



اثر بخشی ادراک حسی مکان در تداعی معنابر کاهش استرس قرنطینه خانگی دانش آموزان (نمونه موردی: مجتمع های مسکونی شهر اصفهان)

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۵/۱۰ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۷/۱۰

صادق جهانبخش

دانشجوی دکتری رشته معماری، گروه معماری، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان،
ایران. Jahanbakhsh_sadegh@yahoo.com

سید محمد رشتیان

استادیار، گروه شهرسازی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.
rashtian.mohammad2022@gmail.com (نویسنده مسئول)

ناصر حسن پور کازرونی

استادیار، گروه معماری، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.
naser.hassanpur@hotmail.com

سید حمید آتش پور

دانشیار، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان،
ایران hamidatashpour@gmail.com

چکیده

مقدمه و هدف پژوهش: امروزه در شرایط اجرای قرنطینه خانگی ناشی از بحران‌ها مانند شیوع بیماری‌ها، کلاس‌ها به صورت غیرحضوری برگزار می‌شوند؛ که این روند پیامدهای بسیاری را برای آنها به دنبال دارد و ایجاد اختلال روحی یکی از آنها می‌باشد. پژوهش حاضر در پی بررسی علل ایجاد استرس ناشی از قرنطینه خانگی طولانی مدت باهدف تبیین رفتارها، نگرش‌ها و فرآیندهای برجسته تداعی معنابر جهت کاهش استرس دانش آموزان در محیط مسکونی آنها، روبه جلو خواهد رفت و در پی شناسایی رابطه مولفه‌های برجسته تداعی معنابر در محیط مسکونی افراد قرنطینه می‌باشد.

روش پژوهش: مطالعه کیفی (اکتشافی) حاضر با رویکرد پدیدارشناسی توصیفی (کلایزی) انجام گرفته است. در این روش اطلاعات از منابع معتبر موجود و انجام مصاحبه‌های نیمه ساختار یافته با دانش آموزان شهر اصفهان بر مبنای نمونه گیری هدفمند انجام شده است. برای تجزیه و تحلیل یافته‌ها از شیوه تحلیل کلایزی با استفاده از نرم افزار اطلس تی-آی، داده‌ها دسته بندی و توصیف شده‌اند. باتوجه به ارزیابی نتایج به روش کلایزی با مراجعه مجدد به هریک از شرکت کنندگان در فرآیندی گفتگو محور با آنها درباره یافته‌ها، اعتباریابی نهایی یافته‌ها صورت گرفته است.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان دهنده آن است که بر اساس مولفه‌های تداعی معنابر در مکان و در نظر گرفتن تاثیر ادراک حسی بردانش آموزان در قرنطینه خانگی، می‌توان با ارتقاء مولفه‌های ادراک حسی در فضا ارتباط دانش آموز با محیط خانه را بهبود نمود. در حقیقت، فرد در قرنطینه خانگی، با کنترل حرکات بدن از طریق ایجاد یک محیط چندلایه و پیچیده، زمان طولانی قرنطینه خانگی را بهتر سپری کرده و خستگی روحی کمتری برای او خواهد داشت.

نتیجه گیری: دانش آموز با ایجاد همبستگی در حواس خود، درک بهتری از محیط خود خواهد داشت که این امر ارتباط معنایی فضا و کاربرد را ارتقاء می‌دهد و در نتیجه استرس فردی کاهش می‌یابد

واژگان کلیدی: مسکن، معنای مکان، قرنطینه خانگی، استرس، دانش آموزان

مقدمه

در دوران معاصر یکی از مسائلی که در مورد جامعه بشریت وجود دارد مسئله مسکن مطلوب است. مطلوب است یعنی داشتن شرایطی که منطبق با نیازهای استفاده‌کنندگان است. لذا، ایجاد مطلوبیت مسکن برای افراد استفاده‌کننده در شرایط مختلف اجتماعی از جمله وظایفی است که برعهده معماران مسکن است (دبده، ۱۳۹۷: ۵۷). امروزه از آنجا که در شرایط قرنطینه‌خانگی ناشی از بحران‌ها مانند شیوع بیماری کووید-۱۹ تعطیلی مدارس، کلاسهای درس به صورت آنلاین برگزار می‌شوند. از این رو، کاهش زمان آموزش و کیفیت نامناسب خدمات آموزش آنلاین، عملکرد تحصیلی یادگیرندگان را کاهش داده است. حتی دانش‌آموزانی که از امکانات مناسب برای دسترسی به اینترنت و کلاسهای آنلاین برخوردارند، گزارش می‌دهند که برنامه آموزش آنلاین حتی از کلاسهای معمولی استرس‌زاتر است (Angdhiri, 2020).

بیان مساله

باتوجه به مشکلات به وجود آمده برای دانش‌آموزان در دوران قرنطینه‌خانگی، از جمله اختلالات روحی و روانی مانند اختلال استرس پس از سانحه و استرس ناشی از آموزش مجازی، لازم است تا کلیه عوامل موثر بر دانش‌آموزان در قرنطینه‌خانگی آنها از جمله محیط مسکونی- آنها مورد بازبینی قرار گیرد و با توجه به اهمیت محیط خانه بر فرد، بررسی تاثیر شاخص‌های محیطی خانه بر فرد امری ضروری است. از این رو، پژوهش حاضر در پی بررسی علل ایجاد و تشدید این اختلال روحی با هدف تبیین رفتارها، رویدادها، نگرش‌ها و فرآیندهای برجسته تداعی معنا در جهت کاهش استرس دانش‌آموزان در محیط مسکونی آنها، روبرو خواهد رفت و در پی شناسایی رابطه مولفه‌های برجسته تداعی معنا در محیط مسکونی- افراد قرنطینه‌شده می‌باشد. بنابراین، سوالات پژوهش پیش‌رو به شرح ذیل می‌باشد: الف) رفتارها، رویدادها، نگرشها و فرآیندهای برجسته تداعی معنا در کاهش استرس افراد قرنطینه‌شده که در محیط‌های مسکونی آنها اتفاق می‌افتد چه هستند؟ ب) رابطه میان مولفه‌های برجسته تداعی معنا در محیط مسکونی افراد قرنطینه‌شده چگونه است؟

پیشینه پژوهش

با توجه به بررسی پژوهش‌های انجام‌شده پیرامون موضوع تحقیق حاضر، باید اشاره کرد که در مورد بررسی مقوله استرس، مقاله‌ای تحت عنوان "رویکرد فرآیند استرس در جامعه‌شناسی سلامت روان: مطالعه جامعه شناختی

استرس" یکی از مطالعات صورت‌گرفته در زمینه جامعه-شناختی استرس می‌باشد و در مورد تحلیل و تعریف این مولفه با بیان انواع گونه‌های شکل‌گیری آن می‌باشد، تا دیگر پژوهش‌ها از جمله آثاری با عنوان "مفاهیم پایه در روانشناسی محیطی" که در زمینه تعریف و بحث در مورد مفاهیم روانشناسی محیطی موثر در معماری و شهرسازی است. از دیگر پژوهش‌های موجود از جمله "تبیین نقش مولفه معنا در فرآیند شکل‌گیری حس مکان"، "مولفه‌های عامل ایجاد سرزندگی ساکنین فضاهای زیستی" و غیره که مقوله مکان و وجوه مختلف معنی آن و مولفه‌های موثر بر آن مانند فضا، زمان و انسان و همچنین سرزندگی در محیط، مورد بررسی قرار گرفته است. در نگاهی جزئی‌تر، تود- (Todd, 2020) در مطالعه خود با عنوان "ادراک معلمان از تدریس کلاسی به مجازی" اظهار داشت که بیماری همه-گیر کووید-۱۹ با ایجاد قاعده‌های جدید آموزشی، تغییر عظیمی در آموزش ایجاد کرده است. تحول ناگهانی این امر و تاثیر آن بر معلمان منجر به ظهور مشکلات متعددی شده است؛ اما بسیاری از این مشکلات قابل حل بود. همچنین، نتایج پژوهش (ریاضی و ابراهیم‌زاده، ۱۳۹۴) تحت عنوان "ارائه راهکارهایی در طراحی محیط در مجموعه‌های مسکونی نسبت به کاهش استرس ساکنین" مبین آن است که طراحی ساختمان‌ها و دکوراسیون‌های داخلی می‌بایست بر اساس اصول علمی طراحی شوند. طراحی و معماری چه از لحاظ ساخت و چه از لحاظ تزئین نیازمند دقت بر ماهیت انسان و نوع رفتار و تاثیر گرفتن آن از محیط و بالعکس باشد. علاوه بر موارد گفته‌شده، نتایج پژوهش‌های انجام شده پیرامون تاثیر شیوع بیماری کووید-۱۹ بر دانش‌آموزان مانند پژوهش (ابوالمعالی، ۱۳۹۹) تحت عنوان "پیامدهای روانشناختی و آموزشی بیماری کرونا در دانش‌آموزان و راهکارهای مقابله با آنها" نشان‌دهنده این مطلب است که دانش‌آموزان در نتیجه بیماری کرونا و قرنطینه، در بعد فردی مشکلات روانشناختی مانند اضطراب، افسردگی، ناکامی، ترس، خشم، احساس تنهایی و در بعد بین فردی، مشکل در ارتباط با اعضا خانواده، محدودیت ارتباطی با دوستان و معلمان، در بعد آموزشی مشکلاتی مانند انگیزه و نگرانی از ارزشیابی شناسایی شد. بنابراین، بر اساس پژوهش‌های بررسی‌شده موجود، پژوهش‌های تجربی مرتبط درباره هر کدام از کلیدواژه‌های تحت‌بررسی در این تحقیق انجام-شده است، اما پیشینه‌ی در ارتباط با بررسی مولفه معنا در محیط‌های مجموعه‌های مسکونی با در نظر گرفتن قرنطینه‌طولانی مدت در آنها و تبعات ناشی از آن که موجب استرس در افراد می‌شوند نشده است و موضوع مورد بررسی فاقد نمونه تحقیقات تجربی می‌باشد.

مبانی نظری

است؛ بلکه بیشتر به دلیل وقفه ناگهانی در دوره آموزشی و اختلالات روان‌شناختی ناشی از آن است که دردانش-آموزان اتفاق می‌افتد (وثوقی و همکاران، ۲۰۲۰). با توجه به تعطیلی مدارس و روی آوردن به آموزش مجازی در دوران خانه‌نشینی لازم به ذکر است، یادگیری الکترونیکی، طی دهه های اخیر به عنوان یکی از کاربردهای مهم فناوری اطلاعات و ارتباطات در جهان مطرح بوده است. این شیوه آموزشی به دو صورت همزمان (زنده) و غیرهمزمان امکان برگزاری دارد (zandi.2020). بنابراین با توجه به مطالب بیان شده پیرامون موضوع پژوهش به طور کلی علل اهمیت نیاز به بازنگری رابطه دانش آموزان و محیط مسکن معاصر با توجه به پیامدهای شیوع بیماری کووید-۱۹ را می‌توان در قالب نمودار زیر (تصویر شماره ۱) دسته‌بندی و ارائه نمود.

درنگاهی کلی می‌توان تاثیر شرایط بحرانی بر فرد را این‌گونه بیان نمود که در شرایط بحران، هرگاه تعادل جسمی و روانی فرد دچار اختلال شود که ناخوشایندی به وی دست‌دهد، برای ایجاد توازن نیازمند به کارگیری نیروهای درونی و حمایت درونی و حمایت خارجی است.

قرنطینه یکی از اقدامات اساسی بهداشت عمومی است که شرایط خاص همچون همه گیری یک بیماری واگیر به منظور محافظت از سلامت عمومی استفاده می‌شود (دنیس و گومیل^۵، ۲۰۱۹). اما نتایج پژوهش‌های پیشین در مورد بیماری سارس^۶ و نیز پژوهش‌هایی که با شروع کرونا ویروس درباره اثرات روانی بلندمدت و کوتاه مدت قرنطینه خانگی انجام شده‌اند، بر اثرات نامطلوب روانی در تمام گروه های سنی و جنسیتی دلالت دارند. بیشترین اثرات کوتاه‌مدت درباره تجربه حاد استرس و اجتناب افراطی از نزدیکان و اثرات درازمدت نشانه‌های اضطراب، حمله وحشت‌زدگی، افسردگی و اختلال استرس پس از سانحه و حتی خودکشی بود (رضایی و همکاران، ۱۳۹۹: ۲۸۴). در بررسی اقشار مختلف جامعه، دانش آموزان یکی از مهمترین گروه هایی هستند که همواره در معرض حوادث و بحران‌ها هستند. نتایج برخی مطالعات دال بر آن است که بحرانها تاثیرات جدی بر خدمات آموزشی در جامعه دارند. این تاثیرات نه تنها دلیل وارد شدن آسیب به معلمان و دانش آموزان



تصویر ۱: بررسی پیامدهای قرنطینه خانگی بیماری کووید-۱۹ (پژوهشگران، ۱۴۰۲)

جدول ۱: دسته بندی حواس انسان در خانه

نوع احساس	توضیح
احساس بینایی	حس بینایی توانایی تشخیص و فهم بصری پدیده هایی از محیط است که با شخص فاصله دارند. از میان حواس، حس بینایی بیشترین ارتباط انسان را با محیط به عهده دارد. (پاکزاد، ۱۳۹۴: ۶۵)
احساس شنوایی	در صورتی که فضای بصری در پیش روی ما قرار گرفته و شامل اشیاء موجود در فضا می شود، فضای صوتی اطراف ما را فراگرفته است، مرز خاصی ندارد و خود شکل دهنده فضا است. (کارمونا و همکاران، ۱۳۹۴: ۸۷)
احساس بویایی	حس بویایی مانند حس شنوایی در محیط های پهناور و گسترده انسان بر آن بیشتر است و می تواند از آن دور و یا به آن نزدیک شود. اما امکان کنترل آن برای فرد در یک محیط کوچک کم است و در صورت نامطلوب بودن محرک بویایی فرد می تواند محیط را ترک نماید (هال، ۱۳۹۸: ۵۴)
احساس لامسه	حس لامسه احساس است که موجب تکامل تجربه از هستی می شود. حتی ادراکات بصری نیز در زنجیره ای مرتبط با حس لامسه تکمیل می شوند. گیرنده های لامسه، در یک ارگان خاص قرار ندارند بلکه در تمام سطح بدن پراکنده اند (اتیکسون، ۱۴۰۰: ۱۶۲).
احساس چشایی	گیرنده های این حس در دهان و خصوصا بر روی زبان قرار گرفته اند. محرک حس چشایی ماده ای قابل حل در بزاق می باشد. (هال، ۱۳۹۸: ۹۱)
احساس تحرک	حس حرکت از دسته حواسی تنی است و برای ادراک و رفتار زیستی است. حس حرکت موجب می شود تا با چشمان بسته، بتوان هر عضوی از بدن خود را پیدا و لمس کرد. با این حس می توان فهمید کدام پا جلو و کدام پا عقب قرار دارد، می توان اشیا را بلند کرد و سنگینی آن را تشخیص داد (پاکزاد، ۱۳۹۴: ۹۶).
احساس جهت یابی	تعیین جهت در فضا بر اساس دو سیستم مختلف است: قیاس بصری و حس جنبشی (شاهچراغی، ۱۳۹۶: ۱۶۱)
احساس معنایی	عرصه های عمومی می توانند مفاهیم و معانی چون جذابیت یا کسل کنندگی، هیجان آور یا آرامش بخش بودن، دوستانه یا مردم گریز بودن و غیره را انتقال دهند. این معانی قابل درک هستند و ادراک به صورت عکس العمل عاطفی و حس انسان به مکان، غالبا بسیار صریح و مستقیم به نظر می رسد، چرا که ما بدون اینکه ظاهرا متوجه فیزیکی بشویم این معانی را درک می کنیم (نیسر، ۱۹۷۶: ۳۲)

(پژوهشگران، ۱۴۰۲)

اساسی در بحث های تئوری معاصر پیرامون تن یافتگی مطرح است. وی می کوشد رابطه فرد و جهان را از طریق در نظر گرفتن تجربه ادراکی، به مثابه چیزی ناگسسته از جسمانیت باز پیکره بندی نماید. نظریه مرلوپونتی مبتنی بر این نکته است که بدن، یک منبع اساسی آگاهی و ادراک است (Diprose, 2012). برای مرلوپونتی بدن اساس و اصل اولیه ای است که از طریق آن سوژه خود را در جهان بیان می کند: «ادراک پدیداری بدنی (یا جسمانی) است، نه رویدادی ذهنی. به عبارت دیگر ما نه در مقام سوژه هایی که در برابر اعیان واقع شده اند، بلکه در مقام فاعل هایی بدمنند در جهان و از جهان، ادراک می کنیم.» (کارمن، ۱۳۹۰: ۴۸). مرلوپونتی در "پدیدارشناسی ادراک" اشاره می کند که ادراک صرفا یک عمل و فعالیت شناختی نیست، بلکه این فرد تجسد یافته است که با دیدن، حرکت کردن و قرار دادن بدن خود در ارتباط با چیزها به ادراک دست می یابد. از این رو بیان می کند، بدن تنها سکونت گاهی برای ذهن نیست بلکه گرانیگاه حضور انسانی در هستی است: «بدن صرفا یک ابژه از جهان نیست، بلکه ابزار ارتباطی ما با جهان است» (Merleau-Ponty, 1962: 80). بنابراین، بنابر پدیدارشناسی ادراک حسی و در نظر گرفتن تجربه-چندحسی که باعث تاکید بر آگاهی انسان می شود، لازم است تا در طراحی فضاهای مسکونی با این رویکرد، الویت ادراک که اساسی ترین لایه برای شناخت است به

در این صورت اگر در به کارگیری سازوکارهای جدید موفق شود و مسئله را به نفع خود حل کند، فرآیند سازگاری ایجاد شده است (موسی پور و همکاران، ۱۳۹۹: ۵۷). فضا زمانی برای افراد و کاربران قابلیت استفاده را می یابد که یک ارتباط معنایی بین فضا و کاربر ایجاد گردد چنین ارتباطی با توجه به میزان رفع نیازهای کاربران توسط محیط، در چند سطح طبقه بندی می گردد. معنای یک محیط حاصل تعامل بین توانایی های آن محیط و نیازهای فردی و جمعی استفاده کننده های آن است. همان گونه که نیازهای انسان در سطوح مختلف از زندگی او و در شرایط گوناگون (مکانی و زمانی) متفاوت است (ظاهر طلوع دل و اشرف، ۱۴۰۰: ۱۱۷). به طور کلی حواس انسانی در محیط خانه را می توان به صورت جدول شماره (۳) دسته بندی و ارائه نمود.

برخلاف آن که ارتباط بین حواس و نیز آگاهی از حضور هم زمان آنها در محیط سالهای زیادی است که از نظر دانشمندان و محققان روان شناسی محیط اهمیت داشته است؛ اما این قابلیت های حسی از سوی طراحان بسیار کم آزموده شده است. به همین دلیل امروزه طراحی چند حسی محیط و معماری حواس از سوی نظریه پردازانی مانند پالاسما به عنوان ایده ای برای بازگرداندن تعادل به محیط های نامطلوب امروزین مطرح شده است. (شاه چراغی و بند آباد، ۱۳۹۶: ۱۶۵). مبانی-نظری موریس مرلوپونتی^۷ به عنوان یکی از کانون های

درستی برای فرد القا شود و احساس به عنوان پلی بین فرد و محیط اطلاعات محیطی را به درستی انتقال دهد.

در جمع‌بندی از مرور نظریه‌های مختلف پیرامون اصول حاکم بر معنای مکان به نظر می‌رسد سه اصل تمایز، ارتباط و تداوم اصول حاکم بر محتوای معنای مکان را شکل دهند که بر سر آنها توافق نسبی وجود دارد (علی الحسابتی و چرنگو، ۱۳۹۴). این اصول فارغ از ارزش مثبت یا منفی حاکم بر فرآیندهای ادراک معنا هستند. تمایز پیش‌شرط لازم در ادراک معنا بوده و معنا را بدون ارتباط نمی‌توان متصور بود. این در حالی است که اصل تداوم از یک سو در مقابل گسست اهمیت یافته و از سوی دیگر به واسطه داشتن جنس زمان، حفظ اصالت و هویت را در بستر زمان دربر می‌گیرد. به این مفهوم که معنای به این منظور که در گذر زمان قابل ارجاع به ذهن باشند می‌بایست بر اساس معنای مشترک آشنا که در طی زمان مداوم بوده‌اند، شکل گیرند (علی الحسابتی و همکاران، ۱۳۹۶-۱۹). در حقیقت، پدیده‌های پایدار از نظر فضایی-زمانی و همچنین از نظر خصوصیات کیفی متداوم هستند. روان‌شناسان معتقدند این خصوصیات کیفی از قبیل جایگاه و ویژگی‌هایی نظیر رنگ، بافت و غیره هستند (Hall, 1998:29). اگرچه پدیده‌ها ممکن است دستخوش تغییراتی شوند، اما همچنان متداوم و پایدار باقی بمانند. به عبارتی تداوم به مفهوم ثبات و پویایی همزمان است. این تغییرپذیری در طول زمان نکته کلیدی در ارتباط با عناصر ماندگار است. در واقع، ماندگاری به معنی تغییرپذیری است به صورتی که تغییرات آن بسیار زیاد و قابل توجه نباشد (علی الحسابتی و همکاران، ۱۳۹۶:۱۹). برخی معتقدند این پیوستگی و استمرار نیاز به متصل کردن زمان با مکان دارد (Trigg, 2014:93). که این مهم به واسطه عملکردهای حافظه و ذهن ممکن می‌شود (Casey, 2004: 42). بنابراین، اهمیت ذهن نیز در ادراک معنی تا حدی است که روان‌شناسان تصویرسازی ذهن انسان را معادل معنی‌سازی می‌دانند (Martsin, 2012).

درنگاهی جزئی‌تر، معماری مهمترین وسیله‌ای است که ما را با مکان و زمان پیوند می‌دهد و به ابعاد آن مقیاسی انسانی می‌بخشد. معماری فضای بی‌کران و زمان بی‌پایان را مانوس می‌کند تا انسان بتواند آن را تاب آورد، در آن زندگی را سرکند و آن را بفهمد (پالاسما، ۱۳۹۶:۲۶). لذا، تنها از طریق زمان تجربه ما از فرم توسعه می‌یابد. زمان هم صرفاً وابسته به فرم نیست؛ چرا که تجربه بصری که در نتیجه حرکت در ارتباط با فرم اتفاق می‌افتد، تنها تجربه زمانی نیست. زمان در ارتباط

با تاریکی و روشنی، شلوغ شدن و خلوت شدن خیابان در ساعاتی از روز نیز قابل ادراک است. از دیگر سو عوامل ذهنی هم وجود دارند که بر ادراک زمان مؤثرند. سه متغیر که به طور خاص بر ادراک زمان تأثیر دارند، عبارتند از: الف) هوشیاری و میزان پردازش اطلاعات، ب) انگیزتگی و ج) حالات احساسی (Angrilli et al., 1997:972). از نمونه‌های به کارگیری حس زمان در طراحی می‌توان به دستکاری زمان در باغ‌های تفریحی قرن ۱۷ در ژان اشاره کرد. در این باغ‌ها کنترل حرکات بدن از طریق ایجاد یک محیط پیچیده و چندلایه صورت گرفته که این امر علاوه بر آرام کردن فیزیکی شخص، توجه مستقیم، انگیزتگی و همچنین میزان پردازش اطلاعات را افزایش می‌دهد. در نتیجه این حقیقت که شخص به لحاظ فیزیکی کندتر می‌شود، می‌تواند با یک افزایش در طول زمان ذهنی همراه شود. این امر منجر به یک خطای حسی مبنی بر این که زمان بیشتری گذشته و فاصله بیشتری پیموده شده می‌گردد، بنابراین باغ تجربه شده به لحاظ فضایی و زمانی بزرگتر از ابعاد باغ واقعی به نظر می‌رسد (Isaacs, 2001:122-125).

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی- توسعه‌ای است که با رویکرد کیفی و از نوع پدیدارشناسی توصیفی با تحلیل به روش کلایزی^۱ انجام گرفته است. گردآوری اطلاعات بر اساس مطالعات کتابخانه‌ای پیرامون مبانی نظری پژوهش و مصاحبه نیمه ساختاریافته با نمونه‌گیری هدفمند انجام شده است. در این راستا مشارکت‌کنندگان این پژوهش دانش‌آموزان دختر مقطع دوره دوم- متوسطه (پایه دهم) ناحیه سه اصفهان بوده‌اند. معیارهای انتخاب شرکت‌کنندگان در پژوهش شامل این موارد بود: حضور در پایه دهم و مشغول به تحصیل در یک مدرسه و شرایط آموزشی یکسان، ساکن در مجتمع مسکونی، داشتن توانایی در بیان احساسات و نظرات و انتقال- مناسب آنها و تمایل به شرکت داوطلبانه در پژوهش. روش گردآوری داده‌ها در این پژوهش به این صورت است که پروتکل مصاحبه توسط پژوهشگران ساخته شده؛ پس از اجرای چند مصاحبه اولیه، سوالات بازبینی و پروتکل نهایی مصاحبه تدوین شد. پس از درجریان گذاشتن مصاحبه‌شونده پیرامون پژوهش بر اساس پروتکل نهایی، فرد مورد پرسش قرار گرفت. نوع سوالات مصاحبه از نوع اکتشافی بود که نمونه‌ای از سوالات شامل: «در دوران خانه‌نشینی چه حسی داشتید؟ حس و حال خودتان در آن دوران را چگونه توصیف می‌کنید؟»؛ «آموزش و یادگیری

درستی نتایج مشخص شود. در واقع از روش بازیابی بیرونی یا روش کسب اطلاع از همکاران^۴ استفاده شد؛ برای دستیابی به اصل اطمینان، روش تحلیل کلایزی که یک روش قابل قبول از سوی پژوهشگران پدیدارشناسی است، انتخاب گردید. برای تصدیق نیز سعی شد پژوهشگران پیش فرضهای پیشین خود را در فرآیند جمع‌آوری، تحلیل و گزارش اطلاعات دخالت ندهند.

یافته های پژوهش

در این پژوهش اطلاعات حاصله از مصاحبه‌ها با مشارکت‌کنندگان، محصول تجربه آنها از قرنطینه‌خانگی و آموزش مجازی در دوران خانه‌نشینی ناشی از شیوع بیماری کووید-۱۹ بوده است. در بررسی داده‌های گردآوری شده، در ابتدا از بازخوانی مکرر مصاحبه‌ها ۳۳۰ روایت به دست آمد. در مرحله بعدی، با مرور دوباره جملات مهم و معانی صورت بندی شده مستخرج از مصاحبه‌ها، داده‌ها در قالب ۱۱ توصیف محتوایی (اصلی) دسته‌بندی و ارائه شده‌اند که هر محتوای توصیفی با در نظر گرفتن مبانی نظری پژوهش و سوالات پژوهش در جهت مدیریت داده‌ها برای یافتن پاسخ به سوالات از نرم‌افزار اطلس تی-آی حاصل شده است. به طور کلی شاخص‌های به دست آمده از توصیف محتوایی داده‌ها در جدول شماره ۲ دسته‌بندی و ارائه شده است.

درسی شما در این دوران چگونه سپری شد؟ "چه بینش-وفکری نسبت به دوران خانه‌نشینی بیماری کووید-۱۹-داشتید؟". برای رعایت اصول اخلاقی، رضایت اولیه از کلیه شرکت‌کنندگان در این مصاحبه اخذ و محققان در مورد حفظ رازداری به آنها اطمینان خاطر دادند. پس از انجام مصاحبه‌ها، فایل‌های صوتی به صورت کلمه‌به‌کلمه پیاده‌سازی شدند. لازمه ذکر است، تمامی مراحل تحلیل داده‌ها و ارائه خروجی‌ها در این پژوهش در نرم‌افزار اطلس تی-آی^۲ انجام شده است. بنابراین، پس از انجام مصاحبه‌ها و پیاده‌سازی آنها بر کاغذ، پژوهشگران چندین مرتبه متن را مورد مطالعه قرار دادند تا بینشی کلی نسبت به تجربه زیسته دانش‌آموزان حاصل کنند. سپس در ادامه جملات مهم در رابطه با پدیده مورد مطالعه در قالب گزاره‌های مهم استخراج و دسته‌بندی شدند. سپس، گزاره‌های استخراج شده در قالب معانی صورت‌بندی شده و طبقه‌بندی مفاهیم مشترک دسته بندی و ارائه شد. و در نهایت، با رجوع به مبانی نظری پژوهش و مطالب اصلی، و مقایسه مفاهیم و ترکیب آنها، توصیف نهایی پدیده مورد مطالعه حاصل شد. به منظور اعتباربخشی به یافته‌ها، نمونه‌گیری تا رسیدن داده‌ها به حد اشباع انجام شد و کدهای حاصل از تحلیل‌ها با بیانی واضح به مشارکت‌کنندگان ارائه شده و درباره صحت دریافت پژوهشگر از گفته‌ها بررسی به عمل آمد. برای تضمین باورپذیری^۳ متن مصاحبه در اختیار همکاران پژوهشگر قرار گرفت تا

جدول ۲: شاخص‌های به دست آمده از توصیف محتوایی داده‌ها

مضامین اصلی	مضامین	شواهد
زمان رفتاری (بازه طولانی قرنطینه خانگی)	فعالیت در خانه در زمان قرنطینه	انجام فعالیت در محیط ثابت در زمان قرنطینه - افزایش تعامل خانوادگی در دوران قرنطینه - انجام فعالیت متواتر در بازه زمانی طولانی در خانه - تمایل به انجام فعالیت سرگرم کننده متنوع در قرنطینه طولانی - انجام فعالیت های مورد علاقه فرد در جهت سپری شدن زمان قرنطینه
	همبستگی حواس و ادراک انسانی	توجه به حس بویایی - توجه به حس شنوایی - توجه به حس بصری
	اثر بخشی ارتباط انسان و محیط	حضور عناصر طبیعت در فضا
	افزایش لایه های امنیتی برای جلوگیری از شیوع بیماری	حفظ فاصله فردی بیرون از خانه - ایجاد محدودی در ارتباط با سایرین - ایجاد محدودیت در ارتباط با همسایگان
	آسیب های فردی در آموزش مجازی	تاثیر بیماری بر روند آموزشی - ایجاد استرس ناشی از کیفیت پایین و عدم ارتباط مناسب در آموزش مجازی - تاثیر قرنطینه طولانی مدت بر روند آموزشی - عدم توجه کافی فرد به تمامی دروس در آموزش مجازی - بازدهی نامناسب روند آموزش مجازی - عدم داشتن تمرکز لازم در آموزش مجازی - عدم رضایت از آموزش مجازی و دوری از مدرسه - استرس امتحانات در آموزش مجازی
رفتار فردی (دانش آموز)	نکات مثبت آموزش مجازی در قرنطینه خانگی	دسترسی به آموزش سراسری از طریق مجازی - تقویت نقاط ضعف از طریق آموزش مجازی - داشتن حس مثبت در آموزش مجازی و دوری از مدرسه
	کنترل آسیب فردی	ایجاد حس آرامش و امنیت در فضای باز - انجام مدیتیشن جهت کاهش استرس فردی - انجام فعالیت مختلف در جهت کاهش استرس فردی - ایجاد سکوت و آرامش در خانه - کنترل وضعیت نامناسب روحی از شرایط بیماری

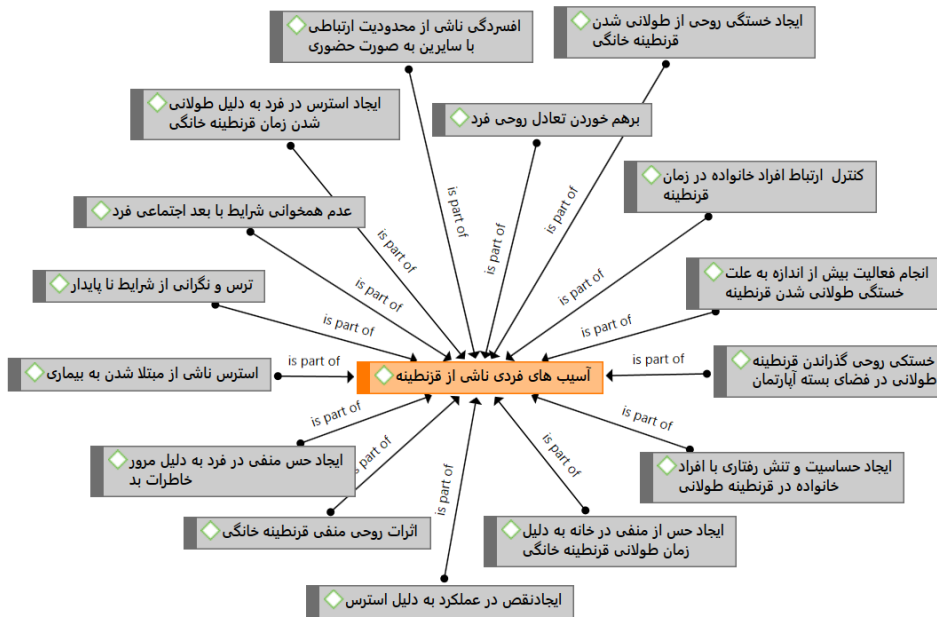
مضامین اصلی	مضامین	شواهد
		و قرنطینه
	آسیب‌های فردی ناشی از قرنطینه	خستگی روحی گذراندن قرنطینه طولانی در خانه- اثرات روحی منفی قرنطینه بر فرد- کنترل ارتباط افراد خانواده در زمان قرنطینه- ایجاد حس منفی در فرد به دلایلی مرور خاطرات فرد- ایجاد خستگی روحی از طولانی شدن قرنطینه- ایجاد حساسیت و تنش رفتاری با اراد خانواده- انجام فعالیت بیش از اندازه به علت خستگی روحی- عدم همخوانی شرایط با بعد اجتماعی فرد- برهم خوردن تعادل روحی فرد- ایجاد نقص در عملکرد به دلیل استرس- ترس و نگرانی از شرایط ناپایدار- استرس ناشی از مبتلا شدن به بیماری- افسردگی ناشی از محدودیت ارتباطی با سایرین به صورت حضوری- ایجاد ترس در فرد به دلیل طولانی شدن قرنطینه خانگی- ایجاد حس منفی در خانه به دلیل زمان طولانی قرنطینه خانگی
	شاخص فیزیکی در سرزندگی محیط خانه	تأثیر نور طبیعی بر سرزندگی محیط- تأثیر عناصر طبیعی بر تعادل روحی فرد- تأثیر رنگ بر سرزندگی محیط
محیط رفتاری (خانه)	شاخص روانی در سرزندگی محیط خانه	درونگرایی و علاقه به در خانه ماندن- عدم ارتباط زیاد با همسایگان در شرایط عادی- داشتن حس امنیت در فضای خانوادگی- داشتن حس امنیت و آرامش در فضای شخصی
	ارتقاء شاخص فیزیکی در سرزندگی محیط خانه	تمایل به ایجاد تنوع فضایی در خانه در زمان قرنطینه- تمایل به ایجاد دید بصری مناسب از فضای داخلی به بیرون- نیاز به تغییر ساختار درونی خانه به دلیل بازه طولانی قرنطینه- تمایل به زندگی در خانه هوشمند- تمایل به وجود استخر و انجام ورزش آبی در خانه- تمایل به وجود فضای باز خصوصی در خانه- تمایل به وجود امکانات ورزشی خصوصی در خانه

(پژوهشگران، ۱۴۰۲)

در بررسی پدیده مورد بررسی در پژوهش و مقوله ماهیت رخداد های فردی در قرنطینه خانگی، یکی از مواردی که در تمامی مصاحبه‌ها با ماهیت موضوعی مشابه گردآوری شده‌است، آسیب‌های فردی ناشی از قرنطینه است. با مقایسه مداوم این گزاره‌ها با موارد موضوعی ارائه‌شده در پرسشنامه‌های معتبر استرس و استرس پس از سانحه، «آسیب‌های فردی ناشی از قرنطینه» اشاره به این نوع اختلال دارد. در حقیقت تمامی مواردی که افراد از آنچه در دوران قرنطینه در محیط مسکونی آنها در افراد رخ داده‌است، نشانه‌های استرس پس از سانحه می‌باشد که این موارد پدیده مورد بررسی در پژوهش را شناسایی کرده‌اند. همسو با نتایج تحقیق حاضر، در پژوهشی (Alhosseini Abolmaali, 2020) نتایج نشان دهنده این مطلب است که دانش‌آموزان در دوران کرونا با مشکلات روانشناختی زیادی روبرو شده‌اند. از طرفی با توجه به کم‌تحرکی دانش‌آموزان و معلمان مشکلات جسمی نیز گریبان‌گیر آنان خواهد شد، و اغلب دچار اضافه وزن می‌شوند که علی‌الخصوص اضافه وزن دانش‌آموزان آسیب جدی به سلامت فیزیکی نسل آینده می‌زند.

با بررسی تغییراتی که در فرد در مدت زمان طولانی قرنطینه و شرایط ناپایدار زندگی او رخ می‌دهد، استرس فردی (استرس پس از سانحه) قابل رویت و شناسایی است. یکی از مهمترین علل ایجاد این اختلال برهم خوردن تعادل محیطی بر اثر مقیاس زمانی و تأثیر مهم زمان بر قرنطینه و ایجاد خستگی بر اثر آن در فرد است. به طور کلی این آسیب‌ها در تصویر شماره (۲) دسته بندی و ارائه شده است.

از تأثیرات استرس بر فرد با توجه به شرایط فرد می‌توان به تأثیرات هیجانی (احساس افسردگی و اضطراب)، فیزیولوژیکی (اختلال در عملکرد جسمی)، شناختی (کاهش تمرکز و توجه) و رفتاری (گریز از فعالیت) اشاره کرد که همگی بر اثر تجربه فرد از وضعیت تهدیدکنندگی و محیط قرار گرفته در آن اشاره دارد که این شرایط موجب نقص در عملکرد حافظه معنایی و رویدادی فرد می‌شود. ترس و نگرانی از شرایط ناپایدار از جمله عواملی است که در بحران روانشناختی ویروس کووید-۱۹ به وجود آمد. در حقیقت ترس و نگرانی از شرایط ناپایدار همان اختلال استرس پس از سانحه است، که با نشانه‌های مختلف در فرد بروز می‌نماید. در گزاره‌های استخراج شده در این پیرامون می‌توان به این مورد اشاره نمود: «خیلی نگران بودم که چی پیش میاد و تعداد کشته‌ها و سختی زندگی برای همه خیلی بد بود».



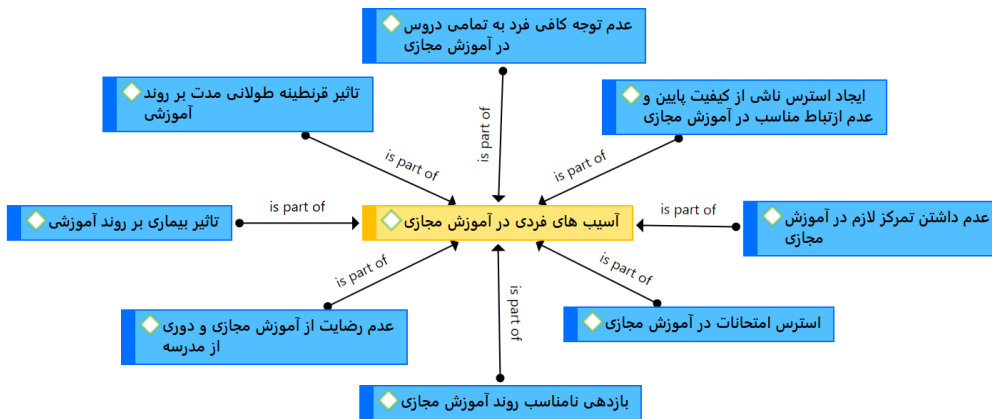
تصویر ۲: آسیب های فردی ناشی از قرنطینه خانگی (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار ATLAS.ti 8)

همچنان که نتایج سایر مطالعات همچون اوزدوگرو (Ozudogru, 2021) نیز مشخص کرده است، کمتر شدن روابط و تجارب از معایب آموزش مجازی به شمار می رود. به عبارت دیگر استفاده از آموزش مجازی خیلی از روابط اجتماعی و تماس های حضوری دانشجویان را کم کرد به طوری که ارتباط آنها با دیگران بویژه اساتید یک طرفه بود که پیامدهای منفی آموزش مجازی بود. این شکل از آموزش می تواند خلاقیت و نوآوری را کم و حتی انگیزش تحصیلی را پایین آورد. برای تبیین این مورد می توان گفت که بدلیل قطع شدن تعاملات مستقیم و چهره به چهره با معلمان، اساتید و دوستان افراد دچار چالش هایی مانند حواس پرتی، تنبلی و خلق پایین و کاهش انگیزه و انزوای اجتماعی می گردند؛ بطوری که این مساله می تواند اثرات منفی بر تمایل انجام وظایف تحصیلی و لزوم پایبندی به موازین درسی و کلاسی را به همراه داشته باشد.

در بررسی سایر شاخص های محتوایی توصیف شده از پژوهش، «آسیب های فردی در آموزش مجازی» حائز اهمیت است. از آنجایی که قرنطینه خانگی ناشی از بیماری کووید-۱۹ از قرنطینه های طولانی دوران اخیر می باشد و افراد تجربه ای پیرامون قرنطینه طولانی مدت را در دوران اخیر نداشته اند، لذا امکانات آموزشی به صورت مجازی هماهنگ با نیازهای امروز نبوده و همین امر موجب ایجاد استرس و بازدهی نامناسب در دانش آموزان شده است، که این زیان و خسارت نیاز به دورانی طولانی برای ترمیم در فرآیند آموزشی دانش آموزان دارد. در حقیقت بازدهی پایین آموزش مجازی خود عاملی

مهم در ایجاد استرس در دانش آموزان شده، زیرا عدم کنترل شرایط و آموزش ناقص در این دوران اثری نامطلوب بر روان آنها دارد. این آسیب ها به علت وقفه ناگهانی در دوره آموزشی و اختلالات روانی ناشی از آن است که در دانش آموزان اتفاق می افتد. آسیب هایی که به علت تجربه شرایط در گذشته برای دانش آموز تشدید و موجب بازدهی نامناسب آموزشی در دانش آموز شده است. از آسیب های فردی ناشی از آموزش مجازی می توان به عدم توجه کافی فرد به دروس، استرس امتحانات حضوری و غیره اشاره نمود که همگی در تصویر شماره (۳) در قالب نموداری ارائه شده است. با توجه به ناپایدار بودن شرایط در قرنطینه خانگی، نگرانی ها و استرس های ناشی از دوران، خود عاملی جدی در جهت تشدید اختلال استرس پس از سانحه بوده است. به عنوان مثال در مقوله عدم داشتن تمرکز لازم در آموزش مجازی می توان به این گزاره استخراج شده از مصاحبه ها اشاره نمود: «همیشه یا فیلم می دیدم یا توی پینترست می چرخیدم، واقعا سر کلاس گوش نمی دادم و کلاسها را ضبط می کردم و وقت هایی که حوصله داشتم می دیدم و جزوه می نوشتم» و یا «درس نمی خوندم و گوش نمی دادم، ترجیح می دادم فیلم ببینم یا نقاشی بکشم».

با توجه به نمودار ارائه شده و موارد عنوان شده، لازم به ذکر است که آسیب های فردی و آسیب های ناشی از آموزش مجازی بر دانش آموز که اساسا از پیامدهای قرنطینه خانگی طولانی و بیماری کووید-۱۹ می باشد. این آسیب ها ریشه در وجود سندرم ساختمان در دوران معاصر

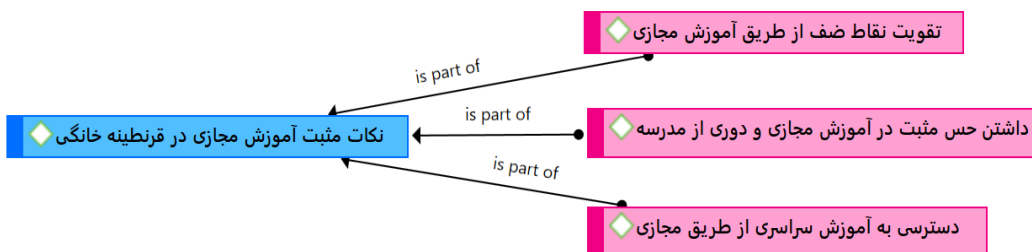


تصویر ۳: آسیب‌های فردی در آموزش مجازی (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (ATLAS.ti (8)

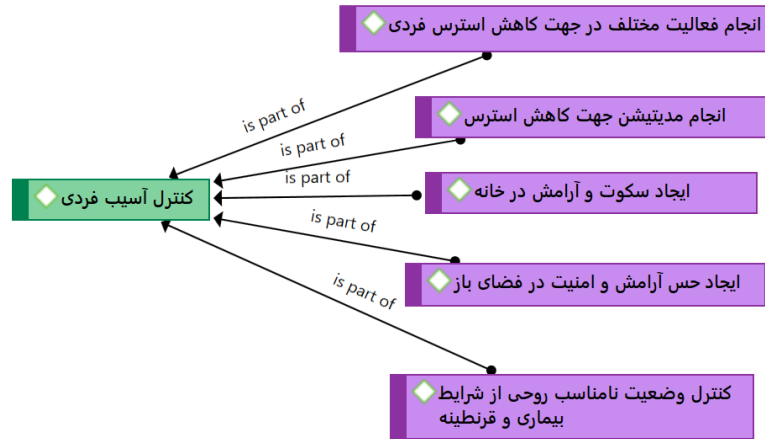
اند: از یک طرف می‌شد با شهرهای دیگه ارتباط داشت و کلاس آنلاین داشت و پیشرفت درسی داشت. همچنین، بررسی‌ها نشان داد که دانش‌آموزان مورد مطالعه، در جهت «کنترل آسیب‌های ناشی از قرنطینه خانگی» و شرایط ناپایدارشان، فعالیت‌هایی را انجام می‌داده‌اند (تصویر ۵)) که انجام هرکدام در چارچوب محیط مسکونی آنها در فرد اثر گذار بوده‌است، فعالیت‌هایی مانند انجام مدیتیشن جهت کاهش استرس، ایجاد سکوت و آرامش در خانه، ایجاد حس آرامش و امنیت در فضای باز، کنترل وضعیت نامناسب روحی از شرایط بیماری و قرنطینه و انجام فعالیت‌های مختلف در جهت کاهش استرس. در این راستا از داده‌های استخراج شده از مصاحبه‌ها، می‌توان به موارد زیر اشاره نمود: با آهنگ-گوش کردن و ورزش کردن استرسم از بین میره؛ «عاملی که به آرامش من کمک می‌کرد یکی مدیتیشن بود و دیگری شکرگذاری بود مثلاً نماز»؛ «وقتی دل‌م می‌خواست هوا بخورم، سرمو از پنجره می‌بردم بیرون و فقط هوا می‌خوردم»؛ «یک قهوه یا نوشیدنی سرد باعث می‌شد از فاز درسی خارج بشم و به خودم فاز آرامش بدم و به چیزی فکر نکنم».

دارند که نیاز به بازنگری در مسکن‌معاصر را دو چندان می‌کند. زیرا مقوله قرنطینه خانگی طولانی و انجام فعالیت‌ها در خانه در زمان طولانی، پدیده‌ای است که در آینده بیشتر شده و با توجه پیشرفت جهانی، حتی در صورت وجود ایمنی و امنیت در ارتباطات اجتماعی، جهان پنجم رو به دورکاری و استفاده از ربات‌ها (استفاده از هوش مصنوعی) برای انجام فعالیت‌ها می‌باشد، زیرا علاوه بر ایجاد شرایط بحرانی نامترقبه، با گرم‌شدن کره زمین و نگرانی‌ها از بالا رفتن جهانی دمای هوا، دورکاری و قرنطینه خانگی در الویت قرار خواهد گرفت.

یکی دیگر از مواردی که شرکت‌کنندگان در پژوهش بر آن اشاره کرده‌اند «نکات مثبت آموزش مجازی در قرنطینه خانگی» است (تصویر ۴)). این نکات شامل تقویت نقاط ضعف از طریق آموزش مجازی، داشتن حس مثبت در آموزش مجازی و دوری از مدرسه که افراد در جهت زمان مطالعه بیشتر را مدنظر داشته‌اند و در نهایت به دسترسی به آموزش سراسری از طریق مجازی اشاره شده‌است. در جهت این مقوله استخراج شده می‌توان به گزاره زیر اشاره نمود که افراد در مصاحبه‌های خود گفته-



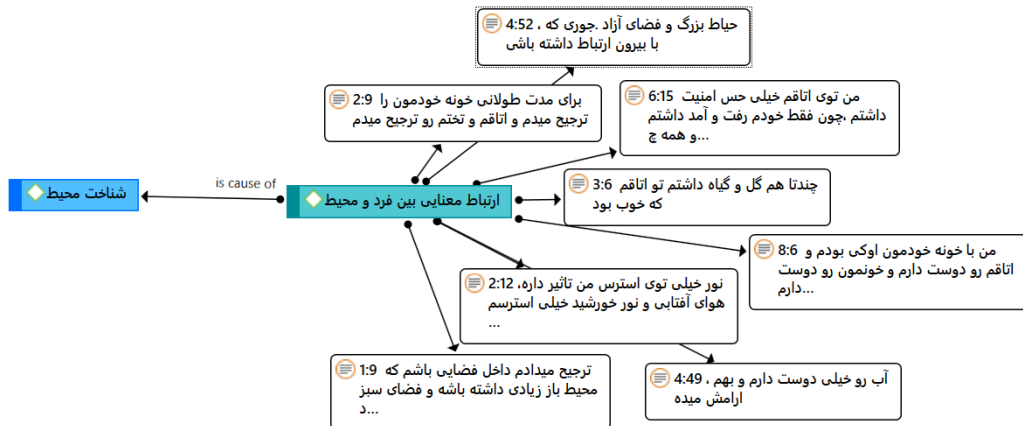
تصویر ۴: نکات مثبت آموزش مجازی در قرنطینه خانگی (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (ATLAS.ti (8)



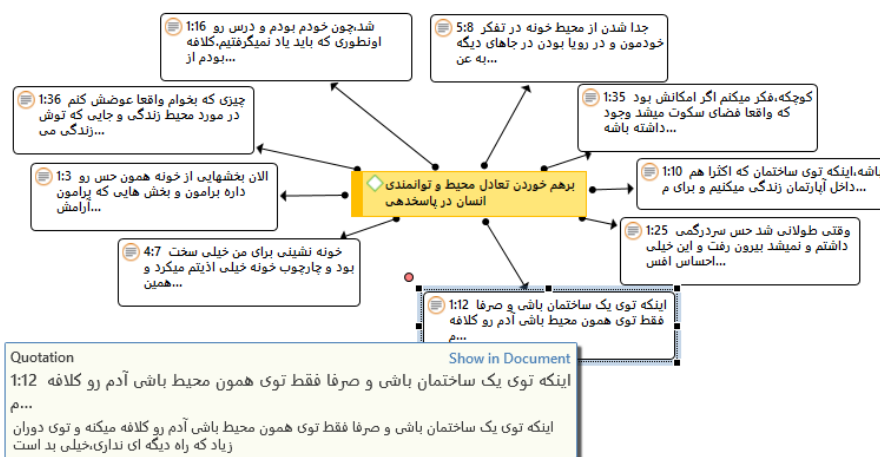
تصویر ۵: کنترل آسیب فردی (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (8) ATLAS.ti)

روحي و رواني خود در اين شرايط بوده‌اند. فعاليت‌هايي که در تصوير شماره (۶) به تفصيل بيان شده‌است. نکته حائز اهميت در اين مقوله ايجاد ارتباط معنایی بين فرد و محيط مي‌باشد که در نهايت منجر به شناخت محيط بوده‌است و مولفه اثرگذار در جهت کنترل نيازهاي روحي و رواني فرد شناخت محيط مي‌باشد.

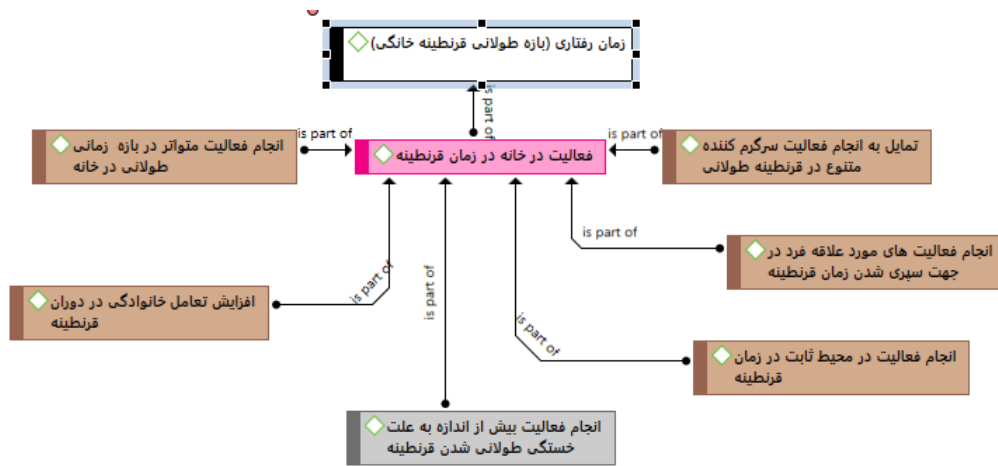
همانطور که در مباني نظري پژوهش نيز گفته شد، فرآيند شناختي محيط شامل مراحل است که عناصر محيطي موجود موجب مفهوم سازي در ذهن فرد شده که در نهايت موجب معنایابی و تداعي برای فرد می شود که به حل مسأله در محيط می انجامد. از اين رو بررسی ها نشان داد که دانش‌آموزان مورد مطالعه، با ايجاد ارتباط معنایی با محيط سعی بر برطرف کردن نيازهاي



تصویر ۶: ارتباط معنایی فرد با محیط (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (8) ATLAS.ti)



تصویر ۷: برهم خوردن تعادل محیط و توانمندی انسان در پاسخدهی (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (8) ATLAS.ti)



تصویر ۸: بررسی زمان رفتاری دانش آموز (بعد زمان در معنای مکان) حاصل از یافته های پژوهش (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (ATLAS.ti (8)

آن اشاره کرده‌اند که بر موارد مختلف اثرگذار است. پس از جمله عواملی که در شناخت و ادراک محیط در فرد موجب تنش‌شده و فشارهای محیطی به درستی پاسخ داده نمی‌شود، توجه به مقوله زمان است که با توجه به ویژگی فعالیت و محدوده فعالیت در خانه اثرگذار است. به بیان دیگر، انجام فعالیت در محیط ثابت در زمان طولانی قرنطینه باعث برهم خوردن تعادل محیط و فرد بر اثر طولانی‌شدن فعالیت‌ها در زمان طولانی ولی در محیط ثابت می‌شود که با ایجاد محیط انعطاف‌پذیر و ایجاد این امکان برای فرد در جهت ایجاد تنوع فضایی در محیط ثابت می‌توان ارتباط مولفه زمان-انسان در فضای ثابت را ارتقاء داد، از این رو آسیب‌های فردی از جمله استرس کاهش می‌یابد.

همچنین، انجام فعالیت در محیطی ثابت در بازه زمانی طولانی موجب ایجاد خستگی روحی در فرد شده و محیط توانایی پاسخی نیازهای فرد را از دست می‌دهد. لذا در جهت پاسخگویی به همبستگی ادراک انسانی و حواس درباره زمانی طولانی لازم است تا فرد بر اثر فعالیت‌های مختلف در محیط ثابت بتواند تغییرات محیطی اعمال کند. علاوه بر موارد گفته شده، در زمان قرنطینه‌خانگی افراد در فضای مسکونی خود به انجام فعالیت‌هایی پرداخته تا در بازه زمانی طولانی تغییر ایجاد کند، در حقیقت این تغییر باعث تغییر در نگرش فرد و روحیه او شده که به کنترل وضعیت نامناسب روحی او در شرایط ناپایدار کمک می‌کند. انجام فعالیت‌های ورزشی، مدیتیشن، قرارگیری در حریم شخصی، نگهداری از عناصر طبیعی مانند گیاهان باعث تغییر در رویدادهای زندگی فرد می‌شود و فرد با انجام فعالیت‌های شخصی نگرش خود را نسبت به زندگی تغییر می‌دهد. این رویداد

همچنین در بررسی گزاره‌های مهم استخراج شده از مصاحبه‌ها، دانش‌آموزان نکاتی را ذکر کرده‌اند که نشانگر برهم خوردن تعادل محیط در توانمندی پاسخی به نیازهای فردی می‌باشد. به طور کلی این گزاره‌ها در نمودار زیر (تصویر شماره ۷) دسته بندی و ارائه شده‌است.

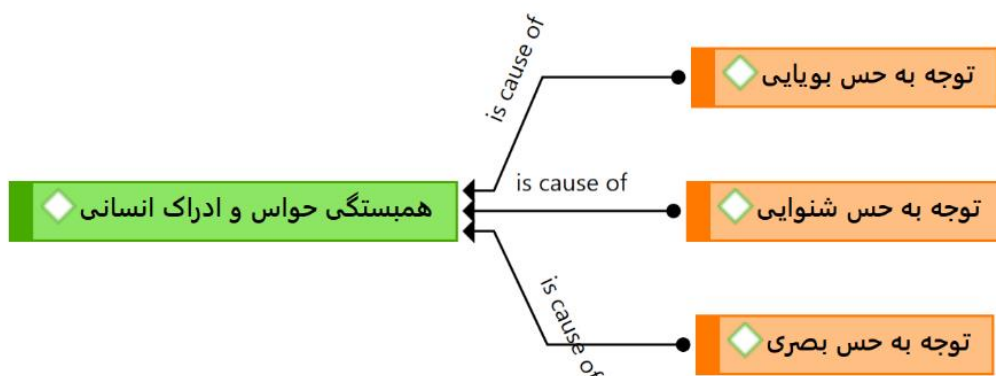
در بررسی الزام قرنطینه خانگی ناشی از شیوع بیماری کووید-۱۹ و رفتار فردی دانش‌آموز از شرایط ناپایدار و سخت شیوع بیماری و آموزش مجازی با کیفیت نامناسب در زمان طولانی، اهمیت وجود محیط رفتاری (خانه) با در نظر گرفتن ابعاد آن را دوچندان می‌کند. پس به وجود آمدن این شرایط و الزام بر قرنطینه خانگی در این شرایط بحرانی نیاز به محیطی غنی دارد تا انسان بر اثر ارتباط با محیط در زمان طولانی قرنطینه بتواند شرایط را کنترل کند. در دسته‌بندی یافته‌های مرتبط با زمان رفتاری (قرنطینه‌خانگی) که دانش‌آموزان بیان کرده‌اند، شاخص‌هایی اثرگذار پدیدار شده‌است که به طور کلی این شاخص‌ها در نمودار زیر (شکل ۸) دسته بندی و ارائه شده‌است.

یکی از موارد مهم اثرگذار در شاخص تداعی معنای محیط بر اساس روابط سه‌گانه انسان-فضا-زمان، مقوله زمان می‌باشد که در دوران طولانی قرنطینه‌خانگی از جهات مختلف مدنظر دانش‌آموزان بوده‌است. فعالیت‌هایی که بر اساس ویژگی و محدوده آنها دسته‌بندی می‌شوند و تاثیر مهم زمان بر فعالیت‌های مختلف از جهات مختلف مانند مقدار زمان انجام فعالیت، طول مدت فعالیت، انجام پی‌درپی فعالیت‌آثار مهم بر روان فردی دانش‌آموز داشته است. بازه زمانی قرنطینه و طولانی بودن آن از جمله عواملی است که مصاحبه‌شوندگان در پاسخ‌های خود به

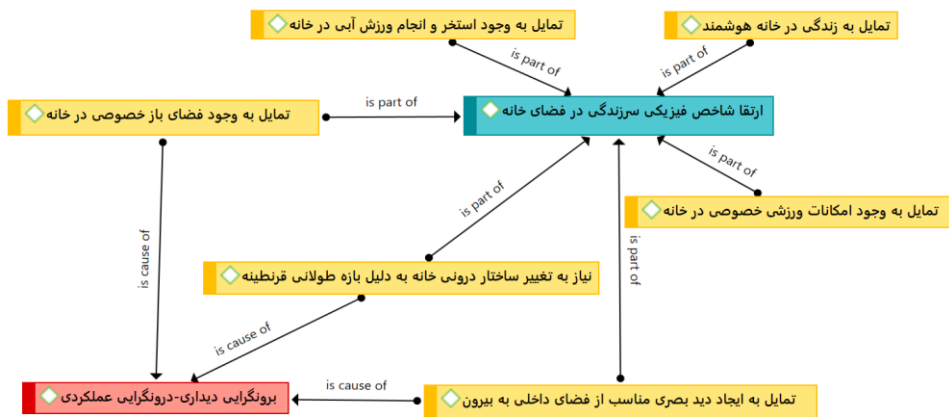
عناصر طبیعت در فضا، آشپزی کردن و شیرینی‌پزی در دوران خانه‌نشینی اشاره کرده‌اند که همگی بر حس بویایی و ایجاد درک بهتر از شرایط در نهایت حس بهتر شده‌است.

همچنین با توجه به موارد گفته شده در مصاحبه‌ها، شاخصی که می‌تواند در ارتباط بهتر دانش آموز با محیط در دوران طولانی قرنطینه خانگی اثرگذار باشد، شاخصی است که نیازهای فرد را فراهم می‌کند. با در نظر گرفتن شاخص روانی و فیزیکی موثر بر سرزندگی افراد در مسکن مانند جدایی فضایی عمومی و خصوصی، سکوت و آرامش، ایمنی و امنیت، میزان محصوریت، بخش بندی فضایی، نور طبیعی، باد و تهویه طبیعی، بازشوها و پنجره‌ها و غیره می‌توان با ایجاد فضای باز بزرگتر که محصوریت خود را داشته و فقط از درون به بیرون دید وجود داشته باشد، تنوع محیطی را در فضای خانه ایجاد کرد، در حقیقت فضای بازی که بتوان در آن فعالیت‌های مختلفی در فضای باز به راحتی انجام داد. به طور کلی می‌توان با ایجاد برونگرایی دیداری- درونگرایی عملکردی مقوله تداعی معنا و مولفه‌های موثر بر آن را ارتقا داد که در نتیجه استرس دانش‌آموزان کاهش می‌یابد. به بیان دیگر، با ایجاد دید بصری از فضای داخل به بیرون، فرد حس خفگی و خستگی روحی ناشی از محیط بسته خانه در مدت زمان طولانی را کمتر احساس می‌کند. و درک- فضایی بهتری نسبت به خانه در مدت زمان طولانی قرنطینه دارد. از این رو، ارتباط بین برونگرایی دیداری- درونگرایی عملکردی با ارتقاء شاخص فیزیکی سرزندگی در خانه (محیط کالبدی) در نمودار زیر (تصویر ۱۰) ارائه شده است.

باعث تغییر در درک حس زمان در لایه‌های محیط می‌شود. ازدیگر فعالیت‌های موثر بر کاهش استرس فردی و کنترل وضعیت روحی فرد در قرنطینه‌خانگی می‌توان به ایجاد ارتباط با نزدیکان و صحبت و هم‌دردی در مورد شرایط ناپایدار در تقویت روحیه فردی و کنترل وضعیت روحی او تاثیر مثبتی خواهد داشت. از این رو با توجه به انجام این فعالیت‌ها و رویدادهای محیط بسته مسکن امروز می‌توان با بازبینی سطوح معنای مکان، ارتباط معنایی بین فضا و کاربر و شاخص‌های روانی و فیزیکی موثر بر سرزندگی را در مجموعه‌های مسکونی ارتقاء داد. با توجه به مطالب بیان شده در مبانی نظری پژوهش و داده‌های مستخرج از مصاحبه‌ها، بین حواس و ادراک انسان بستگی وجود دارد و هر حس با ادراک انسانی مرتبط است (تصویر ۹). مواردی که بر حس بصری تاثیرگذارند بر درک محیطی و فاصله فرد در محیط نیز اثر گذارند. در داده‌های استخراج شده از مصاحبه‌ها، دانش-آموزان به مواردی همچون رنگ محیط، نور محیط، فضای باز و عناصر طبیعت موجود در محیط اشاره کرده- اند که بر حس بصری فرد موثر است و موجب درک بهتر فرد از محیط می‌شود. در مورد مفهوم توجه به حس شنوایی، افراد در مصاحبه‌ها اشاره به شنیدن موسیقی، شنیدن صدای آب و طبیعت کرده‌اند. حس شنوایی بر درک زمانی فرد اثر داشته و موجب گذراندن بهتر دوران قرنطینه برای فرد بوده است. علاوه بر موارد گفته شده، دانش‌آموزان در مصاحبه‌ها با توجه به حس بویایی نیز اشاره کرده‌اند. حس بویایی موجب تاثیرگذاری بر حافظه فرد از خاطرات گذشته او می‌باشد و افراد در داده‌های استخراج شده به روشن کردن شمع در محیط و وجود



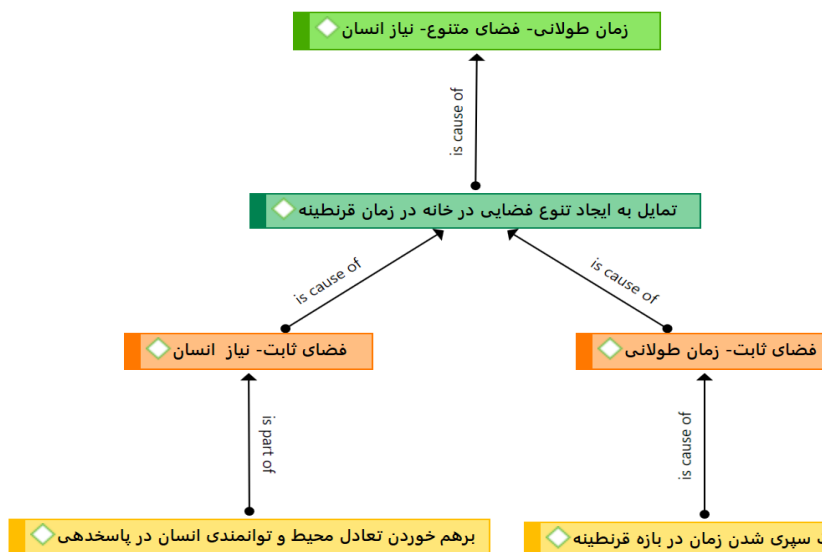
تصویر ۹: همبستگی حواس و ادراک انسانی (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (ATLAS.ti (8)



تصویر ۱۰: ارتباط بین برونگرایی دیداری-درونگرایی عملکردی با ارتقاء شاخص فیزیکی سرزندگی در خانه (پژوهشگران، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (8) ATLAS.ti)

به بیان دیگر، با ارتقاء مولفه‌های ادراک حسی در فضا می‌توان ارتباط دانش‌آموز با محیط را بهتر نمود، در حقیقت دانش‌آموز با ایجاد همبستگی و حواس خود، درک بهتری از محیط خواهد داشت. از این رو با قرارگیری مولفه‌های حسی دانش‌آموز و در نظر گرفتن شاخص احساس در خانه، می‌توان معانی و مفاهیم موثر را دسته‌بندی و در الگوهای طراحی مسکن لحاظ کرد. که این امر ارتباط معنایی فضا و کاربر را ارتقاء می‌دهد و در نتیجه زمان طولانی سپری‌شده برای فرد خستگی روحی کمتری خواهد داشت که باعث کنترل حرکات بدن از طریق ایجاد یک محیط چند لایه و پیچیده می‌شود. در نتیجه استرس دانش‌آموز نیز کاهش می‌یابد.

در بررسی ابعاد تداعی معنای در محیط آپارتمانی، براساس یافته‌های حاصل از پژوهش، لازم است تا با ارتقاء بعد فضایی خانه، بعد زمانی قرنطینه خانگی را ارتقاء داد. به بیان دیگر، ایجاد انعطاف‌پذیری در فضا در جهت ایجاد تنوع فضایی توسط دانش‌آموز می‌تواند زمان طولانی قرنطینه و خستگی ناشی از محیط ثابت را کاهش دهد. این امر باعث ارتباط بهتر فرد با محیط شده و شاخص روانی فضا نیز ارتقاء می‌یابد و دانش‌آموز بر اساس کارکرد فضا، حس معنایی بهتری در فضا خواهد داشت. مطلب بیان شده به طور خلاصه در نمودار زیر (تصویر ۱۱) دسته بندی و ارائه شده است.

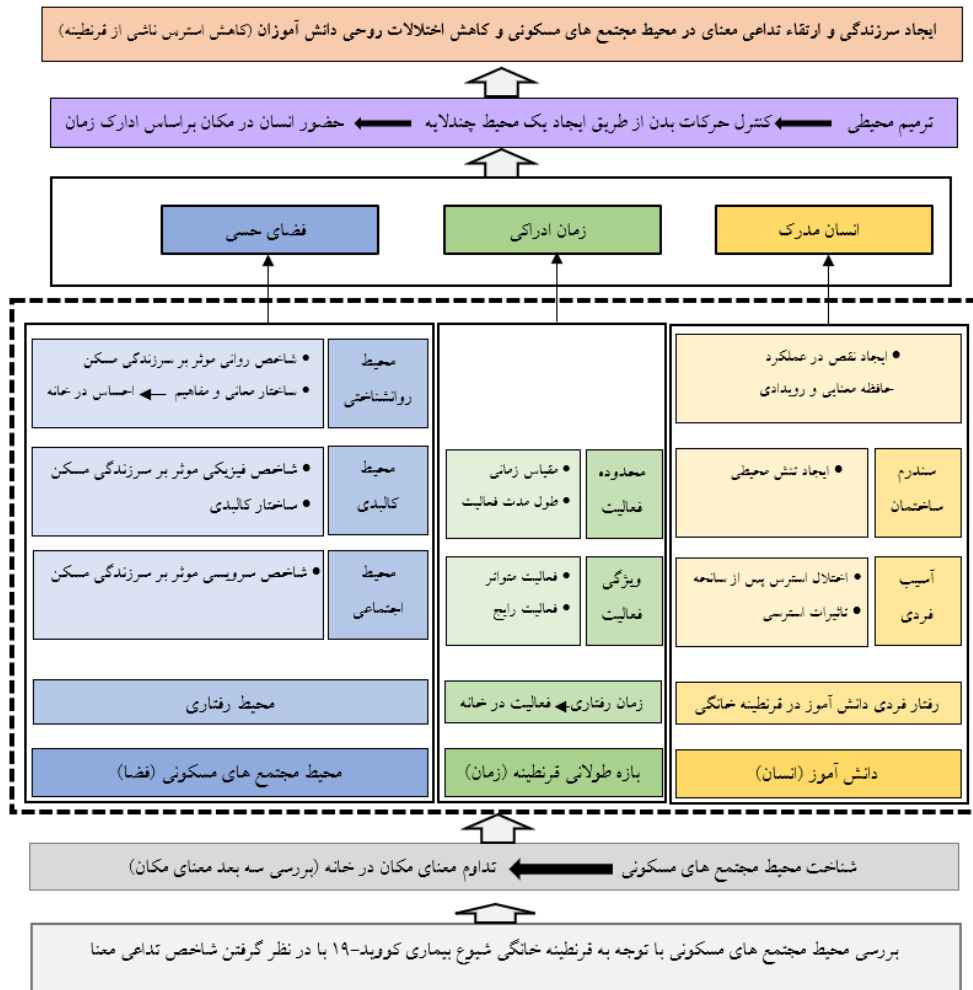


تصویر ۱۱: بررسی اهمیت سپری شدن زمان در قرنطینه و برهم خوردن تعادل محیط و توانمندی انسان در پاسخدهی

(پژوهشگر، ۱۴۰۲) (استخراج از نرم افزار (8) ATLAS.ti)

رفتاری دانش‌آموز(خانه) و تاثیر آن بر رفتار فردی آنها در زمان طولانی قرنطینه موثر بوده است. از این رو، مهمترین نتیجه پژوهش حاضر، تدوین دیدگاه یکپارچه و چارچوب مفهومی تاثیر استرس دانش‌آموزان و فضای خانه در زمان طولانی قرنطینه است که به پیوند رویکردهای روان-شناسی با ویژگی‌های معنایی محیط مجتمع‌های مسکونی براساس ادراک حسی می‌انجامد. این مفاهیم در پیوند با یکدیگر موجب راه‌گشایی بهبود تنش‌های محیطی آپارتمان‌ها و ارائه راهکارهای پیشنهادی برای برنامه ریزی فضاهای مسکونی آتی می‌باشند. بنابراین چارچوب مفهومی پژوهش، پاسخ مناسبی را برای پرسش‌های پژوهش فراهم می‌آورد که در جستجوی کاهش استرس ناشی از قرنطینه‌خانگی در دانش‌آموزان به وسیله ارتقاء شاخص‌های تداعی معنا در محیط براساس ادراک حسی و در نهایت ایجاد سرزندگی در محیط خانه بوده است به طور کلی چارچوب مفهومی پژوهش حاضر براساس یافته‌های به دست آمده به صورت نمودار زیر (تصویر ۱۲) می‌باشد.

از بررسی یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر این گونه بر می‌آید که محیط رفتاری دانش‌آموزان در قرنطینه خانگی بر رفتار فردی آنها در زمان طولانی قرنطینه تاثیرگذار است. به طور کلی این ابعاد با ارتباط درونی متقابل با یکدیگر بر چپستی و چگونگی این مولفه‌ها موثر بوده است. به تعبیر دیگر، شرایط بحرانی قرنطینه خانگی و علت آن، باعث ایجاد اختلالات روانشناختی مانند اختلال پس‌از سانحه در دانش‌آموز شده است که علاوه بر آنها به دلیل قرارگیری مداوم دانش‌آموزان در محیط خانه و ارتباط مداوم فرد با محیط، منجر به پیامدهایی می‌شود. طبق نظر اشتگ و همکاران (۱۳۹۶) محیطی که از وضعیت نه چندان مطلوبی برخوردار باشد، فشارهای زیادی بر توانمندی فردی وارد می‌آورد که موجب برهم خوردن تعادل میان فشارهای محیطی و توانمندی انسان در پاسخدهی به آنها خواهد شد. بنابراین با توجه به بحران روانشناختی قرنطینه خانگی و نیاز به کنترل و رفع استرس ناشی از کووید-۱۹ در دانش‌آموزان، نیاز به بازنگری رابطه فرد و محیط اهمیتی دوچندان پیدا می‌کند. لذا، ساختار محیط



تصویر ۱۲: چارچوب مفهومی پژوهش براساس یافته‌های حاصل از پژوهش (پژوهشگران، ۱۴۰۲)

نتیجه گیری

باتوجه به یافته‌ها در پژوهش حاضر، در پاسخ به سوال اول پژوهش پیرامون چیستی رفتارها، رویدادها، نگرشها و فرآیندهای برجسته تداعی معنا در کاهش استرس دانش‌آموزان قرنطینه‌شده که در محیط‌های مسکونی آنها اتفاق می‌افتد، نتایج حاکی از آن است که از آنجا که معنای مکان متشکل از سه بعد اصلی انسان، فضا و زمان می‌باشد، بنابراین رفتارهای فردی دانش‌آموزان بر اساس حیث فضایی و زمانی صورت می‌گیرد. براساس یافته‌های حاصل از پژوهش دانش‌آموزان با انجام فعالیت‌هایی در خانه (محیط رفتاری) در بازه طولانی قرنطینه خانگی (زمان رفتاری) این دوره را گذرانده‌اند. از جمله این فعالیت‌ها در حیثه امکانات موجود که سبب کنترل آسیب-فردی (مانند استرس) خواهد بود، می‌توان به انجام فعالیت‌های مورد علاقه دانش‌آموز در جهت سپری شدن زمان قرنطینه مانند نقاشی، آهنگ‌سازی و غیره، انجام فعالیت‌های سرگرم‌کننده متنوع همراه با خانواده مانند تماشای فیلم، آشپزی و غیره، انجام فعالیت‌های متواتر در بازه طولانی قرنطینه مانند درس‌خواندن و آموزش از طریق فضای مجازی و غیره که همگی در فضای ثابت خانه انجام می‌شود، اشاره نمود. همچنین فعالیت‌های مختلف مانند گوش‌دادن به موسیقی، ورزش کردن و یا خوردن نوشیدنی‌هایی مثل قهوه باعث کاهش استرس دانش‌آموزان قرنطینه شده در محیط مسکونی آنها بوده است.

همچنین در پاسخ به سوال دوم پژوهش در رابطه با چگونگی رابطه میان مولفه‌های برجسته تداعی معنا در محیط مسکونی افراد قرنطینه‌شده، لازم به ذکر است که محتوای معنای مکان در محیط مسکونی همانند سایر محیط‌ها شامل مولفه‌های مختلفی می‌باشد، در واقع محیط متشکل از فضا، زمان و انسان است و سایر موارد در زیر این سه مولفه یا در روابط بین آنها با یکدیگر قرار گیرند، مکان را شکل می‌دهند. لذا، فضا و زمان در یک ارتباط مداوم تعریف می‌شوند و در واقع، مکان محیطی است که تجارب، اعمال و معانی انسانی را هم از حیث فضایی و هم زمانی جمع آوری می‌کند. در همین راستا، در بررسی رابطه میان مولفه‌های برجسته تداعی معنا در محیط مسکونی افراد قرنطینه‌شده، مسکن و بازه طولانی خانه نشینی در ارتباطی مداوم باهم تعریف می‌شوند. با توجه به اهمیت سپری‌شدن زمان در بازه قرنطینه (فضای ثابت- زمان طولانی) و برهم خوردن تعادل محیط و توانمندی انسان در پاسخدهی (فضای ثابت- نیاز انسان) می‌توان رابطه میان مولفه‌های تداعی معنا در محیط مسکونی افراد قرنطینه‌شده را ارتباطی پیوسته

دانست که فضای ثابت موجب به هم خوردن پاسخگویی در بازه طولانی زمان و نیازهای فرد قرنطینه شده، بازه طولانی زمان قرنطینه برای فرد با ایجاد محیط چندلایه و درگیری ادراکات حسی او بهتر سپری شود.

منابع و مأخذ

- ابوالمعالی الحسینی، خدیجه (۱۳۹۹). پیامدهای روان‌شناختی و آموزشی بیماری کرونا در دانش‌آموزان و راهکارهای مقابله با آنها، فصلنامه روان‌شناسی تربیتی، دوره ۱۶ (۵۵)، ص ۱۵۷-۱۹۳.
- اتیکسون، ریتا ال (۱۴۰۰). زمینه روانشناسی هیلگارد، ترجمه: محمدتقی برهانی، نشر رشد، تهران.
- اشتگ، لیندا؛ ون دن برگ، اگنس؛ دگروت، جودی (۱۳۹۶). مفاهیم پایه در روان‌شناسی محیطی، ترجمه: سپیده‌برزگر، انتشارات-فکرنو، تهران.
- پاکزاد، جهان‌شاه (۱۳۹۴). الفبای روانشناسی محیط برای طراحان، چاپ سوم، انتشارات آرمان شهر، تهران.
- پالاسما، یوهانی (۱۳۹۶). چشمان پوست (با مقاله‌ای تحلیلی بر فلسفه مرلوپونتی و معماری)، ترجمه: علیرضا فخرکننده، چاپ چهارم، نشر: نشر چشمه، تهران، ایران.
- دبده، محمد (۱۴۰۰). طراحی بر اساس ادراک و رفتار انسانی، تهران: طحان گستر.
- ریاحی، محمداسماعیل؛ رهبری، لادن (۱۳۹۳). رویکرد فرایند استرس در جامعه‌شناسی سلامت روان: مطالعه جامعه‌شناختی استرس، مجله مطالعات اجتماعی ایران، دوره ۸ (۱)، ص ۴۹-۸۷.
- ریاضی، سیده معصومه، و ابراهیم زاده، فاطمه. (۱۳۹۴). ارائه راهکارهایی در طراحی محیط در مجموعه‌های مسکونی نسبت به کاهش استرس ساکنین (نمونه موردی شهرک‌های تنکابن). کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در عمران، معماری و شهرسازی.
- شاهچراغی، آزاده (۱۳۹۶). محاط در محیط: کاربرد روان‌شناسی محیطی در معماری و شهرسازی، سازمان جهاد دانشگاهی، تهران.
- ظاهر طلوع دل، محمد صادق؛ سادات، سیده اشرف (۱۴۰۰). زیست‌پذیری در خانه ایرانی، نشر دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران.
- علی‌الحسابی، مهران؛ چربگو، نصیبه (۱۳۹۴). بازخوانی و تبیین ارتباط معنی و هویت مکان، مجله معماری و شهرسازی ایران، دوره ۱۶ (۱)، ص ۱۰۳-۱۱۵.
- علی‌الحسابی، مهران؛ رضازاده، راضیه؛ چربگو، نصیبه (۱۳۹۶). آرایه مدل مفهومی معنای مکان و شاخص

- Martsin, M. (2012). On mind, mediation and meaning-making. *Culture & Psychology*, 18 (3): 425-440.
- Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of Perception*. London: Routledge.
- Neisser, U. (1976). *Cognition & Reality*. San Francisco: Freeman.
- Özudođru, G. (2021). Problems faced in distance education during Covid-19 Pandemic. *Participatory Educational Research*, 8(4), 321-333.
- Rezaei, A. M. (2020). Evaluating what students have learned during the Corona: Challenges and solutions. *Journal of Educational Psychology*, 16 (55), 179-214. doi: 10.22054 / jep.2020.52660.3012.
- Todd, R. W. (2020). Teachers' perceptions of the shift from the classroom to online teaching. *International Journal of TESOL Studies*, 2(2), 4-16.
- Trigg, D. (2014). *Monuments of memory*. In *The Memory of Place*, Trigg, D. Ohio: Ohio University Press.
- Vosoughi, M., Dargahi A, Teymouri P. (2020). Environmental health and safety assessment of schools in khalkhal city using crisis management approach. *Health in Emergencies & Disasters Quarterly*; 5(2), 91-98.
- Zandi, M. (2020). Analysis of Strengths, Weaknesses, Opportunities and Threats of Virtual Education and Research in Engineering Fields in the Condition of Coronavirus (Covid 19) Epidemic June, Iran.
- های تداوم آن (تحلیل پدیدارشناسانه تفسیری تجربیات زیسته افراد) (مقاله علمی وزارت علوم)، مجله باغ نظر سال چهاردهم (۵۲). ص ۱۷-۲۶.
- کارمن، تیلور. (۱۳۹۰). مرلو- پونتی. ترجمه مسعود علیا. تهران: نشر ققنوس.
- کارمونا، متئو؛ تیم هیت ، تنراک؛ تیسدل، استیون (۱۳۹۴). مکان‌های عمومی، فضاهای شهری: ابعاد گوناگون طراحی شهری. ترجمه: مهشید شکوهی، زهرا اهری، فریبا قرائی، اسماعیل صالحی، نشر دانشگاه هنر، تهران.
- کلالی ، پریسا ؛ مدیری، آتوسا (۱۳۹۱). تبیین نقش مولفه معنا در فرایند شکل گیری حس مکان ، مجله علمی - پژوهشی هنرهای زیبا، دوره ۱۷، شماره ۲، ص ۴۳-۵۲.
- موسی پور، حامد؛ آشتیانی، جواد چنگی؛ کهریبایی کلخوران علیا، محمد (۱۳۹۹). تحول معنوی و وجودی و همه گیری کووید ۱۹ : یک مطالعه کیفی، فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی، دوره ۱۴ (۱)، ۵۶-۷۰.
- هال، ادوارد تی (۱۳۹۸). بعد پنهان ، ترجمه: منوچهر طیبیان، نشر دانشگاه تهران، تهران.
- Abolmaali Alhosseini, K. (2020). Psychological and Instructional consequences of Corona disease (Covid-19) and coping strategies with them. *Educational Psychology*, 16(55), 157-193. doi:10.22054/jep.2020.52371.2993.
- Angdhir, R. P. (2020). Challenges of home learning during a pandemic through the eyes of a student. *Jakarta Post*, Jakarta.
- Angrilli, A. (Cherubini, P., Pavese, A. & Manfredini, S.). (1997). "The influence of affective factors on time perception". *Perception & Psychophysics*. 59 (6), 972-982
- Casey, E. (2004). Public memory in place and time. In Phillips, K; *Public Memory*. Alabama : University of Alabama Press.
- Denes, A., & Gumel, A. B. (2019). Modeling the impact of quarantine during an outbreak of Ebola virus disease. *Infectious Disease Modelling*, 4, 12-27.
- Diprose, R. (2012). *Corporeal Generosity: On Giving with Nietzsche, Merleau-Ponty, and Levinas*. New York: State University of New York .
- Hall, D. G. (1998). Continuity and the Persistence of Objects: When the Whole is greater than the sum of the parts. *COGNITIVE PSYCHOLOGY*, (37): 28-59.
- Isaacs, R. (2001). "The subjective duration of time in the experience of urban places". *Journal of Urban Design*, 6(2), pp.109-127.

یادداشت‌ها

1. Colizzi
2. ATLAS- ti
3. Credibility
4. Peer debriefing
5. Denes & Gumel
6. SARS
7. Maurice Merleau-Ponty
8. Phenomenology of perception



The Effectiveness of Sensory Perception of Place in the Association of Meaning in Reducing the Stress of Home Quarantine of Students

Sadegh Jahanbakhsh

.Ph.D. student of Architecture, Department of Architecture, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.
Jahanbakhsh_sadegh@yahoo.com

S. Mohammad Rashtian

Assistant Professor, Department of Urbanism, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.
rashtian.mohammad2022@gmail.com (Corresponding Author)

Naser Hasanpour Kazeruni

Assistant Professor, Department of Architecture, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.
naser.hasanpur@hotmail.com

S. Hamid Atashpour

Associate Professor, Department of Educational sciences and psychology, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.
iran.hamidatashpour@gmail.com

Abstract

Introduction and purpose of the research: Today, in the conditions of the implementation of home quarantine caused by crises such as the outbreak of diseases, classes are held in absentia; This process has many consequences for them, and mental disorders are one of them. The present research will move forward after investigating the causes of stress caused by long-term home quarantine with the aim of explaining the behaviors, attitudes and prominent processes of associating meaning in order to reduce the stress of students in their residential environment and identifying the relationship between the prominent components of associating meaning in the residential environment of quarantined people. be

Research method: The current qualitative (exploratory) study was conducted with a descriptive phenomenology (Colaizzi) approach. In this method, information is available from reliable sources and semi-structured interviews with students in Isfahan city are conducted based on purposeful sampling. In order to analyze the findings, the data have been categorized and described using the Clayse analysis method using Atlas TI software. According to the evaluation of the results using the Claizian method, by revisiting each of the participants in a dialogue-oriented process with them about the findings, the final validation of the findings has been done.

Findings: The findings show that based on the components of the association of meaning in the place and considering the effect of the sensory perception of the students in home quarantine, it is possible to improve the communication of the students with the home environment by improving the components of the sensory perception in the space; In fact, a person in home quarantine, by controlling body movements through creating a multi-layered and complex environment, will spend the long time of home quarantine better and will have less mental fatigue for him.

Conclusion: The student will have a better understanding of his environment by creating correlation in his senses, which improves the semantic connection between the space and the user, and as a result, individual stress is reduced.

Key words: housing, meaning of place, home quarantine, stress, students