

پنج ترسی که تقریباً همه کارشناسان HSE تجربه می کنند اما کمتر درباره آن حرف می زنند

کار در حوزه HSE فقط به اجرای دستورالعمل‌ها، تکمیل فرم‌ها یا حضور در بازدیدهای ایمنی محدود نمی‌شود. به‌ویژه در صنعت نفت، گاز و پتروشیمی، کارشناس HSE هر روز با موقعیت‌هایی روبه‌رو است که در آن باید بین فشار عملیات، محدودیت زمان، ملاحظات مدیریتی و الزامات ایمنی تصمیم بگیرد.

در چنین فضایی، چالش کارشناس HSE فقط فنی نیست. بخش مهمی از این شغل به فشارهای ذهنی، تنش‌های ارتباطی و ترس‌های حرفه‌ای مربوط می‌شود؛ ترس‌هایی که معمولاً در گزارش‌ها، جلسات رسمی یا حتی دوره‌های آموزشی کمتر درباره آن‌ها صحبت می‌شود، اما اثر واقعی و مستقیم بر تصمیم‌گیری دارند.

واقعیت این است که بسیاری از کارشناسان HSE حتی افراد باتجربه، در مقاطعی از مسیر کاری خود با این نگرانی‌ها درگیر شده‌اند. موضوع اصلی این نیست که یک کارشناس HSE نباید بترسد؛ موضوع این است که این ترس‌ها را بشناسد، اثر آن‌ها را بر رفتار حرفه‌ای خود درک کند و یاد بگیرد چگونه آن‌ها را به تصمیم‌های دقیق‌تر و حرفه‌ای‌تر تبدیل کند.

در این مقاله، به پنج ترسی می‌پردازیم که تقریباً همه کارشناسان HSE تجربه می‌کنند، اما کمتر درباره آن حرف می‌زنند.

چرا صحبت درباره ترس‌های شغلی کارشناسان HSE مهم است؟

بسیاری از افراد، شغل HSE را فقط از زاویه قوانین، چک‌لیست‌ها، بازرسی‌ها و الزامات فنی می‌بینند. اما بخش مهمی از عملکرد واقعی یک کارشناس HSE به توانایی او در مدیریت فشار روانی، مقاومت‌های سازمانی، تعارض منافع و تصمیم‌گیری در شرایط مبهم بستگی دارد.

اگر این ترس‌ها دیده نشوند یا نادیده گرفته شوند، معمولاً پیامدهای زیر را به دنبال دارند:

- سکوت در برابر شرایط ناایمن
- تأخیر در توقف کار
- تردید در مخالفت با تصمیم اشتباه
- محافظه‌کاری در گزارش‌دهی

- فرسودگی شغلی و ذهنی

به همین دلیل، صحبت کردن درباره ترس‌های پنهان HSE نه نشانه ضعف، بلکه بخشی از بلوغ حرفه‌ای در مدیریت ایمنی است.

ترس اول: اگر کار را متوقف کنم، مقابل عملیات قرار می‌گیرم

یکی از رایج‌ترین ترس‌ها در بین کارشناسان HSE این است که اگر تصمیم به توقف کار بگیرند، به‌عنوان فردی سخت‌گیر، مانع پروژه یا کسی که «کار را می‌خواهاند» شناخته شوند.

در صنعت نفت، توقف کار تصمیم ساده‌ای نیست. گاهی حتی یک توقف کوتاه می‌تواند بر زمان‌بندی، هزینه، هماهنگی بین واحدها و رابطه کارفرما و پیمانکار اثر بگذارد. همین موضوع باعث می‌شود بسیاری از کارشناسان HSE در لحظه‌ای که باید قاطعانه بگویند «ادامه این کار ایمن نیست»، دچار تردید شوند.

این ترس چگونه خودش را نشان می‌دهد؟

- تذکر شفاهی به‌جای توقف رسمی
- دادن فرصت اضافه با وجود نایمنی واضح
- استفاده از جملات مبهم به‌جای تصمیم روشن
- منتظر ماندن برای حضور یا تأیید فردی دیگر
- خودداری از ثبت رسمی انحراف

پیامد پنهان این ترس چیست؟

وقتی تصمیم توقف کار به تعویق می‌افتد، خطر فرصت پیدا می‌کند تا به حادثه تبدیل شود. در بسیاری از رخدادهای جدی، قبل از حادثه نشانه‌های هشدار وجود داشته، اما تصمیم قاطع در زمان درست گرفته نشده است.

راهکار حرفه‌ای چیست؟

کارشناس HSE باید بین توقف سلیقه‌ای و توقف حرفه‌ای تفاوت قائل شود. اگر قرار است کار متوقف شود، این تصمیم باید بر اساس شواهد، انحراف مشخص، نقص در کنترل‌های حیاتی یا تغییر شرایط نسبت به مجوز و ارزیابی ریسک باشد.

وقتی تصمیم توقف به جای احساس، بر پایه منطق و شواهد باشد، شما مقابل عملیات نیستید؛ بلکه از عملیات در برابر یک خطای پرهزینه محافظت می کنید.

یک جمله کاربردی

به جای اینکه بگویید:

«فعلاً این کار را انجام ندهید»

بگویید:

«با توجه به نقص در کنترل‌های حیاتی و مغایرت با شرایط مجوز، ادامه کار تا رفع مورد قابل قبول نیست.»

ترس دوم: نکند خطری را نبینم و بعد حادثه رخ بدهد

این ترس یکی از سنگین‌ترین فشارهای روانی در شغل HSE است. بسیاری از کارشناسان، به ویژه در محیط‌های پیچیده عملیاتی، با این نگرانی درگیرند که شاید یک خطر مهم، یک تغییر شرایط یا یک نشانه هشدار از چشم آن‌ها پنهان بماند. این وضعیت در عملیات‌هایی مثل کار در فضای بسته، کار گرم، عملیات *lifting*، فعالیت‌های هم‌زمان، تعمیرات اساسی یا محیط‌های فرایندی پیچیده، شدیدتر هم می‌شود. چون تعداد متغیرها زیاد است و همیشه این احتمال وجود دارد که یک جزئیات مهم نادیده گرفته شود.

این ترس چگونه خودش را نشان می‌دهد؟

- تلاش برای کنترل همه جزئیات
- خستگی ذهنی مداوم در بازدیدها
- احساس مسئولیت افراطی برای همه چیز
- خودسرزنی حتی در نبود شواهد واقعی
- حساسیت بیش از حد به هر انحراف کوچک

پیامد پنهان این ترس چیست؟

اگر این ترس درست مدیریت نشود، ممکن است کارشناس HSE دچار وسواس فرساینده شود یا در بلندمدت از نظر ذهنی خسته و کم‌اثر شود. در حالی که ایمنی واقعی حاصل عملکرد یک سیستم است، نه نتیجه تلاش یک نفر برای دیدن همه چیز.

راهکار حرفه‌ای چیست؟

برای مدیریت این ترس، باید از ذهنیت «همه چیز را خودم باید ببینم» فاصله گرفت و روی کنترل‌های حیاتی، نقاط پرریسک و تغییر شرایط تمرکز کرد. همچنین لازم است مشاهده خطر فقط وظیفه HSE تلقی نشود و سرپرستان، اپراتورها، ناظران و تیم اجرایی نیز در این فرایند نقش واقعی داشته باشند.

یک نکته کاربردی

به‌جای اینکه تلاش کنید همه چیز را پوشش دهید، از خود بپرسید:

«اگر امروز فقط چند مورد حیاتی را باید کنترل کنم، کدام‌ها بیشترین احتمال حادثه شدید را دارند؟»

ترس سوم: اگر با مدیر یا فرد باتجربه مخالفت کنم، تنها می‌مانم

یکی از واقعی‌ترین چالش‌های رفتاری در HSE این است که کارشناس، ناایمنی را می‌بیند اما طرف مقابل او فردی بانفوذ، باتجربه، قدیمی یا دارای جایگاه بالاتر سازمانی است. در این موقعیت، مسئله فقط دانش فنی نیست؛ مسئله جرئت حرفه‌ای است.

خیلی از کارشناسان HSE دقیقاً می‌دانند چه چیزی غلط است، اما در بیان آن دچار تردید می‌شوند. چون نگران‌اند که برچسب سخت‌گیر یا دردسرساز بخورند، رابطه کاری‌شان آسیب ببیند یا در آینده از حمایت لازم برخوردار نباشند.

این ترس چگونه خودش را نشان می‌دهد؟

- سکوت در برابر نظر غالب
- بیان غیرمستقیم موضوع
- استفاده از لحن خنثی و غیرقاطع
- عقب‌نشینی در برابر فشار کلامی
- ثبت نکردن موضوع برای جلوگیری از تنش

پیامد پنهان این ترس چیست؟

وقتی کارشناس HSE نتواند به موقع و شفاف مخالفت حرفه‌ای خود را بیان کند، احتمال تثبیت رفتارهای نایمن بیشتر می‌شود. خطر با ملاحظه کاری از بین نمی‌رود.

راهکار حرفه‌ای چیست؟

در این موقعیت‌ها باید به‌جای درگیر شدن با افراد، روی شرایط نایمن تمرکز کرد. مخالفت حرفه‌ای یعنی حمله به شخص نیست؛ بلکه اشاره دقیق به انحراف، توضیح پیامد آن و ارائه راه‌حل اصلاحی است.

یک جمله کاربردی

به‌جای اینکه بگویید:

«شما اشتباه می‌کنید»

بگویید:

«در وضعیت فعلی، شرایط با کنترل‌های تعریف‌شده هم‌خوانی ندارد و قبل از ادامه کار، این موارد باید اصلاح شوند.»

ترس چهارم: نکند در تصمیم‌گیری اشتباه کنم

یکی دیگر از ترس‌های رایج در بین کارشناسان HSE، ترس از تصمیم اشتباه است. این ترس فقط مخصوص افراد کم‌تجربه نیست. حتی کارشناسان باتجربه هم در موقعیت‌هایی که اطلاعات ناقص است یا زمان محدود است، ممکن است دچار تردید شوند.

در شغل HSE، تصمیم‌گیری همیشه در شرایط ایده‌آل اتفاق نمی‌افتد. گاهی باید در لحظه تشخیص دهید که آیا شرایط نیازمند توقف است، آیا مجوز کار هنوز معتبر است، آیا تغییر شرایط رخ داده یا آیا نشانه‌ای که دیده‌اید واقعاً خطر جدی را نشان می‌دهد یا نه.

این ترس چگونه خودش را نشان می‌دهد؟

- تعلل در تصمیم‌گیری
- ارجاع بیش از حد موضوع به دیگران
- درخواست تأییدهای متعدد برای مسائل روشن

- از دست دادن زمان طلایی مداخله
- ناتوانی در انتخاب بین اقدام فوری و صبر بیشتر

پیامد پنهان این ترس چیست؟

در بسیاری از موقعیت‌های عملیاتی، تصمیم نگرفتن هم می‌تواند به اندازه تصمیم اشتباه خطرناک باشد. بعضی از حوادث نه به دلیل اقدام نادرست، بلکه به دلیل تأخیر در اقدام رخ می‌دهند.

راهکار حرفه‌ای چیست؟

کارشناس HSE باید برای خود یک چارچوب تصمیم‌گیری مشخص داشته باشد. برای مثال:

۱. خطر اصلی چیست؟
۲. اگر همین حالا ادامه دهیم، بدترین پیامد ممکن چیست؟
۳. آیا کنترل‌های حیاتی برقرار هستند؟
۴. آیا شرایط نسبت به فرض اولیه تغییر کرده است؟
۵. آیا ادامه کار، توقف، محدودسازی یا ارجاع به تخصص دیگر لازم است؟

یک نکته کاربردی

در HSE همیشه قرار نیست بهترین تصمیم کامل را بگیرید؛ خیلی وقت‌ها باید بهترین تصمیم ممکن با اطلاعات موجود را بگیرید، آن هم به موقع.

ترس پنجم: اگر حادثه رخ بدهد، همه HSE را مقصر می‌دانند

یکی از تلخ‌ترین ترس‌های شغلی در این حوزه آن است که وقتی حادثه‌ای رخ می‌دهد، به جای بررسی سیستمی و ریشه‌ای، خیلی زود این پرسش مطرح می‌شود که «HSE کجا بود؟»

همین نگاه باعث شده بسیاری از کارشناسان HSE با یک نگرانی پنهان اما دائمی زندگی کنند: اگر حادثه‌ای رخ دهد، آیا در نهایت من تنها می‌مانم؟

این ترس چگونه خودش را نشان می‌دهد؟

- مستندسازی بیش از حد با هدف دفاع شخصی
- محافظه کاری در گزارش‌ها
- ثبت نکردن بعضی هشدارها برای جلوگیری از درگیری
- تمرکز بر ظاهر فعالیت‌ها به جای اثر واقعی
- اضطراب دائمی درباره مسئولیت‌پذیری بعد از حادثه

پیامد پنهان این ترس چیست؟

وقتی نگاه سازمانی به حادثه، فردمحور و نه سیستمی باشد، فرهنگ ایمنی تضعیف می‌شود. چون افراد به جای اصلاح واقعیت، سعی می‌کنند فقط از خودشان محافظت کنند.

راهکار حرفه‌ای چیست؟

کارشناس HSE باید از ابتدا روی ردپای حرفه‌ای خود کار کند؛ یعنی هشدارها، انحراف‌ها، درخواست‌های اصلاحی و موارد حل‌نشده را شفاف، رسمی و قابل پیگیری ثبت کند. این کار هم به بهبود سیستم کمک می‌کند و هم تصمیم‌های حرفه‌ای شما را دفاع‌پذیرتر می‌سازد.

یک نکته کاربردی

اگر موضوعی از نظر ایمنی مهم است، فقط به گفت‌وگوی شفاهی اکتفا نکنید.

هشدارهای مهم باید ثبت، پیگیری و قابل استناد باشند.

آیا ترس داشتن در شغل HSE نشانه ضعف است؟

پاسخ کوتاه این است: خیر.

ترس داشتن در شغل HSE، به‌خصوص در محیط‌های پرریسک صنعت نفت، نشانه ضعف نیست. در بسیاری از موارد، این ترس نتیجه درک درست از اهمیت تصمیم‌ها و پیامدهای آن‌هاست.

کسی که در این شغل هیچ ترسی ندارد، احتمالاً یا بیچیدگی کار را به درستی درک نکرده یا اثر تصمیم‌های خود را جدی نگرفته است. مسئله اصلی این نیست که ترس را کاملاً حذف کنیم؛ مسئله این است که اجازه ندهیم ترس به سکوت، تعلل، انفعال یا فرسودگی تبدیل شود.

کارشناس HSE حرفه‌ای کسی نیست که هرگز نترسد. کارشناس حرفه‌ای کسی است که ترس‌های خود را می‌شناسد، آن‌ها را مدیریت می‌کند و اجازه نمی‌دهد کیفیت قضاوت او را پایین بیاورند.

چگونه کارشناسان HSE این ترس‌ها را مدیریت کنند؟

برای اینکه این ترس‌ها به فرسودگی، انفعال یا تصمیم اشتباه منجر نشوند، چند اقدام کاربردی وجود دارد.

۱) برای موقعیت‌های پرتکرار، چارچوب تصمیم‌گیری داشته باشید

برای موقعیت‌هایی مثل نشت گاز، نقص مجوز کار، کار گرم، کار در ارتفاع، فضای بسته، عملیات lifting و تغییر شرایط حین اجرا، بهتر است از قبل بدانید دقیقاً به چه نشانه‌ها و کنترل‌هایی باید توجه کنید.

۲) زبان حرفه‌ای خود را تقویت کنید

خیلی از مشکلات HSE از ضعف در بیان شروع می‌شود، نه از ضعف در تشخیص. کارشناس HSE باید بتواند دقیق، مستند، آرام و در عین حال قاطع صحبت کند.

۳) هشدارهای مهم را فقط شفاهی نگویید

اگر موضوعی مهم است، باید رد آن در گزارش، ایمیل، فرم یا صورتجلسه باقی بماند. این کار فقط برای رفع مسئولیت نیست؛ برای آن است که موضوع واقعاً پیگیری شود.

۴) از HSE تک‌نفره فاصله بگیرید

ایمنی نباید فقط بر دوش یک نفر باشد. سرپرستان، مدیران، بهره‌بردار، نگهداری و پیمانکاران نیز باید در کنترل ریسک نقش واقعی و پاسخگو داشته باشند.

۵) بعد از موقعیت‌های سخت، مرور حرفه‌ای انجام دهید

بعد از هر تصمیم دشوار یا موقعیت پرتنش، از خودتان پرسید:

- چه چیزی را خوب دیدم؟
- کجا تردید داشتم؟

- آیا می‌توانستم موضوع را بهتر بیان کنم؟
- دفعه بعد چه چیزی را زودتر تشخیص می‌دهم؟

این مرورهای کوتاه، تجربه را به مهارت تبدیل می‌کنند.

جمع‌بندی

کارشناس HSE در صنعت نفت فقط با خطرات فیزیکی، شیمیایی یا عملیاتی روبه‌رو نیست؛ او با فشارهای ذهنی و ترس‌های حرفه‌ای هم زندگی می‌کند. ترس از توقف کار، ترس از ندیدن یک خطر، ترس از مخالفت با افراد بانفوذ، ترس از تصمیم اشتباه و ترس از تنها ماندن بعد از حادثه، بخشی واقعی از این شغل هستند.

نادیده گرفتن این ترس‌ها کمکی به حرفه‌ای‌تر شدن نمی‌کند. برعکس، شناختن آن‌ها، حرف زدن درباره‌شان و ساختن ابزارهای ذهنی و عملی برای مدیریتشان، یکی از نشانه‌های بلوغ حرفه‌ای در HSE است.

اگر شما هم در این موقعیت‌ها خودتان را دیده‌اید، بدانید تنها نیستید. تقریباً همه کارشناسان HSE در مقطعی از مسیر شغلی خود این ترس‌ها را تجربه کرده‌اند. تفاوت اصلی بین افراد، در نداشتن ترس نیست؛ در این است که چه کسی یاد می‌گیرد با وجود این ترس‌ها، باز هم درست، شفاف و حرفه‌ای عمل کند.

تهیه و تدوین: تیم دکتر مهدی پروینی

MehdiParvini.com

برای شرکت در چالش‌های هفتگی و ارتقای مهارت ایمنی و فرآیند، ما در پیام‌رسان‌های زیر فالو کنید:
بله:

<https://ble.ir/drmehdiparvini>