

# Deltagerinformation - Smartphone Grayscale

Undersøgelsen består af to dele – et spørgeskema og et skærmforsøg.

Du behøver *ikke* at deltage i begge dele for at bidrage til undersøgelsen. I spørgeskemaet spørger vi ind til din og dit barns brug af smartphone. I skærmforsøget undersøger vi, om grayscale (gråskala) fungerer i dagligdagen blandt børn og forældre, samt om grayscale påvirker skærmtid, trivsel og søvn.

Når du/I og dit barn deltager i projektet, skal I ikke ændre noget i jeres hverdag - det eneste I skal, er at aktivere grayscale på jeres smartphone i 3-7 uger ved begyndelsen af det nye år, når forsøget starter.

Grayscale gør jeres telefonskærm sort-hvid, og det er den funktion, vi ønsker at teste. Grayscale er en måde at gøre din skærm mindre visuelt tiltrækkende og tidligere forskning, rettet mod unge voksne, peger på, at du ved at grayscale kan mindske din skærmtid og samtidig opleve øget trivsel og bedre søvn.

Der findes lige nu ingen forskning i grayscale rettet mod børn og familier - og derfor håber vi, at I vil hjælpe os med at blive klogere på netop det!

At svare på spørgeskemaet og evt. deltage i forsøget er desuden en oplagt mulighed til, at I som familie kan sætte skærmadfærd på dagsordenen.

## Hvem betaler for undersøgelsen?

Undersøgelsen bliver gennemført via bevilling fra TrygFonden og aflønner videnskabelig assistent Esben Gejl samt projektansvarlig Mads Bølling. Bevillingen administreres af Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, Frederiksberg Hospital, Region Hovedstaden.

## Hvad bruger vi forskningen til?

Den viden og de erfaringer, vi indsamler, vil bidrage til viden på skærmområdet og blive delt med relevante aktører på området, samt med skolerne og jer, der har bidraget til undersøgelsen. Data deles anonymiseret.

## Videregivelse af personoplysninger

Personlige oplysninger deles udelukkende i projektgruppen, som består af forskere og ansatte fra Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, Frederiksberg Hospital, Region Hovedstaden.

## Hvor stammer oplysninger fra?

Data indsamles i forbindelse med spørgeskemaet og potentielle valgfrie interviews, som familier tilbydes i slutningen af grayscale perioden.

### **Tidshorisont for opbevaring af dine personoplysninger**

Personoplysningerne vil blive opbevaret i op til fem år fra undersøgelsen ophører i august 2026.

### **Du kan trække dit samtykke tilbage**

Dit samtykke er frivilligt og kan til enhver tid trækkes tilbage. Trækkes samtykket tilbage, stopper behandlingen af personoplysningerne fra det tidspunkt og fremadrettet. Hvis du ønsker at trække dit samtykke tilbage, skal du henvende dig til den projektansvarlige Mads Bølling, forsker ved Region Hovedstaden; mail: [mads.boelling@regionh.dk](mailto:mads.boelling@regionh.dk), eller videnskabelig assistent, Esben Gejl; mail: [esben.gejl@regionh.dk](mailto:esben.gejl@regionh.dk)

### **Oplysningerne omkring behandling af dine personoplysninger**

Du har efter databeskyttelsesforordningen (GDPR) krav på at blive oplyst om vores behandling af dine personoplysninger.

### **Hvilke personoplysninger behandles?**

- Almindelige personoplysninger: Navn, køn, e-mail, telefonnummer.
- Særlige kategorier af personoplysninger: Barnets og forældre / værges brug af, og rammer for, smartphone. Forældre/værges job og uddannelse.
- Ved deltagelse i forsøget: Skærmtid, trivsel og søvn, inkl. interview (for dem, der vælger at deltage i dette).