

18. ágúst, 2018

Kæri viðtakandi,

Ég heiti dr. Gunnar Örn Ingólfsson og er sálfræðingur. Í samvinnu með Þorsteini Kristjáns Jóhannssyni framhaldsskólakennara og tölvufíkil í bata erum við að vinna að því fyrir Félag áhugafólks um tölvu og netfíkn að þróa úrræði fyrir einstaklinga sem ofnota tölvur. Markmið þessa bréfs er að upplýsa þig um hvað innifelst í þátttöku í meðferðinni og rannsóknarverkefninu, veljir þú að taka þátt í því.

Úrræðið og rannsóknin beinast að þeim sem eiga við tölvuvanda að stríða og eru tilbúnir til að vinna í sínum málum. Vonast er til þess að rannsókn þessi muni veita góða yfirsýn yfir það hvort að úrræði sem þetta geti hjálpað einstaklingum sem ofnota tölvur. Þessar upplýsingar verða nýttar til að efla úrræðið frekar og fræða aðra um hvernig úrræði sem þessi geta gengið eftir. Sambærileg rannsókn hefur ekki áður verið gerð á Íslandi.

Þetta úrræði er öllum að kostnaðarlausu og það er hægt að hætta þátttöku hvenær sem er í ferlinu, hvort sem er í meðferðinni eða rannsókninni, en ástundun er mikilvæg. Þáttökuskilyrði eru þau að þú talir íslensku, búir á Íslandi og sért eldri en 18 ára. Ef einstaklingur kys að vera ekki hluti af rannsókninni, þá munu gögn einungis vera geymd í sjúkraskrá viðkomandi, sem er ótengd rannsóknargögnum.

Skipulag:

- Áður en meðferð hefst hittir hver þátttakandi sálfræðing í 30 mínútur. Þar fer fram viðtal og matskvarðar eru lagðir fyrir.
- Meðferðin sjálf er í átta vikur og í hverjum hóp eru sex þátttakendur. Í hverri viku er eftirfarandi gert.
 - a. 1,5 klst skyldumæting – Hóptími með sálfræðingi
 - b. 1,5 klst skyldumæting – Lokaður stuðningshópur með tölvufíkil í bata. Ekki unnið með 12 spora kerfið.
 - c. 1 klst – Opinn stuðningshópur. Ekki skyldumæting en mælum með að mætt sé á þessa fundi.
- Eftir vikurnar átta er síðasti hóptími með sálfræðingi þar sem matskvarðar verða aftur lagðir fyrir.
- Sex mánuðum eftir að úrræði er lokið boðar sálfræðingur þátttakendur í síðasta viðtal. Þar fer fram annað 30 mínútna viðtal og matskvarðar eru lagðir fyrir í síðasta sinn.
- Allir þátttakendur fá sendar til sín niðurstöður á rannsókn þegar henni er lokið.

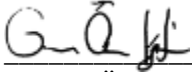
Svör þín við matskvörðum og í viðtölum verða ekki rekjanleg þar sem nöfn og aðrar persónugreinanlegar upplýsingar munu hvergi koma fram í umfjöllun, greinum eða skýrslum.

Ekki er talið að nein áhætta fylgi þátttöku í rannsókninni. Ef einhverjar spurningar vakna varðandi rannsóknina, vinsamlega hafðu samband við ábyrgðarmann.

Hagsmunatengsl:

Dr. Gunnar Örn Ingólfsson fær greiðslur af styrktarfé við hönnun og framkvæmd þessa verkefnis. Í mögulegu framhaldi af verkefninu, ef fleiri styrkir fast, þá getur ábyrgðarmaður haft bæði beinan og óbeinan fjárhagslegan hagnað. Einnig sem sá aðili sem er að hanna meðferðarhópin og rannsóknina þá mun ábyrgðarmaður hafa persónulegan hagnað í því að það gangi vel og að þátttakendur komi sáttir úr meðferðinni og þátttöku í rannsókninni. Sér í lagi þar sem

ábyrgðarmaður er sjálfstætt starfandi sálfræðingur og getur hagnast á jákvæðu orðspori og umræðu (óbeinn hagnaður). Þriðji mögulegi hvati til að það komi marktækar niðurstöður, er sá að ábyrgðarmaður hefur áhuga á að skrifa vísindagrein uppúr rannsóknargögnunum. Meðrannsakandi, Þorsteinn Kristján Jónsson mun einnig fá greiðslur fyrir vinnu á skýrslu, hönnun meðferðar og stuðningshóps og fyrir vinnu með stuðningshópum.



Gunnar Örn Ingólfsson, Ph.D.

Sálfræðingur

+354-546-0444

gunnar@salrvk.is