

Intervjugal - Utbrenthet

1. Spørre om alder, kjønn, rolle og antall år de har i arbeidslivet.
2. Hva forbinder du med utbrenthet?
 - a. Hvilke karakteristikk forbinder du med utbrenthet? (Emotionell utmattelse, Kynisme, Redusert effektivitet i jobben)
 - b. Hvilke spesifikke aspekter i en jobb i IT-bransjen tenker du fører til, eller hjelper mot utbrenthet?
 - c. Hva med rollene som finnes i IT-bransjen, er det noen roller du tenker er mer utsatte for utbrenthet?
 - d. I IT-bransjen er teamarbeid vanlig. Hvordan tror du teamarbeid påvirker utbrenthet? Tror du det hjelper mot, eller at det fører til utbrenthet og på hvilken måte?
3. Hva tror du hadde vært hjelpsomt å vite om utbrenthet?
4. 25% av befolkningen føler på en lav grad av utbrenthet og 2% har en mer alvorlig grad av utbrenthet tin enhver tid.
 - a. Hva slags aktiviteter arrangerer arbeidsplassen din for å forhindre utbrenthet?
 - i. Er det tiltak for å øke trivsel? Forhindre sykefravær?
 - b. Hvem synes du burde ha ansvaret for å forhindre utbrenthet i en bedrift?
5. Synes du arbeidsplassen har nok fokus på å forhindre utbrenthet?
 - a. Hva kan du gjøre, i din rolle i bedriften, for å forhindre utbrenthet?
6. (Om lederstøtte)
 - a. Hva gjør du (som leder)/ eller teamlederne for å støtte faglig og sosialt medarbeiderne du/de har ansvar for?
 - b. Hva slags støtte får du selv av din nærmeste leder? (Faglig eller emosjonell støtte; oppfordrende ord/anerkjennelse hvis du sliter; hjelp hvis du sitter fast)
7. La oss si du har fått tilgang til en platform for å lære mer om utbrenthet:
 - a. Hvordan ser du for deg at dette verktøyet ser ut/vil fungere?