

**hvg**

# HR Plusz

2009/06

# 2009



Mit tehet válság idején a HR? • Mire jók a HR-szoftverek? • Irodabútor-választás  
Interjúk többek között Csaposs Noémivel, dr. Klein Sándorral, dr. Tóth Tamással  
A jó és a rossz stressz • „Ki kicsoda?” a HR világában • Állásbörze-stratégiák  
Költségcsökkentő cafeteria • Outsourcing és outplacement megoldások  
Hogyan válasszunk tanácsadót? • Fókuszban a grafológia

**hvgHR**  
center

**hvgonline**  
Szakmai Kiadványok



# Mondd, te mit választanál?

**Irodát berendezni és hatékonyan üzemeltetni egy igen komoly szakmai feladat, melyet akárhogy is szeretnénk, de nem lehet megoldani állandó munkatársakkal, hiszen mindig szükség van egy, vagy akár több külső szpontra és szakértőre a tökéletes eredmény érdekében.**

## Hol legyen az irodánk?

Fogadjuk el, hogy már az iroda vagy az irodaház kiválasztásához legalább két szakvizsga kell. Szükséges egy irodaauditor, aki a szervezeti átvilágítást és a meglévő helyzet elemzését követően egy műszakilag értelmezhető specifikációt készít az álomirodáról, mellyel a kezében aztán a vezetőség elindulhat az ingatlan-tanácsadókkal erősen átszított piacon irodát keresni. A legjobb megoldás, ha un. bérlő-képviselői szerződést kötünk, és egy saját ingatlan-tanácsadót választunk, aki megvéd minket az apró betűs szerződéstervezetek aknáitól, hiszen bizonyos esetekben maga is ad ki irodákat. Ha tehát a rablóból pandúrrá vált segítők leszűkítette a kínálatot az előzetes specifikációk alapján maximum 3 választási lehetőségre, ekkor kezdődhet a verseny. Harcoljuk ki, hogy a bérbeadó irodaház igenis tervezze be az általunk kért ültetési rendet és főbb a funkciókat, valamint az ahhoz tartozó átalakítási kalkulációt is előre mellékelje.

## Mi és milyen legyen belül?

Ekkor lép be a harmadik szakértő, a belsőépítész, akivel viszont már előre egyeztetni kell cégünk stratégiáját a berendezésre vonatkozóan, melyet cégünk alapműködése határoz meg. Keményen el kell előre dönteni, hogy hová helyezzük a főbb hangsúlyokat, és az azokhoz tartozó büdzsét mek-

korára tervezzük. Mivel ez cégtípusonként eltérő, ezért a leggyakoribb hibák kiemelésével közelítsük meg a kérdést. Fontosságukat tekintve az asztalokra, a szekrényekre, a szőnyegpadlóra, a recepcióra, a tárgyalóra, a teakonyhára, majd a székekre, a világításra és végül a dekorációra kell a legnagyobb figyelmet fordítani. Amennyiben alaposabban belegondolunk, hogy a dolgozók munkavégző képességét mi befolyásolja a legjobban, vagy ha a kérdést úgy tesszük fel, hogy mely munkaeszköz okozza a legtöbb munkahelyi hiányzást, az ok toronymagasan – 78%-ban – a megfelelő ülőbútor, azaz a magas ergonómiájú munkaszékek és tárgyalószékek hiányára vezethető vissza. A monitorok, a világítás, a klíma mindmind csupán 5-6%-ot tesznek ki. Tehát a nagy többség helyesen dönt,

ha a munka székekkel kezd, majd a dolgozók lelki világát stimuláló, hangulatfokozó dekorációs elemekkel, falfestéssel folytatja a sort. Kiemelt hely a közösségi terekhez sorolható konyha-étkező is, valamint a tárgyalók. A munkaszaktólól igazán csak 3 jelentős dolgot kell elvárni: legyen stabilan vízszintes a lapja, kellően variálható, állítható legyen a magassága, és biztonságosan lehessen benne a kábeleket elvezetni. Hazánkban még nem alakult ki az a fajta márkakultusz, mint a céges autók világában, de azért a gerincet, a női medencét, a nyakcsigolyákat védő ülőbútorokra szánjunk nagyobb figyelmet. A recepciók és a vezetői irodák külön kasztba tartoznak. Azok berendezése annyira kényes téma, hogy egy rutinos HR-es meg sem próbál beleavatkozni.

De ássunk egy kicsit mélyebbre... Valóban lehet, hogy egy dolgozó jobban örül egy narancsra festett falnak, mint egy 15 év garanciával rendelkező fémszekrénynek? Bármennyire is furcsa, de igen. De még jobban örül egy



un. csendszobának, amely egy újdonság az egyterű irodákkal berendezett munkahelyeken. Ez egy 2-4 m<sup>2</sup>-es ablaktalan, üvegajtós kis kuckó egy széssel, egy asztallal és egy telefonnal. Ide néhány percre bevonulhat a dolgozó egy bizalmas üzleti telefont elintézni, vagy a családját felhívni, néhán a laptopján egy kulcsfontosságú anyagot megszerkeszteni. Nagyon hálásak tudnak lenni a munkatársak ilyen gesztusokért.

### És ott van az a sok ember...

Egy cég kiválaszt, majd összeültet vadidegen embereket kisebb-nagyobb csoportokba néhány hétre vagy néhány évre is akár – ez a munkahely. A cég célja a hatékonyság növelése a szervezeti célok eléréseért. Ezért a cég igen sok tekintetben korlátozza az egyén szabadságát, viselkedését, mozgását, szociális igényét. Persze kompenzálja is őt fizetéssel, bónusszal, juttatásokkal, képzésekkel, csapatépítő tréningekkel, karrierlehetőségekkel, de napi szinten azonban igencsak a monitor elé szegezi. Lássuk be, hogy ez igen nagy feszültséget teremt. Az ergonómia – mint a munkaszervezés tudománya – fő feladata, hogy ezt a stresszt ne fokozza, hanem a munkakörnyezettel csökkentse, illetve az esetleges további zavaró tényezőket is minimalizálja.

### A szociális igények

Meg kell adni – az amúgy törvényben is szabályozott – lehetőséget térben és időben arra, hogy a dolgozó kikapcsolhasson, relaxálhasson, és kiléphessen ebből a robotvilágból. Láthasson eltérő anyagokat, színeket, formákat, érzékelhessen mozgást maga körül, legyen lehetősége elterelni a figyelmét feliratokkal, képekkel, növényekkel, dísz tárgyakkal, kavicsokkal a teraszon, babzsákfotellel a rekreációs helyiségben, videojátékkal, bokszzsákkal, vagy akár egy kosáryi pletykamagazinnal



egy fonott fotel mellett. De már az is megoldás, ha egyszerűen más emberekkel találkozhat. Ezért kellene nagyobb konyhák, álló bárpultos kávézósarkok, teraszok, vagy bármilyen olyan hely, ahol nem a szürke monitort és az arcát takaró paravánokat látja. Azt, hogy a színeknek milyen hatása van a szervezetünkre és pszichénkre, már mindenki tudja, aki legalább egyszer ült egy fényterápiás infrasaunában. A munkahely színeinek tökéletes összehangolását is jobb, ha belsőépítésre hagyjuk, hiszen ezt is legalább egy fél éven át tanítják az egyetemen. A mi feladatunk csak annyi, hogy merjünk színeket használni, merjünk meglepő plakátokat a falra ragasztatni.

Ezen igények jó időben történő meghatározása és bevezetése a vezetőség felé az egyik kulcsa a sikeres irodaberendezési projektnék.

### A fizikai igények, avagy az ergonómiai szempontból zavaró körülmények

#### A levegő

Tisztasága és páratartalma az elsődleges felelős az un. rossz irodai légkör kialakulásáért, és ez nem játék a szavakkal: a S.O.S., azaz a Sick Of-

fice Syndrome egy ismert, nemzetközi jelenség. A kiváltó oka, hogy az elégtelen levegőcsere, -szűrés és -tisztítás következtében a munkatársaktól származó gombák és más szerves organizmusok megtapadnak és elszaporodnak a szellőzőrendszerben. Már hazánkban is azonosítottak ilyen betegségben szenvedőket. A tünetek között allergiás rohamok, fojtogató, szorító nyomás és valódi depresszió is szerepelhet. Ez ellen csakis az irodaház gépészeti ajánlatának tüzetes – és a bérlőképviseelővel történő – átvizsgálásával védekezhetünk. Érdeemes megkérdezni a korábban beköltözött bérlőket a ház szolgáltatásának minőségével kapcsolatos tapasztalataikról.

#### A zaj

A külső zaj ellen a nyílászárók védhetnek, feltéve, hogy a friss levegő bejuttatása jól megoldott, és nem kell nyitva tartani nyáron az ablakokat. A belső zajnak rengeteg forrása lehet: a gépészeti, elektromos zaj, melyeket bérbevitel előtt ellenőrizzünk, illetve saját kollégáink által keltett zaj, a beszéd, a közlekedés hangjai. Ezen a téren igen nagy a felelőssége az irodát berendező belső munkatársnak.

Mint tudjuk, a zaj hullámmozgásban terjed, és képes „pattogni” a kemény felületek között, sőt akár fel is erősödhet. A recept tehát egyre több puha felületet képezni hangelnyelő szőnyegpadló, hangszigetelő paraván, kárpitozott szekrényhátfalak, hangelnyelő falburkolatok alkalmazásával.

## A világítás

Az irodaházak ezen a téren már elfogadható kínálatot nyújtanak, ám az árnyékolás területén siralmas a helyzet. Alaposan kérdezzünk rá az elektromos rolók vezérelhetőségére, és próbáljuk ki napos időben a hatását!

## Az ülés ergonómiája

A fizikai ártalmak közül most érünk el a legfontosabbhoz. Ha Ádámnál és Évánál, de legalábbis Darwinnál akar-nám kezdeni, akkor úgy szólna a mese, hogy az ember egy felegyenesedett, igen fejnehéz, mozgó, gyújtógető és szaladgáló funkcióra tervezett konstrukció. Minden szerve okosan egymás fölé van sorolva a törzsében, melyek mozgás közben működnek a legoptimálisabban, és a szív, mint kis szivattyú pedig a mozgó végtagjainkban pumpáló izmaink segítségével áramoltatja a vért a testünkbe, és legfőképp az agyunkba.

No, ehhez képest egy nehéz ebéd után, ha leülünk íróasztalunk elé, görnyedt gerinccel mereven felfelé feszítjük nyakunkat a monitor irányába, mellkasunk, hasunk meggörnyedve nyomódik össze, lábainkat pedig összekulcsoljuk székünk ülőlapja alatt... Ugye érzi mindenki, hogy milyen távol kerültünk az eredeti konstruktőr terveiben szereplő felhasználói viselkedéstől?

Dióhéjban ezért az ülés a vállalati hiányzások fő okozója, és ezáltal a dolgozókat leginkább érintő negatív hatás forrása is! Minden porcikája megfájdul a helytelen tartástól, visszeres lesz a lába, reumásak az ízületei, meszesek a csigolyái, deformálódik a medencéje – nőknél ez további nőgyógyászati komplikációkat okozhat –, fokozódik az aranyér kialakulásának veszélye, gyomorfekélye lesz az összenyomott tartástól. Ami viszont a munkáltatót már igen rövid időn belül is érintheti, az az agy friss vérrel való ellátottságának hiánya, mely koncentrációhiányhoz, korai fáradékonyasághoz és a stressz kialakulásához vezet – ez pedig megdöbbentő módon növeli a hibázások gyakoriságát. És ugye egy stresszes könyvelő vagy bróker igen komoly károkat tud okozni...

Mindez visszavezethető tehát a helytelen ülés módra, mely meglepő módon

a vezetőket is tizedeli, tehát ugyanilyen körültekintéssel kell kiválasztani a tárgyalószékeket is, hiszen szeretett főnökünknek az a munkaszéke.

## A megfelelő irodabútor

Ha meg szeretnénk ismerni a jó irodabútort, elsőként tájékozódjunk a világhálón. A tervezés minőségéről az ergonómiai és a designdíjak a már sokat elárulnak. Ha a garancia felől közelítünk, a minimum 5 év, de 10 évvel már nyugodtak lehetünk, sőt az USA piacvezető irodabútor-gyártója 36 év garanciát ad 8 órás használatkor az alumínium öntvényből készült székére. És itt érkezünk el a második kulcsszóhoz: az anyaghasználatához. Ahhoz, hogy valami sokáig tartson, annak ellenőrzött nyersanyagból és állandó forrásból kell származnia – tehát a minősége nem ingadozhat amiatt, mert mindig más szállítótól szerzik be. Nincsenek csodák, a fizika törvénye, a statika egyforma Európában, Amerikában és még Kínában is, tehát aki csodát ígér, az valamit kispórol a termékből. Ma már a textíliák kopásállóságára vonatkozóan tesztlaboratóriumban végzett vizsgálatok vannak, melyek eredményét kötelees a forgalmazó megadni. Ne hagyatkozzunk tapintásra, vagy szeressünk bele egy anyagba csak a színe miatt. Az irodabútor nem egy „vedd meg, hordd és dobd el” termék, sokkal inkább egy 5–12 évre tervezett befektetési eszköz, melyet kíméletlen felhasználók használnak, állítanak át naponta, és végeznek rajta termelőmunkát, úgy, hogy közben az egészségük a lehető legkisebb mértékben károsodjon. És mindez vállalati érdek. A dolgozót kényeztetni tehát egy jó befektetés, napi szinten szedhetjük a kamatát, és ezzel saját munkánkat is megkönnyítettük. És ez is vállalati érdek. Gondoljunk rá!

**Feuertag Ottó**  
Europa Design

