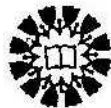


روان‌شناسی محیط

دکتر حسن شمس اسفندآباد

تهران

۱۳۹۳



سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهها (سمت)

مرکز تحقیق و توسعه علوم انسانی

سرشناسه: شمس اسفندآباد، حسن، ۱۳۳۳-
عنوان و نام پدیدآور: روان‌شناسی محیط / حسن شمس اسفندآباد.
مشخصات نشر: تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهها (سمت)، مرکز
تحقیق و توسعه علوم انسانی، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری: یازده، ۲۹۲ ص. مصور (رنگی).
فروست: «سمت»: ۱۷۸۶. هنر / روان‌شناسی؛ ۸۴.
شابک: ۹۷۸۹۶۴۵۳۰۹۹۸۳- ۱۰۵۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
یادداشت: پشت جلد به انگلیسی: Hassan Shams Esfandabad, Environment Psychology.

یادداشت: واژه‌نامه.
یادداشت: کتابنامه: ص. ۲۷۴-۲۸۹.
موضوع: روان‌شناسی محیط زیست
سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهها (سمت)، مرکز تحقیق و
توسعه علوم انسانی
رده‌بندی کنگره: ۳۹۳ بر ۹ ش / BF ۳۵۳
رده‌بندی دیوید: ۱۵۵
شماره کتابشناسی ملی: ۳۵۲۶۷۱

سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهها (سمت)
مرکز تحقیق و توسعه علوم انسانی



روان‌شناسی محیط

دکتر حسن شمس اسفندآباد (عضو هیئت علمی دانشگاه امام خمینی)

چاپ اول: بهار ۱۳۹۳

تعداد: ۱۰۰۰

حروفچینی و لیتوگرافی: «سمت»

چاپ و صحافی: سازمان چاپ و انتشارات وابسته به اوقاف و امور خیریه

قیمت: ۱۰۵۰۰۰ ریال. در این قیمت چاپ قیمت مذکور ثابت است و فروشندگان و مراکز
توزیع مجاز به تغییر آن نیستند.

نشانی ساختمان مرکزی: تهران، بزرگراه جلال آل احمد، غرب پل یادگار امام (ره)،

روبه‌روی پمپ گاز، کد پستی ۱۴۶۳۶، تلفن ۰۲-۴۴۲۴۶۲۵۰

www.samt.ac.ir

info@samt.ac.ir

هر شخص حقیقی یا حقوقی که تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه ناشر، نشر یا پخش یا عرضه یا
تکثیر یا تجدید چاپ نماید، مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

سخن «سمت»

یکی از هدفهای مهم انقلاب فرهنگی، ایجاد دگرگونی اساسی در دروس علوم انسانی دانشگاهها بوده است و این امر مستلزم بازنگری منابع درسی موجود و تدوین منابع مبنایی و علمی معتبر و مستند با در نظر گرفتن دیدگاه اسلامی در مبنایی و مسائل این علوم است.

سازمان انقلاب فرهنگی در این زمینه گامهایی برداشته بود، اما اهمیت موضوع تخصصی که در سازمانی مخصوص این کار تأسیس شود و شورای عالی انقلاب فرهنگی در تاریخ ۶۳/۱۲/۷ تأسیس «سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهها» که به اختصار «سمت» نامیده می‌شود، تصویب کرد.

بنابراین، هدف سازمان آن است که با استمداد از عنایت خداوند و همت و همکاری دانشمندان و استادان عهده دلسوز، به مطالعات و تحقیقات لازم بپردازد و در رشته‌های مختلف علوم انسانی به تالیف و ترجمه منابع درسی اصلی، فرعی و جنبی اقدام کند.

دشواری چنین کاری بر دانشمندان و صاحب نظران پوشیده نیست و به همین جهت مرحله کمال مطلوب آن باید به تدریج و پس از انتقادهای و یادآوریهای پیاپی ارباب نظر به دست آید. انتظار دارد که این بزرگان را این همیاری و راهنمایی دریغ نورزند و با پیشنهادهای اصلاحی خود، این سازمان را در اصلاح کتاب حاضر و تدوین دیگر آثار مورد نیاز جامعه دانشگاهی جمهوری اسلامی ایران یاری دهند.

کتاب حاضر، برای دانشجویان رشته روان‌شناسی در مقطع کارشناسی به عنوان منبع فرعی درس «روان‌شناسی کار و مدیریت» به ارزش ۲ واحد تئوریک تعیین شده است و همچنین این کتاب به عنوان کتاب مبنایی برای دانشجویان رشته هنر نیز قابل استفاده است. امید است علاوه بر جامعه دانشگاهی، سایر علاقه‌مندان نیز از آن بهره‌مند شوند.

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۱

پیشگفتار

۳

فصل اول: ماهیت و تاریخچه روان‌شناسی محیط

۳

تعریف روان‌شناسی محیط

۵

ماهیت روان‌شناسی محیط

۶

تاریخچه روان‌شناسی محیط

۹

رویکردهای محیطی

۱۰

رویکرد انگیزختگی

۱۰

رویکرد اضافه‌بار محیطی

۱۱

رویکرد استرس و سازگاری

۱۱

رویکرد تنظیم مقررات خصوصی

۱۱

رویکرد روان‌شناسی زیست‌محیطی

۱۱

رویکرد تبادلی

۱۲

ویژگیهای روان‌شناسی محیط

۱۲

روشهای پژوهش در روان‌شناسی محیط

۱۷

خلاصه فصل

۱۹

فصل دوم: ادراک و شناخت محیطی

۱۹

تعریف ادراک محیطی

۱۹

نظریه‌های ادراک محیطی

۲۶

نظریه عملکردگرایی احتمالی

۲۷

نظریه توانایی پذیرش

۲۸

نظریه ترکیب ویژگیها

۲۹	نظریه پدیدارشناختی
۲۹	عوامل مؤثر بر ادراک محیط
۳۰	تأثیرات شخصی
۳۱	تأثیرات فرهنگی
۳۲	تأثیرات فیزیکی
۳۴	روشهای پژوهش در ادراک محیط
۳۴	مواجهه ساختن فرد با محیط
۳۵	مطالعه فرایند ادراک
۳۵	ادراک محیطی و طراحی
۳۶	مبانی شناخت محیطی
۳۸	جنبه‌های نظری شناخت محیطی
۳۸	رشد شناختی و برنامه‌ریزی
۴۰	ریکود فیزیکالوژیایی
۴۲	عوامل مؤثر در شناخت فضایی
۴۲	مرحله نگرش
۴۳	آشنایی و تجربه
۴۴	جنس
۴۴	تأثیرات فیزیکی
۴۵	روشهای پژوهش شناخت محیطی
۴۶	شناخت محیطی و طراحی محیط
۴۷	خلاصه فصل
۴۹	فصل سوم: نگرشهای محیطی
۴۹	ماهیت نگرشهای محیطی
۵۰	مؤلفه‌های نگرش
۵۲	عوامل مؤثر در میزان نگرانیهای محیطی
۵۲	جنس
۵۲	سن و تجربه کودکی
۵۳	سیاست
۵۴	طبقه اجتماعی
۵۴	شخصیت، ارزشها، باورها و اخلاق

۵۵	فعالیتها و آموزش و پرورش
۵۵	نزدیکی به محل و میزان تهدید احساس شده
۵۶	نقش تفاوت‌های فردی و فرهنگی در میزان دلواپسی و نگرانی محیطی
۵۷	راههای افزایش توجه به محیط
۵۸	آموزش محیطی
۵۹	شبیه‌سازی
۶۰	داستانهای محیطی
۶۰	قدرت تصویرسازی
۶۰	برپایی رخدادهای عمومی
۶۱	پیش‌بینی‌های اصلی برای رفتار مسئولانه محیطی
۶۲	تبیین توجه مسئول
۶۲	خلاصه فصل
۶۴	فصل چهارم: نظریه‌های مربوط به رابطه بین محیط و رفتار
۶۴	ماهیت و عملکرد نظریه‌ها در روان‌شناسی محیط
۶۹	رویکردهای محیط - رفتار
۶۹	رویکرد انگیزشی
۷۱	رویکرد اضافه‌بار محیطی
۷۴	رویکرد کاهش تحرک
۷۵	رویکرد محدودیت رفتار
۷۶	رویکرد سطح سازگاری: تحرک بهینه
۷۷	خلاصه فصل
۷۸	فصل پنجم: استرس‌های محیطی و راههای کنار آمدن با آنها
۷۸	ماهیت استرس‌زاهای محیطی
۸۰	محرک‌های استرس‌زای محیطی
۸۱	محرک‌های استرس‌زای بزرگ
۸۲	محرک‌های استرس‌زای شخصی
۸۳	محرک‌های استرس‌زای زمینه
۸۳	تأثیرات فیزیولوژیایی و روان‌شناختی محرک‌های استرس‌زای محیطی
۸۷	استرس در محیط‌های کاری

۹۱	نقش حمایت اجتماعی به عنوان تعدیل کننده استرس
۹۲	قواعدی کلی برای کنار آمدن با استرس
۹۵	خلاصه فصل
۹۶	فصل ششم: ازدحام، فضای شخصی و اثرات روان‌شناختی و فیزیولوژیایی آنها
۹۶	ماهیت ازدحام
۹۸	ازدحام: مطالعات انسانی
۹۹	تأثیرات ازدحام بر فیزیولوژی انسان
۱۰۰	تأثیرات ازدحام بر رفتار اجتماعی
۱۰۲	تأثیرات ازدحام بر عملکرد
۱۰۳	تأثیرات ازدحام بر روان‌شناختی ازدحام
۱۰۵	ازدحام و سلامت جسمانی
۱۰۷	ازدحام و هنرهای خانوادگی، اجتماعی و فرهنگی
۱۰۸	ازدحام: مطالعات حیوانی
۱۱۰	فضای شخصی
۱۱۰	تعریف فضای شخصی
۱۱۰	عملکرد فضای شخصی
۱۱۱	اندازه فضای شخصی
۱۱۲	عوامل مؤثر بر فضای شخصی
۱۱۶	خلاصه فصل
۱۱۸	فصل هفتم: قلمرو و بوم‌پایی
۱۱۸	قلمرو
۱۱۸	ماهیت قلمرو
۱۲۰	انواع قلمرو
۱۲۳	راههای تجاوز به قلمروها
۱۲۴	بوم‌پایی
۱۲۴	ماهیت بوم‌پایی
۱۲۴	نظریه‌های بوم‌پایی
۱۲۵	روشهای مطالعه بوم‌پایی
۱۲۶	عوامل مؤثر در بوم‌پایی
۱۳۶	انواع بوم‌پایی

۱۳۷	عوامل مؤثر بر میزان بوم‌پایی
۱۳۸	پرخاشگری و بوم‌پایی
۱۳۸	انواع پرخاشگری
۱۴۱	سلطه‌گری و بوم‌پایی
۱۴۲	ظهور و افول قلمروهای موقتی و بوم‌پایی آنها
۱۴۵	تأثیر رقابت در قلمرو خودی بر عملکرد افراد
۱۴۶	تأثیر احساس مالکیت و کنترل قلمرو در کاهش بیماریها
۱۴۷	بوم‌پایی و طرحهای محیطی
۱۴۹	رأیه فصل
۱۵۱	فصل هشتم: محیطها مسکونی
۱۵۱	تعریف خانه
۱۵۲	ترجیح منظر مسکونی، حور انتخاب و رضایت‌مندی
۱۵۳	اندازه‌گیری رضایت‌مندی از محیط مسکونی
۱۵۶	عوامل مؤثر در ترجیح و رضایت‌مندی از مکان مسکونی
۱۵۶	تأثیرات شخصی
۱۶۳	تأثیرات اجتماعی
۱۶۴	تأثیرات فیزیکی
۱۶۶	عوامل مشکل‌ساز در انتخاب مکان مسکونی
۱۶۶	محیط و رفتار در مناطق مسکونی
۱۶۶	چگونگی کاربرد خانه
۱۶۷	راهبردهای پیشگیری از تضادهای فضای مسکونی
۱۶۹	بهبودی در مناطق مسکونی
۱۶۹	سازگاری با یک محیط جدید
۱۷۰	تراکم در خانه
۱۷۱	جرم و ترس در خانه
۱۷۱	تأثیر شکل ساختمان در نقص عملکردهای افراد
۱۷۱	فضاسازی محیطی
۱۷۴	از کنار هم گذاشتن بلوکها تا ساخت یک خانه
۱۷۵	فرایند ساخت یک ساختمان سالم
۱۷۶	ساختمانهای بیمار

۱۸۰	شهرها و زندگی شهری
۱۸۳	حمل و نقل و تأثیرات آن بر شهرها
۱۸۵	خلاصه فصل
۱۸۶	فصل نهم: محیطهای آموزشی
۱۸۸	عوامل محیطی مؤثر در یادگیری
۱۸۸	اندازه
۱۸۹	تأثیر طرح و نما
۱۹۰	وضعیت و سن مکان یادگیری
۱۹۰	معماری داخلی و طراحی
۱۹۱	تجهیزات
۱۹۲	محیط آشنا
۱۹۴	سازماندها
۱۹۹	نور
۲۰۰	رنگ
۲۰۱	آب و هوا
۲۰۲	فضا
۲۰۴	رفتارهای اجتماعی
۲۰۵	یادگیری و طراحی محیطی
۲۰۵	کلاس مهد کودک
۲۰۶	کلاس درس دانشگاه
۲۰۷	خلاصه فصل
۲۰۸	فصل دهم: محیطهای کار، استراحت و سرگرمی
۲۰۸	محیطهای کاری
۲۰۸	تاریخچه مختصری از طراحی محیط کار
۲۰۹	قانون جریان کار
۲۱۲	ضوابط و آیین نامه های کارفرمایان در رابطه با محیط کار
۲۱۴	عوامل انسانی و محیط کار
۲۱۶	محیط کار و ادراک قلمرو
۲۱۶	استقلال در محیط کار

۲۱۸	رضایت‌مندی از شغل و محیط کار
۲۲۰	فرسودگی شغلی
۲۲۲	طراحی چشم‌انداز اتاق کار
۲۲۴	روشهای خاصی برای نظارت بر کارکنان
۲۲۵	محیطهای استراحت و سرگرمی
۲۲۶	محیطهای سرگرمی و تفریح کودکان
۲۲۸	خلاصه فصل
۲۲۹	فصل دوازدهم: محیط طبیعی
۲۲۹	اعماق فضا و اجرام آسمانی
۲۳۰	رخه‌ها و حرکات آنها و تأثیر آن بر سلامت جسم و روان افراد
۲۳۳	نیروهای زمینی
۲۳۸	طبیعت به عنوان یک عامل بهبودبخش
۲۴۲	نظریه‌های مرتبط به طبیعت و تأثیر طبیعت بر کاهش استرسها
۲۴۳	آسیبهای طبیعی و تکنیک‌های بازسازی
۲۴۴	رخدادهای محیطی آسیبنگ
۲۴۸	تأثیرات روان‌شناختی قرار گرفتن افراد در محیطهای طبیعی
۲۵۲	محیط و طبیعت به عنوان مؤلفه‌های اساسی در ارائه خدمات به افراد
۲۵۴	خلاصه فصل
۲۵۶	فصل دوازدهم: ایجاد تغییر در رفتار به منظور حفظ محیط زیست
۲۵۸	مشکلات محیطی
۲۶۱	نقش نگرش افراد در حفظ محیط زیست
۲۶۲	نقش رفتار جمعی در حفاظت از محیط
۲۶۵	ایجاد تغییر در رفتار انسانها به منظور حفاظت از محیط زیست
۲۶۹	برنامه‌های داوطلبانه برای حفظ محیط
۲۷۱	راهکارهای ساده برای حفاظت از محیط زیست توسط شهروندان
۲۷۲	خلاصه فصل
۲۷۴	منابع
۲۹۰	واژه‌نامه

پیشگفتار

امروزه در مقایسه با گذشته‌های دور، با عوامل محیطی فراوانی که بر سلامت جسم روان وی اثر می‌گذارد مواجهه است، آشنایی با تأثیرات این عوامل می‌تواند به بررسی در کنار آمدن یا اجتناب از این عوامل کمک نماید. با توجه به اینکه در بسیاری از موارد در درس مختلف و در بررسی موضوعات مختلف به تأثیر محیط بر رفتار یا تعامل بین محیط و رفتار اشاره می‌شود، تدوین کتابی با عنوان روان‌شناسی محیط ضروری به نظر می‌رسد. کتاب حاضر نه تنها برای دانشجویان رشته‌های مرتبط با علوم رفتاری چون روان‌شناسی مشاوره، علوم تربیتی بلکه برای دیگر رشته‌ها مانند معماری و شهرسازی، مهندسی عمران و محیط زیست نیز می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد.

با توجه به اینکه روان‌شناسی محیط تا به این رشته‌ای دارد و اصطلاح محیط خود تعاریف بسیار گسترده‌ای مانند محیط‌های طبیعی، اجتماعی، مصنوعی، یادگیری، اطلاعاتی و... را شامل می‌شود، نگارنده در تألیف کتاب حاضر تمامی کوشش خود را کرده است تا موضوعات مورد بحث را به هم‌انگیزگی مناسبی برای هر یک از آنها ارائه کند. کتاب حاضر به منزله کتابی درسی و به‌منظور انجام پژوهش برای دانشجویان مقطع کارشناسی رشته روان‌شناسی و دیگر رشته‌هایی که به نحوی با تعامل بین انسان و محیط سر و کار دارند مانند رشته‌های جامعه‌شناسی، بهداشت محیط، محیط زیست، معماری و شهرسازی، راه‌اندازی و هنر تألیف شده است، بنابراین در نگارش کتاب با حفظ اصالت آن به عنوان یک کتاب روان‌شناسی سعی شده است که مطالب روان و قابل استفاده برای دانشجویان رشته‌های مذکور باشد.

این کتاب شامل دوازده فصل است. محتوای فصول به ترتیب به ماهیت و تاریخچه روان‌شناسی محیط؛ ادراک و شناخت محیطی؛ نگرشهای محیطی؛ نظریه‌های مربوط به رابطه بین محیط و رفتار؛ استرسهای محیطی و راههای کنار آمدن با آنها؛ ازدحام، فضای شخصی و اثرات روان‌شناختی و فیزیولوژیایی آنها؛ قلمرو و بوم‌پایی؛ محیطهای مسکونی؛ محیطهای آموزشی؛ محیطهای کار، استراحت و سرگرمی؛ محیط طبیعی و ایجاد تغییر در رفتار به منظور حفظ محیط زیست اختصاص یافته است؛ و در پایان هر فصل نیز خلاصه فصل قرار گرفته است.

پایان بر خود لازم می‌دانم که از راهنماییهای ارزنده شادروان سرکار خانم کتر پریم دادستان که طرح کتاب حاضر در زمان مدیریت ایشان در سمت مدیر گروه روان‌شناسی سازمان «سمت» ارائه شد و مورد تأیید قرار گرفت، تشکر و قدردانی نمایم از زحمات خانم زهرا گودرزی کارشناس محترم پژوهشی در این سازمان به خاطر حسن اخلاق و پیگیریهای دلسوزانه‌شان تشکر می‌نمایم. همچنین از همسر سرکار خانم کتر، زینت امامی‌پور به خاطر راهنماییهای ارزنده‌شان و پسرم دانیال به خاطر گرمای و جودش که نگاه این مهم را آسان ساختند تشکر و قدردانی می‌نمایم.

نگارنده خود، آگاه است که کتاب حاضر کاستیهایی دارد. امید است که اظهارنظرهای اساتید صاحب‌نظر و اهل فن، سببویان عزیز و علاقه‌مند راهگشا و راهنمای رفع نقایص کار نگارنده در آینده باشد.