

تحلیل رویکرد نظری روان‌شناسی شهری با تأکید بر شهر استرس‌زا، مورد مطالعه: شهر یاسوج

حمیدرضا وارثی^۱، *حسین حسینی‌خواه^۲، سید کرامت هاشمی‌عنا^۳

۱. استاد، گروه جغرافیا و برنامه‌ریزی شهری، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۲. دکتری، گروه جغرافیا و برنامه‌ریزی شهری، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۳. استادیار، گروه جغرافیا، دانشگاه یاسوج، یاسوج، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۰۸/۲۳ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۸/۰۷

An Analysis of the Theoretical Approach of Urban Psychology with an Emphasis on the Stressful City, Case Study: Yasuj City

*Hamidreza Varesi¹, *Hossein Hosseinekhah², Sayed Keramat Hashemi Ana³

1. Professor, Department of Geography and Urban Planning, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

2. Ph.D. Department of Geography and Urban Planning, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

3. Assistant Professor, Department of Geography, Yasuj University, Yasuj, Iran.

Received: 2017/11/14

Accepted: 2018/10/30

Abstract

The purpose of this study is Identifying stressful indicators and examining the status of indicators in the fields of economy, family, environment, social and cultural, personal and individual, urban security and urban body in the areas of Yasuj city from the perspective of citizens. Methods of the present study: descriptive-analytical And the statistical population of the study included all citizens of Yasuj (114,000 people). The sampling method was cluster and random sampling. Also, the required data was obtained by surveying and completing a questionnaire among citizens. The results showed that in terms of stress indicators, region 1 has the best and region 4 has the worst situation. Also, economic and family indicators had the greatest impact on increasing the stress of Yasuj citizens and the environmental field had the least impact on the stress of Yasuj citizens. Among the stressful indicators in Yasuj city, finding a suitable job for family members, shortage and high cost of housing, family relationships, marriage problems and high rent have been the most influential stressful variables. Also, among the stress indicators, environmental index and family index, have a greater impact than other indicators in predicting increased stress of Yasuj citizens. Also, the innovation of the present study is the use of WASPAS technique in identifying and evaluating stressful indicators among the citizens of Yasuj.

Keywords: The Environmental Psychology, City Psychology, Stress, Yasouj.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی و شناسایی شاخص‌های استرس‌زا و بررسی وضعیت این شاخص‌ها در حوزه‌های اقتصادی، خانوادگی، محیطی، اجتماعی و فرهنگی، شخصی و فردی، امنیت شهری و کالبد شهری در نواحی شهر یاسوج از دید شهروندان است. روش پژوهش حاضر، توصیفی-تحلیلی بوده است. جامعه آماری پژوهش، شامل کل شهروندان شهر یاسوج (۱۱۴۰۰۰ نفر) بود. روش نمونه‌گیری از نوع نمونه‌گیری خوشه‌ای و تصادفی بوده است. همچنین اخذ داده‌های موردنیاز به صورت پیمایشی و با استفاده از تنظیم و تکمیل پرسش‌نامه در بین شهروندان انجام گرفته است. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که در بین نواحی شهر یاسوج از نظر شاخص‌های استرس‌زا، ناحیه ۱ دارای بهترین و ناحیه ۴ دارای بدترین وضعیت هستند همچنین، شاخص اقتصادی و شاخص‌های خانوادگی بیشترین تأثیرگذاری را در افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج و حوزه زیست‌محیطی و کمترین تأثیرگذاری را در استرس شهروندان شهر یاسوج داشتند. در بین شاخص‌های استرس‌زا در شهر یاسوج، پیدا کردن شغل مناسب برای اعضای خانواده، کمبود و گرانی مسکن، ارتباطات فامیلی، مشکلات مربوط به ازدواج و بالا بودن اجاره خانه، تأثیرگذارترین متغیرهای استرس‌زا بوده‌اند. همچنین در بین شاخص‌های استرس‌زا، شاخص حوزه محیطی و شاخص خانوادگی، تأثیر و قدرت تبیین بیشتری نسبت به بقیه شاخص‌های بررسی شده در پیش‌بینی افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج دارند. همچنین نوآوری پژوهش حاضر، استفاده از تکنیک WASPAS در شناسایی و ارزیابی شاخص‌های استرس‌زا در بین شهروندان شهر یاسوج است.

واژگان کلیدی: روان‌شناسی محیطی، روان‌شناسی شهری، استرس، شهر یاسوج.

E-mail: hosseinhosseinekhah@yahoo.com

*Corresponding Author: Hossein Hosseinekhah

نویسنده مسئول: حسین حسینی‌خواه

مقدمه

امروزه تعداد بسیار زیادی از روانشناسان دنیا، بر روی موضوع جدیدی به نام روان‌شناسی شهری در حال مطالعه و بررسی هستند. در واقع، پی بردن به مشکلات و معضلات شهری شهروندان، یکی از موضوعات و محورهای اساسی رویکرد روانشناسی شهری است (Department of Health and Human Services, 2011:14). امروزه نمی‌توان این موضوع را نادیده گرفت که شکل و سبک زندگی شهری تأثیر زیادی بر نگرش، روابط آن‌ها و الگوهای رفتاری افراد ندارد، در واقع محیط شهری تأثیر قابل توجهی بر روی نگرش، شخصیت و رفتار افراد دارد (Edward, 1980: 1).

اثرات مثبت فضاهای شهری باعث بالا رفتن امنیت شخصی، بهبود کیفیت مسکن و به تبع آن باعث بالا رفتن سلامت روان شخص می‌شود. همچنین اثرات منفی چنین فضاهایی باعث بزهکاری، افزایش رفتارهای پرخطر، مصرف مواد و در نتیجه کاهش سلامت روان می‌شود (Department of Justice, 2000: 14). از این رو، بسیاری از بیماری‌های جسمی و همچنین بسیاری از مسائل و مشکلاتی که با سلامت روان شخص ارتباط دارد، با فقر، تغذیه، مسکن نامناسب، خشونت، آلودگی و عدم زیرساخت‌های خدمات اجتماعی در مناطق شهری ارتباط دارد (Prewitt, 2000: 45).

تحقیقات اخیر نشان‌دهنده این موضوع است که وضعیت اجتماعی و اقتصادی افراد بیشترین وابستگی را با شرایط روانی شخص دارد. به طوری که فقر سطح استرس را افزایش داده و احساس ناامیدی میان افراد را افزایش می‌دهد (Marsella et al., 2000: 621). لذا یکی از معضلات و مشکلاتی که با روانشناسی شهری ارتباط تنگاتنگی دارد، مفهوم استرس است. فشار روانی، تنیدگی یا استرس در روان‌شناسی به معنی فشار و نیرو است و هر محرکی که در انسان ایجاد تنش کند، عامل استرس‌زا یا عامل تنیدگی نامیده می‌شود. استرس یک فشار روانی و احساسی بیش‌ازحد تحمل فرد است. در واقع، استرس زمانی ایجاد می‌شود که ما نتوانیم با فشارهای کوچک کنار بیاییم. استرس در افراد مختلف متفاوت است، ممکن است عاملی برای فردی ایجاد استرس کند ولی در فرد دیگر، به هیچ عنوان استرس ایجاد نکند (فقیه، ۱۳۸۰: ۱۴).

زمانی که شخص دچار استرس می‌شود، به تدریج بدن او شروع به ترشح هورمون‌هایی می‌کند که سرعت تپش قلب را بالا برده، تنفس را سریع‌تر کرده و میزان انرژی بیشتری به شخص می‌دهد. در این میان با رشد جمعیت شهری، مشکلات و چالش‌های شهرنشینی، سلامت روانی شهروندان را به طور فزاینده‌ای تهدید و باعث بروز بیماری‌های روانی و فیزیکی، و در نهایت اثرات منفی روانی بر روی شهروندان خواهد شد. از این رو استرس، یکی از مشکلاتی است که بشر، طی قرون متمادی به آن مبتلا بوده، اما با پیشرفت فناوری، نه تنها از میزان استرس‌های روانی- اجتماعی کاسته نشده، بلکه میزان و شدت آن نیز افزایش یافته است (استورات، ۱۳۷۷: ۱۵-۲۰). در دیدگاه سنتی، استرس مجموعه‌ای از تقاضاها که دست‌یابی به آن‌ها فراتر از امکانات و منابع موجود است، می‌باشد (Burk, 2000: 836).

در تعریف دیگر، استرس مجموعه واکنش‌های عمومی انسان نسبت به عوامل ناسازگار و پیش‌بینی نشده داخلی و خارجی است. بدین معنی که هرگاه تعادل داخلی یا خارجی از میان برود، منجر به استرس خواهد شد (علوی، ۱۳۷۲: ۳۴). استرس را می‌توان برحسب عوامل به وجود آورنده دسته‌بندی کرد. در پژوهش‌های مختلف با توجه به اهداف در نظر گرفته‌شده، دسته‌بندی‌های مختلفی انجام شده است. برخی استرس را به عوامل اجتماعی- محیطی، فردی و فکری تقسیم و تفکیک کرده‌اند. برخی نیز عوامل را برحسب درونی یا بیرونی بودن دسته‌بندی کرده‌اند و یا آن را به تفکیک عوامل اقتصادی (مثل تورم، عدم امنیت اقتصادی، فقر و بیکاری)؛ عوامل فرهنگی (مثل کم‌رنگ شدن ارزش‌های علمی، ادبی، هنری و...)؛ عوامل اداری (مثل فقدان تأمین شغل، بوروکراسی، حاکمیت روابط بر ضوابط و...)؛ و عوامل سیاسی (مثل نامشخص بودن مشارکت فرد در تعیین سرنوشت خود، عدم احساس امنیت و...)؛ مورد بررسی قرار داده‌اند (سلطانی، ۱۳۸۴: ۳).

بر اساس نتایج پژوهش‌ها، چنانچه استرس‌های فرد، بیش از توانایی‌ها و ظرفیت‌های مقابله با عامل استرس‌زا باشد، می‌تواند در درازمدت، فرد را به سوی انواع اختلالات روانی- فیزیولوژیک سوق دهد (Julia et al., 2008: 3). در این میان استان کهگیلویه و بویراحمد و شهر یاسوج به دلیل ناسامانی اقتصادی، دارا بودن رتبه نخست بیکاری در کشور در سال ۱۳۹۴ (با نرخ بیکاری ۱۷/۷ درصد)، رعایت اصل رابطه بر ضابطه و گسترش فزاینده ارتباطات قومی و بازی‌های سیاسی، هزینه‌های بالای زندگی، اصل شدن فرعیات و فراموش شدن اصول و اساس‌ها، عدم تفاهات، عدم درک متقابل در خانواده، بی‌توجهی به حریم و حرمت یکدیگر، کاهش نرخ ازدواج و افزایش طلاق، نداشتن تکیه‌گاه روانی و... پیش از پیش‌زمینه را برای افزایش استرس‌های استرس‌زا در شهر یاسوج فراهم کرده‌اند. به طوری که بر اساس بررسی‌های آماری و مشاهدات میدانی، شهروندان شهر یاسوج، زندگی پراسترسی را تجربه می‌کنند و این موضوع قطعاً

نیاز به بررسی راهبردی منشأ استرس در بین شهروندان و ایجاد تغییراتی در زندگی آن‌ها خواهد داشت. تغییراتی که اگر اصلاح نشود، جز آسیب‌های اقتصادی و اجتماعی چیزی بر جای نخواهد گذاشت و قطعاً هر چه مدت‌زمان بیشتری طول بکشد، عوارض آن وخیم‌تر خواهد شد. لذا از آنجایی که بررسی عوامل استرس‌زا، مقدمه کنترل و مدیریت استرس است. تلاش خواهد شد با توجه به نقش استرس در بهداشت روانی افراد و افزایش بیماری‌های روانی و عصبی، با شناخت عوامل ایجادکننده فشار و استرس در بین شهروندان شهر یاسوج، زمینه برای ارتقای سطح سلامت شهروندان در شرایط مختلف، بهبود و درعین‌حال، زمینه ارتقای امنیت شهری فراهم شود. از این‌رو هدف کلی و سؤال اصلی پژوهش حاضر مشتمل بر موارد زیر می‌باشد.

- هدف کلی پژوهش حاضر، شناسایی و ارزیابی شاخص‌های استرس‌زا در بین شهروندان شهر یاسوج می‌باشد.

- سؤال اصلی پژوهش حاضر، کندوکاوش این ساختار است که مهم‌ترین رویکرد حاکم بر شاخص‌های استرس‌زا در بین شهروندان شهر یاسوج مبتنی بر کدام پیشران‌های تأثیرگذار خواهد بود؟.

همچنین نوآوری پژوهش حاضر، استفاده از تکنیک WASPAS در شناسایی و ارزیابی شاخص‌های استرس‌زا در بین شهروندان شهر یاسوج است. لذا استفاده از دو مدل ضرب موزون و جمع موزون به‌صورت هم‌زمان مهم‌ترین وجه تمایز روش WASPAS با سایر روش‌های مشابه آن است.

مبانی نظری

چارچوب نظری

روان‌شناسی محیطی را می‌توان مطالعه‌ای از تعاملات بین افراد و محیط‌زیست دانست (Gifford, 2007: 167-168). در این تعاملات، افراد محیط خود را تغییر می‌دهند و همچنین رفتار و نگرش افراد توسط محیط زندگی‌شان تغییر داده خواهد شد. این تئوری شامل پژوهش و عمل است که هدف آن، ساختن محیط زیستی است که به افزایش روابط انسانی و بهبود روابط انسانی با محیط‌زیست طبیعی منجر شود. در روانشناسی محیطی، بر این موضوع تأکید می‌شود که افراد چگونه به صحنه‌های پیچیده روزمره واکنش نشان می‌دهد و این تعاملات پیچیده به چه میزان بر روح و روان آن‌ها تأثیر می‌گذارد (Ittelson, 1978: 5).

به طور کلی روانشناسی محیطی در طول دهه‌های ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰ شکل گرفته است (Craik, 1973: 20) و بیشتر بر روی محیط فیزیکی تمرکز می‌کند که رفتار انسان در آن رخ می‌دهد. هدف اصلی روانشناسی محیطی به دست آوردن درک بهتر از رابطه بین انسان و محیط است (Robert & Arza, 2002: 10). در این میان یکی از ابعاد روانشناسی محیطی، روانشناسی شهری است که در دهه ۱۹۷۰ با مطالعات استانیل میل گرام^۲ آغاز شد. در این حوزه گروهی از روان‌شناسان شهری به بحث در رابطه با مشکلات و تأثیرات زندگی شهری بر روان، رفتار، عادات، ارزش‌ها و نگرش‌های مردم پرداخته‌اند و در رشته روان‌شناسی، شاخه جدیدی را با عنوان «روانشناسی شهری» رقم زده‌اند (صفاری نیا و همکاران، ۱۳۹۴: ۱۰).

روانشناسی شهری بیشتر با نقش ساختارهای شهری و ابعاد اقتصادی و اجتماعی شهر بر روی رفتار افراد و روح و روان شهروندان ارتباط دارد. در واقع روانشناسی شهری در برگیرنده تعامل بین هویت شهری و شناخت ابعاد شهری از جمله شناخت، احساسات، انگیزه، مقاصد و فعالیت‌های ساکنان شهری است و به درک شهروندان از محدودیت‌ها و امکانات فراهم شده در ساختار فیزیکی و اجتماعی شهر بستگی دارد (Mohanty, 2012: 6).

در روان‌شناسی شهری مفاهیم و موضوعاتی از جمله، استرس‌های شهری، شادی و امید در شهر، اهمال‌کاری اجتماعی، صرفه‌جویی اجتماعی، طراحی محیط و شهر، تأثیر محیط بر رفتار و شخصیت انسان‌ها، الگوی غذایی ناسالم، جمعیت شهری و روابط بین گروهی، سالمندی در شهر، جنس و یافت شهری، ساختار خانواده و وضعیت اجتماعی و اقتصادی از جمله مباحثی است که مورد بررسی قرار می‌گیرد. در این میان یکی از موضوعاتی که در روانشناسی شهری بیشتر مورد توجه قرار گرفته است، مفهوم استرس و شناسایی سازوکارهای مرتبط با آن است. در واقع در جوامع شهری مدرن، استرس حاد و مزمن و ناتوانی در بهبود استرس، به‌عنوان یک مشکل جدی و یک علت برای اثرات طولانی‌مدت بر سلامت شهروندان شناخته شده است (Beek et al. 2000: 300).

استرس یک نگرانی مهم بهداشت عمومی است که مربوط به سلامت روان و مشکلات مانند فرسودگی شغلی و همچنین قلب و عروق،

گوارش، ایمنی، مشکلات عصبی و روانی است (5: Nilsson et al. 2007). برای مثال در اروپا، مهم‌ترین مشکل مربوط به کار، مشکلات عضلانی (۰/۵۹) می‌باشد که ۱۳/۷ درصد از استرس، افسردگی و اضطراب را به دنبال داشته است. این نشان می‌دهد که کنترل استرس برای حفظ سلامتی و جلوگیری از بیماری‌های ثانویه در جوامع شهری یک مسئله حیاتی است (2: Liisa et al. 2014). استرس، فشار عصبی یا فشار روانی در روان‌شناسی به معنی احساس نوعی فشار و تنش عصبی است. تنش و هر محرکی که در انسان، ایجاد تنش کند، استرس‌زا نامیده می‌شود (484: Chen, 2009).

الگوی فرایند استرس شامل سه مولفه اصلی است: منابع اجتماعی تولید استرس، عوامل روانی-اجتماعی تعدیل‌کننده یا میانجی استرس و واکنش به استرس. این رویکرد دارای این پیش‌فرض اساسی است که تمام رویدادهای خوشایند و ناخوشایند زندگی منبع تولید استرس هستند؛ گرچه به لحاظ تداوم زمانی، می‌توان پیوستاری از ضربه‌های شدید روانی (تروما) تا استرس‌زاهای مزمن را ترسیم کرد. همچنین، مهم‌ترین عوامل تعدیل‌کننده تأثیر استرس، حمایت اجتماعی (ساختاری یا کارکردی) و نیز شیوه‌های مقابله فردی هستند. در نهایت، واکنش به استرس، تحت تأثیر عوامل اجتماعی-فرهنگی، از قبیل فرهنگ‌های عواطف، هنجارهای اجتماعی و فرایند یادگیری اجتماعی چگونگی بروز عواطف شکل می‌گیرد. تمرکز رویکرد فرایند استرس به‌مثابه چارچوبی جامعه‌شناختی، بر نقش ساختارهای کلان و بافت اجتماعی در تولید الگوهای غیرتصادفی توزیع اختلالات روانی ناشی از استرس است (ریاحی و همکاران، ۱۳۹۳: ۱).

مقدار کمی استرس می‌تواند دارای فوایدی از جمله افزایش تحرک و انگیزه در افراد باشد. این نوع استرس، استرس مثبت نامیده می‌شود. استرس شدید می‌تواند علاوه بر ایجاد مشکلات و بیماری‌های روانی مانند افسردگی، باعث ایجاد مشکلات بدنی مانند سردردهای تنشی و افزایش احتمال ابتلا به سرطان، سکته قلبی و سکته مغزی در افراد شود. عامل ایجاد استرس ممکن است عاملی درونی یا عاملی محیطی باشد. این عوامل همچنین می‌تواند در افراد مختلف، متفاوت باشد و عاملی برای فردی ایجاد استرس کند؛ ولی در فرد دیگر، ایجاد استرس نکند. مشکلات مربوط به اقتصاد، کار یا تحصیل، تغییر شغل، نقل مکان به یک شهر جدید، ازدواج، بازی‌های پر تنش، مرگ نزدیکان و وجود یک بیماری با اهمیت در خانواده، از جمله عوامل بیرونی ایجاد فشار عصبی هستند. علائم استرس شامل اضطراب، مشکلات خواب، عرق کردن، از بین رفتن اشتها و مشکل در تمرکز و حافظه است. لذا امروزه کیفیت محیط‌های شهری و ساختارهای شهری از جمله ساختارهای کالبدی، اقتصادی و اجتماعی به‌طور فزاینده به مشارکت شهروندان و سلامت انسان کمک می‌کنند. در واقع عرضه خدمات و امکانات، نگهداری صحیح مناطق شهری و عناصر درون‌شهری مانند فضاهای سبز شهری، فضاهای اجتماعی، حمایت‌های اقتصادی و... پشتیبانی بسیار مناسبی برای شهروندان در مقابله با استرس است و بر سلامت شهروندان تأثیر مثبتی دارند (5: Konijnendijk et al. 2011). از جمله پیامدهای سالم زیستی می‌توان به سلامت روانی، آگاهی عاطفی و عزت‌نفس، پیشرفت تحصیلی و انتخاب‌های خردمندانه اشاره کرد و در مقابل از ناراضی‌های اجتماعی، ابهام در اشتغال، بی‌انگیزگی تحصیلی، فشارهای اجتماعی، پیروی از مد، رفتار ناسالم اطرافیان و محله سکونت، به عنوان عوامل مداخله‌گر محیطی در کاهش سلامت روان افراد جامعه نام برد. استرس به عنوان یک اختلال به دنبال خود در بسیاری از افراد مشکلات جسمانی به وجود می‌آورد که با کنترل آن نه تنها می‌توان جسم سالم داشت بلکه در داشتن روانی سالم و زندگی با نشاط و مفرح می‌توان کمک شایانی کرد. لذا با رشد جمعیت شهری، مسئله شهرنشینی و سلامت روانی به‌طور فزاینده‌ای هر روز مهم‌تر می‌شود، به طوری که بیش از نیمی از جمعیت جهان اکنون در مناطق شهری زندگی می‌کنند و انتظار می‌رود این میزان تا سال ۲۰۵۰، به دوسوم جمعیت جهان افزایش پیدا کند. در همین راستا، این روند در ایران نیز رخ خواهد داد و موجب گسترش شهرهای کوچک و رشد شدید کلان‌شهرها خواهد شد که نیاز به مدیریت صحیح و مناسب را در این میان افزایش می‌دهد تا از افزایش استرس، بیماری‌های روانی و فیزیکی و اثرات منفی روانی زندگی شهری جلوگیری کند. استرس احساس تنش عاطفی یا جسمی است. این عارضه می‌تواند ناشی از هر واقعه یا فکری شود که موجب بروز ناامیدی، عصبانیت و عصبی شدن می‌شود. استرس واکنش بدن در برابر یک چالش یا تقاضا است. در لحظات حساس، استرس می‌تواند مثبت باشد، مانند زمانی که کمک می‌کند تا از خطر جلوگیری شود. بدن با ترشح هورمون به استرس واکنش نشان می‌دهد. این هورمون‌ها سبب افزایش هوشیاری مغز می‌شوند و همچنین موجب تنش عضلات و افزایش نبض می‌شوند. در کوتاه‌مدت، این واکنش‌ها خوب هستند زیرا می‌توانند کمک کنند تا شرایط ایجادکننده استرس کنترل شوند. این روش بدن برای محافظت از خود است ولی در صورتی که به‌صورت مزمن درآید می‌تواند سلامتی جسمی و روحی را تأمین کند.

دو نوع اصلی استرس وجود دارد: استرس مزمن و استرس حاد. استرس مزمن برای مدت‌زمان طولانی‌تری ادامه دارد. در صورت داشتن مشکلات مالی، ازدواج ناموفق یا مشکل در کار ممکن است استرس مزمن رخ دهد. هر نوع استرسی که هفته‌ها یا ماه‌ها ادامه داشته باشد، استرس مزمن است. بدن می‌تواند آن‌قدر به استرس مزمن عادت کند که افراد متوجه نشوند این یک مشکل است. اگر راهی برای کنترل

استرس پیدا نشود، ممکن است منجر به مشکلات اساسی در وضعیت سلامت روحی و حتی جسمی شود. استرس حاد، استرس کوتاه‌مدت است که به سرعت از بین می‌رود. وقتی روی ترمز به طور محکم فشار داده می‌شود یا با شریک زندگی دعوا و درگیری رخ دهد استرس حاد ایجاد می‌شود.

مهم‌ترین نشانه‌های استرس را می‌توان مشتمل بر ابعاد (فیزیکی، رفتاری و شناختی) زیر دانست:

- فیزیکی: مشکل در خوابیدن، گرفتگی عضلانی، سردرد، درد قفسه‌سینه، ناراحتی معده، اسهال یا یبوست، افزایش ضربان قلب، دست‌های سرد و مرطوب، احساس خستگی مفرط، تنفس سریع، لرز و تیک.
- عاطفی: اعتمادبه‌نفس پایین، بی‌تفاوتی، تحریک‌پذیری، ترس، احساس گناه، نگرانی، عصبانی احساس اضطراب و وحشت، بی‌قراری یا افسردگی.
- رفتاری: مصرف الکل یا مواد مخدر، افزایش مصرف سیگار، اختلالات خواب، کاهش حافظه، منزوی شدن، بی‌حوصلگی، علاقه نداشتن به کار، پرخاشگری، جویدن ناخن و بازی با موی سر.
- شناختی: مشکل در تمرکز، افکار منفی، گیجی و اشتغال ذهنی، اشتباهات مکرر، کم‌دقتی، بهانه‌جویی، ناتوانی در به خاطر آوردن حوادث و ضعف در تصمیم‌گیری.

به‌طور کلی نشانه‌های وجود استرس در افراد شامل کم‌حوصلگی، سردرد، تغییر ضربان قلب، خستگی جسمی، خشم و پرخاشگری، بی‌خوابی، فشار در سینه، اختلال گوارشی، سوزش معده، عرق کردن، خشکی دهان، بی‌اشتهایی، داغ شدن یا سرد شدن بدن، غمگینی، لرزش بدن، میل به سیگار، از دست دادن تمرکز، احساس سرگیجه، تغییر تنفس، تکرر ادرار، کم شدن حافظه، دردهای بدنی پراکنده، آه کشیدن، تمایل به تنهایی، آشفتگی، التهاب و نیز سرخ شدن پوست صورت می‌باشد (Shim et al., 2016: 20).

همچنین بیماری‌های تنیدگی ناشی از استرس را می‌توان مشتمل بر موارد ابعاد دانست.

- بیماری‌ها و اختلالاتی که استرس ایجاد می‌کند یا آن را تشدید می‌نماید: بیماری دهانی (مانند زخم دهان)، تورم گلو، سرماخوردگی و آنفلوآنزا.
- گوارشی: تهوع، اسهال، کم شدن اشتها، دژگواری، سوزش معده، ورم معده، زخم معده، اختلال روده و یبوست.
- عضلانی و مفاصل همچون: درد عضلات پشت و شانه، کتف و کمر، مفاصل، سردرد، ضایعات مفصلی و روماتیسم قلبی-عروقی: درد ناحیه قلب، بالا رفتن ضربان، فشار خون بالا و سکنه قلبی.
- ریوی: آسم و سرفه.
- پوستی: خارش، اگزما، ریزش مو، طاسی، کچلی موضعی و اختلالات پوستی.
- اختلالات روانی: انواع اختلالات سوماتوفرم، روان‌تنی، اضطراب، افسردگی، وسواس و بدبینی.
- غددی و متابولیسمی: پرکاری و کم‌کاری تیروئید، مسمومیت تیروئید، بیماری قند، رسوب چربی و حتی بیماری‌های دشوار درمانی مانند سرطان می‌تواند در اثر زمینه‌سازی‌های استرس و فشار روانی باشد (Shim et al., 2016).

پیشینه تحقیق

رویکرد فرایند استرس، هم‌سو با مطالعه تأثیر عوامل اجتماعی بر ایجاد و توزیع اختلالات روانی ناشی از استرس، در دهه ۱۹۸۰ شکل گرفت و از همان زمان تاکنون سیطره خود را در مطالعات جامعه‌شناسی سلامت روان حفظ کرده است (ریاحی و همکاران، ۱۳۹۳: ۱). استیسی^۲ و همکاران (۲۰۱۸)، در پژوهشی با عنوان «پاسخ به عوامل استرس‌زای روزانه در محلات»، به این نتیجه رسیده‌اند که ویژگی‌های همسایگی ممکن است از طریق عوامل استرس‌زا در رفاه شهروندان تأثیر بگذارد و مجموعه متنوعی از ویژگی‌های

درک شده در محلات (به‌عنوان مثال انسجام اجتماعی، ایمنی، کیفیت زیبایی، خشونت و بیکاری) از مهم‌ترین عوامل استرس‌زا در بین شهروندان می‌باشند.

عماری و همکاران (۱۳۹۷)، در پژوهشی با عنوان «شهر آرام، شهر استرس‌زدا»، به این نتیجه رسیده‌اند که رشد سریع و بدون برنامه‌ریزی شهرها، اغلب با فقر، تخریب محیط‌زیست و افزایش نیاز جامعه فراتر از ظرفیت‌های آن همراه است. در نتیجه این شرایط، سلامت انسان‌ها را با خطر جدی مواجه ساخته است که راهبردهای مانند شناخت دقیق عوامل استرس‌زا و ارائه راهکارها و پیشنهادهای می‌تواند تا حدودی زمینه را برای کاهش استرس در بین شهروندان فراهم کند.

سیف پور (۱۳۹۵)، در پژوهشی با عنوان «بررسی نقش روانشناسی معماری داخلی در جهت کاهش عوامل تنش‌زا و استرس‌زا برای ارتقا کیفیت زندگی در محیط‌های مسکونی شهر تهران»، به این نتیجه رسیده است که مهم‌ترین عوامل استرس‌زایی شهروندان در تهران عبارتند از: الف) سختی کار و مشکلات مربوط به درآمدزایی ب) ترافیک طاقت‌فرسا ج) آلودگی هوا. همچنین نتایج پژوهش نشان داد که بین عوامل نوع معماری با عوامل تنش‌زا و استرس‌زا برای ارتقاء کیفیت زندگی در محیط‌های مسکونی شهر تهران رابطه معناداری وجود دارد.

فلاح زاده و همکاران (۱۳۹۵)، در پژوهشی با عنوان «بررسی شیوع افسردگی، اضطراب و استرس در جمعیت شهر یزد در سال ۱۳۹۲»، به این نتیجه رسیده‌اند که میزان شیوع افسردگی در مطالعه حاضر ۵۴/۳ درصد، میزان شیوع اضطراب ۵۷/۷ درصد و میزان شیوع استرس ۵۱ درصد بود. نتایج به‌دست‌آمده از آنالیز رگرسیون لجستیک نشان داد سابقه داشتن بیماری مزمن و میزان درآمد پایین متغیرهای پیش‌بینی‌کننده افسردگی بودند. همچنین جنسیت، میزان تحصیلات پایین، سابقه داشتن بیماری مزمن متغیرهای پیش‌بینی‌کننده اضطراب و نوع شغل، استفاده از سیگار و سابقه داشتن بیماری مزمن متغیرهای پیش‌بینی‌کننده استرس بودند. نتایج پژوهش حاکی از بالا بودن افسردگی، اضطراب و استرس در جمعیت مورد مطالعه بود و در بین آن‌ها اضطراب دارای شیوع بالاتری بود؛ بنابراین رسیدگی به این مشکل و برنامه‌ریزی برای بهبود شرایط حائز اهمیت هست. افزایش آگاهی مردم، افزایش مراکز مشاوره مخصوصاً مشاوره تلفنی و بهبود اماکن تفریحی و ورزشی در این راستا حائز اهمیت است.

طهماسبی (۱۳۹۴)، در پژوهشی با عنوان «استرس‌های محیطی و شهر سالم (با رویکرد طراحی شهری پایدار)»، به این نتیجه رسیده است که استرس‌های محیطی و تأثیر آن بر آسایش ساکنین و شهروندان رابطه معناداری وجود داد. همچنین نتایج پژوهش نشان داد که در طراحی شهری باید با استفاده از نیازهای انسانی و توجه طراحان شهری به اصول طراحی پایدار و با کمک روانشناسی محیطی و طراحان شهری به نتیجه مطلوب در طراحی شهرهای پایدار دست یابیم.

آذین و همکاران (۱۳۹۲)، در پژوهشی با عنوان «بررسی تاثیر عوامل استرس‌زا در خیابان‌های شهری بر رفتار استفاده‌کنندگان، مطالعه موردی: خیابان مدرس کرمانشاه»، به این نتیجه رسیده‌اند که رابطه مستقیمی بین استرس‌زا‌های محیطی و آلودگی هار رفتاری وجود دارد که بر این اساس می‌توان با مدیریت و برنامه‌ریزی محیطی صحیح از بروز آلودگی‌های رفتاری پیشگیری کرد.

روش انجام پژوهش

رویکرد حاکم بر پژوهش حاضر، توصیفی-تحلیلی است. اخذ داده‌های مورد نیاز به صورت پیمایشی و با استفاده از تنظیم و تکمیل پرسشنامه در بین شهروندان انجام گرفته است. علاوه بر این، به منظور تقویت پایه‌های نظری و دقت در گردآوری اطلاعات از مطالعات اسنادی نیز بهره گرفته شد. برای انجام فعالیت‌های گرافیکی از نرم‌افزار GIS و برای تجزیه و تحلیل اطلاعات کتابخانه‌ای و میدانی از نرم‌افزار آماری SPSS و مدل Waspas استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش، کل شهروندان شهر یاسوج (۱۱۴۰۰۰ نفر) و حجم نمونه از طریق فرمول کوکران ۳۲۱ نفر به دست آمد؛ که برای افزایش اطمینان، به ۳۸۳ پرسش‌نامه افزایش پیدا کرد.

جدول ۱. جمعیت ۱۳۹۳ و برآورد تعداد پرسش‌نامه مورد نیاز در هر ناحیه

ناحیه	تعداد پرسش‌نامه مورد نیاز	درصد جمعیت هر ناحیه به کل جمعیت	جمعیت سال ۱۳۹۱
۱	۹۶	۲۵/۲۹	۲۸۸۵۴
۲	۱۰۲	۲۶/۸۵	۳۰۶۳۹
۳	۶۳	۱۴/۹۸	۱۷۰۰۰
۴	۱۲۲	۳۲/۹۷	۳۷۶۰۷
جمع	۳۸۳	۱۰۰	۱۱۴۰۰۰

مأخذ: مهندسين مشاور آمو، ۱۳۸۵

برای طبقه‌بندی و ارزش‌گذاری شاخص‌ها از طیف لیکرت استفاده شده است. به‌منظور سنجش روایی، گویه‌های پرسش‌نامه توسط تعدادی از کارشناسان و اعضای هیئت‌علمی مورد تأیید قرار گرفت. همچنین پایایی پرسش‌نامه که با استفاده از آلفای کرون باخ ۰/۷۸۶ محاسبه شده، نشان از انسجام درونی پرسش‌نامه دارد.

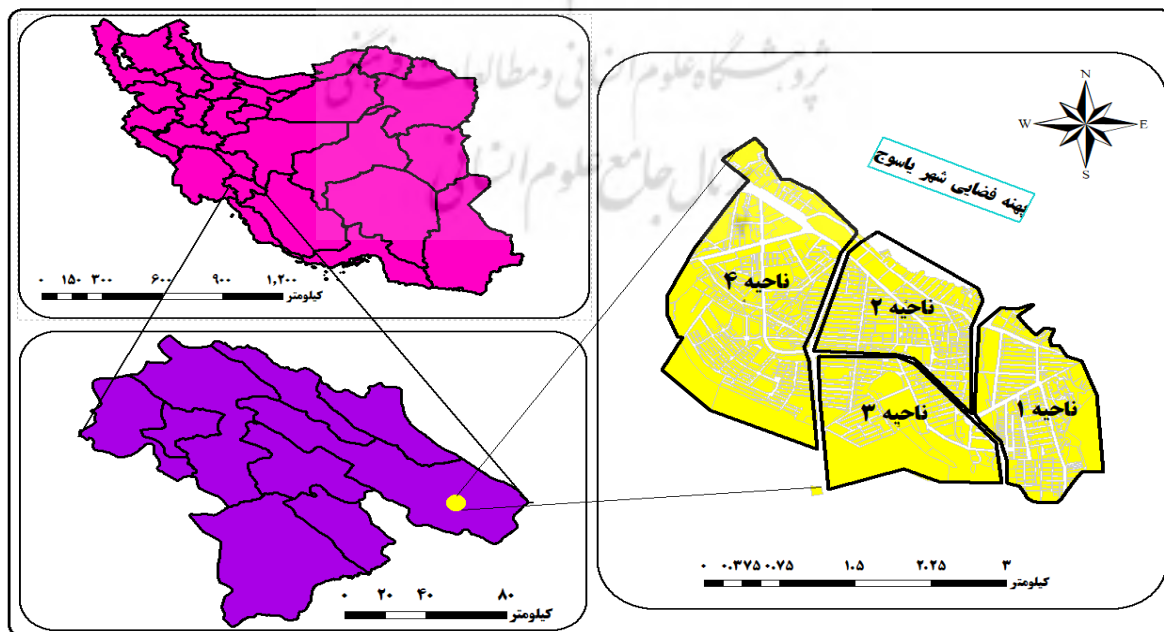
لذا به منظور سنجش و ارزیابی میزان استرس‌زایی شهروندان از شاخص‌های زیست‌محیطی، اقتصادی، امنیت شهری، حوزه خانوادگی، حوزه محیطی (کار و تحصیل و مسائل اداری)، حوزه شخصی و فردی، حوزه اجتماعی و فرهنگی و شاخص کالبدی و همچنین ۴۱ زیر معیار استفاده شده است.

جدول ۲. متغیرها و شاخص‌های پژوهش

شاخص	متغیرها
زیست‌محیطی	آلودگی هوا، آلودگی صوتی، ترافیک و شلوغی، حمل‌ونقل، فضای سبز
حوزه اقتصادی	تورم، گرانی و هزینه‌های بالای زندگی، مقروض بودن و بدهی داشتن، کمبود و گرانی مسکن، بالا بودن اجاره خانه
امنیت شهری	مواجهه با افراد شرور، مورد سوءاستفاده قرار گرفتن مالی، ترس از سرقت یا اخاذی
حوزه خانوادگی	اختلافات فامیلی، اختلافات خانوادگی، مشکلات و مصائب مربوط به ازدواج، ترس از بیماری فرد یا یکی از اعضای خانواده، پیدا کردن شغل مناسب برای اعضای خانواده
حوزه محیطی (کار و تحصیل و مسائل اداری)	مشکلات اداری (کاغذبازی، پارتی‌بازی، به تأخیر انداختن کار اداری و رسیدگی نکردن)، نامساعد بودن محل کار، نامساعد بودن محل تحصیل، عدم امنیت شغلی، نابرابری‌های کاری، ارتباطات قومی
حوزه شخصی و فردی	مسائل و مشکلات تحصیلی خود، حفظ سلامت شخصی، نگرانی از بیماری خود، مسائل و مشکلات مربوط به ازدواج خود
اجتماعی و فرهنگی	رشد انحرافات اخلاقی، افزایش اعتیاد، سرقت یا اخاذی، ناامیدی نسبت به آینده، نابرابری‌های فرهنگی و هنری، محیط سیاسی استرسی‌زا، خدمات بهداشت عمومی، آموزش و سواد
کالبدی	جایگاه رنگ و نور در شهر، زیرساخت‌های شهری، مقاومت و عمر ابنیه، نما و ظاهر محیط، سازگاری، دسترسی، وضعیت خیابان‌ها

محدوده مورد مطالعه

یاسوج یکی از شهرهای جنوبی ایران و مرکز استان کهگیلویه و بویراحمد است. این شهر همچنین مرکز شهرستان بویراحمد است که در شمال شرقی استان واقع شده است (محمدیان و همکاران، ۱۳۹۲: ۲۰). در سرشماری سال، ۱۳۹۱ جمعیت این شهر ۱۱۴،۱۰۰ برآورد گردیده است و این تعداد جمعیت در ۴ ناحیه سکنی گزیده‌اند. در بین نواحی شهر یاسوج، ناحیه ۴ با ۳۷۶۰۷ پرجمعیت‌ترین ناحیه و ناحیه ۱ با ۱۷۰۰۰ نفر جمعیت کم‌جمعیت‌ترین ناحیه به شمار می‌رود (مهندسین مشاور آمود، ۱۳۸۵: ۳۰).

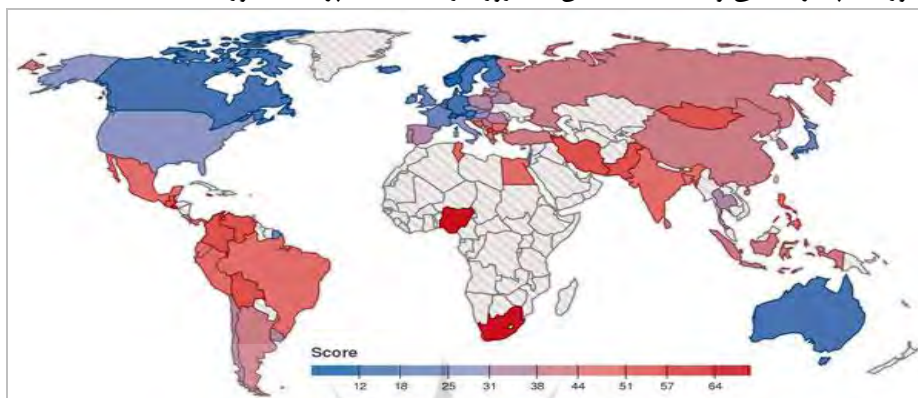


شکل ۱. موقعیت فضایی نواحی شهر یاسوج در کشور ایران و استان کهگیلویه و بویراحمد

یافته‌ها

وضعیت استرس در جهان و ایران

میزان استرس در کشورهای مختلف متناسب با شرایط اقتصادی، سیاسی و اجتماعی بسیار پر نوسان است و مطالعات فراوانی به منظور تعیین کم‌استرس‌ترین یا پر استرس‌ترین کشورها انجام شده است. به گزارش مرکز تحقیقاتی گالوپ، بسته به محل زندگی، افراد سطوح مختلفی از استرس را تجربه می‌کنند. برای مثال، این استرس و فشار روانی، در کشورهای در حال توسعه، می‌تواند به دلیل مشکلات اقتصادی همچون کمبود غذا و در کشورهای پیشرفته، می‌تواند به علت داشتن یک روز کاری سخت یا پرداخت صورت‌حساب باشد.



شکل ۲. کشورهای دارای بیشترین میزان استرس در جهان

Source: Gallup Research Institute, 2019

در همین راستا، مرکز تحقیقاتی گالوپ (۲۰۱۹)، به منظور سنجش میزان استرس در نقاط مختلف جهان، ۱۴۳ کشور را در سال ۲۰۱۹ مورد بررسی قرار داده است. با توجه به مشکلات اقتصادی اخیر کشور یونان، ۵۹ درصد از افرادی که مورد بررسی قرار گرفتند، پاسخ دادند که تحت فشار و استرس فراوانی هستند. تحقیقات انجام شده در خصوص کشورهایی که مردم آن بیشترین استرس را دارند، کشور یونان در جایگاه نخست و به دنبال آن کشورهای فیلیپین، تانزانیا، آلبانی، ایران، سریلانکا و ایالات متحده آمریکا قرار گرفتند. کشورهای فیلیپین و تانزانیا نیز به ترتیب با میزان ۵۸ و ۵۷ درصد استرس، پس از یونان، در جایگاه‌های دوم و سوم قرار گرفتند. در ادامه، چهار کشور آلبانی، ایران، سریلانکا و ایالات متحده آمریکا، با میزان ۵۵ درصد استرس، در جایگاه‌های بعدی قرار گرفتند. همچنین، قابل ذکر است که سوابق بررسی سال‌های قبل در آمریکا در این خصوص حاکی از آن است که میزان استرس و فشار روانی در میان مردم این کشور، به طور مداوم در حال افزایش است. برای مثال، در نظرسنجی سال ۲۰۰۶، ۴۶ درصد از مردم ایالات متحده گفتند که تحت فشار استرس هستند. در سال ۲۰۱۰، این میزان به ۴۷ درصد افزایش پیدا کرد و در سال ۲۰۱۴ به ۵۳ درصد رسید. تحقیقات نشان می‌دهد که میزان استرس در افراد سنین بین ۱۵ تا ۴۹ سال بیشتر وجود دارد.



شکل ۳. کشورهای دارای بیشترین میزان استرس در جهان

Source: Gallup Research Institute, 2019

در کشورهای اروپایی بالاترین میزان استرس که ممکن است به افراد وارد شود با عدد ۱۰۰ مربوط به مرگ همسر است و پس از آن استرس ازدواج با عدد ۵۰ و استرس پیدا کردن دوست و ورود به فشارهای جدید با عدد ۲۵ در رتبه‌های بعدی قرار می‌گیرند. در میان ایرانیان اضطراب مرگ همسر کمتر از اروپایی‌هاست و بیشتر استرس افراد مربوط به مرگ فرزند است. همچنین با توجه به ازدواج آسان در اروپا و شرایط پیچیده ازدواج در ایران، استرس ازدواج در ایران بسیار بالاتر است.

آمارهای وزارت بهداشت ایران نشان می‌دهد که شیوع افسردگی در ایران حدود ۱۲/۷ درصد است. این میزان در زنان ۱۶/۵ و در مردان حدود ۱۰/۸ درصد است و در واقع شیوع افسردگی در زنان حدود ۵۰ درصد بیشتر از مردان است. بر اساس آمارهای وزارت بهداشت عوامل اجتماعی زیادی مانند بیکاری، اعتیاد و از دست دادن عزیزان در بروز بیماری‌های اعصاب و روان نقش دارند.

بررسی تفاوت فضایی عوامل استرس‌زا در بین نواحی شهر یاسوج

برای بررسی و تجزیه و تحلیل داده‌ها و اطلاعات، ماتریس وضع موجود تشکیل و ماتریسی با ابعاد ۱۶×۴۱ تشکیل شد. در این مرحله، شاخص‌های غیر عددی و عبارتی‌های کلامی به مقادیر عددی تبدیل و وزن هر یک از شاخص‌ها با استفاده از مدل WasPas محاسبه شده است. در این پژوهش، فقط نتایج نهایی مدل WasPas ارائه شده است.

جدول ۳. وزن شاخص‌های مورد بررسی

معیار	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7
وزن	۰/۱۴۱۳	۰/۰۰۹	۰/۰۰۴۷	۰/۱۷۰۳	۰/۱۸۲۳	۰/۰۰۰۴	۰/۰۰۰۶
معیار	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14
وزن	۰/۰۰۲۱	۰/۰۰۱۰	۰/۰۰۱۹	۰/۰۰۰۹	۰/۰۰۱۷	۰/۰۶۰۹	۰/۰۰۰۸
معیار	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21
وزن	۰/۰۰۲۱	۰/۰۰۵۱	۰/۰۰۰۲	۰/۰۰۳۲	۰/۰۰۱۱	۰/۰۰۲۰	۰/۰۰۲۷
معیار	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28
وزن	۰/۰۰۱۳	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۱۱	۰/۰۸۸۵	۰/۰۰۱۵	۰/۰۰۵۰	۰/۰۰۴۳
معیار	X29	X30	X31	X32	X33	X34	X35
وزن	۰/۰۰۸۷	۰/۰۰۳۵	۰/۰۰۳۰۹	۰/۰۰۲۶	۰/۰۰۲۰	۰/۱۹۶۷	۰/۰۰۱۷
معیار	X36	X37	X38	X39	X40	X41	وزن
وزن	۰/۰۰۱۳	۰/۰۰۰۹	۰/۰۰۲۶	۰/۰۱۸۶	۰/۰۳۰۸	۰/۰۰۴۹	

پس از محاسبه اولیه وزن معیارها، برای استاندارد کردن ماتریس وضع موجود با توجه به نوع معیارها (معیارهایی با جهت مثبت و منفی) از روش بی‌مقیاس سازی نورم استفاده شده که نتایج آن در جدول (۴) نشان داده شده است. پس از بی‌مقیاس کردن ماتریس تصمیم با استفاده از ضرایب وزنی معیارها، ماتریس تصمیم بی‌مقیاس شده وزن‌دار به دست آمد و با توجه به این ماتریس، امتیاز هر گزینه محاسبه می‌شود.

جدول ۴- الف. مقادیر استاندارد شده شاخص‌ها

معیار	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7
ناحیه ۴	۰/۶۸۸۲	۰/۵۱۸۴	۰/۵۴۴۶	۰/۳۱۶۲	۰/۷۶۶۴	۰/۵۱۰۶	۰/۵۵۴۳
ناحیه ۳	۰/۵۳۵۳	۰/۵۰۳۶	۰/۴۹۲۷	۰/۶۳۲۵	۰/۳۸۳۲	۰/۵۰۴۵	۰/۴۹۸۸
ناحیه ۲	۰/۳۸۲۴	۰/۴۸۸۷	۰/۴۶۶۸	۰/۳۱۶۲	۰/۳۴۴۹	۰/۴۹۸۴	۰/۴۷۶۷
ناحیه ۱	۰/۳۰۵۹	۰/۴۸۸۷	۰/۴۹۲۷	۰/۶۳۲۵	۰/۳۸۳۲	۰/۴۸۶۲	۰/۴۶۵۶
معیار	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14
ناحیه ۴	۰/۵۰۷۹	۰/۵۱۲۹	۰/۵۲۸۵	۰/۵۱۲۷	۰/۴۷۶۶	۰/۶۵۳	۰/۵۱۰۸
ناحیه ۳	۰/۵۰۲۶	۰/۵۰۷۱	۰/۴۹۹۷	۰/۴۸۷	۰/۴۹۲	۰/۴۸۹۸	۰/۵۱۰۸
ناحیه ۲	۰/۴۹۷۳	۰/۵۰۱۳	۰/۴۹۰۱	۰/۴۸۷	۰/۵۰۷۴	۰/۴۳۴۵	۰/۴۹۶۲
ناحیه ۱	۰/۴۹۲	۰/۴۷۸	۰/۴۸۰۵	۰/۵۱۲۷	۰/۵۲۲۸	۰/۳۹۱۸	۰/۴۸۱۶
معیار	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21
ناحیه ۴	۰/۵۲۲۸	۰/۵۳۷۲	۰/۵۰۷۷	۰/۵۲۵۱	۰/۴۸۱۳	۰/۴۹۹۷	۰/۵۲۸۹
ناحیه ۳	۰/۵۱۱۹	۰/۵۰۶۸	۰/۵۰۲۵	۰/۴۹۹۵	۰/۴۹۳۶	۰/۴۹۹۷	۰/۵۰۵۴۰
ناحیه ۲	۰/۴۹۰۱	۰/۴۹۶۶	۰/۴۹۷۴	۰/۴۹۲۳	۰/۵۰۶	۰/۵۲۶	۰/۴۹۳۷

جدول ۴- ب. مقادیر استاندارد شده شاخص‌ها

۰/۴۷۳۸	۰/۴۵۶۱	۰/۴۹۲۳	۰/۴۷۰۹	۰/۵۱۸۳	۰/۴۷۳۴	۰/۴۷۰۲	ناحیه ۱
X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	معیار
۰/۴۷۸۹	۰/۵۰۷۹	۰/۴۸۶۳	۰/۶۴۸۲	۰/۴۷۸	۰/۵۴۱۱	۰/۵۴۱۳	ناحیه ۴
۰/۴۹۳۱	۰/۵۰۷۹	۰/۵۱۳۳	۰/۵۱۸۶	۰/۴۹۲۵	۰/۵۰۳۸	۰/۴۹۷۷	ناحیه ۳
۰/۵۰۶۴	۰/۵۰۲۶	۰/۴۸۶۳	۰/۴۵۳۷	۰/۵۰۷	۰/۴۹۱۴	۰/۴۹۱۵	ناحیه ۲
۰/۵۱۹۸	۰/۴۸۱۲	۰/۵۱۳۳	۰/۳۲۴۱	۰/۵۲۱۵	۰/۴۶۰۳	۰/۴۶۶۶	ناحیه ۱
X29	X30	X31	X32	X33	X34	X35	معیار
۰/۵۶۰۸	۰/۵۳۶۳	۰/۶۱۸۴	۰/۵۲۷۸	۰/۵۲۴۲	۰/۴۷۱۴	۰/۵۲۱۱	ناحیه ۴
۰/۴۹۸۵	۰/۵۰۲۸	۰/۴۶۳۸	۰/۵۰۹	۰/۴۹۱۵	۰/۴۷۱۴	۰/۵۰۵۵	ناحیه ۳
۰/۴۷۳۶	۰/۴۸۹۳	۰/۴۶۳۸	۰/۴۹۰۱	۰/۵۰۷۹	۰/۷۰۷۱	۰/۴۹۷۸	ناحیه ۲
۰/۴۶۱۱	۰/۴۶۹۲	۰/۴۳۲۹	۰/۴۷۱۳	۰/۴۷۵۱	۰/۳۳۵۷	۰/۴۷۴۴	ناحیه ۱
X36	X37	X38	X39	X40	X41		معیار
۰/۲۵۴۰	۰/۵۱۷۷	۰/۵۲۸۲	۰/۵۵۲۲	۰/۵۶۵۷	۰/۵۳۹۷		ناحیه ۴
۰/۴۹۱۷	۰/۴۹۹۸	۰/۵۱۰۶	۰/۴۴۱۷	۰/۴۲۴۳	۰/۵۱۲۷	مقادیر استاندارد	ناحیه ۳
۰/۴۹۹۸	۰/۴۸۲	۰/۴۸۴۲	۰/۴۴۱۷	۰/۴۲۴۳	۰/۴۷۲۲	اولیه	ناحیه ۲
۰/۴۸۳۷	۰/۴۹۹۸	۰/۴۷۵۴	۰/۵۵۲۲	۰/۵۶۵۷	۰/۴۷۲۲		ناحیه ۱

در گام چهارم، برآورد واریانس مقادیر معیارهای نرمالیزه شده اولیه، از طریق توابع به دست خواهند آمد و واریانس هر یک از شاخص‌ها در نواحی چهارگانه محاسبه خواهد شد. از این‌رو برای تمام معیارهای استرس‌زا در نواحی چهارگانه شهر یاسوج بی مقیاس سازی انجام گرفت.

جدول ۵. واریانس مقادیر معیارهای نرمالیزه شده اولیه

X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	معیار
۰/۰۰۱۲	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۳	۰/۰۰۱۵	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۸	ناحیه ۴
۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۱۰	۰/۰۰۰۴	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۳
۰/۰۰۰۴	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۳	۰/۰۰۰۳	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۲
۰/۰۰۰۲	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۱۰	۰/۰۰۰۴	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۵	ناحیه ۱
X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	معیار
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۱۱	۰/۰۰۰۷	ناحیه ۴
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۸	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	ناحیه ۳
۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۲
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۴	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۱
X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	معیار
۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۲	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	ناحیه ۴
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۳	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۳
۰/۰۰۰۳	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۱	ناحیه ۲
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۹	۰/۰۰۰۴	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۱
X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	معیار
۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۱۱	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۷	ناحیه ۴
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۳
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۲
۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۳	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۵	ناحیه ۱
X29	X30	X31	X32	X33	X34	X35	معیار
۰/۰۰۰۸	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۱۰	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۱۳	۰/۰۰۰۷	ناحیه ۴
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۳	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۳	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۳
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۲
۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۸	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۶	ناحیه ۱
X36	X37	X38	X39	X40	X41		معیار
۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۲	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۸	۰/۰۰۰۸	۰/۰۰۰۷	واریانس اولیه	ناحیه ۴
۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۷	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۷		ناحیه ۳

ناحیه ۲	۰/۰۰۰۹	۰/۰۰۰۸	۰/۰۰۰۸	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۲
ناحیه ۱	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۵	۰/۰۰۰۶	۰/۰۰۰۶

در گام پنجم و ششم، محاسبه واریانس‌های $Q_2(Q_1)$ و $Q_2(Q_2)$ برای ۴۱ شاخص مورد بررسی از طریق توابع چندگانه ریاضی، مورد بررسی و محاسبه قرار گرفت. در گام ششم، برای رتبه‌بندی شاخص‌ها، مقادیر Q و λ ، محاسبه خواهند شد. برای رتبه‌بندی نهایی شاخص‌ها، ابتدا لاندای هر شاخص نسبت به شاخص‌های دیگر محاسبه و مقدار Q برای هر یک از گزینه‌ها به دست خواهد آمد که نشان‌دهنده وضعیت هر گزینه نسبت به دیگر گزینه‌ها و همچنین وزن نهایی هر شاخص می‌باشد. نتایج حاصل از پژوهش نشان می‌دهد که در بین نواحی شهر یاسوج، ناحیه ۴ دارای بدترین وضعیت از نظر عوامل استرس‌زا با وزن $۰/۵۶۰$ در بین نواحی شهر یاسوج و ناحیه ۱ دارای بهترین وضعیت با وزن $۰/۳۹۰$ می‌باشد.

جدول ۶. مقادیر محاسبه شده واریانس‌ها و مقادیر محاسبه شده Q و λ و رتبه‌بندی نهایی شاخص‌ها

محاسبه λ و Q_i	رتبه	Q_2Q_2	Q_2Q_1	Q_i	λ
ناحیه ۴	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۵۶۰۱	۰/۵۷۲۹
ناحیه ۳	۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۰	۰/۴۹۵	۰/۶۴۲۹
ناحیه ۲	۳	۰/۰۰۱	۰/۰۰۰	۰/۴۴۲۷	۰/۵۷۹۲
ناحیه ۱	۴	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۳۹۰۸	۰/۶۳۳۴

برای سنجش نابرابری بین نواحی شهر یاسوج از لحاظ شاخص‌های استرس‌زایی شهروندان، از آزمون تحلیل واریانس (ANOVA) استفاده شده است. نتایج تحلیل واریانس حکایت از آن دارد که با توجه به اینکه سطح معناداری کمتر از $۰/۰۵$ می‌باشد، با اطمینان $۰/۹۵$ می‌توان گفت که بین نواحی شهر یاسوج از لحاظ شاخص‌های استرس‌زایی شهروندان تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۷. بررسی تفاوت بین نواحی شهر یاسوج از لحاظ شاخص‌های استرس‌زایی شهروندان

آزمون واریانس	جمع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آزمون f	سطح معناداری
بین گروهی	۶۰/۲۶۵	۳	۲۰/۰۸۸	۲۶/۶۲۵	۰/۰۰۰
درون گروهی	۲۸۵/۹۵۱	۳۷۹	۰/۷۵۴		
جمع	۳۴۶/۲۱۶	۳۸۲			

بررسی میزان اثرگذاری هر یک از ابعاد بررسی شده استرس‌زا

در ادامه، یافته‌های پژوهش به تفکیک حوزه‌های تدوین شده، مهم‌ترین شاخص‌های که می‌تواند بر بعد استرس‌زایی شهروندان و روح و روان آن‌ها تأثیر بگذارد، مورد سنجش قرار خواهد گرفت. نتایج حاصل از پژوهش نشان می‌دهد در بعد زیست‌محیطی، آلودگی صوتی؛ در بعد اقتصاد شهری، کمبود و گرانی مسکن و بالا بودن اجاره خانه؛ در بعد امنیت شهری، مواجهه با افراد شرور؛ در حوزه خانوادگی، پیدا کردن شغل مناسب برای اعضای خانواده و مشکلات و مصائب مربوط به ازدواج؛ در حوزه محیطی، ارتباطات قومی و مشکلات اداری؛ در حوزه شخصی و فردی، مسائل و مشکلات مربوط به ازدواج افراد؛ در حوزه اجتماعی و فرهنگی، رشد انحرافات اخلاقی و ناامیدی نسبت به آینده؛ و در بعد کالبد شهری، جایگاه رنگ و نور در شهر و زیرساخت‌های شهری، بیشترین تأثیرگذاری را در افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج داشته‌اند.

جدول ۸- الف. مقادیر محاسبه شده واریانس‌ها و مقادیر محاسبه شده Q و λ و رتبه‌بندی نهایی زیر معیارها

حوزه زیست‌محیطی				حوزه خانوادگی			
λ	Q_i	Q_2Q_1	Q_2Q	λ	Q_i	Q_2Q_1	Q_2Q_2
۰/۷۸۳۴	۰/۲۷۶۸	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۹۰۷۷	۰/۱۰۱۷	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
۰/۵۷۲۲	۰/۷۴۷۴	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۸۱۱۵	۰/۲۳۲۲	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
۰/۷۰۱۰	۰/۴۲۶۳	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۶۱۶۵	۰/۶۲۲۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۲
۰/۹۶۷۸	۰/۰۳۳۲	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۷۴۹۶	۰/۳۳۴	۰/۰۰۰	۰/۰۰۱

جدول ۸- ب. مقادیر محاسبه شده واریانس‌ها و مقادیر محاسبه شده Q و λ و رتبه‌بندی نهایی زیر معیارها

X5	-/۰۰۲	-/۰۰۲	-/۶۶۱۱	-/۶۰۲	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۴۲۶۴	-/۰۰۱۰
حوزه شخصی و فردی				حوزه اقتصادی				
متغیر	Q2Q2	Q2Q1	Qi	λ	Q2Q	Q2Q1	Qi	λ
X1	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۱۰۰۱۷	-/۹۰۷۷	-/۰۰۲	-/۰۰۱	-/۲۵۱۹	-/۶۵۸۱
X2	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۲۳۲۲	-/۸۱۱۵	-/۰۰۱	-/۰۰۱	-/۲۸۴۲	-/۷۷۸۷
X3	-/۰۰۱	-/۰۰۰	-/۶۲۲۲	-/۶۱۶۵	-/۰۰۲	-/۰۰۱	-/۵۹۶۸	-/۶۲۶۳
X4	-/۰۰۵	-/۰۰۴	-/۳۳۴	-/۷۴۹۶	-/۰۰۲	-/۰۰۱	-/۵۴۱۵	-/۶۴۸۷
حوزه امنیت				حوزه محیطی				
	Q2Q2	Q2Q1	Qi	λ	Q2Q	Q2Q1	Qi	λ
X1	-/۰۰۵	-/۰۰۴	-/۸۰۸۱	-/۵۵۳۱	-/۰۰۱	-/۰۰۰	-/۳۹۵۳	-/۵۹۹۳
X2	-/۰۰۵	-/۰۰۴	-/۸۰۸۱	-/۵۵۳۱	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۱۴۲۵	-/۸۶۹
X3	-/۰۰۱	-/۰۰۰	-/۳۰۳	-/۷۶۷۴	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۳۳۷۴	-/۷۳۷
X4	-/۰۰۱	-/۰۰۰	-/۳۰۳	-/۷۶۷۴	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۲۷۷۴	-/۷۷۳۱
X5	-/۰۰۲	-/۰۰۱	-/۵۰۵۱	-/۶۶۴۴	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۳۱۴۹	-/۷۵۰۱
X6	-/۰۰۲	-/۰۰۱	-/۵۰۵۱	-/۶۶۴۴	-/۰۰۲	-/۰۰۱	-/۶۹۷	-/۵۷۵۵
حوزه کالبدی				حوزه اجتماعی و فرهنگی				
	Q2Q2	Q2Q1	Qi	λ	Q2Q	Q2Q1	Qi	λ
X1	-/۰۰۱	-/۰۰۱	-/۵۵۶۸	-/۶۴۳۴	-/۰۰۲	-/۰۰۱	-/۶۴۶۵	-/۶۰۷۳
X2	-/۰۰۱	-/۰۰۱	-/۵۳۹۴	-/۶۶۹۶	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۳۲۳۳	-/۷۵۵۷
X3	-/۰۰۰۵	-/۰۰۰	-/۲۱۷۵	-/۸۲۱۴	-/۰۰۱	-/۰۰۱	-/۵۹۸	-/۶۲۵۸
X4	-/۰۰۱	-/۰۰۱	-/۴۹۵۹	-/۶۶۸۵	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۱۲۹۳	-/۸۸۵۵
۵X	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۰۳۹۱	-/۹۶۳۳	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۲۱۰۱	-/۸۲۶۴
۶X	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۰۲۷۸	-/۹۷۳۹	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۲۴۲۴	-/۸۰۴۹
X7	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۳۲۱۹	-/۷۵۶۵	-/۰۰۰	-/۰۰۰	-/۰۱۶۲	-/۹۸۴۱

برای ارزیابی و سنجش شاخص‌های تأثیرگذار در افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج، از آزمون T-Test تک نمونه‌ای شده است. در پژوهش حاضر، هرچقدر میانگین هر یک از این شاخص‌ها از حد واسط، بالاتر باشد، مؤید وضعیت نامطلوب شاخص‌های مؤثر بر استرس شهروندان یاسوج می‌باشد. ولی هر چه میانگین هر یک از این شاخص‌ها، پایین از حد واسط باشد، بیانگر وضعیت مطلوب شاخص‌های مؤثر بر استرس شهروندان می‌باشد. در آزمون T-Test تک نمونه‌ای، اگر مقدار سطح معناداری کمتر از ۵ درصد باشد، نشان از این مهم دارد که می‌توان میانگین نمونه را به‌کل جامعه شهری یاسوج نسبت داد. نتایج حاصل از پژوهش نشان می‌دهد که شاخص‌های اقتصادی از جمله (کمبود و گرانی مسکن، بالا بودن اجاره خانه) (با میانگین ۴/۱۵) و شاخص‌های خانوادگی از جمله (پیدا کردن شغل مناسب برای اعضای خانواده و... (با میانگین ۳/۷۰)، بیشترین تأثیرگذاری را در افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج و حوزه زیست‌محیطی (با میانگین ۲/۶۳) کمترین تأثیرگذاری را در افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج داشته‌اند. همچنین حوزه محیطی (با میانگین ۳/۵۱) در رتبه دوم، بعد شخصی و فردی (با میانگین ۳/۱۱) در رتبه سوم، بعد اجتماعی (با میانگین ۳/۲۱۳) در رتبه چهارم، بعد کالبدی (با میانگین ۳/۲۱) در رتبه پنجم و بعد امنیت (با میانگین ۳/۲۰) در رتبه هفتم قرار دارد.

جدول ۹- الف. آزمون T-Test برای شاخص‌های استرس‌زایی شهروندان در نواحی شهر یاسوج

شاخص‌های شهر استرس‌زا	میانگین	آماره t	سطح معناداری	مقدار تست = ۳	
				درجه آزادی	اختلاف میانگین
زیست‌محیطی	۲/۶۳	-۶/۰۹۰	-/۰۰۰	۳۸۰	-/۳۶۱۸۸
اقتصادی	۴/۱۵	۳۰/۶۵۱	-/۰۰۰	۳۸۰	۱/۱۵۰۷۸
سطح اطمینان ۰/۹۵		حد بالا		حد پایین	
		حد بالا		حد پایین	
		حد بالا		حد پایین	

جدول ۹- الف. آزمون T-Test برای شاخص‌های استرس‌زایی شهروندان در نواحی شهر یاسوج

خانوادگی	۳/۷۰	۱۵/۷۵۷	۰/۰۰۰	۳۸۰	۰/۷۰۱۳۱	۰/۶۱۳۸	۰/۷۸۸۸
حوزه محیطی	۳/۵۱	۹/۶۴۳	۰/۰۰۰	۳۸۰	۰/۵۱۱۷۵	۰/۴۰۷۴	۰/۶۱۶۱
حوزه شخصی	۳/۱۱	۲/۱۰۵	۰/۰۰۰	۳۸۰	۰/۱۱۴۸۸	۰/۰۰۷۶	۰/۲۲۲۲
اجتماعی	۳/۲۱۳	۴/۰۸۳	۰/۰۰۰	۳۸۰	۰/۲۱۳۷۳	۰/۱۱۰۸	۰/۳۱۶۷
کالبدی	۳/۲۱	۳/۹۳۹	۰/۰۰۰	۳۸۰	۰/۲۱۲۲۳	۰/۱۰۶۳	۰/۳۱۸۲
امنیت	۳/۲۰	۳/۰۶۳	۰/۰۰۲	۳۸۰	۰/۲۰۴۵۳	۰/۰۷۳۲	۰/۳۳۵۸

برای پیش‌بینی شاخص‌های تأثیرگذار بر افزایش استرس شهروندان در نواحی شهر یاسوج، از تحلیل رگرسیون استفاده شده است. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش توأم حکایت از آن دارد که از بین معیارهای ۸ گانه (زیست‌محیطی، اقتصادی، خانوادگی، حوزه محیطی، حوزه شخصی و فردی، اجتماعی، کالبدی و امنیت)، تمام شاخص‌های هشت‌گانه مدل نهایی برازش رگرسیونی، معنی‌دار است. علت این امر را می‌توان همبستگی قوی معیارهای ذکرشده با متغیر وابسته (شاخص استرس‌زایی شهروندان) در نظر گرفت (۰/۹۹۵). معیارهای بررسی شده در مدل به میزان ۹۸ درصد از تلفیق تغییرات شاخص‌ها را تبیین می‌کند؛ و باقیمانده واریانس‌ها به وسیله عوامل ناشناخته که در این پژوهش دنبال نشده است، تبیین و پیش‌بینی می‌شوند.

جدول ۱۰. میزان تبیین تغییرات متغیر وابسته به‌وسیله شاخص‌های هشت‌گانه

خطای معیار	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تبیین تصحیح‌شده
۰/۱۰۱۰۴	۰/۹۹۵	۰/۹۸۹

معناداری آماری مدل رگرسیون در جدول (۱۱)، نشان می‌دهد که میزان به دست آمده آلفا کمتر از ۰/۰۵ و برابر با ۰/۰۰۰ می‌باشد. لذا مدل به کار رفته، پیش‌بینی‌کننده خوبی برای متغیر استرس‌زایی شهروندان شهر یاسوج است؛ و این مهم نشان می‌دهد که بین شاخص‌های هشت‌گانه بررسی شده و استرس‌زایی شهروندان شهر یاسوج در سطح اطمینان ۰/۹۵ رابطه معنادار وجود دارد.

جدول ۱۱. تحلیل واریانس مدل رگرسیونی بین استرس‌زایی شهروندان و ابعاد ۸ گانه آن

مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	کمیت F	سطح معناداری
۳۵۲/۵۷۶	۸	۴۴/۰۷۲	۴۳۱۶/۵۷۷	۰/۰۰۰
۳/۸۱۹	۳۷۴	۰/۰۱۰		
۳۵۶/۳۹۵	۳۸۲			
اثر رگرسیونی				
باقیمانده				
کل				

پس از تعیین معنادار بودن مقدار ثابت و متغیر پژوهش، ستون ضرایب استاندارد شده، بیانگر ضریب رگرسیونی استاندارد شده یا مقدار بتا است. در این میان، میزان توان شاخص‌های بررسی شده در سنجش عوامل استرس‌زایی شهروندان، مساوی و یک‌جهت نیست و همان‌گونه که ضریب استاندارد شده بتا در جدول (۱۲) نشان می‌دهد، بین شاخص‌های زیست‌محیطی، اقتصادی، خانوادگی، حوزه محیطی، حوزه شخصی و فردی، اجتماعی، کالبدی و امنیت با استرس‌زایی شهروندان رابطه مستقیم وجود دارد. در بین این شاخص‌ها، شاخص حوزه محیطی با ضریب تأثیر ۰/۳۴۱، اثرگذاری و قدرت تبیین بیشتری نسبت به بقیه ابعاد بررسی شده در پیش‌بینی افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج دارد. شاخص‌های خانوادگی، اجتماعی، شخصی و فردی، زیست‌محیطی، اقتصادی، امنیت و کالبدی به ترتیب با ضرایب ۰/۲۱۳، ۰/۱۵۰، ۰/۱۳۳، ۰/۰۹۹، ۰/۰۸۸، ۰/۰۸۳، ۰/۰۴۱- در رتبه‌های دوم تا هشتم قرار دارند.

جدول ۱۲. آماره‌های ضرایب مدل رگرسیونی متغیرهای مستقل پژوهش

سطح معناداری	T	ضرایب استاندارد شده		متغیرها
		بنا	خطا B	
۰/۰۰۰	۶/۳۸۵	۰/۰۹۹	۰/۰۱۳	زیست‌محیطی
۰/۰۰۰	۷/۳۶۰	۰/۰۸۸	۰/۰۱۶	اقتصادی

خانوادگی	۰/۲۳۶	۰/۰۱۹	۰/۲۱۳	۱۲/۳۰۳	۰/۰۰۰
حوزه محیطی	۰/۳۱۷	۰/۰۱۸	۰/۳۴۱	۱۷/۲۳۴	۰/۰۰۰
حوزه شخصی	۰/۱۱۹	۰/۰۲۰	۰/۱۳۲	۵/۹۵۰	۰/۰۰۰
اجتماعی	۰/۱۴۲	۰/۰۲۴	۰/۱۵۰	۶/۰۲۰	۰/۰۰۰
کالبدی	-۰/۰۳۸	۰/۰۱۶	-۰/۰۴۱	-۲/۳۷۴	۰/۰۰۰
امنیت	۰/۰۶۲	۰/۰۱۱	۰/۰۸۳	-۵/۷۱۶	۰/۰۰۰

بحث و نتیجه‌گیری

امروزه، شهرهای دوران مدرن از نیازهای معنوی انسان روی برگردانده و شهر بستری برای عبور اتومبیل و تسهیل عبور سرمایه و کالا شد. به دنبال از بین رفتن آرامش در شهرها، انسان به بیماری‌هایی نظیر افسردگی، استرس، ترس و ... دچار شد. مطالعات نشان می‌دهد که استرس شهری روز به روز در حال افزایش است به طوری که قرن ۲۰ را قرن مدیریت و ارتباطات و قرن استرس و اضطراب و نابسامانی‌های عصبی نامیده‌اند. در این میان، جهت کاهش استرس شهروندان در شهر یاسوج باید ساختارهای از جمله دسترسی به خدمات و امکانات شهری و سلامت روانی را برای شهروندان فراهم کرد. از این رو، نتایج پژوهش نشان می‌دهد که ارتباط نزدیکی بین دسترسی شهروندان به خدمات و امکانات و میزان استرس آن‌ها در شهر یاسوج وجود دارد. در واقع در نواحی و مناطقی که خدمات و امکانات مطلوب‌تری وجود داشت، استرس شهروندان هم کمتر و سلامت روانی شهروندان هم بالاتر بود. لذا از یک سو نابرابری‌های فضایی توزیع خدمات شهری در بین مناطق شهری شهر یاسوج و از سوی دیگر تغییرات و تحولات و چالش‌های سیستم اجتماعی، اقتصادی و حتی فرهنگی امروز شهر یاسوج نیز بر میزان استرس و اضطرابی که افراد در طی زندگی روزمره خود تجربه می‌کنند، افزوده است و نتیجه چنین فشار و تلاطمی در سطح شهر چیزی جز افزایش میزان بیماری‌های روان‌شناختی نظیر اضطراب، افسردگی، وسواس، حملات وحشت‌زدگی و بی‌خوابی و نیز بیماری‌های جسمانی نظیر بیماری‌های قلبی - عروقی، سرطان، بیماری‌های گوارشی، دردهای جسمی مزمن و نیز اختلالاتی که ریشه در کاهش کنترل افراد بر روی رفتارها و نیز انتخاب‌های خود دارند نظیر سوء مصرف مواد، سیگار کشیدن، اختلالات خوردن و نیز ده‌ها مشکل و ناپه‌نجاری دیگر نخواهد بود.

نتایج حاصل از پژوهش نشان می‌دهد که در بین نواحی شهر یاسوج، ناحیه ۱ دارای بهترین وضعیت از نظر شاخص‌های استرس‌زا (با وزن ۰/۳۹۰) و ناحیه ۴ دارای بدترین وضعیت با وزن (۰/۵۶۰) می‌باشد. همچنین ناحیه ۲ و ۳ شهر یاسوج به ترتیب با وزن‌های (۰/۴۴۲) و (۰/۴۹۵)، در رتبه‌های بعدی از نظر میزان استرس‌زایی شهروندان قرار دارند. این مهم ناشی از آن است که ناحیه ۴ شهر یاسوج از نظر خدمات اجتماعی، اقتصادی و ... نسبت به دیگر نواحی دارای وضعیت پایین‌تری می‌باشد و در این ناحیه بیشتر مهاجران روستایی و اقشار کم درآمدی سکونت دارند که در سازمان اقتصادی و اجتماعی شهر کمتر جذب شده‌اند. همچنین نتایج پژوهش نشان داد که شاخص‌های اقتصادی با میانگین (۴/۱۵) و شاخص‌های خانوادگی با میانگین (۳/۷۰)، بیشترین تأثیرگذاری را در افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج داشته‌اند و حوزه زیست‌محیطی با وزن (۲/۶۳) کمترین تأثیرگذاری در استرس شهروندان شهر یاسوج داشته است. همچنین در بین استر سوره‌های استرس‌زا در شهر یاسوج، پیدا کردن شغل مناسب برای اعضای خانواده (با میانگین ۴/۵۳)، کمبود و گرانی مسکن (با میانگین ۴/۴۶)، ارتباطات فامیلی (با میانگین ۴/۴۴)، مشکلات و مصائب مربوط به ازدواج (با میانگین ۴/۳۴)، بالا بودن اجاره خانه (با میانگین ۴/۲۷)، تورم، گرانی و هزینه‌های بالای زندگی (با میانگین ۴/۲۲) و رشد انحرافات اخلاقی (با میانگین ۴/۱۶)، تأثیرگذارترین متغیرهای استرس‌زا در بین شهروندان شهر یاسوج بوده‌اند. همچنین در بین شاخص‌های استرس‌زا، شاخص حوزه محیطی با ضریب تأثیر ۰/۳۴۱، اثرگذاری و قدرت تبیین بیشتری نسبت به بقیه شاخص‌های بررسی شده در پیش‌بینی افزایش استرس شهروندان شهر یاسوج دارد. شاخص‌های خانوادگی، اجتماعی، شخصی و فردی، زیست‌محیطی، اقتصادی، امنیت و کالبدی به ترتیب با ضرایب ۰/۲۱۳، ۰/۱۵۰، ۰/۱۳۲، ۰/۰۹۹، ۰/۰۸۳/۰۸۸، ۰/۰۴۱- در رتبه‌های دوم تا هشتم قرار دارند.

مقایسه نتایج این پژوهش تا حدودی با مطالعات انجام‌شده توسط غلامیان مقدم و همکاران (۱۳۹۹) و کرمی و همکاران (۱۳۸۷) همسو است. در این پژوهش‌ها عواملی مانند بیکاری و کردن شغل مناسب برای اعضای خانواده، گرانی مسکن، بالا بودن اجاره خانه، تورم، گرانی و هزینه‌های بالای زندگی تأثیرگذارترین متغیرهای استرس‌زا در بین شهروندان بوده‌اند. در پژوهش حاضر همانند بسیاری از پژوهش‌ها از روش‌های نوین تصمیم‌گیری چند معیاره برای انتخاب بهترین گزینه و مهم‌ترین شاخص استفاده شده است. لذا استفاده از دو مدل ضرب موزون و جمع موزون به صورت هم‌زمان مهم‌ترین وجه تمایز روش WASPAS با سایر روش‌های مشابه آن است.

راهکارها

- با توجه به یافته‌های تحقیق، راهکارهای زیر پیشنهاد می‌شود:
- ✓ تمرکز بر افزایش سرمایه‌گذاری برابر کاهش نرخ بیکاری؛
- ✓ توجه بیشتر به ساخت مسکن مقرون باصرفه برای گروه‌های دارای درآمد پایین از جمله تکمیل مسکن مهر اکبرآباد، تغییر کاربری ساختمان‌های فرسوده اداری و تجاری به مسکونی و ...؛
- ✓ استفاده از رسانه‌ها برای هدایت افکار عمومی، اطلاع‌رسانی و آگاهی بخشی مسئولان استانی به‌ویژه مدیران اجرایی استان؛
- ✓ سپردن کلید مسئولیت‌های اجرایی استان به افراد غیربومی برای جلوگیری از تعبات و زدو بندهای طایفه‌ای؛
- ✓ توجه به زیباسازی ساختارهای شهری از جمله بهبود وضعیت مبلمان شهری، روشنایی معابر.

سپاسگزاری

بدین‌وسیله از تمام افرادی و سازمان‌های که ما را در انجام این پژوهش یاری کردند، صمیمانه تشکر می‌کنم.

References

- Alavi, A. (1993). Nervous and psychological pressures in the organization (stress). *Journal of Government Management*, 20: 33-47. (In Persian)
- Amari, H., Taghizadeh, A., & Moulazad, S. (2017). *Peaceful City. Stressful City*, Tisa Publishing. (In Persian)
- Amod Consulting Engineers (2006). *Yasouj city special plan, Urban Development and Architecture Deputy*, Volume IV, Yasouj Municipality (In Persian) .
- Azin, M., & Faruzandeh, A. (2012). *Investigating the effect of stressful factors in urban streets on the behavior of users (case study: Modares Street, Kermanshah)*, the first national conference on architecture and urban planning of Iran, Islamic Azad University, Ardabil branch. (In Persian)
- Beek, A., Sluiter, J., Frings, M., & Meijman, T. (2000). Reactivity and recovery from different types of work measured by catecholamines and cortisol: a systematic literature overview. *Journal Occupational and Environmental Medicine*, 57(7), 298-315.
- Burk, P. (2000). Identity Processes and Social Stress. *American Sociological Review*, 56(10), 836-849.
- Chen, Y. (2009). Advances in the pathophysiology of tension-type headache: from stress to central sensitization. *Current Pain and Headache Reports*, 13(6), 484-494.
- Craik, K. (1973). Environmental psychology. *Annual Review of Psychology*, 24(14), 10-20.
- Department of Health and Human Services (2011). *Report Health, United States 2001*, Center Disease Control and Prevention National Center for Health Statistics, Cambridge Press.
- Department of Justice (2000). *Urban, suburban, and rural victimization, 1993-98*, Washington, D. C. : U. S. Bureau of Justice Statistics special report.
- Edward, K. (1980). Social Psychology and Urban Behavior. *Journal of Social Issues*, 36(3), 1-8.
- Fallahzadeh, H., Mamizi, M., & Nikokaran, J. (2015). Investigation of the prevalence of depression, anxiety and stress in the population of Yazd city in 2015. *Tolo Health*, 15(3), 155-164 (In Persian).
- Faqih, N. (2001). *Job tensions: its control, containment and management*, Kosha Mehr Publications (In Persian).
- Gallup Research Institute. (2019). <https://www.gallup.com>.
- Gifford, R. (2007). Natural psychology. *journal Journal of Environmental Psychology*, 15(10), 167-170.

- Iran Statistics Center (2013). *A selection of statistics and information on marriage and divorce rates among the provinces of Iran, Strategic Vice President* (In Persian).
- Iran Statistics Center (2016). *A selection of statistics and information on the unemployment rate among the provinces of Iran, Strategic Vice President*. (In Persian)
- Ittelson, W. (1978). *Environment and cognition*, Cambridge: Seminar Press.
- Julia, W., Lorie, T., & Edward, M. (2008). *Strategies for managing stress after war*, New Jersey, Wiley.
- Konijnendijk, C., Nilsson, K., & Baines, C. (2011). *COST Strategic Workshop: Health and the Natural Outdoors – Final Report*, New York Larnaca Cypru.
- Liisa, T., Ann, O., Kalevi, K., Timo, L., Yuko, T., & Takahide, M. K. (2014). The influence of urban green environments on stress relief measures: A field experiment. *Journal of Environmental Psychology*, 10(38), 1-9.
- Marsella, J. , Wandersman, A. , Cantor, D. (2000), Psychology and urban initiatives: Professional and scientific opportunities and challenges, *American Psychologist*, 53(14), 621-623.
- Mohammadian, K., Nazari, K., & Khalili, J (2012). *Geography of Kohgilouye and Boyer Ahmad Provinces*. Iran textbooks publishing. (In Persian)
- Mohanty, J.N. (2012). *Phenomenology and the Human Sciences human science*, Publishing: Springer; Softcover reprint of the original, 1st ed, New York, Springer.
- Nilsson, K., Sangster, M., Gallis, C., Hartig, T., Vries, S., Seeland, K., & Schipperijn, J. (2007). *Forest, tress and human health and well-being*, New Jersey, Springer.
- Prewitt, E. (2000). Inner-city health care, American College of Physicians. *Primary Care: Clinics in Office Practice*, 142(12), 39-46.
- Riahi, M., & Laden, L. (2013). Approach to the stress process in the sociology of mental health: a sociological study of stress. *Iran Social Studies*, 8(1), 49-87. (In Persian)
- Robert, B., & Arza, C. (2002). *Handbook of Environmental Psychology*, New Jersey, Wiley.
- Safarina, M., Amari, H., & Beheshti, E. (2014). *City Psychology*. Tehran: Avai Noor Publications. (In Persian)
- Seifpour, S. (2016). *investigating the role of psychology of interior architecture in order to reduce tension and stress factors to improve the quality of life in residential environments of Tehran, the second international conference on architecture, civil engineering and urban planning at the beginning of the third millennium*, Tehran: Association of Architecture and Urban Planning Iran. (In Persian)
- Shim, E., Jeon, H., & Kim, H., L. (2016). Measuring stress in medical education: validation of the Korean version of the higher education stress inventory with medical students. *BMC Medical Education*, 16(1), 1-20.
- Soltani, I. (2006). Practical solutions to reduce stress in managers and employees, *Tadbir Quarterly*, 13, 1-7. (In Persian)
- Stacey, B. , Elizabeth, M. (2018), Perceived neighborhood characteristics predict severity and emotional response to daily stressors, *Social Science & Medicine*, 20(200), 262-270.
- Stuart, B (1998). *tension or stress, the new disease of civilization, translation of Dodestan's History*, Rushd Publishing House. (In Persian)
- Tahmasabi, N. (2014). environmental stress and healthy city (with a sustainable urban design approach), *Proceedings of the International Conference on New Research Findings in Engineering Sciences and Technology with a focus on needs-based research*, Mashhad: Farazandishan Institute of International Knowledge. (In Persian)
- آذین، مشهد و فروزنده، علی (۱۳۹۲). بررسی تأثیر عوامل استرس‌زا در خیابان‌های شهری بر رفتار استفاده‌کنندگان (مطالعه موردی: خیابان مدرس کرمانشاه)، *اولین کنفرانس ملی معماری و شهرسازی ایران*، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل.

استورات، جین بنجامین (۱۳۷۷)، *تنیدگی یا استرس، بیماری جدید تمدن*، ترجمه پریخ دادستان، نشر رشد. ریاحی، محمد و لادن، رهبری (۱۳۹۳). رویکرد فرایند استرس در جامعه‌شناسی سلامت روان: مطالعه جامعه‌شناختی استرس. *مطالعات اجتماعی ایران*، ۸(۱)، ۴۹-۸۷.

سلطانی، ایرج (۱۳۸۴). راهکارهای عملی کاهش استرس در مدیران و کارکنان. *فصلنامه تدبیر*، ۱۳، ۷-۱. سیف‌پور، سهیل (۱۳۹۵). بررسی نقش روانشناسی معماری داخلی در جهت کاهش عوامل تنش‌زا و استرس‌زا برای ارتقاء کیفیت زندگی در محیط‌های مسکونی شهر تهران. *دومین همایش بین‌المللی معماری، عمران و شهرسازی در آغاز هزاره سوم*، تهران: انجمن معماری و شهرسازی ایران.

صفاری‌نیا مجید؛ عماری، حسن و بهشتی، الهام (۱۳۹۴). *روان‌شناسی شهر*. تهران: انتشارات آوای نور. طهماسبی، نرجس (۱۳۹۴). *استرس‌های محیطی و شهر سالم (با رویکرد طراحی شهری پایدار)*، مجموعه مقالات کنفرانس بین‌المللی یافته‌های نوین پژوهشی در علوم مهندسی و فناوری با محوریت پژوهش‌های نیاز محور، مشهد: مؤسسه فرازاندیشان دانش بین‌الملل.

علوی، امین‌اله (۱۳۷۲). فشارهای عصبی و روانی در سازمان (استرس). *مجله مدیریت دولتی*، ۲۰، ۳۳-۴۷. عماری، حسن؛ تقی‌زاده، عباس و مولازاد، صدیقه (۱۳۹۷). *شهر آرام، شهر استرس‌زدا*، نشر تیسرا. فقیه، نظام‌الدین (۱۳۸۰). *تنش‌های شغلی: کنترل، مهار و مدیریت آن*. تهران: انتشارات کوشا مهر. فلاح‌زاده، حسین؛ ممیزی، مهدیه و نیکوکاران، جلال (۱۳۹۵). بررسی شیوع افسردگی، اضطراب و استرس در جمعیت شهر یزد در سال ۱۳۹۲. *طلوع بهداشت*، ۱۵(۳)، ۱۵۵-۱۶۴.

محمدیان، خدامراد؛ نظری، خدیجه و خلیلی، جهانگیر (۱۳۹۲). *جغرافیای استان کهگیلویه و بویراحمد*. تهران: چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران.

مرکز آمار ایران (۱۳۹۳). *گزیده آمار و اطلاعات نرخ ازدواج و طلاق در بین استان‌های ایران*، معاونت راهبردی ریاست جمهوری. مرکز آمار ایران (۱۳۹۶). *گزیده آمار و اطلاعات نرخ بیکاری در بین استان‌های ایران*، معاونت راهبردی ریاست جمهوری. مهندسین مشاور آمود (۱۳۸۵). *طرح تفصیلی شهر یاسوج*، معاونت شهرسازی و معماری، جلد چهارم، شهرداری یاسوج.

Copyrights

© 2022 by the authors. Licensee PNU, Tehran, Iran. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)

