

## برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس؛ نمونه مطالعاتی: ناحیه ۸ منطقه ۱ شهرداری تهران

خاطره مغانی رحیمی<sup>۱</sup>، مصطفی بهزادفر<sup>۲</sup>، سمانه جلیلی صدرآباد<sup>۳\*</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد شهرسازی، گروه شهرسازی، دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه علم و صنعت ایران، تهران، ایران.

<sup>۲</sup> استاد گروه شهرسازی، دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه علم و صنعت ایران، تهران، ایران.

<sup>۳</sup> استادیار گروه شهرسازی، دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه علم و صنعت ایران، تهران، ایران.

(تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۱۲/۲۵، تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۱/۰۹/۲۱)

### چکیده

استرس شهری یکی از مهم‌ترین عوامل افزایش اختلالات روانی در شهرهاست. به همین دلیل لازم است برنامه ریزان و طراحان شهری در برنامه‌ها و طرح‌های خود استرس شهری را به‌عنوان اصلی مهم در نظر داشته و از اقداماتی که به این آشفتگی ذهنی دامن می‌زند، بپرهیزند. ساکنین شهر تهران و به‌خصوص ناحیه ۸ منطقه ۱ براساس نظر متخصصان در معرض استرس شهری بالایی قرار دارد. به همین منظور این پژوهش با هدف تدوین برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس در این ناحیه انجام شده است. روش تحقیق در این پژوهش توصیفی-تبیینی بوده و بر مبنای هدف از جمله تحقیقات کاربردی محسوب می‌شود. برای جمع‌آوری اطلاعات از روش‌های کمی-کیفی و برای تحلیل آنها از روش تحلیل عاملی استفاده شده است. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که عوامل استرس ناشی از نظام دسترسی، وضعیت اجتماعی و اقتصادی ضعیف، امنیت پایین، عدم انسجام و حمایت اجتماعی، تمایز و انزوای اجتماعی، تاب‌آور نبودن محیط شهری، عدم سرزندگی محیط، احساسات منفی ساکنان، تبعیض و جابه‌جایی اجتماعی، استرس ناشی از تراکم، احساس هویت‌مندی و تعلق پایین مهم‌ترین عوامل استرس‌زا محدوده مورد مطالعه می‌باشند. در نتیجه برنامه‌ریزی شهری با در نظر گرفتن این عوامل به‌عنوان اهداف خرد می‌تواند استرس شهری را در محدوده مورد مطالعه تا حد بسیاری کاهش دهد.

### واژه‌های کلیدی

برنامه‌ریزی شهری، استرس شهری، تحلیل عاملی، ناحیه ۸ منطقه ۱ شهرداری تهران.

\* مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نگارنده اول با عنوان «برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس (نمونه مطالعاتی: ناحیه ۸، منطقه ۱ شهرداری تهران)» می‌باشد که با راهنمایی نگارنده دوم و مشاوره نگارنده سوم در دانشگاه علم و صنعت ایران ارائه شده است.

\*\* نویسنده مسئول: تلفن: ۰۹۱۹۰۸۳۱۵۸۷، نمابر: ۰۲۱-۷۳۲۲۸۲۹۷، E-mail: s\_jalili@just.ac.ir

## مقدمه

شهرها با نرخ‌های فوق‌العاده‌ای به‌ویژه در مناطق شمال شرقی آفریقا و جنوب غربی آسیا در حال گسترش هستند (Evans et al., 2020b, 1). در سال ۲۰۰۷، جمعیت شهری جهان برای اولین بار در تاریخ از ۵۰ درصد پیشی گرفت و این نسبت همواره در حال رشد است (Chinomso, 2014, 4). با توجه به پیش‌بینی‌های انجام‌شده در سال ۲۰۵۰ حدود ۷۰ درصد جمعیت جهان در شهرها زندگی خواهند کرد (Adli & Schondorf, 2020, 2) و حدود ۹۰ درصد این رشد در آفریقا و آسیا اتفاق خواهد افتاد (Kirkbride et al., 2018, 2). نسبت شهرنشینی در ایران نیز از ۳۱/۴ درصد در سال ۱۳۳۵ به ۷۴ درصد در سال ۱۳۹۵ و تعداد شهرهای کشور نیز از ۲۰۱ شهر در سال ۱۳۳۵ به ۱۳۳۱ شهر در سال ۱۳۹۰ رسیده است (مرکز آمار ایران، ۱۳۹۵). با وجود اینکه زیرساخت‌ها، شرایط اقتصادی اجتماعی، تغذیه و خدمات مراقبت‌های بهداشتی در شهرها بهتر از مناطق روستایی است اما زندگی در یک محیط شهری از دیرباز به‌عنوان یک عامل خطر برای بیماری‌های روانی شناخته شده است (Adli, 2011, 2). تأثیر شهرنشینی بر سلامت روان بسیار قابل توجه بوده و با توجه به پیش‌بینی افزایش جمعیت شهری به احتمال زیاد در طول چند دهه آینده افزایش خواهد یافت (Evans et al., 2020b, 5). سلامت روان با توجه به نقش آن به‌عنوان یک جزء ضروری از سلامت عمومی موضوع بسیار مهمی است (Lloyd et al., 2005, 697) و تأثیرات عمیقی بر افراد، جوامع، و اقتصاد دارد (Lloyd et al., 2005, 704) و ارتقا آن برای بالابردن کیفیت زندگی و تاب‌آوری جامعه ضروری است (World Health Organization, 2013). بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی اختلالات سلامت روان در سال ۲۰۲۰ به یکی از تهدیدهای بزرگ برای سلامت انسان مبدل شده است (Larcombe et al., 2019, 3). از هر پنج بزرگسال در جهان یک نفر از یک اختلال روانی رنج می‌برد (Helbich, 2018, 129) و ۱۳٪ از بیماری‌های جهانی منشأ روانی دارند (Joshua et al., 2019, 3). با توجه به پیمایش ملی سلامت روان کشور ۲۳/۶ درصد افرادی که مورد بررسی قرار گرفته‌اند، نیازمند مداخلات روان‌شناختی هستند و ۱۴/۶ درصد افراد از اختلالات اضطرابی رنج می‌برند و از هر ۴ ایرانی یک نفر مشکوک به اختلالات روانپزشکی است (پیمایش ملی سلامت روان،

۱۳۹۹). همچنین طبق مطالعه‌ای که در سال ۹۰ توسط شهرداری تهران انجام شده است ۳۴ درصد از شهروندان تهرانی از اختلالات روانی رنج می‌برند (گزارش شهرداری تهران، ۱۳۹۰). قرار گرفتن در معرض استرس بالا و آسیب‌های ناشی از آن مهم‌ترین عامل افزایش خطر اختلالات روانی است (Streit et al., 2014, 352). در واقع استرس زندگی شهری مدرن می‌تواند زمینه‌ای برای پرورش روان‌پریشی و اختلالات روانی باشد (Kennedy & Adolphs, 2011, 452; Wandersman & Na-tion, 1998, 651). استرس شهری علاوه بر اینکه از عوامل مهم ایجاد بیماری‌های جسمی و روانی است، میزان ناهنجاری‌های اخلاقی در شهر را نیز افزایش داده و موجب کاهش امنیت شهروندان می‌شود. علاوه بر این استرس به دلیل تحمیل هزینه‌های درمانی بالا به شهروندان موجب از دست رفتن سرمایه‌های انسانی در شهر نیز می‌شود. به همین دلیل لازم است برنامه ریزان و طراحان شهری در برنامه‌ها و طرح‌های خود آزمون روانی شهروندان را به‌عنوان اصلی مهم در نظر گرفته و از اقداماتی که به این آشفتگی ذهنی دامن می‌زند، بپرهیزند. اما با وجود اینکه در قرن اخیر مطالعات بسیاری به بررسی رابطه شهرنشینی و استرس و راه‌کارهای مؤثر بر آن با رویکردهای متفاوت پرداخته‌اند، تاکنون هیچ مطالعه‌ای در راستای برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس به‌صورتی که همه شاخص‌های مؤثر بر استرس شهری را در نظر بگیرد و آن را در یک محیط شهری بررسی کند و بر اساس نتایج آن برنامه‌ریزی راهبردی مؤثر بر موضوع را ارائه دهد وجود ندارد. همچنین بر اساس گزارش موسسه زیپجت تهران ششمین شهر پراسترس جهان است (Maureen, 2017). به همین دلیل انجام مطالعات تجربی در این حوزه و تدوین برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس در این شهر بسیار مهم است. اما به دلیل وسعت بالای آن انجام چنین پژوهشی نیازمند صرف وقت و هزینه بسیار می‌باشد. به همین منظور در این پژوهش پس از مشخص شدن شاخص‌های عام، با استفاده از تکنیک دلفی ناحیه ۸ منطقه ۱ شهرداری تهران به‌عنوان نمونه مورد مطالعه انتخاب شده است. در واقع این پژوهش به دنبال پاسخ به سؤال زیر می‌باشد. برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس در ناحیه ۸ منطقه یک شهرداری تهران چگونه است؟

این‌گونه تعریف کرد: استرس یک آلاینده اجتماعی، حالت احساسی ناخوشایند و واکنش فیزیولوژیکی و روانی غیر مشخص به تهدیدات و عوامل استرس‌زا (محرک محیطی، اجتماعی و رفتاری) واقعی و غیرواقعی، درک شده برای یکپارچگی جسمی، روانی یا اجتماعی و مکانیسمی است که ما را برای هرگونه واکنش (پاسخ بیوشیمیایی، فیزیولوژیکی و رفتاری) آماده می‌کند، و همچنین باعث تکامل ما و سازگاری بیشتر با محیط می‌شود. علت و اثر آن همواره مشخص نیست می‌تواند حاد (به‌طور ناگهانی از طریق یک تهدید غیرقابل پیش‌بینی ظهور کند)، یا مزمن (ناشی از قرار گرفتن در معرض تهدیدات مکرر) باشد. اگرچه به‌صورت کلی مضر نیست؛ اما قرار گرفتن در معرض استرس مزمن سلامت جسمی، ذهنی، عاطفی، معنوی، و اجتماعی ما را به خطر می‌اندازد و به‌عنوان تهدیدی حاد برای هموستاسیس<sup>۲</sup> یک ارگانسیم می‌باشد، که به بهزیستی جسمی و روانی کمک می‌کند. در

## پیشینه پژوهش

اصطلاح «استرس» به‌صورت علمی برای اولین بار توسط هانس سلی «پدر استرس» معرفی شد (Fink, 2010, 549). در ابتدا برای توضیح افزایش زخم‌ها و اختلالات معده استفاده می‌شد (Jackson, 2015, 1) اما از سال ۱۹۰۳ با آثار علمی گئورگ زیمل جامعه‌شناس آلمانی با مفهوم امروزی آن مطرح شد (Okkels et al., 2017, 13). با جمع‌بندی تعاریف ارائه‌شده از آن در (Kyriakou & Resch, 2019, 1; Manning, 2018, 13; Lazarus, 1977, 90; Lazarus and Folkman, 1984, 36; Burton, 1990, 82; Evans & Cohen, 1987, 572; Benoit et al., 2016, 2; Larcombe et al., 2019, 3; Baum et al., 1981, 4; Elsamahy & Abd EL-Fattah, 2018, 121; Elsamahy & Abd EL-Fattah, 2018, 122; Quinn et al., 2010, 689). می‌توان استرس

واقع سیستم عصبی با افزایش ضربان قلب و آزاد کردن هورمون‌های آدرنالین و کورتیزول به بدن هشدار داده و بدن به سرعت به حداکثر توان خود تبدیل می‌شود. این فرایند خودکار به واکنش «مبارزه یا پرواز» یا «پاسخ استرس» معروف است. استرس به دلایل داخلی و خارجی رخ می‌دهد (Elsamahy & Abd EL-Fattah, 2018, 12) و یکی از عوامل اصلی که بر سلامت روانی انسان تأثیر می‌گذارد، برخورد با محیط طبیعی و ساخته‌شده اطراف است (Baumann et al., 2019, 1). رفتار انسان تابعی از فرد، محیط و تعامل بین این دو است و اگر محیط چندان قابل قبول نباشد آنگاه فرد به شیوه‌ای نامطلوب شروع به رفتار می‌کند که به‌صورت استرس منعکس می‌شود (Rishi & Khuntia, 2012, 1). نظریه گشتالت به‌عنوان مفصلی برای ایجاد رابطه بین کالبد و استرس (غفاریان شعاعی، ۱۳۹۳)، از نقاط ابتدایی روانشناسی محیط می‌باشد که استرس محیطی را به‌عنوان موضوع مهمی در نظر دارد (شهردوست، ۱۴۰۰). البته نظریات مختلفی سعی کرده‌اند چگونگی ادراک انسان از محیط را تشریح کنند، مانند: مکتب روانشناسی گشتالت (تأکید بر الگوهای ادراکی و هم‌ریختی بین شکل‌ها و تجربیات ادراک محیطی)، دیدگاه روانشناسی سازش‌مند یا تبدالی (تأکید بر تجربه انسان از محیط و ارتباط متقابل انسان و پیرامونش) و مکتب روانشناس بوم‌شناختی (تأکید بر محیط و بوم به‌عنوان پایه و اساس داده‌ها) (مطلبی، ۱۳۸۰، ۵۶). اما برای مدیریت استرس محیطی باید یک رویکرد بین‌رشته‌ای که شامل علوم زیستی، اجتماعی و دیگر علوم می‌باشد را توسعه داد (Rishi & Khuntia, 2012, 2). استرس شهری یک چالش بهداشت روانی است که جوامع شهرنشین و در حال شهرنشین شدن با آن مواجه هستند (Pykett et al., 2020a, 1). با وجود استفاده مکرر از این اصطلاح در مقالات علمی و رسانه‌ها، ماهیت دقیق آن همچنان ضعیف تعریف شده است. در واقع این مفهوم تا به حال نه به‌وضوح تعریف شده و نه به‌خوبی مورد مطالعه قرار گرفته است و به نظر می‌رسد درک بهتر از ماهیت آن عنصری حیاتی برای پیشرفت در این حوزه تحقیقاتی است (Abrahamyan Empson et al., 2019, 4, 6). به همین منظور با توجه به تعاریف ارائه‌شده توسط ریشی و خانتیا<sup>۲</sup> در سال ۲۰۱۲، کای ریاکو وریسچ<sup>۴</sup> در سال ۲۰۱۹، الساماهی و عبدالفتاح<sup>۵</sup> در سال ۲۰۱۸، میلر و فیلیپس<sup>۶</sup> در سال ۲۰۰۵، ونتریگلیو<sup>۷</sup> در سال ۲۰۲۰ و ابراهامیان امپسون و همکارانش<sup>۸</sup> در سال ۲۰۱۹، به نظر می‌رسد استرس شهری در واقع استرس تجمعی ناشی از تجربه زندگی در شرایط نامطلوب محیط شهری و یک اصطلاح کلی مربوط به ارتباط میان بستر شهری و تأثیر بر وضعیت روانی انسان و واکنشی به برخی تهدیدهای درک شده توسط وقایعی نامطلوب شهری مانند آلودگی، جمعیت بالا، دمای شدید، سروصدا، چشم‌انداز تخریب‌شده، تجمع بیش از حد زباله‌های جامد، اتلاف وقت در رفت‌وآمد و... می‌باشد که هنگامی که این شرایط نامطلوب فراتر از سطح تحمل انسان شهرنشین باشد ایجاد می‌شود.

در قرن اخیر روان‌مطالعات بسیاری بر فراوانی بیماری‌های روانی و استرس در ساکنان مناطق شهری تأکید داشته‌اند (Ellett et al., 2008, 77). با توجه به اهمیت این مبحث در شهرها، زمینه‌های نوروار کیتکچر<sup>۹</sup>، نوروربان‌نیسم<sup>۱۰</sup> و تحقیقات روان‌فیزیولوژیک مرتبط با آن برای بررسی رابطه مغز انسان، تراکم شهری، مناظر شهری، و اشکال معماری به وجود آمده است (Pykett et al., 2020b, 2). نوروربان‌نیسم یک استراتژی

### روش پژوهش

روش تحقیق در این پژوهش توصیفی-تبیینی بوده و بر مبنای هدف از تحقیقات کاربردی محسوب می‌شود. برای جمع‌آوری اطلاعات از روش‌های کمی و کیفی مانند مصاحبه، پرسشنامه، مشاهده و مطالعات

در حوزه پژوهش‌های کاربردی قرار داده است، بر اساس شاخص‌های عام به استخراج شاخص‌های خاص قابل کاربست در نمونه مورد مطالعه براساس همپوشانی، میزان تکرارپذیری، قابلیت سنجش، دسترسی به اطلاعات و تناسب با نمونه مورد مطالعه پرداخته شده و از ۱۲۵ شاخص عام ۴۵ شاخص خاص استخراج شد. گام چهارم: سپس به بررسی سنجه‌ها، نوع داده، ماهیت داده، جهت تأثیر، مقیاس و شیوه گردآوری داده‌ها پرداخته شده است که در جدول (۱) به تشریح این گام پرداخته شده است. گام پنجم: در این گام با توجه به جمعیت محدوده (۵۹۴۲۹) و فرمول کوکران با سطح اطمینان ۹۵ درصد، خطا ۰/۰۵ درصد و میزان متغیر نرمال ۱/۹۶ حداقل تعداد پرسشنامه ۳۸۱

کتابخانه‌ای و برای تحلیل آنها از روش تحلیل عاملی استفاده شده است. گام اول: در این گام با استفاده از مطالعات کتابخانه‌ای شاخص‌های عام شناسایی شد. با توجه به اینکه مطالعات پیشین این حوزه هریک بخشی از شاخص‌های مؤثر بر آن را مطرح کرده‌اند، در این بخش پس از جستجوی پژوهش‌های مرتبط حذف موارد نامرتبط ۴۲ پژوهش در بازه زمانی ۱۹۷۷ تا ۲۰۲۱ و ۶ طرح سلامت شهری شناسایی شد. نتیجه نهایی این بخش شناسایی ۱۲۷ شاخص عام می‌باشد. گام دوم: سپس با در نظر گرفتن این شاخص‌ها و تکنیک دلفی نمونه مورد مطالعه انتخاب شده است. که در بخش بعد جزئی‌تر به این گام پرداخته شده است. گام سوم: پس از این مراحل با توجه به ماهیت پژوهش که آن را

جدول ۱- معرفی سنجه‌های مربوط به شاخص‌ها و ویژگی‌های آنها.

ابعاد	شاخص و جهت تأثیر آن بر استرس	ماخذ	سنجه	روش گردآوری داده	شیوه گردآوری داده	منبع گردآوری داده‌ها و توضیحات
قابلیت کاربردی	اختلاط کاربردی (-)	Vojnovic et al. (2019) Miles et al. (2012)	میزان شاخص آنتروپی	کمی	محاسبات نگارندگان	محاسبه ضریب آنتروپی با استفاده از اطلاعات شهرداری (نقشه کاربری اراضی) دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
	دسترسی به منابع و خدمات (-)	Litman (2021) Adli & schondorf (2020) D'Acci et al. (2020) Vargas et al. (2020) Baumann et al. (2019) Vojnovic et al. (2019) Knöll et al. (2014) Rishi & Khuntia (2012)	فرارگیری در شعاع دسترسی فضای سبز فرارگیری در شعاع دسترسی کاربری ورزشی فرارگیری در شعاع دسترسی کاربری مذهبی فرارگیری در شعاع دسترسی آموزشی فرارگیری در شعاع دسترسی فرهنگی فرارگیری در شعاع دسترسی بهداشتی درمانی فرارگیری در شعاع عملکردی خدمات بهداشت روان سراهنای فضای سبز سراهنای کاربری ورزشی سراهنای کاربری آموزشی	کمی کمی کمی کمی کمی کمی کمی کمی کمی کمی	تحلیل مکانی	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری (نقشه کاربری اراضی) دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
قابلیت کاربردی	وضعیت فضاهای باز و همگانی (-)	D'Acci et al. (2020) Vojnovic et al. (2019) Li & Liu (2018) Knöll et al. (2017)	درصد مساحت فضاهای باز شهری وضعیت میلمان شهری در خیابان‌ها و فضاهای باز وضعیت امکانات معلولان و نابینایان در بافت فرارگیری در شعاع پیاده‌روی فضاهای باز و همگانی	کمی کمی کمی کمی	برداشت میدانی تحلیل مکانی	برداشت میدانی تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
	عدالت در شهر (-)	Litman (2021) Ventriglio (2020) Vargas et al. (2020) Xie (2019) Lin et al. (2011)	میزان احساس انصاف در تقسیم منابع توسط مردم میزان احساس تأمین امکانات برای همه توسط مردم میزان احساس تأمین دسترسی کافی به خدمات توسط مردم میزان احساس تأمین منصفانه اشتغال و مسکن	کیفی کیفی کیفی کیفی	پرسشنامه پرسشنامه پرسشنامه پرسشنامه	در این پژوهش با توجه به اینکه برداشت افراد از نبود عدالت شهری موجب استرس می‌شود میزان این شاخص به صورت ذهنی و با توجه به نظر ساکنان سنجیده می‌شود. سنجه‌های این بخش از این منبع استخراج شده است (سعدی، ۱۳۸۷: ۵۴).
قابلیت کاربردی	تراکم ساختمانی (+)	Vojnovic et al. (2019) Gruebner et al. (2017) Cappon (1977)	میانگین درصد تراکم ساختمانی	کمی	اسنادی	اسنادی
	میزان فرسودگی بافت (+)	Meloni et al. (2019) Rishi & Khuntia (2012)	درصد بافت فرسوده	کمی	اسنادی	اسنادی
قابلیت کاربردی	تنوع فضایی در محیط (-)	Pykett et al. (2020b) Ararat City Municipal Public Health and Wellbeing Plan 2013-2017 (2013) Public Health and Wellbeing Plan 2017-2021 (2017) Victorian Public Health and Wellbeing Plan (2011)	تنوع در گونه‌های مسکونی تنوع نماها و چیدارهای شهری	کمی کمی	برداشت میدانی	برداشت میدانی
	طراحی شهری استرس‌زا (+)	Baumann et al. (2019) Interdisciplinary Forum Neurourbanism (2019) Vojnovic et al. (2019)	میزان استرس‌زایی نماها و چیدار شهری مساحت بلوک‌های ساختمانی درصد بناهای با سبک مدرن	کیفی کمی کمی	پرسشنامه اسنادی برداشت میدانی	محاسبه ضریب آنتروپی با استفاده از اطلاعات شهرداری (نقشه کاربری اراضی) دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰ جدول مشخصات اطلاعات (GIS) شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰ برداشت میدانی
قابلیت کاربردی	کیفیت معیار (-)	Litman (2021) Ventriglio (2020) Pykett et al. (2020b) Meloni et al. (2019) Abrahamyan Empson et al. (2019) Vojnovic et al. (2019) Knöll et al. (2017)	درصد معیار زیر ۶ متر (شاخص نفوذپذیری) میزان ترافیک در معیار بافت میزان کیفیت ظاهری معیار	کمی کمی کمی	محاسبات نگارندگان اسنادی برداشت میدانی	محاسبه درصد با توجه به جدول مشخصات اطلاعات (GIS) شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰ به منظور سنجش میزان شلوغی معیار بافت با استفاده از ایلدیکشن نقشه باب و مسیرباز بافت در سه روز شنبه، سه‌شنبه و پنجشنبه ساعت اوج ترافیک ۸ صبح و ۱۶ بعدازظهر میزان ترافیک محدوده مورد مطالعه بررسی شده و سپس وضعیت کلی ترافیک در معیار هر بلوک بررسی شده است. برداشت میدانی
	وضعیت حمل‌ونقل عمومی (-)	Litman (2021) Ventriglio (2020) Baumann et al. (2019) Interdisciplinary Forum Neurourbanism (2019) Knöll et al. (2017)	فرارگیری در شعاع پیاده‌روی ایستگاه مترو فرارگیری در شعاع پیاده‌روی ایستگاه اتوبوس کیفیت ایستگاه‌ها میزان انتظار برای وسایل نقلیه عمومی تعداد ایستگاه‌ها و از آن‌ها‌های مرتبط میزان راحتی در تحرک به مرکز شهر	کمی کمی کمی کمی کمی	تحلیل مکانی برداشت میدانی اسنادی پرسشنامه	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰ برداشت میدانی اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰ پرسشنامه
قابلیت کاربردی	امکانات پیاده‌روی (-)	Litman (2021) Vojnovic et al. (2019)	وجود پیاده‌روی مجزا کیفیت مسیر پیاده وجود میلمان مناسب در پیاده‌روها	کمی کمی کمی	برداشت میدانی	برداشت میدانی

ابعاد	شاخص و جهت تأثیر آن بر استرس	ماخذ	سنججه	نوع داده	روش سنجش	شیوه گردآوری داده	منبع گردآوری داده‌ها و توضیحات	
محیطی	آلودگی‌های محیطی (+)	Litman (2021)	میزان آلودگی هوا	کمی	عینی	-	پهنبندی آلودگی هوا (بهار و همکاران، ۱۳۹۴)	
		Ventriglio (2020)	میزان آلودگی صوتی	کمی	عینی	-	برداشت میدانی	
		Pykett et al. (2020b)	میزان آلودگی نوری	کمی	عینی	-	(باشگاه خبری سراپا، ۱۳۹۹)	
		Adli & schondorf (2020)	میزان آلودگی و فرجه‌موج در ظاهر محیط	کمی	عینی	-	برداشت میدانی	
		Meloni et al. (2019)	میزان مواجهه با آسهای آلوده	کمی	عینی	-	برداشت میدانی	
	ایمنی (-)	Baumann et al. (2019)	میزان تحرک عصبی ناشی از آلودگی محیط	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
		Abrahamyan Empson et al. (2019)	فرارگری در شاع عملکردی آتش‌نشانی	کمی	عینی	+	اسنادی	
		Vojnovic et al. (2019)	فاصله از کاربری‌های خطرناک	کمی	عینی	+	اسنادی	
		Peen et al. (2010)	وضعیت جداسازی سواره و پیاده	کمی	عینی	+	برداشت میدانی	
		Manning (2018)	وضعیت کف سازی پیاده‌روها	کمی	عینی	+	برداشت میدانی	
	اجتماعی	میزان تاب آوری (-)	Vargas et al. (2020)	فرارگری در فاصله پیاده‌روی فضاهای باز	کمی	عینی	+	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
			Knox Mental Health Action Plan 2021-2025 (2021)	درصد فضای باز	کمی	عینی	+	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
			Casey Municipal Public Health and Wellbeing Plan 2017-2021 (2017)	درصد معابر زیر ۶ متر (شاخص نفوذپذیری)	کمی	عینی	+	محاسبه درصد معابر زیر ۶ متر با توجه به جدول مشخصات اطلاعات (GIS) شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
			Northern grampians Municipal Public Health and Wellbeing Plan 2017-2021 (2017)	وضعیت استحکام بناها	کمی	عینی	+	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
			Victorian Public Health and Wellbeing Plan (2011)	تنوع فضایی (حاصل از تنوع ساکن، ناهای و جداره‌های شهری، تریب آنتروپی)	کمی	عینی	+	برداشت میدانی و محاسبه تریب آنتروپی با استفاده از اطلاعات شهرداری (نقشه کاربری اراضی) دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
سرمايه اجتماعي (-)		Wellbeing Plan 2017-2021 (2017)	درصد شاغلین هر بلوک	کمی	عینی	+	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار	
		Northern grampians Municipal Public Health and Wellbeing Plan 2017-2021 (2017)	وضعیت درآمد ساکنان	کمی	عینی	+	وضعیت درآمد نواحی تهران (بانگاه خبری تحلیلی فراوو، ۱۳۹۷)	
		Victorian Public Health and Wellbeing Plan (2011)	میزان تنوع اجتماع ساکن در بافت از نظر اقتصادی و اجتماعی	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه (سنجه‌ها در بخش اجتماعی ذکر شده)	
		Peen et al. (2010)	میزان مواجهه با جرم و جنایت	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه (سنجه‌ها در بخش اجتماعی ذکر شده)	
		Ventriglio (2020)	میزان تلقی شدن تعاملات، مشارکت و روابط به‌عنوان سرمایه	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه (سنجه‌ها در بخش اجتماعی ذکر شده)	
		Baumann et al. (2019)	تحلیل مکانی (فاصله از کاربری‌های خطرناک و فاصله از آتش‌نشانی برای سنجش ایمنی) و برای سنجش آسیب‌پذیری در برابر خطرات طبیعی جمع‌بندی میزان آسیب‌پذیری محدوده مورد مطالعه در برابر زلزله (هاشمی و همکاران، ۱۳۸۹: ۳۱) و میزان آسیب‌پذیری محدوده مورد مطالعه در برابر سیل (قهرودی تالی و درفشی، ۱۳۹۴: ۱۱)	کمی	عینی	+	تحلیل مکانی	
		Abrahamyan Empson et al. (2019)	وضعیت ایمنی بلوک (از طریق سنجه‌های ارائه‌شده)	کمی	عینی	+	اسنادی	
		Selten (2005)	وضعیت آسیب‌پذیری در برابر خطرات طبیعی	کمی	عینی	+	اسنادی	
		Abrahamyan Empson et al. (2019)	میزان کنترل و پیش‌بینی محیط	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	
		Abrahamyan Empson et al. (2019)	میزان تلقی شدن تعاملات، مشارکت و روابط به‌عنوان سرمایه	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	
اجتماعی	حمایت اجتماعی (-)	Ventriglio (2020)	میزان حمایت جامعه از یکدیگر	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	
		Baumann et al. (2019)	میزان ارتباطات اجتماعی	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	
		Abrahamyan Empson et al. (2019)	میزان ارتباطات اجتماعی	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	
	شکست اجتماعی (+)	Ventriglio (2020)	احساس از دست دادن جایگاه اجتماعی و با ترس از آن	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
		Baumann et al. (2019)	میزان احساس مسئولیت متقابل بین افراد	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	
		Lisa & Ash (2019)	احساس لگداز شدن هویت	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
	تفکيک اجتماعي (+)	General et al. (2019)	احساس شکاف در جامعه (تقسیم به گروه‌های متفاوت)	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
		Lederbogen et al. (2013)	احساس شکاف در جامعه (تقسیم به گروه‌های متفاوت)	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
		Ventriglio (2020)	احساس شکاف در جامعه (تقسیم به گروه‌های متفاوت)	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
	انزوای اجتماعي (+)	Ventriglio (2020)	امتناع از برقراری تعاملات اجتماعی با جامعه	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
		Pykett et al. (2020b)	احساس متمایز بودن از دیگران	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
		Adli & schondorf (2020)	احساس درمادگی از ادامه زندگی در محله و سعی در ترک آن	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	
	محروریت اجتماعي (+)	Ventriglio (2020)	درصد ساکنین بیکار	کمی	عینی	-	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار	
		Pykett et al. (2020b)	فرارگری در شاع دسترسی به کاربری آموزشی	کمی	عینی	-	اطلاعات شهرداری	
		Adli & schondorf (2020)	وضعیت مالکیت مسکن مناسب	کمی	عینی	-	محاسبات نگارندگان با توجه به اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار	
تبعيض اجتماعي (+)	Vargas et al. (2020)	فرارگری در شاع دسترسی به فضاهای عمومی و خصوصی مناسب	کمی	عینی	-	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰		
	Baumann et al. (2019)	احساس تفش شدن حقوق فرد در جامعه	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه		
	Xie (2019)	احساس شکاف در جامعه (تقسیم به گروه‌های متفاوت)	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه		
مهاجرت (+)	Ventriglio (2020)	درصد مهاجرین بافت	کمی	عینی	-	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار		
	Baumann et al. (2019)	درصد مهاجرین بافت	کمی	عینی	-	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار		
	Abrahamyan Empson et al. (2019)	درصد مهاجرین بافت	کمی	عینی	-	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار		

ابعاد	شاخص و جهت تأثیر آن بر استرس	ماخذ	سنججه	نوع داده	روش تحلیل	شیوه گردآوری داده	منبع گردآوری داده‌ها و توضیحات
	مهاجرت (+)	Ventriglio (2020) Baumann et al. (2019) Abrahamyan Empson et al. (2019) Xie (2019)	درصد مهاجرین بافت	کمی	عینی	-	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
	تنوع اجتماعی (-)	Interdisciplinary Forum Neurourbanism (2019) Casey Municipal Public Health and Wellbeing Plan 2017-2021 (2017)	میزان تنوع اجتماع ساکن در بافت از نظر اقتصادی و اجتماعی	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه
	میزان تراکم جمعیتی (+)	Ventriglio (2020) Pykett et al. (2020b) D'Acci et al. (2020) Vargas et al. (2020) Meloni et al. (2019) Baumann et al. (2019)	میزان تراکم جمعیتی	کمی	عینی	+	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
سرزندگی <sup>۱۶</sup> (-)	D'Acci et al. (2020) Knöll et al. (2014) Knöll et al. (2014)	میزان خوانا بودن محیط	کمی	عینی	+	پرداشت میدانی	پرداشت میدانی
		میزان اختلاط کاربری و فرم	کمی	عینی	+	محاسبات نگارندگان	پرداشت میدانی و محاسبه ضریب آنتروپی با استفاده از اطلاعات شهرداری (نقشه کاربری اراضی) دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
		درصد ساختمان‌های انعطاف‌پذیر	کمی	عینی	+	پرداشت میدانی	پرداشت میدانی
		میزان تمایز بصری از سایر بلوک‌ها (شخصیت بصری) و درصد معابر زیر ۶ متر (نفوذپذیری)	کمی	عینی	+	محاسبات نگارندگان	محاسبات نگارندگان با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
امنیت (-)	Litman (2021) Ventriglio (2020) Pykett et al. (2020b) Vargas et al. (2020) Vojnovic et al. (2019) Evans et al. (2018) Beil & Hanes (2013) Caracci & Enrique Mezzich (2001) Stansfeld et al. (2000)	وضعیت ایمنی (سنجش‌ها ارائه در بخش ایمنی)	کمی	عینی	+	اسنادی و میدانی	تحلیل مکانی فاصله از کاربری‌های خطرناک و فاصله از آتش‌نشانی برای سنجش ایمنی
		احساس امنیت در بافت	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
		تعداد فضاهای بدون دید	کمی	عینی	-	پرداشت میدانی	پرداشت میدانی
		میزان برخورد با غریبه‌ها در محله	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
		احساس داشتن حریم خصوصی	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
		میزان مواجهه با خشونت	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
		میزان مواجهه با جرم و جنایت	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
		میزان روشنایی خیابان‌ها و فضای شهر در شب	کمی	عینی	+	اسنادی	با توجه به اینکه موقعیت تیرهای چراغ برق در داده‌های موجود مربوط به سال ۱۳۷۵ می‌باشد، در این بخش از تصویر هوایی ارائه‌شده از شهر تهران توسط ناسا در سال ۲۰۱۷ (باشگاه خبری صراط، ۱۳۹۹) استفاده شده است. در واقع سعی شده است با استفاده از این تصویر و تغییر ساختار رنگی آن میزان روشنایی خیابان‌ها و فضاهای باز محدوده مورد مطالعه بررسی شود.
		میزان مواجهه با مصرف یا خریدوفروش مواد مخدر در بافت	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
		میزان سوءمصرف مواد مخدر	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
سطح مشارکت ساکنان (-)	Interdisciplinary Forum Neurourbanism (2019) Li & Rose (2017) Moreland municipal public health and wellbeing plan 2017-2021 (2017) March et al. (2008)	میزان مشارکت در تصمیم‌گیری‌ها و برنامه‌های محلی	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
		درصد بیگاران میزان درآمد	کمی	عینی	-	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار وضعیت درآمد نواحی تهران (بایگاه خبری تحلیلی فرارو، ۱۳۹۷).
اقتصادی	Ventriglio (2020) Adli & schondorf (2020) Vargas et al. (2020) Baumann et al. (2019) Xie (2019)	احساس فقر و کمبود مالی	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
		فرارگیری در شمع بیادرونی نهادها و مکان‌های فرهنگی	کمی	عینی	+	تحلیل مکانی	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
فرهنگی	Interdisciplinary Forum Neurourbanism (2019) Vargas et al. (2020) Mubi Brighenti & Pavoni (2017) Evans et al. (2003)	میزان استفاده از نهادها و مکان‌های فرهنگی	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
		احساس تنگ استفاده از خدمات بهداشت روان	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
		میزان شناخته شدن فرد با محله	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
		میزان متمایز بودن محله از سایر محله‌ها	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
		میزان احساس تعلق به مکان سکونت	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
اقولیت قومی بودن (+)	Ventriglio (2020) Adli & schondorf (2020) Vargas et al. (2020) Baumann et al. (2019) Abrahamyan Empson et al. (2019)	میزان تطابق لهجه و یا زبان با سایر ساکنان	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
		تراکم نفر در واحد مسکونی	کمی	عینی	-	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
کیفیت و کمیت واحد مسکونی (-)	Pykett et al. (2020b) Adli & schondorf (2020) Xie (2019) Vojnovic et al. (2019) Lisa & Ash (2019)	درصد بنای مقاوم	کمی	عینی	+	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
		درصد واحد مسکونی غیر آپارتمانی	کمی	عینی	+	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
		میانگین مساحت واحد مسکونی	کمی	عینی	+	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
		میانگین تعداد طبقات	کمی	عینی	+	محاسبات نگارندگان	محاسبات نگارندگان با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
ثبات مسکونی (-)	Xie (2019) Hill & Maimon (2013) Seth et al. (2012) Yang & Matthews (2012) Burton (1990)	تمایل به سکونت دائم در محدوده	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
		مواجهه با افراد بی‌خانمان	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
بی‌خانمانی (+)	Litman (2021) Caracci & Enrique Mezzich (2001)	میزان مواجهه با افراد بی‌خانمان	کیفی	ذهنی	-	پرسشنامه	پرسشنامه
		فرارگیری واحد مسکونی در مجاورت معابر بزرگ	کمی	عینی	-	اسنادی	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰

ابعاد	شاخص و جهت تأثیر آن بر استرس	ماخذ	سنججه	نوع داده	منبع داده	شیوه گردآوری داده	منبع گردآوری داده‌ها و توضیحات	
ویژگی‌های زندگی	اجاره‌بها، قیمت زمین و مسکن (+)	Adli & schondorf (2020)	اجاره‌بها، قیمت زمین و مسکن	کمی	عینی	-	مشاورین املاک	
	وضعیت اجتماعی و اقتصادی (-)	Litman (2021) Ventriglio (2020) Pykett et al. (2020b) Adli & schondorf (2020) Xie (2019) Vojnovic et al. (2019) Evans et al. (2018) Jaffee et al. (2005)	میزان درآمد	کمی	عینی	+	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
			درصد شاغلین	کمی	عینی	+	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
			نسبت پاسوآدان به بی‌سوآدان (سطح سواد)	کمی	عینی	+	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
			قرارگیری در شعاع دسترسی به کاربری آموزشی	کمی	عینی	+	تحلیل مکانی	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
			دارا بودن مسکن با کیفیت	کمی	عینی	+	اسنادی	اطلاعات سرشماری سال ۱۳۹۵ دریافتی از سازمان آمار
			قرارگیری در شعاع دسترسی فضاهای عمومی	کمی	عینی	+	تحلیل مکانی	تحلیل مکانی با استفاده از اطلاعات شهرداری دریافت شده از شهرداری در سال ۱۴۰۰
	وضعیت احساسات مثبت (-)	Pykett et al. (2020b) Peen et al. (2010) Evans et al. (2018)	میزان اعتمادبه‌نفس ساکنان	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
			میزان مواجهه با مرگومیر	کمی	عینی	-	اسنادی	موقعیت گورستان و دیگر کاربری‌های مرتبط با مرگومیر
			میزان ارضای احساسات در شهر	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
	میزان شناخت مهارت‌های مقابله‌ای (-)	Knox Mental Health Action Plan 2021-2025 (2021) Moreland municipal public health and wellbeing plan 2017-2021 (2017)	میزان شناخت مهارت‌های مقابله‌ای	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
			میزان استفاده از مواد غذایی مفید	کیفی	ذهنی	+	پرسشنامه	پرسشنامه
رژیم غذایی مناسب (-)	Ventriglio (2020) Manning (2018)							

وضعیت نامناسبی قرار دارد. سپس در گام دوم به شناسایی متخصصان حوزه شهرسازی آشنا با منطقه یک شهرداری تهران و مبحث سلامت روان و استرس شهری پرداخته شده است. به این منظور نویسندگان پژوهش‌هایی که این منطقه را به‌عنوان نمونه مورد مطالعه خود معرفی کرده‌اند و متخصصین حوزه شهرسازی آشنا با منطقه ۱ که در شهرداری این منطقه و یا شرکت‌های مشاور فعالیت داشتند شناسایی شدند. در مرحله بعد و ویژگی‌های شخصی ۱۵ نفر از متخصصان و علاقه‌مندی آنها به مشارکت در مرحله بعد با استفاده از پرسشنامه‌ای نیمه‌ساختاریافته مورد پرسش واقع شد. سپس پرسشنامه‌ای کاملاً ساختاریافته تهیه و از ۹ نفر از متخصصان متمایل به همکاری درخواست شد به ترتیبی نواحی این منطقه بر اساس استرس شهری پردازند. ۵۵/۵ درصد از این متخصصان مؤنث و ۴۴/۵ درصد از آنها مذکر هستند. همچنین ۲ نفر از این متخصصان دارای مدرک تحصیلی دکتری، ۳ نفر از آنها دارای مدرک تحصیلی کارشناسی ارشد و ۱ نفر از آنها دارای مدرک تحصیلی کارشناسی هستند. لازم به ذکر است شاخص‌های عینی استرس شهری در این مرحله در مقیاس منطقه مورد بررسی قرار گرفته و نقشه وضعیت منطقه و نواحی آن همراه با پرسشنامه در اختیار متخصصان قرار داده شده است تا متخصصان بتوانند راحت‌تر نواحی را از نظر این شاخص‌ها رتبه‌بندی کنند. در نهایت به محاسبه میانگین امتیازات و تحلیل داده‌ها پرداخته شده و ناحیه ۸ این منطقه با کسب امتیاز (۳/۶۶) به‌عنوان پراسترس‌ترین ناحیه منطقه به‌عنوان نمونه مورد مطالعه انتخاب شد. پس از آن ناحیه ۹ با امتیاز (۳/۱۵)، ناحیه ۵ با امتیاز (۳/۱۲)، ناحیه ۷ با امتیاز (۳/۰۷)، ناحیه ۴ با امتیاز (۳/۰۲)، ناحیه ۱ با امتیاز (۳/۰۱)، ناحیه ۶ با امتیاز (۲/۹۳) و ناحیه ۲ و ۳ با امتیاز (۲/۷۸) به ترتیب پراسترس‌ترین نواحی منطقه ۱ شهرداری تهران می‌باشند. همان‌طور که در تصویر (۱) نشان داده شده است، این ناحیه با مساحت ۳/۱۳ کیلومترمربع و جمعیت ۴۳۳۰۵ (شهرداری منطقه ۱ تهران، ۱۳۹۵) در قسمت شمالی شهر تهران واقع شده و دارای دو محله به نام‌های حکمت و چیدر می‌باشد.

نفر به‌دست آمده است. با توجه به اینکه در این پژوهش از نمونه‌گیری طبقه‌ای متناسب استفاده شده و تعداد پرسشنامه مربوط به هر بلوک با جمعیت آن متناسب است. اما با توجه به اینکه درصد جمعیت تعدادی از بلوک‌ها کم‌تر از بقیه می‌باشد و تعداد پرسشنامه مربوط به آنها کم‌تر از ۵/۰ به‌دست آمده ولی در آن بلوک یک پرسشنامه توزیع شده است، در نهایت ۴۱۳ پرسشنامه در بلوک‌ها توزیع شد. گام ششم: در این گام اطلاعات مربوط به پرسشنامه‌ها و شاخص‌های عینی جمع‌آوری شده و وارد نرم‌افزار (SPSS) شد. گام هفتم: سپس به تحلیل عاملی اکتشافی جهت شناسایی عوامل پرداخته شده است. گام هشتم: پس از شناسایی عوامل استرس‌زا و قرار دادن آنها در غالب مؤلفه‌های سیاست‌گذاری سند راهبردی مرتبط با موضوع ارائه شده است.

### ۱- معرفی نمونه مطالعاتی

برای شناسایی محدوده مورد مطالعه با توجه به اینکه اطمینان نسبی از استرس‌زایی محدوده مورد مطالعه اهمیت بسیاری دارد و محدوده منتخب باید بتواند اکثر شاخص‌های مرتبط با موضوع را پوشش دهد، از روش دلفی استفاده شده است. بدین منظور در چند مرحله با استفاده از تکنیک دلفی ابتدا منطقه‌ای از شهر تهران و سپس ناحیه‌ای از آن منطقه انتخاب شده است. در مرحله اول، شاخص‌های استرس شهری توسط ۱۵ نفر از کارشناسان آشنا با شهر تهران در مناطق ۲۲گانه این شهر بررسی شد. در واقع در این مرحله به کارشناسان جدولی (شاخص‌ها در ردیف‌ها و نام مناطق در ستون‌ها) ارائه شد و از آنها خواسته شد، تا بر اساس دانش خود به هر منطقه امتیازی از ۱ تا ۵ اختصاص دهند. سپس امتیازات مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و منطقه یک شهر تهران انتخاب شد. این منطقه از مناطق سطح بالای شهر تهران می‌باشد، که در سال‌های اخیر شاهد بلندمرتبه‌سازی و افزایش تراکم جمعیتی و ساختمانی شدید بوده است. همچنین این منطقه و منطقه ۲ شهرداری تهران در این شهر به‌عنوان مناطقی که در آن شاهد همسایگی کاخ و کوخ هستیم شناخته شده‌اند. به‌علاوه این منطقه از مناطق پرخطر شهر تهران می‌باشد که از نظر ایمنی و آسیب‌پذیری در برابر خطرات طبیعی نیز در

## ۲- یافته‌های پژوهش

خدمات حذف شده است. سپس به بررسی دترمینال ماتریس ضرایب همبستگی پرداخته شده است. در واقع اگر دترمینال این ماتریس کم‌تر از  $0/00001$  باشد، ماتریس با پدیده هم خطی چندگانه یا تک‌خطی روبه‌رو نشده است (زبردست، خلیلی و دهقانی، ۱۳۹۲، ۳۵). با توجه به اینکه دترمینال ماتریس همبستگی بین شاخص‌ها کم‌تر از  $0/00001$  است پس داده‌ها برای تحلیل عاملی مناسب هستند. سپس به بررسی مقدار اشتراک مربوط به هر شاخص پرداخته شده است. با توجه به این‌که هیچ‌یک از شاخص‌ها اشتراک کم‌تر از  $0/4$  ندارد در این مرحله هیچ شاخصی حذف نشده است. همچنین شاخص وضعیت اجتماعی و اقتصادی بیشترین مقدار اشتراک و شاخص شکست اجتماعی کم‌ترین میزان اشتراک را به خود اختصاص داده‌اند.

### ۲-۳. مرحله سوم: بررسی مقادیر کایزر مییر اولکین<sup>۷</sup>، آزمون کرویت بار تلت<sup>۸</sup> و ماتریس همبستگی

مقدار کایزر مییر اولکین عدد ( $0/619$ ) را نشان می‌دهد و بیشتر از  $0/5$  است پس تعداد نمونه‌ها کافی بوده و می‌توان با احتیاط به تحلیل عاملی پرداخت، سطح معناداری نیز مقدار ( $0/000$ ) را نشان می‌دهد که کوچک‌تر از  $0/005$  است و در سطح معناداری مطلوبی قرار دارد.

### ۲-۴. مرحله چهارم: بررسی واریانس تبیین شده موضوع و تعیین تعداد عوامل منتخب

برآیند تحلیل عاملی در خلاصه‌سازی داده‌ها در این مرحله ۱۵ عامل می‌باشد که مقدار ویژه بالاتر از ۱ دارند و  $71/287$  درصد از واریانس را تبیین می‌کنند. و عامل اول با تبیین  $10/116$  درصد واریانس مهم‌ترین عوامل می‌باشد.

### ۲-۵. مرحله پنجم: نام‌گذاری عوامل

پس از ۱۴ چرخش واریماکس، و حذف عواملی که فقط یک شاخص را در خود جای داده‌اند، تعداد عوامل نهایی به ۱۱ عامل کاهش یافت. که با توجه به اینکه هدف از انجام تحلیل عاملی در این بخش خلاصه‌سازی و شناسایی مهم‌ترین عوامل جهت تدوین سند راهبردی می‌باشد و تعداد شاخص‌های اولیه (۱۲۵) و تعداد شاخص‌های خاص (۴۵) می‌باشد، که تعداد بسیار زیادی است، شناسایی ۱۱ عامل در این قسمت دست یافت مهمی بوده است. اقدام بعدی که در این مرحله باید انجام شود نام‌گذاری عوامل است. در جدول (۲) عامل‌ها و درصد واریانس آنها نمایش داده شده است. لازم به ذکر است با توجه به هم‌سوسازی شاخص‌های با تأثیر منفی بر استرس شهری در این جدول شاخص‌های هم‌سو شده به‌صورت منفی نوشته شده‌اند.

### ۲-۶. مرحله ششم: محاسبه ماتریس امتیازات عاملی و استاندارد کردن آن

ماتریس امتیازات عاملی ماتریسی است که امتیاز هر بلوک یا کیس مکانی را از عوامل مشخص شده نشان می‌دهد (زبردست و همکاران، ۱۳۹۲، ۳۸). این ماتریس بدون در نظر گرفتن وزنی است که تحلیل عاملی برای هر کدام در نظر گرفته است (احمد آخوندی، و همکاران، ۱۳۹۳، ۱۵). به همین منظور در راستای محاسبه امتیاز کل استرس شهری و امتیاز نهایی هر بلوک، ماتریس امتیازات عاملی را استاندارد می‌کنیم.

با توجه به کاربرد روش تحلیل عاملی در بومی‌سازی شاخص‌ها و شناسایی مؤلفه‌های سیاست‌گذاری (طباطبایان، دانشپور و خلیلی، ۱۴۰۰، ۳۰۰). همچنین با توجه به اینکه شاخص‌های بررسی شده به دو صورت کمی و کیفی بوده و بسیار متفاوت هستند و ممکن است اهمیت تعدادی از آنها بسیار بیشتر باشد و یا روابط علت و معلولی میان آنها برقرار باشد، روش تحلیل عاملی بهترین روش برای خلاصه‌سازی داده‌ها و سنجش استرس شهری و دستیابی به مؤلفه‌های سیاست‌گذاری است. در ادامه مراحل این روش شرح داده شده است.

### ۲-۱. مرحله اول: تشکیل ماتریس اولیه اطلاعات و استانداردسازی آن

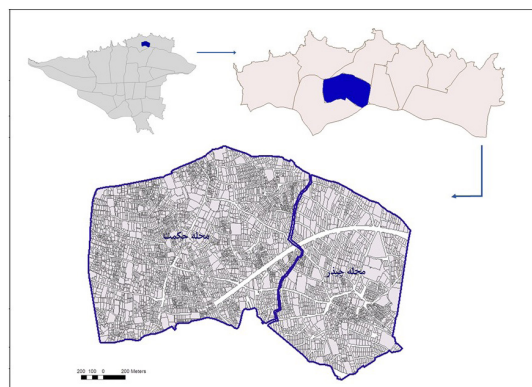
در این مرحله ماتریسی تهیه می‌شود که اسامی ۱۹۲ بلوک شهری در ردیف‌های آن و شاخص برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس در ستون‌های آن قرار داده شده است. در این مرحله به دلیل ماهیت عینی تعدادی از شاخص‌ها و متفاوت بودن واحد شاخص‌های تعیین شده به استانداردسازی داده‌ها با توجه به رابطه (الف) پرداخته شده است. همچنین برای هم‌سوکردن تئوریک شاخص‌های با تأثیر منفی بر استرس شهری، با توجه به رابطه (ب) شاخص‌های مذکور با استرس شهری هم‌سو شدند (باقرنژاد و عزیز، ۱۳۹۷، ۱۱). سپس ماتریسی با تعداد سطر ۱۹۲ و تعداد ستون ۴۵ در محیط نرم‌افزار (SPSS) تشکیل شده و داده‌هایی که اطلاعات آنها در دست نیست با عدد ۹۹ به‌عنوان داده‌های گم‌شده مشخص شدند. همچنین با بررسی شاخص‌هایی که داده‌های گم‌شده داشتند اطمینان حاصل شد که در همه شاخص‌ها داده‌های گم‌شده کم‌تر از ۱۰ درصد می‌باشد.

$$\text{رابطه (الف)} \quad \frac{Xi - Xmin}{Xmax - Xmin} \quad \text{رابطه (ب)} \quad 1 - \frac{Xi - Xmin}{Xmax - Xmin}$$

رابطه ۱- استانداردسازی و هم‌سوکردن داده‌ها.

### ۲-۲. مرحله دوم: بررسی دترمینال ماتریس همبستگی و بررسی میزان اشتراکات مربوط به متغیرها

در این مرحله به منظور شناسایی شاخص‌هایی که همبستگی بیشتر از  $0/8$  دارند به بررسی همبستگی میان شاخص‌ها پرداخته شده است. در واقع با توجه به همبستگی بیشتر از  $0/8$  بین شاخص‌های اختلاط کاربری و وضعیت دسترسی به خدمات شاخص دسترسی به

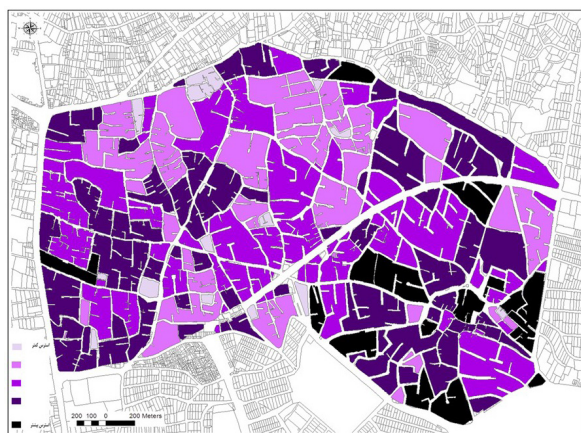


تصویر ۱- معرفی محدوده مورد مطالعه.



جدول ۲- عوامل مرتبط با برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس در ناحیه ۸ منطقه ۱.

درصد واریانس	نام عامل	شاخص‌های مربوط
۱۰/۱۱۶	استرس ناشی از نظام دسترسی	عدم وجود امکانات پیاده‌روی، کیفیت پایین معابر، آلودگی‌های محیطی، ایمنی پایین، نبود عدالت در شهر
۶/۵	وضعیت اجتماعی و اقتصادی ضعیف	وضعیت اجتماعی و اقتصادی پایین، محرومیت اجتماعی، محرومیت اقتصادی، کیفیت پایین مسکن
۶/۰۰۷	امنیت پایین	امنیت ضعیف، بی‌خانمانی، عدم ثبات مسکونی، ننگ اجتماعی
۵/۸۰۴	عدم انسجام و حمایت اجتماعی	تعاملات اجتماعی پایین، انسجام اجتماعی پایین، حمایت اجتماعی ضعیف
۵/۶۵۷	تمایز و انزوای اجتماعی	انزوای اجتماعی، تمایز اجتماعی، اقلیت قومی بودن
۵/۵۰۱	تاب آور نبودن محیط	محرومیت فرهنگی و روانی، وضعیت نامناسب حمل‌ونقل عمومی، بالابودن اجاره‌بها و قیمت زمین و مسکن، تاب آور نبودن محیط
۵/۱۵۱	عدم سرزندگی محیط	نبود تنوع فضایی، اختلاط کاربری پایین، عدم سرزندگی
۳/۸۴۷	احساسات منفی ساکنان	کم بودن احساسات مثبت ساکنان، شناخت پایین مهارت‌های مقابله‌ای، تفکیک اجتماعی
۳/۲۸۵	تبعیض و جابه‌جایی اجتماعی	جابه‌جایی اجتماعی، تبعیض اجتماعی
۳/۱۷	استرس ناشی از تراکم	تراکم ساختمانی، میزان تراکم جمعیتی
۳/۶۴	احساس هویت‌مندی و تعلق پایین	پایین‌بودن احساس هویت و احساس تعلق، تنوع اجتماعی پایین
۵۸/۱۰۲		



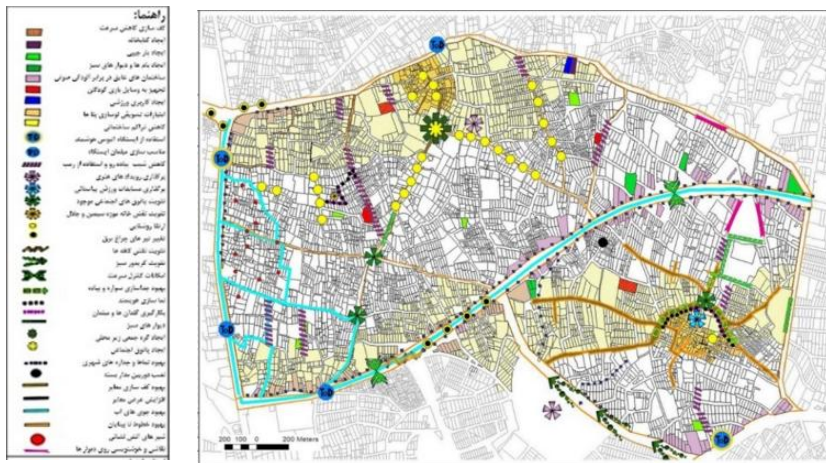
تصویر ۲- طبقه‌بندی بلوک‌های محدوده مورد مطالعه از نظر استرس شهری.

۲-۷. مرحله هفتم: تبدیل امتیازات عاملی استاندارد شده به مقیاس خطی

در این مرحله جهت فهم آسان‌تر و مقایسه شفاف‌تر امتیازات عاملی در بلوک‌های شهری امتیازات استاندارد شده را با استفاده از فرمول  $(I_i^n = \frac{X_i - X_{min}}{X_{max} - X_{min}})$  تبدیل به مقیاس خطی می‌کنیم. در واقع هر داده را از کم‌ترین مقدار آن عامل در بلوک‌ها کم و بر حاصل بیشترین مقدار داده‌ها از کم‌ترین مقدار آن تقسیم می‌کنیم (زبردست، ۱۳۹۶، ۱۵).

۲-۸. مرحله نهم: تجزیه و تحلیل شرایط محدوده مورد مطالعه

در این مرحله با در نظر گرفتن واریانس هر عامل و واریانس تجمعی عوامل نهایی و با استفاده از میانگین وزنی به جمع‌بندی امتیاز عوامل و دستیابی به وضعیت هر بلوک از نظر استرس شهری پرداخته شده است. بر اساس نتایج این بخش بلوک‌های محدوده مورد مطالعه امتیاز نهایی بین ۰/۵۱-۰/۶۹ را به خود اختصاص داده‌اند. در واقع این محدوده از نظر استرس شهری وضعیت متوسط رو به بالا دارد. به منظور تحلیل بهتر بلوک‌ها از نظر استرس شهری با در نظر گرفتن دامنه تغییرات و تقسیم آن به ۵ بازه مساوی در تصویر ۲) وضعیت بلوک‌ها از نظر استرس شهری نشان داده شده است در این نقشه رنگ‌های تیره‌تر نشان‌دهنده استرس شهری بالاتر و رنگ‌های روشن‌تر استرس شهری کم‌تری را نشان می‌دهند. مطابق این نقشه قسمت شمال غربی محله حکمت و قسمت شرقی محله چیدر استرس شهری بالاتری را دارا می‌باشند.



تصویر ۳- نقشه برنامه‌های اقدام موضعی.

بسیار زیادی از واریانس را تبیین می‌کنند. سیاست‌های مربوط به هر راهبرد با توجه به شاخص‌های قرار گرفته در آن عامل و ارتباطات بین شاخص‌ها مشخص شده است. در جدول (۳) به ارائه سند راهبردی مربوطه و در تصویر (۳) برنامه‌های اقدام موضعی معرفی شده‌اند. در ستون آخر این جدول نیز با توجه به امکانات و محدودیت‌های محدوده مورد مطالعه به اولویت‌بندی برنامه‌های اقدام با استفاده از روش (AHP) و نرم‌افزار (Expert Choice) پرداخته شده است. البته در ستون اول که اهداف خرد می‌باشند نتایج حاصل از تحلیل عاملی نیز در نظر گرفته شده است.

۲-۹. تدوین برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس

در این بخش به منظور دستیابی به برنامه‌ریزی شهری کاهنده استرس در ناحیه ۸ منطقه ۱ ابتدا با در نظر گرفتن عوامل استرس‌زا شهری شناسایی شده از روند تحلیل عاملی به‌عنوان اهداف خرد، راهبردها، سیاست‌ها و برنامه‌های اقدام مشخص شده‌اند. در واقع این عوامل نتیجه تحلیل عمیق شاخص‌های کیفی و کمی بوده و درصد





## نتیجه

ساکنین ناحیه ۸ منطقه ۱ شهرداری تهران در معرض سطوح متوسط و روبه بالایی از عوامل استرس‌زا قرار می‌گیرند و این موضوع می‌تواند در ایجاد بیماری‌های جسمی و روانی، ناهنجاری‌های اخلاقی و از دست رفتن سرمایه‌های انسانی نقش بسیاری داشته باشد. به همین منظور این پژوهش با هدف تدوین برنامه‌ریزی شهری درمانگر استرس در این ناحیه انجام شده است. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که عوامل استرس ناشی از نظام دسترسی، وضعیت اجتماعی و اقتصادی ضعیف، امنیت پایین، عدم انسجام و حمایت اجتماعی، تمایز و انزوای اجتماعی، تاب‌آور نبودن محیط شهری، عدم سرزندگی محیط، احساسات منفی ساکنان، تبعیض و جابه‌جایی اجتماعی، استرس ناشی از تراکم، احساس هویت‌مندی و تعلق پایین مهم‌ترین عوامل استرس‌زا محذوره مورد مطالعه می‌باشند. در نتیجه برنامه‌ریزی شهری با در نظر گرفتن این عوامل به‌عنوان اهداف خرد می‌تواند استرس شهری را در محدوده مورد مطالعه تا حد بسیاری کاهش دهد. با وجود توجه بسیار به موضوع استرس شهری، مطالعات اندکی به بررسی عوامل استرس‌زای شهری پرداخته‌اند. در برخی از مطالعات مرتبط، آلودگی محیط زیست، وضعیت اقتصادی و اجتماعی ضعیف، کیفیت پایین مسکن (Burton, 1990)، مواجهه با جرم و جنایت، وضعیت اشتغال ضعیف، فقدان سرمایه اجتماعی، فقدان حمایت اجتماعی، فقر، عدم دسترسی به خدمات سلامت روان (Jaffee et al., 2005)، فشار زمان و اتلاف وقت، آلودگی محیطی، تراکم ترافیک، تعاملات اجتماعی ضعیف، تراکم بالای جمعیت، ساختمان‌های فرسوده و دمای بالا در شهر (Ri-shi & Khuntia, 2012)، آلودگی صوتی (Haines et al., 2001)، قرار گرفتن در معرض مواد (Seth et al., 2012)، تراکم شهری (Freeman et al., 2015)، عوامل استرس‌زای مسکن (Li & Liu, 2018)، قرار گرفتن در معرض خشونت (Shannon et al., 2020)، بی‌خانمانی

## پی‌نوشت‌ها

1. Zipjet.
2. Homeostasis.
3. Rishi & Khuntia, 2012.
4. Kyriakou & Resch, 2019.
5. Elsamahy & Abd EL-Fattah, 2018.
6. Miller & Phillips, 2005.
7. Ventriglio, 2020.
8. Abrahamyan Empson et al., 2019.
9. Neuroarchitecture.
10. Neurourbanism.
11. The Urban Brain.
12. Neuropolis.
13. Neurourbanistics.

۱۴. سنجش‌های این بخش از این منبع استخراج شده‌اند (قرایی و همکاران، ۱۳۹۶، ۲۲).
۱۵. سنجش‌های این بخش از این منبع استخراج شده است (Thorns, 2002, 153).
۱۶. شاخص‌های این بخش از این منبع استخراج شده است (گلکار، ۱۳۸۶، ۶۸-۶۹).
17. Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.
18. Bartlett's test of Sphericity.

## فهرست منابع

احمد آخوندی، عباس؛ برک‌پور، ناصر؛ خلیلی، احمد؛ صداقت‌نیا، سعید، و

صفی‌یاری، رامین (۱۳۹۳)، سنجش کیفیت زندگی در کلانشهر تهران، نشریه هنرهای زیبا- معماری و شهرسازی، ۱۹(۲)، صص ۵-۲۲.

باشگاه خبری صراط (۱۳۹۹)، عکس/ نمای هوایی شب تهران از ایستگاه بین‌المللی فضایی. بازیابی ۲۵ آذر ۱۴۰۰، از: <http://seratnews.com>

باقرنژاد، الناز؛ عزیزی، محمد مهدی (۱۳۹۷)، توزیع فضایی تاب‌آوری در برابر سوانح در سطح محلات کلانشهر تهران. هویت شهر، ۱۴(۴۲)، صص ۵-۱۸.

بهار، روح‌الامین؛ عباس‌پور، رحیم‌علی، و پهلوانی، پرهام (۱۳۹۴)، پهنه‌بندی آلودگی ذرات معلق با استفاده از مدل‌های آماری محلی در GIS (مطالعه موردی: شهر تهران)، علوم و فنون نقشه‌برداری، ۵(۳)، صص ۱۶۵-۱۷۳.

پایگاه خبری تحلیلی فارو (۱۳۹۷)، درآمد هنگفت ۱۴۰۰ نفر از ساکنان شمال تهران بدون شغل. بازیابی ۱۰ دی ۱۴۰۰، از: <https://fararu.com>

پیمایش ملی سلامت روان (۱۳۹۹). جلسه/استقرار سند سلامت روان استان تهران به‌صورت مجازی برگزار شد. بازیابی ۲۹ شهریور ۱۴۰۰، از: <https://pr.tums.ac.ir>

زبردست، اسفندیار (۱۳۹۶)، کاربرد روش تحلیل عاملی اکتشافی (EFA) در برنامه‌ریزی شهری و منطقه‌ای، مورد پژوهی: سنجش وضعیت پایداری اجتماعی در کلانشهر تهران. نشریه هنرهای زیبا- معماری و شهرسازی، ۲۲(۳)، صص ۵-۱۸.

زبردست، اسفندیار؛ خلیلی، احمد، و دهقانی، مصطفی (۱۳۹۲)، کاربرد روش تحلیل عاملی در شناسایی بافت‌های فرسوده شهری. نشریه هنرهای زیبا، ۱۸(۲)، صص ۲۷-۴۲.

1001077299 | IP: 141.30.247.98

Adli, Mazda; Berger, Maximilian; Brakemeier, Eva-Lotta; Engel, Ludwig; Fingerhut, Joerg; Gomez-Carrillo, Ana; Hehl, Rainer; Heinz, Andreas; H, Juergen Mayer; Mehran, Nassim; Tolaas, Sissel; Walter, Henrik; Weiland, Ute; Stollmann, Joerg (2017). Neurourbanism: towards a new discipline. *The Lancet Psychiatry*, 4(3), 183–185. doi:10.1016/S2215-0366(16)30371-6

Ararat City Council. (2013). *Ararat City Municipal Public Health and Wellbeing Plan 2013-2017*. <https://www.Ararat.vic.gov.au>.

Baum; Andrew. Singer; Jerome E. Baum; Carlene S. (1981). *Stress and the Environment.*, 37(1), 4–35. doi:10.1111/j.1540-4560.1981.tb01056.x

Baumann, Philipp S.; Söderström, Ola; Abrahamyan Empson, Lilith; Söderström, Dag; Codeluppi, Zoe; Golay, Philippe; Birchwood, Max; Conus, Philippe (2019). *Urban remediation: a new recovery-oriented strategy to manage urban stress after first-episode psychosis*. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, (). doi:10.1007/s00127-019-01795-7

Beil, K.; Hanes, D. (2013). "The Influence of Urban Natural and Built Environments on Physiological and Psychological Measures of Stress- A Pilot Study" *Int. J. Environ. Res. Public Health* 10, no. 4: 1250-1267. <https://doi.org/10.3390/ijerph10041250>.

Benoit, Anita C.; Cotnam, Jasmine; Raboud, Janet; Greene, Saara; Beaver, Kerrigan; Zoccole, Art; O'Brien-Teengs, Doe; Balfour, Louise; Wu, Wei; Loutfy, Mona (2016). *Experiences of chronic stress and mental health concerns among urban Indigenous women*. *Archives of Women's Mental Health*, 19(5), 809–823. doi:10.1007/s00737-016-0622-8

Braun-Lewensohn, O., Sagy, S. (2014). *Community Resilience and Sense of Coherence as Protective Factors in Explaining Stress Reactions: Comparing Cities and Rural Communities During Missiles Attacks*. *Community Ment Health J* 50, 229–234. <https://doi.org/10.1007/s10597-013-9623-5>

Burton, I. (1990) "Factors in Urban Stress," *The Journal of Sociology & Social Welfare*: Vol. 17: Iss. 1, Article 5. Available at: <https://scholarworks.wmich.edu/jssw/vol17/iss1/5>.

Buttazzoni A, Doherty S, Minaker L. How Do Urban Environments Affect Young People's Mental Health? A Novel Conceptual Framework to Bridge Public Health, Planning, and Neurourbanism. *Public Health Rep.* 2021 Feb 9;33354920982088. doi: 10.1177/0033354920982088. Epub ahead of print. PMID: 33563094.

Cappon, D. (1977). Urban stress, *CMA Journal/January*, 8, 1977/ Vol. 116.

Caracci, G; Enrique, M. J. (2001). Culture and Urban Mental Health. *Psychiatric Clinics of North America*, 24(3), 581–593. doi:10.1016/S0193-953X(05)70249-5 .

Casey city council. (2017). *Municipal Public Health and Wellbeing Plan 2017-2021*. <https://www.casey.vic.gov.au>.

Chinomso C NNEBUE1, Echendu DADINMA2, Queen-callista N. (2014). *Urbanization and Health*, *Orient Journal of*

سعیدنیا، احمد (۱۳۸۲)، *کتاب سبز شهرداری، شهرسازی، جلد اول، تهران: انتشارات سازمان شهرداری‌ها*.

شاهدوست، پدram (۱۴۰۰)، *روانشناسی محیط چیست و چه تأثیری بر کسب‌وکار ما دارد،* بازایی ۲۷ مهر ۱۴۰۱، از: <https://drways.com>

شهرداری منطقه ۱ تهران (۱۳۹۵)، *شناسنامه ناحیه ۸ منطقه ۱*. طبائیان، آناهیتا، دانشپور، عبدالهادی، و خلیلی، احمد (۱۴۰۰)، *ارائه الگوی مداخله و نظام سیاست‌گذاری فضایی در پیاده‌راه‌های شهری، پژوهش‌های جغرافیایی برنامه‌ریزی شهری*، ۲۹(۲)، صص ۲۸۷–۳۱۱.

غفاریان شعاعی، مهرا (۱۳۹۳)، *طراحی کالبد میدان شهری در راستای ارتقای سلامت روانی استفاده‌کنندگان از فضا (تدوین اصول و احکام راهنمای طراحی کالبد، به منظور کاهش استرس (نمونه مورد پژوهش: میدان امام رضا (ع)، مشهد، ایران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه یزد، دانشکده هنر و معماری، گروه آموزشی شهرسازی*.

قزایی، فریبا؛ مثنوی، محمدرضا، و حاجی‌زاده، مونا (۱۳۹۶)، *بسط شاخص‌های کلیدی سنجش تاب‌آوری مکانی- فضایی شهری؛ مرور فشرده ادبیات نظری، باغ نظر*، ۱۴(۵۷)، صص ۱۹–۳۲.

قهرودی تالی، منیژه، درفشی، خه بات (۱۳۹۴)، *بررسی آشنفتگی در الگوی خطر سیلاب در تهران، تحلیل فضایی مخاطرات محیطی*، ۲(۳)، صص ۱–۱۶.

گزارش شهرداری تهران (۱۳۹۰)، *۴۰ مداخله‌درمانی در سند ارتقا سلامت روان جامعه، بازایی ۲۹ شهریور ۱۴۰۰*، از: <https://www.salamatnews.com>

گلکار، کورش (۱۳۸۶)، *مفهوم کیفیت سرزندگی در طراحی شهری*. صص ۶۶–۷۵.

مرکز آمار ایران (۱۳۹۵)، *نقش کلیک شرکت مشاور، روند شهرنشینی کشور در سال‌های ۱۳۳۵–۱۳۹۵*. بازایی ۲۸ شهریور ۱۴۰۰، از:

<http://naghshclick.org>.

مطلبی، قاسم (۱۳۸۰)، *روانشناسی محیطی دانشی نو در خدمت معماری و طراحی شهری، هنرهای زیبا معماری و شهرسازی*، ۱۰(۰)، صص ۵۲–۶۷.

هاشمی، مهدی؛ آل شیخ، علی اصغر، و ملک، محمدرضا (۱۳۸۹)، *پهنه‌بندی آسیب‌پذیری زلزله به کمک GIS (مطالعه موردی شهر تهران)، علوم و تکنولوژی محیط زیست*، ۱۶(۴)، صص ۳۰۵–۳۱۴.

Abdul-Adil, J., Suárez, L.M. (2022). The Urban Youth Trauma Center: A Trauma-Informed Continuum for Addressing Community Violence Among Youth. *Community Ment Health J*. 58, 334–342. <https://doi.org/10.1007/s10597-021-00827-4>

Abrahamyan Empson, Lilith; Baumann, Philipp S.; Söderström, Ola; Codeluppi, Zoé; Söderström, Dag; Conus, Philippe (2019). Urbanicity: The need for new avenues to explore the link between urban living and psychosis. *Early Intervention in Psychiatry*, (), eip.12861–. doi:10.1111/eip.12861

Adli, M. (2011). *Urban stress and mental health*, *Cities, Health And Well-Being Hong Kong*, November 2011.

Adli, M.; Schondorf, J. (2020). *Macht uns die Stadt krank*. Wirkung von Stadtstress auf Emotionen, Verhalten und psychische Gesundheit; Does the city make us ill? The effect of urban stress on emotions, behavior, and mental health. *Bundesgesundheitsbl.* 63, pp. 979–986. Doi: 10.1007/s00103-020-03185-w

Adli, M; Berger, M; Brakemeier, E.-L; Engel, L; Fingerhut, J; Hehl, R; Heinz, A; Mayer, J; Mehran, N; Tolaas, S; Walter, H; Weiland, U; Stollmann, J. (2016). Neurourbanistik – ein methodischer Schluß zwischen Stadtplanung und Neurowissenschaften. *Die Psychiatrie* 2016; 13: 70–78. Downloaded from [www.die-psychiatrie-online.de](http://www.die-psychiatrie-online.de) on 2017-03-12 | ID:

- (2017). *Cities and mental health*. Dtsch Arztebl Int; 114: 121–7. DOI: 10.3238/arztebl.2017.0121 .
- Haines, M.; Stansfeld, S.; Job, R.; Berglund, B.; Head, J. (2001). *Chronic aircraft noise exposure*, stress responses, mental health and cognitive performance in school children. *Psychological Medicine*, 31(2), 265-277. Doi:10.1017/S0033291701003282.
- Helbich, M. (2018). *Toward dynamic urban environmental exposure assessments in mental health research*. *Environmental Research*, 161(), 129–135. doi:10.1016/j.envres.2017.11.006.
- Hernandez, Daphne C.; Daundasekara, Sajeevika S.; Zvo-lensky, Michael J.; Reitzel, Lorraine R.; Maria, Diane Santa; Alexander, Adam C.; Kendzor, Darla E.; Businelle, Michael S. (2020). *Urban Stress Indirectly Influences Psychological Symptoms through Its Association with Distress Tolerance and Perceived Social Support among Adults Experiencing Homelessness*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, doi:10.3390/ijerph17155301.
- Hill T.D., Maimon D. (2013) *Neighborhood Context and Mental Health*. In: Aneshensel C.S., Phelan J.C., Bierman A. (Eds) *Handbook of the Sociology of Mental Health*. *Handbooks of Sociology and Social Research*. Springer, Dordrecht. [https://doi.org/10.1007/978-94-007-4276-5\\_23](https://doi.org/10.1007/978-94-007-4276-5_23).
- Interdisciplinary Forum Neurourbanism. (2018). *Charta of Neurourbanism*. Retrieved 23 September 2021, from <https://neurourbanistik.de>
- Jackson, M. (2015). (ed.) *Stress in Postwar Britain, 1945–1980*, Pickering and Chatto.
- Jaffee, K. D.; Liu, G. C.; Canty-Mitchell, J.; Qi, R. A.; Austin, J.; Swigonski, N. (2005). *Race, Urban Community Stressors, and Behavioral and Emotional Problems of Children With Special Health Care Needs*. *Psychiatric Services*, 56(1), 63–69. doi:10.1176/appi.ps.56.1.63.
- Joshua, C. F.; Freeman, C.; Bazargan-Hejazi, S.(2019). *Environmental Interventions for Physical and Mental Health: Challenges and Opportunities for Greater Los Angeles*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(12), 2180–. Doi:10.3390/ijerph16122180.
- Kennedy, D. P.; Adolphs, R. (2011). *Social neuroscience: Stress and the city*. *Nature*, 474(7352), 452–453. Doi:10.1038/474452a.
- Kirkbride, J. B.; Keyes, K. M.; Susser, E. (2018). *City Living and Psychotic Disorders-Implications of Global Heterogeneity for Theory Development*. *JAMA Psychiatry*. doi:10.1001/jama-psychiatry.2018.2640.
- Knöll, M.; Neuheuser, K.; Cleff, T.; Rudolph-Cleff, A. (2017). *A tool to predict perceived urban stress in open public spaces*. *Environment and Planning B: Urban Analytics and City Science*, 026581351668697–. Doi:10.1177/0265813516686971 .
- Knöll, M.; Neuheuser, K.; Vogt, J.; Rudolph-Cleff, A. (2014). *Einflussfaktoren der gebauten Umwelt auf wahrgenommene Aufenthaltsqualität bei der Nutzung städtischer Räume*. *Umweltpsychologie*, 18, 84–102. <https://www.researchgate.net/publication/270759025>.
- Medicine, Vol 26 [1-2].
- Coope, Jonathan; Barrett, Andy; Brown, Brian; Crossley, Mark; Raghavan, Raghu; Sivakami, Muthusamy (2020). *Resilience, mental health and urban migrants: a narrative review*. *International Journal of Migration, Health and Social Care*, 16(2), 137–159. doi:10.1108/ijmhsc-04-2019-0048
- D'Acci, L.S. (2020). *Urbanicity mental costs valuation: a review and urban-societal planning consideration*. *Mind Soc* 19, 223–235. <https://doi.org/10.1007/s11299-020-00235-3>.
- Ellett Lyn; Freeman Daniel; Garety Philippa A. (2008). *The psychological effect of an urban environment on individuals with persecutory delusions: The Camberwell walk study.*, 99(1-3), 77–84. doi:10.1016/j.schres.2007.10.027
- Elsamahy, E. M. & Abd EL-Fattah, R..(2018). *DESIGNING NON-STRESSED PSYCHOLOGICAL PUBLIC SPACES, BAU Journal: Health & Well-Being*, special edition, 121-132
- Evans, B. E.; Buil, J. M.; Burk, W. J.; Cillessen, A. H. N.; van Lier, Pol A. C. (2018). *Urbanicity is Associated with Behavioral and Emotional Problems in Elementary School-Aged Children*. *Journal of Child and Family Studies*, (), -. Doi:10.1007/s10826-018-1062z.
- Evans, B. E.; Huizink, Anja C.; Greaves-Lord, Kirstin; Tulen, Joke H. M.; Roelofs, Karin; van der Ende, Jan; Santana, Geil-son Lima (2020b). *Urbanicity, biological stress system functioning and mental health in adolescents*. *PLOS ONE*, 15(3), e0228659–. Doi:10.1371/journal.pone.0228659.
- Evans, G. W.; Wells, N. M.; Moch, A. (2003). *Housing and Mental Health: A Review of the Evidence and a Methodological and Conceptual Critique.*, 59(3), 475–500. doi:10.1111/1540-4560.00074.
- Evans, G.W. and Cohen, S. (1987) *Environmental Stress. Chapter 15, overview of the stress paradigm*. 571-602.
- Fink, G. (2010). *Stress: Definition and history*. *Encyclopedia of Neuroscience*, (January 2010), 549–555. Doi: 10.1016/B978-008045046-9.00076-0
- Firdaus, G. (2018). *Increasing Rate of Psychological Distress in Urban Households: How Does Income Matter?*. *Community Ment Health J* 54, 641–648. <https://doi.org/10.1007/s10597-017-0193-9>
- Freeman, D.; Emsley, R.; Dunn, G.; Fowler, D.; Bebbington, P.; Kuipers, E.; Jolley, S.; Waller, H.; Hardy, A.; Garety, P. (2015). *The Stress of the Street for Patients with Persecutory Delusions: A Test of the Symptomatic and Psychological Effects of Going Outside Into a Busy Urban Area*. *Schizophrenia Bulletin*, 41, 971–979. doi:10.1093/schbul/sbu173.
- Generaal, E.; Hoogendijk, E. O.; Stam, M.; Henke, C. E.; Rutters, F.; Oosterman, M.; Huisman, M.; Kramer, S. E.; Elders, P. J. M.; Timmermans, E. J.; Lakerveld, J.; Koomen, E.; ten Have, M.; de Graaf, R.; Snijder, M. B.; Stronks, K.; Willemsen, G.; Boomsma, D. I.; Smit, J. H.; Penninx, B. W. J. H. (2019). *Neighbourhood characteristics, prevalence, and severity of depression: pooled analysis of eight Dutch cohort studies*. *The British Journal of Psychiatry*, (), 1–8. doi:10.1192/bjp.2019.100.
- Gruebner O, Rapp MA, Adli M, Kluge U, Galea S, Heinz A.

- in urban mental health. *Social Theory & Health*, (17): pp. 1-22. Doi:10.1057/s41285-018-00085-7.
- March, D.; Hatch, S. L.; Morgan, C.; Kirkbride, J. B.; Bresnahan, M.; Fearon, P.; Susser, E. (2008). Psychosis and Place. *Epidemiologic Reviews*, 30(1): 84–100. doi:10.1093/epirev/mx n006.
- Maureen O., (CNN). (2017). *Revealed: The world's least stressful cities*. Retrieved 15 September 2021, from <https://edition.cnn.com>.
- Meloni, A., Fornara, F., & Carrus, G. (2019). Predicting pro-environmental behaviors in the urban context: The direct or moderated effect of urban stress, city identity, and worldviews. *Cities*, 88, pp. 83–90. Doi:10.1016/j.cities.2019.01.001.
- Miles, R.; Coutts, C.; Mohamadi, A. (2012). Neighborhood Urban Form, *Social Environment, and Depression*, 89(1): 1–18. Doi:10.1007/s11524-011-9621-2 .
- Miller, Keva M.; Phillips, Michael H. (2005). Correlates of Urban Stress and Mental Health: The Impact of Social Context on Resilience. *Journal of Social Distress and the Homeless*, 14(1-2), 46–64. doi:10.1179/105307805807066301
- Moreland city council. (2017). *Moreland municipal public health and wellbeing plan 2017- 2021*. <https://www.moreland.vic.gov.au>.
- Mubi Brighenti, Andrea; Pavoni, Andrea (2017). City of unpleasant feelings. Stress, comfort and animosity in urban life. *Social & Cultural Geography*, (): 1–20. doi:10.1080/14649365.2017.1355065
- Northern grampians city council. (2017). *Northern grampians Municipal Public Health and Wellbeing Plan 2017-2021*. <https://nla.gov.au>.
- Okkels, Niels; Kristiansen, Christina Blanner; Munk-Jørgensen, Povl (2017). *[Mental Health and Illness Worldwide] Mental Health and Illness in the City || Urban Design and Mental Health.*, 10.1007/978-981-10-2327-9(Chapter 12): 421–444. doi:10.1007/978-981-10-2327-9\_12
- Peen, J., Schoevers, R. A.; Beekman, A. T.; Dekker, J. (2010). *The current status of urban-rural differences in psychiatric disorders*, 121(2), 84–93. doi:10.1111/j.1600-0447.2009.01438.x.
- Pykett, J., Chrisinger, B., Kyriakou, K. et al. Developing a Citizen Social Science approach to understand urban stress and promote wellbeing in urban communities. *Palgrave Commun* 6, 85 (2020a). <https://doi.org/10.1057/s41599-020-0460-1>
- Quinn, Kelly; Kaufman, Jay S.; Siddiqi, Arjumand; Yeatts, Karin B. (2010). *Stress and the City: Housing Stressors are Associated with Respiratory Health among Low Socioeconomic Status Chicago Children*, 87(4): 688–702. doi:10.1007/s11524-010-9465-1
- Rishi, Parul; Khuntia, Gayatri (2012). Urban Environmental Stress and Behavioral Adaptation in Bhopal City of India. *Urban Studies Research*, 2012(0), 1–9. doi:10.1155/2012/635061
- Selten, J. P. (2005). Social defeat: risk factor for schizophrenia?. *The British Journal of Psychiatry*, 187(2): 101–102. doi:10.1192/bjp.187.2.101 .
- Knox city council. (2021). *Knox Mental Health Action Plan 2021– 2025*. <https://www.knox.vic.gov.au>.
- Kyriakou, Kalliopi; Resch, Bernd; Sagl, Günther; Petutschnig, Andreas; Werner, Christian; Niederseer, David; Liedgruber, Michael; Wilhelm, Frank; Osborne, Tess; Pykett, Jessica (2019). *Detecting Moments of Stress from Measurements of Wearable Physiological Sensors*. *Sensors*, 19(17), 3805–. doi:10.3390/s19173805
- Larcombe, D.; Etten, J.; Logan, A.; Prescott, S; Horwitz, P. (2019). *High-Rise Apartments and Urban Mental Health-Historical and Contemporary Views*. *Challenges*, 10(2), 34–. Doi: 10.3390/challe10020034 .
- Lazarus, R. S., & Cohen, J. B. (1977). *Environmental Stress*. *Human Behavior and Environment*, 89–127. doi:10.1007/978-1-4684-0808-9\_3
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer.
- Lederbogen, Florian; Haddad, Leila; Meyer-Lindenberg, Andreas (2013). *Urban social stress – Risk factor for mental disorders*. The case of schizophrenia. *Environmental Pollution*, 183(), 2–6. doi:10.1016/j.envpol.2013.05.046.
- Li, J., & Rose, N. (2017). *Urban social exclusion and mental health of China's rural-urban migrants – A review and call for research*. *Health & Place*, 48, 20–30. doi:10.1016/j.healthplace.2017.08.009
- Li, J.; Liu, Z. (2018). *Housing stress and mental health of migrant populations in urban China*. *Cities*, (), S0264275117313355–. doi:10.1016/j.cities.2018.04.006 .
- Lin, D., Li, X., Wang, B. et al. (2011). *Discrimination, Perceived Social Inequity, and Mental Health Among Rural-to-Urban Migrants in China*. *Community Ment Health J* 47, 171–180. <https://doi.org/10.1007/s10597-009-9278-4>
- Lin, D.; Li, X.; Bo W.; Yan H.; Xiaoyi F.; Xiong Q.; Bonita S. (2011). *Discrimination, Perceived Social Inequity, and Mental Health Among Rural-to-Urban Migrants in China*, 47(2), 171–180. doi:10.1007/s10597-009-9278-4 .
- Lisa, R.; Ash, A.; (2019). *Mental health, subjectivity and the city: an ethnography of migrant stress in Shanghai*. *International Health*, (), ihz029–. doi:10.1093/inthealth/ihz029.
- Litman, T.A. (2021). *Urban Sanity Understanding Urban Mental Health Impacts and How to Create Saner, Happier Cities*. <https://vtpi.org/urban-sanity.pdf>.
- Lloyd, S.; Kelly, R.; Kimberly, G.; Joshua,R.;(2005). *Challenges of Urban Mental Health Disaster Planning*. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 10(3), 695–706. Doi:10.1300/J146v10n03\_03.
- Mancus, G., Cimino, A. N., Hasan, M. Z., Campbell, J. C., Winch, P. J., Sharps, P., Tsuyuki, K., Granger, D. A., & Stockman, J. K. (2021). Residential Greenness Positively Associated with the Cortisol to DHEA Ratio among Urban-Dwelling African American Women at Risk for HIV. *bulletin of the New York Academy of Medicine*, 98(4), 570–578. <https://doi.org/10.1007/s11524-020-00492-0>.
- Manning, N. (2018). *Sociology, biology and mechanisms*

- M.; De Berardis, Domenico; Bhugra, Dinesh (2020). Urbanization and emerging mental health issues. *CNS Spectrums*, (), 1-8. doi:10.1017/S1092852920001236
- Victoria state government. (2011). *Victorian Public Health and Wellbeing Plan (2011-2015)*. <https://www2.health.vic.gov.au>.
- Victoria state government. (2015). *Victorian Public Health and Wellbeing Plan (2015-2019)*. <https://www2.health.vic.gov.au>.
- Victoria state government. (2019). *Victorian Public Health and Wellbeing Plan (2019-2023)*. <https://www2.health.vic.gov.au>.
- Vojnovic, I., Pearson, A., Asiki, G., Allen, A., & DeVerteuil, G. (Eds.). (2019). *Handbook of Global Urban Health* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315465456>.
- Wandersman A, Nation M. (1998) Urban neighborhoods and mental health. Psychological contributions to understanding toxicity, resilience, and interventions. *Am Psychol*. Jun; 53(6): 647-56. PMID: 9633265.
- World Health Organization. (2013). *the European Mental Health Action Plan 2013-2020*. <http://www.euro.who.int/pubrequest>.
- Xie, S. (2019). Quality matters: housing and the mental health of rural migrants in urban China. *Housing Studies*, (), 1-23. doi: 10.1080/02673037.2019.1577956.
- Yang, T.; Matthews, S. A. (2010). *The role of social and built environments in predicting self-rated stress: A multilevel analysis in Philadelphia.*, 16(5), 803 -810. doi:10.1016/j.healthplace.2010.04.005.
- Seth, P., Murray, C. C., Braxton, N. D., & DiClemente, R. J. (2012). The Concrete Jungle: City Stress and Substance Abuse among Young Adult African American Men. *Journal of Urban Health*, 90(2): 307-313. doi:10.1007/s11524-012-9716-4.
- Shannon, M. M.; Clougherty, J. E.; McCarthy, C.; Elovitz, M. A.; Nguemni, T., Max, J.; Melly, S. J.; Burris, H. H. (2020). Neighborhood Violent Crime and Perceived Stress in Pregnancy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17. doi:10.3390/ijerph17155585.
- Sigmund, B; Mijatovic, M. (2019). *Gesundheit in der Stadt*. Retrieved 22 September 2021, from <https://www.detail.de>
- Stansfeld, S.; Haines, M.; Brown, B. (2000). Noise and Health in the Urban Environment. *Reviews on Environmental Health*, 15(1-2). doi:10.1515/REVEH.2000.15.1-2.43.
- Streit, F.; Haddad, L.; Paul, T.; Frank, J.; Schäfer, A.; Nikitopoulos, J.; Akdeniz, C.; Lederbogen, F.; Treutlein, J.; Witt, S.; Meyer-Lindenberg, A.; Rietschel, M.; Kirsch, P.; Wüst, S. (2014). A functional variant in the neuropeptide S receptor 1 gene moderates the influence of urban upbringing on stress processing in the amygdala. *Stress*, 17(4): 352-361. Doi:10.3109/10253890.2014.921903 .
- Thorns, David C. (2002). *The Transformation of Cities: Urban Theory and Urban Life*. DOI: 10.1007/978-1-4039-9031-0.
- Vargas, T., Conley, R. E., & Mittal, V. A. (2020). *Chronic stress, structural exposures and neurobiological mechanisms: A stimulation, discrepancy and deprivation model of psychosis*. In A. Clow, & N. Smyth (Eds.), *International Review of Neurobiology* (pp. 41-69). (International Review of Neurobiology; Vol. 152). Academic Press Inc. <https://doi.org/10.1016/bs.im.2019.11.004>.
- Ventriglio, Antonio; Torales, Julio; Castaldelli-Maia, Joãõ



## Stress Relief Urban Planning; Case Study: District 8 and District 1 of Tehran Municipality\*

*Khatereh Moghani Rahimi<sup>1</sup>, Mostafa Behzadfar<sup>2</sup>, Samane Jalilisadrabad<sup>3\*</sup>*

<sup>1</sup>Master Student of Urban Planning, Department of Urban Planning, Faculty of Architecture and Urban Planning, Iran University of Science and Technology, Tehran, Iran.

<sup>2</sup>Professor, Department of Urban Planning, Faculty of Architecture and Urban Planning, Iran University of Science and Technology, Tehran, Iran.

<sup>3</sup>Assistant Professor, Department of Urban Planning, Faculty of Architecture and Urban Planning, Iran University of Science and Technology, Tehran, Iran.

(Received: 16 Mar 2022, Accepted: 12 Dec 2022)

Stress in urban life can be a breeding ground for mental disorders. In addition to being an important cause of physical and mental illness, urban stress also increases the rate of moral anomalies in the city and reduces the security of citizens. For this reason, it is necessary for urban planners and designers to consider the peace of mind of citizens as an important principle in their plans and designs, and to avoid actions that cause this mental disorder. However, although many studies in the last century have examined the relationship between urbanization and stress and effective solutions to it with different approaches, so far no studies on urban planning stress therapy to consider all the indicators affecting urban stress and there is no effective strategic planning based on the results. Moreover, Tehran is the sixth most stressful city in the world, according to the Zipjet Institute. For this reason, it is very important to conduct theoretical studies in this field and formulate urban planning for stress therapists in this city. But due to its large scope, doing such research requires a lot of time and money. For this purpose, in this study, after determining the general indicators, using the Delphi technique, District 8, District 1 of Tehran Municipality has been selected as the study sample. The research method in this research is descriptive-explanatory and is based on the purpose of applied research. Quantitative and qualitative methods were used to collect information and factor analysis was used to analyze them. Then the urban stressors have been identified and a strategic document has been presented. The findings of the research indicate that the stress factors caused by the access system, poor social and economic status, low security, lack of cohesion and social support, differentiation and social isolation, lack of resilience of the urban environment, lack of vitality of the environment, negative feelings of residents, discrimination and

social displacement, stress caused by crowding, low sense of identity and belonging are the most important stressors in the study area. As a result, by considering these factors as micro-objectives, urban planning can reduce urban stress in the studied area to a great extent. This research develops the theoretical and empirical findings of previous studies. As a result, with the implementation of this research, the psychological pressure that is imposed on the citizens of this area can be reduced to a great extent. This research provides a suitable method for measuring and identifying urban stressors to urban planners who seek to reduce urban stress.. Applying the factor analysis approach in recognizing and analyzing urban contexts in terms of stress and developing a strategic document corresponding to stressful factors in other parts or the whole city of Tehran and developing a comprehensive mental health program in this city can be very effective in this field.

### Keywords

Urban Planning, Urban Stress, Factor Analysis, District 8, District 1, Tehran Municipality.

\*This article is extracted from the first author's doctoral dissertation, entitiled: "Stress therapist urban planning (Case study: district 8, district 1 of Tehran Municipality)" under the supervision of the second author and the advisory of the third author at the Iran University of Science and Technology

\*\*Corresponding Author: Te: (+98-919) 0831587, Fax: (+98-21) 73228297, E-mail: s\_jalili@iust.ac.ir.