

关注科技期刊编辑的职业健康

——科技期刊编辑职业危害因素探析

陈 锐 锋

《中国职业医学》编辑部, 510300, 广州

摘 要 探析科技期刊编辑所面临的职业危害因素及其对他们身心健康的影响,分析科技期刊编辑职业紧张及职业倦怠的成因并提出预防对策,呼吁人们关注科技期刊编辑的职业健康。认为应把科技期刊编辑职业健康及其影响因素的研究列入科技期刊学研究的范畴。

关键词 编辑;科技期刊学;职业危害因素;职业健康

Attention to the occupational health of sci-tech journal editors: an analysis of occupational hazard factors to sci-tech journal editors//CHEN Ruifeng

Abstract Effects of occupational hazard factors faced by the editors of sci-tech journals on their physical and mental health were analyzed. The causes of the occupational stress and job burnout were discussed and countermeasures were proposed. The author suggests that attention should be paid to the occupational health of sci-tech journal editors. It was pointed out that the occupational health of sci-tech journal editors and its influencing factors should be added into the scope of sci-tech journal editing research.

Key words editor; sci-tech journal science; occupational hazard factor; occupational health

Author's address Editorial Department of China Occupational Medicine, 510300, Guangzhou, China

以往对科技期刊编辑的研究多局限于编辑素养及培养等方面,而对其职业健康问题及其影响因素的研究则鲜见报道。随着经济社会的发展和进步,人们已从对物质追求向以人为本转化,科技期刊学也应随之而变化和完美,科技期刊编辑的职业健康及其影响因素的研究应列入科技期刊学研究的范畴;因此,笔者试图对科技期刊编辑的职业危害因素进行探析,呼吁广大同人共同关注科技期刊编辑的职业健康问题。

1 职业危害因素

职业危害因素(occupational hazard factors)指在生产劳动过程中,因生产需要或伴随生产而构成直接或间接危害劳动者健康的成分。根据其性质,职业危害因素可分为物理性、化学性、生物性3种。此外,由于劳动组织和制度不合理、劳动强度过大、劳动者个别器官或系统高度紧张等因素而产生的有害作用,生产环境的有害因素,如生产场所设计不符合卫生标准和要

求,缺乏适当的卫生技术设备,防尘防毒防暑降温设备设施不完备,其他安全防护设备和个人防护用品方面有缺陷等构成职业危害因素^[1]。

2 科技期刊编辑职业危害因素及其表现

2.1 科技期刊编辑所接触的职业危害因素 指科技期刊编辑在编辑活动中所接触的物理因素(计算机视频对眼的刺激(电磁辐射),对身体产生的不适的工作习惯(长期伏案,办公台与椅子的落差不符合工效学的要求高度或长期保持强直性身体以适合计算机视屏等),或打印机噪声,打印时炭粉污染等)、社会环境因素(夏天空调环境所造成的室内外气压和温差、工作压力、心理压力、人际关系),还有编辑参与科学实验所接触的各种理化因素、生物因素(虫媒病毒等)等。

2.2 对身心健康的影响

2.2.1 对心理健康的影响

1)职业紧张。由于职业活动导致的紧张反应,称为职业紧张^[2]。职业紧张是紧张因素、工作有关紧张状态的蓄积,或者说是伴随着工作需求而超过个体应变能力的工作条件的相互作用^[3]。科技期刊编辑工作流程的每一环节出现差错势必影响期刊的质量,而质量是期刊的生命线,这就要求科技期刊编辑必须做到精神高度集中,细致严谨。高强度的脑力劳动,长期精神高度集中而出现职业紧张,评刊审刊中编辑担心刊物排名靠后,形成一定的心理压力,也会导致职业紧张;此外,由于转企改制,有的面临着自谋出路问题,还有承担投资风险等也易导致科技期刊编辑产生职业紧张。

2)职业倦怠。“焚膏腴以继晷,恒兀兀以穷年”(唐·韩愈《进学解》)、“苦恨年年压金线,为他人作嫁衣裳”(唐·秦韬玉《贫女》)。机械重复性的编辑工作,加上评刊未获奖,人际关系紧张(职业待遇低下,晋职晋级、评先进受挫,分配不均)等,科技期刊编辑的辛勤劳动未得到回报而出现心理问题,使其对本职工作感到乏味、厌倦而产生职业倦怠。姬建敏^[4]认为编辑的职业倦怠是一种与编辑职业有关的综合症状,源于个体对付出和回报之间显著不平衡的知觉,受个体、组织和社会因素的影响。于涌等^[5]认为,情绪越疲惫、消极怠慢程度越高,身心健康状况越差,其工作满意度越低。在心

理上的表现是自尊心低,有不平衡感、委屈感等;在行为上的表现是对工作失去热情,甚至想“跳槽”,等等。有调查显示,编辑/记者的职业倦怠率高达38.30%^[6]。

2.2.2 对身体的影响 科技期刊编辑在长期审读、加工、校对稿件时,为使较小字号的字符在视网膜上形成清晰可辨的成像,必须长期迫使瞳孔收缩,加上计算机显示器长期对眼的刺激,易出现眼部不适感,以至产生近视、眼干、眼炎、眼底病变等。为适应在线处理稿件或浏览相关信息,需长期保持颈部强直、两肩相对固定(肩关节活动减少),可能会导致颈椎病变和肩周炎;同时右手长期固定在鼠标上操作,因腕关节活动减少、姿势(手形)相对固定而出现鼠标手;身体活动量减少,胃肠蠕动也减少而易出现便秘。有些科技期刊编辑还可能参与科学研究,担子加重,有些单位编制过少,编辑身兼多职,工作压力很大,必须加班加点,极易疲劳而患职业性相关疾病,比如严重的颈肩腰腿疼、椎间盘突出、视力衰弱、心脏功能紊乱,等等,给编辑们带来很多痛苦。这些疾病,往往还很难预防^[7]。近一二十年来,职业紧张对人体健康的影响,已引起了职业卫生工作者的关注。研究表明,职业紧张可以导致或诱发冠心病、消化性溃疡、神经症等疾病^[2]。

3 对策

3.1 加强政治思想教育 姬建敏^[4]认为编辑的职业倦怠是特定时期编辑心理不健康的表现。心病还须心药医,必须通过政治思想教育来进行心理疏导,引导科技期刊编辑人员回归编辑本位,树立正确的世界观、人生观、价值观、编辑观,培养良好的职业素质和职业精神。刊社管理者应构建编辑健康人格发展的人文环境和激励机制,科技期刊编辑应构建自己健康的精神家园,提高自身的科学素质,培养良好的道德人格^[8]。

3.2 减压

1) 实行出版机构改革。出版资源配置不合理,规模小,人员、物力、财力分散,反映当前我国某些出版机构存在机构体制及管理体制不适应现代化社会发展的弊端;因此,只有实行出版机构改革,实现生产要素合理流动和资源优化配置,实行人员分流与优化管理(改变上述编制不合理、工作压力大的状况),才能从根本上改变不利于科技期刊发展的局面。

2) 劳逸结合,寓教于乐。期刊社或编辑部应定期组织编辑人员旅游参观,使他们在游玩中领略各地风光,寄情于山水,以逸祛劳;同时派员参加各种会议,一方面可以使他们与新老朋友畅叙友情,倾吐心声,或通过朋友的开导,无形中缓解职业紧张和工作倦怠情绪,另一方面可以使他们得到业务方面的收获,从而增长

才干,增强工作信心。

3.3 建立科学的用人制度和激励机制 刊社应建立健全科学、合理的用人制度,实行通过技术考核,竞争上岗制度,形成一个能进能出、能上能下,优胜劣汰的公平用人机制。实行奖惩制度,做到纪律严明,赏罚分明,奖勤罚懒。只有这样,才能激发科技期刊编辑人员的工作热情,自觉地去实现自己的人生价值。这是消除科技期刊编辑人员职业倦怠的有力保证。

3.4 加强人才培养 人才培养也是缓解编辑工作压力的重要方面。人才培养的宗旨是学以致用,可以采取学用结合的多种培养方式,如鼓励自学,组织进修,派员参加培训,创造条件搞科研,送刊物请专家审读期刊,参加评刊活动,组织参观学习,等等。这样培养出来的科技期刊编辑,个个都是精兵强将,肯定能胜任其所从事的工作,从而将工作压力化为无形。

3.5 加强体育锻炼,调节好饮食起居 朱雯霞^[9]认为,编辑应注意工作间歇适当活动,平常加强体育锻炼,同时要注意合理膳食,均衡营养。这样就有了健康的身体,才能抵御或缓解职业紧张和职业倦怠。

3.6 接受心理咨询或心理治疗 科技期刊编辑的职业紧张或职业倦怠如果通过上述自我调节或社会干预仍无法缓解,则应该咨询心理医生,进行正规的心理治疗。

3.7 实行职业健康监护 建议每年进行职业健康检查,做到早检查,早发现,早治疗,从而有效预防科技期刊编辑人员职业性疾病的发生。

4 参考文献

- [1] 于佩蓉. 职业危害因素[EB/OL]. [2011-11-15]. http://com/article/baike/1001/2008/200805111469983_2.html
- [2] 陈晓燕. 职业紧张与健康[N/OL]. [2011-11-15]. http://www.66163.com/fujian_w/news/fjrb/990414/10-5.html
- [3] 百度文库. 职业紧张[EB/OL]. [2011-11-15]. <http://wenku.baidu.com/view/e785be6cb84ae45c3b358c90.html>
- [4] 姬建敏. 编辑心理[M]. 开封:河南大学学报社,2004:254-256
- [5] 于涌,张积宾. 科技期刊编辑人员职业倦怠及其影响因素[J]. 编辑学报,2004,16(6):399-400
- [6] 人民网. 2004年中国“工作倦怠指数”调查结果[EB/OL]. [2011-11-15]. <http://www.people.com.cn/GB/shenghuo/1089/3042998.html>
- [7] 袁勇. 克服编辑职业病:琐屑[EB/OL]. [2011-11-15]. http://blog.sina.com.cn/s/blog_5cd65b5a0100lwz.html
- [8] 刘庆颖,夏登武. 论科技期刊编辑的人格缺陷与重塑[J]. 湖南工业职业技术学院学报,2006,6(2):128-129
- [9] 朱雯霞. 对科技期刊编辑主观幸福感的影响因素调查分析[J]. 中国科技期刊研究,2011,22(1):82

(2011-11-23 收稿;2011-12-29 修回)