

Příloha 1

Spánkový kalendář NUDZ

Jméno a příjmení _____

Datum _____

SPÁNKOVÝ KALENDÁŘ

Datum							
Vzal jsem si léky (jaké, kolik)							
Do postele jsem ulehl v (hod.)*							
Světlo jsem zhasl v (hod.)^							
Myslím, že jsem usnul za (min., hod.)^							
V noci jsem se vzbudil (kolikrát)^							
Zůstal jsem vzhůru (kolik min.)^							
Naposledy jsem se vzbudil v (hod.)^							
Z postele jsem vstal v (hod.)*							
Po probuzení jsem se cítíl 1 – vyčerpaný až 6 – zcela odpočatý							
Svůj spánek hodnotím celkově jako 1 – nekvalitní, povrchní až 6 – hluboký, kvalitní							

Celková doba spánku v (hod. a min.) [^]							
Spánková efektivita	nevyplňovat						

Pozn. Znak hvězdy “ * “ značí instrukci „vyplňovat podíváním se na hodinky“ a znak “ ^ “ značí instrukci “ vyplnit odhadem “ (převzato od NUDZ ČR)

Příloha 2

Informovaný souhlas

Informovaný souhlas s účastí ve výzkumu a se zpracováním osobních údajů „Kvalita spánku u dospělých jedinců s poruchou pozornosti s hyperaktivitou (ADHD)“

Vedoucí výzkumu: Jana Laipoldová, studentka KPS FF UK, j.laipoldova@gmail.com

Informace o výzkumu:

Vážená paní/Vážený pane,
dovoluji si Vám nabídnout účast ve výzkumném projektu. Je velmi důležité abyste si důkladně přečetl/a následující text a zvážil/a svůj případný souhlas s účastí ve studii.

Stručný popis studie:

Studie se zabývá kvalitou spánku u dospělých jedinců s ADHD jak po subjektivní, tak i po objektivní stránce. V praxi to znamená, že Vám na úvodním setkání předáme hodinky s aktigrafy, které, prosím, nesundávejte po dobu jednoho týdne až na případný delší kontakt s vodou (tj. sprchování, koupání, plavání) nebo pobyt v sauně, kdy Vás poprosíme o jejich odejmutí ze zápěstí a zmáčknutí signalizačního tlačítka. Tlačítko bude sloužit rovněž k signalizaci ulehnutí a vstání z postele. Hodinky si nasadíte na nedominantní zápěstí. Jde o zcela neinvazivní postup, který se rovná běžnému nošení hodinek. Na konci úvodního sezení obdržíte spánkový kalendář, který bude zapotřebí vyplňovat každý večer a ráno po dobu jednoho týdne od obdržení do vrácení hodinek s aktigrafy.

Po týdně se s Vámi znovu setkáme na závěrečné schůzce a debriefingu, kde Vás poprosíme o vyplnění dvou sebehodnotících dotazníků, Dotazníku ranních a večerních typů (MEQ z angl. Morningness-Eveningness Questionnaire) a Pittsburského indexu kvality spánku (PSQI z angl. Pittsburgh Sleep Quality Index). Požádáme Vás o odevzdání vyplněného spánkového kalendáře a vrácení hodinek. Dále Vás poprosíme o zpětnou vazbu k průběhu výzkumu a nabídneme Vám možnost zaslání Vašich osobních výsledků kvality spánku na e-mailovou adresu.

Tímto samotný výzkum končí. Pokud se rozhodnete kdykoli ukončit účast na výzkumném projektu, prosím, dejte nám vědět po telefonu nebo skrz e-mail.

Informace o účastníkovi výzkumu:

jméno a příjmení:

datum narození:

duševní onemocnění nebo porucha spánku v anamnéze:

- Ano, jaké?
- Ne

bytem:

adresa pro doručování:

telefon:

e-mail:

Prohlášení

Já níže podepsaný/-á potvrzuji, že

- a) jsem se seznámil/-a s informacemi o cílech a průběhu výše popsaného výzkumu (dále též jen „výzkum“);
- b) dobrovolně souhlasím s účastí své osoby v tomto výzkumu;

- c) rozumím tomu, že se mohu kdykoli rozhodnout ve své účasti na výzkumu nepokračovat;
- d) jsem srozuměn s tím, že jakékoliv užití a zveřejnění dat a výstupů vzešlých z výzkumu nezakládá můj nárok na jakoukoliv odměnu či náhradu, tzn. že veškerá oprávnění k užití a zveřejnění dat a výstupů vzešlých z výzkumu poskytnu bezúplatně.

Zároveň prohlašuji, že

- a) souhlasím se zveřejněním anonymizovaných dat a výstupů vzešlých z výzkumu a s jejich dalším využitím;
- b) souhlasím se zpracováním a uchováním osobních a citlivých údajů v rozsahu v tomto informovaném souhlasu uvedených ze strany Univerzity Karlovy, Filozofické fakulty, IČ: 00216208, se sídlem: nám. Jana Palacha 2, 116 38 Praha 1, a to pro účely zpracování dat vzešlých z výzkumu, pro účely případného kontaktování z důvodu zpracování dat vzešlých z výzkumu či z důvodu nabídky účasti na obdobných akcích a pro účely evidence a archivace; a s tím, že tyto osobní údaje mohou být poskytnuty subjektům oprávněným k výkonu kontroly projektu, v jehož rámci výzkum realizován;
- c) jsem seznámen/-a se svými právy týkajícími se přístupu k informacím a jejich ochraně podle § 12 a § 21 zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů, tedy že mohu požádat Univerzitu Karlovu v Praze o informaci o zpracování mých osobních a citlivých údajů a jsem oprávněn/-a ji dostat a že mohu požádat Univerzitu Karlovu v Praze o opravu nepřesných osobních údajů, doplnění osobních údajů, jejich blokaci a likvidaci.

Výše uvedená svolení a souhlasy poskytnu dobrovolně na dobu neurčitou až do odvolání a zavazuji se je neodvolat bez závažného důvodu spočívajícího v podstatné změně okolností.

Vše výše uvedené se řídí zákony České republiky, s výjimkou tzv. kolizních norem, a bude v souladu s nimi vykládáno, přičemž případné spory budou řešeny příslušnými soudy v České republice.

Potvrzuji, že jsem převzal/a podepsaný stejnopis tohoto informovaného souhlasu.

Dne:

Podpis: