

DOI: <https://doi.org/10.36719/2663-4619/96/101-106>

Nərmin Şərbətova
Azərbaycan Dövlət Rəssamlıq Akademiyası
n.quliyeva91@mail.ru

DAXİLİ DİZAYNDA (İNTERYERDƏ) ERQONOMİK YERLƏŞMƏ

Xülasə

Məqalə daxili dizaynda erqonomikanın tədqiqinə həsr olunub. Son illər daxili dizaynda erqonomika anlayışına əsaslanaraq düzgün, funksional yerləşdirmə yəni planlaşdırma metodları ilə çertyoj və layihələrin hazırlanması prosesi aktiv şəkildə yayılmışdır. Bu tədqiqatda yer alan məqalələrdə, sahə üzrə mütəxəssis olaraq inkişaf etmək istəyənlər üçün daxili dizaynda istifadə oluna biləcək mebel və avadanlıqların düzgün yerləşdirilməsi və ölçü standartları əsasında layihələndirməsi haqqında ətraflı məlumat verilmişdir. Məqalədə erqonomikanın insanın psixoloji və fiziki anatomiyası nəzərə alınmaqla düzgün və rahat mühit ölçülərinin yaradılmasının vacib amil olması mühüm şərtlərdən biri olması öz təsdiqini tapır.

Açar sözlər: *erqonomika, interyerdə erqonomik yerləşmə, erqonomik mebel, erqonomik standartlar, layihələndirmə və tikinti*

Narmin Sharbatova
Azerbaijan State Academy of Fine Arts
n.quliyeva91@mail.ru

Ergonomic placement in interior design

Abstract

The article is dedicated to the study of ergonomics in interior design. In recent years, the process of preparing drawings and projects with proper, functional placement, its planning methods, based on the concept of ergonomics, has been actively spread in interior design. The article in this study provide detailed information on the proper placement and design of furniture and equipment that can be used in interior design based on size standards for those who want to develop as specialists in the field. In the article, it is confirmed that ergonomics is one of the important conditions for creating the right and comfortable environment, taking into account the psychological and physical anatomy of a person.

Keywords: *ergonomics, ergonomic placement in the interior, ergonomic furniture, ergonomic standards, design and construction*

Giriş

Erqonomika elmi - gündəlik məişəti necə qurmaq, bununla yanaşı insanın fiziki və psixoloji xüsusiyyətləri nəzərə alınmaqla insanın iş mühitinin qurulmasını öyrənən bir sahədir. İnteryerlərin dizayn edilməsində erqonomika evdə, işdə mebelin maksimal dərəcədə rahat qurulmasına yönəldilib ki, bu da insanların rahatlığını, fəaliyyət və istirahətini təmin etsin. Onun şüarı, yəni çağırışı – interyerin dizayn həllində komfort, rahatlıq, təhlükəsizlik, mebel yerləşim planının rahatlığıdır.

Uzun illər dizaynerlər Lyudviq Neff, Peter Noyfert “Layihələndirmə və tikinti” adlı kitabından istifadə etmişlər. Bu kitab 70-ci illərin əvvəlində dərc olunmuşdur. Bu kitabda olan bir çox normalar bu gün də aktuallığını qoruyaraq müasir dizaynda da istifadə olunmuşdur. Buna baxmayaraq bu kitabın bəzi prinsipləri də köhnəlmişdir. Kitabın dərc olunduğu dövrdəki standartlara görə layihə, yəni ev dörd əsas məsələyə uyğun təyinatla hazırlanırdı: İstirahət, iş günündən sonra gecə yuxusu, yemək qəbulu və hazırlanması, əşyaların yerləşdirilməsi, gigiyena prosedurlarının yerinə yetirilməsi.

50 il ərzində dizaynerin təfəkkürü Le Corbusierin “ev – yaşayış üçün bir maşındır” fikrinə əsasən bütün otaqlar 3-4 standart bir formada bölünürdü. Amma bu gün interyerin dizaynı şəxsiyyətə yönəlmişdir. Layihə ev sahiblərinin istəyi və xarakterinə uyğun hazırlanır. Erqonomika evi komfortlu, təhlükəsiz və gözəl etməyə kömək edir. Onun əsasında anatomiya, psixologiya və digər elmlər durur ki, bu da insanı öyrənməyə yönəlmişdir.

Erqonomika anlayışı. Erqonomika – mühəndislik, layihələndirmə elmidir. Bu elm insanların müxtəlif texniki avadanlıqla təchiz edilmiş iş yerlərini və evlərini necə qurmaq qabiliyyətinə malik olduqlarını tədqiq edir. İnsanın olduğu mühitin estetik cəhətdən düzgün qurulması çox böyük əhəmiyyət kəsb edir. Buna görə də erqonomika elmi ilə məşğul olan alimlər dizaynerlərlə işlərini qurmağa çalışırlar. Dizaynerlər müəssisə otaqlarının, ofis binalarının, yaşayış evlərinin planlarını, interyerlərini qurma işi ilə məşğul olurlar (Vladimir, Manusevich).

İnteryerin dizayn edilməsində erqonomikanın rolu. Bir insan öz yaşayış yerini necə qurursa, bu onun haqqında çox şey deyir. Bəzi əşyaların evdə olub-olmaması, onların təyinatı, xarici görünüşünü özü seçir. İnteryerdə erqonomika - bu təkcə estetika deyil, həm də praktik, maksimal dərəcədə komfortlu yerləşmədir.

Sovet məkanında bir çox mənzillər “təki evim olsun” prinsipi əsasında tikilirdi. Bu evlər ilk on il üçün normal şəkildə yaşamaq üçün tikilmiş evlər idi. Müasir dövrdə yaşayış evində daha çox sayda və sadəcə gözəllik yaradacaq əşyalar deyil, daha çox funksional özəlliklərə sahib insanın erqonomik rahatlığını təmin edəcək rahat, vizual olaraq həm sadə, həm də gözü yormayacaq müasir standartlara cavab verən ev avadanlıqlarının və mebellərinin istifadəsi, yerləşdirilməsi vacib olmağa başlamışdır. İnsan məişətinin erqonomik şəkildə yerləşdirilməsi müəyyən prinsiplərə əsaslanmalıdır. İstifadə üçün hər bir əşyanın müəyyən edilmiş yerləri olmalıdır. İlk öncə insan hərəkət edərkən heç bir əşyaya toxunmadan rahat hərəkət etməlidir. Yaxşı olar ki, funksional mebel əldə edəsiniz: qatlanan, hərəkət edən, müxtəlif əşyaları qoya biləcəyiniz gizli qapaqlı oturacaqlar və yumşaq mebellər, eyni anda fərqli iş funksiyalarına sahib əşyalar. Evin içərisində düzgün zonaların yaradılması maksimal erqonomikanı əldə etməyə imkan verəcəkdir. Müxtəlif otaq və zonaların düzgün işıqlandırılması çox vacib amillərdən biridir. Bu insanların fiziki və psixiki sağlamlığına, iş bacarığına təsir edən başlıca üsürlərdən biridir (Panero, Zelnik).

İnteryerdə erqonomik mebelin yerləşdirilməsi. İnteryerdə mebelin düzgün yerləşdirilməsi üçün bəzi qaydalar mövcuddur. Mebellər arasında keçidlərin məsafəsi 70-100 sm olmalıdır. Balaca otaqlarda çox az sayda mebel yerləşdirmək lazımdır və onları divar boyunca yerləşdirmək daha düzgün və rahat həll olacaqdır. Çox kiçik otaqlarda mətbəx avadanlıqları komplekt şəkildə yerləşdirilməlidir. Açılıb-yığılan (transformer) mebellər interyerin iki-dörd müxtəlif əşyasını özündə birləşdirərək bir çox funksiyanı yerinə yetirir. İri mebellər, daha geniş otaqlar üçün nəzərdən tutulur ki, onlar kiçik mebelləri əvəz etsin.

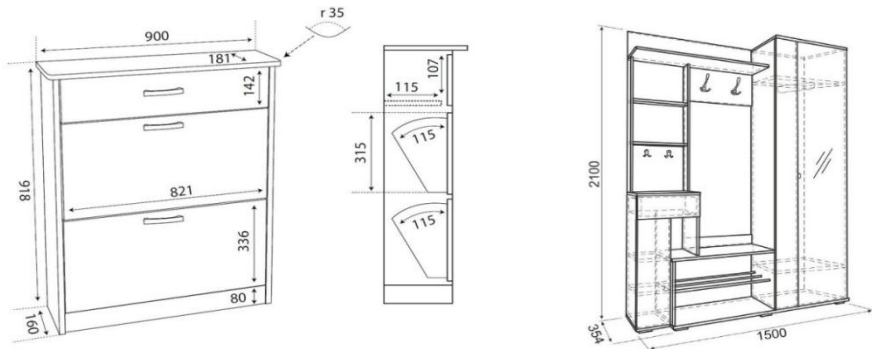
İnteryer dizaynda erqonomikanın əsas qaydaları (3):

1. Artıq olan nə varsa götürmək, maksimum boş yer saxlamaq;
2. Mebel vizual və fiziki cəhətdən heç nəyə mane olmamalıdır. İnsan evdə rahat hərəkət etməlidir. Hərəkət zamanı heç bir əşyaya toxunmamalıdır;
3. Kiçik otağı dizayn edərkən mümkün qədər açılıb-yığılan mebellərdən istifadə olunmalıdır;
4. Təmirə başlamazdan əvvəl hansı otağa nəyi yerləşdirmək lazım olduğunu əvvəlcədən müəyyənləşdirmək lazımdır.
5. İnteryerdə ən əsas amilin nə olduğunu analiz etmək və evdə heç bir funksiya daşımayan gözəl obyektlərdən imtina etmək lazımdır;
6. Qabarit mebelləri küncələrə yerləşdirmək lazımdır;
7. Nəyi harda saxlamağı öncədən fikirləşin. Məsələn: tozsoran, təmilzik avadanlıqları, ütü masası, mətbəx avadanlıqları, elektrik cihazları kimi göz yora biləcək elementlər;

Düzgün erqonomik yerləşmə təhlükəsizlik deməkdir. Erqonomik dizaynda iti küncələrin olmamasına xüsusi diqqət yetirilir. Hər hansı bir dolabın qapısını açmağa heç nə mane olmamalıdır. Detallar arasındakı keçidlərin 70sm, yaşlı insanlar olan otaqlarda isə bu məsafələrin 1m-dən az olmamasına çalışmaq lazımdır. Bundan əlavə vintilyasiya sisteminin də düzgün yerinə yetirilməsi

önəmli məqamlardan biri hesab olunur. İnteryerdə istifadə olunacaq elektrik avadanlıqlarının sayını və yerini düzgün müəyyənləşdirmək lazımdır. Texniki təhlükəsizlik baxımından uzadıclardan istifadə etməyin. Əvvəlcədən düşünülmüş və planlaşdırılmış şəkildə hər bir lazımi nöqtədə 1-2 və daha artıq elektrik mənbəyi yerləşdirmək vacibdir (4).

Dəhlizdə ergonomik yerləşmə. Evə giriş. Evdə nə qədər çox adam yaşayarsa giriş hissə bir o qədər geniş olmalıdır. Bir- iki nəfər yaşayan evdə giriş üçün 90 sm kifayət edir. Üç nəfərdən ibarət olan ailənin rahat hərəkət etməsi üçün minimum 100-110 sm olması əlverişli olacaqdır. Giriş hissəyə üst geyim və ayaqqabılar üçün dolab yerləşdirmək isdəyirsinizsə dolabın dərinliyinə diqqət yetirmək lazımdır. Ayaqqabıları kompakt şəkildə yerləşdirmək isdəyirsinizsə standart formada və ya transformasiya oluna bilən ayaqqabı rəfləri qoymaq lazımdır ki, ən az 20 cüt yerləşdirmək mümkün olsun. Açar və digər giriş üçün lazımlı avadanlıqları yerləşdirmək üçün gizli dolablar və ya yığılmış mebel daxilində xüsusi hissələr yaratmağı unutmayın. Tavan işıqlanmasında gur işıqlanma məqsəduyğun olacaqdır. Dəhliz mebelinin dizayn edilməsində əsas qayda paltar soyunub-geyinmək üçün lazım olan qədər yer saxlamaq, ayaqqabıları yığmaq üçün 30 sm dərinlikdə dolabların olmasıdır. Dəhliz çox kiçik olduqda sezon paltarlarını asmaq üçün asılqanların olması mebelin ergonomik və faydalı istifadə olunmasına imkan verəcək (Runge).



Dəhlizdə düzgün ara məsafələrinin saxlanması əsas şərtlərdən biri hesab olunur. Dəhlizdə saxlanılacaq ən az məsafənin 90-100 sm-dən az olmaması önəmlidir. Düzgün məsafələr təyin edildikdə burada hərəkət də bir o qədər rahat və ergonomik olacaqdır. Dəhlizdə qapılar çölə doğru açıldıqda, burada ara məsafəsin 140-180 sm dən az olmamasına diqqət yetirmək lazımdır.

Hamam otağında (sanitar qovşaqda) ergonomik yerləşmə. Bir araya sığışdırılmış sanitariya qovşağı mənzilin ərazisinin iki- üç kvadrat metrəsinə qənaət etməsinə yardım etmiş olar, amma evdə ailə üzvlərinin sayı çox olarsa, bu bir o qədər də rahat olmaz. Ailədə kiçik yaşlı uşaqlar, yaşlı adamlar, əlil insanlar olarsa hamam otağına tutacaqlar qoyulmalı, yer olarsa iki- üç pilləkən də qoymaq lazımdır. Daha təhlükəsiz olması üçün duş kabinası da yerləşdirmək lazımdır. Əsasən duş kabinalarının yerləşdirilməsi kiçik ölçülü sanitariya qovşaqları üçün əlverişli bir seçim olacaqdır. Bu zaman boğulma riski azalmış olacaq. Kabinalar üçün sürüşkən və ya qatlanan qapıların istifadəsi əlverişli olacaqdır. Bir araya sığışdırılmış sanitariya qovşaqlarında yerləşdirilən əşyalar arasında ən azı 50 sm məsafə qoyulur. Unitazın qapı önündə yerləşdirilməsi düzgün ergonomik yerləşmə olmayacaq (Vladimir).

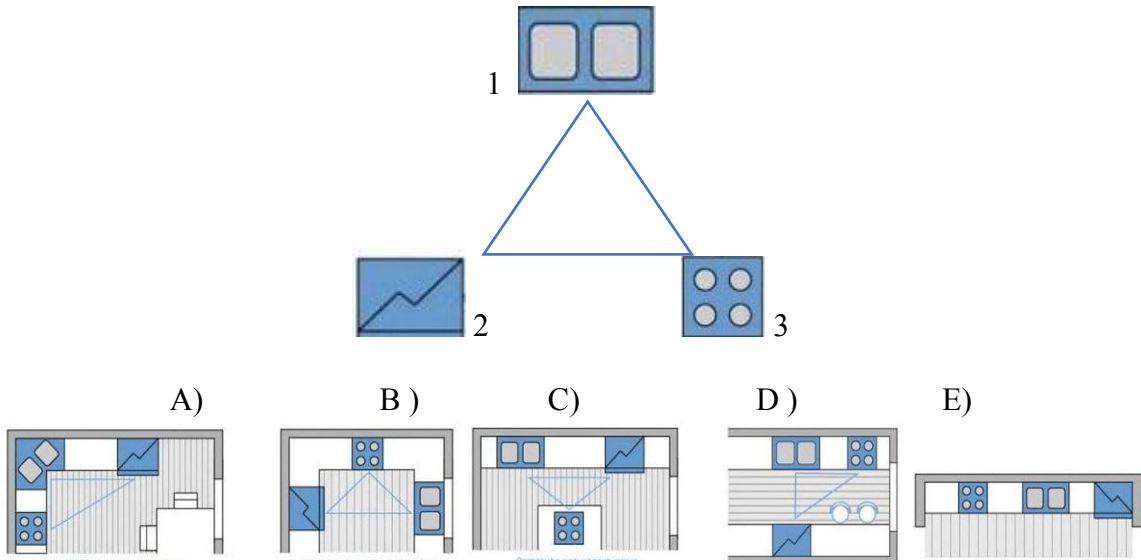
Hamam otağının dizayn edilməsinə verilən ergonomik parametrlər: Sanitar texnikası divardan 75 sm məsafədə yerləşdirilir; Duşla əl- üz yuyan arasında məsafə - 30 sm; Duşdan və yaxud vannadan rəflərə qədər olan məsafə - 70- 90 sm; Döşəmədən əl- üz yuyana qədər 80- 100sm; Əl- üz yuyanın qabağında boş məsafə ən az 55 sm olmalıdır. İnteryerdə bacardıqca 170 sm² boş yer saxlamaq ideal olardı.

Mətbəx və yemək otağında ergonomik yerləşmə. Əvvəllər bir çox mənzillərdə mətbəx çox da geniş götürülmürdü. Bura yalnız yemək bişirmək üçün nəzərdə tutulurdu. Əsas olaraq soyuducu, qaz plitəsi yerləşdirilirdi. Müasir texnikanın müxtəlifliyi, çox olması belə mətbəxlərdə yerləşdirilmədə problemlər yaradır. Mətbəx üçün qarnitur dəst standart modellərdən seçilməlidir. Bu da mətbəxdə rahat hərəkət etməyə imkan verir. Divarda (mümkün olan yerlərdə) tavana qədər rəflər yığılır. Pəncərə önündən əlavə stol kimi istifadə etmək olar. Qab-qacaq və digər mətbəx

əşyalarını yığmaq üçün balaca künc divanların altından istifadə olunur. Mətbəxin önündə açıq eyvan olanda onların arası çox vaxt götürülür və genişləndirilir. Bəzən də yemək otağı ilə mətbəx arasında olan arakəsmə aradan qaldırılır və genişləndirilir.

Ergonomikanın ilk tədqiqatçıları “**üç bucaq**” adlı termin yaratmışdılar. Bu termin mətbəx mebelinin yerləşdirilməsi üçün nəzərdə tutulmuşdur. Bu nəzəriyyəyə görə yuyulma zonası ilə bişirmə zonası arasında 1,2 m- dən 2,7 m qədər məsafə olmalıdır. Bu məsafənin cəmi 4-8 metrə bərabərdir (7).

- 1) Qab yuma zonası, 2) buz dolabı, 3) qaz plitəsi



- A) L obrazlı mətbəxdə üçlü yerləşmə; B) U obrazlı mətbəxdə üçlü yerləşmə;
C) Ada obrazlı mətbəxdə üçlü yerləşmə; D) Paralel obrazlı mətbəxdə üçlü yerləşmə;
E) xətti obrazlı mətbəxdə üçlü yerləşmə;

Qonaq otağında ergonomik yerləşmə. Müasir qonaq otağı çox funksiyalı bir məkandır. İndiki qonaq otaqları təkcə ailə ilə istirahət etmək, dostlarla görüşüb dincəlmək üçün nəzərdə tutulmur. Çox vaxt burada yatmaq üçün bir neçə yer, iş kabinet, qida qəbul etmək üçün zonalar və bir çox dolablar yerləşdirilir. Otağın mərkəzini doldurmaq olmaz. Kiçik stellaj vasitəsilə oturma zonasını ayırmaq lazımdır, işləmək üçün bir künc seçilə bilər. Amma elə etmək lazımdır ki, qonaq otağında rahat hərəkət etmək mümkün olsun. Əşyalar arasında məsafə 70 sm-dən az olmamalıdır. Otağın ən az 50%- i boş qalmalıdır. Əgər otaq kiçikdirsə, iri qoltuqlar əvəzinə kompakt divan yerləşdirmək lazımdır. Televizor otağın vizual mərkəzi hesab olunur. Ona baxmaq üçün məsafə televizorun diaqonalının 3-4-nə bərabər olmalıdır. Mebeli də həmin mərkəzə simmetrik olaraq qoymaq lazımdır. Otaqda ən əsas “perspektivi” müəyyən etmək lazımdır: ön plan və arxa plan. Qonaq otağına giriş keçidləri 90 sm-dən az olmamalıdır. Evdəki əşyalar yolu tutmamalıdır. Oturanların rahat ünsiyyət qurması üçün ara məsafəsi 2 metrdən çox olmamalıdır. Divandan jurnal masasına məsafə elə qoyulmalıdır ki, oturan rahat əlini uzadıb götürə bilsin. Qonaq otağında hər şeyi yerləşdirdikdən sonra 2-3 kvadrat metr yer qaldıqda yemək zonası da müəyyən edilir. Yemək zonası 60-ın 120 sm-ə bərabər stoldan və 3-4 oturacaqdan ibarət olur və yaxud iki hündür oturacaq və qatlanan stol yerləşdirilir. Kreslo, stul və divanın kürək tərəfini çıxış tərəfə qoymaq olmaz, çünki orada oturan adamlarla diskomfort yaradacaq (Stadnichenko).

Yataq otağında ergonomik yerləşmə. Yataq otağı ele bir istirahət məkanıdır ki, onun da özünə məxsus ergonomik xüsusiyyətləri var. Bu otaqda digər otaqlara nisbətən az vaxt keçirdirik. Buna baxmayaraq əlavə əşyaların bura yığılması doğru olmaz. Çarpayını çox vaxt biz divanın mərkəzindən yerləşdiririk, yanlarına isə kiçik dolablar qoyuruq (bir və ya iki ədəd), kamod və yataq

dəstlərini yığmaq üçün dolab və ya otaq sakinlərinə özəl qarderob otağı yerləşdirmək olar. Qarderob otağının minimum ölçüsü 160 sm-dən az olmamaqla götürülməsi məsləhətlidir. Dolabların daxili funksional və yeni texnologiyalarla təşkil olunduqda əşyaların yerləşimi daha rahat olacaqdır. Yəni standartlara uyğun olaraq yataq otağı daxilində sakinlərə özəl sanitariya qovşağı yerləşdirilməsi də ergonomiklik və rahatlıq cəhətdən ağıllı həll olacaqdır. Bütün bu sadələşdirdiyimiz əlavə yerləşmələr təbii ki, otağın ölçüləri geniş olduqda mümkün olacaqdır. Əgər yataq otağı kiçik ölçülərə sahibdirsə o zaman otağın hər hansı bir künc sahəsində tavana qədər uzanan dolablar yerləşdirmək olar. Başqa bir yerləşmə isə yer itirmədən və vizual olaraq göz yormadan çarpayı arxasında otağın ölçülərinə uyğun kiçik qarderob sahəsinin yığılması olacaqdır. Bundan əlavə çarpayı üzərindən və ətrafında da dolablar yerləşdirərək saxlama zonasını artırma bilərsiniz. Pəncərə kənarını isə oturub kitab oxuyacağınız bir guşə olaraq dəyərləndirə bilərsiniz. İki nəfərlik çarpayı yerləşdirərkən hər iki tərəfdən keçmək üçün yer qoyulmalıdır. Çarpayı ilə divan arasında 50 sm məsafə 70 sm-dən az olmamalıdır. Çarpayının altına toz yığılmaması üçün alt hissəsi bağlı olan model seçmək olar. Bundan əlavə çarpayının altını mövsümdən kənar paltarlar, döşəkçələr və digər istifadə olunmayan əşyaları yığıb saxlamaq üçün xüsusi konstruksiya ilə açılıb bağlanan dolablara bölünmüş bir hissə kimi dəyərləndirmək olar. Çarpayı başlığına yaxın hissələrdə ucu sərt elementlərdən qaçmağa çalışın. Çarpayı ətrafında yerdən hündürlüyü 25 sm olmaqla elektrik yuvaları, bundan əlavə çarpayı ətrafında yerləşdirəcəyiniz işıqları yandırmaq üçün elektrik açarları yerləşdirmək ergonomik və rahat bir həll olacaqdır. Əgər otaq kiçik ölçülərə sahibdirsə, çarpayının yerini təyin etdikdən sonra kənar qalacaq məsafələrin 50 sm-dən az olmamasına diqqət yetirin. Yataq otağında televizor yerləşdirmək istəyərsəniz o zaman çarpayının hündürlüyü (x) və buna əlavə olaraq 35 sm ilə yəni $x+35\text{sm}$ - toplam hündürlük həmin televizorun yerləşdirilməsi üçün mərkəz nöqtə hesab olunacaq (9).

Yan keçidlər: 1) Optimal olaraq (bizim və xarici mənbələrə əsasən) 70 sm-lik keçidlər hesab edilir; 2) Əgər dolab varsa, o zaman əlavə olaraq 60 sm məsafə daha saxlamaq lazımdır, xüsusilə dolab qapıları açılıb-bağlanan yelləncək formada olduqda; 3) Yatağın yan tərəfindəki minimal keçidlər-50 sm. Bu hissədə üstəlik istilik radiatoru və pərdələr varsa o zaman bu məsafə çarpayından radiatora qədər 50 sm olacaqdır.

Çarpayının aşağı tərəfindəki keçidlər: 1) Optimal ölçü 60-70 sm hesab olunur. Əgər burada alçaq və açıq şəkildə hündürlüyü 80-90 sm bir tumba yerləşdirilmişdirsə o zaman məsafə 50sm götürülə bilər; **Komod olduğu halda təyin olunmuş keçidlər:** 1) Əgər yataq otağına qoyduğunuz istiqamətdən asılı olmayaraq açılış çarpayına doğru olan komod varsa o zaman bu məsafələr rahat istifadə üçün 100-120 sm olmalıdır; 2) Minimum məsafə 60 sm ola bilər, lakin siz siyirmədən istifadə etdiyiniz halda onun önündə deyil yan tərəfində dayanmalı olacaqsınız (10).

Uşaq otağında ergonomik yerləşmə. Uşaq otağının dizayn edilməsində ergonomikanın əsas prinsipi təhlükəsizlikdir. İnteryerdə iti küncələr, sürüşkən döşəmə istifadəsi düzgün hesab edilmir. Yerdə istifadə olunan xalçaları seçmək lazımdır ki, uşağın hərəkət anında ilisib yıxılmasına səbəb yaratmasın. Məkanın 70% ərazisi uşağın inkişafı üçün faydalı hesab olunan – idman, oyunlar, təhsil, yerdə qalan 30%-i isə mebel üçün nəzərdə tutulmalıdır. Belə olduğu halda uşaq otaqda rahatlıqla hərəkət edərək, qaça və oynaya biləcək. Bu da uşağın fiziki cəhətdən sağlam inkişafına müsbət təsir edəcəkdir. Əgər bir otaqda iki uşaq varsa, hər biri üçün ayrılıqda sahə seçilir. Kiçik qabaritli otaqlarda isə iki mərtəbəli çarpayı yerləşdirməklə oyun sahəsi üçün ərazi qazanmış oluruq. Bu tip çarpayıların modelindən asılı olaraq uşağın 1 yaşdan 4 yaşa qədər istifadə edə bilməsi mümkündür (11).

Kabinet və yaxud iş yerində ergonomik yerləşmə. İş yerində hər şey elə təşkil olunmalıdır ki, diqqəti yayındıracaq əlavə nə isə olmasın. İş zonası üçün ayrıca otaq layihələndirmək hər kəsdə alınmır. Əgər evdə əlavə iş sahəsinə çevirə biləcəyiniz boş otaq varsa o zaman siz burada rahat iş görə bilərsiniz üçün ergonomik yerləşmə edə biləcəksiniz. Ev kiçik olduğu və otaq sayı az olduğu halda yataq otağı, istifadə olunmayan eyvan sahəsi, hətta qonaq otağında belə bu cür funksional iş zonası yarada bilərsiniz. Bəzi insanlar var ki öz işlərini yalnız evdən, çölə çıxmadan öz şəxsi iş zonasında görür. Belə olduğu halda əlavə iş otağı ayırmaq vacib şərtlərdən biri hesab olunur. Bu cür

otaqlar üçün nəzərdə tutulan iş masası, stul xüsusi hündürlükdə seçilir. Bu otaqlar yaxşı işıqlandırılmalıdır. İş otaqlarında tavanda ümumi işıqlanmalardan istifadə edib masa və ya iş masasını isə aksentləşdirici yəni masa üstü lampalar və ya bir başa iş masasını işıqlandıracaq işıqlanmalardan istifadə edə bilərsiniz. Yaxşı olardı ki, işıq ön tərəfdən və ya soldan düşsün. Komyüterdən istifadə zamanı işığın düşməsinə diqqət yetirmək lazımdır. Düzgün işıqlanma nəticəsində həmin insanın məhsuldar iş səviyyəsini artırmış olacaqsınız. Mebelin ölçüləri insanın fiziologiyasından asılıdır. Masanın uzunluğu 120 sm olaraq istifadə olunur. Bu, kompüterlə iş zamanı dirsəkləri rahat qoya bilmək üçün imkan yaradır. İş sahəsində hər bir element əllə götürülə biləcək zonalara qoyulmalıdır. İşıq lampası elə yerləşdirilir ki, işləyərkən kölgəsi iş səthinə düşərək maneəçilik və narahatçılıq yaratmasın. Gözlərimiz üçün ən rahatı təbii işığın iş zonasına düşməsidir. Masa pəncərəyə yaxın yerləşdirilməlidir. Kürəyi pəncərəyə doğru oturmayın, əks halda baxışlar həmişə otağın qaranlıq küncünə yönələcəkdir. Bu da gözlərə mənfi təsir göstərəcəkdir. Manitorla göz səviyyəsi arasında məsafə 50 sm olmalıdır. Adi stulda və yaxud söykənəcəksiz oturacaqda oturmaq ergonomik və rahat olmayacaqdır (12).

İş zonası üçün nəzərdə tutulmuş oturacaq üçün verilən tələblər: 1) Hündür, arxa tərəfə yönəlmiş kürəklik, baş altı hissəyə dirsəkləri qoymaq üçün yerinin olması; 2) Oturacağın hündürlüyü – 74 sm, ölçüsü 40/40 sm; 3) Alt hissəsində 5 təkər yerləşdirilir; 4) Oturan zaman ayaqlar rahat şəkildə döşəməyə çatır.

Nəticə

Hal-hazırda yaşayış məkanı daha böyük funksiyalar yerinə yetirməyə başlayıb. Noyfertin zamanından fərqli olaraq, evin dizaynına başqa tələblər qoyulur. Mətbəxdə bir çox məişət avadanlıqları quraşdırılır, uşaq otağı bir çox funksiyaları yerinə yetirir. Qonaqları qəbul etmək və yerləşdirmək üçün yer ayrılır. Bundan əlavə rahatlığı ilə ofisdən heç də fərqlənməyən ev üçün iş yeri də yerləşdirilir. Evdə sakinlərin xobbilərinə uyğun özəl sahələr yaradılır. Hamam təkə də qəbul etmək üçün deyil, həm də rahatlaşıb istirahət edə biləcəyiniz zonanı da özündə birləşdirir.

Bütün bunlar göstərir ki, mühitdə düzgün standartların nəzərə alınması insanların rahat və məhsuldar həyat tərzinin başlanğıcı olacaq.

Ədəbiyyat

1. Vladimir, R., Manusevich, Y. "Ergonomika v dizayne sredy"
2. Panero, Dzh., Zelnik, M. "Osnovy ergonomiki. Chelovek, prostranstvo, inter'yer: spravochnik po proyektnym normam"
3. "Human Dimension. Interior Space: A Source Book of Design Reference Standards" Julius Panero, Martin Zelnik.
4. "Evaluating the effect of perceived mental workload on work body postures". International Journal of Industrial Ergonomics.
5. Runge, V.F. "Ergonomika i oborudovaniye inter'yera". Uchebnoye posobiye.
6. Vladimir, B. Prosto ergonomika.
7. Noyfert: "Stroitel'noye proyektirovaniye".
8. Stadnichenko, L.I. "Yergonomika".
9. <https://www.mdcreative.ru/sovety/arhitektura/le-corbusier>
10. "Man-machine" system. Operator's working place. Arrangement of working place elements. General ergonomics requirements
11. <https://mebel169.ru/articles/kak-pravilno-sproektirovat-interer-s-tochki-zreniya-zakonov-ergonomiki/>
12. https://standartgost.ru/g/%D0%93%D0%9E%D0%A1%D0%A2_12.2.032-78

Göndərilib: 01.09.2023

Qəbul edilib: 21.10.2023