

عوامل استرس زای محیطی اثرگذار بر سلامت روان ساکنان محلات*

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۱/۲۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۳/۱۰

کد مقاله: ۸۰۸۰۷

ساناز فنائی^{۱*}، غلامرضا حقیقت نائینی^۲

چکیده

سلامتی به عنوان یک سبک زندگی و رویکردی برای زندگی روزمره برای دستیابی فرد به رفاه جسمانی و روانی معرفی شده و تعادلی است که شخص میان خود و محیط زندگی برقرار کرده و در آن به فعالیت می پردازد. این نگاه نشان می دهد رابطه مشخصی میان محیط کار، سکونت و تفریح و سلامتی، علاوه بر شیوه ای که فرد برای زندگی خود برمیگزیند، وجود دارد. از عوامل اثرگذار بر سلامت روان شهروندان آنچه در بستر شهری و در ارتباط با برنامه ریزی و طراحی شهری است، در دسته عوامل استرس زای محیطی قرار می گیرد. عوامل اثرگذار عوامل استرس زای محیطی، ویژگی ها و شرایطی کالبدی، اجتماعی و محیطی هستند که فرد عادی آن ها را تهدیدکننده، خطرناک، آسیب رسان و حتی محدودکننده، درک می کند. از آنجاکه تمرکز صرف بر بیماری ها و اختلالات روانی و تلاش برای درمان آن ها تنها راهکار ارتقاء سلامت روان نبوده، باید در سیاست های غیرپزشکی نیز بهبود سلامت روان افراد مدنظر قرار گیرد. باهدف ارتقاء سلامت روان شهروندان به کمک برنامه ریزی و طراحی شهری، باید از طریق شناسایی عوامل استرس زای محیطی و با خلق شرایط و محیط زندگی قابل اتکا، وضعیت روانی ساکنان شهرها را بهبود بخشید.

واژگان کلیدی: سلامت روان، استرس، عوامل استرس زای محیطی، محلات مسکونی

۱- دانشجوی دکتری شهرسازی، دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه هنر، تهران (نویسنده مسئول): sanazfanaei@gmail.com

۲- دانشیار دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه هنر، تهران

*- این مقاله برگرفته از بخشی از رساله دکتری نویسنده اول تحت عنوان «تدوین چهارچوب ارزیابی اثرات پروژه های بازآفرینی شهری پایدار در محلات بر سلامت روان شهروندان» می باشد که در دانشکده معماری و شهرسازی دانشگاه هنر تهران در دست انجام است.