

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Ohs_rahavard_isf.blogfa.com



فهرست مطالب

۲..... سخن سردبیر

۳..... سرمقاله

رهاورد علم

بهبود ایمنی در شرکت های کوچک از طریق مداخله

مدیریت ایمنی یکپارچه..... ۵.....

اثر بخشی پروتکل خنک سازی سر با استفاده از آب غیر

یخچالی در کاهش استرس گرمایی..... ۸.....

تاثیر چهار تکنولوژی روشنایی بر ادراک، شناخت و وضعیت عا

طفی..... ۱۰.....

روش آنالیز پیش بینانه خطاهای شناختی TRACER..... ۱۱.....

سم شناسی آکریلونیتریل..... ۱۴.....

اندازه گیری و آنالیز فرکانسی تراز صدا با استفاده از نرم افزار

لب ویو..... ۱۶.....

تاثیر میدان های مغناطیسی بر انسان..... ۱۹.....

دانستنی های بهداشت حرفه ای (برق)..... ۲۱.....

مرگ در اثر برق گرفتگی..... ۲۲.....

مصاحبه با خانم مهندس حکیمه باقری..... ۲۴.....

گزارش نخستین همایش دوسالانه بهداشت حرفه ای..... ۲۷.....

معرفی سایت های بهداشت حرفه ای..... ۲۸.....

رهاورد فرهنگ

دانشجوی فرهنگی..... ۳۱.....

متفاوت بیندیش..... ۳۲.....

تفاوت سبک زندگی اسلامی و غربی..... ۳۵.....

کاریکاتور..... ۳۸.....

معرفی کتاب بیگانه..... ۳۹.....

دولت عشق..... ۴۰.....



اولین نشریه علمی بهداشت حرفه ای استان اصفهان
شماره ۶۶ - پاییز ۹۳
rahavard.ohs@yahoo.com
قیمت: ۲۰۰۰ تومان

▪ اندازه گیری و آنالیز فرکانسی تراز صدا
با استفاده از نرم افزار لب ویو
▪ روش آنالیز پیش بینانه خطاهای شناختی
TRACER
▪ دانشجوی فرهنگی
▪ تفاوت سبک زندگی اسلامی و غربی

مدیر مسئول: دکتر احسان اله حبیبی

مدیر اجرایی: مهندس جواد غلامیان

سردبیر: شیما عینی

دبیران علمی: فرزانه فدایی، زهره شکرالهی، مینا خدابخش

دبیران فرهنگی: زهرا حبیب الهی، الهام خسروی

طرح جلد و صفحه آرایی: سحر فلی پور

اعضای هیئت تحریریه: دکتر فرهاد فروهر مجد زینب حسینی، مهندس

سمیرا برکات، زهرا گل افشانی، فهیمه نعیم زاد، مهندس اسماعیل فرخی، مهندس

حسین خلیلی گرجی، فرزانه فدایی، فاطمه حق شناس، الهه صادقی، آرزو عباس

پورنسرین کبانی، پیمان هوشمند، سحر فلی پور، حامد مردانی

تبلیغات: پیمان هوشمند، رضا اسماعیلی

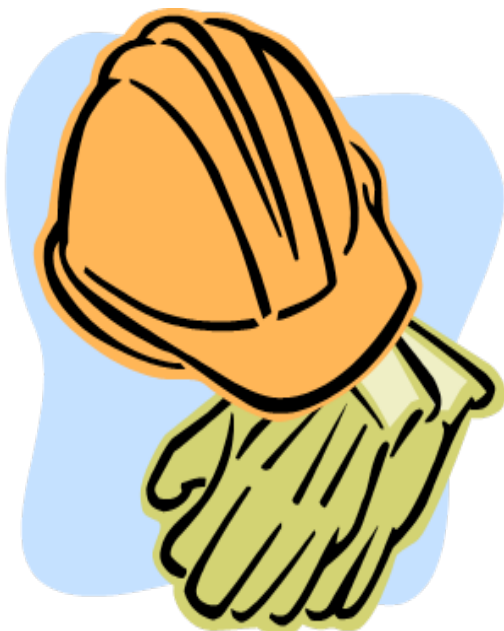
رهاورد از همکاری بی شائبه ی اعضای محترم هیئت علمی گروه مهندسی

بهداشت حرفه ای، معاونت دانشجویی، فرهنگی دانشگاه و مسئول واحد

نشریات: سرکار خانم سلطانی صمیمانه تشکر و قدردانی می کند.



زندگی مدرن، گسترش روز به روز صنایع و پیدایش صنایع نوظهور، نیاز کشور را بیش از گذشته به نیروی کار سالم، ماهر و ورزیده افزایش می دهد. بنابراین استخدام نیروی تایید شده از نظر جسمی و روانی، حفظ سلامت نیروی کار در طول فعالیت پروسه به جهت افزایش بهره وری، بقاء سازمانی و صیانت از سرمایه ملی در سال های اخیر مورد توجه فعالین حوزه سلامت شغلی و ایمنی محیط کار قرار گرفته است. پرداختن به سلامتی کارگران، رسیدگی به مسائل رفاهی و آسایش و همچنین بکارگیری راهکارهایی در جهت تطبیق وضعیت کاربا شرایط جسمی، روانی آنها، امروزه به عنوان یک امتیاز محسوب نگردیده بلکه یک وظیفه را تداعی می نماید. امید است با عنایت بیشتر مدیران ارشد سازمان ها، شرکت ها، کارخانجات و صنایع دستیابی به این مهم در تمامی سطوح حرفه ای کشور امکان پذیر گردد.



سر مقاله

حوادث بکوشند. آنچه که بر همگان واضح و مبرهن است، نقش مدیریتی فعال در این زمینه می باشد که با ایجاد و توسعه ی بهداشت حرفه ای از یک جهت در توسعه امور و اعتلای جامعه حرفه ای موثر و از طرف دیگر در محاسبات اقتصادی با صرف هزینه های کم پیشگیری از هزینه های سنگین درمان جلوگیری می کند.

بنابراین می توان گفت شروع فعالیت واحد بهداشت حرفه ای یک سازمان حتی به قبل از احداث واحد فوق بر می گردد. عدم توجه به این

مهم از همان ابتدا مسایل و مشکلاتی را پیش روی واحد تولیدی یا خدماتی قرار می دهد که نتیجه ی آن آثار زیان بار جانی و مالی خواهد بود و این امر در ارتباط با کوچکی و بزرگی کارگاه نمی باشد. حال آنکه دیده می شود بسیاری از مدیران واحدهای تولیدی یا خدماتی چشم خود را بر روی این امر بسته اند و حتی با شروع فعالیت اصلی نیز از استخدام کارشناس بهداشت حرفه ای سرباز می زنند تا آنجا که اگر قانون، ماده و تبصره ای برای حضور یک کارشناس در نظر نگرفته بود چه بسا این بزرگواران هرگز دست به استخدام کارشناسی در این خصوص نمی زدند. آنچه که از این عدم توجه نمود پیدا می کند، صرف هزینه های کلان جهت اصلاح فرآیندها، تجهیزات یا ماشین آلات است که بدلیل سلامت شغلی کارگران و افزایش بهره وری بطور حتم در طول عمر پروژه مورد نیاز واقع می گردد. بنابراین مدیران ارشد هر موسسه که جهت و نظرشان اعتلا و توسعه ی موسسه می باشد بایستی با در نظر گرفتن جایگاه حقیقی واحد بهداشت حرفه ای در حفظ و حراست منابع مالی و انسانی موسسه ی خود تلاش نمایند.

بشر همواره از آغاز خلقت تا پایان این دنیای فانی به جهت هموار کردن مسیر زندگی خود و دیگران تلاش های بیشماری کرده و زحمات فرآوانی متحمل شده است. بنابراین در طول زمان دغدغه هایی از ورود خسارات و تلفات وجود داشته که هم به لحاظ کرامت و حفظ یک موجود شریف و هم به دلیل ترقی و تعالی و امکان ابداع و اختراع در زمینه زندگی بشری صیانت از وجود امری مسلم است و همگان بایستی در جهت ادای دین و سپاس و قدردانی در فراهم آوردن محیط کاری مناسب و به دور از خطر و



ره آفر علم



بهبود ایمنی در شرکت های کوچک از طریق مداخله مدیریت ایمنی یکپارچه

اثر بخشی پروتکل خنک سازی سر با استفاده از آب غیر یخچالی در کاهش استرس گرمایی

تأثیر چهار تکنولوژی روشنایی بر ادراک، شناخت و وضعیت عاطفی

روش آنالیز پیش بینانه خطاهای شناختی TRACEr

سم شناسی آکریلونیتریل

اندازه گیری و آنالیز فرکانسی تراز صدا با استفاده از نرم افزار لب ویو

تأثیر میدان های مغناطیسی بر انسان

دانستنی های بهداشت حرفه ای (برق)

مرگ در اثر برق گرفتگی

مصاحبه با خانم مهندس حکیمه باقری

گزارش نخستین همایش دوسالانه بهداشت حرفه ای

معرفی سایت های بهداشت حرفه ای

بهبود ایمنی کار

شرکت های کوچک

از طریق مداخله

مدیریت ایمنی یکپارچه



مقدمه

آسیب های شغلی هم چنان به عنوان یک چالش در سراسر جهان است (سازمان بین المللی کار ۲۰۱۱) و روش های ارزشیابی سیستماتیک کمی درمتمدهای جلوگیری از حوادث مخصوصاً در شرکت های کوچک وجود دارد (هاس ولیمبرگ ۲۰۰۶). شواهد موجود به کاهش حوادث بزرگ از طریق اجرای ترکیبی از روش های پیشگیری از آسیب های شغلی مختلف اشاره می کند. آنالیز ۴ گانه از اثرات انواع مختلف روش های پیشگیری از حوادث نشان داد ۲ عدد از موثرترین روش های پیشگیری مبتنی بر تغییر رفتار و فرهنگ ایمنی است (لوند و آرو ۲۰۰۴).
Dejoy ۲۰۰۵ (چارچوبی برای یکپارچه سازی این ۲ روش به منظور دست یابی به یک اثر مداوم بیشتر و مداوم در مدیریت ایمنی پیشنهاد کرد.

مدل اصلی Dejoy یک رویکرد تغییر رفتار است که مبتنی بر فرآیندهای مشارکتی حل مسئله بین مدیران و کارگران است و برای شروع ارزیابی سیستماتیک کامل تغییرات فرهنگ ایمنی لازم است.

در مدل Dejoy فرهنگ ایمنی به عنوان ارزش اساسی و بپیش فرض سازماندهی اهمیت ایمنی در رابطه با اهداف ایمنی بیان شده است. هدف از این مطالعه، عملیاتی کردن تئوری Dejoy در شرکت های کوچک و استفاده از روش های کمی و کیفی برای آزمایش فرضیه های پژوهش است که این فرضیه ها شامل (۱): مدیریت ایمنی یکپارچه را می توان در صنایع فلزی کوچک به اجرا درآورد (۲) مدیریت ایمنی یکپارچه اثرات مثبتی بر فرایند حل مشکل، رفتار ایمنی و تغییر فرهنگ ایمنی دارد.

عملیاتی کردن تئوری

از رفتارهای مشارکتی حل مسئله و فرایند تغییر فرهنگ ایمنی تشکیل شده است. Dejoy تئوری مدیریت ایمنی یکپارچه فرایند حل مسئله به حمایت مدیریت و دخالت کارگران و تلاش برای رساندن پیام درست ایمنی به افراد برای حل مشکلات با راه حل های مناسب است.

فرایند حل مسئله بر اساس داده های کمی و کیفی بدست آمده در رابطه با سیستم های مدیریت، شرایط کاری، موقعیت شغلی، شیوه ی کار و پیامدهای آن برای سازماندهی فرهنگ ایمنی و ارائه راه حل های بالا قوه شناسایی و ارزشیابی شده است.

تئوری مدیریت ایمنی یکپارچه برای این مطالعه با استفاده از روش های زیر قابل استفاده است:

۱) پیگیری اندازه گیری ها و گزارش های (کتبی و شفاهی) بررسی ادراک ایمنی کارگران، مشاهدات و مداخلات ایمنی و مصاحبه با مالکان/مدیران و کارگران

جامعه مورد مطالعه

شامل ۱۶ شرکت صنعتی فلزی کوچک در دانمارک می باشد.

بررسی ادراک ایمنی کارگران

بررسی ادراک ایمنی کارگران از ۸ مقیاس معتبر تشکیل شده است که در مطالعات قبلی استفاده و پیگیری شده است. اقدامات با استفاده از ۳ مقیاس مداخله ای ایمنی (۴ مورد، ۱ مورد معکوس)، تعهدات و الزامات سازماندهی به طور موثر (۳ مورد) و اعتماد (۴ مورد) انجام شده است.

اندازه گیری های موثر با استفاده از ۵ مقیاس رهبری و مدیریت ایمنی (۶ مورد از نظرتحول رهبری و مدیریت ایمنی)، اطلاعات ایمنی (۵ مورد)، مشارکت ایمنی (۳ مورد)، نگرش نسبت به قوانین ایمنی (۴ مورد همه معکوس) و الزامات و نماینده ایمنی (۵ مورد) بدست آمده است.

۴ دسته پاسخ به همه ی موارد با استفاده از یک مقیاس ۴ گزینیه ای مورد استفاده قرار گرفت که شامل: کاملاً مخالف (نمره ۱)، اغلب مخالف (نمره ۲)، اغلب موافق (نمره ۳) و کاملاً موافق (نمره ۴) است. در نهایت این بررسی شامل انواع آسیب های ناشی از کار در ۶ ماه گذشته است که منجر به توقف کار (چند دقیقه یا چند روز) برای بهبود یا درمان شده است. دسته بندی جواب ها برای هر یک از انواع آسیب ها به صورت بلی و خیر است.

شاخص ایمنی

متدی که توسط اعضای تیم تحقیق در این مطالعه استفاده شده است براساس تمام محیط کاری (داخل و خارج شرکت)، شرایط موقعیت کاری و رفتارهای درست و نادرست در ۷ زیر مجموعه دسته بندی شده است:

- ۱) استفاده از وسایل حفاظتی مناسب (کفش ایمنی، عینک ایمنی، وسایل حفاظتی گوش و دستکش)
 - ۲) ارگونومی (جابجایی اجسام سنگین و پوسچر بدن)
 - ۳) راه های دسترسی (سطوح غیر لغزنده و سطوح حفاظتی)
 - ۴) نظم دهی
 - ۵) حمل و نقل و نگهداری مواد شیمیایی (مثل سیندرگاز)
 - ۶) درپوش های مناسب سطوح (سوراخ های سطوح)
 - ۷) حفاظت بندی و نردبان ها (نردبان مناسب و حفاظ ایمنی)
- این دسته بندی بر اساس شایع ترین خطرات غیر مکانیکی (مربوط به ماشین) که در آمار آسیب های محلی برای صنعت فلزی ثبت شدند انجام شد.

مصاحبه

در ابتدا ۳۰ دقیقه مصاحبه ی کوتاه نیمه ساختار یافته با همه ی کارگران انجام شد و بررسی های اولیه و پیگیری شده به اتمام رسید. مصاحبه های اولیه با تمرکز بر مسائل ایمنی با موفقیت انجام شدند و بر روی مشکلات و چالش ها مثل مسائل فنی/ مکانیکی، استفاده از وسایل و تجهیزات فردی، نظم دهی و ارتباطات ایمنی سرمایه گذاری شد.

۲) برگزاری جلسات گفت و گو و ملاقات با مالکان/مدیران برای گسترش روابط با اعضای تیم تحقیقات

۳) برگزاری جلسات گفت و گو سازنده بین مالک/مدیر با کارگران

۴) کار کردن فعالانه شرکت همراه با شناسایی مشکلات ایمنی مورد ۱ و ۲ در درجه اول برای بهبود بخشی از فرایند حل مسئله قابل استفاده است در حالی که مورد ۳ و ۴ برای بهبود فرهنگ ایمنی موثر است.

فرایند مداخله

فرایند مداخله شامل ۴ گفت و گو (۳۰-۴۵ دقیقه) بین اعضای تیم محققین با مالک/مدیر و حداقل ۲ گفت و گو (۶۰-۳۰ دقیقه) بین مالک/مدیری است که با کارگران حاضر در تحقیق گفت و گو کرده اند است.

هدف از این ۴ گفت و گو با مالکان/مدیران :

- الف) گرفتن تعهد از آنها
- ب) بیان وظایف آنها
- ج) اولویت بندی اقدامات ایمنی
- د) افزایش روابط و ارتباطات
- ه) شناسایی مشکلات ایمنی
- و) شناسایی اقدامات مربوط به بازسازی و گسترش آنی
- ز) شروع اقدامات ایمنی محسوس
- ط) پیگیری و ارزیابی اقدامات انجام شده است.

به طور کلی اولین جلسه گفت و گو برای تعیین اولویت بندی اهداف ایمنی برای مالک/مدیر و هم چنین بررسی نتایج گزارش های پایه است.

مدیر ایمنی باید توجه و تمرکز بیشتری بر روی نظم دهی و افزایش استفاده از تجهیزات ایمنی داشته باشد.

اهداف و وظایف فرعی مثل انجام کار به صورت کامل، گفت و گو در مورد شرایط انجام کار ایمن با کارگران در داخل و خارج کارگاه و... به صورت جداگانه مورد بحث قرار گیرند.

جلسات بعدی بر روی این اهداف و مشکلات و چالش ها بحث می شود، مالک/مدیر مورد تشویق قرار می گیرند، اهداف جدید تعیین و وظایف بعدی تنظیم می شوند. تنها الزام ضروری این پروژه برای مالک/مدیر برگزاری حداقل ۲ جلسه ی گفت و گو با کارگران است.

طراحی مطالعه

طراحی مطالعه از ابتدا برای کنترل قبل و بعد از مداخله سیستم مدیریت یکپارچه در ۱۶ شرکت صنعتی فلزی کوچک (۱۰ تا ۱۹ کارگر) بوده است. طول مدت مطالعه حد اکثر ۲۶ هفته برای جذب شرکت های کوچک در مداخلات بوده است. طول مدت مطالعه و مداخله به موقعیت محل مثل برنامه های تولید، تعطیلات و عدم وجود بیماری در شرکت بستگی دارد.

مالکان/مدیران و کارگر به طور تصادفی در هر شرکت انتخاب شدند و برای دادن تجارب خود در مورد مسائل ایمنی بعد از گرفتن گزارشات پایه شرکت مورد مصاحبه خصوصی قرار گرفتند.

نتیجه گیری

هر ۶ مداخله و ۸ مقایسه در شرکت ها اختلاف قابل توجهی در ۸ فاکتور ایمنی در ابتدا نداشتند ($p > 0/01$) مخصوصاً شرکت هایی که مداخله را دریافت کردند در مقایسه با شرکت های مقایسه شونده امتیازات بالاتری از نظر عاطفی داشتند بنابر این علاقه مند به محیط کار و ملزم به رعایت قوانین ایمنی بودند.

در ادامه، مداخله شرکت ها افزایش قابل توجهی در ۶ فاکتور از ۸ فاکتور ایمنی داشت در حالی که مقایسه در شرکت ها افزایش قابل توجهی تنها در ۱ فاکتور مشارکت ایمنی داشت ($p > 0/05$) به علاوه افزایش قابل توجه مداخله شرکت ها نتایج قابل توجه تری در افزایش دانش ایمنی و استفاده از ایمنی در شرکت ها نشان داد. ($p > 0/01$)

جمع شاخص های ایمنی (مداخله در مقابل مقایسه) نشان داد که تفاوت آماری قابل توجهی بین شاخص های ایمنی مداخله و مقایسه شرکت ها نیست؛ با این حال هر دو مداخله و مقایسه افزایش قابل توجهی را نسبت به قبل نشان دادند ($p > 0/01$) افزایش در مداخله ی شرکت ها در درجه اول به استفاده از تجهیزات حفاظت فردی، نگهداری و ذخیره سازی درست مواد شیمیایی و استفاده از

نردبان و حفاظ گذاری مناسب بستگی دارد؛ درحالی که افزایش در فاکتور های ایمنی در شرکت های مقایسه شونده به دو مسئله مهم ایمنی بستگی دارد که این دو عامل سازماندهی و نظم دهی است. این دو عامل با توجه به شرایط خطرناک برای زندگی و سلامتی انسان و نیاز به مداخله با توجه به تغییر رفتار تعیین می شوند. این مطالعه نشان می دهد که عملیاتی کردن مدل سیستم های مدیریت یکپارچه Dejoy در شرکت های کوچک امکان پذیر است. علاوه بر این شواهدی وجود دارد که نشان می دهد تغییرات ادراک ایمنی کارگران بین شرکت های دریافت کننده مداخله شناخته تر است، اگرچه داده های شاخص ایمنی افزایش قابل توجهی را برای مداخله و مقایسه شرکت ها نشان می دهد. این مطالعه به پرکردن شکاف ها و خلل موجود در اجرا و ارزیابی سیستماتیک پیشگیری از آسیب و صدمه و اهداف سیستم مدیریت یکپارچه نسبت به شرکت های کوچک می پردازد.

منبع: مجله تحقیقات ایمنی (Journal of Safety Research) شماره ۴۴، صفحات ۸۷-۹۵



اثر بخشی پروتکل خنک سازی در با استفاک از آب غیر یخچالی در کاهش استرس گرمایی

مقدمه

خستگی مفرط ناشی از فعالیت و گرما زدگی ناشی از فعالیت به طور معمول در شرایط موثر کارگران از طریق افزایش درجه حرارت بدن اشخاص بالای ۳۸ درجه سانتیگراد مشخص می شود، قابل پیشگیری است، به طوری که یک نتیجه ی آن از دست دادن ناپایداری توانایی بدن به پراکنده کردن مقدار گرمای در حال تولید است. رنج علائم ضعف، سردرد و تهوع تا نقص چند عضو بدن و مرگ است. علائم بر طبق عوامل شخصی مثل سازش با آب و هوا، سن و هیدراسیون و همچنین عوامل محیطی مثل رطوبت، پرتو، دمای محیط و سرعت باد (سرعت جریان)، تغییر می کند. سریع ترین و موثرترین روش مشخص برای کاهش دمای مرکزی بدن از استرس حرارتی ناشی از فعالیت، غوطه ور کردن تمام بدن در آب سرد است، اگر چه در دسترس بودن و عملی بودن این روش به طور قابل ملاحظه ای محدود می باشد.

بررسی متون مربوط به روش های خنک کردن انسان، رنج وسیعی از لباس ها را نشان می دهد مانند: جلیقه های سبک وزن یخی، کت ها و جلیقه هایی که با آب خنک می شود و فشار منفی گردش آب خنک کننده در کف دست. این لباس ها برای جامعه ی عمومی طراحی شده اما به طور عمده کاربرد آنها در برآورده کردن نیازهای کارکنان در مشاغلی مانند: آتش نشانی، تعمیر و نگهداری کوره، گندزدایی دریایی و نیروگاه هسته ای است و معمولاً شامل کاربرد حفاظت شدید حرارتی یا لباس عایق برای خطرات هسته ای، بیولوژیکی یا شیمیایی است. چنین لباس های معمولاً گران قیمت هستند، رنج قیمت آنها ۲۵ دلار تا ۳۰۰۰ دلار است. هدف مطالعه ی آزمایشگاهی حاضر، اندازه گیری ذهنی و عینی تاثیرات روش عملی و سیستماتیک آب خنک شده در کاهش استرس حرارتی است.

مواد و روش ها

اشخاص شامل ۱۱ نفر (مرد) دانشجو بین ۱۹-۲۶ سال و رنج قد آنها ۱۷۸ - ۱۶۲ سانتیمتر و وزن آنان ۷۵ - ۵۶ کیلوگرم بودند. همه ی نفرات از نظر جسمی مناسب و سالم بودند و هیچ سابقه بیماری گزارش نکردند.

برای کنترل تغییرات، ما یک روزاندازه گیری های کنترلی و یک روز اندازه گیری های مداخله ای برای همه ی افراد انتخاب شده انجام دادیم. بررسی با ۵ دانشجو با اندازه گیری مداخله ای و ۶ دانشجو با اندازه گیری کنترلی (شاهد) شروع شد.



نتایج و بحث:

آنالیز T - test از نظر اماری اختلاف معنی داری را در دمای بدن در نواحی ذکر شده در دوره ی استراحت بین گروه های کنترل و مداخله در هر ۵ دقیقه را نشان می دهد.

ارزیابی ذهنی از خستگی از طریق تفریق کردن سطح خستگی گزارش شده در شروع و انتهای هر پروتکل تنظیم شد. موقع مقایسه کردن گروه های مداخله و کنترل از طریق T - test ، نتایج معنی داری برای همه ی پارامترهای ذهنی (خستگی ، میزان هوشیاری ،...) وجود داشت. بازو دست ها به طور مستقیم توسط ریختن آب خنک می شد.

بنابراین این مداخله می تواند به عنوان یک روش مکمل برای کاهش استرین حرارتی و افزایش راحتی در محیطهای گرم استفاده شود درحالی که هزینه ی پایینی دارد.

منبع: Occupational Health ۲۰۰۸; ۵۰ : ۲۵۱ - ۲۶۱

بعد از اینکه شخص به محفظه ای که هوای آن از قبل گرم شده بود ، وارد می شد ، ۲۰ دقیقه قبل از شروع اجرای آزمایش ۱۱۵ دقیقه ای (با دمای محیط) به تعادل می رسید. ۱۱۵ دقیقه شامل ۱۰ دقیقه اساس آزمایش در حال استراحت بر روی صندلی بود و آزمایش به وسیله ی ۳ دوره ی ۲۰ دقیقه ای از دوچرخه سواری ادامه داده می شد و ۱۵ دقیقه در حال استراحت بر روی صندلی بود. (هوای محفظه ۳۴/۸۹ درجه سانتیگراد و ۶۰ درصد رطوبت نسبی و سرعت جریان ۰/۱۵ متر بر ثانیه بود.)

دوچرخه ارگومتر در مقاومت ۷۵ وات تنظیم شد. پرسشنامه قبل از اجرای آزمایش و مجددا در پایان هر آزمایش به آنان داده می شد. روزهای مداخله ، عبارت ریختن همزمان ۲ لیتر آب با دمای ۲۳ درجه سانتیگراد بر روی سرو دستان به مدت ۱ دقیقه بعد از هر ۲۰ دقیقه فعالیت بود.

دما به وسیله ی ترموکوپلی از آلیاژمسی که در مقعد ، سطح پوست ، قفسه سینه ، بازو ، دست ، ران ، ساق پا و پا و کانال خارجی گوش ، قرار می گرفت ، اندازه گیری می شد.



تاثیر چهار تکنولوژی روشنایی بر ادراک، شناخت و وضعیت عاطفی



مقدمه

توانایی تشخیص رنگ، حدت بینایی، وظایف شناختی و ادراکی، خستگی و خلق و خوی افراد در هریک از شرایط روشنایی ذکر شده، با استفاده از ابزارها و پرسشنامه های استاندارد مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج

داوطلبان هنگام شناسایی علامت ها و تشخیص رنگ با LED نسبت به فلورسنت، بیشترین تیز فهمی بینایی را نشان دادند؛ و این نتیجه با افزایش دمای رنگ بیشتر می شد. همچنین آنها در بررسی عملکرد روانی و ادراکی، با LED نسبت به فلورسنت، میزان خستگی کمتری را نشان دادند، که با افزایش دمای رنگ خستگی کمتر می شد.

بررسی نتایج نشان داد که:

- ۱- سیستم روشنایی با دمای رنگ بالاتر باعث سریعتر شدن عملکرد فرد در کار ادراک بصری درگیر با تشخیص رنگ می شود.
- ۲- دمای رنگ بالاتر نور، به طور کلی منجر به افزایش میزان برانگیختگی و کاهش افسردگی، نسبت به دمای رنگ پایین تر می شود.
- ۳- سرعت واکنش فرد تابعی از دمای رنگ بوده و با افزایش آن بیشتر می شود.
- ۴- در نتیجه علاوه بر موارد فوق با پیشرفت در حالت خلق و خوی فرد، باعث سریع تر شدن عملکرد وظیفه شناختی و ادراکی فرد می شود.

سیستم روشنایی LED، با دمای رنگ بیشتر از تکنولوژی روشنایی فلورسنت مرسوم، با بهبود خلق و خوی فرد، افزایش حالت برانگیختگی، و کاهش خستگی باعث افزایش عملکرد ادراک بصری و وظایف شناختی فرد می شود.

" پس با مزایای ذکر شده LED گزینه مناسب تری برای کاربرد های صنعتی می باشد."

سیستم های روشنایی از نظر ابعاد فنی متعدد مانند خروجی نور، دمای رنگ، مصرف انرژی و عملکرد متفاوت هستند.

سیستم روشنایی ایده آل برای کاربرد های صنعتی دارای بهره روشنایی بالا، مصرف انرژی پایین و طول عمر مفید افزایش یافته می باشد.

جدای از مزایای بهداشتی و حفظ سلامت خود کارگران، روشنایی خوب منجر به عملکرد بهتر افراد (سرعت بیشتر)، خطاها و ضایعات کمتر، ایمنی بهتر و حوادث و غیبت کمتر می گردد؛ که اثرات کلی همه اینها بهره وری بیشتر است.

سیستم روشنایی فلورسنت در کاربرد های صنعتی به طور وسیعی استفاده می شود. اما فناوری های جدیدتر مانند لامپ های دیودی (LED) با مزایایی از قبیل مصرف انرژی کمتر، عمر مفید بالاتر و ماندگاری بیشتر، نسبت به سیستم روشنایی فلورسنت مرسوم، در مقیاس جهانی به انتخابی مناسب برای صرفه جویی انرژی در روشنایی عمومی و کاربرد های صنعتی تبدیل شده است. با توجه به محبوبیت رو به رشد تکنولوژی LED برای استفاده در کاربرد های صنعتی، ارزیابی اثرات این گزینه روشنایی مدرن بر عملکرد کارگران ضروری به نظر می رسد.

مطالعه حاضر اثرات چهار تکنولوژی روشنایی (یک تکنولوژی فلورسنت و سه نوع از سیستم های روشنایی پیشرفته LED) با خصوصیات فیزیکی مشابه و با دماهای رنگ نور متفاوت، را بر روی خلق و خوی، ادراک بصری و عملکرد شناختی شرکت کنندگان بررسی کرد. منظور ما از این بررسی، شناخت اثرات تکنولوژی روشنایی بر روی احساسات و شناخت افراد بود.

برای این منظور ۲۴ داوطلب (۲۰ مرد و ۴ زن) که همگی عضو ارتش ایالات متحده بودند، انتخاب شده و در یک دوره پنج روزه متوالی (شامل یک جلسه تمرین و چهار جلسه آزمون) برای هریک از شرایط روشنایی در داخل پناهگاه موقت نظامی تست شدند.

روش آنالیز پیش بینانه خطاهای شناختی TRACER

(Technique for the Retrospective and Predictive Analysis of Cognitive Errors)

این روش ابتدا در صنایع کنترل ترافیک هوایی به کار برده شد که بر پایه اطلاعات فاکتورهای انسانی و پردازش آن از طریق HTA می باشد و دامنه وسیعی از عوامل را در بر میگیرد. این تکنیک در پیش بینی خطاهایی که میتواند رخ بدهد به تحلیلگر کمک میکند.

در این روش پس از اجرای HTA حالت بیرونی خطا (EEM) مشخص میگردد، سپس دامنه بروز خطا و حالت درونی خطا (IEM) معین میشود. در این روش از مکانیسم روان شناختی خطا (PEM) و فاکتورهای عملکرد (PFs) استفاده شده و خطای هر مرحله از وظیفه معین میگردد. و در نهایت مراحل باز یابی خطا مشخص میشود.

۱- اجرای HTA

۲- ملاحظات EEM و PSF

روان شناختی (PEM)، تشخیص خطا و اصلاح خطا می باشد. کاربرد این روش بیشتر صنایع هوایی می باشد. مراحل انجام TRACER

در این مرحله تحلیلگر اولین مرحله انتهایی وظیفه را بر اساس HTA در نظر میگیرد و هر یک از PSFs را برای آن انجام میدهد. هدف از این کار تشخیص فاکتورهای محیطی و موقعیتی است که میتواند بر عملکرد آن مرحله از شغل، تاثیر گذار باشد، است. هنگامی که همه PSFs های مرتبط بررسی گردید، EEMs مورد بررسی قرار میگیرد و بر مبنای قضاوت تحلیلگر EEMs قابل باور مشخص میشوند.

این روش به صورت بخشی از مدیریت خطاهای انسانی در پروژه مدیریت ترافیک هوایی اروپا تهیه گردید. بر اساس این پروژه کارشناسان باید بر اساس تجزیه و تحلیل خطاهای انسانی متدی را تهیه میکردند که معیارهای زیر را دربر داشته باشد:

۱. فلوچارت برای سهولت انجام کار
۲. استفاده از رده بندی داخلی مثل EEM, IEM, PEMs, PSFs
۳. قابلیت استفاده در مواجهه با زنجیره ای از حوادث و خطاها
۴. استفاده از PSF در فرایند سلسله مراتبی
۵. جامع بودن برای کلیه فعالیت های مورد نظر
۶. قابلیت تشخیص خطاهای تعمیر و نگهداری

این روش به صورت پیش بینی کننده و بر مبنای اطلاعات روان شناسی تجربی و کاربردی، فاکتورهای انسانی و تئوری ارتباطات عمل مینماید.

TRACER بر اساس نمودارهای تصمیم گیری و استفاده از طبقه بندی هشت گانه خطاها اجرا میگردد. این طبقه شامل خطای وظیفه، اطلاعات، فاکتورهای موثر بر عملکرد (PSFs)، حالت خطای بیرونی (EEM)، حالت خطای درونی (IEM)، مکانیسمهای خطای



نوع خطا	حالت خطای بیرونی	مثال
خطاهای انتخاب و کیفی	<ul style="list-style-type: none"> از قلم افتادگی و نقص کاربر در.... کاربر فراموش میکند... کاربر خیلی زیاد... کاربر خیلی کم... عمل اشتباه روی دکمه درست عمل درست روی دکمه اشتباه کاربر عملی را غلط انجام میدهد کاربر عمل غیر ضروری انجام میدهد 	<ul style="list-style-type: none"> چک کردن آلارم ها یک مقدار را ثبت نماید تنظیمات را بیش از حد قرار دهد تنظیمات را روی خیلی کم قرار دهد کاربر دکمه روی برد را اشتباهی بزند کاربر آلارم کاذب را بررسی کند از سیستم به درستی استفاده نکند کاربر سیستم را بی مورد قطع کند
خطاهای زمانی و توالی	<ul style="list-style-type: none"> کاربر عملی را خیلی سریع انجام میدهد کاربر عملی را خیلی کند انجام میدهد کاربر عملی را زود انجام میدهد کاربر عملی را دیر انجام میدهد کاربر عملی را اشتباه تکرار میکند کاربر عمل درست را با فرمان غلط انجام میدهد 	<ul style="list-style-type: none"> بررسی مقادیر روی پانل خیلی سریع است کاربر خیلی کند به آلارم رسیده جواب میدهد کاربر شیر را خیلی زود باز میکند کاربر آلارم را دیر بررسی میکند عملی که بار اول انجام نشده مجدد انجام میشود کاربر وظیفه خارج از دستور انجام میدهد
خطاهای ارتباطی	<ul style="list-style-type: none"> کاربر اطلاعات مبهم را انتقال میدهد اطلاعات، مبهم ثبت شود اطلاعات، درخواست نشود اطلاعات، به دست نیاید اطلاعات، منتقل نشود 	<ul style="list-style-type: none"> اطلاعات ثبت نشود اطلاعات ناقص انتقال یابد اطلاعات ناقص ثبت شود اطلاعات غلط منتقل شود اطلاعات غلط ثبت شود

۳- طبقه بندی IEM

برای هر خطای قابل باور ثبت شده در مرحله قبل، تحلیل گر تایین مینماید که کدام یک از حالات خطای درونی وجود دارد. IEMs توصیف میکنند که کدام یک از عملکرد های شناختی درست عمل نکرده یا میتواند درست عمل نکند. مثالهایی از حالات خطای درونی در TRACER شامل تشخیص دیر هنگام، تشخیص غلط، عملکردهای قبلی فراموش شده، نقص حافظه، فراخوانی اشتباه اطلاعات ثبت شده و ... میباشد.

۴- طبقه بندی PEM

در این مرحله تحلیلگر باید "علت روانشناختی" خطا را مشخص و تعیین کند. PEM به کار رفته در TRACER عبارتند از: یادگیری ناقص، انتظار بیش از حد، تصور اشتباه، سردرگمی، بلوکه شدن حافظه، حواس پرتی و نقص حافظه.

۵- طبقه بندی PSF

PSFs فاکتورهایی هستند که عملکرد کاربر را تحت تاثیر قرار میدهند. این فاکتورها ممکن است تاثیر مثبت یا منفی داشته باشند. در اینجا فاکتورها با اثر منفی انتخاب میشوند و فاکتورهای

مثبت بیشتر در شناسایی و بازیابی خطا کاربرد دارند. این فاکتورها میتواند محیطی، سازمانی، فردی و اجتماعی باشد.

۶- آشکار سازی خطا و بازیابی آن

در این مرحله تحلیلگر با استفاده از کلید واژه های روش TRACER خطا را پیش بینی میکند. چهار سوال به تحلیل گر برای انتخاب کلید واژه مناسب کمک میکند:

۱- چگونه کنترل گر از خطا مطلع میشود؟ (بازخورد عمل، بازخورد بیرونی، بازخورد درونی)

۲- تجهیز اعلام کننده (وسیله بازتاب دهنده چه بوده است؟ رادیو یا صفحه رادار یا ...)

۳- آیا شرایط موجود (داخلی یا خارجی) به آشکار سازی خطا برای کنترل گر کمک میکند یا مانع آن میشود؟

۴- وضعیت تفکیک شرایط در زمان بروز خطا چگونه بوده است؟ پس از اینکه تحلیل گر خطاها را شناسایی کرد، باید روشهای تصحیح و کاهش خطا نیز مشخص گردند.

مزایا و معایب روش TRACER

۱- یک روند بسیار جامع و کامل برای پیش بینی و تجزیه و تحلیل

خطاهاست.

۲- بیشتر در صنایع هوایی کاربرد دارد.

۳- کاربرد آن نیاز به آموزش و صرف وقت زیاد است.

۴- مطالعاتی که صحت و روایی آن را تایید کند انجام نشده است.

کاربرگ TRACEr						
نام وظیفه شغل اصلی:						
تاریخ:						
تحلیلگر:						
شماره:						
باز یابی خطا	شناسایی خطا	فاکتورهای عملکرد PSF	مکانیسم روانشناختی خطا PEM	حالت خطای درونی IEM	حالت خطای بیرونی EEM	مرحله وظیفه

References

۱- ۱۹۹۷a. Validation of human reliability assessment techniques: Part ,Kirwan, B

.۴۱-۲۵, (۱) ۲۷ Validation issues. Safety Science

۲- ۱۹۹۷b. Validation of human reliability assessment techniques: Part ,Kirwan, B

.۷۵-۴۳, (۱) ۲۷ Validation results. Safety Science

Preface to the special section on classifying and .۲۰۰۷, Krokos, K.J., Baker, D.P

.۱۷۷-۱۷۵, (۲) ۴۹ understanding human error. Human Factors

Human factors in maintenance. Impact on aircraft mishap .۲۰۰۴, Krulak, D.C

Paper Presented at



مسمومیت ناشی از آکریلونیتریل

توان به موارد زیر اشاره نمود:

- علائمی که این ماده از طریق استنشاق در بدن دارد مربوط به کمبود اکسیژن در بدن است که شامل سردرد، گیجی، حالت تهوع، استفراغ، لرزش، حرکات ناهماهنگ، اسهال، وعدم کار معمولی کبد می باشد. تماس با غلظت های بالای این ماده سبب ضعف، تغییر رنگ پوست به آبی، کم عمق شدن تنفس، غش کردن، بی هوشی و احتمالاً مرگ می باشد.

- خوردن و بلعیدن ممکن است سبب زخم گلو، سختی تنفس، حالت تهوع، استفراغ، دردهای شکمی و بطني و همچنین مرگ شود.

در تماس با پوست شبیه سوختگی درجه ۲ و به قرنيه چشم آسیب می رساند بسیاری از ترکیبات آلی فرار از جمله AN مستقیماً موتاژن و سرطانزا نیستند ولی تأثیر فعل و انفعالات آن از طریق متابولیت هایش بیشتر است.

سازمان بین المللی تحقیق بر سرطان (IARC):AN برای انسان احتمالاً سرطانزا است (مشکوک به سرطان زا). AN در موش ها و رت ها یک ماده ی سرطانزای قوی به حساب می آید.

در نتایج مطالعه کوهرت مشخص گردید که نتایج از ارتباط بین سرطان و AN پشتیبانی نمی کند.

متابولیسم AN با ۲ روش عمده انجام میگیرد:

روش اول: $(N-ACETYL-S-(2)-CYANOETHYL)$ CYSTEINE متابولیت مهمی می باشد که توسط واکنش مستقیم AN با GSH (گلووتاسیون) تشکیل می شود و از طریق ادرار دفع می گردد.

در مطالعه آزمایشگاهی، AN به آسانی با GSH در PH فیزیولوژیکی واکنش می دهد. این واکنش با افزودن آنزیم میکروزوم کبدی و سیتوسل افزایش می یابد.

متابولیت دیگر که از کونژوگه شدن مستقیم AN با GSH توسط آنزیم سیتوکروم P-450 کاتالیز میشود CEO یا CYANOETHYLEN OXIDE است. CEO باعث موتاژن در حیوانات آزمایشگاهی می شود که در مورد اثرات جهش زا بی ان در انسان شک و تردید وجود دارد.

آکریلونیتریل (AN) مایعی بی رنگ و بخارات این ماده دارای بوی تند و زننده ای شبیه بوی مغز هسته هلو، سیر و یا پیاز است. در حلالهای آلی از جمله استن، الکل، بنزن، و اتر قابل حل است و در آب به میزان ۷ درصد وزنی قابل حل است. AN به دو روش تهیه می شود:

در روش اول اکسید اتیلن را با هیدروژن سیانید واکنش می دهند که تولید اتیلن سیانوئیدین یا بتا هیدروکسی پروپینونتریل می نماید سپس در حضور کاتالیزور بی آب شده و AN تولید می شود. روش دوم عبارت است از اکسایش نسبی گاز طبیعی با استیلن و سپس واکنش آن با هیدروژن سیانید.

AN با بازهای قوی (مثل هیدروکسید سدیم، هیدروکسید پتاسیم، آمونیاک)، آمین ها، اسیدهای قوی تجزیه می گردد. در نتیجه ی تجزیه AN مواد سیانید هیدروژن، اکسیدهای نیتروژن، منوکسید کربن، دی اکسید کربن تولید می گردد.

آکریلونیتریل اگر در معرض منابع مشتعل از قبیل حرارت، جرقه ها، شعله های باز قرار گیرد شدیداً خطر حریق و انفجار دارد. نحوه مناسب اطفاء فوم الکل، دی اکسید کربن، مواد شیمیایی خشک، مه آب.

طبق گزارش LE'ONARD میزان مصرف AN در سال ۱۹۷۶، ۴/۲ میلیون تن و در سال ۱۹۹۵، ۶/۴ میلیون تن و هر ساله میزان مصرف آن در حال افزایش است.

- AN یک ماده بینابینی صنعتی مهم است که به طور گسترده در تولیدات الیاف آکریلیکی، پلاستیکی و نایلون مورد استفاده قرار میگیرد. از دیگر کاربردهای این ماده عبارت است از: تهیه و تولید رزین های کوپلیمری (استایرن آکریلونیتریل و SAN)

- پلیمر یا ABS

- لاستیک های نیتریلی

- مواد فعال کننده سطحی

- چسب ها

- به مقدار خیلی کمی در مواد ضد عفونی کننده و حشره کش ها
-

راه ورود به بدن استنشاق، بلع (خوراکی)، پوست و مخاط چشم می باشد.

مواجه با AN دارای علائم متعددی است که از مهمترین آن می

که منجر به آسیب DNA می شود و بازسازی DNA انجام نمی شود یا به طور نامناسب انجام می شود و ممکن است در معده، مغز و مثانه سرطان اتفاق بیفتد. تغییرات سمی ناشی از مواجهه طولانی مدت با AN کم است و در بررسی به عمل آمده از ۱۲۰ نفر از کارگران با سابقه ی بیش از ۵ سال در کارخانه های الیاف آکرلیک که با میانگین غلظت ۲-۴ PPM از AN مواجهه داشتند، نشان داده شد که عملکرد تنفسی را تغییر نمی دهد. در کارگران مواجهه یافته با عامل های AN، میزان GSH کبدی را کاهش می دهد که کمی عملکرد کبد را تغییر می دهد و همچنین گاهی اوقات سطوح هورمون تستسترون کاهش می یابد.

دومین مسیر عمده متابولیسم AN بوسیله اپوکسی شدن با میانجی گری سیتوکروم P-۴۵۰ منجر به تولید ۲-CYANO-ETHYLENE OXIDE می شود. نکته: این ماده دارای درجه سمیت بالایی است و تعداد زیادی از ویژگی های سمی یون سیانور را دارد. نکته: گرچه محل عمده ی متابولیسم AN کبد است اما سلول های مخاطی ریه نیز قادر به متابولیزه کردن AN به CEO می باشد. در بررسی بر روی موجودات زنده، CEO به مقدار کافی پایدار است و قادر است که از کبد به مغز منتقل شود. بعد از خوراندن AN به رتتها مشاهده شد که AN و متابولیت هایش با DNA معده، مغز و مثانه پیوند کووالانسی برقرار می کند

روش نمونه برداری AN از هوا

Table 1. Methods for the analysis of acrylonitrile^a

Sample matrix	Sample preparation	Assay procedure	Limit of detection	Reference
Air	Adsorb (charcoal); extract (acetone)	GC/NPD	26 µg/m ³	US Occupational Safety and Health Administration (1990) [Method 37]

حدود مجاز مواجهه با AN در سازمان های معتبر	
PEL = 2 ppm	OSHA
REL = 1 ppm	NIOSH
TLV = 2 ppm	ACGIH
OEL = 2 ppm	In IRAN

AHMED. MNR-GAE. ACRYLONITRILE: IN VIVO CYTOGENETIC STUDIES IN MICE AND RATS. Mutation Research ۵۵-۷۹:۲۴۹;۱۹۸۰. AND RATS. Mutation Research Cole P, Mandel J, Collins. JJ. Acrylonitrile and cancer: A review of the epidemiology. Regulatory Toxicology and Pharmacology ۵۱-۳۴۲ ۵۲;۲۰۰۸
www. NIOSH.com ۵

منابع:

۱. Rongzhu L, Ziqiang C, Fusheng J, Collins. Neurobehavioral effects of occupational exposure to acrylonitrile in Chinese workers. Environmental Toxicology and Pharmacology ۱۹;۲۰۰۵ ۶۹۵-۷۰۰.
۲. Frederick R. Johannsen , Levinskas GJ. Chronic toxicity and oncogenic dose-response effects of ۳۴۴ lifetime oral acrylonitrile exposure to Fischer rats. Toxicology Letters ۱۳۲;۲۰۰۲ ۲۲۱-۴۷.

اندازه گیری و آنالیز فرکانسی تراز صدا با استفاده

از نرم افزار لب ویو

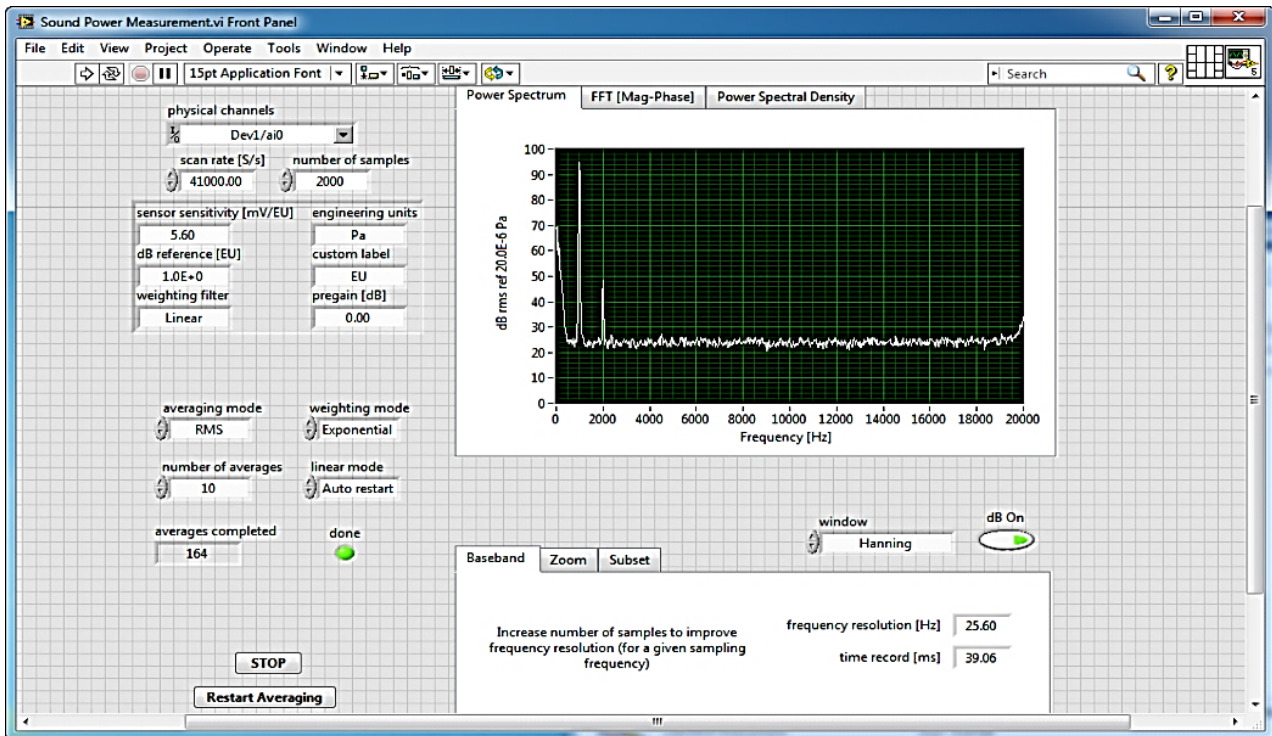
در بهداشت حرفه ای

میدهم لب ویو، یک زبان برنامه نویسی همه منظوره بوده و با آن میتوان کارهای برنامه نویسی شبکه، پایگاه داده، ورودی و خروجی فایل و... را انجام داد. در لب ویو شما یک واسط کاربری به نام frontpanel برای خودتان می سازید. این واسط شامل ابزارهای کنترلی مثل کلیدها و ابزارهای نمایشی مثل درجه ها، گراف ها و نمایشگرها می شود. هم چنین بانصب کردن toolkitهایی هم چون کنترل زمان وقوع و کیت صدا ارتعاش، برنامه قابلیت های زیادی در زمینه ی رباتیک الکترونیک مهندسی پزشکی و تجزیه و تحلیل سیگنال های ارتعاشی یا صوتی پیدامی کند. پایش صدا و ارتعاش مستلزم تعریف برنامه ی نرم افزاری است که با استفاده از بخش های سخت افزاری همچون میکروفون و کارت تحلیل صدا اطلاعات محیطی را مورد ملاحظه قرار داده و با کنترل لحظه به لحظه آن افزایش مخاطرات جلوگیری کند که نرم افزار لب ویو این امکان را در اختیار ما قرار می دهد. روش انجام کار:

این مطالعه از نوع تجربی است که با استفاده از نرم افزار لب ویو و قطعات سخت افزاری همچون میکروفون ها و کارت تحلیل صدا انجام می گردد. اطلاعات محیط به صورت فشار صدا از طریق میکروفون گرفته شده و سپس با کمک کارت تحلیل صدا مورد پردازش قرار میگیرد. این اطلاعات در مرحله ی بعدی جهت ارزیابی به صورت گراف یا پلات با استفاده از نرم افزار لب ویو نمایش داده خواهد شد. برای شبیه سازی کامل سیستم پایش صدا روش کار در سه مرحله مجزا انجام میگرد. بخش اول شامل تهیه و جمع آوری داده های صوتی از محیط یا ماشین آلات است. داده های صوتی به صورت فشار صدا بر حسب پاسکال به وسیله ی میکروفون

درحیطه ی بهداشت حرفه ای عوامل زیان آوری وجود دارند که بسیاری از کارگران در معرض مواجهه با آنها بوده و دچار صدمات جبران ناپذیری می گردند. یکی از این عوامل زیان آور مواجهه با صدا و ارتعاش می باشد. اندازه گیری صدا و ارتعاشات با استفاده از ابزار مخصوص یعنی صدا سنج و ارتعاش سنج در محیط کار تا حدودی به پیشگیری از صدمات کمک میکند، اما برای کنترل بهتر عوامل زیان آور نیازمند پایش قوی تر و کارآمد هستیم تا بتوان افزایش بیش از حد و فراتر رفتن از حدود تعریف شده این عوامل حتی به صورت لحظه ای جلوگیری نمود. این نوع پایش با استفاده از صدا سنج امکان پذیر نبوده و لازمه ی انجام آن تعریف سیستم نرم افزاری و سخت افزاری می باشد که از لحظات مواجهه کارگر با صدا یا ارتعاش نمونه برداری کرده و در صورت بالا رفتن آنها از حدود تعریف شده شرایط را تغییر یا حتی المقدور نسبت به اعلام آن افراد را آگاه نموده و بتوان تغییرات لازم را در کاهش دادن میزان مواجهه ایجاد نمود. نرم افزار lab view که مخفف عبارت laboratory virtual instrument engineering workbench می باشد، یک زبان برنامه نویسی گرافیکی است که به صورت گسترده ای برای کاربردهای مختلفی در صنایع، تحصیلات، آموزش و تحقیقات آزمایشگاهی به عنوان یک مدل استاندارد برای جمع آوری و پردازش داده ها و هم چنین وسیله ای جهت کنترل و شبیه سازی ابزارهای مجازی در آمده است. این برنامه یک نرم افزار قدرتمند و قابل انعطاف جهت تجزیه و تحلیل سیستم های اندازه گیری می باشد.

روش کار، به این صورت است که تنها اشیاء را از پالت های control و functions برداشته و در پنجره ی frontpanel قرار می دهیم و سپس به وسیله ی سیم کشی های صحیح آنها را به یکدیگر اتصال



جمع آوری و نمونه برداری می گردد. نمونه برداری صدا در محدوده فرکانس های شنوایی یعنی ۱۶ تا ۲۰۰۰۰ هرتز خواهد بود. برای نمونه برداری زمان و سرعت نمونه برداری تعریف می گردد. در این بخش اطلاعات موج صوتی در فرکانس های مختلف به صورت فشار صوت به وسیله ی میکروفون به بخش بعدی یعنی کارت تحلیل صدا منتقل می گردد. بخش دوم که سخت افزار تجزیه و تحلیل صدا است اطلاعات گرفته شده از طریق میکروفون را پردازش نموده و بسته به دستورات نرم افزاری تعریف شده این اطلاعات را طبقه بندی و سپس به بخش دیگر ارجاع میدهد. بخش سوم نمایش خروجی کارت تحلیل صدا به صورت نویز یا نمودار است. در این مرحله اطلاعات گرفته شده از میکروفون پس از پردازش به صورت لگاریتمی و بر حسب دسی بل در محدوده فرکانس های شنوایی نمایش داده میشود. برای نمایش اطلاعات از پهنای باندهای متفاوت یک، یک دوم و یک سوم استفاده خواهد شد. هر یک از زیر گروه های اصلی این برنامه یک ابزار مجازی نامیده می شوند که هر کدام در بخش های مختلف مانند: صنعت، پزشکی، محیط آزمایشگاهی و... کاربرد دارند. هر ابزار مجازی از دو جزء تشکیل شده است: ۱. پانل عقب یا نمودار بلوک بندی شده block ۲. پانل جلو که به عنوان رابط کاربر بوده و از ابزارهای کنترلی و نمایشی تشکیل شده است. ابزارهای کنترلی به ما این امکان را می دهند تا اطلاعات و ورودی های مورد نیاز مربوط به هدف انجام کار را به برنامه عرضه نماییم. پانل عقب یا نمودار بلوک بندی شده شامل کدمنابع گرافیکی و توابع می باشد. اشیای قرار داده شده در این صفحه به صورت بلوک هایی بوده که بسته به هدف ما قرار داده می شوند. این اشیاء توسط

خطوط مستقیم به هم متصل شده و ساختار اصلی انجام کار را تشکیل میدهند. امواج صوتی شکلی از امواج مکانیکی طولی هستند که عموماً در هوا منتشر میشوند و در برخورد با گوش انسان احساس شنیدن را ایجاد می کند. از قابلیت های برنامه ی لب و یو در بخش صدا میتوان به اندازه گیری، آنالیز فرکانس و کنترل صوت اشاره نمود. در واقع توسط این نرم افزار میتوان مانند یک دستگاه تراز سنج صوت یا آنالیزور صدا عمل نمود. جهت انجام کار در پانل جلو از ابزار کنترل استفاده می شود، سپس اطلاعاتی شامل: شماره کانال اتصال میکروفون به کارت تحلیل صدا، حساسیت میکروفون مورد استفاده بر حسب میلی ولت بر پاسکال، تعیین محدوده ی شنوایی گوش انسان مشخص می گردد. همچنین با توجه به هدف انجام کار میتوان مقادیر تراز فشار صوت را بر اساس شبکه های مختلف توزین فرکانس انتخاب نمود. توزین های فرکانس شامل شبکه های dB به منظور تعیین حدود مواجهه کارگر dB به عنوان تعیین کننده ی عکس العمل گوش در ترازهای بالاتر از ۶۰ دسی بل، شبکه ی C جهت آنالیز و کنترل صدا d برای بررسی صدای ترافیک و وسایل حمل و نقل هوایی و شبکه ی linear میباشد. در این نرم افزاری توان برای هر نوع صوت از یک سرعت مناسب استفاده کرد که شامل موقعیت slow برای صدای یکنواخت یا منابع صوتی ساکن بوده و حساسیت برنامه در حد یک ثانیه برای درک تغییرات دامنه صدا می باشد. موقعیت fast برای اندازه گیری تراز فشار صوت منابع متحرک یا اصوات متغیر با زمان مناسب بوده و برنامه تغییرات سریع دامنه در حد میلی ثانیه را نیز درک می کند. موقعیت impulse ضربه ای، impact کوبه ای برای اندازه گیری اصوات کوبه ای یا

National Instruments Corporation, Labview, ۳
 getting started with labview, USA, ۲۰۰۶.
 De En, Ningning Wang, Xiaobin Wang, Jieyu. ۴
 Feng, Ningbo Zhang. Real-Time Detection
 System of State of Train Wheels Based on
 Labview, Electrical, Information Engineering and
 Lecture Notes in Electrical, ۲۰۱۱ Mechatronics
 Engineering Volume ۱۳۸, ۲۰۱۲, pp ۱۲۴۹-۱۲۵۵.
 Ping Gong, Wei Zhou. Design and ۵
 Implementation of Multifunctional Virtual
 Oscilloscope Using USB Data-Acquisition
 Card, Volume ۲۹, ۲۰۱۲, Pages ۳۲۴۵-۳۲۴۹, ۲۰۱۲
 International Workshop on Information and
 Electronics Engineering
 Colleen Reichmuth, Asila Ghoul, and Brandon. ۶
 L. Southall. Temporal processing of low-
 frequency sounds by seals, J. Acoust. Soc. Am
 ۱۳۲ (۴), ۲۰۱۲ October, Pages ۲۱۴۷-۲۱۵۰.
 Lewis H. Bel. Handbook of Industrial Noise. ۷
 Control: Fundamentals and Applications. Second
 edition. ۱۹۹۴. ۶۳۱ pages. New York.
 Malcolm J. Crocker. Handbook of ۸
 Noise and Vibration control. John Wiley &
 Sons, chapter ۳۸, ۲۰۰۷

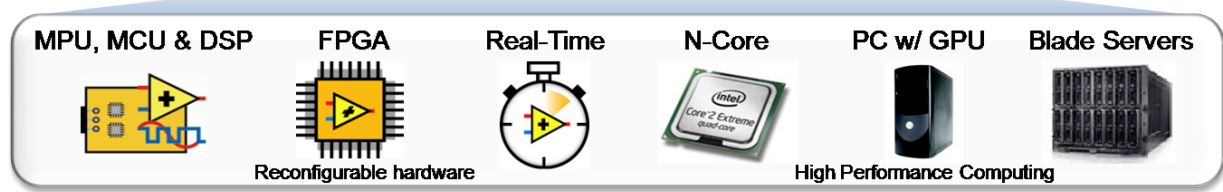
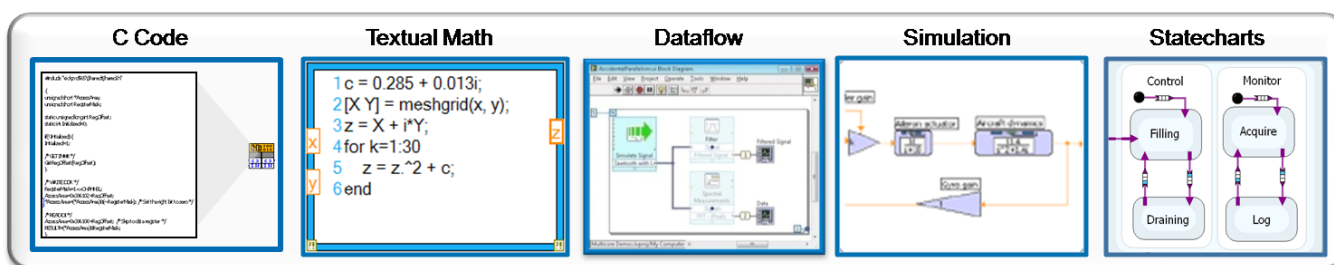
ضربه ای مناسب بوده که در این حالت تغییرات دامنه صدا توسط برنامه در حد میکرو ثانیه درک می شود. یک قابلیت با عنوان peak نیز برای سرعت های بالا پیش بینی شده است که سرعت آن بین fast و impمی باشد. به دلیل وسیع بودن طیف فرکانس قابل درک برای انسان و همچنین وسیع بودن باند اصوات صنعتی، جهت مطالعه ی صوت به جای مقادیر دامنه های فشار (توان و یا شدت) در تک تک فرکانس ها، از مقادیر اکتا استفاده می نمایند. برنامه ی لب ویو قادر خواهد بود که تراز فشار صوت را در اکتاو و باند های مختلف نمایش دهد. در اکثر اندازه گیری ها از یک سوم اکتا باند استفاده شده که در آن نسبت حد بالای فرکانس به حد پایین برابری دو به دو به توان یک سوم می باشد.

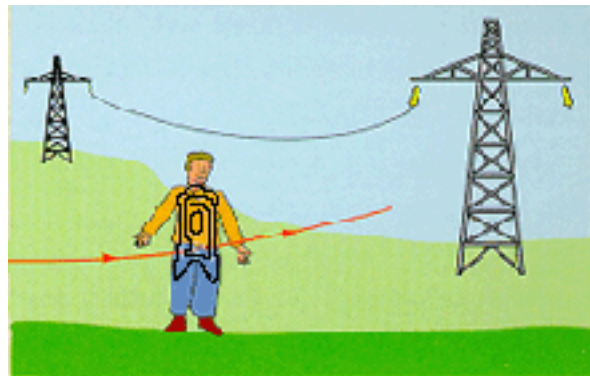
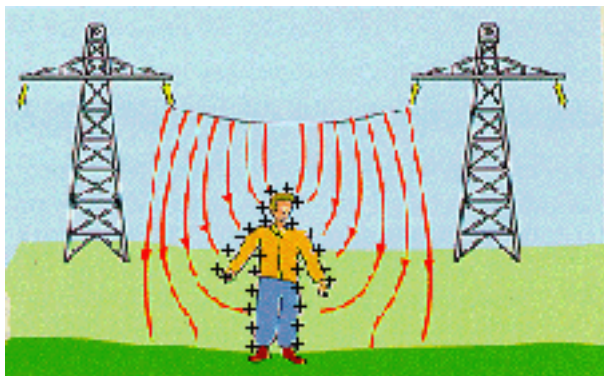
بحث ونتیجه گیری لب ویو نرم افزاری مناسب در جهت اندازه گیری و کنترل سیستم های موجود در محیط کار بوده که به مهندسیین و محققین کمک می کند تا با یکپارچه سازی ابزارهای مورد نیاز، بتواند طیف وسیعی از برنامه های کاربردی را در زمان کمی ایجاد نماید. رویکرد گرافیک این برنامه این امکان را می دهد که افراد غیر برنامه نویس نیز از طریق آشنایی با تجهیزات آزمایشگاهی خود، بتوانند از کاربردهای برنامه استفاده نمایند.

منابع:

۱. فرهاد فروهرمجد، پروین نصیری، محمدرضا منظم، محمدرضا یزدچی، بهینه سازی فرایند کنترل صدا و ارتعاش کم فرکانس به روش اکتیو و پسیو در کانال انتقال هوا، پایان نامه، ۱۳۹۲.

۲. شرکت نشنال اینسترومنت شناخت بسته نرم افزاری لب ویو، ۲۰۱۲.





تاثیر میدان های مغناطیسی بر انسان

مقدمه:

مغناطیسی را با اثرات سوء فیزیولوژیکی از جمله ناراحتی های روانی، اختلال در سیستم قلبی-عروقی در انسان نشان داده است. مطالعات انجام شده در خصوص مکانیسم عمل میدان های مغناطیسی نشان می دهد که این گونه میدان ها اثر خود را به طرق مختلفی اعمال میکنند که از آن جمله تغییر در میزان انتشار مواد در غشا در نتیجه ی تاثیر بر فسفولیپید های غشا سلول، تخریب باندهای اتصال پروتیین ها و اختلال در سنتز ماکرومولکول ها، اختلال در عملکرد پیام رسان های داخل سلولی و تغییر در دی ان آ هسته میباشد.

هر جا که الکتریسیته وجود دارد میدان های مغناطیسی نیز وجود دارند. میدان جاذبه زمین خود یک مغناطیس بزرگ است. میدان های مغناطیسی در همه جا به وفور یافت می شوند. تا صد سال پیش مواجهه انسان با میدان های مغناطیسی منحصر به منابع طبیعی تولید آن بود، میدان های ضعیفی با شدت حدود ۳۰ تا ۷۰ میکرو تسلا. اما امروزه میدان های مغناطیسی بسیار بیشتر از مقادیر طبیعی در تمامی صنایعی که به نوعی از الکتریسیته استفاده میکنند وجود دارد. این میدان ها یکی از عوامل زیان آور محیط کار در نیروگاه ها، خطوط انتقال نیرو، سیم ها یا تجهیزات الکتریکی بوده و تماس های حاد، اثرات مضر بر روی سلامت انسان دارد.

شرح کلی:

میدان های مغناطیسی ابتدا موجب سرگیجه، وزوز گوش، ضعف و خستگی، تار شدن دید چشم و خواب آلودگی هنگام کار، همچنین پیدایش امراض ناشناخته، تغییر ترکیبات خون، اختلال در سیستم های عصبی-عضلانی، دگرگونی ژنتیکی و بروز سرطان هایی همچون لوسمی، سرطان غدد بزاقی و اختلال در باروری می شود. برای اولین بار رابطه بین میدان های مغناطیسی با شیوع سرطان به طور کمی در نتایج یک پژوهش انجام شده در سوئد بیان شد. در گزارش دیگری که در انیستیتو ملی بهداشت حرفه ای سوئد و بر اساس مطالعه بر روی ۱۶۳۲ نفر مرد که به طور شغلی در معرض میدان مغناطیسی قرار داشتند منتشر گردیده است. رابطه بین سرطان مغز استخوان در مواجهه شغلی با میدان های یاد شده به روشنی اثبات شده است. با این حال تعدادی از محققان در مورد ارتباط قرار گرفتن در معرض میدان های مغناطیسی و سرطان تردید دارند، زیرا تفسیر آن از نظر بیولوژیکی مشکل است و نتایج تحقیقات متفاوت

میدان های مغناطیسی خطوط نامریی نیرو هستند که در اطراف هر وسیله برقی وجود دارند و قدرت آن با افزایش ولتاژ افزایش میابد. میدان های مغناطیسی قادرند بسیاری از مواد را تحت تاثیر خود قرار دهند بنابراین جلوگیری از مواجهه با آن بسیار مشکل است. میدان مغناطیسی ناشی از کاربرد نیروی الکتریکی در کارگاه های صنعتی عمدتاً باعث تماس شغلی با این میدان ها در فرایندهای صنعتی دارای تجهیزات ولتاژ یا آمپراژ بالا می گردد. بنابراین کارگران در کار با مدت طولانی بر روی سیستم های الکتریکی ممکن است به صورت مزمن در معرض میدان های مغناطیسی بالا قرار بگیرند. مطالعات اپیدمیولوژیکی ارتباط مواجهه افراد با میدان های



به نظر می رسد و با هم هماهنگی ندارند. بسیاری از محققان توافق بر این دارند که نیاز به اطلاعات بیشتری در خصوص تاثیرات میدان های الکتیکی و مغناطیسی بر سلامت انسان داریم.

نتیجه گیری:

اکنون دانشمندان به این نتیجه رسیده اند که بدن انسان نباید در معرض میدان های مغناطیسی با قدرت بیشتر از ۴۰ میلی تسلا قرار بگیرد، این میزان معادل یکهزار برابر میدان مغناطیسی زمین است. تشعشعات الکترو مغناطیسی معمولا در خانه ها و ادارات به میزان کمتر از یک میکرو تسلا یافت می شود. انتقال نیرو حاصل از امواج مغناطیسی با ولتاژ کمتر ۴۰۰ کیلو ولت حدود ۲۰ میکرو تسلا است همچنین میدان های خطوط نیروی کمتر از ۲۰ کیلو ولت در مناطق مسکونی به طور متوسط ۲ تا ۳ میکرو تسلا است.

راه های کنترل مواجهه با میدان های الکترو مغناطیس در محیط کار:

چگالی شار مغناطیس با افزایش فاصله از منبع ایجاد جریان مغناطیسی سریعاً کاهش می یابد. پس مهمترین اصل در کنترل مواجهه با میدان های الکترومغناطیس فاصله می باشد. همچنین رعایت نکات ایمنی در محیط کار و در صورت امکان استفاده از تجهیزاتی که دارای حداقل میزان انتشار امواج الکترومغناطیس است محیطی مناسب برای کار و فعالیت ایجاد میکند.

منابع:

"کتاب ایمنی برق برای مهندسين تالیف مهندس جواد شیرازی و

مهندس غلامحسین حلوانی

www.hupaa.com"

www.iran-eng.com"

www.mehranooo.blogfa.com/post/10/"



کاندمنی های بهداشت حرفه ای (برق)

۱. آیا میدانید، میدانهای مغناطیسی خطوط نامرئی نیرو هستند که در اطراف هر وسیله برقی وجود دارند و قدرت آن با افزایش ولتاژ، افزایش می یابد؟
۲. آیا میدانید، میدان های مغناطیسی قادرند بسیاری از مواد تحت تاثیر خود قرار دهند، بنابراین جلوگیری از مواجهه با آن بسیار مشکل است؟
۳. آیا میدانید عامل یک سوم حریق ها، ناشی از نقص فنی در انتقال انرژی الکتریکی و اشکال در تجهیزات برقی است؟
۴. آیا میدانید، نباید هرگز از آب جهت خاموش کردن حریق های برقی استفاده کنید؟ کپسولهای حاوی کربن دی اکسید برای این نوع حریق ها ارجحیت دارد.
۵. آیا میدانید، اگر شخصی بر روی زیر پای چوبی که مقاومت ۲۰۰ کیلو اهم داشته باشد، قرار گیرد دچار برق گرفتگی خیلی خفیف با جریان یک میلی آمپر می شود، حتی اگر برق ۲۲۰ ولت را لمس کند؟
۶. آیا میدانید، جریان تقریبی خیلی بالا که در کسری از ثانیه از بدن عبور کند خطر کمتری نسبت به عبور جریان کم در مدت زمان زیاد دارد؟
۷. آیا میدانید، هر چه فرکانس جریان افزایش یابد جریان الکتریکی بیشتر از سطوح بدن عبور می کند تا از درون بدن؟
۸. آیا میدانید، در یک ولتاژ ثابت (شرایط یکسان) خطر برق گرفتگی جریان متناوب خیلی بیشتر از جریان مستقیم است؟
۹. آیا میدانید، آسیب های حاصله در برق های متناوب شایع تر و شدیدتر است؟
۱۰. آیا میدانید، قوس الکتریکی حاصله از جریان مستقیم خاصیت سوزندگی بیشتری نسبت به جریان متناوب دارد؟
۱۱. آیا میدانید، خطرناک ترین مسیر عبور جریان الکتریکی از بدن، از دست راست به پاها است؟
۱۲. آیا میدانید، بزرگترین مقاومت بدن در قسمت شاخی پوست است؟
۱۳. آیا میدانید، در شرایط مختلف فیزیولوژیکی، بدن مقاومت متفاوتی دارد؟ برای مثال یک فرد خسته مقاومت الکتریکی کمتری دارد و زودتر از پای در می آید.
۱۴. آیا میدانید، سیم های اتصال به زمین و سیم های انتقال برق ولتاژ بالا عایق ندارند؟
۱۵. آیا میدانید، مقدار جریانی که باعث مرگ میشود، ۲۵ میلی آمپر در جریان متناوب و ۵۰ میلی آمپر در جریان مستقیم است؟

منابع:

"ایمنی برق برای مهندسين تالیف مهندس جواد شیرازی و مهندس غلامحسین حلوانی"
"ایمنی در برق تالیف مهندس بهروز احمدی"



مرکب اثر برق گرفتگی

شروع به حرکت مینماید و متاسفانه بوم جرثقیل با خطوط انتقال برق (سیم های هوای برق) برخورد کرده و از انجاییکه سیم های بکسل در دو دست کارگرمتوفی قرار داشته است دچار برق گرفتگی شده و محکم به زمین برخورد کرده و در دم کشته میشود.

نوع حادثه: برخورد بوم جرثقیل با خطوط هوایی انتقال برق پیشنهادات جهت پیشگیری از وقوع حادثه:

طبق ماده ۳۱ آیین نامه حفاظتی وسایل حمل و نقل و جابجا کردن مواد و اشیاء در کارگاهها

هنگامی که بالابر بدون بار کار میکند باید:

الف) کارگران علامت دهنده و کارگران طناب بند قبل از دستور حرکت، زنجیر و یا کابل را به قلاب مربوطه به نحو مطمئن محکم نمایند.

ب) رانندگان بالابرقلاب بالابر را قبلا به ارتفاع مناسبی برسانند به طوری که فاصله کافی بین قلاب و اشخاص و اشیاء وجود داشته باشد.

طبق ماده ۱۷ همین آیین نامه:

کابل ها، زنجیرها، تسمه ها، طناب ها، قلاب ها و به طور کلی لوازمی که جهت بلند کردن بار مورد استفاده قرار میگیرد همه روزه باید به وسیله کارگران علامت دهنده و یا اشخاص دیگری که به عنوان کمک به کارگر از روی زمین دستور میدهند مورد بازدید قرارگیرد. و ماده ۱۸:

کابل ها، زنجیرها، تسمه ها، طناب ها، قلاب ها، شیارها، ترمزها و لوازم خودکار الکتریکی باید حداقل هر سه ماه یک بار توسط متخصص مسئول کاملا و دقیقا مورد بازرسی قرار گیرد.

تجزیه و تحلیل حادثه طبق مدل زنجیره ی دومینو ۷ رويدادی:

طبق مدل ۷ رويدادی دومینو عامل اول در ایجاد حادثه نقص مدیریت ایمنی است که در این حادثه عدم آگاهی از اهمیت بازرسی های دوره ای و منظم ماشین آلات و بازرسی نحوه کار کارگران با

مشخصات فرد حادثه دیده:

جنسیت: مذکر شغل فرد حادثه دیده: کارگر پیمانکار

طرح خط انتقال گاز در یکی از شرکت های گاز استانی

نتیجه حادثه: فوت

شرح مختصری از فرآیند:

در این فرآیند بارگیری تعدادی لوله بر روی تریلی توسط جرثقیل تراکتور انجام گرفته است. جرثقیل تراکتور در واقع تراکتوری است که به پشت آن جرثقیلی بسته شده است. راننده جرثقیل بوم جرثقیل را باز کرده و فرد دیگری لوله ها را بوسیله ی سیم بکسل هایی که در قسمت انتهایی بوم قرار دارد محکم کرده تا با حرکت بوم لوله ها جابجا شده و روی تریلی قرار بگیرد.

نوع حادثه: برخورد بوم جرثقیل با خطوط هوایی انتقال برق

نتیجه حادثه: برق گرفتگی کارگری که سیم های بکسل در دستش قرار داشته و فوت شدن وی

عوامل حادثه:

اعمال نایمن:

-عدم توجه به شبکه جریان برق در بالای جرثقیل و محل کار

-عدم آموزش کافی کارکنان پیمانکار و نبود افراد مجرب

-عدم رعایت فاصله ایمن با شبکه خطوط انتقال برق

-استفاده از جرثقیل غیراستاندارد و احتمالا فاقد گواهینامه بازرسی فنی

شرح حادثه با ذکر نوع آن:

به هنگام بارگیری چند شاخه لوله بر روی تریلی و جابجایی آن برای پروژه خط انتقال گاز (کارگر متوفی) به همراه راننده جرثقیل تراکتور به محل بارگیری مراجعه میکنند. پس از بارگیری چند شاخه لوله بر روی تریلی، راننده اقدام به جابجا کردن جرثقیل تراکتور به یک مکان مناسب تر در حالیکه بوم جرثقیل باز بوده، به سمت عقب

آن هاست.

ششمین عامل حادثه است که حادثه برخورد بوم جرثقیل با خطوط هوایی انتقال برق است و هفتمین مورد که نتیجه حادثه است، فوت کارگر در اثر برق گرفتگی میباشد.

منابع:

www.asadhosseiny.blogfa.com

کتاب مجموعه آیین نامه های حفاظت و بهداشت کار
کتاب مقدمه ای بر حوادث ناشی از کار و تجزیه و تحلیل آن از دکتر
غلام نیا

عامل دوم نقص در برنامه ایمنی است که در این حادثه برنامه ای برای بررسی عملکرد کارگران و رعایت نکات ایمنی توسط آنها و همچنین بررسی جرثقیل ها وجود نداشته است.

عامل سوم دستورات و مقررات نادرست و اشتباه است که در این حادثه دستورالعملی جهت انجام بازرسی های دوره ای و منظم ماشین آلات به خصوص جرثقیل ها و ضوابط کار با آنها وجود نداشته است.

چهارمین عامل نقص در سیستم است که در این حادثه عدم انجام بازرسی های هفتگی ماشین آلات و عدم بازرسی کارگران در مورد نحوه صحیح انجام کار توسط سرپرست کارگران

عامل پنجم در این مدل اعمال نایمن و شرایط نایمن است که در این حادثه اعمال نایمن شامل عدم توجه به شبکه جریان برق در بالای جرثقیل و عدم رعایت فاصله مناسب با آن و نداشتن ریگر برای هماهنگی و دادن علامت به راننده جرثقیل.



مصاحبه با خانم مهندس حکیمه باقری

مسئول ایمنی شرکت بیسکوییت فرخنده و صنایع غذایی اصلاط



۱- لطفاً بیوگرافی مختصری از خودتان بفرمایید

من حکیمه باقری متولد سال ۶۲ هستم و فارغ التحصیل سال ۸۷ از دانشگاه علوم پزشکی کاشان در رشته ی مهندسی بهداشت حرفه ای ۶ سال است که در شرکت بیسکوییت فرخنده مسئول ایمنی و بهداشت حرفه ای هستم و در ۳ شرکت دیگر به صورت مشاوره کار میکنم. بهمن ۸۷ قبل از اینکه فارغ التحصیل شوم در زمانی که دوره ی کار آموزی را می گذراندم وارد بازار کار شدم. وقتی مدرک کاردانی را گرفتم به مرکز بهداشت درخواست کار دادم و در اواخر کارشناسی، مرکز بهداشت، شرکت فرخنده را به من معرفی کرد. ابتدا به صورت مشاوره ۲ روز در هفته و سپس به عنوان مسئول ایمنی شرکت معرفی شدم و زمانی که بحث ۱۴۰۱ و ۱۸۰۰۱ پیش آمد به عنوان نماینده ی مدیریت در سازمان انتخاب شدم در سال ۹۰ به عنوان یکی از مسئولین ایمنی برتر در کمیته ی حفاظت فنی اداره ی کار معرفی شدم. یک سال ونیم هم در شرکت سپاهان تراش کار کرده ام.

۲- آیا شما در دوران کارآموزی اشتغال داشته اید؟

بله، اواخر دوران کارآموزی مشغول به کار شدم.

۳- نظر شما راجع به اشتغال دانشجویان در حال تحصیل چیست؟

خیلی خوب است، به جرات میتوانم بگویم من زمانی که وارد بازار کار شدم توانستم رشته ام را به خوبی لمس کنم چون در دانشگاه درسها فقط به صورت تئوری و گذرا گفته می شود. درست است که بازدیدهایی هم از صنایع صورت میگیرد اما در این بازدیدها بیشتر پروسه های کاری توضیح داده میشود. من از دانشگاه می خواهم که از دانشجویان بخواهند که بیشتر درگیر صنایع شوند مثلاً ارزیابی خطرات انجام دهند، با مواد شیمیایی صنعت آشنایی پیدا کنند. بحث ایمنی را بیشتر مورد نظر قرار دهند تا بحث تولیدی که بیشتر مربوط به مدیر تولید و مسئول کنترل کیفی می باشد. از دانشجویان بخواهند که در بحث سم شناسی، ارزیابی پوسچر و...

کار کنند نه اینکه صرفاً به عنوان بازدید کننده وارد کارخانه شوند.

۸- به نظر شما فرهنگ سازی ایمنی و بهداشت حرفه ای در ایران تا چه حد شکل گرفته است و چه ضعف هایی دارد؟

بحث آموزش در کشور ما خیلی ضعیف است متأسفانه در ایران، ما همیشه فکر می کنیم که حادثه برای ما رخ نمیدهد و همچنین اینکه آموزش باید چهره به چهره باشد و به آموزش که به صورت برچسب و دستورالعمل باشد توجهی نمی کنند و نیز یک سری اقدامات فنی و مهندسی هست که در ایران هزینه ی بسیار بالایی دارد و به دلیل هزینه ی گزافی که دارند کارفرما معمولاً زیر بار انجام آنها نمی روند. برای مثال اکثر سازمان ها چون قدیمی هستند تهویه ی خوبی ندارند ولی به علت هزینه ی گزافی که برای تهویه گرفته می شود، کارفرما زیر بار انجام اصلاح تهویه نمی رود و می گوید که این مشکل توسط نیروهای فنی من حل می شود و فنی هایی نصب می کنند که نه تنها موثر نیستند بلکه آلودگی صوتی ایجاد می کنند و فقط هوا را در سالن جا به جا می کنند. همچنین در بحث اندازه گیری عوامل زیان آور، هزینه ها بسیار بالاست و باعث می شود کارفرما با دبدن هزینه ها زیر بار نرود.

۹- به نظر شما ضعف سیستم آموزشی دانشگاه در چیست و روی چه دروسی باید بیشتر وقت گذاشته شود؟

به نظر من برای دروس تخصصی باید بیشتر وقت گذاشته شود آموزش ها باید به صورت عملی شوند ولی متأسفانه بیشتر آموزش ها تئوری و گذرا می باشند. مثلاً درس تهویه فقط سه واحد است ولی وقتی وارد محیط کار می شویم، می بینیم که بیشترین مشکل مشکل تهویه است. چون در دانشگاه مطالب خیلی گذرا و تئوری گفته شده، وقتی فرد وارد بازار کار می شود خیلی ضعیف است و تازه باید برود دنبال اینکه مثلاً چگونه سیستم روشنایی را طراحی کند یا در بحث های دیگر... به هر حال اگر درس تخصصی است باید بیشتر وقت گذاشته و کار شود.

۱۰- تا به حال شده که در مسائل کاری به مشکلی بر بخورید و مجبور شوید به جزوات دوران دانشجویی تان رجوع کنید؟ بله، خیلی اتفاق افتاده است تا الان که ۶ سال است می گذرد هنوز هم برمی گردم و جزوات دانشگاهم را مرور می کنم.

۱۱- به نظر شما تخصص و دانش ضروری و اولیه ای که هر کارشناس بهداشت حرفه ای باید از آن برخوردار باشد چیست؟

باید در مباحثی از قبیل آیین نامه ی حفاظت فنی و بهداشت کار، قانون کار، آشنایی کامل با محیط کار و شناخت عوامل زیان آور آن و بیماری های ناشی از کار، ارگونومی، ارزیابی خطرات و پوسچرها، و دستورالعملهای ایمنی، سم شناسی و MSDS مواد، تخصص و دانش کافی را داشته باشد.

۱۲- بزرگترین دستاورد شغلیتان تا به حال چه بوده است؟ بزرگترین دستاورد شغلی من این بوده که مسئول HSE شدم و در

۴- به عنوان یک کارشناس خانم شاغل در این رشته آیا به این که میگویند بهداشت حرفه ای رشته ای مردانه است موافقید؟

من رشته ام را خیلی دوست دارم، من سال ۸۲ در رشته ی پرستاری وارد دانشگاه شدم، یک سال پرستاری خواندم ولی چون اصلاً محیط بیمارستان را دوست نداشتم با تحقیقاتی که انجام دادم به رشته ی بهداشت حرفه ای گرایش پیدا کردم چون رشته ی ما تنوع زیادی دارد، پروسه های متفاوتی را می گذرانیم و با آنها آشنایی پیدا می کنیم.

به نوبه ی خودم این رشته را خیلی دوست دارم و اگر قرار باشد برگردم و انتخاب رشته کنم همین رشته را انتخاب میکنم. این که میگویند این رشته رشته ای مردانه و خشن است را اصلاً قبول ندارم. من که تا به حال مشکلی نداشته ام فقط بعضی صنایع خاص مثل ذوب آهن و فولاد هستند که مقداری خشن می باشند، ولی در کل فرقی نمی کند چون خانم ها همه جا وارد شده اند، مثلاً بیمارستانها یا هر محیط دیگری را در نظر بگیرید آنجا هم مرد هست، پس آنجا هم محیطی مردانه است؟؟؟؟!!!!

۵- چه زمینه های کاری برای فارغ التحصیلان رشته ی بهداشت حرفه ای وجود دارد؟

می توان گفت بهداشت حرفه ای همه جا هست به خصوص در حال حاضر که بازار کار بسیار خوبی دارد. برای کسانی که تازه فارغ التحصیل شدند بهتر است از صنایع کوچک شروع کنند.

۶- توصیه شما به دانشجویان بهداشت حرفه ای برای بالا بردن سطح دانش و مهارتشان چیست؟

بهداشت حرفه ای بسیار گسترده است و هر چقدر هم مطالعه کنند باز هم کم است. سعی کنند بیشتر در بحث های تخصصی مثل تهویه صنعتی ارزیابی ریسک حادثه ها و بیماری های ناشی از کار مطالعه داشته باشند و همچنین در بحث اطلاعات زیست محیطی و بهداشتی مواد شیمیایی اطلاعات پیدا کنند.

۷- به نظر شما یک کارشناس بهداشت حرفه ای باید در تعامل با کار فرما چگونه باشد؟

متأسفانه بعضی از کارفرماها در ارتباط با مسائل بهداشت حرفه ای توجیح شده نیستند. این خیلی مهم است که بتوانند کارفرما را توجیح کنند. من از کارشناسان و بازرسان اداره کار و مرکز بهداشت میخواهم که کارفرما ها را بیشتر توجیه کنند چون کار فرماها میگویند ما مجبور شدیم کارشناس بهداشت حرفه ای بگیریم یعنی هنوز نمیدانند که کارشناس بهداشت حرفه ای چیست و فکر میکنند که تنها هزینه تراشی برای کارفرماست. کارشناس باید کارفرما را توجیه کند که بهداشت حرفه ای هزینه تراشی برای کار فرما نیست بلکه پیشگیری از این است که حادثه ای رخ ندهد.

۱۸- اصول اخلاقی که یک کارشناس بهداشت حرفه ای باید داشته باشد چیست؟

این است که علاوه بر قاطعیتی که باید داشته باشد، خیلی هم نباید دستوری صحبت کند چون معمولاً بهداشت حرفه ای برای کارفرما خواه نا خواه حالت دستوری پیدا می کند. در کل باید تعامل کارشناس بهداشت حرفه ای با مدیران زیاد باشد.

۱۹- کلام آخر:

امیدوارم روزی برسد که به کمک کارشناسان بهداشت حرفه ای، ایمنی محیط های کاری تا حدی بالا برود که خود کارفرماها به کمک گرفتن از کارشناسان بهداشت حرفه ای، رغبت داشته باشند. امیدوارم در بحث دانشگاهی سطح علمی تا حدی بالا برود که وقتی دانشجویی از دانشگاه فارغ التحصیل می شود و وارد بازار کار می شود هیچ ترس و واهمه ای نداشته باشد. از مسئولین مراکز بهداشت می خواهم که از کارشناسان بهداشت حرفه ای بیشتر حمایت کنند و پیگیری هایشان بیشتر باشد، نه اینکه فقط یک کارشناس را به سازمانی معرفی کنند.

مصاحبه گر و گرد آورنده:
الهه صادقی- آرزو عباس پور



بحث OHSAS ، ۱۴۰۰۱ و ۱۸۰۰۱ نماینده ی مدیریت شرکت فرخنده شدم. اکنون نیز پروژه ای به من پیشنهاد شده که بسیار کاری متفاوت است چون قرار است از صفر شروع شود.

۱۳- در ابتدا که وارد بازار کار شدید چه مشکلاتی در مسیر کاری تان پیش می آمد و چگونه به این مشکلات فایق می آمدید؟

زمانی که وارد بازار کار شدم چون از مهارت و دانش کافی برخوردار نبودم ، برای رفع مشکلاتی که در مسیر کاری ام پیش می آمد با کارشناسان وبازرسان مرکز بهداشت صحبت می کردم و از آنها کمک می خواستم و با اینکه فارغ التحصیل دانشگاه علوم پزشکی اصفهان نبودم با آقای دکتر ریسمانچیان و جناب آقای دکتر حبیبی آشنا شدم و از آنها اطلاعات می گرفتم و سوالات و مشکلاتی که داشتم را به کمک آنها حل کردم . نمی توان گفت مهارت کافی را بدست آورده ام ولی توانستم تا اینجا پیشرفت کنم.

۱۴- آیا فعالیت های پژوهشی نیز داشته اید؟
خیر، متأسفانه...

۱۵- آیا با مجله ی رهاورد آشنایی دارید؟
خیر.

۱۶- توصیه شما به دانشجویان برای داشتن برنامه ی کاری موفق چیست؟

سعی کنند اطلاعاتشان را تا جایی که میتوانند به روز کنند و به فرانس ها و کتاب های درسی اکتفا نکنند. اطلاعاتشان را در رشته های فنی مثل برق و مکانیک بالا ببرند چون بهداشت حرفه ای درگیر با نیروهای فنی می باشد مثلاً کارشناسی که می خواهد از حادثه ی برق گرفتگی جلوگیری کند باید در رشته ی برق نیز تا حدی اطلاعات داشته باشد و ایمنی برق را کامل بداند و همچنین اگر بتوانند در سال آخر تحصیلشان در بحث مشاوره ای صنایع وارد شوند به عنوان کسب تجربه، نه کسب درآمد برایشان بسیار مفید خواهد بود.

۱۷- آیا برای ادامه ی تحصیل برنامه ای دارید؟

من ابتدا خیلی دوست داشتم که کارشناسی ارشد ادامه بدهم اما با تحقیقاتی که کردم به این نتیجه رسیدم که کارشناسی ارشد بهداشت حرفه ای نیز مانند کارشناسی است و فرق چندانی ندارد و همان مطالب دوباره تکرار می شود. مدتی بود که در بحث روانشناسی صنعتی علاقه پیدا کرده بودم چون بهداشت حرفه ای با نیروی انسانی درگیر است و برای رفع مشکلات نیروی انسانی باید در بحث روانشناسی سر رشته داشته باشد. اگر زمانی بخواهم ادامه دهم رشته ی روانشناسی صنعتی را می خوانم.

طی فراخوانی انجمن ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی ایران از اساتید و پژوهشگران در زمینه ارگونومی تقاضا کرد مقالات خود را در زمینه های: ۱. ارگونومی فیزیکی، ۲. ارگونومی شناختی، ۳. ارگونومی سازمانی، ۴. ارگونومی مشارکتی، ۵. ارگونومی محیطی، ۶. ارگونومی نظامی، ۷. ارگونومی قانونی (forensic ergonomics)، ۸. ارگونومی فرهنگی، ۹. سیستم های انسان-ماشین، ۱۰. ارگونومی اجتماعی، ارسال نمایند. از میان مقالات ارسال شده بعد از داوری ۸۴ مقاله به صورت سخنرانی و ۱۷۵ مقاله به صورت پوستر پذیرفته شد. مراسم افتتاحیه همایش با سخنرانی نماینده ریاست محترم همایش (دکتر حبیب الله موسوی بهار) و دکتر سید ابوالفضل ذاکریان (عضو هیات مدیره انجمن ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی ایران) و تقدیر از زحمات چندین ساله جناب آقای دکتر محمد علی لحمی به عنوان پیش کسوت ارگونومی ایران آغاز شد. سخنرانی مقالات پذیرفته شده و با توجه به زمینه کاری در دو سالن (سالن اصلی و سالن کنفرانس) طبق برنامه ارائه شده در چهار نوبت (دو نوبت صبح و دو نوبت عصر) صورت پذیرفت و مقالات پذیرفته شده به صورت پوستر با توجه به زمینه کاری جداگانه (در دو نوبت صبح و عصر) در معرض دید افراد شرکت کننده قرار گرفت. علاقمندان جهت آگاهی از مقالات برتر ارائه شده، میتوانند به وبلاگ مجله رهاورد به نشانی Ohs_rahavard_isf.blogfa.com مراجعه فرمایند.

انجمن ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی ایران (IES) با مشارکت دانشگاه علوم پزشکی همدان به ریاست جناب آقای دکتر حبیب الله موسوی بهار رئیس دانشگاه علوم پزشکی همدان و آقایان دکتر محمد علی لحمی (رئیس کمیته علمی)، دکتر مجید معتمدزاده (دبیر کمیته علمی) و دکتر مصطفی پویا کیان (دبیر کمیته اجرایی)، نخستین همایش دوسالانه ارگونومی را در تاریخ ۲۳ و ۲۴ مهر ماه ۱۳۹۳، با حضور اساتید برجسته ارگونومی، پژوهشگران، مدیران و کارشناسان صنایع و دانشجویان ارگونومی با اهداف زیر را برگزار نمود.

۱. معرفی تحقیقات روز ایران و جهان در حوزه های مختلف ارگونومی
۲. تبادل هرچه آگاهانه تر علوم و دستاوردهای جدید در رشته ارگونومی با متخصصان
۳. گسترش، توسعه و پیشبرد دانش ارگونومی در کشور و آشناسازی مدیران با کاربردهای ارگونومی در بخش های مختلف صنعت و خدمات
۴. تقویت و ارتقاء روحیه پژوهش در میان دانشگاهیان و دانش پژوهان رشته ارگونومی
۵. ارتقاء سطح علمی دانشگاهیان از طریق ارتباط با اساتید و دانش پژوهان برجسته ارگونومی
۶. تشویق محققان و تجلیل از پژوهشگران و اساتید ممتاز این رشته در کشور



کنفرانس نخستین همایش علوم و سالانه بهداشت حرفه ای

کراش گر: مهندس مهدی آقانسب، کارشناسی ارشد بهداشت حرفه ای



با توجه به اهمیت پژوهش و تحقیق در زمینه بهداشت حرفه ای، برآن شدیم تا سایت های استاندارد در زمینه های مختلف این رشته را برای سهولت دسترسی به مطالب مذکور، در اختیار شما عزیزان قرار دهیم.

NOISE AND VIBRATION:

<http://www.OSHA.org/>
<http://www.gibaldiology.com/>
<http://www.measure.demon.co.uk/>
<http://www.ncac.com/>

GENERAL:

<http://www.osha.gov>
<http://www.osha.net>
<http://www.ANSI.com>
<http://www.ACGIH.com>

OCCUPATIONAL SAFETY:

<http://www.govemist.com/>
<http://www.hanford.gov/>
<http://www.bnl.gov/>
<http://www.worksafe.gov.au/>

RADIATION:

<http://www.ICRP.org>
<http://www.nea.fr>
<http://www.iaea.org>
<http://www.erads.com>

LIGHTING:

<http://www.philips.com/>
<http://www.osram.com/>
<http://www.polarizedlighting.com/>
<http://www.IESgeorgia.org/>

FIRESAFETY:

<http://www.NFPA.org>
<http://www.fmfire.com>
<http://www.boston.ma.us>
<http://www.cafc.com>

CHEMICAL HAZARD & TOXICOLOGY:

<http://www.linfield.edu/>
<http://www.llnl.gov/>
<http://www.udl.edu/>
<http://www.cdc.gov/>

ERGONOMICS:

<http://www.IEA.cc>
<http://www.ergonomics.org.uk>
<http://www.ergo.human.cornell.edu>
<http://www.loursville.edu>

HEAT & COLD STRESS:

<http://www.heavanet.com/>
<http://www.rsassoc.com/>
<http://www.osatoday.com/>
<http://www.rmlibrary.com/>

OHS

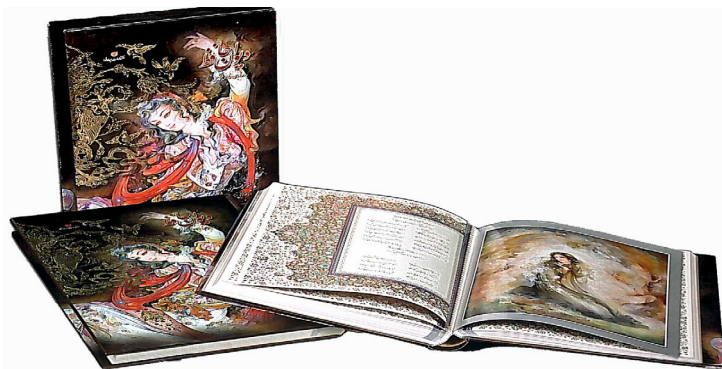
OCUPATIONAL HEALTH & SAFETY



ره آفرین فرهنگ



دانشجوی فرهنگی
متفاوت بندیش
تفاوت های سبک زندگی اسلامی و غربی
کاریکاتور
معرفی کتاب
دولت عشق



دانشجوی فرهنگی

وظیفه‌ی ما ...

انسان‌ها، آرمانهایی دارند.

و این آرمانها در انسان‌ها، هماهنگ با شناختشان از خویش، از نیازها و از ضرورت‌ها، شکل می‌گیرند و رشد می‌کنند و بزرگتر می‌شوند. هنگامی که از خود، دهانی شناخته‌ایم، آرمان ما پستانک ماست. هنگامی که از خود، دستی را سراغ گرفته‌ایم، آرمان ما عروسک ماست.

و هنگامی که بزرگتر شده‌ایم و نیازهای بیشتری را دیده‌ایم، آرمان ما، عشق‌ها و انس‌ها و شهرت‌ها و لذت‌ها و قدرتهای و ... ماست. براساس همین اصل، می‌توانیم تفاوت آرمانهای انسانی را توضیح بدهیم ... و حتی می‌توانیم وحدت آرمانها را بوجود بیاوریم؛ چون هنگامی که شناخت‌ها گسترده‌شده، آرمانها گسترده‌تر می‌گردد.

خیلی‌ها تفکر را شروع کرده‌اند و به نتیجه نرسیده‌اند و مایوس شده‌اند و یا به نتیجه‌های غلط دست یافته‌اند و منحرف شده‌اند. پس باید مربی به ما روش تدبر و مطالعه و طرز تفکر را بیاموزد.

فرهنگ چیست؟ زیربنای تمام کارهای زندگی انسان است. تمام کارها تجلی‌گاه فرهنگ فرد است. یعنی از نوع رفتار و نحوه‌ی زندگی فرد میتوان به فرهنگ آن پی برد. پس هر یک از ما به عنوان عضوی از جامعه، فعال فرهنگی، کارمند، دانشجو یا ... باید در تمام عمر خود را عضوی از "دانشگاه فرهنگ" بدانیم.

در عرصه فعالیت‌های فرهنگی گاهی اتفاق می‌افتد که شخص برای

انتخاب راه دچار تردید و تزلزل می‌گردد. هدف خود را میدانم انگیزه لازم هم دارد اما در انتخاب روش مردد است.

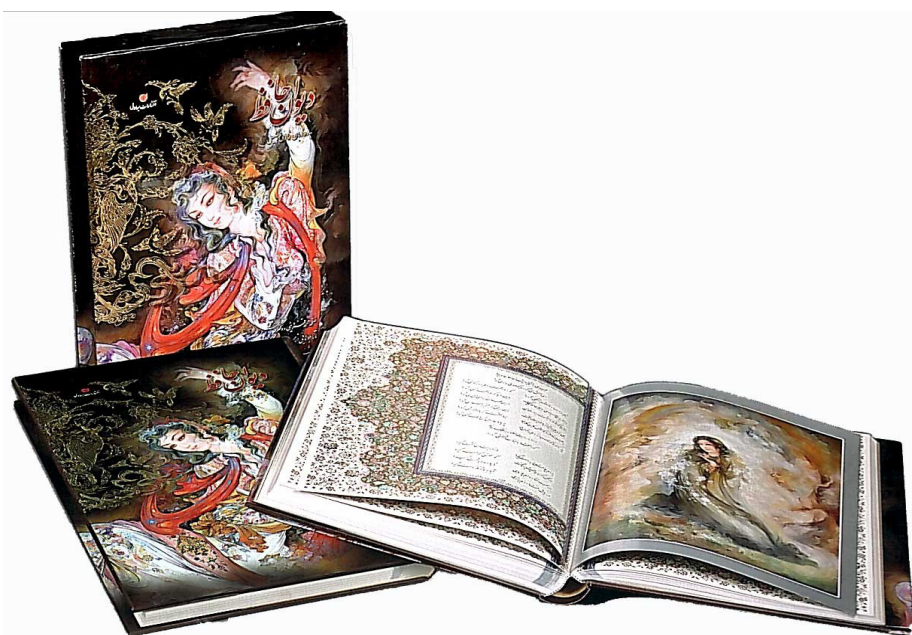
چه افرادی دچار این تردید می‌شوند؟ افرادی که می‌دانند برای رسیدن به هدف مطلوب راه‌های گوناگونی وجود دارد و در انتخاب گزینه‌های متعدد درمانده‌اند.

در حالیکه عده‌ای فقط در مورد یک روش می‌دانند یا بدون هیچ قید و شرط و تغییری تنها یک روش را کارآمد پنداشته‌اند. این دسته با اقتدار کامل و گردنی افراشته قدم در راه می‌گذارند و همان تک مسیر را انتخاب می‌کنند. "انتخاب تنها گزینه موجود هم توانایی خاصی می‌طلبد و عجیب حکایتی است..."

در هر صورت اگر در انتخاب روش و راه رسیدن به هدف اشتباه کنیم، در عرصه فردی و اجتماعی چه اتفاقی می‌افتد؟ این موضوع وقتی اهمیت می‌یابد که بدانیم دشمن با تمام قوا در صحنه است. توانایی و مهارت ما ناکافی و زمان به سرعت در گذر است. "آه من قله‌الزاد و طول‌المسیر"

نسرین کیانی

مهندسی بهداشت حرفه‌ای، ترم ۸



متفاوت بیاندیش



نیست .

ناگهان شیری به سمت او حمله ور شد . تا شیر را دید پا به فرار گذاشت و شروع به دویدن کرد و شیر هم به دنبال او . آن قدر دوید که از جنگل خارج شد و به کلبه ای رسید. به آنجا رفت و در را محکم بست . کلبه ای سرد و تاریک و گرفته که حتی روزنه و پنجره ای به سمت بیرون نداشت و شیر هم غرش کنان اطراف کلبه میچرخید .

او مدام به این فکر می کرد که چرا من؟؟ چرا باید برای من این اتفاق بیفتد؟؟ چرا من همیشه بدشانسم و همه ی اتفاق های بد سر من می آید . آه چه روز بدی چه مکان بدی چه زمان بدی .

او مدت ها در کلبه بود و به همه چیز فکر میکرد . به رخدادهایی که در زندگی اش رخ داده بود ، به موفقیت های دیروز ، به خانه و پول و اموالش ، به افراد زندگی اش ، به جسمش . تا آنجا که در گذشته غوطه ور شده و فکر به آینده امانش را بریده بود و این افکار مانند گره های کور ذهنش را بسته نگه میداشت و هر لحظه نا امید و مایوس تر میشد و غرش شیر نیز وحشتناک تر .

هر لحظه منتظر مرگ بود و احساس میکرد هیچگاه این وضعیت تغییر نمی کند و مشکل ادامه دار خواهد بود و وضع بهتر نخواهد

در جمعی ، از آموزگاران کهنه کار که سی سال یا بیشتر را در کلاس گذرانده اند می پرسند : ((آیا حقیقتا سی سال تدریس کرده اید ؟ یا یک بار تدریس کرده و سپس آن را سی سال تکرار نموده اید ؟)) و شما ، آیا حقیقتا ده هزار روز یا بیشتر زندگی کرده اید ؟ یا این که یک روز را ده هزار بار یا بیشتر تکرار کرده اید ؟ اکثر انسان ها زندانی هستند ، برده هستند در حالی که نه میله های زندان را می بینند و نه زنجیری به پای خود حس می کنند و برای رسیدن به خوشبختی و شادکامی می خواهند ((آن)) را بدست بیاورند ولی ((آن)) چیست ؟

بگذارید ابتدا داستانی بگویم .

روزی شخصی در جنگلی زیبا و شاداب و آزاد راه می رفت ، جنگلی با وسعت و فراوانی نعمت . او از شنیدن آواز پرندگان به وجد می آمد و از این که در این زمان و مکان حضور داشت خوشحال بود . بعد از مدتی که در جنگل حرکت می کرد ایستاد احساس کرد چیزی حرکت میکند ولی آن را نمی دید او با خود گفت : نکند حیوانی خطرناک در آن جا باشد . من مطمئنم که چیزی خطرناک آن جاست و جان من در خطر است . من نابود می شوم و راه فراری

شد.

راه است یا در شرایط بدی گرفتار می شوند یا وجهه ی خود را از دست می دهند و ... در حالی که نمی دانند هر چیزی را که به آن فکر کنند چه خوب یا بد بسط و توسعه می یابد و در زندگی شان متجلی می شود.

آن ها دلبستگی های زیادی دارند: دلبستگی به اشیا و اموال، دلبستگی به گذشته، به جسم، به نقطه نظر های خود، به پول، به بردن غافل از اینکه همان لحظه که به چیزی وابسته و دلبسته شویم ترس از دست دادن آن نیز همان دم آغاز می شود و جایی که ترس دامن بگسترده دیگر نشانی از عشق نیست.

مشکلات دائم به سراغ آن ها می آید چون ذهن آن هاست که مشکلات را فرا میخواند و به جای فکر کردن به راه حل آن چنان به آن فکر می کنند که مشکل بزرگتر و قوی تر شده و مانند شیر درنده تر و پر صدا تر.

مردمان کلبه نشین به دنبال ((آن)) هستند ولی چرا ((آن)) از دست آن ها فراری ست؟ آنها می گویند ما به آرامش می رسیم اگر در کنکور قبول و وارد دانشگاه شویم. آنها ((آن)) را بدست می آوردند ولی به صورت موقت بعد دوباره می گویند ما به آرامش می رسیم اگر فارغ التحصیل شویم، سرکار برویم، ارتقای مقام پیدا کنیم، پیشرفت کنیم، ازدواج کنیم و بچه دار شویم، بچه هایمان بزرگ شوند و سروسامان بگیرند، در دوران سالمندی محتاج کسی نباشیم. آن ها در تمام این مراحل ((آن)) را بدست می آورند ولی خیلی زود آن را از دست می دهند اما سوال این است، چرا؟ در دنیای ما عده ی کمی جنگل نشین اند. ذهن آن ها در فضایی آزاد حرکت می کند و آرامش همیشه در ذهن آن ها جاریست.

آن ها بنده ی پول و مقام نیستند بلکه پول و مقام خدمت گذار آن هاست و دل نگران نیستند از اینکه چرا اعتبار و مزایای بیشتری کسب نمی کنند و یا از نظر بعضی اطرافیان شان خوب و دلپسند نیستند و سعی هم نمی کنند همه را از خود راضی نگه دارند چرا که راضی نگه داشتن همه کلید شکست است چرا که فرد خود واقعی اش را از دست می دهد و مجبور است برای خشنودی و تایید و به به دیگران نقاب های مختلفی بر چهره بزند و به خاطر حرف آن ها زندگی کند و خوشی و آرامش خود را فدا کند. آن ها دوست دارند بهتر باشند ولی نه بهتر از دیگران بلکه بهتر بودن در مقایسه با شخصیتی که در گذشته داشته اند. آن ها از عوامل خارجی انتظار ندارند که خوشنودشان سازند بلکه این افراد وضعیت جوی زندگی شان را خود تعیین می کنند و برای شادمانی به نور آفتاب نیازی ندارند آن ها به هر کجا که بروند خورشید را در ذهن خود دارند. شادی و سرورشان در گرو رفتار عالی و تایید دیگران نیست و یا به عکس مردم نمی توانند با رفتار ناپسند یا گفتار نادرست آنها را آلت دست قرار دهند و ناخشنود و دلگیرشان کنند.

آنها به ندرت نگران می شوند چرا که نگرانی از بابت چیزهایی که خارج از کنترل آنهاست امری غیر منطقی است زیرا نگرانی چیزی را تغییر نمی دهد و نگرانی از بابت چیزهایی که تحت کنترل آن هاست نیز معنا و مفهومی ندارد زیرا به میل و اراده خود آن را تغییر دهند. مشکلات به سراغ آن ها نیز می آید ولی آن ها به جای دست

بعد از مدتی او آرام شد. دانست که اتفاقی نمی افتد مگر آنکه چیزی حرکت کند. امواج فکر به سکون رسیده بود و دیگر افکار منفی به آن جا راه نداشت.

دیگر اجازه نداد که شک و تردید در وجودش رخنه کند چون در آن صورت براساس عدم یقین کار میکرد و نتیجه کار ظهور همان شک و دودلی ها بود.

در تاریکی قلبش نور ضعیفی درخشید. امید.

نور، قوی و درخشان تر میشد و به او نوید می داد که کارها درست می شود و هیچ چیز مبهم باقی نمی ماند و نهایتاً راهی برای بیرون آمدن از شرایط کنونی باز می شود.

او تصمیمش را گرفت باید بیرون میرفت باید در را باز میکرد و با شیر رو به رو میشد اگر قرار است شیر او را بکشد خیلی بهتر از آن است که فکر به شیر او را از پای در بیاورد. قدم زنان به سمت در رفت درحالی که ضربان قلبش تند تر و تند تر میشد و غرش شیر وحشتناک تر و بلندتر ولی او تصمیمش را گرفته بود چون رسالت حرکت مستقل از نتیجه است. در را باز کرد و شیر را رو به روی خود یافت. انتظار داشت شیر به او حمله کند ولی شیر به او نگاه میکرد و صدایی از او بیرون نمی آمد. او درحالی که میترسید و میلرزید به قدم به جلو برداشت و دانست که شجاعت واقعی یعنی همین. همچنان به جلو رفتن ادامه داد. جنگل را روبه روی خود دید. او آزاد شده بود او رها شده بود. رنج به شادی منجر شده بود و در نهایت تاریکی جای خود را به روشنایی داد.

در کوی نیک نامی مارا گذر ندادند گر تو نمی پسندی، تغییر ده قضا را «مولوی»

در دنیای ما عده ی بسیار زیادی کلبه نشین هستند. ذهن آن ها در فضایی بسته ساکن است. مدام با خود کلنجار می روند و درونی پر آشوب دارند و از همه چیز گله مندند از بی پولی، عدم آرامش، کمبود محبت، اضافه وزن، نداشتن پست و مقام. آن ها هیچگاه خود را مسئول این کاستی ها و کمبود ها نمی دانند بلکه دیگران، شرایط، وضعیت، محیط و یا حتی خدا را مقصر می دانند. آن ها وقتی که مانعی سر راهشان قرار می گیرد و یا مشکلی پیش می آید چنان زانوی غم به بغل می گیرند که گویی دنیا به آخر رسیده است. آن ها گمان می کنند که مشکل ادامه دار خواهد بود و وضع بهتر نخواهد شد مشکل اینجاست که گمان و احساس خود را عین واقعیت میدانند. مدام ناله و فغان سر می دهند که چرا من؟؟ چرا من این مشکل را دارم؟؟ در حالی که نمی دانند یا نمی خواهند بدانند که زندگی در این دنیا یعنی همین، یعنی چرخشی بین شادی و غم، بدست آوردن و از دست دادن. آن ها اغلب خود را با دیگران مقایسه می کنند و نتیجه می گیرند که به خوبی آن ها نبوده و به اندازه ی آن ها باذوق، جذاب، خوش قیافه، موفق و باهوش نیستند.

مردمان کلبه نشین اکثر اوقات گمان می کنند که اتفاقی بد در

روی دست گذاشتن و منفی بافی بلند می شوند و اراده می کنند و به جای اینکه به مشکل فکر کنند با آن به مبارزه برمی خیزند. شیر در دنیای آن ها محکوم به شکست است .

مردمان جنگل نشین برای بدست آوردن ((آن)) به خارج از وجودشان رجوع نمی کنند چرا که ((آن)) را در درون خود می یابند . امرسون در کتاب خوداتکایی می گوید : ((در وطن خواب میبینم که می توانم در ناپل و رم از زیبایی هایش سرمست شوم و غم و اندوه خود را فراموش کنم و به آرامش برسم . چمدان و بار و بنه ام را می بندم ، دوستانم را در آغوش می گیرم و سوار بر کشتی به ناپل عزیمت می کنم . اما وقتی به آنجا می رسم و از خواب بیدار می شوم ، در کنارم با حقیقتی محکم وانکار ناپذیر مواجهه می شوم . وجود اندوهگینم را حس می کنم و درست همان چیزهایی را که از آن ها می گریختم دیگر بار تجربه می نمایم .))

از یک اندیشه که آید در درون صد جهان گردد به یکدم سرنگون
« مولوی »

اندیشه ادمی تجربه ی روزانه ی او را رقم می زند . استاد وین دایر میگوید « آنچه را که به راستی باور کنید ، در زندگیتان مشاهده خواهید کرد » تقریباً هر عملی که از جانب شما سر می زند ناشی از تصویری ست که از پیش در ذهن خود داشته اید و اگر باور کنید که تصاویر ذهنیتان تنها به لحاظ اینکه میتوانید به آن بیندیشید ، پیشاپیش وجود دارد و از تردید و انتظار دست بشوید ، به طور قطع آن را از واقعیتی ذهنی به واقعیتی عینی و ملموس مبدل

خواهی کرد . شاید شما بارها این جمله ها را شنیده باشید و هربار نیز با تردید و دودلی به آن بیندیشید و گمان نمی کنید که ذهن آدمی قدرت آن چنان زیادی داشته باشد . دکتر برنیر شیرل نویسنده ی کتاب ((عشق ، پزشکی ، معجزه)) در مورد بیماران چند شخصیتی بیان می کند « این بیماران وقتی باور می کنند که شخصیتشان تغییر کرده و به شخص دیگری مبدل شده اند ، فرمانی به مغز صادر می کنند و آن فرمان واکنش شیمیایی بدنشان را تغییر می دهد. در اثر این تغییرات شیمیایی گاهی رنگ چشم این افراد نیز تغییر می کند .»

بستگی به خودتان دارد که آزاد باشید یا بسته ، با آرامش باشید یا ناراحت ، خوشبخت باشید یا بدبخت چرا که زندگی بیرونی شما بازتاب زندگی درونی شماست .

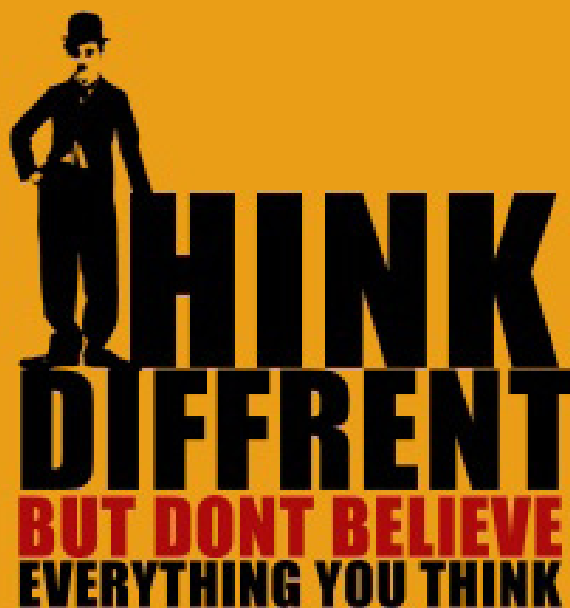
در آخر هم جمله ی زیبایی از رابرت فراست که می گوید :

« دو جاده از هم جدا شدند، و من ...

جاده ای را که کم گذر بود برگزیدم،

و تمام تفاوت ها ناشی از همین انتخاب بود .»

خودتان انتخاب کنید ، میخواهید اسیر در کلبه باشید یا آزاد در جنگل...





تفاوت سبک زندگی اسلامی و غربی

هرچند به صورت متفرقه در ضمن بحث قبلی به تفاوت دیدگاه‌ها اشاره شد؛ ولی شاید در شکل تفصیلی، بتوان تمام دیدگاه‌ها حول موضوع «زندگی» را ذیل دو دیدگاه کلی جمع آوری نمود که این دو دیدگاه کاملاً در تضاد و تقابل با همدیگر هستند؛ به طوری که اثبات و پذیرش یکی، ناخودآگاه، مساوی و ملازم با رد دیگری خواهد بود.

هر کسی، با واقعیت یا خیالی به زندگی خود معنی می‌بخشد؛ برای یک دانشجوی هیئت، زندگی کسی که هیئت نمی‌رود بی‌معناست. دیگری نیز با موسیقی به زندگی خود معنا می‌بخشد... صورت زندگی کنونی ما، تنها شکل ممکن و بهترین شکل موجود برای زندگی نیست.

اندیشه‌ها و نظرگاه‌های دیگر بر حسب میزان برخورداری از شاخص‌های هر کدام از این دو دیدگاه با درجه‌ای از شدت و ضعف، به این دو دیدگاه دور و نزدیک می‌شوند، ولی آنچه که نقطه‌ی صفر و بیست در حوزه‌ی تئوری در مورد نگاه به زندگی است همین دو دیدگاه است که عبارت‌اند از:

جهان‌بینی مادی:

جهان‌بینی مادی بر اساس نگرش نفی خدا و قیامت از جهان هستی شکل گرفته است. در این جهان‌بینی، تمام هستی در جهان مادی و طبیعی خلاصه شده است که هیچ آفریننده‌ی دارای شعور و ادراک، خارج از عالم ماده ندارد و هر چه هست، در همین عالم ماده است و چیزی به نام ماورای طبیعت و خداوند و عالم دیگر (قیامت و رستاخیز) وجود ندارد و وجود انسان در وجود مادی او خلاصه می‌شود که با مرگ از بین می‌رود یا تغییر به اجزای دیگر مادی می‌شود.

توماس هابز به عنوان نماینده‌ای از این جهان‌بینی می‌گوید: «چیزهایی واقعی هستند که وجود خارجی داشته باشند؛ اینکه

وقتی بحث از سبک زندگی می‌شود، در واقع آنچه مورد پردازش و بررسی قرار می‌گیرد سبک «زیستن» و «زندگی» است که با این حساب، مقتضی است؛ قبل از بررسی «سبک زندگی»، خود مفهوم «زیستن» و «زندگی» به طور دقیق مشخص شود تا آن‌گاه و در گام بعدی در خصوص وضعیت زندگی و سبک آن و... بحث و بررسی‌های لازم صورت گیرد. لذا هر محقق در حوزه‌ی سبک زندگی، قبل از ورود به بحث، بایستی با مفهوم «زندگی» و «زیستن» آشنایی کافی و لازم را داشته باشد و بداند که بر اساس فرهنگ خودش، زندگی و زیستن چه مفهومی و چه نمادهایی دارد؟ در فرهنگ او نمادها، علائم و مصادیق زندگی سعادت‌مند و زندگی شقاوت‌مند چیست؟ ناگفته پیداست که در این زمینه، تضاد جدی بین فرهنگ غرب و فرهنگ خودی وجود دارد و تعریفی که فرهنگ اسلامی-ایرانی از زندگی و خوب و بد بودن آن بر اساس آخرت‌گرایی و نقش مزرعه بودن زندگی دنیوی برای زندگی اخروی، که هدف اصلی و زندگی واقعی است، برابمان دارد؛ درست در نقطه‌ی مقابل فرهنگ غربی است که بر مبنای مکتب اومانسیسم و لذت‌گرایی و هدف‌غایی بودن زندگی دنیوی استوار است. این دو جهان‌بینی دقیقاً در نقطه‌ی مقابل هم قرار دارند و بی‌گمان این اختلاف دیدگاه در بررسی وضعیت سبک «زندگی» و خوب و بد بودن آن و برنامه‌ریزی برای اصلاح آن تأثیر تام و تمام خواهد گذارد؛ چه بسا بر اساس دیدگاه اسلامی در بررسی سبک «زندگی»، توجه به برخی رفتارها و مصارف مورد توجه باشد یا حتی در اولویت باشد که در دیدگاه غربی توجه به آن‌ها اصلاً بی‌مورد باشد و آن‌ها را اصولاً داخل در سبک زندگی نداند که به تبع این وضعیت، برنامه‌ریزی در خصوص اصلاح وضعیت سبک زندگی نیز کاملاً متفاوت خواهد بود.

اختلاف ماهوی در تعریف از زندگی در فرهنگ غرب و نظام دینی

می‌گوییم سخاوت خوب است، اشتباه است چون وجود خارجی ندارد. اصل اندیشه‌ی طرفداران این جهان‌بینی بر اساس سود و منفعت است؛ تفاوت بخل و حرص و... مانند تفاوت علایق در مورد غذاها و رنگ‌ها است و اختلاف در معنای این مفاهیم اخلاقی در حد عقیده است که به دلیل تفاوت جسم‌هاست. بر حسب این دیدگاه، نمی‌شود انسان گرسنه باشد و غذا نخورد؛ نمی‌شود انسان حب دنیا داشته باشد و خود را به مردن دهد، کارهایی از قبیل انفاق و ایثار و... حماقت است، کارهایی که به سود دیگران است معنی ندارد، مگر اینکه بیش از سودی که به طرف می‌رسد به خود شخص برسد. خروجی این سبک تفکر همان سبک زندگی غربی است. آن‌ها می‌گویند برای لذت بردن هر چه بیشتر از زندگی چه کار باید کرد؟ البته در اسلام هم لذت حلال وجود دارد. لذا وقتی با بچه آوردن لذت می‌برند پس خوب است؛ وقتی همان بچه آوردن زحمت دارد، پس خوب نیست.

گفتنی است این دیدگاه از حیث نظری به همان گونه‌های است که توصیف شد، ولی در واقع و در عالم خارج شاید تنها تعداد بسیار معدود و اندکی از انسان‌ها را یافت که لائیک به تمام معنا و به کلی منکر عالم غیب و ماورای ماده باشند و مصادیق این جهان‌بینی بیشتر در خود سیستم حکومت‌های غربی و رویکردهای اجرایی و قوانین صادره از آن‌ها خود را نشان می‌دهد تا افراد موجود در آن حکومت‌ها؛ لذا اکثر افرادی که خصوصاً در غرب زندگی می‌کنند و تحت عنوان طرفداران یا اعضای مکتب مادی‌گرایی شناخته می‌شوند، اگرچه به اسلام و آموزه‌های متعالی آن اعتقادی ندارند، لیکن منکر خدا و غیب و مسائل دینی هم به طور کلی نیستند و حتی به مقتضای فطرت انسانی خود، اعمال انسان‌دوستانه و خیرخواهانه‌ی فراوان و قابل توجهی نیز انجام می‌دهند؛ ولی نباید از نظر دور داشت که از نظرگاه این افراد، هرچند به طور مطلق، خداوند و عالم غیب و نیروهای قدسی مردود واقع نشده‌اند؛ لیکن آن‌ها را جایگاهی تأثیرگذار در نظام تصمیم‌گیری‌شان، خصوصاً در مواقعی که با منافع مادی‌شان در تضاد باشد، نیست. بر حسب دیدگاه اکثر این افراد، انسان بایستی تمام تلاش خود را انجام دهد تا از زندگی دنیایی که تمام زندگی اوست تمام لذت را ببرد و در دنیایی که هدف نهایی زندگی اوست، به تمام هدفش برسد. مطابق این جهان‌بینی، موضوع آخرت و نظام زندگی پس از مرگ و جزا و پاداش به کلی مردود است و لذا توصیه‌های اخلاقی از انبیا یا حسب فطرت و وجدان انسانی در صورت اظهار وجود- علاوه بر فقدان الگوی عملی، ضمانت و پشتوانه‌ی اجرایی قوی ندارد.

جهان‌بینی الهی:

این جهان‌بینی مبتنی بر سه اصل است: (۱) اعتقاد به خدای یگانه (۲) اعتقاد به معاد و زندگی ابدی برای هر فردی از انسان در عالم آخرت (۳) اعتقاد به بعثت پیامبران توسط خدا برای هدایت بشر به سوی کمال نهایی و سعادت دنیا و آخرت. این اصول سه‌گانه در واقع پاسخ‌هایی است به اساسی‌ترین سؤالاتی که برای هر انسان آگاهی مطرح می‌شود: مبدأ هستی چیست؟ پایان زندگی چیست؟

از چه راهی می‌توان بهترین برنامه‌ی زیستن را شناخت؟ تعریفی که مطابق این جهان‌بینی از «زندگی» در دنیا می‌شود، تعریفی جامع و کامل و مردودکننده‌ی ادعاها و نگرش موجود در جهان‌بینی مادی است. تفسیر این جهان‌بینی از زندگی مبتنی بر سرشاخه‌ها و سرفصل‌های متعددی است که عمده‌ی آن‌ها به شرح ذیل است:

زندگی دنیوی، ابزاری برای نیل به زندگی اخروی: در جهان‌بینی الهی، زندگی واقعی زندگی اخروی است و زندگی دنیوی همچون ابزار و مزرعه‌ای است که بایستی تا می‌توان در آن کاشت تا در جهان دیگر درو نمود و به هدف اصلی رسید. بر اساس سبک زندگی دینی، اگر دنیا ارزشی دارد، از آن حیث است که می‌تواند ابزاری باشد برای نیل به سعادت اخروی و زندگی واقعی و گرنه به سبب زوال‌پذیری و و توأم بودن آن با سختی‌ها و... ارزش واقعی ندارد و جز بازیچه‌های موقتی برای کسانی که از خدا غافل شده‌اند نیست.

عامل خوشی و سعادت زندگی، یاد خدا: مطابق این جهان‌بینی، خوشی و سعادت زندگی در خوردن و آشامیدن و بهره‌گیری هر چه بیشتر از مواهب مادی نیست، بلکه درقرآن کریم آمده است: «وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى... وَكَذَلِكَ نَجْزِي مَنْ أَسْرَفَ وَلَمْ يُؤْمِنْ بِآيَاتِ رَبِّهِ وَ لَعَذَابِ الْآخِرَةِ أَشَدُّ وَأَبْقَى؛ هر کس که از یاد من دل بگرداند زندگی تنگی خواهد داشت و در روز رستاخیز [نیز] او را نابینا محسور می‌کنیم... و این چنین هر که را زیاده روی کرده و به آیات پروردگارش ایمان نیاورده، سزا می‌دهیم، هر آینه عذاب آخرت سخت‌تر و پایدارتر است.» (سوره‌ی طه، آیات ۱۲۴ تا ۱۲۷)

هر زیستن زندگی نیست: در جهان‌بینی الهی هر زیستن زندگی نیست، بلکه باید برخی اقتضائات مانند خداشناسی و توحید در آن موجود و برخی موانع همچون ذلت‌پذیری و معصیت در آن مفقود باشد تا اسم زندگی بر آن صدق کند:

- امام صادق (علیه السلام): الْمَوْتُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنَ الْحَيَاةِ فِي مَعْصِيَةِ اللَّهِ وَالْفَقْرُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنَ الْغِنَى فِي مَعْصِيَةِ اللَّهِ وَ الْبَلَاءُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنَ الصَّحَّةِ فِي مَعْصِيَةِ اللَّهِ مرگ در راه طاعت خدا را خوش‌تر دارم از زندگی آلوده به معصیت خدا و فقر در راه طاعت خدا را دوست‌تر دارم تا ثروت با نافرمانی خدا و بلا و سختی دیدن در راه طاعت خدا برایم خوشایندتر است از سلامت و عافیت در معصیت خدا (بحار الأنوار، ۹/۱۷۳/۸۱).

سبک زندگی کنونی ما در مواجهه با غرب مدرن: غرب فرهنگی و فلسفی با تفکری که در آن انسان می‌خواهد جای خدا را بگیرد و به صورت موجودی صاحب علم و اراده و قدرت و در جایگاه تشریح ظاهر شود و می‌بایست همه چیز را در تصرف و تملک خود در آورد، پدید آمد. غرب آن چنان که بسیاری از متفکران غربی نیز به آن اذعان کرده‌اند، کوشیده است تاریخی

جدید با نگرش و هویتی جدید برای انسان رقم بزند. امثال نیچه، هایدگر، هانری کرین، رنه گنون، شوان و فوکو هر کدام به نحوی به این تعارض اشاره داشته اند.

از آن جا که جامعه ایران یک جامعه ی دین دار، دین محور و خدا محور است و در آن پایبندی به دین و سنت تا حدود زیادی یافت می شود و با ورود نگرش ها و اندیشه های غربی و جلوه های مدرنیته توسط افرادی چون میرزا ملکم خان، میرزا آقا خان کرمانی و آخوند زاده که از پیشروان آشنایی با تجدد بودند این تضاد و چالش بین این دو فرهنگ کاملا متفاوت بروز پیدا کرد. و هنوز این چالش ادامه یافته است.

عده ای که به جریان روشنفکری غیر دینی شهرت یافته اند با نام پیشرفت و توسعه و نفی عقب ماندگی تاریخی سعی در القای اندیشه های غربی و تجدد حاصل از رشد و گسترش بینش غربی بودند. عده ای دیگر کوشیده اند راه های میانه را مطرح کنند و عده ای دیگر به نفی مدرنیته و نقد آن روی آورند. البته هیچ کدام از ایشان به راهکار و راهبردی در خور برای این دوران گذر دست نیافتند و به مقام پرسش و انتقاد اکتفا کردند.

تاریخ و سنت ایرانی اسلامی ما سودایی دیگر و نگاهی متفاوت و معترض نسبت به غرب دارد. مشکل این است که در عصر حاضر، تاریخ غربی تمام تاریخ بشر را پوشانده و در همه جا درباره گذشته بشر به طور کلی با موازین غربی حکم می شود. اکنون در نگاه غرب زدگان عالم دو بخش دارد: یک بخش متجدد و یک بخش درگیر شده با سودای تجدد.

متاسفانه جامعه ایرانی علی رغم مقاومت های آگاهانه روحانیت اصیل و مردم دین مدار با بسیار از سنن خویش و امور هویتی

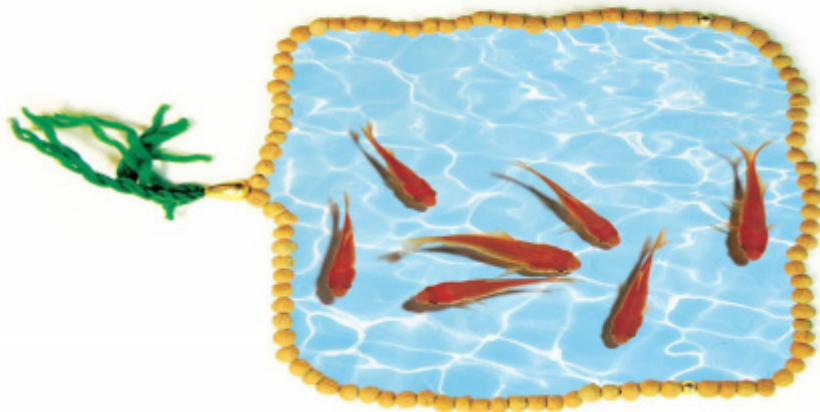
واشکال و قالب های سبک زندگی دینی اش وداع کرد و عرصه را برای غرب زدگی فراهم نمود که منجر به تعریف جدیدی از هویت، زندگی، عالم و دین و دینداری گشت.

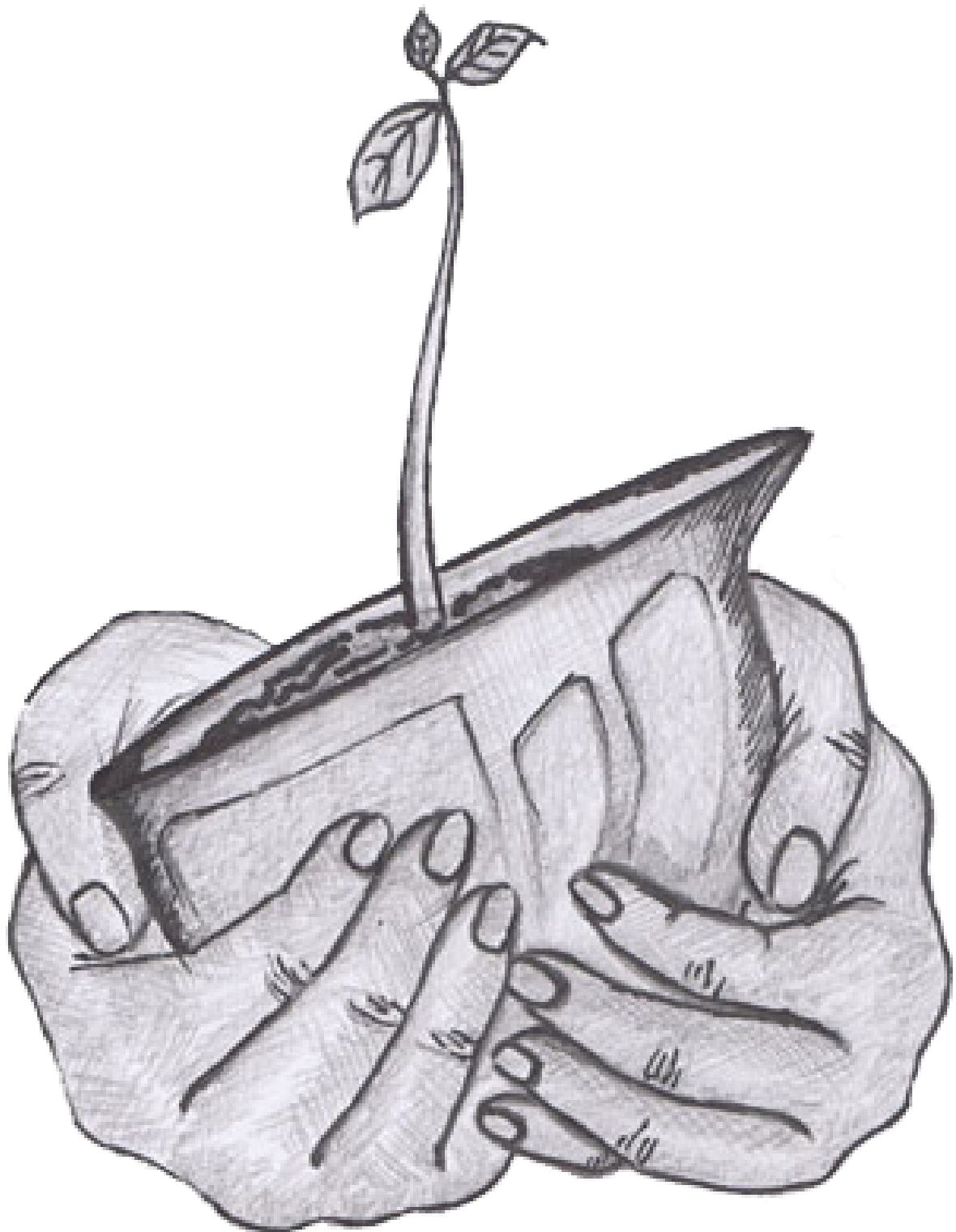
باید این نظریه انتقادی رهبر انقلاب را درک کنیم که مواجهه ی تمدن ایرانی اسلامی با فرهنگ و تمدن غرب که امروزه بر تمام جهان سیطره یافته ایت، سبب تحولات بسیاری در تمام شئونات جامعه ایرانی شد.

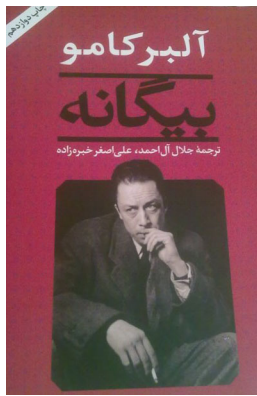
نتیجه گیری: نمی توان اسم هر نوع زیستن را زندگی گذاشت بلکه مطابق آموزه های اسلام زندگی کردن بایستی برا ساسا مبانی دینی و اخلاقی باشد و انسان باید با نحوه زندگی اش خود را به کمال برساند نه اینکه فقط به یک حیات مادی بسنده کند و از نظر روحی هیچ تعالی نداشته باشد. متاسفانه چیزی که الان روشنفکر نامیده می شود یک روشنفکری غیر دینی و براساس آموزه ها و طرز فکر های اندیشمندان غربی است که جسم و حیات دنیوی را اصل قرار داده و در اکثر موارد هیچ گونه جایگاه و اهمیتی برای روح، تعالیم دینی و زندگی اخروی قائل نشده اند.

انسان باید دریچه ای برای سرازیر شدن خوبی ها به زندگی اش باز کند و راه نفوز گناه ها و زشتی ها ببندد.

منبع: سایت شهید آوینی







معرفی کتاب بیگانه

مقدمه: دیر گاهی پیش بیگانه را در جمله ای خلاصه کردم که تصدیق می کنم بسیار شگفت نما و خارج اجماع است: "در جامعه ی ما هر آدمی که در سر خاکسپاری مادرش نگرید، خودش را در معرض این خطر می آورد که محکوم به مرگ شود." (آلبر کامو)

مورسو شخصیت اصلی و کلیدی رمان بیگانه، کارمند فرانسوی جوانی در شهر الجزایر است که گرفتار یک سری از رویدادها می شود که خود را در به وقوع پیوستنش بی تقصیر می داند. رمان با شک او در این که روز دقیق فوت مادرش چه زمان بوده آغاز می شود: "امروز مامان مرد... شاید هم دیروز، نمی دانم" این بی اهمیتی او نسبت به مرگ مادرش از همان ابتدا خواننده را برای رویارویی با شخصیتی متفاوت با انسان های اطراف آماده می کند.

او طی اتفاقاتی که او را در معرض خطر قرار می دهند، عربی را روی ساحل می کشد. در دادگاه محاکمه می شود و در آخر نیز به مرگ با گیوتین محکوم می گردد. اگر چه داستان به شیوه ی اول شخص مفرد بیان شده اما به نظر می رسد که مورسو حاشیه ای ترین شخصیت این رمان باشد. برچسب "کجرو" می خورد بدون اینکه حتی بتواند از خود دفاعی بکند. گویا نگرستن او در مراسم خاکسپاری مادرش محکم ترین دلیل برای محکوم بودن بوده است. تحلیل: بیگانه که نخستین اثر کامو است سرگذشت انسانی است که روند جامعه پذیری را آن گونه که باید طی نکرده است. برداشت مخاطب از شخصیت مورسو در ابتدا شاید بدایند باشد. مخاطب از همان آغاز داستان با یک تناقض عجیب روبه رو می شود. او مورسو و صداقت بی چون و چرا در رفتارش را با تمام وجود می ستاید اما از تضاد او با جامعه که او را برچسب "بیگانه" زده سخت آزرده خاطر می شود. ممکن است همین تناقض باشد که باعث شود خواننده داستان را نیمه تمام رها کند.

مورسو را نمی توان قهرمان نامید، زیرا او آدمی نیست که بداند وجه تمایزش با دیگران چیست. کامو در رمان بیگانه قهرمان سازی نمی کند. او زندگی انسانی را تصویر می کند که از قراردادهای اجتماعی پا فراتر می نهد و به همه قواعد مسلم انسان های اطرافش با دیده ی بی اعتنایی نگاه می کند. مورسو به همه چیز به غیر از خوشی های حسی بی توجه است. به گفته ی خود کامو، مورسو نمی تواند یا نمی خواهد که در "بازی همگانی شرکت کند". آنجایی که

گریستن بر سر خاک مادر تبدیل به هنجار شده، مورسو صادقانه هیچ واکنشی نشان نمی دهد، تنها چون مرگ برای او اصلی پذیرفته شده است.

کامو در این رمان به فلسفه ی اگزیستانسیالیسم و اصالت بشر نظر دارد. این فلسفه جهان را بی معنا تصویر می کند. در این میان این انسان است که به همه چیز معنا می بخشد. همان طور که سارتر می گوید که اگر وجود مقدم بر ماهیت باشد پس بشر مسئول ماهیت خویش است. او همواره باید بار سنگین این مسئولیت را بر دوش بکشد، انتخاب کند و راه را برای دیگران هموار نماید. در حقیقت آدمی هرگاه که بر سر انتخاب چند راه ممکن می ماند، باید همواره این را در نظر داشته باشد که اگر دیگران نیز این راه را برگزینند، چه می شود؟ پس این انسان است که با انتخاب های خود به همه چیز که پیش از آن بی معنا بوده، معنا می دهد.

مورسو محکوم می شود در حالی که هیچ نقشی در دفاع از خود ندارد. تصویری که خود او در آخر رمان از این محکوم شدن خلق می کند اگر نخواهیم بگوییم بی نظیر است بی تردید کم نظیر است! مورسو بعد از این که متوجه می شود که محکوم است که با گیوتین اعدام شود می گوید: "... ناگزیر از دریافتن این شدم که تا اینجا درباره ی این موضوع ها تصورهای نادرستی داشته ام. مدتها باور داشتم- و نمی دانم چرا- که برای رسیدن به گیوتین باید بالای صغه ی اعدام رفت، از پله ها بالا رفت... ماشین (گیوتین) هم سطح همان آدم هایی است که به سویش گام بر می دارند. او (فرد محکوم) پیش آن می رود همان طور که آدم به دیدار کسی می رود... بالا رفتن به طرف صغه ی اعدام، صعود به آسمان، چیزی بود که تخیل می توانست با آن درآمیزد. در حالی که، آنجا نیز، ماشین همه چیز را خرد می کند."

اینجا مورسو تصور خود را از علت محکوم شدن در میان می گذارد. اینکه گیوتین بخواهد جایی فراتر از آدمهای زمینی باشد بدین معناست که دستوری ما فوق منطق و شعور انسان ها بوده که برچسب محکوم به اعدام را به فردی زده است. در حالی که گیوتین جایی میان دیگر انسان ها قرار دارد. این همان آدمها هستند که بر یک فرد برچسب متفاوت بودن یا به زبانی بهتر بیگانه بودن را می زنند.

دو تنگنای زندگی اینجاست: یا گردد دلی شکسته یا
پیمانی گسسته.
انسان نیاز دارد که با هر طلوع خود را تعریف و با هر
غروب تحلیل کند.



دولت عشق" روایت مردی که به خدمت امام صادق" (ع) رسید.
گفت: فقیرم.

گفتند: نیستی .

گفت: فقیرم! باور کنید.

گفتند: نه! نیستی .

گفت: شما از حال و روز من خبر ندارید.

و حال و روزش را تعریف کرد. گفت که چقدر دستهایش خالی است. و چه سختی هایی شب و روز می کشد. ولی امام هنوز فقط نگاهش می کردند.

گفت : به خدا قسم چیزی ندارم.

گفتند: صد دینار اگر به تو بدهم حاضری بروی و همه جا بگویی که از ما متنفری؟ از ما، فرزندان محمد(ص).

گفت: نه! به خدا قسم نه.

- "هزار دینار؟"

- نه! به خدا قسم نه.

- "دهها هزار؟"

- نه! باز دوستان خواهم داشت.

گفتند: چطور می گویی فقیری وقتی چیزی داری که به این قیمت گزاف هم نمی فروشی؟

"چطور می گویی فقیری وقتی کالای عشق به ما در دارایی تو هست؟"

برگرفته از کتاب : خدا خانه دارد.

