

NOTE D'INFORMATION

pour les participants à la recherche impliquant la personne humaine intitulée
« *Evaluation d'un programme de pleine conscience (mindfulness) à destination des couples* »

Promoteur
Université de Lille
Unité de recherche SCALab
UMR CNRS 9193
42 Rue Paul Duez
5980 Lille
Tel : 03 62 26 90 02

Responsable scientifique de la recherche
Pr. Pascal ANTOINE
Université de Lille
Laboratoire SCALab
UMR CNRS 9193
Rue du Barreau – BP 60149
59653 Villeneuve d'Ascq CEDEX
e-mail : pascal.antoine@univ-lille.fr
Tel : 03.20.41.67.40

Investigatrice principale
Justine DELERUYELLE
Université de Lille
Laboratoire SCALab - UMR CNRS 9193
Domaine universitaire du Pont de Bois
Rue du Barreau BP 60149
59653 Villeneuve d'Ascq Cedex
e-mail : justine.deleruyelle@univ-lille.fr
tél : 03.20.41.60.32

Madame, Monsieur,

Le présent document décrit l'étude à laquelle il vous est proposé de participer. Il résume les informations actuellement disponibles en répondant à plusieurs questions que vous pouvez vous poser dans le cadre de votre participation à cette recherche.

Avant de décider d'y participer ou non, il est important que vous preniez connaissance de son but et de ce qu'elle implique.

1) Pourquoi me propose-t-on de participer à cette étude ?

- Cette étude vous est proposée car vous êtes en couple et vous faites partie de la population générale.

2) Quelles sont les conditions pour participer à cette étude ?

Afin de participer à cette étude, vous devez être :

- Majeur-e (avoir plus de 18 ans),
- Maitriser la langue française,
- Vivre en couple depuis plus d'un an,
- Ne pas présenter de surdité ou cécité totale,
- Avoir lu cette lettre d'information et avoir donné votre consentement,
- Etre d'accord pour vous conformer aux procédures de la recherche et de sa durée.

3) Quels sont les objectifs de la recherche ?

- L'objectif principal de cette étude est d'évaluer l'impact d'une intervention quotidienne de quatre semaines, conçue pour le couple, basée sur des activités centrées sur l'instant présent, en comparaison à un groupe sans activités quotidiennes spécifiques.

4) Comment va se dérouler la recherche ?

Afin de participer à cette étude, les deux membres du couple doivent prendre connaissance de la présente lettre d'information et donner leur consentement oral.

Une fois cette étape passée, le consentement ainsi qu'un certain nombre d'informations sociodémographiques et psychologiques seront recueillis grâce à un questionnaire. Ce questionnaire sera à compléter individuellement sur internet, chacun·e des partenaires recevra dans sa boîte mail une invitation pour y répondre. Le questionnaire portera sur vos émotions, vos pensées et vos réactions habituelles. Le temps de remplissage de ce questionnaire est de 20 à 30 minutes environ.

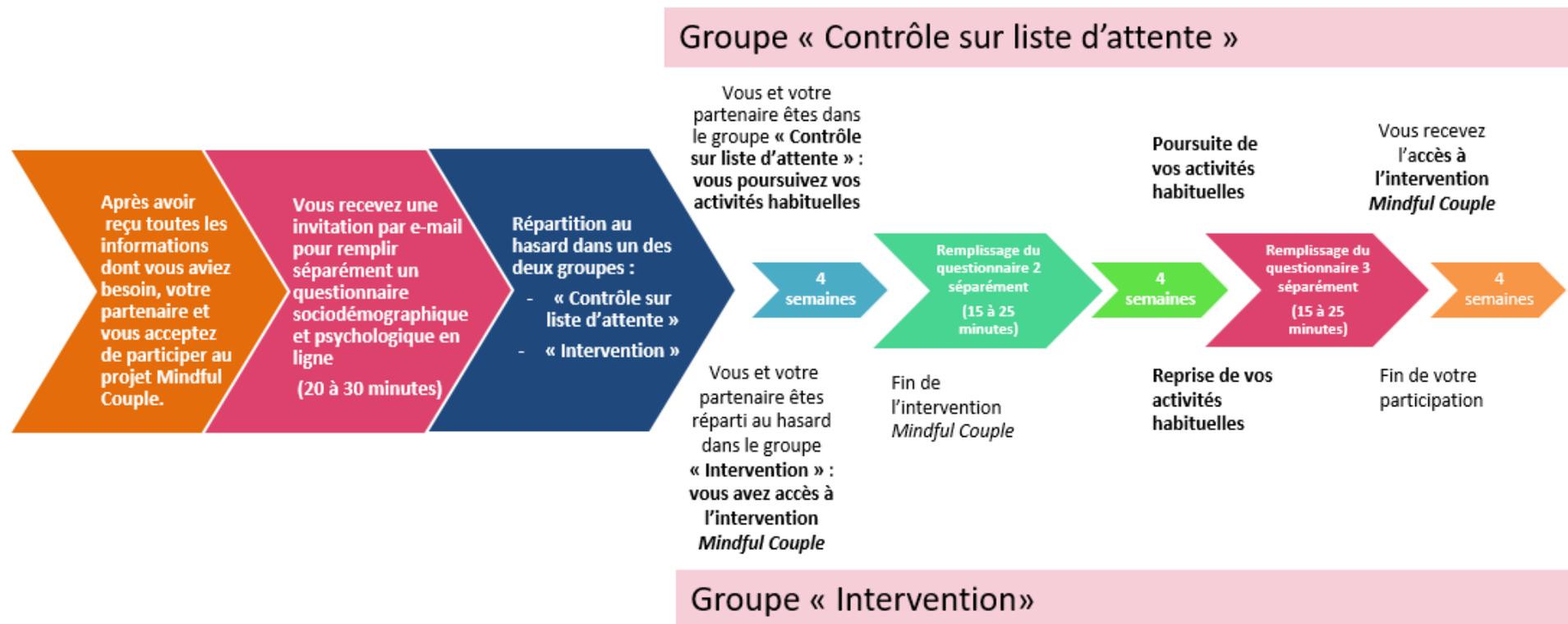
Après que le questionnaire ait été complété et sous réserve que les conditions de participation aient été vérifiées, votre couple sera réparti au hasard :

- soit dans le groupe « Intervention » réalisant les 4 semaines d'activités centrées sur l'instant présent,
 - soit dans un groupe « Contrôle sur liste d'attente »
- Si vous êtes dans le groupe « Intervention » réalisant les 4 semaines d'activités centrées sur l'instant présent, vous recevrez un e-mail vous donnant accès à la page web « Mindful Couple » avec le programme à télécharger. Les activités proposées durent au maximum vingt minutes par jour.
- Si vous êtes dans le groupe « Contrôle sur liste d'attente », vous pourrez poursuivre vos activités habituelles.

A l'issue des quatre semaines, chacun·e des participant·es, quel que soit son groupe, recevra une nouvelle invitation par e-mail pour remplir à nouveau un questionnaire sur internet. Ce remplissage prendra 15 à 25 minutes environ.

Un mois plus tard, les participant·es des deux groupes seront recontacté·es afin de remplir à nouveau les questionnaires individuellement. Ce remplissage prendra 15 à 25 minutes environ.

A l'issue de ce remplissage, les couples appartenant au groupe « contrôle sur liste d'attente » recevront l'accès aux activités centrées sur l'instant présent.



5) Que se passera-t-il à la fin de ma participation à cette recherche ?

A la fin de la recherche, si vous avez été dans le groupe « contrôle sur liste d'attente », vous pourrez découvrir le programme d'activités basées sur l'instant présent.

6) Quels sont les bénéfices attendus de ma participation à l'étude ?

- Pour les participant-es : Sous réserve des résultats obtenus par cette étude, votre participation vous permettra peut-être d'améliorer votre niveau de bien-être, votre communication et votre proximité avec votre partenaire.
- Pour la collectivité : Votre participation à cette étude permettra de proposer un accompagnement à distance aux couples qui en auraient besoin, ainsi que de mieux comprendre l'impact d'un programme d'activités centrées sur l'instant présent sur les dynamiques qui relient les émotions, les pensées et les actions.

7) Ma participation à l'étude comporte-t-elle des risques, des effets indésirables et/ou des contraintes particulières ?

La participation à cette étude n'entraînera pas de participation financière de votre part.

Les contraintes qu'implique la participation à cette étude sont liées :

- au temps de remplissage du questionnaire (premier remplissage 20-30 minutes environ, deuxième et troisième remplissage environ 15-25 minutes),
- à la régularité dans la réalisation des activités quotidiennes (qui prendront 20 minutes par jour ou moins).

Les seuls risques identifiés pour la recherche sont la fatigue éventuelle liée au remplissage des questionnaires et à la réalisation des activités quotidiennes.

8) Quels sont mes droits en tant que participant-e à la recherche ?

Vous êtes totalement libre d'accepter ou de refuser de participer à cette étude sans avoir à vous justifier.

Vous n'êtes pas obligé-e de nous donner votre décision tout de suite. Vous disposez du temps que vous estimez nécessaire pour prendre votre décision.

En cas d'acceptation, vous pourrez à tout moment revenir sur votre décision, sans nous en préciser la raison, et vous désengager du projet.

Dans le cadre de cette étude, un traitement de vos données personnelles sera mis en œuvre pour permettre d'analyser les résultats. Dans ce but, les données issues des questionnaires vous concernant seront transmises au Promoteur de la recherche. Ces données seront identifiées par un numéro d'identification anonyme.

Ces données sont susceptibles d'être utilisées dans le cadre de l'étude et d'être traitées par les

responsables scientifiques ou les personnes placées sous leur autorité et astreintes au secret professionnel. Ces données seront conservées pendant la durée de l'étude jusqu'à la publication des résultats de l'étude puis seront archivées pendant une durée de deux ans.

Les responsables scientifiques pourront accéder à ces données à des fins d'analyse complémentaire à des fins de recherches scientifiques ultérieures uniquement.

Conformément aux dispositions de la loi relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification.

Vous disposez également d'un droit d'opposition à la transmission des données couvertes par le secret professionnel susceptibles d'être utilisées dans le cadre de cette recherche et d'être traitées.

Conformément aux *articles 39 et suivants de la loi n° 78-17 du 6 janvier 1978 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés et au Règlement (UE) 2016/679 du Parlement européen et du Conseil du 27 avril 2016*, vous pourrez obtenir communication et, le cas échéant, rectification ou suppression des informations vous concernant, en vous adressant au **Responsable scientifique de la recherche** à l'initiative de cette étude : **Pr Pascal Antoine, Université de Lille**, Laboratoire SCALab UMR CNRS 9193, Rue du Barreau – BP 60149 59653 Villeneuve d'Ascq CEDEX, e-mail : pascal.antoine@univ-lille.fr , tel : 03.20.41.67.40.

Cette étude a été déclarée conforme à la loi informatique et liberté et le règlement général sur la protection des données au registre du délégué à la protection des données CNIL le 14 novembre 2018 (numéro 2018-13). Le correspondant informatique et liberté et délégué à la protection des données en charge du suivi de cette recherche est M. Jean-Luc Tessier, Université de Lille, 42 rue Paul Duez, 59000 Lille, e-mail : dpo@univ-lille.fr, tel : 03 62 26 92 50.

Au terme de l'étude, vous pourrez si vous le souhaitez connaître les résultats globaux en en faisant la demande auprès du responsable scientifique de la recherche (coordonnées ci-dessus).

9) L'Université de Lille est-elle autorisée à réaliser ce type de recherche ?

Oui, en application de la loi, cette étude a reçu le 21/12/2018 un avis favorable du Comité d'Ethique de l'Université de Lille, organisme qui a vocation à protéger la sécurité des personnes qui se prêtent à la recherche.

10) A qui dois-je m'adresser en cas de questions ou de problèmes ?

Vous pouvez poser toutes les questions que vous souhaitez, avant, pendant et après l'étude en vous adressant au Professeur Pascal Antoine au numéro suivant 03.20.41.67.40 ou par mail pascal.antoine@univ-lille.fr.

Nous vous remercions d'avance pour l'intérêt que vous porterez à cette étude.

Initiales des deux participants

Initiales de l'investigateur