydetään myös täyttämään sosioekonomista asemaasi koskeva vakiomuotoinen lomake, joka sisältää kysymyksiä vastaajan sukupuolesta, iästä, kansallisuudesta ja koulutuksesta. Lomakkeella kerätään myös keskeisiä työhön, parisuhteeseen, perheeseen, terveyteen ja mielenhäiriöiden liittyviä tietoja.

Kyselyyn vastaaminen vie noin 30 minuuttia. Kyselyihin vastataan tutkimuksen kuluessa vielä kahdesti: 9 kuukautta ja 13 kuukautta ensimmäisen kyselyn jälkeen. Kun vastaat kyselyihin eri aikoina, pystymme tunnistamaan mahdolliset muutokset, joita toimiin osallistuminen on saanut aikaan.

Mitä hyötyä minulle on tutkimukseen osallistumisesta?

Tutkimuksessa tarjottavat toimet perustuvat näyttöön, joten niiden voidaan odottaa hyödyttävän osallistujia riippumatta siitä, onko heillä kliinisesti merkitseviä mielenhäiriöitä. Koska tutkimuksessa käytetään näyttöön perustuvia toimia, osallistujien odotettavissa oleviin hyötyihin voivat kuulua stressin ja työuupumuksen sekä masennus- ja ahdistusoireiden väheneminen sekä mahdollisesti mielenhäiriöiden ja sen häiriöihin liittyvän leimautumisen torjuminen. Tutkimuksen

odotetaan parantavan yleistä mielenterveyttäsi, mikä puolestaan vaikuttaa kokonaisvaltaiseen hyvinvointiisi ja työsuoritukseesi.

Aiemmat hankkeet ovat osoittaneet, että tutkimuksessa tarjotut toimet vaikuttavat myönteisesti mielenterveyteen. Kielteisiä vaikutuksia ei ole esiintynyt. Siksi tutkimuksella ei odoteta olevan kielteisiä vaikutuksia osallistujiin.

Kun otetaan huomioon koronaviruspandemian lyhyen ja pitkän aikavälin vaikutukset, kuten työntekijöiden kokema stressi ja ahdistuneisuus, mielenterveyshäiriöiden hoidon laadun ja mahdollisesti myös tehokkuuden heikkeneminen tai muut koronakriisiin liittyvät vaikutukset, hanke joka tarjoaa pk-yrityksille tukea erityisesti työntekijöiden masennuksen ja ahdistuneisuuden lievittämiseen on ajankohtainen.

Miten tietojani käytetään?

Antamiasi tietoja käytetään mielenterveyden ja mielen hyvinvoinnin selvittämiseen, mielenterveyteen ja mielen hyvinvointiin vaikuttavien tekijöiden tunnistamiseen sekä toimien hyötyjen arviointiin. Yksittäisen henkilön tietoja ei raportoida, vaan tulokset anonymisoidaan ja raportoidaan kaikkien kerättyjen tietojen osalta. Tietoja analysoivat tutkijat eivät tiedä osallistujien nimiä. Näin voidaan varmistaa, että osallistujien anonymiteetti säilyy kaikissa julkaisussa. Tutkimuksessa kerättyjä tietoja säilytetään 5 vuoden ajan tutkimuksen päättymisen jälkeen, antonyymiset tiedot tallennetaan mahdollisesti julkisiin tietovarastoihin, kuten EU:n Zenodo-tietovarastoon (zenodo.org).

Onko osallistumiseni hankkeeseen luottamuksellisesta tietoa?

Antamiasi tietoja käytetään vain tämän hankkeen mukaisiin tarkoituksiin. Jos haluat tarkistaa tietosi tai poistaa ne, voit milloin tahansa ottaa yhteyttä tutkimusryhmään alla olevia yhteystietoja hyödyntäen. Lisätietoja henkilötietojen säilyttämisestä ja suojaamisesta saat alla olevasta *tietosuojailmoituksesta*. Henkilötiedot hävitetään heti hankkeen loppuessa.

Osallistuminen

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Jos päätät olla osallistumatta, sinun ei tarvitse ilmoittaa syytä tai pelätä kielteisiä seurauksia. Jos päätät lopettaa hankkeeseen osallistumisen, voit ilmoittaa siitä [paikallisen tutkijan nimi], eikä tämä vaikuta millään tavalla asemaasi työpaikalla.

Kuka johtaa organisoii ja rahoittaa hanketta?

Hankkeen toteuttaja on monitieteellinen konsortio, jota johtaa professori Ella Arensman, tutkimusjohtaja, National Suicide Research Foundation (NSRF), Irlanti. Tutkimusta johtavat professori Ella Arensman, tutkimusjohtaja, National Suicide Research Foundation sekä tohtori Paul Corcoran, tutkimuspäällikkö, NSRF. Hanketta rahoittaa Euroopan komission Horizon 2020 -ohjelma.

Lisätietoja

Olen selvillä siitä, että jos minulla on kysyttävää tutkimuksesta, voin ottaa yhteyttä yllä mainittuun tutkimusjohtajaan. Ymmärrän, että THL:n tutkimuseettisen työryhmä on hyväksynyt tutkimuksen, ja jos haluan lisätietoja tutkimukseen liittyvistä oikeuksistani, voin ottaa yhteyttä

Johanna Cresswell-Smith, erikoisasiantuntija
Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Mannerheimintie 166, Helsinki 00271
Puh. 050 343 0398
Sähköposti: johanna.cresswell-smith@thl.fi
Verkkosivu: <https://thl.fi/fi>

Hanke on saanut rahoitusta Euroopan unionin Horizon 2020 -tutkimus- ja innovointiohjelmasta avustussopimuksella numero 848137. Esitetty aineisto ja näkemykset ovat yksinomaan tekijän/tekijöiden. Euroopan komissio ei ole vastuussa esitettyjen tietojen käytöstä.