Deltagarinformation – Återhämtning för ett hållbart arbetsliv vid skiftarbete

Det här studien handlar om återhämtning vid oregelbundna arbetstider och drivs av forskare vid Stockholms universitet. I det här dokumentet får du information om studien, och vad det innebär att delta.

VAD ÄR DET FÖR PROJEKT OCH VARFÖR VILL VI ATT DU SKA DELTA?

Bakgrunden till projektet är att återhämtning (sömn och andra återhämtande aktiviteter) har lyfts fram i forskning som en viktig faktor för att främja hälsa och säkerhet i arbetslivet. När man har oregelbundna arbetstider är återhämtning sannolikt extra viktigt, eftersom arbetstiderna i sig (utöver arbetsbelastningen) kan vara påfrestande. Samtidigt kan det vara utmanande att få till återhämtning vid skiftarbete, när arbetstiderna varierar. Mer kunskap om återhämtning är viktigt för att främja ett hållbart arbetsliv.

VARFÖR GÖRS UNDERSÖKNINGEN?

Syftet med studien är att ge kunskap om återhämtning i relation till arbetstider och arbetsbelastning, samt att ge underlag för rekommendationer på individ- och organisationsnivå som kan bidra till att förebygga hälso- och säkerhetsrisker vid oregelbundna arbetstider eller skiftarbete.

HUR GÅR DET TILL?

Deltagande innebär att du besvarar en enkät vid din dator eller mobiltelefon. Enkäten tar ungefär 15 minuter att besvara och innehåller frågor om arbetstider, arbetsmiljö, sömn, återhämtning på fritiden, balans mellan arbete och privatliv, samt hälsa.

VEM KAN DELTA?

Du som har oregelbundna arbetstider eller jobbar skift, arbetar minst 50 % och kan läsa/skriva svenska har möjlighet att delta i studien. Deltagande är frivilligt. Du kan när som helst avbryta ditt deltagande utan att uppge varför, och du kan välja att inte svara på frågor i enkäten.

ERSÄTTNING OCH FÖRSÄKRING

Ingen ekonomisk eller annan ersättning utgår. Ingen försäkring föreligger via Stockholms universitet.

HUR DATA HANTERAS

Inga direkta personuppgifter som namn eller personnummer kommer att samlas in i enkäten. De enda indirekta personuppgifter som hanteras i projektet är IP-adresser som loggas av webbservern, där enkätverktyget är installerat. Den rättsliga grunden för behandling av personuppgifterna är att utföra forskning som är av allmänt intresse. Ingen kodnyckel kommer att finnas, vilket innebär att ingen information kommer att gå att härleda till någon enskild individ. Risken för integritetsintrång bedöms som mycket låg, då inga direkta personuppgifter samlas in i projektet och inga uppgifter kan kopplas till någon viss person. Enkätverktyget ”Survey & Report” tillhandahålls av Stockholms universitet och lever upp till tillämpliga krav på dataskydd. Insamlade enkätdata kommer att förvaras på en skyddad server på Stockholms universitet. Ingen obehörig kommer att få ta del av data. Andra möjliga risker med att delta i projektet (ex. känslor av obehag/påfrestning) bedöms som låga. Du kan välja att inte svara på enskilda frågor utan att behöva uppge varför och du kan när som helst välja att avbryta ditt deltagande utan att ange något skäl.

Insamlade data kommer att lagras i minst 10 år efter att projektet är avslutat enligt regler för bevarande och gallring. Eftersom ingen insamlad data kan kopplas till någon enskild individ kan du som deltagare inte ta del av, rätta eller ta bort personliga data som du lämnat i enkäten. Om du har synpunkter på behandlingen av dina personuppgifter kan du vända dig till dso@su.se. Om du är missnöjd med hur dina personuppgifter behandlas har du rätt att framföra klagomål till Integritetsskyddsmyndigheten, som är tillsynsmyndighet: www.imy.se eller 08-657 61 00.

ANSVARIG FÖR PROJEKTET

Forskningshuvudman för projektet är Stockholms universitet. Med huvudman menas den organisation som är ansvarig för projektet. Stockholms universitet är en statlig myndighet, och har skyldighet att följa bestämmelser om allmänna handlingar, sekretess, dataskydd och arkivering. Forskningsprojektet är godkänt av Etikprövningsmyndigheten (Dnr 2025-02634-01). Ansvarig forskare och projektledare för studien är Marie Söderström.

VID FRÅGOR

Om du har frågor är du välkommen att kontakta projektledare Marie Söderström.

Marie Söderström, forskare (PhD), leg psykolog
Psykologiska Institutionen, Stockholms Universitet
Marie.Soderstrom@su.se
070-1719329