

27. Mai 2016, 15:51 Uhr

Höhenverstellbare Schreibtische

Wer im Stehen arbeitet, ist produktiver

Sitzen ist das neue Rauchen, heißt es. Wie sehr die Gesundheit darunter wirklich leidet, ist umstritten. Aber für Stehtisch-Fans gibt es nun ein neues Argument: Stehen macht produktiver.

Schreibtische, die sich in der Höhe verstellen lassen, sind offenbar eine gute Investition fürs Büro: Sie steigern die Produktivität der Mitarbeiter. Zu diesem Ergebnis kommt zumindest eine **Studie mit Callcenter-Angestellten aus Texas**.

Für die Untersuchung wurden 167 Mitarbeiter des Texas A&M Health Service Centers sechs Monate lang beobachtet. Das Ergebnis: Angestellte, die an ihrem Schreibtisch wahlweise stehen oder sitzen konnten, schafften 46 Prozent mehr Anrufe pro Stunde als Kollegen, die den ganzen Tag sitzen mussten. Wer einen variablen Tisch hatte, saß im Schnitt rund 90 Minuten pro Tag weniger auf dem Stuhl.

Eine Befragung der Probanden ergab zudem, dass sich drei von vier Mitarbeitern mit variablen Tischen nach sechs Monaten körperlich wohler fühlten. Waren sie also vielleicht deshalb produktiver? Es gebe zu wenige Daten, um diesen Zusammenhang beweisen zu können, sagen die Forscher.

Ob es tatsächlich auf Dauer gesünder ist, im Stehen zu arbeiten, **ist wissenschaftlich umstritten**. Fest steht: Wer viel sitzt, tut gut daran, häufiger mal aufzustehen.

URL:

- <http://www.spiegel.de/karriere/berufsleben/studie-im-stehen-sind-angestellte-produktiver-a-1094513.html>