

تغییر ساعت؛ قانونی ۲۱ ساله با مخالفان و مخالفان بسیار!

تغییر ساعت قانونی بود که موافقان و مخالفان بسیار داشت و شاید بد نباشید نگاهی به نظرات آنها بیندازیم.

به گزارش سایت خبری پرسون، تغییر ساعت برای کشورهایی که طول روز و شب در فصل‌های مختلف آن‌ها، زیاد نیست بی‌معناست و بیشتر به درد کشورهایی می‌خورد که به قطب نزدیک‌ترند.

«ساعت چنده؟ ساعت قدیم یا جدید؟» این یکی از پرتکرارترین دیالوگ‌ها در کشورمان بعد از تغییر ساعت در فروردین و شهریورماه بود که با مصوبه چند وقت قبل مجلس، از سال ۱۴۰۲، به نوستالژی تبدیل می‌شود. جرقه تغییر ساعت از یک طرح فرانسوی برای استفاده بیشتر از نور خورشید در سال ۱۸۷۴ زده و ۳۳ سال بعد پیشنهاد تغییر ساعت رسمی برای اولین بار در انگلیس مطرح شد و البته در حد پیشنهاد باقی‌ماند. ۹ سال بعد آلمان اولین کشوری بود که این طرح را عملی کرد و بعد از آن آمریکا، انگلیس و بعضی کشورهای دیگر اروپایی به این جمع اضافه شدند. کمبود شدید انرژی در روزگاری که اروپا تازه جنگ جهانی اول را پشت سر گذاشته بود، علت این تصمیم بود.

بیشترین گستره جغرافیایی این قانون در اروپا و ایالات متحده آمریکا و کاناداست و در جهت غرب به شرق قاره آسیا پس از ایران، کمتر کشوری این قانون را اجرا می‌کند. در قاره آفریقا، آمریکای جنوبی و استرالیا هم این قانون با پراکندگی بالایی اجرا می‌شود. کشورهایی همچون ژاپن، چین و کره جنوبی این قانون را اجرا نمی‌کنند. در ایران هم ساعت رسمی کشور برای اولین بار در سال ۵۶ به عقب و جلو کشیده شد. این طرح بعد از انقلاب متوقف شد و در سال ۱۳۷۰ و در زمان ریاست جمهوری مرحوم هاشمی رفسنجانی دوباره تصویب و اجرایی شد، اما تکلیف نهایی تغییر ندادن ساعت در ۲۴ اسفند ۱۴۰۰ با ۱۱۵ رای موافق، ۷۷ رای مخالف و ۸ رای ممتنع از مجموع ۳۳۰ نماینده حاضر در جلسه علنی مشخص شد. این طرح بعد از موافقت نمایندگان به شورای نگهبان ارسال شد و به دلیل ایرادات شورای نگهبان قرار شد اجرای این طرح به ابتدای سال ۱۴۰۲ یعنی کمتر از ۱۰ روز دیگر موکول شود. این طرح از ابتدا موافق و مخالفانی داشت که در این مطلب سعی کردیم به بررسی هر دو جبهه بپردازیم و در کنارش تجربه اتحادیه اروپا در زمینه تغییر ساعت فصلی را بررسی کنیم.

حرف موافقان تغییر ساعت چیست؟

در شش ماهه اول سال با کشیدن ساعت به جلو مردم فرصت بیشتری برای کار و فعالیت دارند. همچنین می‌توان از انرژی خورشید در صبح‌ها استفاده و در مصرف انرژی صرفه جویی کرد. این حرف موافقان تغییر ساعت است. در واقع موافقان تغییر ساعت فصلی، معتقدند این عقب و جلو رفتن ساعت به مردم کمک می‌کند تا بیشتر ساعت کاری‌شان را در روز بگذرانند و برای تامین انرژی و روشنایی به مشکل نخورند.

البته تغییر ساعت برای کشورهای استوایی که طول روز و شب در فصل‌های مختلف آن‌ها، زیاد نیست، بی‌معناست و بیشتر به درد کشورهایی می‌خورد که به قطب نزدیک‌ترند و فاصله معنادار بین روز و شب، باعث کاهش انرژی می‌شود. همچنین ناهماهنگی بین ساعت و افق شرعی کشور در دو نیمه سال در شهرهای مختلف و هزینه‌بر بودن تغییر زیرساخت‌ها در سیستم اداری کشور برای اجرای طرح تغییر ندادن ساعت جزو دلایل موافقان بود. برخی کارشناسان تنها هزینه نیروی انسانی را فارغ از دیگر هزینه‌ها بیش از ۷۱۵ میلیارد تومان برآورد کرده بودند.

حرف مخالفان تغییر ساعت چیست؟

استدلال مخالفان تغییر ساعت متفاوت است. آن‌ها می‌گویند ساعت بیولوژیکی بدن با تغییر ساعت مختل می‌شود و تا بدن بخواهد خود را با شرایط جدید هماهنگ کند دچار مشکلاتی مانند به هم ریختن الگوی خواب می‌شود. به این شکل که فرد نمی‌تواند به موقع بخوابد و روز بعد را با احساس خستگی و خواب‌آلودگی شروع می‌کند و به پایان می‌رساند.

همچنین برخی افراد به سختی تغییر زمانی به وجود آمده را می‌پذیرند. این تغییر ممکن است هفته‌ها روی حال روحی و رضایت فرد از زندگی تاثیر منفی بگذارد. برخی بررسی‌ها در استرالیا نشان می‌دهد آمار خودکشی در چند هفته ابتدایی تغییر ساعت بالا می‌رود. این اتفاق در روسیه هم در دسرساز شد با این تفاوت که خودکشی‌ها در پاییز رخ می‌داد. از طرفی بعضی مطالعات نشان می‌دهد اختلال در خواب ناشی از تغییر ساعت در بهار، بهره‌وری در محل کار را کم می‌کند به این معنی که افراد در محل کار این ساعت اضافی را مشغول کاری جز وظیفه اصلی‌شان می‌شوند و کار خود را از همان ساعت قبل از تغییر شروع می‌کنند. کاهش سردرگمی افراد سالمند و میان سال در تغییرات شکل گرفته در ساعت کار ادارات، بیمارستان‌ها، بلیت‌ها و... به واسطه تغییر ساعت از دلایل مهم دیگر مخالفان طرح تغییر ساعت است.

تجربه اتحادیه اروپا به ما چه می‌گوید؟

اتحادیه اروپا در سال ۲۰۰۱ از همه کشورهای عضو خواست که برای صرفه جویی در زمان، ساعت رسمی خود را در آخرین یک شنبه مارس یک ساعت به جلو ببرند و در آخرین یک شنبه اکتبر به عقب برگردانند. چند سال بعد اعضای این اتحادیه با اتکا به تحقیقات انجام شده متوجه شدند زبان تغییر

ساعت بیش از فایده است و به همین دلیل به تغییر ندادن ساعت فصلی از سال ۲۰۲۱ میلادی به بعد رای مثبت دادند. به گزارش یورونیوز، دکتر پل کیلی، محقق دانشگاه آکسفورد در این زمینه می‌گوید: «ما نمی‌توانیم ساعت بیولوژیکی را تغییر دهیم. شما نمی‌توانید یاد بگیرید که در یک زمان خاص بیدار شوید. بدن شما با نور خورشید سازگار است، ولی شما از آن آگاه نیستید چرا که این سازگاری به بخش هیپوتالاموس مغز شما گزارش می‌شود نه چشمانتان.» همچنین طبق این تحقیقات کم‌خوابی در افراد سبب خستگی، اضطراب، سرخوردگی، خشم، افزایش وزن، افزایش فشار خون، پایین آمدن ایمنی بدن و استرس می‌شود.

فقط یک هفته خواب کمتر از شش ساعت در شب منجر به ۷۱۱ تغییر در نحوه عملکرد زن‌ها می‌شود. تغییر ساعت در اولین روز آن موجب بالا رفتن ۶ تا ۱۷ درصدی خطر تصادف، افزایش ۱۷ درصدی مرگ و تشدید وقوع تصادف است که علت آن، خواب آلودگی رانندگان است. این‌ها بخشی از دلایلی بود که اتحادیه اروپا را مجاب کرد تا به تغییر ندادن ساعت فصلی رای مثبت دهند.

منبع: خراسان