

## Intervjuøvelse in1060

In1060-prosjektet skal gjennomføre design med brukere, og det innebærer at prosjektgruppene må intervju og (om mulig) observere brukere for å forstå deres opplevelse av ensomhet og isolasjon.

I prosjektbeskrivelsen står det:

«Årets prosjekt har følgende «oppdrag»:

- prosjektets tema er «hjelp mot følelse av isolasjon»
- målgruppe kan være
  - en som er isolert, og særlig om vedkommende er særlig sårbar for isolasjon (f.eks. angst, depresjon, dement), eller
  - rette seg mot pårørende eller
  - pleiere, f.eks. pleiepersonell i sykehjem eller omsorgsbolig.
- resultat skal være en fungerende prototype som kan hjelpe målgruppa mot følelse av isolasjon

... Bruker/gruppe kan være en person i familien eller en venn.»

Opgaven kan handle om opplevelse av isolasjon og ensomhet generelt, men kan også ta for seg effektene av COVID 19-pandemien.

I intervjuer om slike personlige følelser og opplevelser er det særlig to ting som er viktig å huske på:

- at man ikke kan spørre direkte «føler du deg ensom», men må spørre åpne spørsmål om ting som kan tyde på at personen føler seg ensom. Man må spørre om venner / familie / kontakter / aktiviteter / vaner og om savn / ønsker / gode opplevelser ...
- at man må være forsiktig med å tolke den man intervjuer basert på egne erfaringer, f.eks. at få venner betyr at man er ensom. Her er det store forskjeller mellom personlighetstypene: noen liker å være alene og føler seg sjelden ensomme, mens andre trenger å omgås masse folk og får lett følelsen av å være ensom. Under COVID 19 er det kanskje særlig det å ikke møte de en er glad i som er problematisk, og det er ikke helt det samme som å være ensom.

Det kan være smart å starte med å intervju hverandre om opplevd ensomhet / isolasjon. For det første gjør det at dere blir mer bevisst på hvordan hver av dere tolker dette temaet. Dessuten hjelper det dere til å bli bedre til å snakke om det: hvilke ting er indikatorer, hvilke ting er viktige, hva kan man spørre andre om. For det tredje øver dere dere på å spørre andre om temaet, og for det fjerde kan dere diskutere hvordan dere tolker de svarene dere får av intervjuobjektet.

Intervjuøvelsen består i at en person intervjuer en annen om temaet mens en tredje person observerer / hører på i 7-10 minutter. Diskuter intervjuet etterpå, hva som fungerte, hva som var kleint, hva som kom feil ut, om dere fikk god informasjon osv. Snakk også om hvordan man stiller spørsmål. Bytt så på rollene som intervjuer, intervjuobjekt og observatør, og prøv en gang til. Evaluer og diskuter hva som kan forbedres ennå en gang, og bytt en tredje gang. Det er også interessant å se om alle tre har samme oppfatning av hva ensomhet er, hvordan det oppleves, og hva som minsker ensomhetsfølelsen.

En slik intervjuøvelse er en viktig måte å utforske temaet på, og bli klar over hva en selv tenker – ens egen «bias».

Tips til intervjuet er å starte med litt «oppvarming», dvs. enkle spørsmål om en selv, og så følge opp og stille åpne spørsmål omkring dette med sosialt samvær og ensomhet. Husk at hvis intervjueren er stille, vil ofte intervjuobjektet si mer og fylle på med informasjon uten at det er stilt et nytt spørsmål. I intervjuer med åpne spørsmål er det ekstra viktig å høre etter hva intervjuobjektet sier og følge opp med flere spørsmål, f.eks. kan du fortelle mer / utdype, hva tenker du på da, kan du gi et eksempel o.l. Til slutt er det lurt å spørre om det er noe intervjuobjektet vil si som du ikke har spurt om.