Haluatko osallistua tutkimukseen?
Lue tiedote ja täytä suostumuslomake
skannaamalla QR-koodi:

HUOLTAJAN TUTKIMUSTIEDOTE

SUNRISE Finland -seurantatutkimus:

Liikkuminen, paikallaanolo, uni, digitaalisen median käyttö sekä terveys ja hyvinvointi varhaislapsuudesta kouluikään

Hyvä huoltaja,

Lapsesi kutsuttiin vuosina 2022–2023 SUNRISE Finland -tutkimukseen 3–4-vuotiaana. Yhteensä 1081 lasta ja 1485 huoltajaa osallistui Helsingissä, Espoossa, Turussa, Kuopiossa, Oulussa tai näiden kaupunkien läheisillä alueilla. Haluaisimme nyt kutsua perheesi mukaan tutkimuksen seurantavaiheeseen, jossa tutkimme lapsia heidän siirtyessään kouluikään.

SUNRISE Finland -seurantatutkimuksen toteuttaa Folkhälsanin tutkimuskeskus yhteistyössä Helsingin yliopiston, Oulun ODL Liikuntaklinikan ja Oulun yliopiston kanssa. Tutkimus on saanut rahoitusta mm. Suomen Akatemialta.

Jos haluat sinun ja lapsesi osallistuvan tutkimukseen, täytä sähköinen suostumus (**linkki ja QR-koodi suostumuksen antamiseen löytyvät tästä tiedotteesta)**. Lisäksi toivomme, että mahdollisuuksien mukaan ilmoitat meille myös lapsen toisen huoltajan sähköpostin, jos hän ei ole saanut kutsua tutkimukseen. Suostumuksen annettuasi voit jatkaa täyttämään sähköistä kyselyä tai voit pyytää paperisen kyselylomakkeen. Pyydämme, että luet tämän tiedotteen huolellisesti ennen kuin päätät, haluatko osallistua tutkimukseen. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista.

Miksi tutkimus tehdään?

Lapsen arkeen kuuluu liikkumista, paikallaanoloa, unta ja yhä enemmän myös digitaalisen median käyttöä. Nämä arjen tottumukset ovat tärkeitä lapsen kasvulle, oppimiselle, terveydelle ja hyvinvoinnille. Tiedämme kuitenkin edelleen melko vähän siitä, miten nämä tottumukset muuttuvat varhaislapsuudesta kouluikään ja miten ne ovat yhteydessä lasten terveyteen ja hyvinvointiin.

Kouluun siirtyminen on yksi lapsuuden merkittävimmistä muutoksista. Päivittäiset rutiinit muuttuvat, lasten itsenäisyys lisääntyy ja digitaalisten laitteiden käyttö usein yleistyy. Samalla myös liikunta- ja unitottumukset voivat muuttua. Tarvitsemme lisää tutkimustietoa siitä, mitkä tekijät tukevat lasten ja perheiden hyvinvointia tässä elämänvaiheessa.

Mitä tutkimme?

Tutkimuksessa selvitämme, miten lasten liikkuminen, paikallaanolo, uni ja digitaalisen median käyttö ovat muuttuneet varhaislapsuudesta kouluikään. Lisäksi tutkimme, miten nämä arjen tottumukset ovat yhteydessä lasten kasvuun, psykososiaaliseen hyvinvointiin ja toiminnanohjaukseen.

Tutkimme myös huoltajien liikkumista, paikallaanoloa ja unta, sekä hyvinvointia, jaksamista, ja digitaalisen median käyttöä ja sitä, miten lasten ja huoltajien arjen tottumukset liittyvät toisiinsa. Lisäksi tarkastelemme mm. luonnossa liikkumisen ja asuinympäristön merkitystä lasten ja huoltajien hyvinvoinnille ja sitä, mitkä muut sosiodemografiset tekijät ovat yhteydessä lasten ja huoltajien liikkumiskäyttäytymiseen, digikäyttöön ja hyvinvointiin. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa, jonka avulla voidaan pitkällä aikavälillä edistää ja tukea lasten ja perheiden hyvinvointia.

Mitä tutkimukseen osallistuminen tarkoittaa?

Tutkimus toteutetaan kotona. Annettuasi suostumuksen osallistua tutkimukseen, lähetämme kotiisi tutkimuspaketin, joka sisältää tutkimuksessa tarvittavat välineet sekä yksityiskohtaiset ohjeet. Voitte osallistua joko kaikkiin tai vain tiettyihin tutkimuksen osioihin. Tutkimukseen kuuluu seuraavat osiot:

Liikemittarit: Lapsi pitää kuminauhalla kiinnitettävää liikemittaria vyötäröllään ja huoltaja(t) kellonomaista liikemittaria ranteessaan seitsemän kokonaisen vuorokauden ajan. Mittarit mittaavat liikkumista, paikallaanoloa ja unta tavallisen arjen aikana. Mittarit eivät tallenna ääntä tai sijaintitietoja. Huoltaja täyttää lisäksi liikemittaripäiväkirjaa koskien omaa ja lapsen viikkoa. Mittarit toimitetaan teille kotiin tutkimuspaketin mukana.

Kotimittaukset: Huoltaja mittaa tai ilmoittaa tutkimusohjeiden avulla oman ja lapsen pituuden, painon ja vyötärönympäryksen. Tarvittava mittanauha ja ohjeet toimitetaan tutkimuspaketin mukana.

Kyselylomake (paperilla tai digitaalisesti): Huoltaja täyttää kyselylomakkeen, joka koostuu kahdesta osasta; huoltajaan liittyvistä kysymyksistä ja lapseen liittyvistä kysymyksistä. Molempien osien täyttäminen kestää yhteensä noin 30 min. Lasta koskevan osuuden täyttää vain yksi huoltaja. Kyselyssä kerätään tietoja lapsen ja huoltajan taustatiedoista (esim. ikä, koulutus, tulot, syntymämaa, perheen kokoonpano ja asumismuoto), lapsen ja huoltajan digitaalisen median käytöstä ja sosiaalisista suhteista ja hyvinvoinnista, huoltajan mielenterveysoireista ja vanhemmuuden uupumuksesta, lapsen psykososiaalisesta hyvinvoinnista (esim. käyttäytyminen, tunnetilat ja muiden ihmisten kanssa toimeen tuleminen) ja käyttäytymisen haasteista, huoltajan arjen koetusta kognitiivisesta toimintakyvystä sekä ympäristötekijöistä, kuten pihan vihreydestä ja luonnossa liikkumisesta. Toivomme, että vastaat kaikkiin kysymyksiin, mutta voit kuitenkin halutessasi jättää vastaamatta yksittäisiin kysymyksiin.

Pelilliset etätehtävät: Lapsi osallistuu noin 15 minuutin mittaiseen tehtäväkokonaisuuteen videoyhteydellä tutkijan kanssa. Tehtävät muistuttavat lyhyitä, hauskoja pelejä, ja niiden avulla arvioidaan työmuistia, tarkkaavaisuutta eli toiminnanohjauksen taitoja. Huoltaja varaa sopivan ajan etätehtävän tekemiseen. Huoltaja on mukana etäyhteyden aikana.

Ensimmäisessä tehtävässä (kesto noin 7 min) lapsi seuraa tutkijan ohjeita ja tekee yksinkertaisia leikinomaisia tehtäviä (mm. koskettaa päätä, olkapäitä tai polvia). Tehtävä mittaa käyttäytymisen ja reaktion säätelyä (inhibitiokontrollia). Työmuistitehtävässä (noin 7 min) lapsi kuuntelee numerosarjoja ja toistaa ne tutkijan ohjeiden mukaisesti.

Tutkimusjakson päätyttyä palautatte liikemittarit ja muut tutkimusmateriaalit valmiiksi maksetussa palautuskuoressa postin kautta.

Mitä hyötyä osallistumisesta on?

Tutkimukseen osallistumalla saat halutessasi noin kahden kuukauden kuluessa osallistumisesta yhteenvedon omasta ja lapsesi liikkumisesta, paikallaanolosta ja unesta. Tutkimukseen osallistuneiden kesken arvotaan neljä (4) 50 euron arvoista lahjakorttia vapaa-ajan, ulkoilun ja liikunnan tuotteita myyvään liikkeeseen. Lisäksi lapsi saa osallistumisestaan muistoksi värikkään diplomin ja SUNRISE-nalleavaimenperän. Seurantatutkimuksen valmistuttua (vuoden 2027 jälkeen) saatte myös yhteenvedon kansallisen tason tuloksista. Osallistumalla tutkimukseen olette mukana tuottamassa tutkimustietoa lasten ja perheiden hyvinvointiin liittyen.

Liittyykö tutkimukseen osallistumiseen riskejä?

Tutkimukseen osallistumiseen ei arvioida liittyvän normaalia arkielämää suurempia riskejä tai haittaa. Tutkimukseen osallistuminen vie hieman aikaa, ja liikemittarin käyttäminen tai vyötärönympäryksen mittaaminen voivat aluksi tuntua tavallisesta poikkeavalta. Pelilliset tehtävät on suunniteltu lapsille sopiviksi ja ne ovat lyhytkestoisia.

Onko tutkimukseen osallistuminen vapaaehtoista?

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Sinä ja lapsesi voitte päättää, osallistutteko tutkimukseen, eikä osallistumatta jättäminen aiheuta teille mitään haittaa. Voitte myös keskeyttää tutkimukseen osallistumisen milloin tahansa.

Miten tutkimuksessa kerättyjä tietoja käsitellään?

Tutkimuksessa kerättyjä tietoja käsitellään luottamuksellisesti ja voimassa olevan tietosuojalainsäädännön mukaisesti. Tutkimusaineisto pseudonymisoidaan eli tutkimusaineistosta poistetaan suorat tunnistetiedot (kuten nimi ja yhteystiedot) ennen analysointia, eikä yksittäistä osallistujaa voida tunnistaa aineiston analysointivaiheessa, tutkimusjulkaisuista, raporteista eikä esityksissä. Tutkimuksen tuloksia julkaistaan tämän tutkimuksen aiheisiin liittyvissä tieteellisissä julkaisuissa, opinnäytteissä, tutkimusraporteissa ja esityksissä. Tulokset raportoidaan aina ryhmätasolla siten, ettei yksittäisiä osallistujia voida tunnistaa. Tutkimuksen henkilötietojen käsittelystä kerrotaan tarkemmin erillisessä **tietosuojailmoituksessa**, johon voit tutustua nettisivuillamme.

Mikäli haluat osallistua tutkimukseen, täytä seuraavaksi suostumuslomake: Webropol

Jos sinulla on kysyttävää tutkimuksesta tai osallistumisesta, niin ota yhteyttä:

Elina Engberg
Dosentti, vastuullinen tutkija
Folkhälsanin tutkimuskeskus
Helsingin yliopisto
Sähköposti: elina.engberg@folkhalsan.fi
Puhelin: +358405662341

Eva Roos
Professori, vastuullinen tutkija
Folkhälsanin tutkimuskeskus
Helsingin yliopisto
Sähköposti: eva.roos@folkhalsan.fi
Puhelin: +358504076382

SUNRISE Finland -tutkimuksen sähköposti:
sunrise@folkhalsan.fi

Tutkimuksen nettisivut:
https://research.folkhalsan.fi/public-health/health-promotion/sunrise

SUNRISE Finland

folkhälsan