

Informatiebrief

Geachte geïnteresseerde,

Graag willen wij je vragen om deel te nemen aan het wetenschappelijk onderzoek, genaamd:

'Mentale veerkracht en welbevinden:

Hoe dragen emotieregulatie, flexibiliteit en psychologische hulpbronnen bij aan welbevinden?'

Meedoen is geheel vrijwillig. Voordat je beslist of je wilt meedoen, informeren wij je via deze brief over wat het onderzoek inhoudt. Lees deze informatie rustig door en geef het bij de hoofdonderzoeker aan als je nog vragen hebt. De contactgegevens staan aan het eind van deze brief vermeld.

1. Achtergrond van het onderzoek

Mentale veerkracht en welbevinden spelen een belangrijke rol in hoe mensen omgaan met dagelijkse uitdagingen, stress en tegenslagen. Niet alleen de afwezigheid van psychische klachten is hierbij van belang, maar juist ook de mate waarin mensen zich emotioneel, psychologisch en sociaal goed voelen.

In dit onderzoek staat de vraag centraal hoe verschillende psychologische hulpbronnen bijdragen aan het mentaal welbevinden van volwassenen. We richten ons daarbij onder andere op emotieregulatie (de manier waarop mensen omgaan met hun emoties), cognitieve flexibiliteit (het vermogen om zich aan te passen aan veranderende omstandigheden) en hulpbronnen zoals zelfwaardering, en veerkracht.

2. Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is om beter te begrijpen welke factoren het mentaal welbevinden ondersteunen en hoe deze factoren onderling samenhangen. Door deze kennis te vergroten, kan inzicht worden verkregen in wat mensen helpt om veerkrachtig te blijven en zich mentaal goed te voelen, ook in uitdagende situaties.

De resultaten van dit onderzoek dragen bij aan wetenschappelijke kennis over mentaal welbevinden en kunnen op termijn aanknopingspunten bieden voor preventie en ondersteuning gericht op het versterken van psychologische veerkracht.

Wie kan deelnemen aan het onderzoek?

Je kunt deelnemen aan het onderzoek als je:

- 18 jaar of ouder bent;
- Toegang hebt tot internet;
- Voldoende begrip hebt van de Nederlandse taal.

Wanneer je niet voldoet aan de bovenstaande criteria kun je niet deelnemen aan het onderzoek. Indien je vragen hierover hebt, kun je contact opnemen met het onderzoeksteam.

3. Wat meedoen inhoudt en wat wordt er van je verwacht

Wanneer je voldoet aan de criteria voor deelname en besluit deel te nemen aan het onderzoek,

vragen wij je om een online vragenlijsten in te vullen. Deelname aan het onderzoek zal ca. 10-15 minuten van je tijd in beslag nemen.

4. Mogelijke voor- en nadelen

Met jouw deelname draag je bij aan het vergroten van wetenschappelijke inzichten in factoren die het mentaal welbevinden en het omgaan met emoties ondersteunen. Sommige vragen in dit onderzoek kunnen wellicht bepaalde gevoelens oproepen. Mocht je behoefte hebben om hierover te praten, neem dan contact op met de hoofdonderzoeker. Indien gewenst, kan deze je ook doorverwijzen naar een vertrouwenspersoon. Neem contact op met jouw huisarts wanneer je psychische problemen ervaart door het beantwoorden van de vragen.

5. Als je niet wilt meedoen of wilt stoppen met het onderzoek

Je beslist zelf of je meedoet aan het onderzoek. Deelname is vrijwillig. Als je niet wilt deelnemen, dan heeft dat geen nadelige gevolgen voor je. Als je wel meedoet, kun je je altijd bedenken en toch stoppen, ook tijdens het onderzoek. Je hoeft niet te zeggen waarom je stopt en ook geen contact met ons op te nemen hierover. Stoppen kan gewoon door de vragenlijst af te breken en de webpagina te verlaten. De gegevens die tot dat moment zijn verzameld, mogen worden gebruikt voor het onderzoek.

6. Einde deelname

Jouw deelname aan het onderzoek eindigt zodra je de vragenlijst hebt ingevuld. Nadat alle deelnemers de vragenlijsten hebben afgerond, is het onderzoek volledig afgerond. Na verwerking van alle gegevens kan de onderzoeker je – indien gewenst – informeren over de belangrijkste uitkomsten van het onderzoek. Dit gebeurt naar verwachting ongeveer zes maanden na jouw deelname. Aan het einde van de vragenlijst heb je de mogelijkheid om hiervoor je e-mailadres achter te laten. Deze contactgegevens worden afzonderlijk van de onderzoeksgegevens bewaard en kunnen niet worden gekoppeld aan jouw antwoorden. Deze informatie blijft anoniem.

7. Gebruik en bewaren van gegevens

Om deelnemers na afloop van het onderzoek te kunnen voorzien van een terugkoppeling met de belangrijkste onderzoeksresultaten, vragen wij om een e-mailadres. Het invullen hiervan is vrijwillig. Daarnaast worden in het onderzoek de volgende demografische gegevens uitgevraagd:

- Leeftijd (in jaren)
- Geslacht (*niet verplicht*)
- Gender (*niet verplicht*)
- Hoogst voltooide opleiding
- Wel of niet militair
- Moedertaal
- Huidige diagnose(s) van psychische aandoening(en) (*niet verplicht*)
- Eerdere diagnose(s) van psychische aandoening(en) (*niet verplicht*)
- Ernst van (huidige of eerdere) psychische aandoening(en) (*niet verplicht*)

Het verzamelen, gebruiken en bewaren van deze gegevens is noodzakelijk om de onderzoeksvragen die in dit onderzoek centraal staan te kunnen beantwoorden. De uitkomsten van het onderzoek kunnen worden gedeeld met collega's en worden opgenomen in rapportages en/of wetenschappelijke publicaties. Alle gegevens worden hierbij volledig anoniem verwerkt en bevatten nooit informatie die tot individuele deelnemers te herleiden is. De verzamelde data zal worden gebruikt voor bachelortheses van studenten.

Vertrouwelijkheid van gegevens

Om jouw privacy te beschermen, krijgen je gegevens een code. Je e-mailadres en andere gegevens die jou direct kunnen identificeren worden daarbij weggelaten. Je gegevens worden op deze wijze versleuteld. De sleutel van de code blijft veilig opgeborgen binnen de Open Universiteit. Enkel de betrokken hoofdonderzoeker hebben toegang tot deze gegevens. Jouw e-mailadres wordt verwijderd zodra het onderzoek is afgerond.

Controle van verzamelde gegevens

Om te kunnen beoordelen of het onderzoek op een betrouwbare wijze is uitgevoerd, kan een visitatiecommissie inzage krijgen in alle informatie die is verzameld in het onderzoek.

Bewaartermijn gegevens

De geanonimiseerde gegevens worden gedurende de wettelijke voorgeschreven termijn van 10 jaar (voor mensgebonden wetenschappelijk onderzoek) door de Open Universiteit bewaard.

Meer informatie over uw rechten bij verwerking van gegevens

Voor algemene informatie over jouw rechten bij verwerking van persoonsgegevens kun je de website van de Autoriteit Persoonsgegevens raadplegen. De privacy disclaimer van de Open Universiteit vind je via www.ou.nl/privacy.

8. Verzekering voor deelnemers

Mocht er door deelname aan dit onderzoek schade voor je ontstaan, dan kan deze schade vergoed worden vanuit de verzekering van de Open Universiteit. Je kunt dan contact opnemen met Henri ter Huurne (henri.terhuurne@ou.nl).

9. Vragen?

Bij vragen kun je contact opnemen met het onderzoeksteam via mentaal.welzijn@ou.nl.

10. Ondertekening toestemmingsformulier en start van het onderzoek

Als je na voldoende bedenktijd hebt besloten deel te nemen aan dit onderzoek, dan kun je via deze link de toestemmingsverklaring lezen: <https://o4u.ou.nl/mentale-veerkracht-en-welbevinden-1>. Bij aanvang van het onderzoek wordt je gevraagd toestemming te geven voor het verzamelen en gebruiken van jouw gegevens, zoals eerder in deze brief is toegelicht. Door aan te geven dat je akkoord gaat, bevestig je dat je de verstrekte informatie hebt ontvangen en begrepen en dat je instemt met deelname aan het onderzoek. Na het geven van digitale toestemming kun je starten met het invullen van de vragenlijsten.

Contactgegevens voor de Open Universiteit

Onderzoeksteam: mentaal.welzijn@ou.nl

Hoofdonderzoeker, dr. Astrid Meesters: astrid.meesters@ou.nl

In geval van klachten kun je hier terecht:

- Website <https://www.ou.nl/klachten-en-geschillen>
- Telefoon +31 45 5762631
- Mail 1-loketKlachtenengeschillen@ou.nl

Voor meer informatie over gegevensbescherming kun je terecht bij de functionaris van de OU:

Mv. S.E.M. van der Westen LLB +31 45-5762431
FG@ou.nl

Voor meer informatie over jouw rechten: www.ou.nl/privacy