



اهمیت طراحی و نورپردازی و پیمانان در محیط کار

نویسنده: محمدرضا گلشاهی

سرشناسه

گلشاهی، محمدرضا، ۱۳۶۵-

Golshahi, Mohamad Reza

عنوان و نام پدیدآور : اهمیت طراحی و نورپردازی و چیدمان در محیط کار [کتاب]

/نویسنده محمدرضا گلشاهی.

مشخصات نشر : تهران: توانگران، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری : ۸۲ص.

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۱۳-۱۶-۸

وضعیت فهرست نویسی : فیا

یادداشت : کتابنامه: ص. ۸۰.

موضوع : روشنایی و نورپردازی

موضوع : Lighting

موضوع : محیط کار -- روشنایی و نورپردازی

موضوع : Work environment -- Lighting

رده بندی کنگره : TH۷۷.۰۲

رده بندی دیویی : ۶۲۱/۳۲

شماره کتابشناسی ملی : ۵۰۳۵۴۱۸

چاپ اول: تابستان ۱۳۹۸

شمارگان: ۲۰۰ جلد

طراحی و صفحه آرایی: پویا محسن زاده

چاپ: تصویر گیلان

صحافی: کوثر

ناشر: توانگران ۲۲۶۰۴۶۱۲

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۱۳-۱۶-۸

بها: ۲۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۹	 مقدمه
۱۰	 اهمیت نورپردازی در فضاهای اداری چیست؟
۱۰	 چگونه نورپردازی استاندارد بهره‌وری محیط کار را افزایش می‌دهد؟
	 چگونه می‌توان به واسطه نورپردازی به چیدمان مبلمان اداری در
۱۱	 دفتر کار شما بهتری داد؟
۱۲	 صرفه‌جویی در زمان و کاهش هزینه‌ها
۱۲	 بهبود روابط اعضای شرکت
۱۳	 چگونه محیط کار را با بهره‌وری بالا طراحی کنیم
۱۳	 تنظیمات متعادل کنند
۱۴	 اجازه تغییر به کارمندان
۱۴	 تبادل ایده‌ها
۱۵	 تسهیل نظارت
۱۵	 بهبود روابط کارمندان و مدیران
۱۵	 موفقیت در پروژه‌های گروهی
۱۶	 کاهش هزینه‌های تکراری
۱۷	 محیط کار باز توصیه‌هایی به کارفرمایان
۱۷	 تاثیر طراحی محیط کار در بهره‌وری افراد
۱۸	 محیط کار باز: راه‌حلی برای کارمندان
۱۹	 طراحی محیط کار مناسب برای افراد درونگرا و برونگرا

۲۰	تأثیر مثبت محیط باز بر مشتریان
۲۰	نقاط ضعف محیط کار باز نسبت به دفاتر مجزا
۲۰	محیط پر سروصدا
۲۱	حواس پرتی
۲۱	محدان امنیت و حریم خصوصی
۲۱	استرس و تنش
۲۲	میراث قرار داد
۲۳	آلودگی
۲۳	انتقال بیماری های سرریز تقویت می کنند
۲۳	درون گرایان را عصر می کنند
۲۳	نابرابری جنسیتی را افزایش می دهند
۲۵	آسیب مغزی
۲۶	طراحی و دیزاین
	برخی از دلایل اصلی که باعث می شود دیزاین توجه زیادی به
۲۷	طراحی داخلی محیط کار داشته باشند
۲۸	محیط کاری شخصی را فراموش نکنید
۲۸	فرهنگ و ساختار شرکت را در نظر بگیرید
۲۹	بایدها و نبایدهای طراحی دفتر شرکت
۳۰	روانشناسی رنگ در محل کار چه فوایدی دارد؟
۳۱	روانشناسی رنگ در محل کار
۳۳	انتخاب رنگ براساس طراحی داخلی
۳۴	تأثیرات روانشناسی پارتیشن اداری بر راندمان کار کارمندان یک مجموعه
۳۷	طراحی داخلی دفتر کار به شیوه مدرن چگونه است؟

- ۳۸ - ۱- دقت در انتخاب رنگ ها با توجه به حوزه فعالیت شرکت
- ۳۸ - ۲- نورپردازی در محیط کار
- ۳۹ - ۳- استفاده از مبلمان مناسب
- ۳۹ - ۴- استفاده از فایل ها و قفسه های مخصوص
- ۳۹ - ۵- توجه به زیبایی دیوارها
- ۴۰ - طراحی فضاهای اداری
- ۴۰ - چرا نیاز به بازسازی فضا های اداری داریم؟
- ۴۲ - ایجاد فضای سبز با استفاده از بازسازی فضاهای اداری
- ۴۳ - تاثیرات دکوراسیون داخل ادارات
- ۴۳ - طراحی فضای اتاق مدیریت
- ۴۳ - طراحی فضای اتاق کارمندان
- ۴۴ - استفاده از رنگ ها در دکوراسیون اداری
- ۴۴ - اهداف بازسازی فضای اداری
- ۴۵ - زیبایی و توسازی ساختمان
- ۴۵ - نکات مهم در بازسازی فضای اداری
- ۴۶ - راههای افزایش کارکنان با استفاده از دکوراسیون
- ۴۷ - رنگ های طبیعی
- ۴۸ - یک روز پر انرژی
- ۴۸ - بازی با نور
- ۴۹ - صداهای اضافه میز کار
- ۵۰ - موسیقی در دفتر
- ۵۱ - حریم خصوصی
- ۵۲ - دنیای دیروز

- ۵۳ گل و گیاه
- ۵۳ انتخاب میز کار
- ۵۴ پرده مناسب دفتر کار و محیط اداری
- ۵۴ آسایش و رفاه کارمندان و مشتریان
- ۵۵ هماهنگی با فضا و رنگ‌های موجود در اتاق
- ۵۵ فضای مناسب چه ویژگی‌هایی دارد؟
- ۵۵ معماری ساختمان
- ۵۶ رنگ اتاق/کلاس آموزشی
- ۵۷ نور و نورپردازی
- ۵۷ طراحی داخلی
- ۵۷ چیدمان وسایل و صندلی‌ها در حین آموزشی
- ۵۸ تناسب محیط با نوع آموزش
- ۵۸ ایده‌های ساده و کاربردی برای طراحی اتاق کار در منزل
- ۵۹ اصلی‌ترین المان‌های یک اتاق کار
- ۵۹ میز و صندلی اتاق کار
- ۶۱ جادوی رنگ‌ها در اتاق کار
- ۶۱ برخی نکات تکمیلی در ارتباط با چیدمان اتاق کار
- ۶۲ استفاده از وسایل تزئینی و یا کاربردی کوچک
- ۶۲ تناسب بین المان‌ها
- ۶۲ قاب کاری ایجاد کنید!
- ۶۳ پارتیشن برای محیط کار

۶۴	پارتیشن اداری
۶۴	پارتیشن بندی دفتر کار
۶۵	پراق پارتیشن
۶۶	پارتیشن متحرک اداری
۶۷	پارتیشن اداری شیشه ای ارزان
۶۷	پوراسیون اداری
۶۷	۱. ورودی و فضای اطلاعات دکوراسیون اداری
۶۸	۲. طراحی اتاق هـ صاحب
۶۹	۳. فضای سالن اتاق جلسات
۶۹	۴. فضای استراحت کافه تـ یا
۷۰	۵. نکات مهم در طراحی دکوراسیون اداری
۷۱	منابع نور
۷۱	روشنایی طبیعی
۷۳	نور طبیعی در دفتر کار خانگی
۷۳	نور طبیعی
۷۳	نورپردازی های تأکیدی و تزئینی
۷۴	عوارض ناشی از ازدیاد نور
۷۵	نورپردازی موضعی
۷۶	آفتابی یا مهتابی، کدام را انتخاب کنیم؟
۷۷	آفتابی یا سفید گرم
۷۷	سفید خنثی یا سفید سرد
۷۷	مهتابی یا نور روز
۸۰	منابع

مقدمه

امروزه به دلیل بالا رفتن هزینه های خرید و اجاره زمین و ملک، اهمیت استفاده بهینه از فضاهای مسکونی بسیار مهم و غیر قابل انکار بدل شده است. به همین منظور، نیاز در استرس در یک محیط کار باید به بهترین شکل ممکن تقسیم شود و به طرز آسانی در این راستا نقش غیر قابل انکاری دارند. همچنین در کنار چیدمان مسئله نور نیز از اهمیت زیادی برخوردار است. چیدمان یک دفتر کار باید به نحوی باشد که نور به صورت مناسب و البته غیر مستقیم به نقاطی از محل کار که کارمندان در آن فعالیت دارند، برسد. همچنین اگر نور طبیعی و کافی در محل موجود نیست باید به واسطه طراحی روشنایی در محیط کار، نور کافی و بعضاً ترکیبی را به کارمندان حاضر در محل کار رساند. نورپردازی تکنیک های زیاد و ریزی دارد که با توجه به آگاهی نسبت به تاثیرات آن، بهتر است با رعایت استانداردهای روشنایی در محیط کار با توجه به جدول استاندارد شدت نور از آن بهره مند شویم.

اهمیت نورپردازی در فضاهای اداری چیست؟

نور یکی از المان‌های طراحی داخلی است که با دادن جلوه بیشتر به وسایل موجود در یک محل، زیبایی دوچندانی به آن‌ها می‌بخشد. نور علاوه بر جلوه بخشیدن به محیط، یکی از امکان‌هایی است که با تزریق جریان انرژی به محیط موجبات بهبود فضا را فراهم می‌کند. اگر استفاده صحیح و اصولی از روشنایی مصنوعی در محیط بسته انجام شود بی‌شک تاثیرات آن بر کارمندان بسیار ملموس خواهد بود. تحقیقات علمی بسیار در مورد ارتباط نور و مشکلات جسمی انجام شده است که نشان می‌دهد عدم وجود نور موجب ابتلاء کارمندان به سردرد، افسردگی و مشکلات جسمی می‌شود؛ لذا استفاده هوشمندانه از روش‌های اندازه‌گیری روشنایی و جد کار و تکنیک‌های نورپردازی تا حدودی در بر طرف کردن این مشکلات کمک می‌کند.

چگونه نورپردازی استاندارد بهره‌وری محیط کار را افزایش می‌دهد؟ نور طبیعی یکی از موهبت‌های الهی است که به فضا انرژی و چشم‌نوازی محیط، کمک شایانی می‌کند. ضمن این که اهمیت روشنایی در محیط کار به حدی است که تاثیرات مثبتی نیز بر افراد گذاشته و موجب طولانی‌تر شدن ساعاتی می‌شود که آن‌ها برای کار انرژی دارند. این انرژی به طور مستقیم بر بهینه‌سازی کیفیت کار پرسنل موثر است.