

## Informationsbrev til deltageren

### Overblik:

Du bliver bedt om at deltage i et forskningsstudie. Før du beslutter dig for at deltage i dette studie er det vigtigt du forstår hvorfor forskningen bliver udført og hvad det involverer. Læs følgende information grundigt igennem og spørg hvis noget er uklart eller du har brug for mere information.

Hvis vi har et valg, vælger vi ofte at få belønninger i den nærmeste fremtid i stedet for at vente til senere og vi vil gerne have flere belønninger frem for nogle få. Delay discounting (fra engelsk) er et mål for i hvor høj grad fremtidige belønninger synes at falde i værdi. Det relaterer sig til sundhed på den måde at fremtidige helbredsforbedringer ofte syntes langt væk og kræver at man giver afkald på mange her og nu belønninger; det kan for eksempel være at det gavner helbredet på lang sigt ved at man opgiver snacks eller behagelige former for inaktiv adfærd her og nu.

Episodisk fremtidstænkning prøver at ændre på måden vi ser værdien af belønninger over tid (altså vores delay discounting) ved at øge opmærksomheden på fremtiden. Dette gøres bl.a. ved at lave lydoptagelse af fremtidige positive begivenheder og ved at gennemgå/reflektere over dem i en tidsperiode. Kort sagt ved at bringe fremtiden ind i nutiden.

Studiets titel er: "Episodisk fremtidstænkning som en sundheds app". Studiets mål er at lave en forundersøgelse af episodisk fremtidstænkning i realistiske omgivelser på en app. Studiet ser specifikt på delay discounting, motivation til sund adfærd og brugeroplevelsen af episodisk fremtidstænkning leveret gennem en app.

Som en del af studiet vil du modtage 3 "Bluetooth beacons". Disse enheder sender signaler til appen når du er i nærheden af dem (når de er blevet sat op i appen). Disse Bluetooth beacons kan placeres hvor som helst både indenfor og udenfor. Når du er i nærheden af dem vil de gøre at du modtager en påmindelse om en af de fremtidige positive begivenheder lavet i appen. Disse kan bruges til at minde dig selv om fremtiden, baseret på placering i stedet for at du får dem at se på specifikke tidspunkter.

Du vil blive bedt om at bruge EFT DTU appen i op mod 4 uger og at deltage i et interview ved studiet afslutning. Under denne periode, vil systemet indsamle forskellige typer af data relateret til dine bevægelsesmønstre, aktiviteter og motivation til sund adfærd. Du vil også blive bedt om at besvare forskellige spørgeskemaer (mere information om disse kan findes i de følgende sider). Studiets ledende forsker er:

*Per Bækgaard*

*DTU COMPUTE, Institut for Matematik og Computer Science*

## Oplysningsbrev

Danmarks Tekniske Universitet, Richard Petersens Plads, Bygning 321, rum 132, 2800 Kgs. Lyngby

[pgba@dtu.dk](mailto:pgba@dtu.dk), Tlf. +45 93 51 05 43.

Du kan kontakte studiets ledende forsker hvis du har nogen spørgsmål.

### Dataindsamling:

**Opsummering:** For at få det fulde billede af Episodisk fremtidsænkningens virkning har vi brug for at indsamle data som generel information, delay discounting og din adfærd, fx bevægelse. En mere detaljeret liste af data der indsamles kan findes nedenunder.

**Detaljeret beskrivelse:** EFT DTU appen indsamler og gemmer de følgende typer af data:

- Personlig information:
  - Dit navn, email og telefonnummer. Hvis vi skal sende dig Bluetooth beacons skal vi også have din fulde adresse.
- Demografisk information:
  - Dette inkluderer din alder, sex, højde, vægt, uddannelsesniveau, race/etnicitet, husstandsindkomst, din selvrapporterede diagnose og om du bruger medicin i den forbindelse. Det er muligt at undlade at svare på indkomst og race/etnicitet.
- Automatisk indsamlet adfærdsdata og app brugsvaner:
  - Dette inkluderer aktivitet (skridttælling/brug af transport), positionsdata fra GPS og Bluetooth beacon beliggenhed (Bluetooth beacons er leveret af studiet og bruges til at beregne afstanden til områder du selv vælger).
  - Derudover indsamles automatisk statistisk data om brug af appen.
- Undersøgelser:
  - Du vil fra tid til tid blive bedt om at udfylde et spørgeskema der måler din delay discounting
- Spørgeskemaer:
  - I slutningen af studiet vil du blive bedt om at udfylde et spørgeskema om dine oplevelser og brugen af appen (fx. hvor nem den er at bruge, kompleksiteten og potentielle frustrationer),
  - Vi vil desuden spørge om motivationen til at engagere sig i adfærd der anses for at være sunde for personer med diabetes.
  - Begge spørgeskemaer kan fremvises ved anmodning.
- Afsluttende interview:
  - Dette inkludere noter taget af studiets forskere om oplevelsen med app og diskussion af fremtidige forbedringer.

## Oplysningsbrev

### Brug af data

**Opsummering:** Indsamlet data bruges kun til videnskabelige formål. Data vil kun blive delt med studiets involverede forskere ved Copenhagen Center for Health Technology (CACHET) fra DTU og KU og vil kun blive publiceret i anonymt format.

#### Detaljeret beskrivelse:

Studiet foregår ved Copenhagen Center for Health Technology (CACHET) som består af forskere fra Danmarks Tekniske Universitet (DTU) og Københavns Universitet (KU). Indsamlet data vil kun blive analyseret og delt mellem de involverede forskere i CACHET. Resultater fra studiet vil blive publiceret i anonymt format i videnskabelige journaler og andre videnskabelige kredse, og vil måske også blive præsenteret ved videnskabelige konferencer. Denne formidling af forskningsresultater vil være fuldt anonymiseret og vil IKKE indeholde person-identificerbare informationer. Vi stræber efter at publicere under åben-adgang hvilket betyder at forskningsresultater er tilgængelige for alle gratis.

### Privatliv

**Opsummering:** Danmarks Tekniske universitet (DTU) er dataansvarlig for dette studie og al data vil blive indsamlet og gemt på sikre servere, der beskyttet dit privatliv.

#### Detaljeret beskrivelse:

Dette studie bruger CACHET forskningsplatformen (CARP). CARP bruges af forskere i CACHET til at indsamle, gemme, styre og analysere data til forskningsformål. CARP betjenes af afdelingen DTU sundhedsteknologi ved Danmarks Tekniske Universitet som er dataansvarlig for CARP. Den fulde CARP Fortrolighedspolitik kan findes på: <https://carp.cachet.dk/privacy-policy/>

Danmarks tekniske universitet er ansvarlig for dette studie og indsamlet data gemmes på sikre servere betjent af DTU. DTU's Databeskyttelsesrådgiver (DPO) er:

Ane Sandager  
anesa@dtu.dk  
45 9351 1439

Du kan kontakte vores DPO for spørgsmål omkring processering af data i dette studie. Du kan også modtage en digital kopi af dine indsamlede data ved at kontakte studiets ledende forsker.

### Studie aktiviteter og tid forpligtelse

**Opsummering:** For at få et godt overblik over episodisk fremtidstæknings effekter vil vi bede dig om at bruge EFT DTU appen daglig i 4 uger og deltage i en introduktions/afsluttende session enten virtuelt eller på DTU.

## Oplysningsbrev

**Detaljeret beskrivelse:** Dette studie består af 3 hovedaktiviteter. Først vil du blive bedt om at deltage i et startupmøde, hvor du vil blive introduceret til studiet og appen med mulighed for at stille spørgsmål om begge. Derefter vil du blive bedt om at udfylde et demografisk spørgeskema og et spørgeskema om motivation. Derudover vil der være tid til at blive fortrolig med appen. Start session vil tage ca. en time og finder sted enten på DTU eller virtuelt. Aktivitet to, består af at bruge app'en på daglig basis i 4 uger. Daglig brug betyder at du bør færdiggøre forskellige 'sessioner' der er på appens 'Session' side. Det daglige tidsforbrug er 15-30 minutter i den første uge og herefter ca. 10-20 minutter. Til slut vil du deltage i et afsluttende møde, hvor du forinden mødet har besvaret et spørgeskema om brugen af appen og et spørgeskema om motivation. Det afsluttende møde vil være et lille interview enten individuelt eller i en mindre gruppe og vil handle om dine oplevelser med EFT DTU appen med mulighed for at foreslå forbedringer. Dette møde tager ca. en time og vil finde sted på DTU eller virtuelt.

## Klinisk information

**Opsummering:** Dette er IKKE et klinisk studie og du vil IKKE modtage klinisk feedback på indsamlet data som del af dette studie. Hvis du på nogen måde får det dårligt eller bliver syg under studiet bør du kontakte din almindelige sundhedsfaglige.

**Detaljeret beskrivelse:** Dette studie er IKKE et klinisk studie. Du vil IKKE modtage klinisk feedback på indsamlet data og der er IKKE en læge der vil se på den indsamlede data. HVIS DU PÅ NOGEN MÅDE FÅR DET DÅRLIGT UNDER STUDIET BØR DU KONTAKTE DIN ALMINDELIGE SUNDHEDFAGLIGE.

## Gennemgang af samtykkeerklæringen

**Detaljeret beskrivelse:** Jeg har læst og forstår den præsenterede information og har haft mulighed for at stille spørgsmål. Jeg er indforstået med min deltagelse er frivillig og at jeg kan trække mig fra studiet på ethvert tidspunkt uden grund eller omkostninger. Jeg forstår desuden at jeg kan bede om en kopi af denne samtykkeerklæring. Jeg accepterer frivilligt at deltage i dette studie.