

Uitkomsten enquête gebruikers zit-statafels

Eind 2005 zijn er een aantal klanten van Witteveen Projectinrichting benaderd met het verzoek een enquête in te vullen over hun bevindingen bij het gebruik van zit-statafels en het eventuele gebruik van een zadelstoel. Er werden 13 bedrijven aangeschreven waarvan uiteindelijk 9 bedrijven een of meerdere enquêtes retour hebben gezonden met een totaal van 23 stuks. Een mooie uitkomst van bijna 70% respons, waarvoor ik de geënquêteerden hartelijk dank!!!

Hieronder zullen per vraag de uitkomsten en eventuele bijzonderheden vermeld worden.

1. Waarom is uw keuze gevallen op een zit-statafel?

Een belangrijke reden blijkt het voorkomen en tevens verslechteren van reeds aanwezige gezondheidsklachten te zijn en dan met name rug- en RSI-klachten worden hierbij genoemd. Daarnaast vinden gebruikers het plezierig/comfortabel om de werkhouding te kunnen afwisselen met name als er veel en/of langdurig achter de PC wordt gezeten.

Een enkele keer is de tafel door een Arbo-dienst geadviseerd als zijnde noodzakelijk om de werksituatie te verbeteren en er zijn een aantal bedrijven waar de zit-statafels bedrijfsbreed zijn ingezet als onderdeel van het beleid.

2. Bevalt uw zit-statafel en voldoet deze aan uw verwachtingen?

Het antwoord op deze vraag was ronduit positief; alle ondervraagden antwoorden met ja. Er waren enkele gebruikers die de verstelfunctie weinig gebruikten of die het totaaloppervlak van de tafel te klein vonden.

3. Hoeveel uur bent u werkzaam aan de tafel?

2 tot soms zelfs 20 uur per dag

4. Hoe vaak verstelt u uw bureau per dag en hoe lang staat u per keer? Kunt u een inschatting maken van het percentage werktijd dat u staand doorbrengt?

Het aantal malen dat het bureau per dag versteld wordt varieert van nooit (bij 5 gebruikers) tot aan 10 maal per dag. Het percentage dat staand werd doorgebracht varieerde van 0% tot 0,5% tot aan 50% van de tijd. Ook de hoeveelheid tijd verschilde individueel sterk; er waren mensen die het bureau per dag vaak verstelden en dan kort, ongeveer 10 minuten, stonden. Andere gebruikers verstelden het bureau maar 2 maal maar stonden vervolgens dan wel een half uur achtereen. Niet iedereen kan het staand werken waarderen, maar verstelt het bureau als tussenvorm dan bijvoorbeeld wel om met een (zadel-) kruk in halfstaande houding te werken. Een aantal gebruikers vergaderende ook in staande positie of deed presentaties op de tafel.

5. Voor welke functies gebruikt u de zit-statafel?

Beeldschermwerk, telefoneren, lezen, besprekingen/dingen laten zien, ontwerpwerk, grafisch design, presentaties, teksten maken/aanpassen, opruimen, beoordelen kiemplanten, werken met zaden, schrijven, lezen, vergaderen, overleggen.

6. Stond u in het begin meer of minder dan u nu doet? Ontstaat er een gewenning waarna er een stabiel gebruik van de zit-statafel ontstaat?

Een enkele gebruiker geeft aan dat er meer gestaan wordt nu, dan bij het begin van het gebruik van de tafel. Tevens wordt er aangegeven dat door het hebben van de tafel meer gelet wordt op de houding. Ongeveer 1/3 van de ondervraagden geeft aan dat er een status quo ontstaat na verloop van tijd omdat je dan weet wat je prettig vindt qua houding. Het merendeel van de gebruikers geeft echter aan dat er wel minder gestaan wordt na verloop van tijd. Een belangrijke reden hiervoor is het vergeten van de mogelijkheden van het bureau, soms ook onbekendheid met een hoog-laagbureau. Verder geven zij aan dat de “nieuwigheid” eraf is waardoor het aantal malen staan en de frequentie omlaag gaat.

7. Had u voordat u aan een zit-statafel ging werken ook klachten en om welke klachten ging het hierbij?

Van de geënquêteerden had 50% voor het gebruik van de zit-statafel fysieke klachten. Het ging hierbij om rugklachten en nek-schouderklachten/RSI-klachten in het bijzonder. De groep met rugklachten is ongeveer gelijk aan de groep met schouderklachten en de klachten variëren van ernstig (hernia en RSI) tot aan stijfheid in de rug- en de nek/schouder-regio. Een aantal gebruikers gaf aan de zit-statafel juist aangeschaft te hebben om klachten te voorkomen.

8. Is er verandering gekomen in de klachten die u had en denkt u dat dit verband houdt met het gebruik van de zit-statafel?

De klachten namen bij ruim 65% van de ondervraagden af. Een persoon gaf aan dat de klachten niet verbeterd waren en bij niemand namen de klachten toe. Een aantal gebruikers gaven aan dat het gebruik van een zit-statafel preventief werkt omdat je meer op je houding gaat letten en vanzelf meer beweegt. Daarnaast vertelde een iemand dat het sporten naast de hoog-laagtafel een belangrijke bijdrage leverde aan het verminderen van zijn klachten.

9. Merkt u verschillen op als het gaat om concentratie, vermoeidheid en werkplezier/arbeids-tevredenheid ten opzichte van de periode dat u werkte zonder zit-statafel?

Ongeveer 45% van de ondervraagden gaf aan dat de arbeidstevredenheid en het werkplezier als tevens de concentratie verbeterd was ten opzichte van de periode van voor het werken met een zit-statafel. Een aantal van hen gaf aan dat bij zeer lange uren werken de aandacht beter gefocust kon worden door de mogelijkheid om van houding te wisselen. De rest merkte geen verandering op of kon er niet over oordelen door o.m. een beperkt of een nog te kort gebruik van de tafel.

10. Bemerkt u verandering van de arbeidsproductiviteit ten opzichte van het werken zonder zonder zit-statafel?

13 Personen vonden het geen enkel verschil maken in hun arbeidsproductiviteit en 3 gebruikers vonden dat het wel positief werkte. De anderen waren nogal wisselend in hun uitspraken. Een aantal geënquêteerden vond dat ze rustiger zaten en door de variatie van werkhouding langer achtereen konden werken. Er werd tevens genoemd dat er aan het bureau meerdere taken verricht konden worden hetgeen efficiënter werkte. Sommigen vonden een

toename van arbeidsproductiviteit eventueel wel mogelijk maar moeilijk meetbaar en konden er daarom geen uitspraak over doen.

11. Wordt naar uw mening de meerprijs van de zit-statafel terugverdiend?

13 Ondervraagden gaven een volmondig ja op deze vraag. Hiervoor werden verschillende redenen aangegeven. Preventief; het beperken van verzuim door ziekte en het daarmee gepaard gaande omzetverlies. Ook het terugbrengen van de kosten van ziekteverzuim werd als belangrijk punt genoemd. Iemand gaf aan dat een werkgever aantoonbaar verantwoordelijk te voelen voor comfort, veiligheid en gezondheid van zijn werknemers middels de aanschaf van een hoog-laagtafel. Anderen vonden het multifunctionele van de tafel handig of genoten van het gevoel van luxe dat de tafel hen gaf.

Twee ondervraagden gaven nee als antwoord waarvan 1 persoon aangaf de tafel te weinig te gebruiken (hij ging dit overigens weer oppakken!).

De anderen hadden geen idee of vonden dit een vraag voor de manager.

12. Zijn er nog andere positieve c.q. negatieve bevindingen die u kunt melden met betrekking tot de zit-statafel?

Het werd door diverse mensen als positief ervaren dat het werkoppervlak groot is, ook werd de uitstraling van het bureau genoemd. Het feit dat na ingebruikname van het bureau de klachten verdwenen waren werd als zeer belangrijk ervaren. Als minder positief werd het gladde werkoppervlak genoemd waar de optische muis niet goed op werkte. Bij een persoon wiebelde het bureau als er iemand langsliep vanwege een niet stevige vloer. Verder gaf iemand aan dat handmatig verstellen toch lastiger was dan gedacht en dat daarom elektrisch verstelbaar handiger zou zijn. Diverse ondervraagden noemden het feit dat de monitor nog steeds niet op de goede hoogte stond.

(n.b. de monitorhoogte staat los van de hoogte van het blad en dient apart te worden ingesteld middels de verstelmogelijkheid die op de monitor zelf zit of door een monitorsteun die op de juiste hoogte kan worden ingesteld. Een andere veel gebruikte oplossing is het leggen van een aantal pakken A4-papier onder de monitor).

13. Bent u binnen uw organisatie de enige met een zit-statafel?

Bij een bedrijf staat alleen een vergadertafel die als hoog-laagtafel gebruikt wordt. Drie bedrijven hebben maar een tafel staan vanwege het feit dat het een eenmansbedrijf is. De rest van de bedrijven hebben meer tafels die in een aantal gevallen zelfs bedrijfsbreed zijn ingevoerd.

14. Hoe denken collega's over het gebruik van de zit-statafel?

Positief, al gaf iemand aan daar nu minder over te horen dan in het begin en dat er misschien ook wat meer gebruik van zou moeten worden gemaakt. Een aantal ondervraagden gaf aan dat de collega's die geen hoog-laagtafel hadden best wel jaloers op ze waren! Een iemand gaf aan dat hij anderen op het idee heeft gebracht met zijn tafel omdat ze de meerwaarde zagen.

15. Gaat men binnen het bedrijf in de toekomst over tot de aanschaf van meer zit-statafels?

Bij een aantal bedrijven is iedereen al voorzien van een tafel. Een paar geven aan op indicatie bij bijvoorbeeld klachten zonodig over te gaan op de aanschaf van een zit-statafel. Verder zijn

er bedrijven die standaard zit-statafels hebben en aanschaffen wanneer er nieuwe werkplekken nodig zijn.

Vragen gebruikers zadelstoelen

Van alle gebruikers van zit-statafels bleken er 11 de beschikking te hebben over een zadelstoel.

1. Kent u de zadelstoel en hoe denkt u hier over?

Op twee na waren alle gebruikers positief over de stoel deze twee gebruikers vergaten de stoel te gebruiken of vonden hem niet lekker zitten. De meesten vinden hem, soms na een periode van wennen, comfortabel zitten, vinden het een slim ontwerp en zijn enthousiast over de instelmogelijkheden. Men vindt het prettig om een andere houding aan te kunnen nemen en het wordt als praktisch ervaren dat hij zo goed te verstellen is. Een deelnemer vond zijn stoel ook mooi!

2. Waarom bent u tot de aanschaf van een zadelstoel overgegaan?

Voor een aantal ondervraagden gold dat de kruk samen met de hoog-laagtafel werd aangeschaft door het bedrijf. Zij vonden het een uitstekende combinatie met de tafel. Voor anderen was de aanschaf ontstaan doordat zij klachten hadden zoals nek-schouderklachten (RSI) en rugklachten. Het werd als prettig ervaren om actiever en flexibeler te zitten en daarmee onder meer de rug te versterken.

3. Om wat voor klachten ging het eventueel?

Rugklachten en/of schouder-nekkklachten (RSI), vermoeidheid.

4. Heeft de zadelstoel effect op deze klachten en om wat voor effect gaat het?

Ondervraagden met klachten gaven aan dat de klachten verminderden door de zadelstoel en dat ze er minder vermoeid op werden bij lange dagen werken.

5. Andere positieve / negatieve bevindingen?

Een persoon gebruikte zijn bureaustoel bijna niet meer omdat de kruk zo prettig zat. Het werd als prettig ervaren dat de stoel ook voor andere doeleinden dan beeldschermwerk gebruikt kon worden zoals bijvoorbeeld bij trainingen, stoelmassage etc. Sommigen vonden de zadelstoel eng om op te zitten en niet geschikt om er met een rok aan op te werken. Ook het comfort van de kruk werd door 3 personen als niet positief ervaren; het ontbreken van armsteunen en het feit dat de kruk als nogal hard werd ervaren waren hierbij belangrijk.

Conclusie:

Over het geheel genomen zijn de gebruikers van zit-statafels en zadelstoelen erg tevreden over het gebruik en de aanschaf van hun meubilair en zij maken ook echt gebruik van de mogelijkheden die het meubilair hen biedt. Er ontstaat na de eerste nieuwigheid ook een soort van “stabiel” gebruik. Vooral mensen die veel achter een beeldscherm zitten geven aan veel (werk)plezier te beleven aan dit meubilair, al dan niet in combinatie met een zadelstoel. De mogelijkheid om van houding te wisselen scoort hierbij hoog. De zadelstoel wordt soms te

hard gevonden. Er zijn veel interindividuele verschillen bij het gebruik van de materialen; staat de een maar af en toe en dan lang de ander staat bijvoorbeeld weer vaak en kort; ieder geeft daar zijn eigen invulling aan. Een aantal bedrijven zijn overgegaan tot bedrijfsbreed aanschaffen van zit-statafels, vaak in combinatie met zadelkrukken om klachten en ziekteverzuim te voorkomen. Klachten blijken (helaas) nogal eens een belangrijke drijfveer om het meubilair aan te schaffen c.q. goed te gebruiken alhoewel ook preventie en goed werkgeverschap hierbij een rol spelen. Dit was ook een conclusie die uit het literatuuronderzoek kwam. Het preventief aanschaffen van de tafels begint bij een aantal bedrijven inmiddels wel de norm te worden, maar dat is lang nog geen gemeengoed. Een groot aandachtspunt blijft het voortdurend alert zijn op het daadwerkelijk gebruik maken van de aangeschafte materialen omdat het gebruik nogal eens “inzakt”. Ook deze conclusie werd reeds getrokken uit het literatuuronderzoek. Dit pleit voor cyclische aandacht voor het gebruik van al het kantoormeubilair om een goede benutting ervan te bevorderen en het ontstaan van klachten te voorkomen. Daarnaast is het een misvatting dat met de mogelijkheid de tafel te verstellen ook de monitor op de goede hoogte staat (dit probleem kwam in een aantal formulieren aan de orde). De monitorhoogte dient apart afgesteld te worden en dit is van groot belang omdat een goede afstelling van de monitorhoogte nek- en schouderklachten voorkomt. De enquête ondersteunt voor een groot deel de bevindingen uit het literatuuronderzoek.



Witteveen Furniture Trading bv
Kerkstraat 57, Ouderkerk a/d Amstel
Postbus 86, 1190 AB Ouderkerk a/d Amstel
Tel: 020 - 496 5030 / Fax: 020 - 496 3052
info@witteveen.nl / www.project-inrichting.nl
de eerste virtuele showroom van kantoormeubelen van Nederland