

BREVET DE TECHNICIEN SUPERIEUR

Session 2003

Epreuve de langue vivante étrangère

ARABE

BTS Assistant de gestion PME-PMI

Durée : 2 heures

Coefficient : 1,5

L'usage du dictionnaire bilingue est autorisé

BTS Assistant de gestion PME-PMI		Epreuve : Arabe	
Session 2003	Durée : 2 heures	Coefficient : 1,5	Page : 1/3

أمراض الكمبيوتر

إعداد: نعيم أسعد
هل يبدأ الصداع حتى قبل أن تشغل الكمبيوتر وتبدأ العمل عليه؟ هل يتأبك شعور الضيق وأنت تقابل الشاشة لساعات طويلة؟ وهل تحلم بتوجيه لكمة مدمرة لهذه الشاشة اليهفاء أو ركلة لذلك الصندوق الربيع الجاثم إلى جنبك؟ ناهيك من التوسل إليه للإنتهاء من المهمة التي طلبتها مؤخراً أو توجيه سيل من الكلمات المقذمة الأوصاف عندما يتوقف عن العمل؟

يتعامل الكثير من المبرمجين والأشخاص الآخرين الذين يشتغلون على الكمبيوتر لفترات طويلة معه وكأنه شخص حي يتنفس ويتفهم مشاعرنا. فينهونه عن الإنتهاء من مهمة صعبة. ويتوصدونه ويصفونه بالفهي والحمار عندما يفشل في أخرى. بل ويتناقشون معه بصوت مرتفع عما يريدون القيام به؟ ليس في ذلك مبالغة، والذي يدخل قسم البرمجة والتطوير في الشركة يرى العجب والعجاب من تصرفات مثل هذه. لكنها ليست مشكلتنا الحقيقية. إنما نحن نتحدث عن مستخدم عادي يريد من الكمبيوتر طباعة رسالة لهذا المشتري وقائمة بمشتريات تلك الشركة ويساعده على إعداد الجزء المكلف به من التقرير السنوي والبحث في الانترنت من موقع معين أو حقيقة غائبة.

الكمبيوتر متهم وتعالى الشكاوى ضده من كل حديد وصوب حول تدمير عضلات المستخدمين وإضعاف قوة البصر عندهم بالإضافة إلى الآم الظهر والرقبة والحساسية في العينين والانتف ناهيك من مشاكل الأعصاب ووضع المستخدم على حاقيات الجنون. فهل هو المسبب حقا لكل هذه الكوارث؟
طبعا من السهولة توجيه الاتهام الى من لا يستطيع الإجابة والدفاع عن النفس. ولكننا نعمل على هذا الجهاز أكثر من عشر ساعات يوميا. وربما نكون نحن المذنبين بحق أنفسنا. فالجلوس ليضع ساعات بشكل مائل وظهر لا يستند إلى مقعد مريح لا تعني غير آلام ظهر ورقبة بعد حين. العينان اللتان تكادان أن تدخلا في الشاشة ومصدر الضوء الذي يأتي من الخلف ويتعكس على الشاشة، أضف إلى ذلك رائحة الأوزون المنبعثة من الطباعة القديمة والتي تعني انقا حساسا لا يعني غير عيون حمراء دائمة ومجهدة وأنف حساس.

من جهة أخرى هناك الأزيز المنبعث من هذا الجهاز وتلك الطباعة والأفنية المنطلقة من كومبيوتر أو مسجل مجاور ورنين التليفونات بالإضافة للمزامير القادمة من النافذة والنقاش الدائر بين الزملاء حول مواضيع مختلفة وكل ذلك يشتت المستخدم ويضعه تحت ضغط نفسي متواصل. ومع تواصل العمل تبدأ هذه الأعراض بملازمة المستخدم، بل يأخذ الجسم بالشكوى والأثني حتى قبل البدء بالعمل فهو يعرف ما سيحصل له بعد جلسة غير صحية ليضع ساعات محاطة بالضجيج والتوتر.

العلاج قد يكون ابسط كثيرا مما تتصور. اجلس بشكل صحيح وظهر متكئ ومرتاح في غرفة تتمتع بهدوء نسبي وهواء نقي. ولا تبق في تلك الجلسة لفترة طويلة بل تحرك في الغرفة بين حين وآخر أو حتى خارج المبنى في الهواء الطلق ليضع دقائق. غير اتجاه الشاشة إذا كان الضوء القادم من الشبابيك ام المصابيح الكهربائية ينعكس منها إلى عينيك بشكل مباشر فهو سبب حقيقي للتوتر والإجهاد. وعندما تحصل على فرصة للاستراحة فاسترخ في مقعدك وقم ببعض التمارين الرياضية وحرك عضلات الرقبة والظهر بدلا من استغلال الاستراحة في تقليب الانترنت أو ممارسة لعبة على الكمبيوتر! ■

BTS Assistant de gestion PME-PMI		Epreuve : Arabe	
Session 2003	Durée : 2 heures	Coefficient : 1,5	Page : 2/3