

Meten is weten

Het fenomeen dat de mens steeds meer aan zichzelf meet om er 'beter' van te worden heet de *quantified self*. De mens integreert technologie steeds meer in zijn leven en door *selftracking* kun je leren van je dagelijkse activiteiten op gebied van (mentale) gezondheid: hoeveel je dagelijks beweegt, wat je eet, hoe lang je slaapt etc. Sommige mensen gebruiken deze technologie als leuke gadget, maar er zijn steeds meer mensen die daadwerkelijk hun levenspatronen door deze informatie laten beïnvloeden om betere beslissingen te maken ten aanzien van hun gezondheid en levensstijl.



Harold Coenders, CICS

experiment

Bij de quantified self draait het om het individu, maar bij het Colliers International Corporate Solutions (CICS) wordt inmiddels geëxperimenteerd met de quantified workplace^[1]. Als onderdeel van het internationale vastgoedbedrijf Colliers adviseert CICS bedrijven en organisaties over de ideale werkplek voor hun werknemers. Omdat ze ervan overtuigd zijn dat wearables en selftracking in de nabije toekomst hun intrede gaan doen op de werkvloer besloten ze hier eerst zelf ervaring mee op te doen. Die ervaring kunnen ze in de toekomst dan meenemen in hun adviezen.

Een jaar lang dragen hun circa 30 medewerkers op vrijwillige basis een armbandje dat allerlei metingen op hun lichaam uitvoert. Zo proberen zij inzicht te krijgen in het welzijn van de medewerkers. Samen met datastrateeg en quantified self pionier Joost Plattel is een systeem opgezet waarin enerzijds de productiviteit wordt gemeten (hoe veel iemand typt, etc.) en anderzijds, met behulp van het armbandje, het welzijn van de werknemer in kaart wordt gebracht (stressniveau, bloeddruk etc.). De uiteindelijke resultaten worden verzameld en aan elkaar gekoppeld op een dashboard, een voor elke werknemer toegankelijke online overzichtspagina. Hierop je ook je eigen data vergelijken met die van de organisatie als geheel: hoe functioneer je ten opzichte van je collega's? Zowel werkgever als werknemer krijgen zo meer inzicht in de wijze waarop het werk wordt uitgevoerd.

balans

Volgens Harold Coenders, directeur van CICS, hebben werknemers tegenwoordig meer vrijheid en verantwoordelijkheid met als gevolg dat er een bewuste balans moet worden gezocht tussen werk en privé. Deze balans, en daarmee het welzijn van de werknemer, is niet voor iedereen even makkelijk te vinden. Door direct inzicht te verwerven in het gedrag van de werknemer worden zowel werkgever als werknemer bewust van mogelijke factoren die het welzijn in de weg staan, en kan er op tijd bijgestuurd worden. Het experiment dient ook als wetenschappelijke casus. Onderzoekers van Middlesex University en het Quantified Self Institute^[2] van de Hanze Hogeschool in Groningen gebruiken de meetgegevens van het project voor verder onderzoek.

Dit experiment klinkt misschien als totalitaire controle – je baas zou immers precies kunnen weten wanneer jij een licht verhoogde hartslag hebt, bijvoorbeeld als die nieuwe leuke collega voorbij loopt – maar meedoen is vrijwillig. Bovendien kun je als werknemer aangeven welke informatie je wel en niet wilt delen met de rest van de organisatie. Bij CICS blijken de meeste werknemers erg positief over de transparantie van alle data; als je gestrest bent heeft je baas immers toch alle recht om dat te weten? Bovendien werkt dit controlesysteem ook als zelfbescherming van de werknemers, want als blijkt dat er gemiddeld veel stress wordt ondervonden, kan dit betekenen dat de werkdruk te hoog is en dus verlaagd moet worden.

optimaal

Stel dat veel bedrijven de stap nemen naar een quantified workplace, hoe ziet de toekomst er dan uit? Worden we allemaal geoptimaliseerde werkpaarden voor maximale winst of helpt het ons juist om hard werken en ontspanning in balans te houden? Maar dan rest de vraag nog wie bepaalt waar de balans ligt, want hebben werknemer en werkgever niet andere belangen? En voel je als werknemer echt de vrijheid om bepaalde informatie níet met je baas te delen als elke hartslag evengoed geregistreerd wordt?

De quantified workplace is vooralsnog een experiment, maar het geeft een duidelijk beeld van hoe techniek onze levens kan beïnvloeden in de toekomst. Tot die tijd kom je er nog mee weg om tussen twee vergaderingen door even de laatste roddels bij te lezen.

Aflevering 4: de bionische mens

kijk aflevering 4 terug ^[3]

Links

1. <http://www.quantifiedworkplace.eu/>
2. <http://www.qsinstitute.org/>
3. <http://www.vpro.nl/de-volmaakte-mens/kijk/afleveringen/aflevering-4.html>

