

## بررسی اثرات فضای سبز شهری بر خصوصیات روحی و روانی شهروندان اندیمشک

عارف کرکئی\*<sup>۱</sup> و محمدرضا صالحی سلمی<sup>۲</sup>

\*<sup>۱</sup> دانش‌آموخته کارشناسی ارشد گیاهان زینتی، دانشکده کشاورزی، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی خوزستان، ایران

<sup>۲</sup> دانشیار گروه مهندسی و علوم باغبانی دانشکده کشاورزی، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی خوزستان، ایران

\*نویسنده مسئول: a.korki@yahoo.com.com

### چکیده

رشد شهرنشینی و افزایش جمعیت در سال‌های اخیر باعث شده است که شهرها با کمبود فضا مواجه شوند و در نتیجه آپارتمان‌نشینی رشد فزاینده‌ای داشته باشد. وجود فضای سبز از لحاظ روانی و فیزیولوژیکی می‌تواند تأثیرات مثبتی روی ساکنین شهرها داشته باشد. اصولاً فضای سبز مناسب در شهرها افزون بر سلامت جسمانی موجب آرامش روان، بازده کاری بیشتر و کیفیت زندگی برتر می‌شود و این در حالی است که در طراحی شهرها به این جنبه‌ها توجه چندانی نمی‌شود و در نتیجه در شهرها بیشتر از روستاها سلامت روانی و سلامت اجتماعی در معرض آسیب است. پژوهش حاضر در بهار سال ۱۴۰۰ به صورت پرسش‌نامه در شهرستان اندیمشک واقع در استان خوزستان طراحی و اجرا گردید. پرسشنامه‌ها در اختیار ۵۰ نفر از مناطق مختلف شهرستان قرار گرفت. میانگین سنی افراد ۲۵ تا ۴۰ سال بود. نتایج حاضر این پژوهش نشان داد که فضای سبز بیشترین اثر مثبت را روی آرامش روانی افراد، رفع خستگی افراد، ایجاد رضایت‌مندی افراد، ایجاد امید به آینده، بهبود روابط مردم منطقه، کاهش ناراحتی مردم، کنترل عصبانیت افراد، نشاط و شادابی مردم منطقه دارد، باین وجود فضای سبز روی فاکتور اندیشیدن مردم به خودکشی کمترین اثر را داشت.

**کلمات کلیدی:** فضای سبز، شهرنشینی، روانشناسی، نشاط، نظرسنجی

### مقدمه

رشد شهرنشینی و افزایش جمعیت در سال‌های اخیر باعث شده است که شهرها با کمبود فضا مواجه شوند و در نتیجه آپارتمان‌نشینی رشد فزاینده‌ای داشته باشد. از طرف دیگر در نتیجه کمبود فضا، سرانه فضای سبز نیز در شهرها کاهش پیدا کرده است. طبق تعریف فضای سبز شهری بخشی است که عرصه‌های طبیعی یا اغلب مصنوعی آن زیرپوشش درختان، درختچه‌ها و بوته‌ها، گل‌ها، چمن‌ها و سایر گیاهان است که بر اساس نظارت و مدیریت انسان با در نظر گرفتن ضوابط، قوانین و تخصص‌های مرتبط با آن برای بهبود شرایط زیستی و رفاهی شهروندان احداث می‌شوند (صالحی فرد و همکاران، ۱۳۸۷). نتایج مطالعات مختلف نشان می‌دهند که وجود فضای سبز از لحاظ روانی و فیزیولوژیکی می‌تواند تأثیرات مثبتی روی ساکنین شهرها داشته باشد. اصولاً فضای سبز مناسب در شهرها افزون بر سلامت جسمانی موجب آرامش روان، بازده کاری بیشتر و کیفیت زندگی برتر می‌شود و این در حالی است که در طراحی شهرها به این جنبه‌ها توجه چندانی نمی‌شود و در نتیجه در شهرها بیشتر از روستاها سلامت روانی و سلامت اجتماعی در معرض آسیب است (ابراهیم‌زاده و همکاران، ۱۳۸۷). روابط متقابل انسان با طبیعت و فضای سبز، انواع متفاوتی از مزایای روحی، فیزیکی و اجتماعی به همراه کاهش استرس و بهبود سریع‌تری بیماری‌ها را به جوامع بشری عرضه داشته و فرصتی جهت بهبود کیفیت زندگی شهری در اختیار انسان قرار می‌دهد. در واقع محققان نشان دادند که ارتباط با طبیعت، در محیط بیرون از خانه، محیط کار و هر مکان دیگر بر روحیه افراد تأثیرگذار بوده است (فرومکین و همکاران، ۲۰۰۴). بررسی‌ها نشان داده است که استفاده‌کنندگان از پارک، پس از بازدید از پارک سطوح پایین‌تری از اضطراب، غم و استرس را داشتند (هول و همکاران، ۱۹۹۵). قرار گرفتن در مکان‌هایی که درختان وجود دارند در طی ۵ دقیقه به بهبودی از استرس کمک می‌کند، به طوری که سبب تغییر در فشارخون و تنش عضلانی می‌شود (اولریچ، ۱۹۸۴). اماکن سبز حالات خسونت و آشوب را می‌کاهد (بارتون، ۲۰۰۸) و با گذراندن زمان بیشتر در طبیعت بسته به سن، جنسیت و موقعیت اجتماعی-اقتصادی، استرس کمتری

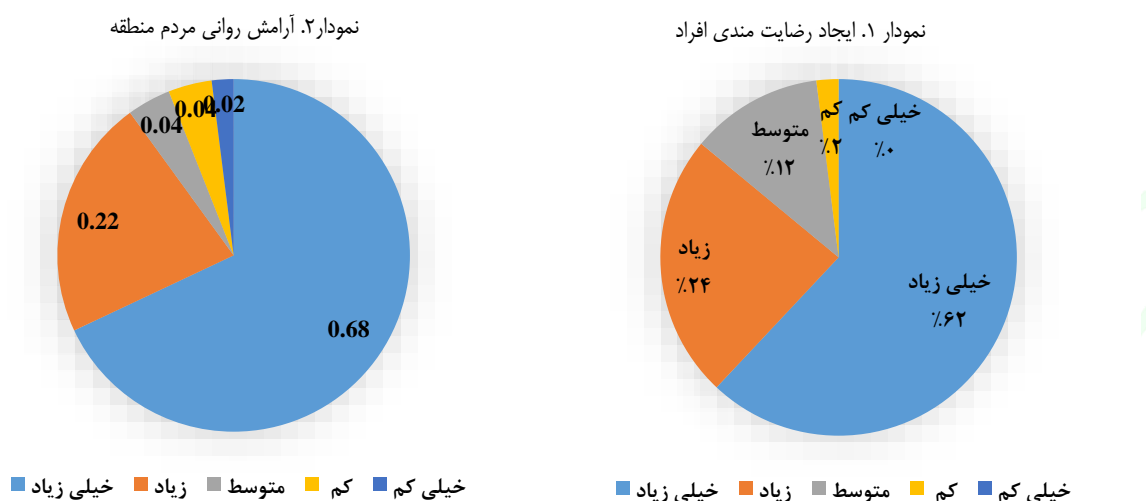
احساس می‌شود (کوو، ۲۰۰۱). با توجه به اهمیت فضای سبز در زندگی مردم پژوهش حاضر به منظور بررسی اثرات آن بر خصوصیات روحی و روانی شهروندان اندیمشکی طراحی گردیده است.

### مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر در فصل بهار سال ۱۴۰۰ در شهرستان اندیمشک واقع در استان خوزستان به صورت پرسش‌نامه طراحی و اجرا گردید. پرسشنامه‌های در اختیار ۵۰ نفر از مناطق مختلف شهرستان با میانگین سنی ۲۵ تا ۴۰ سال قرار گرفت. جنسیت افراد حاضر در این پژوهش از هر دو گروه مرد و خانم بودند. مواردی که در این پژوهش مورد بررسی قرار گرفت اثر فضای سبز شهری بر کاهش اندیشیدن افراد به خودکشی، کاهش استرس، افزایش قدرت تصمیم‌گیری افراد، ایجاد امید به آینده، کنترل عصبانیت، نشاط و شادابی، بهبود روابط مردم منطقه، ایجاد رضایت‌مندی مردم منطقه، رفع خستگی افراد و آرامش روانی افراد بود. آنالیز داده‌های این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار SPSS و رسم نمودارها با استفاده از نرم‌افزار ورد ۲۰۱۳ رسم گردید.

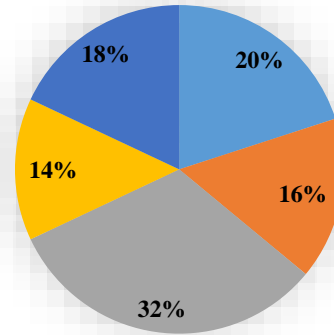
### نتایج

بررسی اثرات فضای سبز روی ایجاد رضایت‌مندی در افراد حاضر در پژوهش حاضر نشان داد که فضای سبز اثر مثبتی بر روی افراد دارد و ۶۲ درصد از پاسخ‌دهندگان بر این باور بودند که فضای سبز تأثیر خیلی زیادی بر روی آن‌ها دارد (نمودار ۱). همچنین بررسی اثرات فضای سبز روی آرامش روانی مردم نشان داد که بر مردم منطقه تأثیر خیلی زیادی دارد و ۶۸ درصد جواب پاسخ‌دهندگان گزینه خیلی زیاد بود (نمودار ۲). بررسی اثرات فضای سبز روی کاهش اندیشیدن افراد به خودکشی نشان داد که فضای سبز اثر کمتری بر کاهش این پارامتر دارد و ۶۴ درصد افراد حاضر در این پژوهش فضای سبز را کم دانستند (نمودار ۳). در خصوص افزایش قدرت تصمیم‌گیری افراد نتایج به دست آمده نشان داد که فضای سبز دارای اثر کمی بر روی این پارامتر است به گونه‌ای که مجموعاً

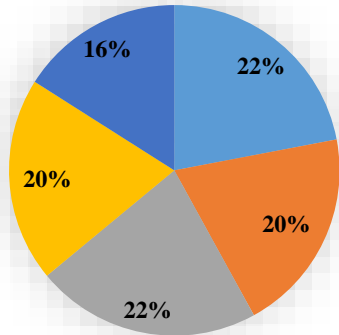


۵۸ درصد افراد اثر فضای سبز نمودار ۱ و ۲. بررسی اثر فضای سبز بر میزان رضایت‌مندی و آرامش روانی مردم

نمودار ۳. کاهش اندیشیدن افراد به خودکشی



نمودار ۴. افزایش قدرت تصمیم گیری افراد

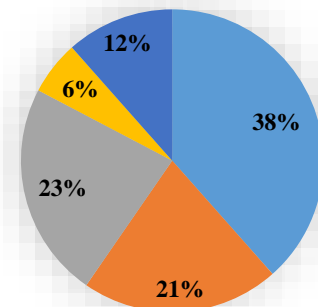


خیلی کم ■ کم ■ متوسط ■ زیاد ■ خیلی زیاد      خیلی کم ■ کم ■ متوسط ■ زیاد ■ خیلی زیاد

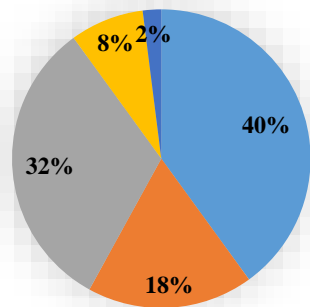
نمودار ۳ و ۴. بررسی اثر فضای سبز بر کاهش اندیشیدن افراد به خودکشی و افزایش قدرت تصمیم گیری

در بررسی نتایج این پژوهش مشخص گردید که فضای سبز در بهبود روابط مردم اثرات مثبتی دارد و ۳۸ درصد پاسخ‌دهندگان این اثر را خیلی زیاد دانستند و تنها مجموعاً ۱۸ درصد این اثر را کم و خیلی کم دانستند (نمودار ۵). در خصوص اثرات فضای سبز بر کنترل عصبانیت مشخص گردید که ۴۰ درصد پاسخ‌دهندگان اثرات فضای سبز را خیلی زیاد دانستند و مجموعاً ۱۰ درصد از مردم معتقد بودند اثر خیلی کم و کمی بر روی کنترل عصبانیت دارد (نمودار ۶). بررسی نتایج نشان داد که فضای سبز بیشترین اثر مثبت را بر روی میزان رفع خستگی افراد و افزایش نشاط و شادابی در آن‌ها دارد که مطابق نتایج به‌دست‌آمده این میزان به ترتیب ۷۶ و ۷۸ درصد بود (نمودار ۷ و ۸).

نمودار ۵. بهبود روابط مردم

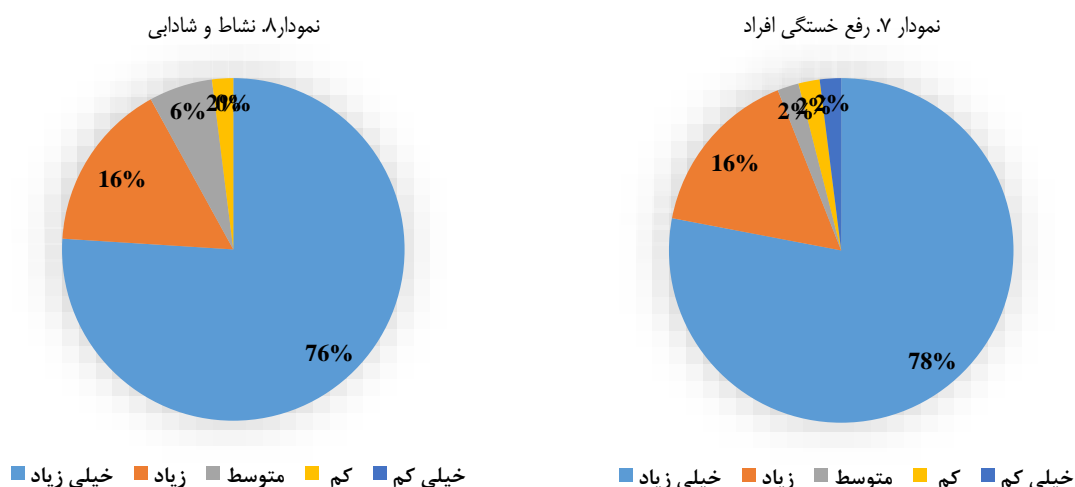


نمودار ۶. کنترل عصبانیت



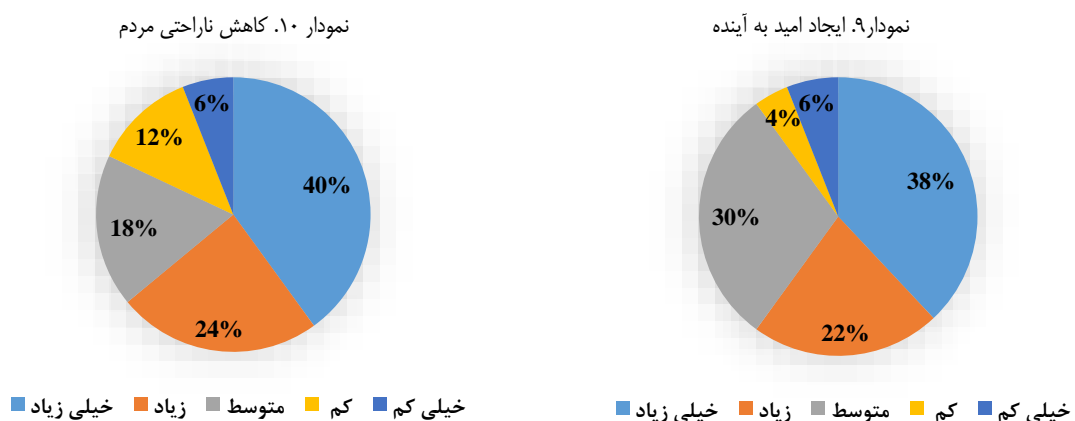
خیلی کم ■ کم ■ متوسط ■ زیاد ■ خیلی زیاد      خیلی کم ■ کم ■ متوسط ■ زیاد ■ خیلی زیاد

نمودار ۵ و ۶. بررسی اثر فضای سبز بر بهبود روابط مردم و کنترل عصبانیت آنها



### نمودار ۷ و ۸. بررسی اثرات فضای سبز بر رفع خستگی افراد و نشاط و شادابی افراد

با بررسی اثرات فضای سبز بر روی ایجاد امید به آینده و کاهش ناراحتی مردم مطابق نمودار ۹ و ۱۰ مشخص گردید که فضای سبز می‌تواند بر روی این دو پارامتر تأثیر مثبتی داشته باشد به‌گونه‌ای که به ترتیب ۳۸ و ۴۰ درصد مردم بر این باور بودند که فضای سبز اثرات خیلی زیادی بر این دو دارد و می‌تواند در بهبود آن‌ها به مردم کمک کند.



### نمودار ۹ و ۱۰. بررسی اثر فضای سبز بر ایجاد امید به آینده و کاهش ناراحتی مردم

### پیشنهادات

- با توجه به نتایج به‌دست‌آمده پیشنهاد می‌گردد که افراد در طول شبانه‌روز زمان مشخصی را برای حضور در پارک‌ها و مناطق دارای فضای سبز اختصاص دهند تا کمتر در معرض بیماری‌های روحی و روانی ناشی از زندگی در فضای بسته آپارتمان‌ها قرار گیرند.
- پیشنهاد می‌گردد که برای جلوگیری از سررفتن حوصله خود به همراه خانواده و دوستان خود در پارک‌ها حضور یابد.
- پیشنهاد می‌شود که مسئولان شهرستان تمام تلاش خود را برای تهیه وسیله‌های سرگرم‌کننده در داخل پارک‌ها به کار بگیرند.

۴- پیشنهاد می‌گردد که جهت افزایش روحیه افراد در درب منازل با کاشت گیاهان زینتی فضایی زیبا در خیابان محل زندگی افراد ایجاد شود.

#### منابع

- ابراهیم‌زاده، ا.، عبادی جو کنдал، ا. ۱۳۸۷. آنالیز مدیریت مکان فضای سبز در سه منطقه زاهدان. مجله جغرافیا و توسعه ۱۱: ۳۹-۵۸
- Barton, S. 2008. "The Healing Garden: Social Research" PLSC100: Plants and Human Culture. November 18. 160 p.
- Hull R.B. and Michael, S. 1995. Nature based Recreation, Mood Change, and Stress Restoration...Leisure Sciences. 17 (1): 1-14.
- Kuo, F.E. 2001. Coping with poverty: Impacts of environment and attention in the inner city. Environment and Behavior. 33 (1): 5-34.
- Salehifard M, Alizade D. Analysis of sociological and psychological dimension of green space in towns(Persian). Journal of Urban Management 1387; 21: 19-23.
- Ulrich, R. S., 1984. View through a Window May Influence Recovery from Surgery. Science, Vol.

## The effects of urban landscape on the psychological characteristics of Andimeshk citizens

Aref Korki<sup>1\*</sup>, Mohamadreza Salehi Salmi<sup>2</sup>

<sup>1\*</sup>Master of Science of Floriculture, Department of Horticultural Science, Faculty of Agriculture, Agricultural Sciences and Natural Resources University of Khuzestan, Iran

<sup>2</sup>Associate Professor, Department of Horticultural Science, Faculty of Agriculture, Agricultural Sciences and Natural Resources University of Khuzestan, Iran

### Abstract

Urban growth and population growth in recent years has caused cities to face a shortage of space and as a result of residential apartments have increased growth. The existence of green space psychologically and physiologically can have positive effects on the inhabitants of these spaces. Basically, green space right in the city in addition to physical health leads to mental relaxation, more efficiency and life quality, and this is while designing cities to these aspects are not paid much attention and result in more cities than rural health Mental and social health are at risk. The present study was designed and conducted as a questionnaire in spring 2021 in Andimeshk city located in Khuzestan province. The questionnaires of this study were given to 50 people from different areas of the city that the average age of the people in this study was 25 to 40 years. The present results of this study showed that green space has the most positive effect on people's peace of mind, relieving people's fatigue, creating people's satisfaction, creating hope for the future, improving people's relations in the region, reducing people's unhappiness, controlling people's rebelliousness, people's vitality of the people of the region, but the green space had the least effect on the factor of people thinking about suicide.

**Keywords:** Landscape, psychology, vitality and freshness