



University of
Sistan and Baluchestan

Geography and Territorial Spatial Arrangement

Print ISSN: 2345 - 2277

Online ISSN: 2783 - 5278



Association of Geography
and Planning
of Border Areas of Iran

The Role of Access to Urban Parks in Women's Mental Health (Case Study: Ardabil City)

Parya Nasiri¹, Hadi Hakimi^{2✉}, Alireza Mohammadi³

1. PhD Student of Geography and Urban Planning, Department of Geography and Urban Planning, Faculty of Social Sciences University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

E-mail: m.nasiri3020@gmail.com

2. Associate Professor- Department of Urban and Regional Planning, Faculty of Planning and Environmental Sciences, University of Tabriz, Tabriz, Iran.

✉ E-mail: h.hakimi@tabrizu.ac.ir

3. Professor of Geography and Urban Planning, Department of Geography and Urban Planning, Faculty of Social Sciences University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

E-mail: a.mohammadi@uma.ac.ir



How to Cite: Nasiri, P; Hakimi, H & Mohammadi, A.R. (2025). The Role of Access to Urban Parks in Women's Mental Health (Case Study: Ardabil City). *Geography and Territorial Spatial Arrangement*, 15 (56), 197-202.

DOI: <http://dx.doi.org/10.22111/GATJ.2025.51162.3268>

Article type:

Research Article

Received:

16/02/2025

Received in revised form:

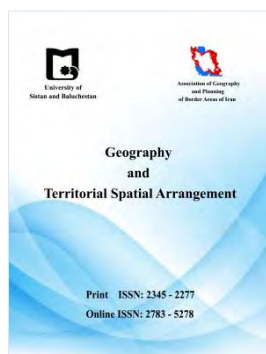
03/06/2025

Accepted:

15/06/2025

Publisher online:

23/06/2025



ABSTRACT

Women's mental health constitutes a fundamental dimension of public health that is significantly influenced by environmental determinants, particularly the quality and accessibility of urban green spaces. Amid rapid urbanization and escalating psychological stressors, investigating the therapeutic potential of urban parks for women's psychological wellbeing - especially in secondary cities - has emerged as a critical research imperative. This empirical study examines the relationship between urban park accessibility and women's mental health outcomes in Ardabil, Iran, employing a robust mixed-methods approach. Our methodology integrates descriptive-analytical techniques with applied research objectives, utilizing systematic random sampling to collect 400 survey responses. The research instrument operationalizes five key dimensions through 58 carefully designed items: physical-spatial characteristics, socio-cultural factors, safety perceptions, accessibility metrics, and mental health indicators. Statistical analyses, including one-sample t-tests, Pearson correlation coefficients, and multiple regression modeling, yield several noteworthy findings. The physical-spatial ($M=3.17$, $SD=0.42$) and socio-cultural ($M=3.05$, $SD=0.39$) dimensions demonstrate relatively favorable conditions. We identify strong positive correlations between mental health outcomes and both park accessibility ($r=0.63$, $p<0.01$) and socio-cultural factors ($r=0.63$, $p<0.01$). Regression results reveal that physical-spatial attributes ($\beta=0.239$, $p<0.05$) and socio-cultural elements ($\beta=0.131$, $p<0.05$) serve as the most significant predictors of mental health, while safety indicators show no statistically significant relationship. Notably, our analysis demonstrates that park accessibility ($\beta=0.145$, $p<0.05$) and socio-cultural factors ($\beta=-0.177$, $p<0.05$) significantly mitigate depressive symptoms among female participants. These findings underscore the critical importance of holistic urban planning that prioritizes both the physical infrastructure and social dynamics of green spaces to optimize mental health benefits for women in urban environments.

Keywords:

Public Space, Stress Reduction, Urban Green Spaces, Urban Quality of Life, Women's Well-being.



© the Author(s).

Publisher: University of Sistan and Baluchestan

Extended Abstract

Introduction

Cities are complex environments that encompass not only residential and economic functions but also serve as vital spaces for social, cultural, and psychological interactions. As urbanization intensifies—now encompassing over half the world's population and expected to reach 70% by 2050—concerns over urban health, reduced access to natural environments, and gender-based disparities have come to the forefront. One of the major consequences of modern urban life is the rise in mental health issues. Researchers have consistently emphasized the link between urban stressors and psychological disorders, particularly among women. Urban green spaces, especially parks, play a critical role in alleviating such stress by offering environments conducive to relaxation, social engagement, and emotional recovery. These spaces provide cleaner air and restorative atmospheres, which contribute to enhanced quality of life and mental well-being. In Iran, mental health has become a national concern. According to the 2021 national health survey, over 23% of adults suffer from some form of mental disorder, with depression being the most common. For women, social and cultural restrictions, combined with environmental constraints, often limit their safe and equitable access to public spaces. Without gender-sensitive planning, green spaces fail to serve their full potential in supporting women's psychological health. Given the ongoing urban expansion and limited access to inclusive public spaces, this study investigates the impact of park accessibility—considering physical-spatial, socio-cultural, and safety dimensions—on women's mental health and levels of depression in Ardabil, Iran. Grounded in theories of spatial justice and attention restoration, the study explores how inclusive design and equitable access to green spaces can contribute to improved psychological outcomes for urban women.

Study Area

Ardabil city, the capital of Ardabil province, is located at 38 degrees and 15 minutes north latitude and 48 degrees and 17 minutes east longitude, between the Talesh and Sabalan mountain ranges, and its altitude is 1,345 meters above sea level. According to the 2011 census, the population of Ardabil city was 485,153 people, and in 2016 its population increased to 374,529 people (according to the last census in 2016), its gender ratio is approximately 105 men to 100 women. Ardabil Municipality, considering the size and population of the city, has divided it into 5 regions; therefore, Figure (1) shows the geographical location of the study.

Material and Methods

This applied research employs a descriptive-analytical method to explore the relationship between urban park access and women's mental health in Ardabil. The research instrument was a structured questionnaire comprising 58 items across five core dimensions: physical-spatial characteristics, socio-cultural factors, safety and security, accessibility, and mental health indicators. Data collection involved 400 systematically selected female participants residing in various urban neighborhoods of Ardabil. The questionnaire's reliability was assessed through Cronbach's alpha, and its validity was confirmed by academic experts in the field. Quantitative data analysis was conducted using SPSS software. Descriptive statistics provided insights into the central tendencies and dispersion within each indicator. Inferential analyses included one-sample t-tests to evaluate the sufficiency of each domain, Pearson's correlation to identify relationships among variables, and multiple regression analysis to determine the predictive power of different indicators on women's mental health and depressive symptoms.

Result and Discussion

The results revealed that participants rated the physical-spatial ($M = 3.17$, $SD = 0.42$) and socio-cultural ($M = 3.05$, $SD = 0.39$) dimensions relatively positively. Pearson's correlation indicated strong, statistically significant associations between mental health and both park accessibility ($r = 0.63$, $p < 0.01$) and socio-cultural factors ($r = 0.63$, $p < 0.01$). Regression analysis identified physical-spatial design ($\beta = 0.239$, $p < 0.05$) and socio-cultural inclusion ($\beta = 0.131$, $p < 0.05$) as significant predictors of mental health. Interestingly, safety and security indicators did not exhibit a meaningful correlation, suggesting that perceived or actual safety concerns may still restrict women's park use regardless of physical conditions. Further analysis showed that improved accessibility ($\beta = 0.145$, $p < 0.05$) and socio-cultural engagement ($\beta = -0.177$, $p < 0.05$) significantly reduced depressive symptoms. These findings underscore the necessity of designing urban green spaces that are not only physically accessible but also socially inclusive and culturally responsive to women's needs.

Conclusion

This study reinforces the critical role of urban parks in enhancing women's mental health in secondary cities like Ardabil. The most influential factors were physical-spatial quality and socio-cultural integration, both of which contribute positively to psychological well-being and lower depression levels. In contrast, the lack of a significant link between safety and mental health highlights a persistent challenge in designing truly inclusive urban environments. The findings point to the need for gender-responsive urban planning that ensures equitable access to green spaces, promotes inclusive design, and addresses the social dynamics that shape women's experiences in public environments. For policymakers and urban designers, investing in well-designed, safe, and accessible parks is essential for fostering healthier, more resilient urban communities—especially for women.

Key words: Public Space, Stress Reduction, Urban Green Spaces, Urban Quality of Life, Women's Well-being.

References

Abdolazade fard, A. and Shamsoddini, A. (2020). Neighborhood Environmental Quality and Its Role Regarding the Residents' Spiritual and Mental Health (Case Study of Sang Siyah District, Shiraz Metropolis). *Urban Planning Knowledge*, 4(2), 95-114. (in Persian)

[doi: 10.22124/upk.2020.14650.1307](https://doi.org/10.22124/upk.2020.14650.1307).

Azadbakht, M. and Jahanifar, M. (2023). Presentation of a Conceptual Model for Women's Right to City and its Causal Structure Analysis in Ahvaz. *Geographical Urban Planning Research (GUPR)*, 11(2), 153-173. (in Persian)

[doi: 10.22059/jurbangeo.2023.352562.1768](https://doi.org/10.22059/jurbangeo.2023.352562.1768).

Azar, A. (2023). Role of Parks in Promoting Social and Health Indicators of Citizens, Focusing on the PushFactors of Residential Environments and the Pull Factors of Green Spaces, A case study of Zonal Parks in Tabriz. *Geographical Urban Planning Research (GUPR)*, 11(1), 1-26. (in Persian)

[doi: 10.22059/jurbangeo.2023.355510.1797](https://doi.org/10.22059/jurbangeo.2023.355510.1797).

Azimi, E., Satarzadeh, D., Belilan, L., Abdollahzadeh, T. A., & Faramarzi Asl, M. (2020). Evaluation of the impact of physical-environmental factors of public spaces on citizens' mental health (Case study: Ardabil city). *Applied Research in Geographical Sciences*, 20(59), 219–370. (in Persian)

<https://doi.org/10.29252/jgs.20.59.307>

Blayney, J. A., Hequembourg, A., & Livingston, J. A. (2021). Rape Acknowledgment and Sexual Minority Women's Mental Health and Drinking Behaviors. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(7–8), NP3786–NP3802.

<https://doi.org/10.1177/0886260518781800>.

Bratman, G. N., Anderson, C. B., Berman, M. G., Cochran, B., de Vries, S., & Flanders, J. (2019). Nature and mental health: an ecosystem service perspective. *Science Advances*, 5, eaax0903.

<https://doi.org/10.1126/sciadv.aax0903>.

Chen, X., & Marzbali, M. H. (2023). Review of the Impact of Urban Parks on Public Health During the Covid-19 Pandemic. *Malaysian Journal of Sustainable Environment*, June(2023), 165–192.

<https://doi.org/10.24191/myse.v0ijune.22679>

Dehghan, F. , Golkar, K. and Hakimian, P. (2022). The Role of Urban Design on Mental Health: A Proposed Conceptual Framework for the Relationship between Urban Environmental Qualities and Mental Health of City-Dwellers, with an Emphasis on Depression. *Armanshahr Architecture & Urban Development*, 15(38), 199-215. (in Persian)

[doi: 10.22034/aaud.2022.261740.2372](https://doi.org/10.22034/aaud.2022.261740.2372).

Dzhambov, A. M., Dimitrova, D. D., & Dimitrakova, E. D. (2023). Neighbourhood green spaces and mental health of disadvantaged groups: A systematic review and conceptual framework. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10(1), 1-15.

<https://doi.org/10.1057/s41599-023-01570-3Nature>.

Efe Güney, Mercan,)Beste Tuncay, Sidal Tanrıverdi, Nurseli Şanlı, Hacer Akbudak, and Filiz Ay. (2022). "The Assessment of the Criteria of Social Infrastructure within the Scope of Women-Friendly City Planning Approach: The Example of Çiğli." *Iconarp International J. of Architecture and Planning* 10 (2): 800–843.

<https://doi.org/10.15320/iconarp.2022.225>.

Evans-Lacko, S., Araya, R., Bauer, A., Garman, E., Álvarez-Iglesias, A., McDaid, D., Hessel, P., Matijasevich, A., Paula, C. S., Park, A.-L., & Lund, C. (2023). Potential mechanisms by which cash transfer programmes could improve the mental health and life chances of young people: A conceptual framework and lines of enquiry for research and policy. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 10.

<https://doi.org/10.1017/gmh.2023.4>.

Ghasemi, I., & Bozorgmehr, K. (2024). Geographical planning of space quarterly journal Analysis of Urban Resilience Components in Four Regions of Sari City. 13(4), 61–83.

<https://doi.org/10.22067/jgusd.2022.74678>.

Ghasemisiani, M. and fartashmehr, N. (2023). Examining the role of public spaces in the mental health of citizens, Case study: District 2 of Kermanshah Municipality. *Geography and Human Relationships*, 6(2), 628-642. (in Persian)

[doi: 10.22034/gahr.2023.421120.1968](https://doi.org/10.22034/gahr.2023.421120.1968).

HAMID, N., & BABAMIRI, M.. (2012). THE RELATIONSHIP OF GREEN SPACE AND MENTAL HEALTH. *ARMAGHAN DANESH*, 17(4 (70)), 309-316. SID. (in Persian)

<https://sid.ir/paper/78153/en>.

Hend, H. Y. (2019). Livable city: An approach to pedestrianization through tactical urbanism. *Alexandria Engineering Journal*, 58, 251–259.

<https://doi.org/10.1016/j.aej.2019.02.005>.

Hoshyari, Z. , Maleknia, R. , Naghavi, H. and Barazmand, S. (2020). Studying spatial distribution of urban parks of Khoramabad city using Network Analysis and Buffering Analysis. *Journal of Wood and Forest Science and Technology*, 27(3), 37-51. (in Persian)

[doi: 10.22069/jwfst.2020.17755.1855](https://doi.org/10.22069/jwfst.2020.17755.1855).

Hussein, H., Ishak, S. A., & Wan Mohd Yunus, W. M. A. (2021). Neighborhood Park Visit Impacted Psychological Health in Reducing Stress. *Journal of ASIAN Behavioural Studies*, 6(18), 47–60.

<https://doi.org/10.21834/jabs.v6i18.383>.

Iamtrakul, P., Chayphong, S., & Hayashi, Y. (2024). An integrative investigation of travel satisfaction, streetscape perception, and mental health in urban environments. *Sustainability*, 16, 3526.

<https://doi.org/10.3390/su16093526>

Iran Ministry of Health. (2021). National Survey on Mental Health Status of Adults in Iran. Tehran: Deputy of Health, Mental Health Office, Ministry of Health and Medical Education. (in Persian)

<https://irhealth.behdasht.gov.ir>

Irsheid, S. B., Keeney Parks, S., & Lindsey, M. A. (2024). (Re)assessing Clinical Spaces: How do we Critically Provide Mental Health and Disability Support and Effective Care for Black and Brown Young People who are Impacted by Structural Violence and Structural Racism? *Academic Pediatrics*, 24(7), S161–S166.

<https://doi.org/10.1016/j.acap.2023.11.004>.

J.D., R., J.L., M., L., S., L., M., & M.M., S. (2022). Racial and ethnic disparities in pregnancy complications and the protective role of greenspace: A retrospective birth cohort study. *Science of the Total Environment*, 808, 152145.

<https://www.elsevier.com/locate/scitotenv>.

- Javadi Zadeh, M., Loulaki, M., & Abedpour, E. (2022). The significance of Iranian gardens in promoting vitality and improving physical and mental health. *Architecture Studies*, 5(2), 139–154. (*in Persian*)
<https://ensani.ir/fa/article/534238>
- Jiang, S. (2017). "Gender Differences in Safety Perception in Urban Green Spaces." *Journal of Urban Planning and Development*, 143(2), 102-111.
- Jones, D. E., Park, J. S., Gamby, K., Bigelow, T. M., Mersha, T. B., & Folger, A. T. (2021). Mental Health Epigenetics: A Primer With Implications for Counselors. *The Professional Counselor*, 11(1), 102–121.
<https://doi.org/10.15241/dej.11.1.102>.
- Kharazmi, O. A. , Johari, L. and Kharazmi, A. A. (2020). Assessing the child friendly city indicators in Mashhad metropolis. *Journal of Urban Social Geography*, 7(1), 191-210. doi: 10.22103/JUSG.2020.2011 . (*in Persian*)
- Kleinschroth, F., & Kowarik, I. (2020). COVID-19 crisis demonstrates the urgent need for urban greenspaces. *Frontiers in Ecology and the Environment*, 18(6), 318-319.
<http://dx.doi.org/10.1002/fee.2230>.
- Li, J., Zhang, J., Zhang, H., & Tian, X. (2019). The impact of social and cultural spaces on urban women's quality of life: A comparative study in Chinese cities. *Journal of Urban Planning and Development*, 145(3), 04019020.
[https://doi.org/10.1061/\(ASCE\)UP.1943-5444.0000561](https://doi.org/10.1061/(ASCE)UP.1943-5444.0000561).
- Mahmoudzadeh, I. and Karami, M. (2022). Spatial Analysis of Space Justice in The Land Use Planning of Public Services Land Uses (Park and Green Space, Sports and Recreational-Tourist) in Tabriz Using Multi-Criteria Approach. *Geography and Territorial Spatial Arrangement*, 12(43), 31-64. (*in Persian*)
[doi: 10.22111/gaij.2022.37565.2888](https://doi.org/10.22111/gaij.2022.37565.2888).
- McDaid, D., & Park, A.-L. (2023). Making an economic argument for investment in global mental health: The case of conflict-affected refugees and displaced people. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 10.
<https://doi.org/10.1017/gmh.2023.1>.
- Milner, A., King, T. L., & Kavanagh, A. (2019). The mental health impacts of health and human service work: Longitudinal evidence about differential exposure and susceptibility using 16 waves of cohort data. *Preventive Medicine Reports*, 14(February) , 100826.
<https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.100826>.
- N. S., Jang, Y., Chung, S., Chiriboga, D. A., & Haley, W. E. (2024). Relationship of Living and Eating Arrangements to Mental Distress Among Older Korean Immigrants: Gender Difference in the Mediating Role of Loneliness. *Research on Aging*, 46(2), 153–166.
<https://doi.org/10.1177/01640275231206482>.
- Nguyen, Q. C., Khanna, S., Dwivedi, P., Huang, D., Huang, Y., Tasdizen, T., Brunisholz, K. D., Li, F., Gorman, W., Nguyen, T. T., & Jiang, C. (2019). Using Google Street View to examine associations between built environment characteristics and U.S. health outcomes. *Preventive Medicine Reports*, 14(April), 100859.
<https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.100859>.
- Park, S., & Ko, Y. (2023). "I Need Husband-Distancing": Experience of Marital Conflict during the COVID-19 Emergency in South Korea. *International Journal of Conflict and Violence*, 17, 1–13.
<https://doi.org/10.11576/ijcv-6343>.
- Poormohammadi, M. R. , Kheeznezhad, P. , Ahmadi, P. and Jahanbin, R. (2015). A survey of the adaptation of Urmia Urban Public Spaces to the needs of women. *Woman in Development & Politics*, 13(1), 23-40. (*in Persian*)
[doi: 10.22059/jwdp.2015.55204](https://doi.org/10.22059/jwdp.2015.55204).

- Rahmati, M. and Mohammadi, C. (2022). Modeling Structural Equations of The Characteristics of The Elderly Friendly City of Kermanshah. *Geography and Territorial Spatial Arrangement*, 12(43), 123-148. *(in Persian)*
[doi: 10.22111/gaij.2022.41249.2985](https://doi.org/10.22111/gaij.2022.41249.2985).
- Rahnama, M. R. and Shaddel, L. (2022). Assessment of Spatial Relationship between Social Health in Women of Mashhad and Urban Green Spaces: What Factors Affect Their Presence in Urban Green spaces?. *Human Geography Research*, 54(1), 45-65. *(in Persian)*
[doi: 10.22059/jhgr.2020.277866.1007882](https://doi.org/10.22059/jhgr.2020.277866.1007882).
- Ramezani Mehrian, M. (2022). Assessing the structural quality of green space network in urban environments - case study: District 16 of Tehran Municipality. *Geographical Urban Planning Research (GUPR)*, 10(1), 81-99. *(in Persian)*
[doi: 10.22059/jurbangeo.2022.325283.1535](https://doi.org/10.22059/jurbangeo.2022.325283.1535).
- Rigolon, A., & Christensen, J. (2023). Advancing green space equity via policy change: A scoping review and research agenda. *Landscape and Urban Planning*, 230, 104591.
<https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2023.104591> [ResearchGate+1](https://www.researchgate.net/publication/368111111) [ScienceDirect+1](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167636923001111)
- Shahvaran, F(, & Asadpour, H. (2024)) What role do urban environments play in citizens' mental health? Lessons from studies conducted in Iran. *Iranian Journal of Urban Design Studies*, 1(1), 257–284. *(in Persian)*
<https://doi.org/10.22099/udsi.2024.51674.1013>
- Shahvaran, F., & Asadpour, H. (2024). What role do urban environments play in citizens' mental health? Lessons from studies conducted in Iran. *Iranian Journal of Urban Design Studies*, 1(1), 257–284. *(in Persian)*
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>
- Shariati Mazinani, S. and Foroghzaheh, S. (2017). urban public spaces and women security: The case study of Mashhad. *Strategic Research on Social Problems*, 6(4), 71-90. *(in Persian)*
[doi: 10.22108/ssoss.2018.100985.1007](https://doi.org/10.22108/ssoss.2018.100985.1007).
- Sherbetian, M. H., & Imeni, N. (2018). A sociological analysis of youth social health and its influencing factors (Case study: 18–30-year-olds in Qaen County). *Applied Sociology*, 29(1), 167–188. *(in Persian)*
<https://doi.org/10.22108/jas.2017.75233.0>
- Taiefe Aliakbarkhani, A. , Lahimian, R. and Ahmadi, H. (2019). Investigation on Urban Economic and Social Homogeneous Neighborhoods with the Approach of Using Green Space in Terms of Social Justice (Case Study: Sari). *Human Geography Research*, 51(4), 969-988. *(in Persian)*
[doi: 10.22059/jhgr.2018.244010.1007570](https://doi.org/10.22059/jhgr.2018.244010.1007570).
- Velayati, Sh., & Rezaei Tabrizi,(S. (2024). The effect of physical components on improving citizens' mental health in urban spaces (Case study: Ainali and El-Goli parks, Tabriz). *Geography and Planning*, 28(87), 337–357. *(in Persian)*
<https://doi.org/10.22034/gp.2023.53005.3039>
- World Health Organization (WHO). (2017). Depression: Let's Talk – World Health Day Campaign. Geneva: World Health Organization. Retrieved from:
<https://www.who.int>.
- Yadav, Asmita, and Rashmi Kumari. 2021. “Women and Social Sustainability: A Critical Parametric Evaluation of Urban Settings in Developing Countries.” *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science* 795 (1).
<https://doi.org/10.1088/1755-1315/795/1/012003> 84.
- Zheng, Y., Cheng, B., Dong, L., Zheng, T., & Wu, R. (2024). The moderating effect of social participation on the relationship between urban green space and the mental health of older adults: A case study in China. *Land*, 13, 317.
<https://doi.org/10.3390/land13030317>.

نقش دسترسی به پارک‌های شهری بر سلامت روان بانوان (مطالعه موردی: شهر اردبیل)

پریا نصیری^۱، هادی حکیمی^{۲*}، علیرضا محمدی^۳

مقاله پژوهشی

چکیده

سلامت روان زنان، به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های کلیدی سلامت عمومی، تحت تأثیر عوامل محیطی از جمله کیفیت و دسترسی به فضاهای عمومی شهری قرار دارد. با گسترش شهرنشینی و افزایش تنش‌های روانی، بررسی نقش پارک‌های شهری در ارتقای سلامت روان بانوان، به‌ویژه در شهرهای متوسط، ضرورتی روزافزون یافته است. پژوهش حاضر باهدف بررسی تأثیر دسترسی به پارک‌های شهری بر سلامت روان بانوان، در شهر اردبیل انجام شد. این مطالعه با روش توصیفی-تحلیلی و رویکرد کاربردی، بر پایه داده‌های حاصل از ۴۰۰ پرسش‌نامه گردآوری‌شده از طریق نمونه‌گیری تصادفی سیستماتیک انجام گرفت. ابزار پژوهش شامل ۵۸ گویه در قالب پنج شاخص اصلی: کالبدی-فضایی، فرهنگی-اجتماعی، امنیت، دسترسی، و سلامت روان بود. نتایج تحلیل داده‌ها با آزمون تی-تک‌نمونه، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه نشان داد که شاخص‌های کالبدی-فضایی (میانگین ۳.۱۷) و فرهنگی-اجتماعی (میانگین ۳.۰۵) از وضعیت نسبتاً مطلوبی برخوردار بودند. بین سلامت روان با دسترسی به پارک‌های شهری (ضریب همبستگی ۰/۶۳) و شاخص فرهنگی-اجتماعی (۰/۶۳) رابطه مثبت و معناداری مشاهده شد. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون بیانگر آن بود که شاخص‌های کالبدی-فضایی ($\beta=0/239$) و فرهنگی-اجتماعی ($\beta=0/131$) بیشترین تأثیر را بر سلامت روان داشته‌اند درحالی‌که شاخص ایمنی و امنیت معنادار نبود. افزون بر این، دسترسی به پارک‌های شهری ($\beta=0/145$) و عوامل فرهنگی-اجتماعی ($\beta=0/177$) تأثیر معناداری بر کاهش افسردگی بانوان نشان دادند. در مجموع، یافته‌های پژوهش بر ضرورت طراحی و بهبود زیرساخت‌های کالبدی و اجتماعی فضاهای سبز شهری، به‌منظور ارتقای سلامت روان بانوان تأکید دارد.

جغرافیا و آمایش شهری-منطقه‌ای
پاییز ۱۴۰۴، سال ۱۵، شماره ۵۶
تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۱/۲۸
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۳/۱۳
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۳/۲۵
انتشار آنلاین: ۱۴۰۴/۰۴/۰۲
صفحات: ۲۲۶-۱۹۷



واژه‌های کلیدی:
فضای عمومی، فضاهای سبز
شهری، کیفیت زندگی شهری،
کاهش استرس، رفاه بانوان.

مقدمه

شهر مفهومی پیچیده و چندلایه است که علاوه بر سکونتگاه و فضای اقتصادی، بستری برای تعاملات اجتماعی، فرهنگی و روانی شهروندان محسوب می‌شود. شهرها به‌مثابه زیست‌جهان انسان معاصر، بازتابی از آرمان‌ها، نیازها و نابرابری‌های جوامع هستند. با رشد سریع شهرنشینی، زندگی شهری به مهم‌ترین شکل زیست انسانی در قرن حاضر تبدیل شده است (Blayney et al, 2021). امروزه بیش از ۵۰ درصد جمعیت جهان در شهرها زندگی می‌کنند و این رقم تا سال ۲۰۵۰ به حدود ۷۰ درصد خواهد رسید. این روند، در کنار پیشرفت تمدنی، چالش‌هایی جدی در زمینه سلامت عمومی، کیفیت زندگی، کاهش فضاهای طبیعی و نابرابری‌های جنسیتی پدید آورده است (Hend & Yassin, 2019: 54).

۱- دانشجوی دکتری جغرافیا و برنامه‌ریزی شهری، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۲- دانشیار گروه برنامه‌ریزی شهری و منطقه‌ای، دانشکده برنامه‌ریزی و علوم محیطی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. (نویسنده مسئول)

۳- استادگروه جغرافیا و برنامه‌ریزی شهری، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۱- دانشجوی دکتری جغرافیا و برنامه‌ریزی شهری، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
۲- دانشیار گروه برنامه‌ریزی شهری و منطقه‌ای، دانشکده برنامه‌ریزی و علوم محیطی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. (نویسنده مسئول)
۳- استادگروه جغرافیا و برنامه‌ریزی شهری، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

افزایش مشکلات روانی یکی از مهم‌ترین پیامدهای محیط‌های شهری است چنان‌که آندرولیس نیز به شیوع اختلالات روانی در شهرها اشاره کرده و بر ضرورت توجه به این معضل تأکید دارد. (Ghasemi & Bozorgmehr, 2024) در این میان، فضاهای سبز شهری به‌عنوان عاملی مؤثر در کاهش استرس، تقویت تعاملات اجتماعی و ارتقای سلامت روان معرفی شده‌اند (Kowarik & Kleinschroth, 2020: 218). پارک‌های شهری، با فراهم‌سازی هوای سالم و محیطی آرامش‌بخش، نقش مهمی در بهبود کیفیت زندگی ایفا می‌کنند (Yadav & Kumar, 2021: 149; S. Park & Ko, 2023: 3).

در ایران نیز، سلامت روان یکی از دغدغه‌های اصلی سیاست‌گذاری‌های اجتماعی و شهری است. بر اساس پیمایش ملی وزارت بهداشت در سال ۱۳۹۹، بیش از ۲۳ درصد از جمعیت بزرگسال به نوعی از اختلالات روانی مبتلا هستند که افسردگی در صدر آن‌ها قرار دارد (Iran Ministry of Health, 2021؛ شاهوران و اسدپور، ۱۴۰۳: ۲۶۸). سازمان جهانی بهداشت نیز در سال ۲۰۱۷ با شعار «افسردگی: بیایید صحبت کنیم» این بیماری را یکی از بحران‌های آینده سلامت جهان معرفی کرده است (WHO, 2017؛ دهقان و همکاران، ۱۳۹۹).

افزایش تراکم شهری، کمبود فضاهای تفریحی، آلودگی و فرسودگی محیطی از جمله عواملی هستند که به‌صورت مستقیم یا غیر مستقیم بر سلامت روان شهروندان، به‌ویژه زنان، تأثیرگذارند (J.D. et al., 2022: 4). در این میان، زنان به‌دلیل شرایط فرهنگی، فیزیولوژیکی و محدودیت‌های اجتماعی، بیشتر در معرض این آسیب‌ها قرار دارند و حضور آن‌ها در فضاهای عمومی همچنان با موانعی همراه است (آزادبخت و جهانی‌فر، ۱۴۰۲: ۱۵۷). فضاهای شهری که بدون در نظر گرفتن نیازهای زنان طراحی شده‌اند، به‌ویژه در حوزه فضاهای سبز، نمی‌توانند کارکرد مناسب خود را ایفا کنند (آذر و محمدی بیرنگ، ۱۳۹۸: ۲۸-۲۹).

کارشناسان معتقدند که تحقق عدالت فضایی و ارتقای برابری جنسیتی نیازمند بازطراحی محیط‌های شهری با رویکردی حساس به جنسیت است (عظیمی و همکاران، ۱۳۹۹: ۱۲۴). پارک‌های شهری، در صورتی که با رویکردی فراگیر و ایمن طراحی شوند، می‌توانند فضاهایی مطمئن و آرامش‌بخش برای بانوان فراهم سازند و سهم مؤثری در کاهش اضطراب و افسردگی ایفا کنند (Chen et al., 2023: 63؛ Jones et al., 2021).

باتوجه به گسترش شهرنشینی، فشارهای محیطی و اجتماعی و نابرابری در بهره‌مندی از فضاهای عمومی، به‌ویژه برای بانوان، بررسی تأثیر شاخص‌های مرتبط با دسترسی به پارک‌های شهری بر سلامت روان زنان ضرورت می‌یابد. شهر اردبیل، به‌عنوان نمونه‌ای از شهرهای متوسط ایران که با محدودیت‌های زیرساختی روبه‌روست، زمینه مناسبی برای چنین بررسی‌هایی فراهم می‌آورد.

براین اساس، پژوهش حاضر باهدف بررسی تأثیر شاخص‌های مرتبط با دسترسی به پارک‌های شهری - شامل ابعاد کالبدی-فضایی، اجتماعی-فرهنگی و امنیتی - بر سلامت روان و سطح افسردگی بانوان در شهر اردبیل انجام شده است. این مطالعه، با تکیه بر چهارچوب نظری عدالت فضایی و نظریه بازیابی توجه کاپلان، درصدد است تا رابطه میان کیفیت طراحی، میزان دسترسی و تجربه روانی زنان در فضاهای عمومی شهری را تحلیل کند. با توجه به نیاز روزافزون به طراحی فراگیر و جنسیت‌محور در محیط‌های شهری، این تحقیق می‌کوشد با استفاده از داده‌های میدانی و روش تحلیل رگرسیون، مشخص کند که آیا دسترسی ایمن، مناسب و عادلانه به پارک‌های شهری می‌تواند در کاهش اضطراب، بهبود سلامت روان و کاهش افسردگی بانوان نقش ایفا کند؟ و اگر می‌تواند چگونه؟ بر همین مبنا، فرضیات پژوهش عبارت‌اند از:

- فرضیه اول : عوامل تعیین کننده میزان دسترسی به پارک های شهری، شامل شاخص های امنیتی، کالبدی-فضایی و فرهنگی-اجتماعی، تأثیر معناداری بر سلامت روان بانوان ساکن شهر اردبیل دارند.
- فرضیه دوم : بین عوامل تعیین کننده میزان دسترسی به پارک های شهری (امنیت، کالبدی-فضایی و فرهنگی-اجتماعی) و سطح افسردگی بانوان ساکن شهر اردبیل، رابطه معناداری وجود دارد.

مبانی نظری و پیشینه پژوهش

سلامت روان بانوان در محیط های شهری

سلامت روان یکی از ارکان بنیادین رفاه فردی و اجتماعی محسوب می شود. مطابق تعریف سازمان جهانی بهداشت (WHO)، سلامت روان حالتی از تعادل روانی است که در آن فرد قادر است توانمندی های خود را بشناسد، با فشارهای زندگی کنار بیاید، به صورت مؤثر فعالیت کند و در اجتماع مشارکت فعالانه داشته باشد. بانوان به دلیل ایفای همزمان نقش در خانواده، اجتماع و محیط کار، بیش از سایر گروه ها در معرض فشارهای روانی قرار دارند (آذر، ۱۴۰۲: ۲). در بستر شهر، عواملی چون: تراکم جمعیت، کمبود فضاهای طبیعی، آلودگی های محیطی و سبک زندگی پرشتاب، می توانند زمینه ساز اضطراب، فرسودگی روانی و کاهش تاب آوری، به ویژه در میان زنان باشند (J. et al., 2022).

زنان به دلیل مسئولیت های خانوادگی و اجتماعی، بیش از دیگران به فضاهایی آرامش بخش برای بازیابی روانی نیاز دارند (Park et al., 2024: 2)؛ بنابراین در این پژوهش تلاش می شود تا رابطه بین کیفیت محیط شهری و شاخص های سلامت روان بانوان، با تمرکز بر فضاهای عمومی و پارک های شهری، به صورت تجربی بررسی شود. در همین راستا، تحقیقات متعددی به نقش مؤثر فضاهای سبز در کاهش تنش های روانی، بهبود تعاملات اجتماعی و ارتقای سلامت روان بانوان اشاره داشته اند (N. S. Park et al., 2024: 2).

نظریه پردازانی مانند خومنکو و همکاران^۱ (۲۰۲۰) بر گسترش مسیرهای پیاده روی، دوچرخه سواری و طبیعت درمانی در شهرها به عنوان ابزاری برای ارتقای سلامت روان تأکید کرده اند. همچنین سالیوان و ماتسوکا^۲ (۲۰۲۰)، نشان داده اند که تماس با طبیعت در فضای شهری می تواند منجر به کاهش ناامیدی، افزایش عزت نفس، تمرکز ذهنی و رضایت از زندگی شود.

نقش فضاهای سبز شهری در ارتقای سلامت روان

فضاهای سبز شهری نظیر پارک ها، بوستان ها و عرصه های طبیعی، بخشی جدایی ناپذیر از نظام اکولوژیکی شهرها به شمار می روند که دارای کارکردهای چندگانه روانی، اجتماعی و زیست محیطی هستند (محمودزاده و کرمی، ۱۴۰۱: ۴۲). از جمله مهم ترین آثار روانی این فضاها می توان به؛ کاهش استرس، بهبود خلق و خو، ارتقای تعاملات اجتماعی و افزایش کیفیت زندگی اشاره کرد (Bratman et al., 2019: 3). در همین راستا، برنامه های حمایتی مانند انتقال پول نقد نیز می توانند از طریق مکانیسم های اقتصادی-اجتماعی، سلامت روان و فرصت های زندگی جوانان را بهبود بخشند (Evans-Lacko et al., 2023, p. 5).

در تبیین اثرات شناختی این فضاها، نظریه «بازیابی توجه» کاپلان^۳ (۲۰۲۲) از اهمیت ویژه ای برخوردار است. بر

¹ Khomenko et al

² Sullivan & Matsuoka

³ Attention Restoration Theory

اساس این نظریه، چهار ویژگی اساسی شامل «جذابیت ملایم»، «گریز از روزمرگی»، «انسجام محیطی» و «سازگاری میان محیط و نیازهای فردی» نقش اساسی در احیای توان ذهنی، بهبود تمرکز و کاهش خستگی روانی ایفا می‌کنند (Iamtrakul et al., 2024).

از منظر عدالت فضایی، توزیع عادلانه فضاهای سبز نقش کلیدی در مشارکت اجتماعی ایفا می‌کند. ریگولون^۱ (۲۰۲۳) با این حال، فقدان طراحی و مدیریت مناسب می‌تواند این فضاها را به محل بروز ناامنی تبدیل کند، موضوعی که در مطالعه (رهنما و شادل، ۱۴۰۱: ۴۷) نیز مورد تأکید قرار گرفته است. طراحی فراگیر و مشارکت شهروندان، به‌ویژه زنان، در این فرآیند راهکاری مؤثر در افزایش حس امنیت و سلامت روان محسوب می‌شود. این مبانی نظری، چهارچوب اولیه مدل مفهومی تحقیق را شکل می‌دهند که در آن، عوامل کالبدی و اجتماعی پارک‌ها به‌عنوان متغیرهای مؤثر بر سلامت روان زنان در نظر گرفته شده‌اند.

دسترسی به پارک‌های شهری و تأثیر آن بر بانوان

پارک‌ها به‌عنوان یکی از مهم‌ترین و دردسترس‌ترین اشکال فضاهای عمومی شهری، در سه مقیاس محلی، ناحیه‌ای و شهری سازمان‌دهی می‌شوند. هر یک از این سطوح، دامنه خدمات‌رسانی، کارکرد اجتماعی و میزان استفاده متفاوتی دارند (هوشیاری و همکاران، ۱۳۹۹: ۲۸). متغیرهایی نظیر: فاصله مکانی تا پارک، کیفیت خدمات، سطح ایمنی و طراحی مناسب از جمله عوامل تعیین‌کننده در میزان بهره‌مندی شهروندان، به‌ویژه بانوان، از این فضاها هستند (Lee et al., 2019)؛ (Irsheid et al., 2024).

محدودیت‌هایی همچون: ناامنی، کمبود زیرساخت‌های خدماتی، ملاحظات فرهنگی و فقدان طراحی مناسب، موجب می‌شوند که بانوان با چالش‌های بیشتری در استفاده از پارک‌ها مواجه باشند. (Hussein et al., 2021) در برابر این چالش‌ها، حضور عناصر کالبدی مؤثر همچون: سرویس‌های بهداشتی، مبلمان شهری استاندارد، سایه‌بان، مسیرهای پیاده‌روی ایمن و همچنین برنامه‌های فرهنگی-تفریحی، نقشی اساسی در ارتقای سطح رضایت‌مندی روانی زنان و تشویق به حضور بیشتر آنان ایفا می‌کنند. (McDaid & Park, 2023)

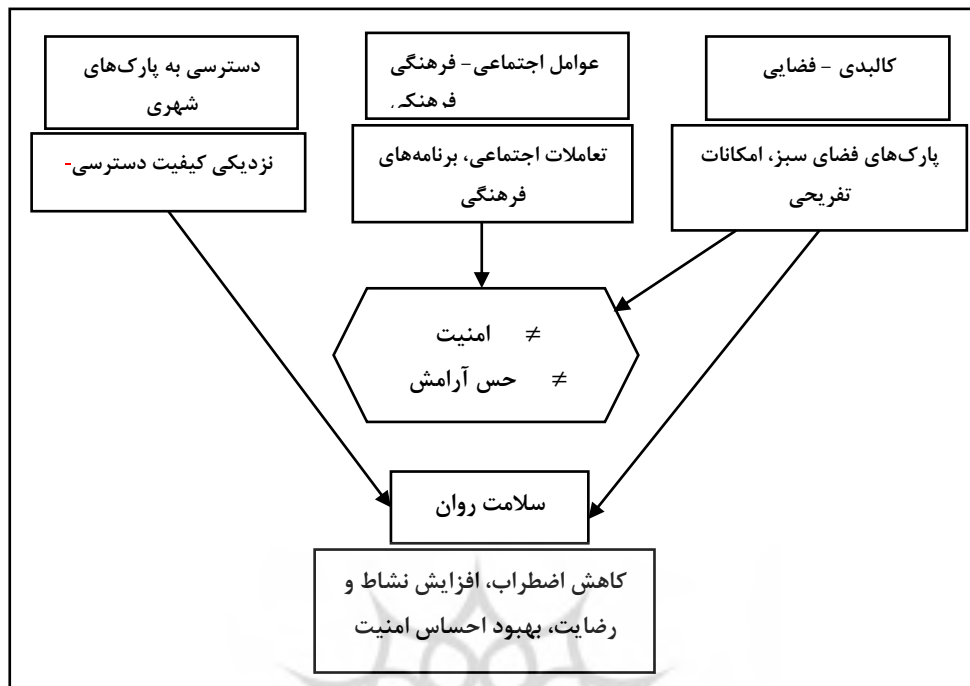
علاوه بر عناصر کالبدی، شاخص‌های اجتماعی همچون: احساس تعلق، تعاملات اجتماعی مثبت، مشارکت شهروندی و پذیرش فرهنگی نیز در ارتقای کیفیت تجربه روانی زنان از فضاهای عمومی نقش بسزایی دارند (حمید و بابامیری، ۱۳۹۱). در همین راستا، یافته‌های (Ulrich et al, 2021) تأکید دارند که افزایش احساس امنیت می‌تواند تا ۴۲ درصد بر افزایش حضور زنان در فضاهای عمومی مؤثر باشد. همچنین سهم مؤلفه‌های فرهنگی (۳۵٪) و طراحی فراگیر (۳۳٪) در رضایت روانی زنان، در مطالعات هندرسون^۲ (۲۰۲۲) جامبوف^۳ (۲۰۲۳) مورد اشاره قرار گرفته است. بر این اساس، متغیرهای دسترسی، کیفیت فیزیکی فضا، امنیت و تعاملات اجتماعی به‌عنوان محورهای اصلی در تحلیل میدانی این پژوهش انتخاب شده‌اند.

بنابراین، طراحی فضاهای شهری باید با رویکردی چندبعدی و جنسیت‌محور انجام شود تا علاوه بر تأمین نیازهای فیزیکی، به ارتقای سلامت روان بانوان نیز منجر شود. مدل مفهومی پژوهش نیز بر اساس این چهارچوب شکل گرفته است.

¹ Rigolon

² Henderson

³ Dzhambov



نمودار شماره ۱- مدل مفهومی تحقیق پارک‌های شهری بر سلامت روان بانوان

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

مطالعات بین‌المللی

پژوهش‌های بین‌المللی متعددی به تأثیر مثبت فضاهای سبز و پارک‌های شهری بر سلامت روان و تعامل اجتماعی شهروندان پرداخته‌اند. مطالعه Zheng et al. (2024) بر مفهوم سلامت روان در سطح جهانی تأکید دارد و آن را فراتر از نبود بیماری، شامل رشد شخصیت، تعامل اجتماعی و احساس ذهنی خوب می‌داند. بر اساس مطالعات Milner et al. (2019) و Jiang (2017)، دسترسی به پارک‌های شهری با کاهش افسردگی و اضطراب، افزایش نشاط و بهبود کیفیت زندگی، به‌ویژه برای گروه‌های آسیب‌پذیر مانند بانوان، مرتبط است. Yadav & Kumari (2021) با تأکید بر تفاوت‌های جنسیتی در بهره‌برداری از فضاهای سبز، نشان دادند که برنامه‌ریزی شهری در رفع نابرابری‌های جنسیتی موفق نبوده است. Samsudin (2022) نیز در بررسی ۹ محله در سنگاپور، بر نقش روان‌شناختی فضاهای سبز در افزایش سرمایه اجتماعی تأکید کرده است. مطالعه Efe Güney et al. (2022) در بررسی چهار بُعد زیرساخت اجتماعی (کفایت، دسترسی، ایمنی، قابلیت استفاده) نشان داد که هیچ‌یک از مناطق بررسی‌شده به‌طور کامل این شاخص‌ها را دارا نبودند. همچنین تحقیق Nguyen (2023) در شهر هانوی به نقش فرهنگ محلی در تعدیل تأثیر فضاهای عمومی بر سلامت روان زنان اشاره کرده است.

مطالعات داخلی

در ایران نیز پژوهش‌های زیادی به بررسی فضاهای سبز شهری پرداخته‌اند. شریعتی، فروغ‌زاده و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهشی در شهر تهران نشان دادند که از دیدگاه پاسخ‌دهندگان، زیرگذرها و وسایل نقلیه شخصی از ناامن‌ترین فضاها محسوب می‌شوند. پس از آن، پارک‌ها و محدوده اطراف محل سکونت با میانگین‌هایی نزدیک به یکدیگر، در

رتبه‌های بعدی قرار دارند. همچنین، فضاهایی مانند: اتوبوس، پل‌های عابر پیاده و تاکسی‌ها، نسبت به سایر فضاهای عمومی، از نظر امنیت وضعیت بهتری دارند. رضایی و همکاران (۱۳۹۴) به بررسی تأثیر احساس امنیت اجتماعی بر سلامت اجتماعی شهروندان مشهد پرداخته‌اند. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که سطح سلامت اجتماعی بالاتر از حد متوسط است و متغیرهایی چون احساس امنیت، سن، تحصیلات و وضعیت تأهل بر آن اثرگذارند. همچنین، احساس امنیت اجتماعی بیشترین نقش مثبت را در ارتقای سلامت اجتماعی داشته است. در همین راستا، ولایتی و همکاران (۱۴۰۳) نیز به تأثیر معنادار عوامل اجتماعی چون احساس امنیت، سن و تحصیلات بر سلامت اجتماعی اشاره کرده‌اند.

مغانی رحیمی و همکاران (۱۴۰۲) با تحلیل محتوای پژوهش‌های شهری، نشان دادند که شهر از طریق عوامل استرس‌زای اجتماعی، کالبدی، محیطی، مسکن و حمل‌ونقل می‌تواند سلامت روان را کاهش دهد. قاسمی سیانی و فراتاش مهر (۱۴۰۲) نیز بر اهمیت در نظر گرفتن ویژگی‌های فردی، جمعی و اجتماعی در ارتباط محیط مصنوع و سلامت روان تأکید کرده‌اند. همچنین رهنما و شادل (۱۴۰۱) نقش فضاهای تفریحی را در ایجاد حس آرامش روانی در بانوان برجسته دانسته‌اند و عبدالله‌زاده‌فرد و شمس‌الدینی (۱۳۹۹) نیز رابطه مثبت کیفیت محیط فیزیکی با سلامت روان را بررسی کرده‌اند. رضانی مهریان (۱۴۰۱) ساختار شبکه فضای سبز شهری در تهران را بررسی کرده و آن را در کارایی محیط مؤثر دانسته است. شاهوران و اسدپور (۱۴۰۳) نیز نشان داده‌اند که مطالعات داخلی عمدتاً به ابعاد کالبدی و ادراکی پرداخته‌اند و بر ضرورت بهره‌گیری از رویکردهای تلفیقی کمی-کیفی تأکید کرده‌اند. جوادی‌زاده و همکاران (۱۴۰۱) در نگاهی متفاوت، نقش باغ ایرانی و منظر طبیعی را در ارتقای سلامت روان بررسی کرده‌اند و به اهمیت فضاهای سبز در این زمینه پرداخته‌اند.

با وجود غنای پژوهش‌ها در سطح ملی و بین‌المللی، اغلب مطالعات تمرکز خود را بر اثرات کلی فضاهای سبز بر سلامت روان و اجتماعی شهروندان قرار داده‌اند؛ اگرچه مؤلفه‌هایی مانند امنیت، عدالت فضایی و کیفیت محیط فیزیکی در برخی تحقیقات بررسی شده‌اند اما پژوهش‌های اندکی به‌طور خاص به تجربه زیسته بانوان در استفاده از فضاهای عمومی شهری و تأثیر هم‌زمان شاخص‌های کالبدی، فرهنگی-اجتماعی، امنیتی و دسترسی پرداخته‌اند. براین اساس، پژوهش حاضر با تمرکز ویژه بر تجربه روانی و اجتماعی زنان شهر اردبیل، در پی بررسی جامع و چندبعدی نقش این شاخص‌ها در ارتقای سلامت روان بانوان است.

روش انجام تحقیق

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش اجرا، توصیفی-تحلیلی است. داده‌ها از دو منبع کتابخانه‌ای و میدانی گردآوری شده‌اند. در روش کتابخانه‌ای، از مطالعات داخلی و خارجی برای تدوین چهارچوب نظری و شاخص‌ها استفاده شد. در بخش میدانی، اطلاعات از طریق پرسش‌نامه گردآوری گردید. روایی محتوایی پرسش‌نامه توسط خبرگان حوزه شهرسازی و سلامت روان بررسی و تأیید شده است. همچنین برای تعیین پایایی، از آزمون «آلفای کرونباخ» استفاده شد که ضریب پایایی ۰/۸۹۳ نشان‌دهنده اعتبار مناسب ابزار است. پرسش‌نامه به‌صورت کاغذی و از طریق مراجعه مستقیم به نقاط مختلف شهر اردبیل توزیع و جمع‌آوری شد.

جامعه آماری و حجم نمونه

جامعه آماری شامل ۲۹۲/۹۹۷ نفر از بانوان شهر اردبیل است. برای محاسبه حجم نمونه، از فرمول کوکران استفاده شد. با سطح اطمینان ۹۵ درصد و خطای مجاز ۵ درصد، حجم نمونه ۴۰۰ نفر برآورد شد. روش نمونه‌گیری، تصادفی سیستماتیک بوده و انتخاب پاسخ‌دهندگان بر اساس الگوی معین از میان ساکنان مناطق مختلف شهر انجام شده است.

فرمول مورد استفاده برای حجم نمونه

$$n \cong \frac{\frac{(t^2)pq}{d^2}}{1 + \frac{1}{N} \left[\frac{(t^2)pq}{d^2} - 1 \right]}$$

شاخص‌ها و پایایی پرسش‌نامه

پرسش‌نامه پژوهش شامل ۴۹ گویه در قالب ۶ شاخص اصلی طراحی شده است. پایایی هر شاخص بر اساس آلفای کرونباخ محاسبه شد که نشان‌دهنده اعتبار بالای ابزار است.

جدول ۱. شاخص‌ها، معیارها، تعداد سؤالات و آلفای کرونباخ پژوهش

شاخص	معیار	تعداد سؤالات	آلفای کرونباخ
کالبدی - فضایی	مکان‌های مناسب پیاده‌روی، فضای دوچرخه‌سواری بانوان، ایمن‌سازی وسایل، رستوران و کافی‌شاپ، فضاهای سبز، امکانات معلولین و سالمندان، صندلی و نیمکت‌ها، کیفیت وسایل بازی و ورزشی، خدمات ارائه‌شده (کتابخانه، آموزش)، امکانات ورزشی (زمین ورزشی، دستگاه بدنسازی)	۱۰	۰/۸۹۳
امنیت - محیطی	امنیت در پارک‌ها، امنیت استفاده از پارک در شب، وضعیت روشنایی و نورپردازی، آزادی در پوشش، حضور نیروهای امنیتی، برخورد کارکنان نگهبانی با بانوان	۶	۰/۷۹۴
دسترسی به پارک‌های شهری	دسترسی به خدمات بهداشتی و درمانی، فضاهای تفریحی و سرگرمی، فضاهای سبز، دسترسی آسان به پارک‌های شهری، مناسب‌سازی برای معلولین، ورودی‌ها و مسیرهای بدون مانع، دسترسی از طریق وسایل نقلیه عمومی	۷	۰/۷۸۲
فرهنگی - اجتماعی	آشنایی با افراد جدید، تقویت حس تعلق اجتماعی، مناسب برای گذران اوقات فراغت با خانواده، فعالیت‌های گروهی و اجتماعی، حضور روان‌شناس یا کارشناس خانواده، برنامه‌ها و فعالیت‌های فرهنگی (نمایش‌ها، کنسرت‌ها، کلاس‌ها)، افزایش شادابی و نشاط، برگزاری کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی	۸	۰/۸۵۲
سلامتی روان	احساس سلامت عمومی، سردرد، بیدار شدن در شب، صرف وقت بیشتر برای انجام کارها، لذت‌بردن از فعالیت‌های روزمره، تأثیر پارک بر کیفیت خواب، بهبود حالت روحی، تأثیر پارک بر وضعیت روانی، تأثیر بر وضعیت جسمانی (مثل کاهش وزن، افزایش انرژی)	۹	۰/۸۳۸
افسردگی و اضطراب	احساس بی‌ارزشی، ناامیدی، بی‌ارزش بودن زندگی، آرزوی مرگ، عدم توانایی انجام کارها به دلیل ناراحتی عصبی، کم‌خواهی به علت نگرانی، فکر رهایی از خود، مشغولیت ذهنی به خودکشی، تأثیر پارک بر کاهش اضطراب و استرس	۹	۰/۹۱۸
مجموع	تعداد کل سؤالات ۴۹		۰/۸۹۳

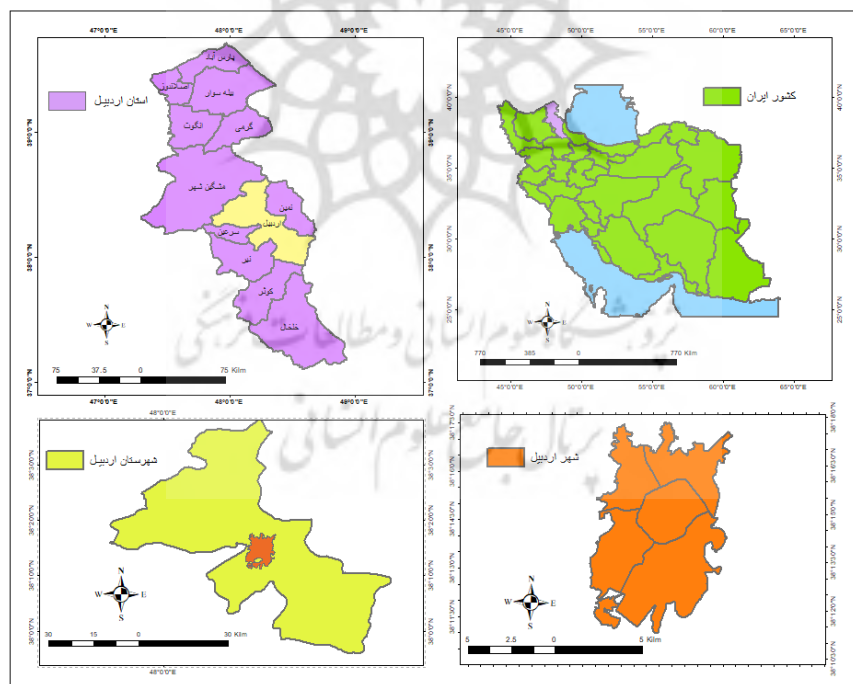
(منبع: پورمحمدی و همکاران (۱۳۹۴)، شریانیان و ایمنی (۱۳۹۷)، خوارزمی و همکاران، (۱۳۹۹)، (N. S. Park et Yadav and Kumari (2021)، (al., 2023) رحمتی و محمدی (۱۴۰۱).

فنون تجزیه و تحلیل

تجزیه و تحلیل داده‌های این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار «SPSS» و در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام شد. در بخش توصیفی، میانگین و انحراف معیار شاخص‌ها محاسبه گردید. در بخش استنباطی، از آزمون «تی-تک‌نمونه» برای سنجش وضعیت شاخص‌ها، ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی روابط میان متغیرها و رگرسیون چندگانه برای تحلیل تأثیر متغیرهای مستقل (نظیر دسترسی، کالبدی و فرهنگی-اجتماعی) بر سلامت روان و افسردگی استفاده شد.

محدوده مورد مطالعه

شهر اردبیل، مرکز استان اردبیل، در موقعیت جغرافیایی ۳۸ درجه و ۱۵ دقیقه عرض شمالی و ۴۸ درجه و ۱۷ دقیقه طول شرقی در میان رشته‌کوه‌های تالش و سبلان واقع شده است و ارتفاع آن از سطح دریا ۱۳۴۵ متر است. طبق سرشماری سال ۱۳۹۰، جمعیت شهر اردبیل ۴۸۵,۱۵۳ نفر بوده و در سال ۱۳۹۵ جمعیت آن به ۵۲۹/۳۷۴ نفر افزایش یافته است (طبق آخرین سرشماری در سال ۱۳۹۵)، نسبت جنسیتی آن به‌طور تقریبی ۱۰۵ مرد به ۱۰۰ زن می‌باشد. شهرداری اردبیل، باتوجه به وسعت و جمعیت شهر، آن را به ۵ منطقه تقسیم کرده است؛ بنابراین شکل (۱) موقعیت جغرافیایی مورد مطالعه را نشان می‌دهد.



شکل ۱- موقعیت جغرافیایی شهر اردبیل

(منبع: نویسندگان، ۱۴۰۴)

یافته‌های تحقیق

- یافته‌های توصیفی

با توجه به داده‌های به دست آمده، توزیع پاسخ‌دهندگان به‌طور نسبتاً متوازن در مناطق مختلف منطقه ۲ شهر اردبیل پراکنده است. بیشترین فراوانی به مناطق شهرک دادگستری (۸٪) و کوثر (۸.۷٪) اختصاص دارد. در مورد وضعیت تأهل پاسخ‌دهندگان، ۴۹.۳٪ از آن‌ها مجرد و ۷.۵۰٪ متأهل بودند. بالاترین فراوانی سنی را گروه سنی به گروه سنی ۲۱ تا ۳۰ سال با ۴۱٪ بودند پس از آن، گروه سنی ۳۱ تا ۴۰ سال با ۳۱٪ در مرتبه بعدی قرار داشت. در رابطه با سطح تحصیلات، ۴۳٪ از پاسخ‌دهندگان دارای مدرک لیسانس می‌باشند که بیشترین درصد را تشکیل می‌دهند. پس از آن، ۱۹.۸٪ دارای دیپلم و ۱۹٪ دارای مدرک فوق لیسانس هستند. ۱۴٪ از پاسخ‌دهندگان زیر دیپلم دارند و ۳.۵٪ نیز دارای مدرک دکتری می‌باشند.

- یافته‌های استنباطی

نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها در متغیرهای پژوهش نشان داد که توزیع داده‌ها در تمامی شاخص‌ها، از جمله کالبدی-محیطی، ایمنی و امنیت، دسترسی به پارک‌های شهری، فرهنگی-اجتماعی، سلامت روان و افسردگی، نرمال نیست؛ چراکه سطح معنی‌داری (Sig) برای همه آن‌ها برابر با ۰/۰۰۰ به دست آمده است. براین اساس، در ادامه تحقیق از آزمون‌های آماری مناسب شامل تی-تک‌نمونه، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه برای بررسی روابط میان متغیرها استفاده شده است.

جدول ۲- نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن متغیرها

متغیرهای پژوهش	وضعیت آزمون	میانگین	N	انحراف معیار	سطح معنی‌داری (Sig)
کالبدی-محیطی	۰/۱۱۰	۳/۱۷۶	۴۰۰	۰/۶۳۲	۰/۰۰۰
ایمنی و امنیت	۰/۱۰۲	۲/۹۹۷	۴۰۰	۰/۶۱۴	۰/۰۰۰
دسترسی به پارک‌های شهری	۰/۷۹	۲/۸۸۷	۴۰۰	۱/۰۲۹	۰/۰۰۰
فرهنگی-اجتماعی	۰/۱۳	۳/۰۵۰	۴۰۰	۱/۰۳۲	۰/۰۰۰
سلامتی روان	۰/۰۹۰	۳/۲۶۳	۴۰۰	۰/۰۸۰	۰/۰۰۰
افسردگی	۰/۲۰۴	۱/۶۸۰	۴۰۰	۰/۹۹۶	۰/۰۰۰

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

وضعیت تحلیل وضعیت شاخص کالبدی-فضایی

میانگین شاخص کالبدی-محیطی برابر با ۳/۱۷ می‌باشد که نشان‌دهنده وضعیت نسبتاً مطلوب این بُعد از نظر بانوان منطقه ۲ شهر اردبیل است. مؤلفه‌هایی مانند: وجود مسیر پیاده‌روی مناسب، فضای سبز و وجود صندلی در پارک‌ها امتیاز بالاتری داشته‌اند. در مقابل، مؤلفه‌هایی همچون امکان استفاده افراد دارای معلولیت و مسیرهای دوچرخه‌سواری بانوان میانگینی کمتر از عدد ۳ داشته و نیاز به بهبود در طراحی فضاهای شهری از منظر فراگیر بودن را نشان می‌دهند.

جدول ۳- وضعیت شاخص کالبدی-فضایی

شاخص	مؤلفه‌ها	مقایسه=۳							
		آماره T	درجه آزادی	معناداری (Sig)	میانگین ین	اختلاف میانگین	انحراف معیار	فاصله اطمینان	
								حد پایین	حد بالا
کالبدی - فضایی	مکان‌های مناسب پیاده‌روی	۱۱/۹۳۹	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۵۱	۰/۵۱۷	۰/۸۶۶	۰/۴۳۲	۰/۶۰۲۷
	فضای دوچرخه‌سواری بانوان	۲/۴۷۴	۳۹۹	۰/۱۴	۳/۱۱	۰/۱۱۰	۰/۸۸۸	۰/۰۲۲۶	-۰/۱۹۷۴
	ایمن‌سازی وسایل (حفاظ جانبی و سالم‌بودن)	۵/۲۴۶	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۲۲	۰/۲۲۰	۰/۸۳۸	۰/۱۳۷۶	۰/۳۰۲۴
	رستوران و کافی‌شاپ	۷/۱۴۵	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۳۰	۰/۳۰۵	۰/۸۵۳	۰/۲۲۱۱	۰/۳۸۸۹
	فضاهای سبز	۴/۴۹۵	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۲۰	۰/۲۰۰	۰/۸۸۹	۰/۱۱۲۵	۰/۲۸۷۵
	امکانات مناسب برای معلولین و سالمندان	۰/۷۶۸	۳۹۹	۰/۴۴۳	۳/۰۳	۰/۰۳۵	۰/۹۱۱	-۰/۰۵۴۶	-۰/۱۲۴۶
	صندلی، نیمکت‌ها و سایه‌بان‌ها	۲/۱۲۸	۳۹۹	۰/۰۴۳	۳/۰۹	۰/۰۹۷	۰/۹۱۶	۰/۰۰۷۴	۰/۱۸۷۶
	کیفیت وسایل بازی و دستگاه‌های ورزشی	۳/۹۴۵	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۱۶	-۰/۱۶۷	۰/۸۴۹	۰/۰۸۴۰	۰/۲۵۱۰
	خدمات ارائه‌شده (کتابخانه، آموزش)	۰/۷۵۷	۳۹۹	۰/۴۵۰	۳/۰۳	۰/۰۳۵	۰/۹۲۵	-۰/۰۵۵۹	۰/۱۲۵۹
	امکانات ورزشی (زمین ورزشی، دستگاه بدنسازی)	۱/۷۶۱	۳۹۹	۰/۷۹	۳/۰۸	۰/۰۸۰	۰/۹۰۸	-۰/۰۹۳	۰/۱۶۹۳
	۳/۱۷								
میانگین کل									

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

تحلیل وضعیت شاخص امنیت محیطی

نتایج نشان‌داد میانگین کلی این شاخص برابر با ۲/۹۹ بوده و وضعیت نسبتاً ضعیف‌تری را نسبت به سایر شاخص‌ها دارد. مؤلفه‌هایی مانند نورپردازی مناسب، حضور نیروهای انتظامی و امنیت در شب از نظر پاسخ‌دهندگان نامطلوب ارزیابی شدند. در مقابل، مؤلفه‌هایی همچون امنیت در ساعات روز و نزدیکی ایستگاه‌های خدماتی وضعیت بهتری داشتند. در مجموع، افزایش امنیت پارک‌ها یکی از ضرورت‌های بهبود سلامت روان بانوان است.

جدول ۴- وضعیت شاخص امنیت محیطی

شاخص	مؤلفه‌ها		مقایسه=۳							
			آماره T	درجه آزادی	معناداری (Sig)	میانگین	اختلاف میانگین	انحراف معیار	فاصله اطمینان	
									حد پایین	حد بالا
امنیت - محیطی	امنیت در پارک‌ها		۱/۶۷۵	۳۹۹	۰/۰۹۵	۳/۰۷	۰/۰۷۲	۰/۸۶۵	-۰/۰۱۲۶	۰/۱۵۷۶
	امنیت استفاده از پارک در شب		-۰/۷۰۴	۳۹۹	۰/۴۸۲	۲/۹۶	-۰/۰۳۲	۰/۹۲۳	-۰/۱۲۳۳	۰/۰۵۸۳
	وضعیت روشنایی و نورپردازی پارک		۰/۹۷۷	۳۹۹	۰/۳۲۹	۳/۰۴	۰/۰۴۲	۰/۹۲۳	-۰/۰۴۳۳۱	۰/۱۲۸۱
	آزادی در پوشش و انتخاب لباس		-۰/۶۳۴	۳۹۹	۰/۵۲۷	۲/۹۷	-۰/۰۲۷	۰/۸۷۰	-۰/۱۱۲۸	۰/۰۵۷۸
	حضور نیروهای امنیتی و پلیس		-۰/۲۳۴	۳۹۹	۰/۸۱۵	۲/۹۹	-۰/۰۱۰	۰/۸۴۴	-۰/۰۹۴۱	۰/۰۷۴۱
	نحوه برخورد کارکنان نگهبانی با بانوان		۱/۳۸۷	۳۹۹	۰/۱۶۶	۲/۹۴	-۰/۰۶۰	۰/۸۶۵	-۰/۱۴۵۰	۰/۰۲۵۰
		۲/۹۹							میانگین کل	

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

تحلیل وضعیت شاخص دسترسی به پارک‌های شهری

میانگین شاخص دسترسی برابر با ۲/۸۸ به دست آمده است که بیانگر رضایت نسبتاً پایین بانوان از وضعیت دسترسی به پارک‌ها در منطقه مورد مطالعه است. اگرچه برخی مؤلفه‌ها نظیر فاصله زمانی قابل قبول تا پارک در سطح محله از مقبولیت برخوردار بودند اما دسترسی پیاده‌محور، روشنایی مسیرها و وجود امکانات حمل‌ونقل عمومی در نزدیکی پارک‌ها در وضعیت مطلوبی قرار نداشتند.

جدول ۵- وضعیت دسترسی به پارک‌ها شهری

شاخص	مؤلفه‌ها	مقایسه=۳						
		آماره T	درجه آزادی	معناداری (Sig)	میانگین	اختلاف میانگین	انحراف معیار	فاصله اطمینان
								حد پایین حد بالا
دسترسی به پارک‌های شهری	دسترسی به خدمات بهداشتی و درمانی	-۰/۲۶۵	۳۹۹	۰/۰۰۸	۲/۸۸	-۰/۱۱۲	۰/۸۴۶	-۰/۱۹۵۷ -۰/۰۲۹۳
	دسترسی به فضاهای تفریحی و سرگرمی	-۳/۳۷۳	۳۹۹	۰/۰۰۱	۲/۸۵	-۰/۱۴۲	۰/۸۴۴	-۰/۲۲۵۶ -۰/۰۵۹۴
	دسترسی به فضاهای سبز	-۴/۷۰۴	۳۹۹	۰/۰۰۰	۲/۸۰	-۰/۱۹۷	۰/۸۳۹	-۰/۲۸۰۰ -۰/۱۱۵۰
	دسترسی آسان به پارک‌های شهری	-۵/۲۴۵	۳۹۹	۰/۰۰۰	۲/۷۷	-۰/۲۲۲	۰/۸۴۸	-۰/۳۰۵۹ -۰/۱۳۹۱
	مناسب‌سازی پارک‌ها برای افراد معلول	۱۲/۳۶۴	۳۹۹	۰/۰۰۰	۲/۴۶	-۰/۵۴۳	۰/۸۷۸	-۰/۶۳ -۰/۴۶
	ورودی‌ها و مسیرهای بدون مانع	۷/۰۵۵	۳۹۹	۰/۰۰۰	۲/۳۰	۰/۳۰۷	۰/۸۷۱	۰/۲۲۱۸ ۰/۳۹۳۲
	دسترسی از طریق وسایل نقلیه عمومی	۲/۸۲۱	۳۹۹	۰/۰۰۵	۳/۱۲	۰/۱۲۵	۰/۸۶۸	۰/۰۳۷۱ ۰/۲۰۷۹
		۲/۸۸						
میانگین کل								

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

تحلیل وضعیت شاخص فرهنگی-اجتماعی

نتایج تحلیل‌ها نشان داد که میانگین کل شاخص فرهنگی-اجتماعی برابر با ۳/۰۵ بوده است که نمایانگر وضعیت نسبتاً مثبت این شاخص در بین بانوان منطقه ۲ شهر اردبیل است. مؤلفه‌هایی مانند «آشنایی با افراد جدید» و «گذراندن اوقات فراغت با خانواده» وضعیت مطلوب‌تری نسبت به سایر مؤلفه‌ها داشته‌اند. در مقابل، مؤلفه‌هایی نظیر «برنامه‌های فرهنگی» و «برگزاری کارگاه‌های آموزشی» از میانگین پایین‌تری برخوردار بوده‌اند و نیاز به بهبود دارند.

جدول ۶- وضعیت شاخص فرهنگی-اجتماعی

شاخص	مؤلفه‌ها	مقایسه=۳						
		آماره T	درجه آزادی	معناداری (Sg)	میانگین	اختلاف میانگین	انحراف معیار	فاصله اطمینان
								حد بالا حد پایین
فرهنگی - اجتماعی	آشنایی با افراد جدید	۳/۸۸۰	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۱۷	۰/۱۷۰	۰/۸۷۶	۰/۲۵۶۱ ۰/۰۸۳۹
	تقویت حس تعلق اجتماعی و همبستگی	۲/۷۱۳	۳۹۹	۰/۰۰۷	۳/۱۱	۰/۱۱۷	۰/۸۶۶	۰/۲۰۲۷ ۰/۰۳۲۳
	مناسب برای گذران اوقات فراغت با خانواده	۵/۳۲۰	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۲۲	۰/۲۲۲	۰/۸۳۶	۰/۳۰۴۷ ۰/۱۴۰۳
	مناسب برای فعالیت‌های گروهی و اجتماعی	۳/۵۲۶	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۱۵	۰/۱۵۵	۰/۸۷۹	۰/۲۴۱۴ ۰/۰۶۸۶
	حضور روان‌شناس یا کارشناس خانواده در پارک	-۱/۵۹۲	۳۹۹	۰/۱۱۲	۲/۹۱	-۰/۰۸۵	۱/۰۶۸	۰/۲۰۰- -۰/۱۹۰۰
	برنامه‌ها و فعالیت‌های فرهنگی (نمایش‌ها، کنسرت‌ها، کلاس‌ها)	-۱/۴۸۲	۳۹۹	۰/۱۳۹	۲/۹۳	-۰/۰۷۰	۰/۹۴۴	۰/۰۲۲۹ -۰/۱۶۲۹
	افزایش شادابی و نشاط	۳/۹۰۵	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۱۷	۰/۱۷۰	۰/۸۷۰	۰/۲۵۵۶ ۰/۰۸۴۴
	برگزاری کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی	-۵/۹۲۸	۳۹۹	۰/۰۰۰	۲/۷۲	-۰/۲۷۲	۰/۹۱۹	-۰/۱۹۲۱ -۰/۳۶۲۹
میانگین کل		۳/۰۵						

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

تحلیل وضعیت شاخص سلامت روان

میانگین این شاخص ۳/۲۶ به‌دست آمد که نشان‌دهنده تأثیر مثبت فضاهای شهری مناسب بر بهبود وضعیت روانی بانوان است. مؤلفه‌هایی مانند احساس آرامش، کاهش تنش‌های روزمره و افزایش انگیزه برای فعالیت‌های اجتماعی، بالاتر از سطح متوسط ارزیابی شدند. با این حال، برخی مؤلفه‌ها همچون تمایل به مشارکت فعال در اجتماع همچنان در سطح متوسط قرار داشته‌اند.

جدول ۷- وضعیت شاخص سلامت روان

شاخص	مؤلفه‌ها	مقایسه=۳						
		آماره T	درجه آزادی	معناداری (Sg)	میانگین	اختلاف میانگین	انحراف معیار	فاصله اطمینان
								حد بالا حد پایین
سلامتی روان	احساس سلامت عمومی	۸/۷۲۰	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۴۹	۰/۴۰۷	۰/۰۹۳۴	۴۹۹۴ ۰/۳۱۵۶
	تجربه سردرد	۱/۷۵۱	۳۹۹	۰/۰۸۱	۳/۰۸	۰/۰۸۲	۰/۹۴۲	۰/۱۷۵۱ -۰/۰۱۰۱
	بیدار شدن در شب	۴/۷۴۲	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۲۳	۰/۲۳۵	۰/۹۹۱	۰/۳۲۲۴ ۰/۱۳۷۶
	صرف وقت بیشتر برای انجام کارها	۴/۹۴۱	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۲۴	۰/۲۴۷	۱/۰۰	۰/۳۴۶۰ ۰/۱۴۹۰
	لذت‌بردن از فعالیت‌های روزمره	۷/۲۱۱	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۳۴	۰/۳۴۲	۰/۹۴۹	۰/۴۳۵۹ ۰/۲۴۹
	تأثیر پارک بر کیفیت خواب	۴/۷۴۲	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۲۳	۰/۲۳۵	۰/۹۹۱	۰/۳۲۲۴ -۰/۱۳۷۶
	بهبود حالت روحی	۷/۹۵۵	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۳۷	۰/۳۷۰	۰/۹۳۰	۰/۴۶۱۴ ۰/۲۷۸۸
	تأثیر پارک بر وضعیت روانی	۸/۵۹۳	۳۹۹	۰/۰۰۰	۳/۳۷	۰/۳۷۷	۰/۸۷۸	۰/۴۶۳۹ ۰/۲۹۱۱
	تأثیر بر وضعیت جسمانی (مثل کاهش وزن، افزایش انرژی)	۱/۶۱۱	۳۹۹	۰/۰۰۸	۳/۰۷	۰/۰۷۵	۰/۹۳۰	۰/۱۶۶۵ -۰/۰۱۶۵
میانگین کل		۳/۲۶						

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

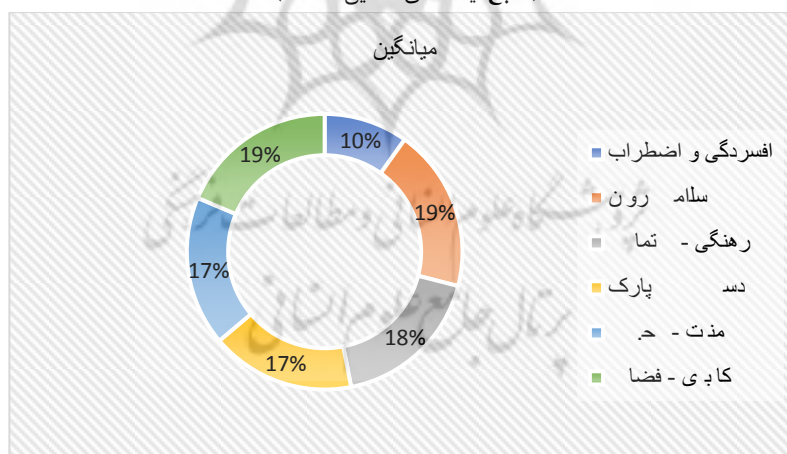
تحلیل وضعیت شاخص اضطراب و افسردگی

در میان شاخص‌های بررسی‌شده، افسردگی پایین‌ترین میانگین را داشت ۱/۶۸، که نشان‌دهنده آن است که این اختلال در میان جمعیت نمونه مورد مطالعه در سطح نسبتاً بالایی گزارش شده است. این نتیجه، بر لزوم توجه جدی به بهبود شرایط محیطی، ارتقای کیفیت فضاهای عمومی و کاهش فشارهای روانی بر بانوان تأکید دارد.

جدول ۸- وضعیت اضطراب و افسردگی

شاخص	مؤلفه‌ها	مقایسه=۳						
		آماره T	درجه آزادی	معناداری (Sig)	میانگین	اختلاف میانگین	انحراف معیار	فاصله اطمینان
افسردگی و اضطراب	احساس بی‌ارزشی	-۳۲/۲۱۶	۳۹۹	۰/۰۰۰	۱/۵۰	-۱/۵۰۰	۰/۹۳۱	حد پایین -۱/۴۰۸۵ حد بالا -۱/۵۹۱۵
	نامیدی	-۳۷/۰۱۴	۳۹۹	۰/۰۰۰	۱/۶۳	-۱/۳۶۷	۱/۰۱۲	حد پایین -۱/۲۶۸۰ حد بالا -۱/۴۶۷۰
	بی‌ارزش بودن زندگی	-۲۸/۲۹۲	۳۹۹	۰/۰۰۰	۱/۵۹	-۱/۴۰۲	۰/۹۹۱	حد پایین -۱/۳۰۵۰ حد بالا -۱/۵۰۰۰
	آرزوی مرگ	-۲۸/۰۰۸	۳۹۹	۰/۰۰۰	۱/۵۹	-۱/۴۰۲	۱/۰۰۱	حد پایین -۱/۳۰۴ حد بالا -۱/۵۰۱
	عدم توانایی انجام کارها به دلیل ناراحتی عصبی	-۲۳/۸۹۵	۳۹۹	۰/۰۰۰	۱/۶۷	-۱/۳۳۰	۱/۱۱۳	حد پایین -۱/۲۲۰۶ حد بالا -۱/۴۳۹۴
	کم‌خوابی به علت نگرانی	-۲۴/۱۳۰	۳۹۹	۰/۰۰۰	۱/۶۹	-۱/۳۰۵	۱/۰۸۱	حد پایین -۱/۱۹۸۷ حد بالا -۱/۴۱۱۳
	فکر رهایی از خود	-۳۷/۵۸۸	۳۹۹	۰/۰۰۰	۱/۶۱	-۱/۳۹۰	۱/۰۰۷	حد پایین -۱/۲۹۰۹ حد بالا -۱/۴۸۹۱
	مشغولیت ذهنی به خودکشی	-۲۹/۷۱۲	۳۹۹	۰/۰۰۰	۱/۵۴	-۱/۴۶۰	۰/۹۹۸۲	حد پایین -۱/۳۶۳۴ حد بالا -۱/۵۵۶۶
	تاثیر پارک بر کاهش اضطراب و استرس	-۱۰/۹۰۸	۳۹۹	۰/۰۰۰	۲/۲۷	-۰/۷۲۲	۱/۳۲۴	حد پایین -۰/۵۹۲۳ حد بالا -۰/۸۵۲۷
		۱/۶۸						
		میانگین کل						

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)



نمودار شماره ۲- میانگین شاخص‌های مورد بررسی در پژوهش

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

فرضیه‌های تحقیق:

فرضیه صفر (H_0): هیچ رابطه معناداری بین شاخص‌های مختلف و سلامت روان وجود ندارد.

فرضیه جایگزین (H_1): رابطه معناداری بین شاخص‌های مختلف و سلامت روان وجود دارد.

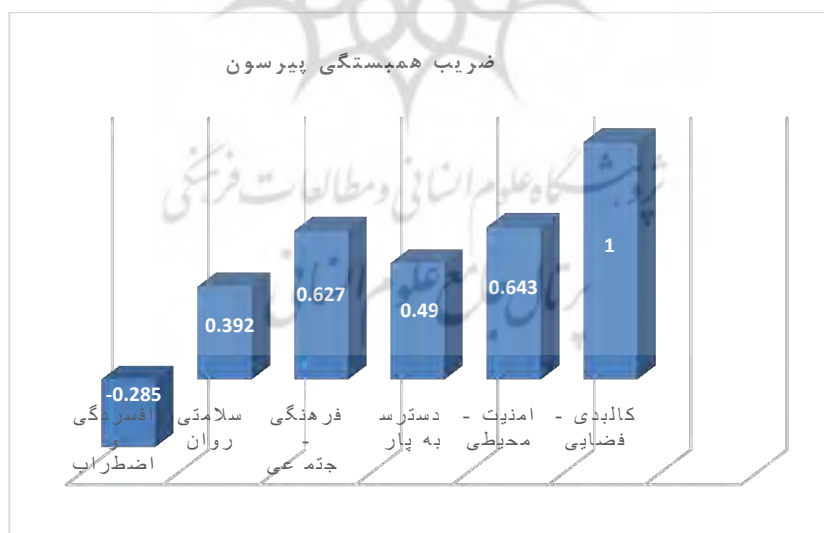
با توجه به جدول و همچنین نمودار زیر، برای بررسی نقش دسترسی به پارک‌های شهری بر سلامت روان بانوان در محیط‌های شهری، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. در این پژوهش، رابطه میان سلامت روان و

شاخص‌های کلیدی شامل کالبدی-محیطی، امنیت-محیطی، دسترسی به پارک‌های شهری، فرهنگی-اجتماعی، و افسردگی با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که تمامی شاخص‌ها دارای سطح معنی‌داری ۰/۰۰۰ بوده و در سطح اطمینان ۹۹ درصد ارتباطی معنادار با سلامت روان داشته‌اند. شاخص کالبدی-محیطی بیشترین همبستگی مثبت را با سلامت روان نشان داده است که بر اهمیت زیرساخت‌های محیطی در ارتقای کیفیت زندگی تأکید دارد. در مقابل، شاخص افسردگی کمترین همبستگی (۰/۲۸۵-) را داشته و تنها شاخصی است که رابطه معکوس با سلامت روان دارد، نشان‌دهنده تأثیر مستقیم کاهش افسردگی بر بهبود وضعیت روانی است. نمودار زیر ضرایب همبستگی شاخص‌ها با سلامت روان را نشان می‌دهد.

جدول ۹- رابطه معناداری سلامتی روان بانوان در محیط شهری

شاخص	ضریب همبستگی	سطح معنی‌داری (Sig)
کالبدی-محیطی	۱	۰/۰۰۰
ایمنی و امنیت	۰/۶۴۳	۰/۰۰۰
دسترسی به پارک‌های شهری	۰/۴۹۰	۰/۰۰۰
فرهنگی-اجتماعی	۰/۶۲۷	۰/۰۰۰
سلامتی روان	۰/۳۹۲	۰/۰۰۰
افسردگی	-۰/۲۸۵	۰/۰۰۰

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)



نمودار شماره ۳- رابطه شاخص‌های مختلف با سلامت روان بانوان

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۴)

فرضیه الف : عوامل تعیین‌کننده میزان دسترسی به پارک‌های شهری، شامل شاخص‌های امنیتی، کالبدی-فضایی و فرهنگی-اجتماعی، تأثیر معناداری بر سلامت روان بانوان ساکن شهر اردبیل دارند. در این پژوهش، به منظور بررسی تأثیر متغیرهای مستقل (دسترسی به پارک‌ها، امنیت، عوامل کالبدی، فرهنگی-اجتماعی و سلامت روان) بر متغیر وابسته (افسردگی بانوان)، از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شده است. جدول

زیر نتایج این تحلیل را که شامل ضرایب غیراستاندارد، ضرایب استاندارد شده و سطح معنی‌داری است، نشان می‌دهد. در ادامه، نتایج به تفکیک تحلیل می‌شوند:

جدول ۱۰- نتایج تحلیل رگرسیون برای متغیرهای مرتبط با سلامت روانی بانوان

متغیر مستقل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد شده	t	سطح معنی‌داری (Sig)
	B	خطای B	بتا		
کالبدی-محیطی	۰/۲۳۷	۰/۰۶۷	۰/۲۳۹	۳/۵۲۴	۰/۰۰۰
ایمنی و امنیت	۰/۰۴۸	۰/۰۶۹	۰/۰۴۷	۰/۶۹۴	۰/۴۸۸
دسترسی به پارک‌های شهری	۰/۰۵۳	۰/۰۶۷	۰/۰۴۸	۰/۷۹۱	۰/۴۲۹
فرهنگی-اجتماعی	۰/۱۲۹	۰/۰۶۰	۰/۱۳۱	۲/۱۵۱	۰/۰۳۲
افسردگی	-۰/۰۴۶	۰/۰۳۷	-۰/۰۶۱	-۱/۲۴۷	۰/۲۱۳

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۳)

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه برای متغیرهای مرتبط با سلامت روانی بانوان منطقه ۲ شهر اردبیل به این صورت است که عوامل کالبدی-محیطی با ضریب استاندارد شده (Beta) برابر با ۰/۲۳۹ و ضریب غیراستاندارد (B) برابر با ۰/۲۳۷، بیشترین تأثیر مثبت و معنادار را بر سلامت روانی دارند. از سوی دیگر، متغیر افسردگی با ضریب استاندارد شده (Beta) برابر با -۰/۰۶۱ و ضریب غیر استاندارد (B) برابر با ۰/۰۴۶ تأثیر منفی و ضعیفی بر سلامت روانی نشان داده و از نظر آماری معنادار نیست. در عوامل فرهنگی-اجتماعی نیز با ضرایب استاندارد (Beta=۰/۱۳۱) تأثیر مثبتی داشته و معناداری آماری خود را حفظ کرده‌اند. در مقابل، متغیر ایمنی و امنیت با ضریب استاندارد (Beta=۰/۰۴۷) و دسترسی به پارک‌ها با ضریب استاندارد (Beta=۰/۰۴۸)، تأثیرات ضعیفی دارند که از نظر آماری معنادار نیستند. این یافته‌ها نشان‌دهنده تأثیر متفاوت متغیرها بر سلامت روانی بانوان است و تأکید می‌کند که برخی عوامل محیطی و فرهنگی-اجتماعی می‌توانند نقش پررنگ‌تری ایفا کنند.

جدول ۱۱- نتایج تحلیل همبستگی و آماره‌های کلی مدل رگرسیون

نتایج همبستگی	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین شده	آماره F	سطح معناداری
	۰/۴۲۰	۰/۱۶۶	۱۶/۹۲۴	۰/۰۰۰

(منبع: یافته‌های تحقیق، ۱۴۰۳)

باتوجه به جدول (۱۱)، تحلیل آماره‌های کلی مدل ضریب همبستگی چندگانه ضریب همبستگی چندگانه (R) برابر با ۰/۴۲۰ است که نشان‌دهنده وجود یک ارتباط نسبتاً متوسط بین متغیرهای مستقل و متغیر وابسته (سلامت روانی) می‌باشد. همچنین ضریب تعیین (R^2) برابر با ۰/۱۶۶ نشان می‌دهد که حدود ۱۶/۷ درصد از تغییرات در متغیر سلامت روانی توسط متغیرهای مستقل توضیح داده می‌شود و مقدار آماره F برابر با ۹۲۴/۱۶ و سطح معنی‌داری کمتر از ۰/۰۰۰ است که نشان‌دهنده معنی‌داری کلی مدل رگرسیون می‌باشد؛ بنابراین نتایج نشان می‌دهد که

عوامل کالبدی-محیطی و فرهنگی-اجتماعی به طور معنی داری بر سلامت روانی بانوان منطقه ۲ شهر اردبیل تأثیر دارند. سایر متغیرها تأثیر معناداری نشان نداده اند.

ب): فرضیه دوم: بین عوامل تعیین کننده میزان دسترسی به پارک های شهری (امنیت، کالبدی-فضایی و فرهنگی-اجتماعی) و سطح افسردگی بانوان ساکن شهر اردبیل رابطه معناداری وجود دارد. برای بررسی تأثیر متغیرهای مستقل (دسترسی به پارک ها، امنیت، عوامل کالبدی، فرهنگی-اجتماعی و سلامت روان) بر متغیر وابسته (افسردگی بانوان)، از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شده است. نتایج این تحلیل در جدول زیر ارائه شده و شامل ضرایب غیراستاندارد، ضرایب استاندارد شده و سطح معنی داری متغیرها است.

جدول ۱۲- تحلیل رگرسیون عوامل مؤثر بر افسردگی بانوان در اردبیل

متغیر مستقل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد شده	t	سطح معنی داری (Sig)
	B	خطای B			
کالبدی - محیطی	-۰/۱۷۶	۰/۰۹۲	-۰/۱۳۶	-۱/۹۱۱	۰/۰۵۷
ایمنی و امنیت	۰۰/۱۷۵	۰۰/۰۹۳	-۰/۱۳۱	-۱/۸۷۲	۰۰/۰۶۲
دسترسی به پارک های شهری	۰/۲۱۱	۰۰/۰۹۱	۰/۱۴۵	۲/۳۲۹	۰/۰۲۰
فرهنگی - اجتماعی	-۰/۲۲۷	۰۰/۰۸۱	۰/۰۰۵	-۲/۸۱۲	۰/۰۰۵
سلامت روان	-۰/۰۸۵	۰۰/۰۶۸	-۰/۰۶۵	-۱/۲۴۷	۰/۲۱۳

(منبع: یافته های تحقیق، ۱۴۰۳)

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه برای بررسی تأثیر متغیرهای مستقل بر افسردگی بانوان در منطقه ۲ شهر اردبیل نشان می دهد که عوامل کالبدی-محیطی با ضریب استاندارد شده ($Beta = -.۰/۱۳۶$) با تأثیر منفی بر افسردگی دارند. با این حال، این تأثیر از نظر آماری معنادار نیست و سطح معنی داری آن ($p = ۰/۰۵۷$) است. ایمنی و امنیت نیز تأثیری منفی با ضریب استاندارد ($Beta = ۰/۱۳۱$) دارند که از نظر آماری معنادار نبوده و سطح معنی داری آن ($p = ۰/۰۶۲$) است. در مقابل، دسترسی به پارک های شهری تأثیری مثبت و معنادار بر کاهش افسردگی نشان می دهد. ضریب استاندارد این متغیر ($Beta = ۰/۱۴۵$) و سطح معنی داری آن ($p = ۰/۰۲۰$) است که نشان دهنده نقش مهم فضاهای سبز شهری در کاهش افسردگی است. عوامل فرهنگی-اجتماعی نیز تأثیر منفی و معنادار بر افسردگی دارند. ضریب استاندارد این متغیر ($Beta = -.۰/۲۲۷$) و سطح معنی داری ($p = ۰/۰۰۵$) رابطه مذکور را تأیید می کند. در نهایت، سلامت روان تأثیری منفی با ضریب استاندارد ($Beta = -.۰/۰۶۵$) بر افسردگی دارد اما این تأثیر از نظر آماری معنادار نیست و سطح معنی داری آن ($p = ۰/۲۱۳$) است. این نتایج بیانگر آن است که دسترسی به پارک ها و عوامل فرهنگی-اجتماعی مهم ترین متغیرهای اثرگذار در کاهش افسردگی در میان متغیرهای بررسی شده هستند.

جدول ۱۳. نتایج تحلیل همبستگی و آماره های کلی مدل رگرسیون

نتایج همبستگی	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	آماره F	سطح معنی داری (Sig)
	۰/۳۴۲	۰/۱۱۷	۰/۱۰۵	۱۰/۴۰۸	۰/۰۰۰

(منبع: یافته های تحقیق، ۱۴۰۳)

باتوجه به جدول (۱۳)، تحلیل آماره‌های کلی مدل ضریب همبستگی چندگانه ($R = ۰,۳۴۲$) نشان‌دهنده همبستگی متوسط بین متغیرهای مستقل و افسردگی بانوان است. ضریب تعیین ($R^2 = ۰,۱۱۷$) بیان می‌کند که حدود ۱۱,۷ درصد از تغییرات افسردگی توسط این متغیرها توضیح داده می‌شود. همچنین سطح معنی‌داری ($Sig = ۰/۰۰۰$) و مقدار آماره F مدل کلی را از نظر آماری معنادار ارزیابی می‌کند؛ بنابراین نتایج این تحلیل نشان می‌دهد که از میان متغیرهای مستقل، دسترسی به پارک‌های شهری و عوامل فرهنگی-اجتماعی تأثیر معنی‌داری بر افسردگی دارند، در حالی که سایر متغیرها تأثیر معناداری نشان نمی‌دهند.

بحث

بحث حاضر بر پایه نتایج به‌دست‌آمده از تحلیل داده‌ها، نشان می‌دهد که دسترسی به پارک‌های شهری نقش مؤثری در ارتقای سلامت روان بانوان دارد. یافته‌ها تأکید می‌کنند که عوامل کالبدی-فضایی و شاخص‌های فرهنگی-اجتماعی، بیشترین تأثیر مثبت را بر کاهش اضطراب و افزایش آرامش روانی زنان دارند. این نتایج با پژوهش‌هایی چون Milner et al. (2019) و رهنما و شادل (۱۴۰۱) هم‌راستا هستند که بر نقش تسهیلات فیزیکی و بسترهای اجتماعی در تقویت احساس رفاه روانی زنان تأکید دارند.

این یافته‌ها با نظریه بازیابی توجه کاپلان نیز مطابقت دارد، زیرا نشان می‌دهد که طراحی مناسب فضاهای کالبدی مانند پارک‌ها، از طریق ایجاد مناظر طبیعی و مسیرهای پیاده‌روی، می‌تواند به کاهش خستگی ذهنی و بازیابی قوای روانی بانوان منجر شود. همچنین از منظر نظریه عدالت فضایی، فراهم‌سازی فضاهای شهری با کیفیت برای همه گروه‌ها، به‌ویژه زنان، یکی از اصول اصلی برخورداری برابر از مزایای محیط شهری محسوب می‌شود.

در مقابل، شاخص‌هایی مانند امنیت و ایمنی، اگرچه از اهمیت بالایی برخوردارند، در این مطالعه تأثیر معناداری نشان نداده‌اند؛ نکته‌ای که می‌تواند ناشی از پایین بودن کیفیت امنیت در پارک‌های منطقه یا عادی شدن شرایط برای بانوان باشد. با این حال، نظریه عدالت فضایی تأکید می‌کند که امنیت، پیش‌نیاز بهره‌مندی برابر از فضاهای عمومی است؛ بنابراین بی‌تأثیر بودن شاخص امنیت می‌تواند هشداري نسبت به عادی شدن ناامنی یا کاهش حساسیت زنان نسبت به مخاطرات روزمره در فضاهای شهری تلقی شود.

همچنین، رابطه معکوس میان سطح افسردگی و میزان دسترسی به پارک‌ها نشان می‌دهد که بهره‌مندی مؤثر از فضاهای سبز می‌تواند به‌طور بالقوه عاملی پیشگیرانه در کاهش علائم افسردگی محسوب شود. این یافته با نتایج Jiang (2017) و Chen et al. (2023) مطابقت دارد که فضاهای سبز را عامل تسهیل‌گر در بازیابی روانی دانسته‌اند. این نتیجه با چهارچوب نظری تحقیق نیز هم‌خوانی دارد؛ زیرا سلامت روان، برآیندی از مجموعه عوامل محیطی، کالبدی و اجتماعی تلقی می‌شود که حضور مؤثر زنان در فضاهای عمومی را امکان‌پذیر می‌سازند.

یافته‌های این پژوهش همچنین نشان‌داد که شاخص‌های کالبدی و فرهنگی-اجتماعی بیشترین تأثیر را در بهبود سلامت روان بانوان دارند که با نتایج لی و همکاران (۲۰۱۹) هم‌راستا است. در عین حال، نقش کمتر شاخص امنیت در این مطالعه ممکن است به ویژگی‌های محلی منطقه مورد مطالعه مرتبط باشد یا به سطوح پایین احساس کنترل در فضاهای عمومی از سوی زنان بازگردد.

باتوجه به نتایج این تحقیق، می‌توان نتیجه گرفت که طراحی و مدیریت پارک‌های شهری باید بیش از گذشته به نیازهای روانی و اجتماعی زنان توجه کند. تقویت حس امنیت، افزایش تنوع کاربری‌ها و فراهم‌سازی فضاهای

اختصاصی برای فعالیت‌های جمعی و فردی زنان، از جمله راهکارهایی است که می‌تواند بهره‌مندی مؤثرتر آنان از این فضاها را افزایش دهد. این توصیه‌ها هم‌راستا با رویکردهای طراحی حساس به جنسیت و اصول عدالت فضایی است که بر تأمین فرصت‌های برابر برای همه گروه‌های اجتماعی، از جمله زنان، در بهره‌مندی از فضاهای شهری تأکید دارند.

نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر نشان داد که دسترسی به پارک‌های شهری و بهبود زیرساخت‌های محیطی تأثیر معناداری بر سلامت روان بانوان دارد. به‌ویژه، شاخص‌های کالبدی-محیطی (مانند فضاهای سبز) و عوامل فرهنگی-اجتماعی (از جمله تعاملات اجتماعی و برنامه‌های فرهنگی) بیشترین تأثیر را بر بهبود کیفیت زندگی و کاهش اضطراب و افسردگی زنان داشته‌اند. همچنین، دسترسی مناسب به پارک‌ها و ایجاد فضاهای امن و آرامش‌بخش، موجب ارتقای وضعیت روانی زنان شده است. این یافته‌ها بر اهمیت طراحی و برنامه‌ریزی فضاهای عمومی شهری با توجه به نیازهای خاص بانوان تأکید دارد. این یافته‌ها در چهارچوب نظری تحقیق، به‌ویژه نظریه عدالت فضایی، معنا می‌یابند؛ چراکه بهره‌مندی برابر از فضاهای عمومی مستلزم طراحی فراگیر و پاسخگو به نیازهای جنسیتی است.

نتایج تحقیق همچنین نشان داد که تأثیرات شاخص‌های امنیتی و دسترسی به خدمات درمانی به‌طور چشمگیری بر سلامت روان زنان مؤثر است اما برخی مؤلفه‌ها مانند نورپردازی و حضور نیروهای امنیتی هنوز نیاز به بهبود دارند. بهبود این عوامل می‌تواند به افزایش احساس امنیت و در نتیجه بهره‌مندی بیشتر بانوان از فضاهای شهری کمک کند. این مطالعه با تمرکز بر رویکرد جنسیتی، نشان داد که بهبود فضاهای شهری، به‌ویژه طراحی مناسب پارک‌ها و فضاهای سبز، نقش مهمی در کاهش مشکلات روانی زنان ایفا می‌کند و می‌تواند به ارتقای کیفیت زندگی در محیط‌های شهری کمک کند. در مجموع، مدل مفهومی تحقیق که تلفیقی از شاخص‌های کالبدی، امنیتی و اجتماعی بود، در آزمون تجربی نیز تأیید شد و می‌تواند مبنایی برای سیاست‌گذاری شهری در راستای ارتقای سلامت روان زنان باشد. بر اساس نتایج پژوهش، برای بهبود فضاهای شهری با رویکرد ارتقای سلامت روان بانوان، پیشنهادهای زیر ارائه می‌شود:

۱. افزایش ایمنی و نورپردازی پارک‌ها: طراحی و اجرای سیستم‌های نورپردازی مناسب و حضور مؤثر نیروهای انتظامی در پارک‌ها، به‌ویژه در ساعات شب، می‌تواند موجب افزایش حس امنیت و کاهش اضطراب بانوان شود.
۲. ایجاد فضاهای مشارکتی و مشاوره‌ای ویژه بانوان: احداث مراکز مشاوره روان‌شناسی، فضاهای فرهنگی و برنامه‌های جمعی با محوریت زنان در پارک‌ها، به تقویت پیوندهای اجتماعی و ارتقای سلامت روان آنان کمک می‌کند.
۳. مشارکت زنان در طراحی شهری: فراهم‌سازی سازوکارهای مشارکت زنان در فرآیند تصمیم‌گیری و طراحی فضاهای عمومی باعث می‌شود نیازهای روانی و اجتماعی آنان به‌طور واقعی‌تری در سیاست‌های شهری بازتاب یابد.

نقاط قوت تحقیق

- استفاده از روش‌های آماری متنوع به‌منظور تحلیل دقیق روابط میان متغیرها.
- تمرکز بر نیازهای ویژه زنان و تأثیر فضاهای سبز و فرهنگی بر سلامت روان آنان.

-جامعه آماری جامع که شامل زنان با ویژگی‌های مختلف و در سنین فعال زندگی بود.
-هم‌راستایی با تحقیقات پیشین و تقویت اهمیت طراحی مناسب فضاهای شهری.

نقاط ضعف و محدودیت‌های تحقیق

-محدودیت در بررسی متغیرها: تحقیق تنها به چند متغیر خاص پرداخته است و فاکتورهای دیگری مانند ویژگی‌های اجتماعی-اقتصادی یا فردی زنان را بررسی نکرده است.
-کمبود همکاری ساکنین که منجر به محدودیت در جمع‌آوری داده‌های دقیق‌تر شد.
-محدودیت‌های مالی و منابع که باعث شد برخی تحلیل‌ها و داده‌ها محدود شوند.
-مدت‌زمان محدود مطالعه که نتایج را به‌اندازه کافی جامع نکرد.

پیشنهادهای پژوهش‌های آتی

باتوجه به نتایج این پژوهش، موارد زیر برای مطالعات آینده پیشنهاد می‌شود:

۱. مطالعه در مقیاس وسیع‌تر: پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی نمونه‌های بزرگ‌تری از مناطق مختلف شهری و اقلیم‌های متفاوت مورد بررسی قرار گیرد تا امکان تعمیم نتایج افزایش یابد و تفاوت‌های جغرافیایی و فرهنگی نیز تحلیل شوند.
۲. انجام تحقیقات طولی: برای ارزیابی اثرات بلندمدت دسترسی به فضاهای سبز و پارک‌های شهری بر سلامت روان بانوان، مطالعات طولی (Longitudinal) پیشنهاد می‌شود تا پایداری یا تغییر این اثرات در طول زمان بررسی گردد.
۳. بررسی فضاهای اختصاصی برای بانوان: مطالعه نقش طراحی فضاهای ویژه برای زنان و تأثیر آن بر احساس امنیت، رضایت روانی و میزان استفاده از فضاهای عمومی، می‌تواند زمینه‌ساز ارائه راهکارهای دقیق‌تر برای برنامه‌ریزی شهری باشد.

منابع

آذر، علی. (۱۴۰۲). نقش پارک‌ها در ارتقای شاخص‌های اجتماعی-سلامتی شهروندان با تأکید بر عوامل دافعه محیط‌های سکونتی و جاذبه فضاهای سبز؛ مطالعه موردی: پارک‌های منطقه‌ای تبریز. پژوهش‌های جغرافیای برنامه‌ریزی شهری ۱۱(۱)، ۱-۲۷.

<https://doi.org/10.22059/jurbangeo.2023.355510.1797>

آزادبخت، مریم و جهانی‌فر، مجتبی. (۱۴۰۲). ارائه مدل مفهومی برای حق به شهر زنان و تحلیل ساختار علی آن در شهر اهواز. پژوهش‌های جغرافیای برنامه‌ریزی شهری. ۱۱(۲)، ۱۷۳-۱۵۳.

<https://doi.org/10.22059/jurbangeo.2023.352562.1768>

پورمحمدی، محمدرضا؛ خضرنژاد، پخشان؛ احمدی، پولاد و جهان‌بین، رضا. (۱۳۹۴). بررسی میزان انطباق فضاهای عمومی شهری با نیازهای زنان شهر ارومیه. زن در توسعه و سیاست، ۴۰-۲۳، ۱۳(۱).

[10.22059/jwdp.2015.55204 doi:..](https://doi.org/10.22059/jwdp.2015.55204)

جوادی‌زاده، مهرداد؛ لولاکی، محمد؛ عابدپور، الهه. (۱۴۰۱). اهمیت باغ ایرانی در خلق حس سرزندگی و بهبود سلامت جسم و روان. معماری‌شناسی، ۵(۲)، ۱۵۴-۱۳۹.

<https://ensani.ir/fa/article/534238/>

حمید، نجمه و بابامیری، محمد. (۱۳۹۱). بررسی رابطه فضای سبز با سلامت روان. ارمغان دانش، ۱۷ (۴) (پیاپی ۷۰)، ۳۰۹-۳۱۶.

SID. <https://sid.ir/paper/78153/fa>.

خوارزمی، امیدعلی؛ جوهری، لیلا و خوارزمی، امیرعلی. (۱۳۹۹). ارزیابی شهر شاخص‌های دوستدار در کلان‌شهر مشهد، دوفصلنامه جغرافیای اجتماعی شهر، ۱ (۷)، ۲۱۰-۱۹۱.

[doi: 10.2103/JUSG.2020.2011](https://doi.org/10.2103/JUSG.2020.2011)

دهقان، فاطمه؛ گلکار، کورش و حکیمیان، پانته‌آ. (۱۴۰۱). نقش طراحی شهری بر سلامت روان: تبیین چهارچوب مفهومی رابطه کیفیت‌های محیط شهری و سلامت روان ساکنان شهر با تأکید بر افسردگی. معماری و شهرسازی آرمان‌شهر، ۱۵ (۳۸)، ۱۹۹-۲۱۵.

[doi: 10.22034/aud.2022.261740.2372](https://doi.org/10.22034/aud.2022.261740.2372).

رحمتی، منصور و محمدی، چنور. (۱۴۰۱). مدل‌سازی معادلات ساختاری شاخص‌های شهر دوستدار سالمند کرمانشاه. جغرافیا و آمایش شهری منطقه‌ای ۱۲ (۴۳)، ۱۴-۱۲۳.

[doi: 10.22111/gaij.2022.41249.2985](https://doi.org/10.22111/gaij.2022.41249.2985)

رضایی، امید، مظلوم خراسانی، محمد، مجدی، علی‌اکبر. (۱۳۹۴). مطالعه تأثیر احساس امنیت اجتماعی بر سلامت اجتماعی شهروندان مشهد. «مطالعات امنیت اجتماعی، زمستان ۱۳۹۴، شماره ۴۴، صفحات ۱۳۹-۱۶۲».

http://sss.jrl.police.ir/article_11981.html

رضانی مهربان، مجید. (۱۴۰۱). ارزیابی کیفیت ساختاری شبکه فضای سبز در محیط‌های شهری (مطالعه موردی: منطقه ۱۶ شهرداری تهران). پژوهش‌های جغرافیای برنامه‌ریزی شهری، ۱۰ (۱)، ۸۱-۹۹.

<https://doi.org/10.22059/jurbangeo.2022.325283.1535>

رهنما، محمدرحیم و شاد دل، لیا. (۱۴۰۱). ارزیابی ارتباط فضایی سلامت اجتماعی بانوان مشهد و فضاهای سبز شهری؛ چه عواملی بر حضور آن‌ها در فضاهای سبز شهری اثرگذار است؟ پژوهش‌های جغرافیای انسانی، ۵۴ (۱)، ۴۵-۶۵.

DOI: [10.22059/jhgr.2020.277866.1007882](https://doi.org/10.22059/jhgr.2020.277866.1007882)

شاهوران، فاطمه و اسدپور، هاجر. (۱۴۰۳). محیط‌های شهری چه نقشی بر سلامت روان شهروندان دارند؟ درس‌آموزی از مطالعات انجام‌شده در ایران. مطالعات طراحی شهر ایران، ۱۱ (۱)، ۲۵۷-۲۸۴.

DOI: [10.22099/udsi.2024.51674.1013](https://doi.org/10.22099/udsi.2024.51674.1013)

شربتیان، محمدحسن و ایمنی، نفیسه. (۱۳۹۷). تحلیل جامعه‌شناختی سلامت اجتماعی جوانان و عوامل مؤثر بر آن (مطالعه موردی: جوانان ۱۸ تا ۳۰ سال شهرستان قاین). جامعه‌شناسی کاربردی، ۲۹ (۱)، ۱۶۷-۱۸۸.

DOI: [10.22108/jas.2017.75233.0](https://doi.org/10.22108/jas.2017.75233.0)

شریعتی مزینانی، سعید و فروغ‌زاده، سیمین. (۱۳۹۶). فضاهای عمومی و امنیت زنان در شهر مشهد. پژوهش‌های راهبردی مسائل اجتماع، ۶ (۴)، ۷۱-۹۰.

[doi: 10.22108/ssoss.2018.100985.1007](https://doi.org/10.22108/ssoss.2018.100985.1007)

عبدالله‌زاده‌فرد، علیرضا و شمس‌الدینی، علی. (۱۳۹۹). نقش کیفیت محیطی محله در سلامت روحی و روانی ساکنان (مطالعه موردی: محله سنگ‌سیاه، کلان‌شهر شیراز). دانش شهرسازی، ۴ (۲)، ۹۵-۱۱۴.

DOI: [10.22124/upk.2020.14650.1307](https://doi.org/10.22124/upk.2020.14650.1307)

عظیمی المیرا؛ ستارزاده، داریوش؛ بلیلان، لیدا؛ عبدالله زاده طرف، اکبر و فرامرزی اصل، مهسا. (۱۳۹۹). ارزیابی تأثیر عوامل کالبدی-محیطی فضاهای عمومی بر سلامت روان شهروندان (مطالعه موردی: شهر اردبیل) تحقیقات کاربردی علوم جغرافیایی، ۲۰(۵۹)، ۳۷۰-۲۱۹.

[doi 10.29252/jgs.20.59.307](https://doi.org/10.29252/jgs.20.59.307)

قاسمی سیانی، محمد و فرتاش مهر، نسیم. (۱۴۰۲). بررسی نقش فضاهای عمومی در سلامت روان شهروندان (مطالعه موردی: منطقه ۲ شهرداری کرمانشاه). جغرافیا و روابط انسانی، ۲، ۶۲۸-۶۴۲.

[doi: 10.2034/gahr.2023.421120.1968](https://doi.org/10.2034/gahr.2023.421120.1968)

محمدی بیرنگ، مهدیه و آذر، علی. (۱۳۹۸). تحلیل احساس امنیت زنان در فضاهای عمومی با تأکید بر پارک‌های شهری، مطالعه موردی: تبریز. فصلنامه علمی پژوهش‌های بوم‌شناسی شهری، ۱۰(۲۰)، ۴-۲۷.

[doi: 10.30473/grup.2020.7076](https://doi.org/10.30473/grup.2020.7076)

محمودزاده، حسن و کرمی، مهری. (۱۴۰۱). تحلیل فضایی عدالت مکانی در آمایش کاربری‌های خدماتی (پارک و فضای سبز، ورزشی و تفریحی-توریستی) شهر تبریز با رویکرد چندمعیاری. جغرافیا و آمایش شهری منطقه‌ای، ۱۲(۴۳)، ۳۱-۶۴.

[doi: 10.22111/gaij.2022.37565.2888](https://doi.org/10.22111/gaij.2022.37565.2888)

مغانی رحیمی، خاطره؛ بهزادفر، مصطفی؛ جلیلی صدرآباد، سمانه. (۱۴۰۲). تحلیل رابطه شهر و سلامت روان با استفاده از تکنیک تحلیل محتوا و نرم‌افزار MAXQDA. نشریه هویت شهر، ۱۷ (شماره ۵۴)، صفحات ۳۳-۵۲.

https://ensani.ir/fa/article/download/546792?utm_source=chatgpt.com

هوشیاری، زهرا؛ ملک‌نیا، رحیم؛ نقوی، حامد و برازمند، سحر. (۱۳۹۹). بررسی توزیع مکانی و دسترسی به پارک‌های شهر خرم‌آباد با استفاده از تحلیل شبکه و بافرینگ. پژوهش‌های علوم و فناوری چوب و جنگل، ۲۷(۳)، ۳۷-۵۱.

<https://doi.org/10.22069/jwfst.2020.17755.1855>

وزارت بهداشت ایران. (۱۴۰۰). تهران: معاونت بهداشت، دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی.

<https://irhealth.behdasht.gov.ir>

ولایتی، شیوا و رضایی تبریزی، سویل. (۱۴۰۳). بررسی تأثیر مؤلفه‌های کالبدی بر ارتقای سلامت روان شهروندان در فضاهای شهری (مطالعه موردی: عینالی و ائل‌گولی شهر تبریز). جغرافیا و برنامه‌ریزی، ۲۸(۸۷)، ۳۳۷-۳۵۷.

[doi: 10.22034/gp.2023.53005.3039](https://doi.org/10.22034/gp.2023.53005.3039)

References

Blayney, J. A., Hequembourg, A., & Livingston, J. A. (2021). Rape Acknowledgment and Sexual Minority Women's Mental Health and Drinking Behaviors. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(7-8), NP3786-NP3802.

<https://doi.org/10.1177/0886260518781800>

Bratman, G. N., Anderson, C. B., Berman, M. G., Cochran, B., de Vries, S., & Flanders, J. (2019). Nature and mental health: an ecosystem service perspective. *Science Advances*, 5, eaax0903.

<https://doi.org/10.1126/sciadv.aax0903>

Chen, X., & Marzbali, M. H. (2023). Review of the Impact of Urban Parks on Public Health During the Covid-19 Pandemic. *Malaysian Journal of Sustainable Environment*, June(2023), 165-192.

<https://doi.org/10.24191/myse.v0ijune.22679>

- Dzhambov, A. M., Dimitrova, D. D., & Dimitrakova, E. D. (2023). Neighbourhood green spaces and mental health of disadvantaged groups: A systematic review and conceptual framework. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10(1), 1-15.
<https://doi.org/10.1057/s41599-023-01570-3Nature>.
- Efe Güney, Mercan, Beste Tuncay, Sıdal Tanrıverdi, Nurseli Şanlı, Hacer Akbudak, and Filiz Ay. (2022). "The Assessment of the Criteria of Social Infrastructure within the Scope of Women-Friendly City Planning Approach: The Example of Çiğli." *Iconarp International J. of Architecture and Planning* 10 (2): 800–843.
<https://doi.org/10.15320/iconarp.2022.225>.
- Evans-Lacko, S., Araya, R., Bauer, A., Garman, E., Álvarez-Iglesias, A., McDaid, D., Hessel, P., Matijasevich, A., Paula, C. S., Park, A.-L., & Lund, C. (2023). Potential mechanisms by which cash transfer programmes could improve the mental health and life chances of young people: A conceptual framework and lines of enquiry for research and policy. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 10.
<https://doi.org/10.1017/gmh.2023.4>.
- Ghasemi, I., & Bozorgmehr, K. (2024). Geographical planning of space quarterly journal Analysis of Urban Resilience Components in Four Regions of Sari City. 13(4), 61–83.
<https://doi.org/10.22067/jgusd.2022.74678>
- Hend, H. Y. (2019). Livable city: An approach to pedestrianization through tactical urbanism. *Alexandria Engineering Journal*, 58, 251–259.
<https://doi.org/10.1016/j.aej.2019.02.005>.
- Hussein, H., Ishak, S. A., & Wan Mohd Yunus, W. M. A. (2021). Neighborhood Park Visit Impacted Psychological Health in Reducing Stress. *Journal of ASIAN Behavioural Studies*, 6(18), 47–60.
<https://doi.org/10.21834/jabs.v6i18.383>.
- Iamtrakul, P., Chayphong, S., & Hayashi, Y. (2024). An integrative investigation of travel satisfaction, streetscape perception, and mental health in urban environments. *Sustainability*, 16, 3526.
<https://doi.org/10.3390/su16093526>.
- Irsheid, S. B., Keeney Parks, S., & Lindsey, M. A. (2024). (Re)assessing Clinical Spaces: How do we Critically Provide Mental Health and Disability Support and Effective Care for Black and Brown Young People who are Impacted by Structural Violence and Structural Racism? *Academic Pediatrics*, 24(7), S161–S166.
<https://doi.org/10.1016/j.acap.2023.11.004>.
- J.D., R., J.L., M., L., S., L., M., & M.M., S. (2022). Racial and ethnic disparities in pregnancy complications and the protective role of greenspace: A retrospective birth cohort study. *Science of the Total Environment*, 808, 152145.
<https://www.elsevier.com/locate/scitotenv>.
- Jiang, S. (2017). "Gender Differences in Safety Perception in Urban Green Spaces." *Journal of Urban Planning and Development*, 143(2), 102-111.
- Jones, D. E., Park, J. S., Gamby, K., Bigelow, T. M., Mersha, T. B., & Folger, A. T. (2021). Mental Health Epigenetics: A Primer With Implications for Counselors. *The Professional Counselor*, 11(1), 102–121.
<https://doi.org/10.15241/dej.11.1.102>.
- Kleinschroth, F., & Kowarik, I. (2020). COVID-19 crisis demonstrates the urgent need for urban greenspaces. *Frontiers in Ecology and the Environment*, 18(6), 318-319.
<http://dx.doi.org/10.1002/fee.2230>.
- Li, J., Zhang, J., Zhang, H., & Tian, X. (2019). The impact of social and cultural spaces on urban women's quality of life: A comparative study in Chinese cities. *Journal of Urban Planning and Development*, 145(3), 04019020.

[https://doi.org/10.1061/\(ASCE\)UP.1943-5444.0000561](https://doi.org/10.1061/(ASCE)UP.1943-5444.0000561).

McDaid, D., & Park, A.-L. (2023). Making an economic argument for investment in global mental health: The case of conflict-affected refugees and displaced people. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 10.

<https://doi.org/10.1017/gmh.2023.1>.

Milner, A., King, T. L., & Kavanagh, A. (2019). The mental health impacts of health and human service work: Longitudinal evidence about differential exposure and susceptibility using 16 waves of cohort data. *Preventive Medicine Reports*, 14(February), 100826.

<https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.100826>.

N. S., Jang, Y., Chung, S., Chiriboga, D. A., & Haley, W. E. (2024). Relationship of Living and Eating Arrangements to Mental Distress Among Older Korean Immigrants: Gender Difference in the Mediating Role of Loneliness. *Research on Aging*, 46(2), 153–166.

<https://doi.org/10.1177/01640275231206482>.

Nguyen, Q. C., Khanna, S., Dwivedi, P., Huang, D., Huang, Y., Tasdizen, T., Brunisholz, K. D., Li, F., Gorman, W., Nguyen, T. T., & Jiang, C. (2019). Using Google Street View to examine associations between built environment characteristics and U.S. health outcomes. *Preventive Medicine Reports*, 14(April), 100859.

<https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.100859>.

Park, S., & Ko, Y. (2023). "I Need Husband-Distancing": Experience of Marital Conflict during the COVID-19 Emergency in South Korea. *International Journal of Conflict and Violence*, 17, 1–13.

<https://doi.org/10.11576/ijcv-6343>.

Rigolon, A., & Christensen, J. (2023). Advancing green space equity via policy change: A scoping review and research agenda. *Landscape and Urban Planning*, 230, 104591.

<https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2023.104591> ResearchGate+1 ScienceDirect+1

World Health Organization (WHO). (2017). Depression: Let's Talk – World Health Day Campaign. Geneva: World Health Organization.

<https://www.who.int>.

Yadav, Asmita, and Rashmi Kumari. 2021. "Women and Social Sustainability: A Critical Parametric Evaluation of Urban Settings in Developing Countries." *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science* 795 (1).

<https://doi.org/10.1088/1755-1315/795/1/012003> 84.

Zheng, Y., Cheng, B., Dong, L., Zheng, T., & Wu, R. (2024). The moderating effect of social participation on the relationship between urban green space and the mental health of older adults: A case study in China. *Land*, 13, 317.

<https://doi.org/10.3390/land13030317>



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی