

Samenvatting van Interviews: Althus

Respondenten

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 begeleider 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 Althus. Taken omvatten het toedienen van medicatie en omgaan met beperkingen en gedragsproblemen.
- **Respondent 4 (Sanne, 29 jaar):** Teamleider bij Althus. Werkt in een hectische omgeving waar overzicht en snelle beslissingen cruciaal zijn.
- **Respondent 5 (Karel, 32 jaar):** Begeleider in Althus. Dezelfde taken als Engie maar in een andere groep.

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

- **Respondent 1:** Tijdsgebrek 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.
- **Respondent 5:** Stress komt voort uit onverwachte situaties, zoals bewoners die extra hulp nodig hebben of onvoorziene afspraken.

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.

- **Respondent 5:** Stress ontstaat wanneer meerdere bewoners tegelijk hulp nodig hebben of als onverwachte problemen de planning verstoren.

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 2:** Collega's ervaren stress in drukke periodes, met name bij onverwachte gebeurtenissen.
- **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.
- **Respondent 5:** Sommige collega's voelen zich vaak overbelast, vooral bij constante drukte en een gebrek aan ondersteuning.

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.
- **Respondent 5:** Ademhaling reguleren en prioriteiten stellen.

Hoofdvraag 5: Wat zijn ideetjes omtrent verbeteringen die je hebt maar er nog niet zijn?

- **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.
- **Respondent 5:** Een discreet apparaat dat waarschuwt bij hoog stressniveau en subtiele suggesties geeft voor ontspanning.

Prototype-gerelateerde vragen

1. Gebruiksvriendelijkheid: Hoe ervaarde 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?
 - **Algemeen:** Lichtsignalen werden als subtiel en natuurlijk ervaren, terwijl geluidssignalen als storend werden beschouwd.
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 discreet zijn.

Ontwerpimplicaties

1. Gebruikersbehoeften en problemen

- **Discrete oplossingen:** Het apparaat moet subtiel zijn om ongemak of sociale aandacht te vermijden. Respondenten gaven de voorkeur aan waarschuwingssignalen zoals trillingen of licht boven geluidssignalen.
- **Aanpasbaarheid:** Gebruikers willen controle over de meldingsfrequentie en intensiteit, zodat ze het kunnen afstemmen op persoonlijke voorkeuren en situaties.

2. Functionele implicaties

- **Integratie met bestaande workflows:** Ontwikkel het systeem zo dat het de huidige taken niet onderbreekt. Maak bijvoorbeeld gebruik van discreet geplaatste feedback-units die zich mee met de zorg/verpleegkundige verplaatsen.
- **Feedbackmechanismen:** Voorzie niet-invasieve meldingen met visuele of tactiele signalen. Vermijd storende functies die kunnen interfereren met de werkomgeving, zoals harde geluiden en buzzers.
- **Effectiviteitsmonitoring:** Integreer opties voor ademhalingsoefeningen en eenvoudige pauzevoorstellen die gebruikers gemakkelijk kunnen implementeren, zelfs in een drukke omgeving.

3. Ontwerpcriteria

- **Compact en draagbaar:** Zorg voor een compact en lichtgewicht ontwerp dat niet opvalt tijdens gebruik.
- **Modulair systeem:** Voeg aanpassingsopties toe, zoals de mogelijkheid om de meldingen aan te passen of bepaalde functies in of uit te schakelen.

4. Prototyping en testing

- **Gebruiksgemak testen:** Zorg ervoor dat prototypen worden getest op hoe intuïtief en effectief ze zijn in een hectische omgeving. Prioriteer eenvoudige bediening.
- **Pauzebeheer:** Test verschillende methoden om gebruikers effectief aan te moedigen pauzes te nemen, zelfs in drukke omstandigheden.

5. Implementatie in de zorg

- **Beleid en draagbaarheid:** Werk samen met zorginstellingen om het gebruik van de stressmonitor te standaardiseren en te integreren in beleid. Maak het gebruik vrijwillig maar beschikbaar voor iedereen.
- **Sociale acceptatie:** Beperk het stigma rondom het gebruik van dergelijke technologie door het discreet en universeel toepasbaar te maken.