

2

学习与教授职业健康



通过学习, 每个人都能弄清职业健康问题是如何造成的, 并且能找到必要的改进方法, 使工作更安全、健康、公平。要实现这些改变, 就必须和其他人合作, 因此学会帮助他人学习, 也非常重要。

本书提供了一些工具, 来教你帮助别人学习和成为一名工人健康促进员。它将使你能够:

- 辨别工厂中的安全和健康问题。
- 理解工厂中导致工人健康问题的原因。
- 针对工作中的问题, 想出并实施短期解决方案。
- 通过规划和组织, 长远地解决工作中的问题。

工厂工作如何损害你的健康

工厂中常存在许多有害工人健康的危害。在本书中, “危害” 是指工作场所 (或社区) 中可以对你造成的损害。并不是所有工人都会因这些危害而受伤、生病或受影响, 但一部分工人会。同样, 有些健康问题 (通常是受伤或生病) 会立即影响工人, 也有些可能很多年后才显现出来。比如, 在接触化学品后, 有的工人可能马上会生皮疹, 另一些工人则可能是多年后才出现癌症。

有些工作引起的问题, 可能要等工人不做这些工作后才显露出来, 所以你可能不会认为它们是由于工作引起的。例如, 某些化学品会导致性欲减少或性爱快感降低。还有一些工作中的危害, 对我们的社区来说同样是危害, 比如不安全的饮用水或空气污染。

一些健康问题是“工作危害”引起的, 往往容易被发现, 也较易解决。这些工作危害包括:

- 重复动作
- 工厂火灾

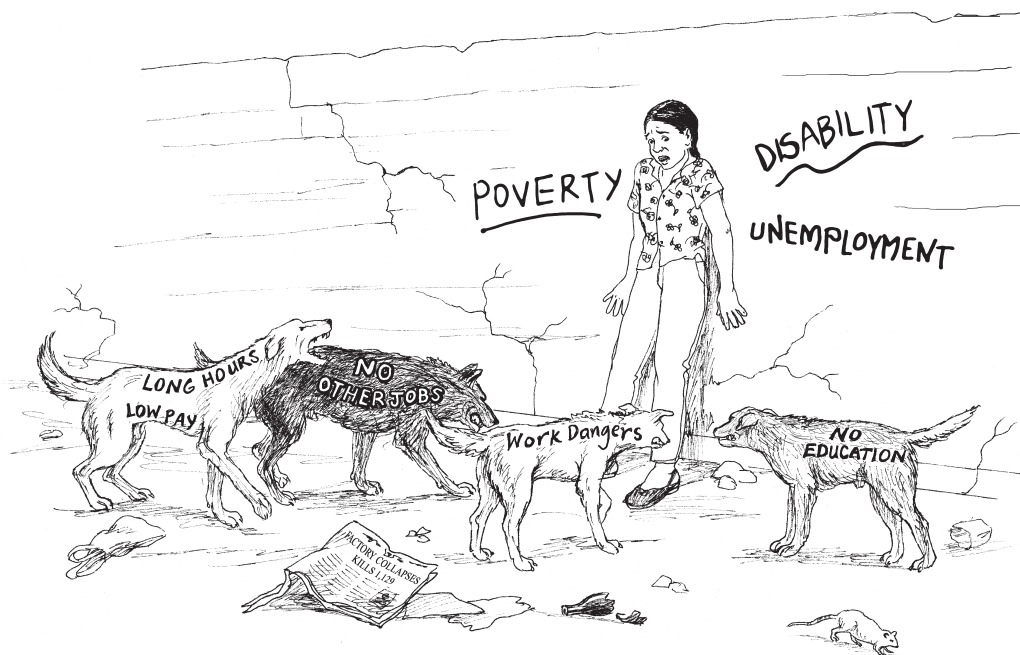
- 化学品泄漏
- 通风不良
- 变质的食品、不安全的饮水以及缺少干净的厕所

还有一些健康问题的成因是“社会危害”，即厂内外不公平和不公正的社会条件。这些社会危害包括：

- 低工资
- 不稳定的排班和夜班
- 来自老板和其他工人的威胁和骚扰
- 工时过长
- 基于性别、种族、性取向或宗教的歧视
- 同时从事不止一份工作

虽然我们是作为个体受到工作危险和社会性危险的影响，但工人健康问题绝不是个人问题。工人是作为一个群体在工厂工作，所以这些问题伤害的也是一个群体。相比其他卫生领域，要改善工人的健康和安全，只能依靠工人组织起来，共同对抗和消除工作中使我们受伤致病的有害因素。

导致工人健康问题的原因有很多



插图中，一名女性被困在标有“贫困、残疾、失业”的墙壁和标有“教育资源缺失”、“工作中的危险”、“找不到其他工作”、“工时长工资低”的恶犬之间。

导致工作场所中问题的原因有很多。通过观察和讨论这些问题，你可以找出一些直接原因；但可能要更深入的调查，才能找出根本原因。

想象一条将废弃物带入海洋的污染河流。你来到上游，发现有人将塑料瓶和易拉罐扔进河里。也许这个人污染的原因。你教会了这个人如何循环利用废弃物和堆肥，之后虽然废弃物减少了，但河水仍然是污染的。你接着向上游走，发现一个家庭将下水管道通到河边。也许他们是污染的原因。你帮他们建造了堆肥厕所和沥滤场，之后虽然废弃物又少了，但河水仍然是污染的。你继续上行，发现一家工厂直接向河中排污。后来工厂改为安全的生产模式，尊重了他们的邻居和环境，并开始重视工人健康，河水的污染这才消失了。

工作场所的问题往往就像这条河。工作中的危险，就像倒垃圾的人，和其他原因比起来，更容易被发现和改变。然而，当你溯流而上，会发现更复杂的原因。要解决工作场所的问题，我们就必须解决导致其发生的社会、政治和经济问题：包括只重视利润却不顾人们福祉的企业，种族主义、歧视、对妇女的暴力侵害等社会问题，以及国家和社区中的权力和政府结构。

朱妮的故事

朱妮做了5年的车衣工人。在工厂里，她双手重复动作快如闪电，每天大约缝值800件产品。

缝纫时，她要抓、捏、扭、推、拉各种服装配件、绳线、容器和工具。她每天工作10小时，每周6天，有时更多。虽然工作节奏已经很快，监工仍不断给她加大工作量。

虽然已被手腕和前臂的酸痛折磨数年，但由于仍可工作，所以她并没有太过在意。她知道疼痛是工作造成的，因为假期回家探亲时，双手就会感觉好些。但最后还是疼到令她无法入睡。随着双手变得越来越无力跟疼痛，连挑水、做饭和做其他家务也成了难事。

她知道其他工人也有同样症状，但大家都不知该怎么办，只能希望疼痛自行消失。朱妮要求去看医生时，监工说：“不行，回去干活。”下班后，她终于见到了医生。

医生让她去休息和吃止痛药。虽然药很贵，但她还是买了。止痛药帮她缓解了两个月的疼痛。之后疼痛却加剧，导致她工作速度变慢，完不成配额，最终被解雇了。

朱妮不知道以后要如何生存。除了缝纫，她没有其他技能。她没上过几年学，因为在她家，只有男孩才能完成学业并学会其他工作技能。她可以去做房屋清洁，但薪水比缝纫更低，而且也一样辛苦。她希望休息一段时间后手可以痊愈，然后就能很快再去做缝纫工了。

为什么老板能把我们逼得这么紧？

为什么我们要做这么快？

为什么我们总是受伤？

为什么我们只能找到这种糟糕的工作？



活动

但是，为什么？

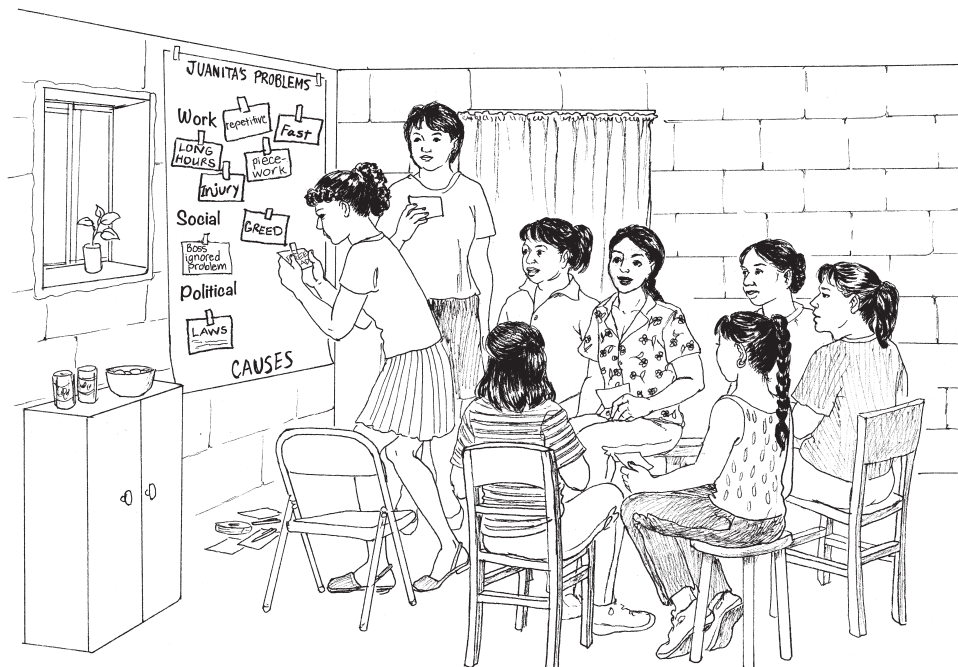
提出“为什么？”可以帮助你找出朱妮问题的原因，并选择解决方案。不断提出“但是，为什么？”，可以让小组成员比第一次听到这个故事时想到更多原因。

1. 为什么朱妮的手会受到这么大的伤害？因为她的工作岗位要求她尽可能快地缝制衣服。她的双手需要不停地弯曲扭转，而且每天要重复数百次同样的工序。

2. 但是，为什么要这样设计工作岗位呢？因为老板快速并廉价地建起了工厂，并没有想到要保护工人的身体免受伤害。老板按缝制衣物的数量支付给朱妮计件工资，而不是给她计时工资。所以，朱妮每天要工作很久，并且要尽可能快速，才能完成产量指标并得到足够谋生的工资。

3. 但是，为什么是付她计件工资，而不是计时工资呢？因为老板希望她能在更短的时间内缝制更多的衣服，这样就能创造更大利润。老板的竞争对手也是如此支付工人工资。

4. 但是，既然这份工作给她造成了这么多痛苦，为什么朱妮不换工作？因为这是她唯一能找到的工作。她没受



过其他培训，也没有别的技能。在她所处的地方，受教育程度低的女性大多只能在工厂工作。

5. 但是，为什么这就是朱妮能找到的最好工作？因为她家很穷，她的父母认为女孩子不需要上学。工厂雇用像朱妮这样需要工作的女性，因为害怕失去工作，所以她们不会抱怨条件差。

6. 但是，老板让工人操劳过度，还付这么低的工资，为什么没人管呢？老板可以为所欲为，是因为政府没有大力执行劳动法规，工人也没有力量去争取。辞掉朱妮之后，老板很容易找人代替，而且其他服装厂也是同样的条件。

7. 但是，为什么像朱妮这样的穷人找不到更好的工作呢？因为很多贫穷国家都在努力吸引外国企业来建厂，并给像朱妮这样的穷人创造就业机会。政府会建立出口加工区，或是制定一些优惠政策给建厂的外企减税。为了支付这些开销，政府只好削减教育、职业培训和其他类似项目的预算，这些被削减掉的东西其实能帮朱妮找到更好的工作。

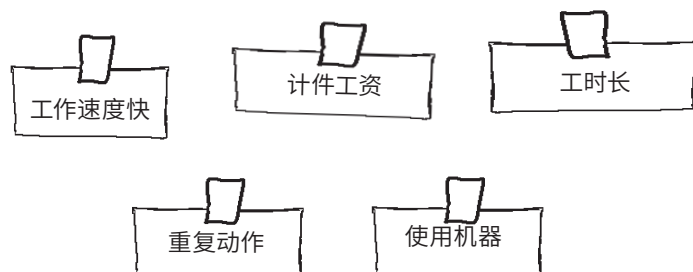
活动

分析工人健康问题的原因

讨论一个问题所有原因，能帮助工人找到更多解决办法，并防止问题再次发生。工人们可以讨论哪些原因是最主要的，哪些是可以改变的，以及谁是帮助他们改变的盟友。不同的工人，会问不同的问题和给出不同的答案。根据工人自身的工作条件，也会产生相应的问题和答案。

将上述“但是，为什么？”活动的答案进行分类，就会更容易看清朱妮所面临问题的原因。例如，可以把原因归为“工作条件”、“社会原因”和“政治和经济原因”几类。或是试着创建你自己的分类。

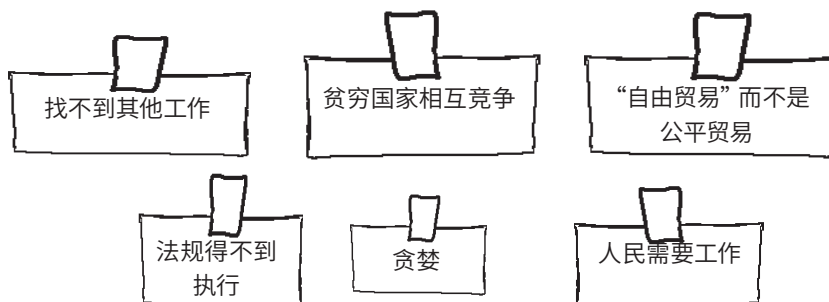
危险的工作条件包括：有毒化学品，磨损的电线，每天重复很多次同样的动作，不安全的饮用水。



造成工人健康问题的社会性原因：否定工人权利和尊严的态度、习惯和行为，比如低薪、骚扰和歧视。女工尤其易受社会性原因的影响。



造成工人健康问题的政治和经济原因：有一些人，在城市、地区或国家中拥有和控制土地、资源和政治权力，他们的行为就属于此类。政治和经济原因包括：允许老板为长工时支付低工资的劳动法规和政策，解雇完不成定额的工人，以及对工会的禁令。政治和经济原因还包括：政府没有为人民提供安全的水、卫生设施、教育和其他服务；以及各种迫使小农进城进厂工作讨生活的政策和压力。



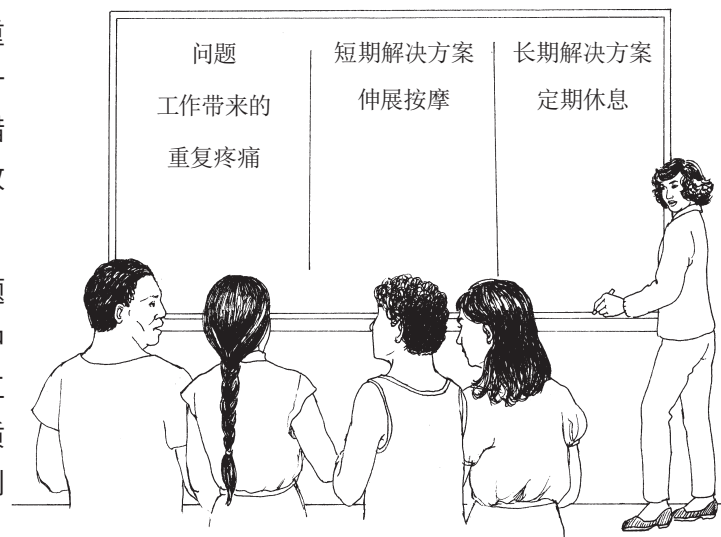
着手解决问题, 有许多方法

有时候, 尽管问题可能很明显, 但解决方案却并不明显。这时就需要向职安健专业人员、卫生行业工作者、工会安全代表或其他有相关经验人士询问意见。对于如何使他们的工作变得更安全, 工人经常有优秀且实用的想法。获得不同人士的支持, 可以帮助你找到最有效和最实际的解决方案。

短期解决方案: 良好的开端可以是简单、低成本也不需要老板很多支持就能实现的改变。好的短期解决方案可以马上起到保护工人的作用, 还可以赢得他们对实施长期解决方案的支持。短期解决方案并不意味着老板不用向工人提供更全面的保护, 但是可以让工人体会到通过行动赢得更好工作条件的经验。

长期解决方案: 许多解决方案都涉及寻找安全的化学品, 安装通风系统或更安全的机器等新设备, 或是隔开工人与危险的工作流程。职安健专业人士可以帮助设计和实施这些变革, 但实现起来可能需要时间。对于长期解决方案来说, 工人参与是很重要的。他们的知识可以避免在设计 and 安装设备时出现代价高昂的错误, 他们对老板的压力也可确保改善迅速到位。

让工人积极参与几次解决问题后, 你就可开始鼓励他们在工作中其他领域发挥创造性, 比如改善工作的组织方式, 提高效率和产品质量。这种参与和赋权常常会延伸到社区当中, 同样创造积极的改变。



帮助工人学习职业健康知识

那些相信工人能够共同努力改变世界的人, 才最适合帮助工人进行有关职业健康的学习和组织活动。

“工人健康促进员”是指那些愿意帮助工人学习职业健康知识并组织工人去争取更安全的工作条件的人士。工人健康促进员不一定对职业健康无所不知, 也不可能对工作中出现的或工人提出的每个问题都有解决方案。但是, 他们的存在可以起到很大作用。

具备下列条件, 就可以成为工人健康促进员:

- 受工人尊重, 且工人们愿意同她/他交谈。
- 亲身的经历使她/他懂得, 造成职业健康问题的, 既有物质原因, 也有社会性原因。
- 懂得工作条件是人为设计的, 所以也可以为了保护人们的健康而重新设计。
- 相信健康并被赋予权力的工人可以令企业健康持续地发展。
- 相信有了信息、培训和合适的工具, 人们可以做出更好的决定, 并变得更加安全健康。



每个人都可以学习职业健康知识



工人健康促进员通常都是志愿者。如果工厂有工会安全委员会，他们也可能会参加。这些志愿者之所以会成为工人健康促进员，是因为他们立志通过改善工作中的健康和条件，来提高工人的生活质量。

作为一名工人健康促进员，你的职责是：

- 了解足够多的职业健康知识，在工人们需要采取行动的时候，能够指引他们获得信息和建议。
- 教导工人如何观察工作场所，如何发现问题，以及如何找到解决问题所需的资源。
- 与友好的职安健专业人士建立联系，在你和同事遇到问题时，向他们寻求技术支持。
- 通过鼓励工人积极参与改善自身职业健康的活动，提升工人自尊。工人需要直接面对工作中的健康和安全问题，也是问题得到改善后的最大受益者，因此，他们自己才是最好的职业健康倡导者。
- 围绕着工人最关心的问题，支持那些愿意组织起来的工人。

墨西哥“边境女工委员会 (CFO)”

来自墨西哥“边境女工委员会 (CFO)”的工人健康促进员与工人们交谈并鼓励他们彼此交流各自的工作条件。开头经常会进展缓慢，只有三四个人讨论他们遇到的问题和挫折。但通过这一过程，各个小组中的工人获得了自信。刚开始通常是小活动，比如角色扮演工人与监工的冲突。通过与朋友进行角色扮演的练习，工人有了信心，就会这样回应老板：“不要对我大喊大叫，你用正常声音说话我也能听清。”即使这种最微小的反抗，也能震慑到监工，使得工人认识到自己的力量。



我们创建了这个组织，来分享我们关注的问题和了解我们的权利。现在，我们可以在工厂里发声，并让别人听到我们的呼声。

一个工人健康促进员的健康和安全原则

1. 任何工厂中，最重要的产品都是工人的健康和安全。雇主有责任合理地规划和组织生产，把保护工人和社区的健康和安全放在首位，之后才是满足生产要求和获取利润。所有工人都有权了解自身工作中需要接触的化学品、原材料和机器设备。雇主有责任提供相关信息，包括名称、危险性和工人需要采取的防护措施。

2. 工人有权拒绝在危险的条件下工作，也有权拒绝接触危险物质。

3. 纠正工作中危险的最好方法，是找出问题的根源并寻找更安全的替代品。最好的解决方案是把危险物质换成安全的替代品，换上更安全的机器，给危险的机器或生产线装上警报或把它们和工人隔开，改善通风等等。使用个人防护装备只能作为最后的手段或以防万一。

劳动法规定，我们可以拒绝危险的工作！

你若是不解决问题，我们就不回去工作。



4. 工人有权监察自身工作场所的卫生和安全状况，并获得医疗服务和体检。雇主有责任监督工作场所的条件，并确保工人得到免费优质的医疗服务。

5. 工人和工人组织改善工作场所卫生安全条件的努力，有助于提高生产质量和效率，并有益于周围社区居民的健康。雇主必须允许工人自由地进行组织。

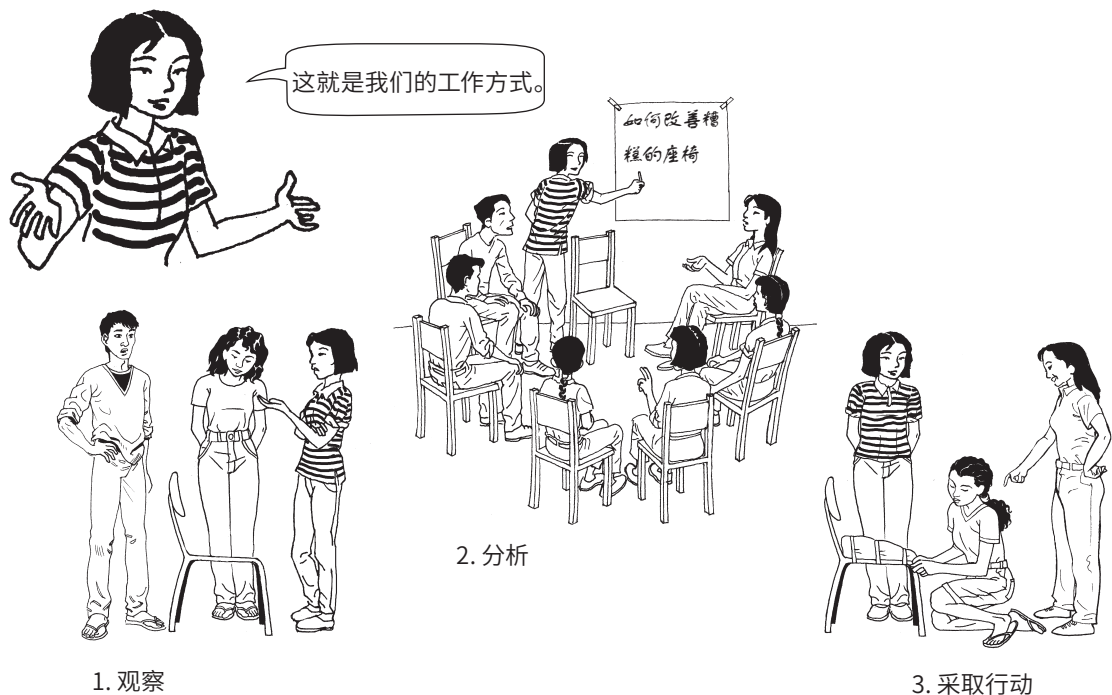
6. 正因为工人最直接受健康和安全危险的影响，所以在改进生产条件、创造更安全和健康的工作场所方面，他们也是最强大、最有效的力量。

鼓励工人分析问题并找到解决方案

想理解和改变朋友、家人和同事的工作条件，最好的工具就是你的思想。你和工人一起参与活动时，即使是非正式的讨论，也应该鼓励对方去思考，而不仅仅是跟随你的领导。提出“你是怎么想的？”这样的问题，并在每一个回答中找出那些有用和积极的部分。确保倾听每一个人的发言，而不是只听那些嗓门大的男人的发言。如果有人对某问题的原因或结果有不同意见，应该与其探讨，而不是敷衍了事。相反意见的出现，是一个机会，可以用来谈谈大家在工作中面临的不同挑战，以及改善工作条件可以采取的不同方式。

一个好的工人健康促进员应该进行的自我提升：

- 从分享信息 —————> 到学习和传授技能
- 从分享故事 —————> 到解决问题
- 从教室（理论）—————> 到工厂（实践）



1. 观察

2. 分析

3. 采取行动

来自工人健康促进员的建议

从工人已知的内容开始

在开始每一个项目、培训和讨论时，都先让参与者分享他们的知识或经验。为了使参与者思考现在的工作条件可能会在未来导致的健康问题，就先让他们讲讲自身已经出现的健康问题。绘制身体地图的活动就是一个例子，参与者首先分享他们已知的东西，之后促进员便可以教授新的知识。

一个工人，即使在一家工厂工作多年，也很可能从来没人问过他如何才能使工厂变得更好。在自己工作的领域，工人们有许多内行的知识，对于如何使工作更安全、更高效和更令人满意，他们的想法常常都强过外人。所以，要多向工人询问他们的想法，并花时间来讨论。

处理严重问题

尝试首先解决那些造成最大损害的问题。例如，可能你觉得最重要的问题是减少工人与危险化学品的接触，但一些工人可能会觉得加薪才最重要。于是，一种可能的解决方案就是，要求老板减少工人接触有毒化学品的工时，但维持工资不变。同时，你也可以向老板要求更换更安全的化学品和更好的通风实施。

首先着眼于更容易获得改善的问题，一旦成功，就可以赋予工人能量和自尊，从而推动更重要的改变。

教授最需要知道的

有关职业健康和安全的消息有很多，但全部了解要花费太多时间。而且，接收太多信息有时也会把人搞晕。

向自己提出这个问题：“对于我们的工作场所来说，什么样的信息才是最有用的？”把最重要的信息作为课堂



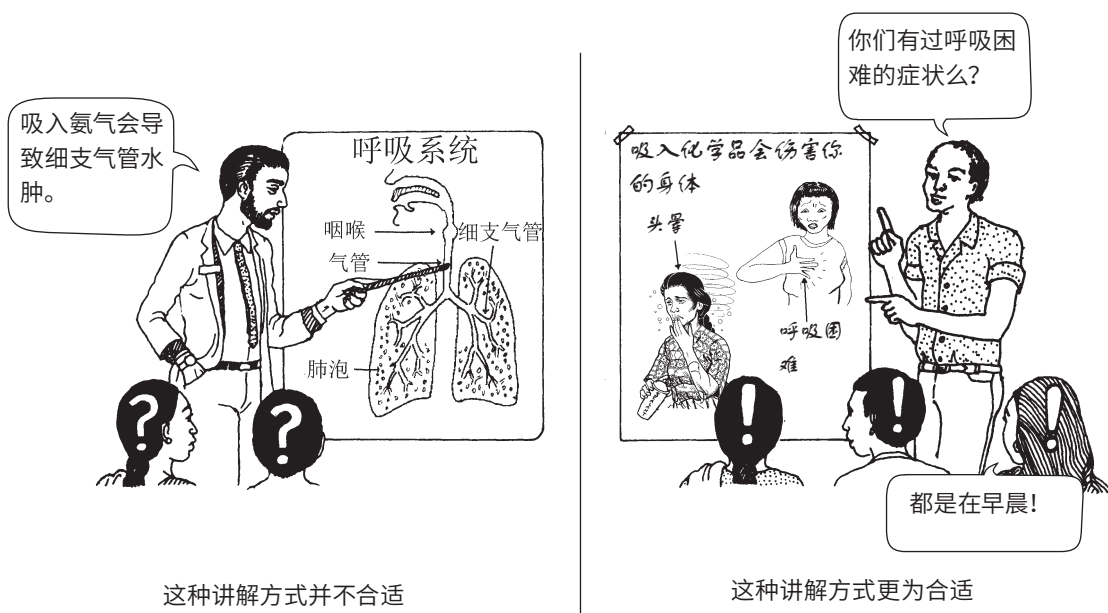
优先教授工人必须知道的东西。

或培训的重点。专注于那些能促使工人采取行动的东西，即那些能帮助他们批判地思考自身处境，并自己找到答案和解决方案的工具、思想和信息。

使用工人容易理解的语言

专家经常使用那些有确切科学含义的术语。他们在接受教育的过程中学会了这些术语，所以，在使用术语的时候，他们不仅仅是为了表达精确，也是为了表现自己受过高等教育并且获得了权威和地位。

但大多数人不使用专业术语。作为一名工人健康促进员，你要把这些难懂的词汇转换成日常用语，即使后者并不是完美或“准确”的表达。要经常告诉你的听众，如果他们不明白你说的某些词汇或想法，就应该要求你停下来解释，或是事后单独交流。改善工作场所，并不需要工人必须知道正确的术语。



教会工人如何学习

对所有人来说，比起被动听讲，参与互动式的学习才是更有成效的。讲到如何解决一个问题时，要让小组的所有成员都说说自己的想法。模拟老板和工人对话的角色扮演，是一种能让大家都参与进来的趣味活动，还能让他们展开讨论支持或反对某一解决方案。

工人健康促进员不但要分享信息和想法，还要鼓励工人讲出自己的想法。但促进员最重要的工作，是教会工人如何寻找信息，以及如何通过与工友讨论来验证这些信息是否有道理。如果你做到了这些，就能帮助工人建立自信和自立，学会解决问题的技能，还能激发他们的主动性。

有需要的时候，向他人寻求帮助

当工作条件危险或工厂管理层明显有非法行为时，你和同事可能会觉得，停工或靠自身力量去纠正问题是不安全的。你所在国家的法律，可能会规定你有权向劳动部门、消防部门或其他政府机构寻求帮助，让它们迫使你的雇主纠正问题，改善安全、卫生和工作条件，或落实工资和福利待遇。

对工作场所的监查权



国际劳工组织劳动监察公约(81号)指出,政府有责任立法建立劳动监察机构。监察员男女皆可,并应具有以下权力:

- 无须事先通知便可进入工作场所,特别是在监察员认为有违法现象的情况下。
- 与工人交谈。
- 查阅与工作有关的任何文件。
- 在工作场所张贴普法宣传。
- 为进一步检测而取样。
- 为保证法律的有效实施,可以经常并彻底地检查工作场。

该劳动监察公约还指出,监察员所属机构应做到:

- 向政府进行汇报。
- 执行有关工时、工资、安全、健康、童工和其他问题的相关法律。
- 向雇主和工人提供技术性的信息和建议。
- 即使有些弊端并没有受到现行法律制约,也要向政府汇报。

联合国、国际劳工组织和其他促进工人权利的国际组织的作用,请参见附录A。

去哪里寻找信息和支持

收集有关工作危险和解决方案的信息的方法有很多。许多职安健专业人士乐于帮助工人——这也正是他们进入这一领域工作的原因。应大胆向他们寻求帮助。有时候,那些回答过几个简单问题的人,会在将来成为你的盟友,并以其他方式来支持你的组织工作。

涉及工作条件和现实的改进方法时,你的工友就是最好的信息来源。应该定期与工人交谈,分享想法和信息。不要只和你认识的人谈话,而是要养成每周结交新人的习惯。

工会通常会提供你所在国家或行业的工人权利和工人健康的信息。不同行业的工会,还会提供有关该行业特有危险的信息。在解决工作场所中的问题,组织工人,合同谈判,以及迫使雇主作出改变等方面,工会往往经验丰富。学习这些经验,可以帮你想到应该尝试什么或避免什么。

在法律、权利、社区教育和组织的战略,以及地方政治状况等方面,社区团体可以提供非常有帮助的资源与信



息。女性团体、宗教团体和政治组织常常都会积极参与有关工人权利和健康的活动。其中有些组织还同国内外其他组织有联系，这对收集和分享信息也非常有用。

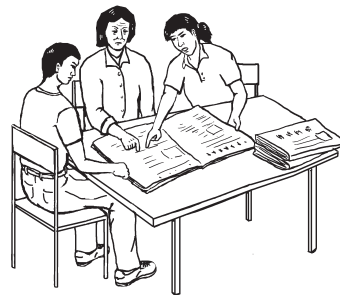
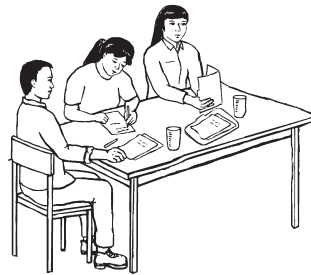
政府机构可以提供有关你所在行业的危险以及保护工人权利和健康的法律法规的信息。当工作条件不合法时，这些机构会告诉你如何提出申诉，以及法律是如何执行的。向政府寻求信息或帮助之前，要先考虑相关官员或机构是否有可支持你的权力和政治态度。

职安健专业人士可能有能力提供有关危险和解决方案的技术信息。他们知道去哪里购买雇主解决危险问题时可能需要的设备、工具和补给品。他们可能拥有能够测量危险程度的仪器。他们往往熟知有关工作场所安全健康的法律法规。他们还能帮你获得参考书籍，联系其他专业人士，以及在网上搜索更多的信息。

公司记录可能包含有关各种议题的有用信息：工时和工资是如何计算和支付的，工人会遭受哪些工伤和职业病，公司的收入和支出，使用了哪些化学品，以及公司是否对健康危险进行了检测等等。在一些国家，法律规定雇主必须将这些信息提供给要求阅览的工人。

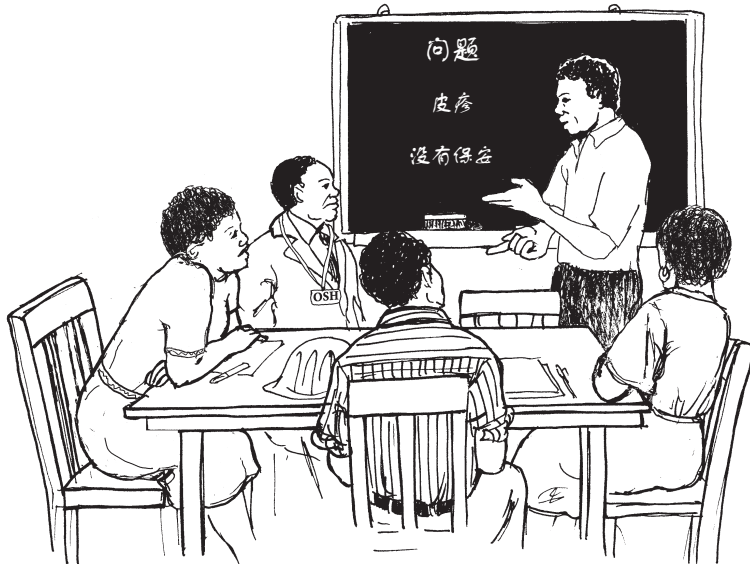
雇主公司在历史上可能有虐待工人的记录，或发生过灾难事故，比如火灾或化学品泄漏。你也可以找出，工厂所有者或管理层是否帮助过社区，或者他们同地方政府官员有什么关系。查阅过去的报纸或政府文件，跟在职和离职的工人交谈，向社区团体询问，都是可行方法。应该去问谁，如何问出你想知道的东西，以及根据被询问者与公司的关系来解读该人的回答，都需要你自己去考量的。要记住，两个诚实的人对某一事件的回忆，也有可能是非常不同的。

书籍和互联网是很好的信息来源。在健康、化学、工业和商业领域搜寻，会发现有用的信息。你通常也可找到有关工人权利、工作场所安全、妇女权利和其他方面的本国法律信息。你还可找到有关工作危险的详细信息，以及那些掌握更多信息的组织的名称。



对职安健专业人士的建议

每个人都有宝贵的知识和经验，但没人能“无所不知”，专家也是如此。作为职安健专业人士，你可以帮助工人去批判地思考他们知道和听到的东西。当有争议出现，雇主或专家提供的信息看起来并不正确或并不符合工人经验的时候，你要鼓励工人去勇敢质疑，去了解更多信息，以及在必要时提出挑战。如果最后是工人错了，你可以帮助他们寻找和评估一些能够改变他们错误想法的信息。



让工人参与每一个步骤

首先要跟工人交谈。要询问工人的经验。要关注工厂的实际情况，而不是大谈理想条件、书本知识或统计数据。

优先考虑对工人和社区最有利的方案，即使这不一定是最容易实现的。容易实现的方案往往是最廉价的，最速成的，最有助于提高利润的，或者是最符合政客或雇主期望的。

关注社会问题，比如工资或骚扰，因为它们同样也是健康和安全问题。职业健康不仅取决于机器和工具。

坦诚面对偏见。一些职安健专业人员为工会工作；另一些则不信任工会，即使在企业或政府都将工会视为重要伙伴的情况下。

与工人分享你的知识，使他们能够更好地倡导职业健康和安全。