

Onderzoek naar het vergroten van welbevinden door middel van verbeelding

Informatie voor deelnemers

Enschede, Mei 2017

Geachte heer, mevrouw,

Wij vragen u vriendelijk om deel te nemen aan het wetenschappelijk onderzoek 'Verbeelding & Welbevinden'. We willen onderzoeken of het oefenen van je verbeelding via een mobiele applicatie leidt tot een hoger welbevinden. Deelname is geheel vrijwillig. U beslist zelf of u wilt meedoen aan dit onderzoek. Het is belangrijk dat u beschikt over alle informatie over het onderzoek zodat u een goede beslissing kunt nemen. Lees deze informatiebrief daarom rustig door. Bespreek de inhoud met uw partner, vrienden of familie. Mocht u na het lezen van deze informatie nog vragen hebben, dan kunt u deze stellen aan Mirjam Radstaak. Onderaan de brief vindt u haar contactgegevens. U hoeft niets te doen wanneer u besluit niet mee te doen. Als u wel meedoet, kunt u zich tijdens het onderzoek altijd bedenken en toch stoppen. U hoeft daarvoor geen reden op te geven.

Over dit onderzoek heeft de Ethische Commissie van de Universiteit Twente een *positief oordeel* uitgebracht. De voor dit onderzoek internationaal vastgestelde richtlijnen zullen nauwkeurig in acht worden genomen.

Doel van het onderzoek

De Universiteit Twente heeft tezamen met de Universiteit van Valencia op basis van nieuwe wetenschappelijke inzichten een mobiele applicatie ontwikkeld die de verbeelding stimuleert. Deze mobiele applicatie is bedoeld voor mensen vanaf 18 jaar die zelfstandig aan de slag willen om hun welbevinden te vergroten. Het doel van dit onderzoek is om vast te stellen of het gebruik van de mobiele applicatie kan helpen om plezier en tevredenheid te vergroten.

Wie voert het onderzoek uit?

Het onderzoek wordt uitgevoerd door de Universiteit Twente en de Universiteit van Valencia.

Wie kunnen deelnemen aan het onderzoek?

Het onderzoek is bedoeld voor mensen die het gevoel hebben met meer tevredenheid, plezier en interesse te kunnen leven. U vindt dat u best wat hoopvoller naar de toekomst mag kijken of tevredener mag zijn over uw verleden. U heeft behoefte aan ondersteuning bij het vergroten

van uw welbevinden en denkt dat uw verbeelding daarbij kan helpen. U kunt meedoen aan het onderzoek als u 18 jaar of ouder bent en een verminderd welbevinden heeft. Omdat het onderzoek zal worden uitgevoerd met behulp van een mobiele applicatie is het noodzakelijk dat u over een smartphone bezit inclusief internetverbinding. Ook dient u de Nederlandse taal in voldoende mate te beheersen, toegang te hebben tot een computer en te beschikken over een e-mailadres.

Wie kunnen niet deelnemen aan het onderzoek?

De mobiele applicatie is niet bedoeld voor mensen met ernstige angst- of depressieve klachten. In dat geval adviseren we u om contact op te nemen met uw huisarts. Mensen die een optimaal welbevinden ervaren (floreren) kunnen ook niet meedoen.

De mobiele applicatie

Gedurende twee weken zal u worden gevraagd om vijf minuten per dag uw verbeelding te oefenen. Na deze oefening volgen een aantal korte vragen. Deze oefeningen zijn gericht op uw dagelijkse activiteiten, uw verleden of uw toekomst.

Geen therapie

Het is belangrijk om te beseffen dat de oefeningen geen therapie zijn. U bent zelf verantwoordelijk voor uw welbevinden en het zoeken van hulp wanneer u dat eventueel nodig heeft.

Hoe kunt u zich aanmelden voor het onderzoek?

Als u mee wilt doen aan het onderzoek vragen wij u zich aan te melden op de website www.utwente.nl/nl/bms/verbeelding/aanmelden. U dient vervolgens toestemming te geven voor deelname aan het onderzoek. U gaat dan akkoord met de voorwaarden voor deelname. Ter informatie vindt u deze toestemmingsverklaring ook op de website. Daarnaast wordt u gevraagd om een aantal screeningsvragen in te vullen om te kijken of u binnen de doelgroep valt. Het invullen neemt ongeveer 5 à 10 minuten in beslag. U kunt zich uiterlijk tot en met zondag 14 Mei 2017 aanmelden voor het onderzoek. U ontvangt maandag 15 Mei 2017 per e-mail bericht van ons of u kunt meedoen.

Wat wordt er van u verwacht?

De mobiele applicatie

Het is belangrijk dat u gemotiveerd bent om vijf minuten per dag gedurende twee weken uw verbeelding te oefenen. Ook bent u bereid om elke dag enkele korte vragen te beantwoorden.

Vragenlijsten

In een periode van 6 weken, vragen we u 4 keer een vragenlijst in te vullen voor het onderzoek. U ontvangt de vragenlijsten op een door u opgegeven e-mailadres. De eerste vragenlijst ontvangt u bij de start van het onderzoek, de andere vragenlijsten ontvangt u na 1 week, na 2

weken en na 6 weken. Alle vragenlijsten vult u online in, bijvoorbeeld thuis op uw computer. Het invullen neemt per keer ongeveer 15 tot 20 minuten in beslag.

Wanneer begint het onderzoek?

Wanneer u door de screening bent gekomen zal u op maandag 15 Mei 2017 een e-mail ontvangen met een link naar de eerste vragenlijst. Op het moment dat u deze vragenlijst heeft ingevuld wordt uw deelname als volledig beschouwd. Na het invullen van de eerste vragenlijst ontvangt u een e-mail met de instructies voor het downloaden van de mobiele applicatie. Het gebruik van de mobiele applicatie voor het oefenen van uw verbeelding zal starten op dinsdag 30 mei 2017.

Voor- en nadelen van deelname aan dit onderzoek

Voordelen van deelname zijn:

- U krijgt gratis een mobiele applicatie aangeboden
- U levert een belangrijke bijdrage aan de kennis over de werkzaamheid van de mobiele applicatie
- We verwachten dat de mobiele applicatie uw welbevinden zal vergroten

Nadelen van deelname zijn:

- Deelname aan het onderzoek heeft tot gevolg dat u op vier momenten een vragenlijst moet invullen. Dit kost circa 15 tot 20 minuten per keer.

Beloning

Alle deelnemers aan het onderzoek kunnen gratis de mobiele applicatie gebruiken. Daarnaast maken alle deelnemers die vier keer de vragenlijst invullen (+ de korte screeningsvragenlijst) kans op één van de volgende prijzen:

- 20 x bol.com waardebon ter waarde van 10 euro
- 5 x bol.com waardebon ter waarde van 50 euro
- 1 x bol.com waardebon ter waarde van 100 euro

De waardebonnen worden aan het eind van het onderzoek per e-mail toegestuurd.

Privacy

Uw persoonlijke gegevens en uw antwoorden op de vragenlijsten worden vertrouwelijk behandeld en gecodeerd opgeslagen. Dit betekent dat er een code wordt gegeven aan uw gegevens, die niet naar u herleidbaar is. De antwoorden op de vragenlijsten worden los van uw persoonlijke gegevens bewaard. Wij zijn verplicht uw onderzoeksgegevens en persoonsgegevens 15 jaar te bewaren (dus los van elkaar). Daarvoor geeft u toestemming als u meedoet aan dit onderzoek. Gedurende de looptijd van het onderzoek kunt u altijd contact opnemen met de onderzoeker wanneer u inzage in uw gegevens wilt hebben. Uw gegevens worden alleen voor dit onderzoek gebruikt en met niemand anders gedeeld.

Onafhankelijk advies

Wilt u graag een onafhankelijk advies over deelname aan dit onderzoek? Dan kunt u terecht bij een onafhankelijk deskundige, dhr. Peter ten Klooster (e-mail: p.m.tenklooster@utwente.nl, tel: 053 – 489 6056). Hij is niet direct bij het onderzoek betrokken, maar wel voldoende op de hoogte om uw vragen te beantwoorden.

Klachten

Wij proberen het onderzoek zo goed mogelijk uit te voeren. Toch kan het voorkomen dat u klachten heeft over het onderzoek. U kunt dit melden bij dhr. Ernst Bohlmeijer (e-mail: e.t.bohlmeijer@utwente.nl, tel: 053 – 489 6046)

Vragen

Mocht u nog vragen hebben na het lezen van deze brief, dan kunt u altijd contact opnemen met de uitvoerder van het onderzoek, mw. Mirjam Radstaak (e-mail: verbeelding@utwente.nl, tel: 053 – 489 6573).