

# Warum es mehr Stehpulte geben müsste

Stehpulte sind nicht nur gut für den Rücken. Laut einer neuen Studie machen sie auch produktiver, und zwar deutlich.



Gut für Körper und Geist: Auch die Eidgenössische Steuerverwaltung in Bern setzt auf Stehpulte. Bild: Keystone

In den meisten Büros sind sie Exoten. Einzelkämpfer, die oft belächelt werden und trotzdem standhaft bleiben, im wahrsten Sinne des Wortes: Angestellte mit Stehpult. Viel Zuspruch bekommen sie von **Ergonomen**, die vom **Arbeiten** im Stehen schwärmen, weil es gut für den Rücken sei und die Durchblutung fördere. Eine neue Studie geht nun noch weiter und behauptet: Stehpulte fördern die Produktivität um bis zu 50 Prozent.

Verfasst wurde das **Papier** vom Health Science Center der Texas A&M University. Die Wissenschaftler beobachteten 167 Angestellte eines Callcenters über sechs Monate hinweg. Eine Gruppe arbeitete unter normalen Bedingungen im Sitzen, die andere Gruppe an Stehpulsten. Dann verglichen die Forscher die Produktivität zwischen den beiden Gruppen, gemessen an der Zahl erfolgreich beendeter Anrufe beziehungsweise Gespräche pro Stunde.

Das Resultat ist beeindruckend. Nicht nur waren die Angestellten am Stehpult 45 Prozent produktiver als die anderen. Sie steigerten ihre Arbeitsleistung auch über die Zeit hinweg, von plus 23 Prozent im ersten Monat bis auf plus 53 Prozent in den Monaten danach.

## Die Daten zweimal überprüft

Das Resultat scheint umso erstaunlicher, als die Testgruppe nicht den ganzen Arbeitstag im Stehen verbrachte, sondern bloss 1,6 Stunden. Die Resultate hätten ihn selber «umgehauen», sagt Mark Benden, Direktor des Texas A&M Ergonomics Center, zur US-Zeitung «**Chicago Tribune**». Deshalb habe er den Hauptautor der Studie dazu gezwungen, die Daten zweimal zu überprüfen. «Wir hatten zuvor noch nie ein derart signifikantes Resultat gesehen.» Doch das Muster sei konstant geblieben: Die Steharbeiter überflügelten ihre sitzenden Kollegen in den ganzen sechs Monaten.

Benden verweist auf frühere Studien, die denselben Effekt gezeigt hätten. Zum Beispiel jene unter Highschool-Studenten, die ein Jahr lang Stehpulte zur Verfügung gestellt bekamen. Hirnscans und andere Tests zeigten, dass sich ihre kognitive Leistung in dieser Zeit um 10 Prozent verbesserte. Benden glaubt deshalb, dass die Stehpulte sich über kurz oder lang durchsetzen werden: «Das ist nicht nur ein Trend.» Der Mensch sei nicht für die Bewegungslosigkeit gemacht. «Wir sind dazu entworfen, auf den Beinen zu sein und uns zu bewegen.»

«Bei der Hälfte immer noch begeistert»

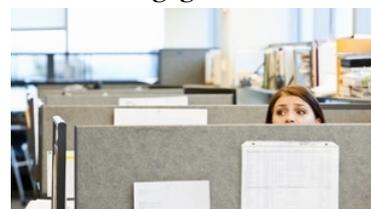
Franziska Kohler  
Wirtschaftsredaktorin  
@tagesanzeiger 27.05.2016

## Stichworte

Arbeit

## Artikel zum Thema

### Was tun Sie gegen Stress?



**Recht & Konsum** Bei ihren Betriebskontrollen achten die Arbeitsinspektoren besonders auf psychosoziale Risiken am Arbeitsplatz. Unternehmen müssen nachweisen, was sie zum Schutz vorkehren. [Mehr...](#)

Von Andrea Fischer 07.03.2016

## Das alarmierende Schweigen am Arbeitsplatz

Jeder Fünfte in der Schweiz leidet an Depressionen. Oft ist die Ursache beim Job zu suchen. Gerade dort aber ist das Thema tabu. Besonders gross ist die Angst, diskriminiert zu werden. Was ist zu tun? [Mehr...](#)

19.08.2013

## Die Redaktion auf Twitter

Stets informiert und aktuell. Folgen Sie uns auf dem Kurznachrichtendienst.

@tagesanzeiger folgen

Nun scheint es naheliegend, dass die Arbeit im Stehen physische Faktoren wie die Haltung beeinflusst. Doch wie kommt es zu den kognitiven Effekten und der höheren Produktivität? Eine mögliche Erklärung: Durch das Stehen erhöht sich das Energieniveau. Ausserdem gehen körperliche Beschwerden, die ihrerseits die Produktivität reduzieren, zurück. Im Fall des untersuchten Callcenters spiele wohl auch die Natur der Arbeit eine Rolle, glaubt Benden: Fühlt sich ein Angestellter wohl und fit, beeinflusst dies die Art und Weise, wie er am Telefon klingt.

Ob es an einem anderen Arbeitsort auch zu einem derartigen Leistungsanstieg kommen würde, ist laut Benden deshalb fraglich. «Aber meine Güte. Selbst wenn die Produktivität nur halb so stark ansteigt, sind wir immer noch begeistert.»

Die Texaner sind übrigens nicht die Ersten, die den Einfluss von Stehpulten auf die Arbeitsleistung untersucht haben. 2014 fertigten kanadische Forscher eine [Literaturübersicht](#) zum Thema an. Sie untersuchten acht akademische Studien, die denselben Zusammenhang erforscht hatten. Eine Studie zeigte einen uneinheitlichen Effekt, drei Studien zeigten eine erhöhte Produktivität. Vier Studien hingegen konnten keinen Einfluss nachweisen.  
(Tagesanzeiger.ch/Newsnet)

(Erstellt: 27.05.2016, 16:04 Uhr)