

Louise Boelens is arbeidspsycholoog en jurist. U kunt haar uw vraag over de omgang met collega's, chefs en personeel, promotie, stress en andere kwesties rondom werk voorleggen. Eén van die vragen beantwoordt zij wekelijks op deze plek.

l.boelens@bureauboelens.nl
Maximaal 200 woorden.
Anonimiteit verzekerd.



Ik mag niet zitten tijdens mijn werk, hou ik dat wel vol?

Pijn in benen en rug

Na een korte werkloosheid werk ik (vrouw, 52) in een winkel. Ik was blij met de baan, maar het valt niet mee. Ik moet ruim acht uur per dag staan, zitten mag niet. Daarnaast sjouw ik zo'n twee uur per dag met voorraad. Ik werk vier dagen. Mijn collega's werken drie dagen en doen gedeeltelijk werk achter de computer (voorraadbeheer). Dat mag ik niet. De pijn in mijn benen en rug is niet meer zo erg als in het begin, maar ik vraag me af hoe lang ik dit kan volhouden. Misschien helpt het als ik een dag minder werk. Maar ik weet niet hoe men zal reageren. Ik durf niets te zeggen over mijn fysieke ongemakken. Ik heb een tijdelijke aanstelling. Kunt u een leidraad geven?

Oudere mensen die werken in winkels is in een stad als New York een vertrouwd beeld. In een schoenenzaak werd ik aan het einde van de dag geholpen door een man van bo-

ven de zestig. Ik zag dat hij moe was. Logisch, want voor alle schoenen die gepast werden, moest hij een trap af en op. Terwijl hij mij hielp, hield hij een schuin oog op de chef. Ik zag hoe die al zijn personeel in de gaten hield. Iedereen was dan ook keihard aan het werk. Toen onze man opstond, zag ik een pijn-scheut op zijn gezicht. Hij trok dat onmiddellijk in de plooi en liep zo recht mogelijk naar beneden op zoek naar de juiste maat.

Ik hoop van harte dat vijftigplussers in Nederlandse winkels zich niet zo hoeven af te beulen. Vanwege de vergrijzende beroepsbevolking zullen we vaker oudere winkelbediendes tegenkomen. Dat roept de spannende vraag op of zowel werkgevers als klanten bereid zijn te accepteren dat een medewerkster van 52 jaar zich niet hoeft te gedragen als een jonge blom.

Het is voor iedereen vermoeiend (en ongezond) om de hele dag te moeten staan. De jeugd merkt dat vaak niet omdat hun herstelvermogen nog groter is. Tot 2007 stond er in het arbeidsomstandighedenbesluit dat er voor medewerkers die langer dan twee uren moeten staan, een zitgelegenheid geboden moest worden. Nu staat er alleen dat werkplekken ergonomisch verantwoord moeten zijn. Dat betekent dat de werkgever nog steeds moet toestaan dat iemand regelmatig kan gaan zitten.

Ik raad u aan om erover te praten. Het lijkt duidelijk dat u dit werk

niet volhoudt. Kijk eerst of u begrip kunt krijgen bij uw collega's. Als jullie als team kunnen opereren, staat iedereen sterker. Bedenk zo mogelijk samen een oplossing. Uw baas zal willen dat jullie in de zaak een actieve houding uitstralen, maar heeft misschien geen bezwaar tegen een hoge kruik waaruit je zo opstaat.

Ga dan het gesprek aan met uw baas en leg het probleem rustig uit. Laat hierbij zien dat u het werk met liefde en enthousiasme doet. Vertel vervolgens dat u heeft uitgezocht hoe gezondheidsdeskundigen denken over langdurig staan en wat er in de wet is geregeld. Ik snap dat het moeilijk is dit aan te zwengelen. Maar hou voor ogen dat het om een gezamenlijk probleem gaat. Bedenk dat u niet voor niets bent aangenaomen, terwijl u 52 bent. Bovendien snappen klanten heus wel dat een bediende af en toe moet zitten. Klantvriendelijkheid zit in heel andere zaken. Nog een tip: word lid van een vakbond.

Kweek begrip bij collega's, stap dan op uw chef af