

Samenvatting van Interviews

Voorstelling Interviewee

Wie ben je? Hoe oud ben je? Wat doe je als werk? Kan je iets meer zeggen over je werk?

- Respondent 1 (Engie, 40 jaar): Werkt als begeleidster in Althus en zorgt voor cliënten in hun dagelijkse leven, inclusief ondersteuning bij hun dagelijkse taken.**
- Respondent 2 (Reniel, 19 jaar): Eveneens begeleider in Althus. Dezelfde taken als Engie, in dezelfde groep.**
- Respondent 3 (Annick, 25 jaar): Werkt als opvoedster in Oltus. Taken omvatten het toedienen van medicatie en omgaan met beperkingen en gedragsproblemen.**
- Respondent 4 (Sanne-Karel, 34 jaar): Begeleidster van mensen met verstandelijke en fysieke beperkingen.**

Hoofdvraag 1: Waaraan denk je als er gesproken wordt over stress tijdens het werk?

- Respondent 1: Tijdgebrek en het gevoel dat cliënten niet de aandacht krijgen die ze verdienen. Nieuwe of onbekende situaties veroorzaken extra spanning.**
- Respondent 2: Stress ontstaat bij tijdsdruk en onverwachte taken, zoals noodsituaties of familiebezoeken.**
- Respondent 3: Stress is vooral gekoppeld aan werkdruk en het constante "nu, nu, nu"-gevoel.**
- Respondent 4: Stress ontstaat door chaotische situaties, zoals multitasking en onverwachte veranderingen in de planning.**

Hoofdvraag 2: Heb je zelf al te veel stress ervaren door je werk? Zou je daar een beetje uitleg rond willen geven? Hoe ervaart u dit dan?

- Respondent 1: Stress wordt ervaren wanneer er een tekort aan tijd is om taken uit te voeren of wanneer nieuwe situaties ontstaan.**
- Respondent 2: Situaties waarin alle cliënten tegelijkertijd aandacht vragen leiden tot een gevoel van overbelasting.**
- Respondent 3: Wanneer taken zich opstapelen en alles tegelijk moet gebeuren, ontstaat er een stressgevoel.**
- Respondent 4: Het omgaan met onverwachte taken en de noodzaak om alles tegelijk te doen veroorzaakt spanning.**

Hoofdvraag 3: Ken je anderen die te veel stress hebben ervaren?

- Respondent 1: Ja, sommige collega's ervaren meer stress vanwege hoge werkdruk en onverwachte situaties.**
- Respondent 3: Andere collega's hebben stress ervaren, vooral in situaties waar meerdere dingen tegelijk gebeuren.**
- Respondent 4: Stress is aanwezig bij veel collega's, met name wanneer de werkdruk hoog is.**

Hoofdvraag 4: Wat zijn huidige methodes om hiermee om te gaan?

- Respondent 1: Proberen rustig te blijven en stress niet over te brengen op cliënten. Collega's praten helpt ook.**
- Respondent 2: Het nemen van korte momenten om te praten of ademhalingsoefeningen te doen kan helpen, maar deze zijn niet altijd mogelijk door de drukte.**
- Respondent 3: Geen specifieke methodes, maar probeert stress te negeren of**

door te werken.

- Respondent 4: Het overzicht bewaren en prioriteiten stellen helpt om stress te verminderen.

Hoofdvraag 5: Wat zijn ideetjes die je hebt maar nog niet gebeuren?

- Respondent 1: Een systeem dat stress signaleert voordat het escaleert.
- Respondent 2: Iets eenvoudigs zoals een trilfunctie of een discreet signaal kan helpen zonder cliënten te storen.
- Respondent 3: Meer pauzemogelijkheden die makkelijk te nemen zijn zonder de groep te verlaten.
- Respondent 4: Pauzemomenten die beter geïntegreerd zijn in de workflow.

Prototype-gerelateerde vragen

1. Gebruiksvriendelijkheid: Hoe ervaaarde je de manier waarop het apparaat je waarschuwde? Wat was het meest effectief?

- Algemeen: De meeste respondenten vonden de waarschuwingsmethodes zoals licht en trillingen duidelijk, maar geluid werd minder positief ervaren omdat het storend kan zijn. Een armband met een trilfunctie werd vaak genoemd als voorkeur.

2. Waren de meldingen storend tijdens je werk, of voelde het natuurlijk aan?

- Respondent 3: Het lichtsignaal was subtiel en voelde natuurlijk aan.
- Respondent 4: Geluidssignalen werden als storend ervaren.

3. Zou je dit dagelijks willen gebruiken? Waarom wel of niet?

- Algemeen: Er was terughoudendheid om het dagelijks te gebruiken, voornamelijk vanwege het idee dat het opvallend is voor anderen. Discrete

oplossingen werden meer geprefereerd.

Impact op stress en werkdruk

1. Voelde je dat de pauzewaarschuwingen effectief waren in het verminderen van stress?

- Algemeen: Er was verdeeldheid. Sommigen vonden het nuttig, terwijl anderen aangaven dat het nemen van een pauze in een drukke omgeving vaak onmogelijk is.

2. Heb je de voorgestelde pauzes daadwerkelijk genomen? Zo niet, waarom niet?

- Algemeen: De voorgestelde pauzes werden meestal niet genomen omdat de werkdruk dat niet toestond.

3. Aanpassingsmogelijkheden: Zou je willen dat je zelf de frequentie of intensiteit van de meldingen kunt aanpassen?

- Algemeen: Ja, dit werd unaniem als nuttig beschouwd.

4. Welke andere functies zouden handig zijn in het systeem?

- Algemeen: Meer controle over meldingen, zoals het aanpassen van intensiteit en frequentie, en een gebruiksvriendelijke interface.

Feedback voor verbetering

1. Welke aspecten van het prototype vond je goed werken?

- Algemeen: Het gebruik van subtiele waarschuwingssignalen zoals trillingen en licht werd gewaardeerd.

2. Wat zou je veranderen om het gebruik aangenamer of effectiever te maken?

- **Algemeen: Het apparaat compacter en discreter maken.**

Wrap-up: Zijn er dingen die je zelf nog zou willen toevoegen?

- **Algemeen: De respondenten benadrukten de behoefte aan oplossingen die beter aansluiten bij hun dagelijkse workflow en weinig impact hebben op cliënten.**