

ПОВЫШЕНИЕ ПРОДУКТИВНОСТИ И КОМФОРТА СОТРУДНИКОВ БЛАГОДАРЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ КОМПЬЮТЕРНОЙ МЫШИ

Мышь или трекпад — что лучше?

Современные технологии упрощают решение многих рабочих задач. Теперь «мобильность» — это не просто модное слово, а стиль работы, завоевавший популярность по всему миру. Неудивительно, что легкие и компактные ноутбуки заняли особое место среди других устройств, ведь они позволяют работать не только в офисе, но и дома, в конференц-зале, в кафе — практически везде, где есть Wi-Fi. При этом, несмотря на простоту и удобство использования встроенного тачпада, множество людей по-прежнему предпочитают мышь. Возможно, это просто вопрос личных предпочтений: кому-то просто больше нравится кликать и перетаскивать объекты на экране с помощью мыши. Но что, если эта тенденция обусловлена другими, более серьезными причинами?

Краткие выводы

Предоставив сотруднику мышь для ноутбука, вы не только повышаете его продуктивность и помогаете почувствовать удовлетворенность от более комфортных условий работы, но и проявляете заботу о его здоровье.

- Мыши эргономичнее сенсорных панелей
- Использование мыши повышает продуктивность сотрудников на 50 %²
- Использование мыши повышает скорость работы на 30 %³



Беспроводная мышь Logitech MX Anywhere 3

Содержание

- 1 Ноутбуки скоро заменят настольные компьютеры
- 2 Ноутбуки повышают мобильность, но достаточно ли этого?
- 3 Мышь: недостающий элемент
- 4 Исследование Logi Ergo Lab
- 5 Мышь и производительность труда
- 6 Использование мыши снижает мышечное напряжение
- 7 Влияние на осанку
- 8 Мышь и рентабельность инвестиций
- 9 Другие преимущества мыши
- 10 Какое значение имеют дополнительные устройства для сотрудников

Новый стандарт — ноутбуки

Среди устройств, которыми сотрудники крупных и малых предприятий пользуются каждый день, персональный компьютер, несомненно, занимает главное место — как с точки зрения стоимости, так и с точки зрения пользы. IT-отделы, которым поручена оценка потребностей в оборудовании, поиск поставщиков и закупки, сталкиваются со сложной задачей — обосновать высокие капитальные затраты и необходимость таких приобретений. Для максимизации рентабельности инвестиций нужно выбирать такие компьютеры, операционные системы и периферийные устройства, которые повысят продуктивность сотрудников, обеспечив их комфорт и хорошее самочувствие.



Беспроводная мышь Logitech M310

Ноутбуки уже давно превзошли настольные компьютеры по эффективности, и этот разрыв будет только увеличиваться. До 2020 года IT-отделы предлагали сотрудникам как ноутбуки, так и компьютеры. Однако в 2020 году произошли серьезные изменения, и сейчас компании предоставляют сотрудникам ноутбуки **в два раза чаще**, чем компьютеры⁴. Судя по ситуации, этот тренд будет только набирать обороты. Популярность системы незакрепленных рабочих мест растет, а коллеги все чаще собираются

в переговорных комнатах — неудивительно, что ноутбуки становятся идеальным рабочим инструментом даже в пределах офиса, не говоря уже о режиме удаленной работы, который со временем получит еще большее распространение. В 2020 году собственные исследования компании Logitech показали: в США **67 % сотрудников ожидают, что продолжат работать из дома как минимум два дня в неделю. В Германии и Китае этот показатель составляет 57 и 51 % соответственно.**⁵



Беспроводной трекбол Logitech Ergo M575

2X

В 2020 году компании стали предлагать сотрудникам ноутбуки в два раза чаще, чем компьютеры.⁴

Ноутбуки повышают мобильность. Но не несут ли они за собой скрытых проблем для сотрудников?

Внедрение мобильных технологий позволяет сотрудникам самостоятельно решать, где начать рабочий день — дома или где-то еще. Однако этот несомненно удобный режим поставил и ряд дополнительных задач. Нередко сотрудники, использующие ноутбук без дополнительных девайсов, сталкиваются с недостаточной эргономичностью рабочего места. Такая ситуация ведет к неприятным практическим последствиям, особенно для тех, кто еще не привык к новому режиму работы. По результатам недавнего исследования Logitech, 50 % сотрудников, которые только начинают работать из дома, чувствуют боль и дискомфорт в шее, и лишь 16 % из них сообщали об этой проблеме, когда работали в офисе. 31 % респондентов, работающих удаленно, чувствуют боль и дискомфорт в плече, и лишь 17 % сталкивались с этой проблемой ранее, работая в офисе.

Неприятные, болевые ощущения в теле часто связаны с неэргономичным рабочим местом; а со временем они могут привести и к снижению производительности.

Однако все не так плохо. Сделать нестандартное рабочее место более комфортным и эргономичным можно, просто подключив к ноутбуку мышь.



Беспроводная мышь Logitech MX Anywhere 3

50%

сотрудников, которые только начинают работать из дома, чувствуют боль и дискомфорт в шее.

31%

чувствуют боль и дискомфорт в плече.

Мышь: ключевой недостающий элемент при работе на ноутбуке

Боль, связанная с недостаточно комфортным рабочим местом, — довольно распространенное явление. Использование мыши существенно повышает не только продуктивность, но и удобство работы, одновременно снижая усталость и дискомфорт сотрудника.⁶ Дело в том, что при использовании встроенной сенсорной панели мышцы шеи и плеча испытывают большее напряжение, чем при использовании мыши.

К этому выводу пришли эксперты уникального подразделения Logitech — Logi Ergo Lab.

Исследование Logi Ergo Lab

Чтобы лучше понять, что происходит при использовании трекпада или мыши, компания Logitech подключила экспертов лаборатории Logi Ergo Lab. Logi Ergo Lab — это не просто подразделение компании, это особый научный подход к конструированию, разработке и совершенствованию рабочих инструментов, позволяющих пользователям работать в комфортных условиях. Подразделение играет ключевую роль в разработке продуктов Logitech и объединяет профессионалов в самых разных отраслях — от инженеров и дизайнеров до проектировщиков и бизнес-групп. Исследование команды Ergo Lab позволило оценить особенности использования встроенной сенсорной панели и мыши при работе на ноутбуке.



Оценка относительного положения руки при использовании мыши и сенсорной панели, исследование Logi Ergo Lab

Перед экспертами стояли следующие вопросы:

- Как эти устройства влияют на **производительность труда**?
- Какие **группы мышц** активируются во время работы?
- Как использование этих устройств влияет на **осанку**?

В исследовании участвовали 23 человека, которым выдали по два разных ноутбука. Участников просили выполнять различные задачи сначала с использованием встроенного тачпада, а затем — с использованием двух портативных мышей. Им нужно было наводить курсор, кликать и перетаскивать объекты на экране.

Как мышь может повысить производительность труда

Эксперты Ergo Lab рассчитывали относительную производительность труда при использовании мыши и сенсорной панели, измеряя скорость обработки, то есть подсчитывая количество объектов, перенесенных из одного места в другое за единицу времени. Они учитывали скорость и точность выполнения задач. При использовании мыши продуктивность участников повышалась на 50%.²

- Мыши более эргономичны, чем сенсорные панели¹
- Использование мыши повышает производительность труда на 50%²
- Использование мыши повышает скорость работы на 30%³



Беспроводная мышь Logitech M317

Использование мыши снижает мышечное напряжение

Датчики, закрепленные на теле участников, показали, что при использовании мыши мышцы шеи и плеча активируются реже и испытывают меньшее напряжение, чем при использовании тачпада — во втором случае нагрузка на мышцы шеи и плеча была выше на 45%. Кроме того, при использовании сенсорной панели на 25% возрастало напряжение предплечья, что может вызывать излишнюю усталость или дискомфорт.



Беспроводная мышь Logitech M535

Мышь и осанка

Результаты нескольких исследований⁷ в области эргономики рабочих мест показали, что при работе с трекпадом пользователям приходится прижимать к туловищу согнутую в локте руку. В этом положении верхняя часть корпуса напрягается, что вызывает усталость и дискомфорт. Эксперты Ergo Lab проанализировали положение плеч и выяснили, что при работе с сенсорной панелью пользователь разворачивает плечо почти на 40 градусов. А при использовании мыши плечи находятся почти в естественном положении и локти разгибаются.

Специалисты пришли к выводу, что мышь существенно повышает производительность труда и снижает мышечное напряжение в шее, плече и предплечье.



Оценка влияния использования мыши на осанку, Logi Ergo Lab

**Пользуясь мышью,
сотрудники работают
гораздо продуктивнее.**

«Использование ноутбука часто ассоциируется с неудобной позой, которая вызывает дискомфорт в шее, плече и руке. Подключив мышь, можно занять более удобное положение и снизить нагрузку на некоторые мышцы руки. Сравнительные исследования показали, что мышь повышает скорость и точность выполнения операций, а значит, является более эффективным инструментом, чем сенсорная панель. Мышь — это первое, о чем надо подумать, выдавая сотруднику ноутбук. Она повышает не только комфорт пользователя, но и его продуктивность при выполнении повседневных задач как в офисе, так и дома».



Дэвид Ремпел (David Rempel), врач, магистр общественного здравоохранения (Калифорнийский университет в Беркли, Сан-Франциско), член научно-консультативного совета Logitech.

Как сократить капитальные затраты с помощью мыши

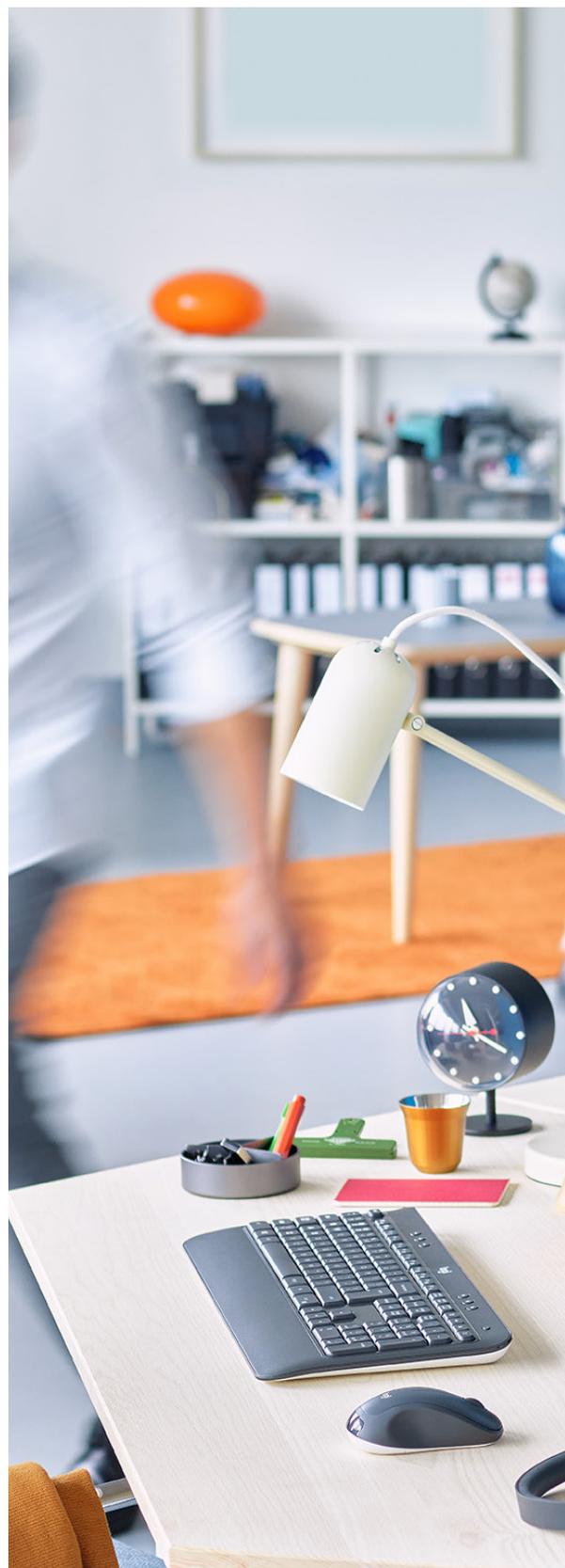
Предоставляя мышь сотрудникам, работающим за ноутбуком, IT-специалисты делают одно из самых дальновидных вложений. Использование мыши не только повышает производительность пользователя, **но и устраняет проблемы, вызванные неправильным оборудованием рабочего места — от общей усталости до постоянной напряженности в мышцах.**

Стоимость таких последствий для компании может быть различной: кому-то приходится выплачивать сотруднику компенсацию, а кому-то — оплачивать лечение и реабилитацию и нести судебные издержки. Косвенные расходы связаны с текучестью кадров, прогулами, снижением производительности и низкой мотивацией.

Другие преимущества мыши

Использование мыши не только повышает производительность труда и снижает дискомфорт, но и имеет другие неочевидные, но существенные преимущества. Количество профессий, связанных с использованием компьютера, неуклонно растет. По некоторым прогнозам, к 2023 году минимум 90 % сотрудников потребуется базовый уровень компьютерной грамотности для выполнения своих непосредственных обязанностей.⁸ Повысятся и риски, связанные с неправильным обустройством рабочего места. Для миллениалов, которые сейчас составляют большую часть трудовых ресурсов, благополучие и хорошее самочувствие — это не просто отсутствие болезней. Они готовы инвестировать в собственное благополучие и хорошее самочувствие и ждут того же от работодателя.⁹

Тем не менее условия, которые создают многие работодатели, часто не соответствуют нематериальным потребностям сотрудников. В 2020 году в результате исследований компании GlobalWebIndex выяснилось: более 20 % удаленных специалистов считают, что их рабочее место недостаточно комфортно. **Двум из трех опрошенных сотрудников крупных компаний хотелось бы, чтобы работодатель предоставил им более удобное оборудование для домашнего офиса.**¹⁰



Logitech MK540 Advanced — беспроводной комплект «клавиатура + мышь»

Что правильно оборудованное рабочее место значит для сотрудников

И сотрудники, и работодатели согласны с тем, что комфортные в использовании инструменты открывают преимущества для бизнеса. При этом 75% руководителей уверены, что создают благоприятные рабочие условия, но лишь 52% сотрудников считают так же. Основная причина такого разрыва в восприятии — неэффективное предоставление сведений о политике компании в области повышения эргономики рабочих мест и порядке ее реализации.¹¹ Для работодателей это часто означает, что им не удалось сформировать доверительных отношений с сотрудниками. Удобные рабочие места и инструменты для сотрудников — доказательство того, что работодателю небезразлично здоровье и благополучие подчиненных, которые в свою очередь ответят ему доверием и почувствуют удовлетворенность условиями труда.

Когда речь заходит о расширении возможностей сотрудников, работающих удаленно, недостаточно просто выдать ноутбук вместо настольного компьютера. Мышь — очень важный инструмент, который повышает продуктивность и делает повседневную работу более комфортной.

Использование мыши при работе на ноутбуке в качестве стандартной практики — это простой способ повысить производительность труда и комфорт при выполнении повседневных задач в офисе, дома или в любом другом месте.

Решения Logitech подойдут для любого рабочего места

Logitech предлагает надежные продукты, которые могут удовлетворить любые потребности и использоваться в любых рабочих процессах. Удобное решение найдется для каждого сотрудника. Прекрасно понимая, что универсальных рецептов не существует, мы предлагаем мыши и клавиатуры в самых разных исполнениях. Наши продукты надежны и долговечны, а их качество подтверждено испытаниями.



Logitech MK540 Advanced — беспроводной комплект «клавиатура + мышь»



Компактная беспроводная
мышь Logitech MX Anywhere 3

logitech®

**Ознакомьтесь
с линейкой мышей
Logitech для бизнеса
можно на сайте
logitech.com/workdesk**

Примечания

- 1 Исследование Logitech Ergonomic Lab, проведенное в октябре 2019 г., в котором приняли участие 23 человека и использовались две стандартные модели мышей Logitech и две стандартные модели встроенных сенсорных панелей.
- 2 Скорость обработки рассчитана в битах в секунду и является усредненным значением скорости и точности, зарегистрированной на каждом устройстве, использованном в исследовании. Исследование Logitech Ergonomic Lab, проведенное в октябре 2019 г., в котором приняли участие 23 человека и использовались две стандартные модели мышей Logitech и две стандартные модели встроенных сенсорных панелей.
- 3 Скорость перетаскивания рассчитана в битах в секунду и является усредненным значением для всех устройств, использованных в исследовании. Исследование Logitech Ergonomic Lab, проведенное в октябре 2019 г., в котором приняли участие 23 человека и использовались две стандартные модели мышей Logitech и две стандартные модели встроенных сенсорных панелей.
- 4 Собственное научное исследование компании Logitech, 2020 г.
- 5 Опрос, проведенный компанией Logitech в июле 2020 года среди 804 лиц, ответственных за принятие решений в области IT и бизнес-операций, в организациях с численностью сотрудников более 1000 человек в США и 500 человек в Германии и Китае.
- 6 Собственное научное исследование компании Logitech — Understanding How Mice and Touchpads Affect Posture and Muscle Activity During Laptop Computer Use (Как использование мыши и сенсорной панели влияет на осанку и мышечную активность при работе на ноутбуке), 2020 г.
- 7 Conte, et al. (Конте и др.) (2014). Kinematic and electromyographic differences between mouse and touchpad use on laptop computers (Кинематические и электромиографические различия между использованием мыши и сенсорной панели при работе на ноутбуке) International Journal of Industrial Ergonomics 44, 413-420.
- 8 Tindula, Rob (Роб Тиндула). Is Your Employer Responsible for Ergonomic Related Injuries? (Несет ли ваш работодатель ответственность за вред здоровью, связанный с неэргономичными условиями труда?) Thrive Global, 2 ноября 2018 г., <https://thriveglobal.com/stories/is-your-employer-responsible-for-ergonomic-related-injuries/>
- 9 Welltok, Millennials: Raising the Bar for Wellbeing (Миллениалы: новый взгляд на благополучие), 2019 г.
- 10 Исследование компании GlobalWebIndex, 2020 г.
- 11 Собственное научное исследование компании Logitech, 2019 г.