



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

شماره مجوز مجله : ۸۰۴۰۰

زمان پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۰۵/۸

بررسی نقش طراحی باغ اندیشه و رفتار بر بهبود کودکان بیش فعال

شیرزاد ربانی

کارشناس معماری، مسئول نقشه برداری شهرداری شیروان

چکیده

مشکل نارسایی توجه یا بیش‌فعالی از جمله اختلالات شایع در سنین کودکان است که با توجه به باقی ماندن آن تا سنین بزرگسالی، توجه به آن در کودکی اهمیت ویژه‌ای دارد. این اختلال دارای علائم بی-توجهی، بیش‌فعالی و تکانشگری است. این مشکلات منجر به بروز مشکلات فردی و اجتماعی متعددی برای کودک و اطرافیانش می‌شود. درمان استاندارد این اختلال بیشتر با تکیه بر داروها، آموزش و مشاوره بوده است. امروزه شایع‌ترین راهکار، استفاده از داروست اما پژوهش حاضر قصد دارد تا با در نظر گرفتن اهمیت آموزش و مشاوره کودکان مبتلا به اختلال بیش‌فعالی و انجام مطالعات لازم در مورد این کودکان به روش کتابخانه‌ای و اسنادی، به بررسی تاثیر فضای معماری در بهبود رفتار، کشف اندیشه خلاق و شکوفایی استعداد آن‌ها در قالب یک باغ درمانی بپردازد. باغ اندیشه و رفتار تلاشی معمارانه است با هدف شناسایی عوامل موثر در بهبود اختلالات بیش‌فعالی و نحوه بکارگیری این عوامل در یک فضای کالبدی جهت بهبود این کودکان تا بتواند به عنوان یکی از روش‌های غیردارویی در درمان، از آن استفاده شود. نتایج این پژوهش تأثیر جنبه‌های مختلف معماری را بر رفتار این کودکان نشان می‌دهد. با توجه به یافته‌های این پژوهش، برخی از عناصر معماری می‌تواند در کنترل عوارض و بهبود این بیماری در کودکان اثربخش باشد.

واژگان کلیدی



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



بیش‌فعالی، اندیشه خلاق، بهبود رفتار، باغ درمانی.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

مقدمه

امروزه اختلال بیش فعالی^۱ یکی از رایج‌ترین مشکلات روان‌شناختی و اختلالات رفتاری در بین کودکان اکثر کشورهای است. مغز کودکان بیش فعال اطلاعات محیطی را بیش از حد لازم می‌گیرد، یعنی در انتخاب توجه به اطلاعات ضروری و بی‌توجهی و حذف اطلاعات غیرضروری ضعف دارند (محمد اسماعیل، ۱۳۸۵). عوارض رفتار کودکان روی عملکرد آن‌ها در خانواده، اجتماع و مدرسه تاثیر سوء می‌گذارد و باعث واکنش‌های منفی اطرافیان، خانواده، کادر مدرسه و همسالان می‌شود. این رفتارها مشکلات جدی در مدرسه و اجتماع ایجاد می‌کند و باعث کاهش اعتماد به نفس و بی‌کفایتی در این کودکان می‌شود. با توجه به اهمیت نقش کودکان به عنوان آینده‌سازان هر کشور، اهمیت توجه به این دسته از کودکان و طراحی فضاهایی که به بهبود آن‌ها کمک کند، بر کسی پوشیده نیست. سوالی که در این خصوص به وجود می‌آید این است که نقش اندیشه و رفتار در بهبود رفتار کودکان بیش‌فعال چگونه است؟

در این میان فرض بر آن است که معماری با بکارگیری تکنیک‌های خلاقانه در بکارگیری اندیشه و رفتار در کودکان، به طراحی فضایی مناسب با بهره‌گیری از تأثیرات طبیعت برای کودکان مبتلا به این اختلال بپردازد؛ عواملی همچون توجه به حریم خصوصی، بازی درمانی و ارائه الگوهای مناسب برای کنترل بیش‌فعالی و بهبود رفتار آنها می‌تواند مؤثر باشند. همچنین با احیای رابطه‌ی متعامل کودک با طبیعت می‌توان انرژی کودکان بیش‌فعال را کنترل و استعدادهای آن‌ها را کشف کرد. از این رو در طراحی باید به خلق فضاهایی پرداخته شود که کنجکاوی کودکان را برانگیزد و آنها را وادار به کشف فضاهای ناشناخته کند تا در حین کشف و شهود آموزش‌های لازم به آن‌ها داده شود. رفتار این کودکان در این مکان به واسطه بازی‌های خاص، تأثیرات فضا، کلاس‌های آموزشی، ورزش‌ها و مشاوره‌هایی که به آن داده می‌شود، بهبود می‌یابد و انرژی بیش از حد آن‌ها توسط بازی‌های پرتحرک و فضاسازی مناسب کنترل و حس کنجکاوی و خیال‌پردازی آن‌ها نیز ارضاء شود.

مرور پیشینه تحقیق و مبانی نظری پژوهش

به طور کلی محققان و پژوهشگران زیادی در رابطه با روانشناسی کودکان، بیش‌فعالی، محیط‌های آموزشی کودکان و ... فعالیت نموده‌اند که تعدادی از مطالعات انجام گرفته و مقالات موجود در این زمینه عبارتند از:

¹ Hyperactivity Disorder



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

- پیازه و اینهلد (۱۳۹۵) در کتاب " روان شناسی کودک " اظهار می‌دارند که کودک به خودی خود دارای اهمیت زیادی است، باید این نکته را افزود که به همان میزان یا حتی بیش از آن که کودک جلوهای از بزرگسالی باشد، بزرگسال جلوه کودکی است. زیرا اگر بزرگسال با وسایل متعدد انتقال‌های اجتماعی، کودک را آموزش می‌دهد، هر بزرگسال ، زندگی را با کودکی آغاز کرده و این امر از دوران قبل از تاریخ تاکنون بر این منوال استمرار داشته است.
- سونا (۱۳۹۱) در کتاب خود با عنوان " کلیدهای آموختن درباره کودکان کم توجه و بیش فعال ADHD / ADD " به این موضوع اشاره می‌کند که اختلال کمبود توجه در افرادی دیده می‌شود که به طور شخصی بی توجه، نامنظم، حواس پرت، و فراموشکار هستند. این افراد از اعتماد به نفس پایینی برخوردارند و به طور معمول در امر تحصیل چندان موفق نیستند. همچنین اختلال کمبود توجه و بیش‌فعالی در افرادی دیده می‌شود که به گونه‌ای عجیب فعال ، بی‌قرار و شتاب زده‌اند. یادگیری آنها در محیط سنتی تحصیلی با مشکل روبه‌رو است و از آن سرپیچی می‌کنند. این مشکلات از همان بدو راه رفتن در کودک ظاهر می‌شود. در گذشته پزشکان قبل از سه سالگی کودک تمایلی به درمان او نداشتند، زیرا کودکان عادی نیز بسیار فعال هستند. اما در حال حاضر، درمان این کودکان قبل از سه سالگی نیز مورد توجه قرار گرفته است. نویسنده در کتاب حاضر به ویژگی کودکان دارای اختلال کم توجهی و بیش‌فعال پرداخته است و در رابطه با رژیم‌های غذایی؛ دردهای والدین ؛ درمان‌های بدون نسخه؛ درمان‌های موثر؛ کنترل بی‌نظمی؛ پرورش شعور اجتماعی؛ و پایان دادن به درگیری‌های قبل از خواب صحبت کرده است.
- خدایاری و شکوهی یکتا (۱۳۸۵) در کتاب "تشخیص و درمان اختلالات روان‌شناختی کودک و نوجوان " به شناخت کودک و اختلالات مربوط به دوران کودکی و نوجوانی می‌پردازند. آن‌ها اختلالات نقص توجه همراه با بیش‌فعالی را مورد مطالعه قرار دادند. نتایج بررسی آنان نشان داد کودکانی که در طبقات فرعی نظیر ADHD قرار گرفته‌اند رفتارهای متفاوتی از یکدیگر داشته‌اند. همچنین از نظر مقبولیت اجتماعی و افت تحصیلی نیز تفاوت‌هایی را نشان داده‌اند.
- بخشایش و میرحسینی (۱۳۹۳) در مقاله خود تحت عنوان " اثربخشی بازی درمانی بر کاهش علائم اختلال بیش‌فعالی/کمبود توجه (ADHD) و بهبود عملکرد تحصیلی کودکان " اظهار می‌کنند که بازی یک روش برای درمان مسائل کودکان است زیرا آن‌ها اغلب در بیان شفاهی احساسات با مشکل رو به‌رو هستند. و همچنین آن‌ها هدف از پژوهش خود را بررسی اثر بازی درمانی بر کاهش علائم اختلال بیش‌فعالی/کمبود توجه و بهبود عملکرد تحصیلی کودکان می‌دانند.
- صیرفی (۱۳۹۳) در پایان‌نامه کارشناسی ارشد خود به طراحی خانه کودک، با رویکرد بازشناسی و پرورش استعدادهای کودکان بیش‌فعال پرداخته است. وی دلیل اصلی پرداختن به این



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

موضوع را تاثیر فضا در بهبود رفتارها و کشف استعدادها و شکوفایی پتانسیل های کودکان ADHD می داند.

• معماریان، فتحی و یوسفی (۱۳۹۲) در مقاله ای با عنوان " اصول طراحی مبلمان محیط های یادگیری با رویکرد ایجاد فضاهای خلاق و انعطاف پذیر برای کودکان " ضمن شناخت تاثیر محیط بر کودک و نقش مبلمان به عنوان یکی از عناصر مؤثر در یادگیری و تحریک حس کنجکاوی کودکان، ضرورت بهره گیری از عامل انعطاف پذیری در محیط های یادگیری را مورد تأکید قرار داده است. در نهایت می توان گفت که محیط یادگیری انعطاف پذیر به گونه ای است که معلم و دانش آموز تعریف کننده چگونگی استفاده از فضا می باشند و مبلمان در این فضا ابزار تغییر و یادگیری است که در اختیار کودکان قرار دارد.

از طرفی طبیعت و فضای سبز تأثیر بسزایی در رفتار و عملکرد کودکان دارد. تحقیقات جدید دانشمندان اسپانیایی نشان داده تماس با فضای سبز به کودکان کمک می کند که رشد ذهنی خود را شکوفا کنند. به گزارش سرویس پژوهشی ایسنا منطقه خراسان، محققان مرکز تحقیقات اپیدمیولوژیک محیط زیست در بارسلون اسپانیا، تغییرات رخ داده در شاخص های ذهنی را در طول یک دوره سه ساله در بین ۲۵۹۳ کودک دبستانی هفت تا ۱۰ ساله در شهر بارسلون اسپانیا مورد پایش قرار دادند. این تحقیق نشان داد که تماس با فضای سبز در محیط داخلی و اطراف مدرسه، با افزایش توانایی های ذهنی در کودکان ارتباط دارد. در این تحقیق کاهش بی توجهی از دیگر فواید حضور در فضاهای سبز برای کودکان معرفی شده است. محققان می گویند این نتایج مستقل از استعداد، برنامه های آموزشی و دخالت والدین بوده است (خبرگزاری دانشجویان ایران " ایسنا"، ۱۳۹۴).

بیش فعالی یکی از شایع ترین مشکلات روان شناختی است که در دوران کودکی تشخیص داده می شود (محمد اسماعیل، ۱۳۸۵). مطابق برآورد انجمن روانپزشکی آمریکا، این اختلال در تعداد قابل ملاحظه ای از کودکان و نوجوانان در مناطق مختلف دنیا گزارش شده است و جنبه های گوناگون زندگی تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی آنان را تحت تأثیر قرار داده است (علیزاده و همکاران، ۱۳۹۷: ۱). یکی از اختلال هایی که می تواند با میزان شیوع ۴ تا ۶ درصد در سنین کودکی موجب بروز مشکلاتی شود، اختلال نارسایی توجه/بیش فعالی می باشد. طبق آزمون DSM-IV-TRT تشخیص یا تایید وجود علائم متعدد در زمینه بی-توجهی یا بیش فعالی- تکانشگر و یا نوع مرکب آن تقسیم می شود (گاب^۱، ۲۰۰۵). حدود ۳ تا ۵ درصد کودکان سنین مدرسه دارای اختلال نارسایی توجه/بی فعالی هستند و در پسرها ۲-۹ برابر شایع تر است. این در حالی است که در مطالعات کشور ما شیوع آن ۵/۵ الی ۸/۵ درصد گزارش شده است (کردلو و همکاران،

¹ Gaub



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۱۳۹۲: ۳۸؛ با این حال سن آغاز آن را پیش از ۵ سالگی (به نقل از سازمان بهداشت جهانی^۱، ۱۹۹۶) یا ۷ سالگی (به نقل از انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۰۰) تعیین کرده‌اند (علیزاده و همکاران، ۱۳۹۷: ۱). همچنین فیاد^۲ و همکاران (۲۰۰۷) در گزارش‌های خود، اظهار می‌کند که شیوع این اختلال در کشورهای ثروتمند بیشتر از کشورهای فقیر است. همچنین عوامل خانوادگی مثل تعداد فرزندان، سابقه‌ی ابتلای والدین به بیش‌فعالی یا سایر اختلالات روان‌پریشی و وزن پایین هنگام تولد می‌تواند از دیگر عوامل بروز این اختلال باشد. شایان ذکر است ۳۰ تا ۷۰ درصد از کودکانی که دارای اختلال نارسایی توجه/ بیش‌فعالی هستند، علائم این اختلال را تا بزرگسالی نیز از خود نشان می‌دهند (کردلو و همکاران، ۱۳۹۲: ۳۸).

این اختلال با علائمی مانند نداشتن تاب مقاومت در برابر ناکامی، کج خلقی، بی‌ثباتی خلقی، طرد شدن از سوی همسالان و واکنش شدید اطرافیان همراه است. در برخی موارد عدم رشد هیجانی، پرخاشگری، اختلالات سلوک^۳ و افت تحلیلی نیز با این اختلال همراه است. بر اساس نظریه خانواده پویایی براون^۴ (۱۹۷۸) وقتی عملکرد ضعیفی در روابط زناشویی وجود داشته باشد، این اختلاف روی رفتار کودک تأثیر گذاشته و انعکاس رفتار و عملکرد خانواده را به صورت رفتارهای اختلال نارسایی توجه/ بیش‌فعالی نشان می‌دهد. محیطی که کودک بیش‌فعال در آن آموزش می‌بیند و والدینی که کودک با آن‌ها زندگی می‌کند و حتی خود کودکان نیز دارای تنش فراوانی هستند و توانایی سازگاری کمی را از خود نشان می‌دهند (صادقی و همکاران، ۱۳۹۰). بنابراین برای کاهش مشکلات لازم است اصلاحاتی در محیط و روابط انسانی و بین فردی که کودک با آن‌ها در تعامل است (به خصوص والدین و آموزگار) انجام گیرد (کردلو و همکاران، ۱۳۹۲: ۳۹).

اختلال نارسایی توجه/ بیش‌فعالی، دارای سه ویژگی اصلی نارسایی توجه، بیش‌فعالی و تکانشگری است (بارکلی، ۲۰۰۶) و به نوع متفاوتی بی‌توجهی غالب^۵، بیش‌فعالی تکانشگری غالب^۶ و ترکیبی^۷ تقسیم بندی شده است. در نوع بی‌توجهی غالب، کودک مبتلا از مشکلاتی از این قبیل رنج می‌برد: مرتکب اشتباه‌هایی ناشی از بی‌دقتی می‌شود، قادر به حفظ توجه و سازماندهی فعالیت‌ها نیست، به دستورها گوش نمی‌دهد و از آنان پیروی نمی‌کند. در توجه پایدار ضعف دارد، تمایلی به شرکت در فعالیت‌هایی که مستلزم توجه پایدار است، نشان نمی‌دهد، وسایل و لوازم خود را پیوسته گم می‌کند و سرانجام اینکه به آسانی با محرک‌های نامربوط دچار حواس‌پرتی و فراموش کاری می‌گردد. در نوع بیش‌فعالی و تکانشگری، کودک بر روی صندلی آرام و قرار ندارد، وول می‌خورد و صندلی را ترک می‌کند، بسیار صحبت می‌کند، توانایی انتظار

¹ World Health Organization

² Fayyad

³ Conduct Disorder

⁴ Brown

⁵ Predominantly Inattentive

⁶ Predominantly Hyperactive Impulsive

⁷ Combined



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

کشیدن را ندارد و گفتگوها و فعالیت‌های دیگران را بیش از اتمام قطع می‌کند (علیزاده و همکاران به نقل از انجمن روانپزشکی آمریکا، ۱۳۹۷: ۲).

تشخیص بیش‌فعالی در کودکان باید توسط یک متخصص آموزش دیده در زمینه اختلال نارسایی توجه/ بیش‌فعالی یا نورلوژیست‌های رفتاری صورت بگیرد. روان‌پزشکان کودک و روان‌شناسان، متخصصان رشد و رفتار کودک اغلب در زمینه تشخیص‌های مختلف آموزش دیده و ماهر می‌باشند. کارکنان کلینیک‌های اجتماعی نیز ممکن است در این زمینه ماهر و کارآزموده باشند (محمدزاده، ۱۳۸۶: ۹۵).

با توجه به پیچیدگی ماهیت اختلال نارسایی توجه/ بیش‌فعالی، همچنین نشانه‌هایی که با آن مرتبطند، محرک روانی، تکنیک‌های اصلاح رفتار در منزل، تکنیک‌های اصلاح رفتار در مدرسه، مداخله‌های متعددی برای این افراد وجود دارد. از رایج‌ترین آن‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- داروهای آموزش شناختی- رفتاری؛
- ترکیبی از دارو درمانی و تکنیک‌های رفتاری؛
- آموزش مهارت‌های اجتماعی و ارتباط با همسالان؛
- درمان‌های روانشناختی.

مشکل اصلی کودکان مبتلا به بیش‌فعالی این است که نمی‌توانند رفتارشان را کنترل کنند و به آن‌ها نظم ببخشند، در نتیجه نمی‌توانند رفتاری هماهنگ و مناسب با محیط اطراف نشان دهند. سال‌ها قبل طراحی کالبدی برای کودکان بیش‌فعال صورت نمی‌گرفت. کودکان بیش‌فعال را در اتاق‌های لخت قرار می‌دادند با این اعتقاد که هر محرک اضافی می‌تواند آن‌ها را غیر قابل کنترل سازد. کودکان بیش‌فعال تحت تحریک بوده و نیاز به دُز قوی‌تری از محرک نسبت به کودکان عادی دارند؛ از این رو ریتالین برای آن‌ها تجویز می‌شود. ولی امروزه مشخص شده است که استفاده از محرک‌های محیطی (نور، صدا و ...) در طراحی فضا می‌تواند در آرام کردن رفتارهای کودکان بیش‌فعال و افزایش توجه آن‌ها موثر باشد (خلج و عبدالله زادگان به نقل از Zentall, 1975). باغ اندیشه و رفتار در محیطی است کالبدی که ویژگی‌های آن در ۳ بخش باغ، اندیشه و رفتار می‌تواند تأثیرگذار باشد.

■ باغ: حضور طبیعت در محیط‌های زندگی امروز، به خصوص شهرها و کلان‌شهرها بر موضوعاتی مانند استرس، ترس، ادراک، آسایش، احساس امنیت، خلوت، قلمرو دیگر شاخص‌های روانی فرد موثر است و می‌تواند در راهبرد سلامت فردی و جمعی جامعه تعیین‌کننده باشد. در دسته‌بندی انواع باغ، چهار گونه‌ی باغ خانگی، درمانی، باغ-پارک‌های مشارکتی و باغ‌های محصور شده مشاهده می‌شود (شاهچراغی، ۱۳۸۸: ۲۵۵). باغ‌های درمانی، باغ‌هایی هستند که به طور خاص برای ارضای نیازهای جسمی،



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

روانشناسی، اجتماعی و روحی استفاده‌کنندگان از باغ طراحی شده است. از نظر ویلیامز^۱ ایده باغ‌های درمانی بر اساس مدل جامع اجتماعی-زیست محیطی از سلامتی پایه گذاری شده است؛ که بر فعل و انفعال پیچیده ابعاد جسمی، روانی، عاطفی، فکری، روحی و اجتماعی متمرکز است. باغ‌های درمانی خود به چهار نوع تقسیم می‌شوند:

(۱) **باغ مدیتیشن:** این نوع باغ‌های کوچم، محصور، آرام، متمرکز بر آرامش به عنوان بخشی از فرآیند شفا است که به منظور تفکر آرام، مراقبه، جدایی از حواس پرتی‌ها و ایجاد فضایی خصوصی طراحی شده است. سادگی، ایجاد حریم خصوصی، آرامش و امنیت روانی اصلی‌ترین شاخصه‌های باغ‌های مدیتیشن است (سعیدیان و همکاران، ۱۳۹۴: ۸۴).

(۲) **باغ شفابخش^۲:** شفابخشی، فرآیندی است که در طول آن شرایط بدن بهبود پیدا کرده، بیماری درمان می‌شود و سلامت جسم و روان حاصل می‌شود. همراه شدن واژه شفابخش با واژه باغ به خاصیت ویژه‌ای از باغ‌ها پافشاری می‌کند. باغ‌های شفابخش از جمله مباحث جدید هستند که عمر آن‌ها بیشتر از بیست سال نیست و در واقع پلی هستند بین طراحی محیط، معماری و علوم پزشکی در باغ‌های شفابخش طراح، بیشتر به قابلیت فضا برای کاهش تنش، تسکین دادن، آرامش، بازیابی نیرو یا بازگشت سلامت روحی (روانی) و احساسی فرد می‌پردازد (شاهچراغی از قول نیکبخت، ۱۳۸۳: ۷۹). تحریک حسی، آرامش، امنیت روانی و خوانایی مهم‌ترین شاخصه‌های باغ‌های شفابخش است.

(۳) **باغ ترمیمی:** باغ ترمیمی از ارزش‌های ترمیمی طبیعت برای ایجاد محیط منجر به آرامش و امنیت روانی، کاهش استرس بازیابی عاطفی و بهبود انرژی روانی و جسمی کاربران به منظور بازیابی تعادل پس از حادثه پر استرس استفاده می‌شود. این باغ‌ها دعوت‌کننده به معاشرت گروهی و آرامش است و در میان استفاده‌کنندگان حس حماست اجتماعی و فرصت فعالیت فیزیکی ایجاد می‌کند. ایجاد فرصت تعاملات اجتماعی، ایجاد حریم خصوصی، ایجاد فرصت کنترل بر امور، ایجاد فرصت فعالیت فیزیکی، خوانایی، آرامش و امنیت روانی مهم‌ترین ویژگی‌های باغ‌های ترمیمی هستند.

(۴) **باغ تواناسازی:** باغ‌های تواناسازی به استفاده‌کنندگان در هر سنی و با هر توانایی اجازه می‌دهد که از تجربه فعال طبیعت مانند باغبانی درمانی لذت ببرند. این باغ‌ها یک محیط غیر تهدیدکننده و بدون مانع را فراهم می‌آورند. مهم‌ترین ویژگی این باغ‌ها ایجاد فرصت تجربه فعال طبیعت، راحتی و ایمنی هستند (سعیدیان و همکاران، ۱۳۹۴: ۸۴-۸۵).

¹ Williams, 2002

² Healing Garden



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

- اندیشه: به طور کلی اگر تفکر و اندیشه را بر دو پایه استوار بدانیم، یکی از این پایه‌ها در فلسفه و پای دیگر در روانشناسی ریشه دارد. تأمل پیرامون تفکر، مفاهیم و تعاریف آن، از فلسفه آغاز شد. از دیدگاه فلسفی، تفکر یکی از فعالیت‌های اجتناب ناپذیر بشر است که به دو شکل ظاهر می‌شود:
 - ما ممکن است برای کسب دانش، در حوزه‌ای خاص فکر کنیم؛
 - ما با دیدگاهی مشخص، برای تنظیم ساختار ذهنمان متناسب با آنچه می‌خواهیم یا نمی‌خواهیم انجام دهیم، فکر کنیم (مکتبی فرد، ۱۳۸۸: ۳۵۹-۳۶۰).

از میان انواع اندیشه آنچه در این پژوهش مورد توجه قرار دارد اندیشه خلاق و خلاقیت است. بررسی تعاریف خلاقیت نشان می‌دهد که عده‌ای از آن‌ها به ویژگی‌های شخصیتی افراد، بعضی به فرآیند و برخی نیز به نتیجه و محصول خلاقیت پرداخته‌اند. بنا بر تعریفی، خلاقیت "به کارگیری توانایی‌های ذهنی برای ایجاد یک فکر یا مفهوم جدید" می‌باشد (میرکمالی، ۱۳۸۰: ۱۰۰). خلاقیت نتیجه سه عامل مهارت‌های خلاقانه، مهارت‌های موضوع و انگیزه است و محل تلاقی این سه عنصر اصلی، بستر رشد خلاقیت است، توضیحات هر کدام از موارد مذکور در جدول ۱ ارائه می‌شود:

جدول ۱. تعریف عوامل مؤثر بر خلاقیت از دیدگاه آمابیل. مأخذ: افسر، ۱۳۹۴: ۳۳.

مهارت های موضوعی ^۱	مهارت های فنی برای انجام کار
	داشتن حافظه
	مهارت‌های خاص و داشتن استعداد
	مهارت‌های شناختی موضوع
ایجاد انگیزه ^۲	انگیزش درونی که نشأت گرفته از: - علاقه عمیق شخص به موضوع - مشارکت در کار که توسط کنجکاوی، لذت یا احساس شخصی صورت می‌پذیرد
	انگیزش بیرونی

^۱-experties

^۲-task motivation



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

<p>مهارت‌های خلاقانه^۱</p> <p>- مهارت‌های شخصی</p> <p>- تجربه در تولید ایده های نوین</p> <p>- روش‌های شناختی برای اکتشاف</p>
--

▪ رفتار: در ساده‌ترین تعریفی که می‌توان از رفتار ارائه داد، رفتار یعنی عملی که از فرد سر می‌زند یا سخنی که بر زبان می‌آورد. اما در روانپزشکی این اصطلاح دقیق‌تر تعریف می‌شود: "هر فعالیتی^۲ که ارگانسیم (جاندار) انجام می‌دهد و به وسیله‌ی ارگانسیم دیگری با یک ابزار اندازه‌گیری قابل مشاهده یا اندازه‌گیری است" (سیف به نقل از ریس، ۱۳۹۶: ۴۳). بنابراین رفتار هم شامل حرکان بیرونی می‌شود (مانند حرکات سر و دست، سخن گفتن، نوشتن و غیره)، هم شامل حرکات درونی (مانند ضربان قلب، اتساع شرایین، انبساط مثانه و غیره) و هم شامل فعالیت غددی (مانند ترشح بزاق دهان یا ترشح هرمون).

مسائل و مشکلات مورد بررسی در تغییر رفتار و رفتار درمانی از دو دسته تشکیل می‌شوند: دسته کمبود رفتار^۳ و دسته فزونی رفتار^۴ هستند و شخص نیازمند به خدمات تغییر رفتار یا رفتار درمانی ممکن است مشکل کمبود رفتار یا مشکل فزونی رفتار و یا ترکیبی از این دو نوع مشکل را داشته باشند. در ادامه نمونه‌هایی از کمبود رفتار و فزونی رفتار را معرفی می‌کنیم:

کمبود رفتار:

- کودکی که کلمات را خوب تلفظ نمی‌کند و با کودکان دیگر معاشرت نمی‌کند؛
- نوجوانی که تکالیفش را انجام نمی‌دهد، به پدر و مادرش کمک نمی‌کند و مشکلاتش را با آنها در میان نمی‌گذارد؛
- بزرگسالی که هنگام رانندگی به مقررات بی‌اعتناست، برای دیگران احترام قائل نیست و به موقع سر قرارهایش حاضر نمی‌شود.

فزونی رفتار:

- کودکی که هنگام خواب از رختخوابش بیرون می‌آید و سر و صدا راه می‌اندازد یا غذایش را پرت می‌کند.

¹-creativity skills

² Activity

³ Behavioral Deficit

⁴ Behavioral Excess



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

- نوجوانی که صحبت‌های پدر و مادرش را قطع می‌کند، ساعت‌ها با تلفن پرحرفی می‌کند و کلمات رکیک به زبان می‌آورد؛
- بزرگسالی که یکسره وقت را صرف تماشای تلویزیون می‌مند، بین غذاهایش زیاد شیرینی می‌خورد، زیاد سیگار می‌کشد و ناخنش را می‌جود (سیف، ۱۳۹۶: ۵۰-۵۱).

کودکان بیش‌فعال، کودکانی هستند که به دلیل فزونی رفتاری که از خود بروز می‌دهند، نیازمند رفتار درمانی هستند و با توجه به این مسئله، اندیشه خلاق می‌تواند راه‌گشای درمان آن‌ها در محیط باغ‌های درمانی باشد.

▪ ویژگی‌های کالبدی باغ اندیشه و رفتار

فضای اطراف اصلی‌ترین معیار تعریف محیط است. محیط مفهومی است پیچیده و مرکب که دارای ابعاد مختلف است. داده‌های فضایی، جنبه‌های اجتماعی، فرهنگی، فیزیکی، معماری، نمادی جغرافیایی، تاریخی و زیستی از ابعاد مهم محیط محسوب می‌شوند. انسان از یک سو تحت تأثیر شرایط محیط قرار می‌گیرد و از سوی دیگر، به محیط سازمان می‌بخشد و شرایط آن را متناسب با هدف و نیازهای خود دگرگون می‌کند. ترکیب محیط ساخته‌شده، انگیزش بصری، لامسه و همچنین انگیزش صوتی و پویایی را فراهم می‌آورد. علاوه بر این انگیزش‌ها، قابلیت‌های محیط ساخته شده از بعضی رفتارها حمایت می‌کنند و رفتارهای دیگری را محدود می‌کند. این قابلیت‌ها تقریباً نامحدودند. از این رو نمی‌توان نقش مهم محیط کالبدی اطراف کودک را در رفتاری که از خود بروز می‌دهد، نادیده انگاشت، این امر مهم برای کودکان مبتلا به اختلال بیش‌فعالی از اهمیت بیشتری برخوردار است. ویژگی‌های اصلی یک محیط کالبدی تأثیرگذار بر این کودکان عبارتند است:

تراکم فضا: امروزه انبوه‌سازی کلیشه‌ای مسکن باعث می‌شود انسان‌ها به صورت توده در کنار هم قرار گیرند و به جای اینکه گروه‌های اجتماعی مثبت‌گرا و هدفمندی تشکیل شود، انبوهه‌ای از نفرها تشکیل می‌شود که کنار هم قرار گرفتن آن‌ها فقط ازدحام، شلوغی و هرج و مرج را در پی دارد. تمام هنجارهای معمول در خانه سازی، فقط فضایی محدود در اختیار کودک می‌گذارد و او را مجبور می‌کند که دائم در گفت و گوی بزرگ‌ترها و در تعاملات ناخوشایند با والدین در محیط کالبدی باشد و این نپذیرفتنی است (پوردیهیمی، ۱۳۸۲: ۳۶) و تبعات آن صدمه به بنیان و سلامت خانواده، افراد و جامعه است. این در حالی است که رعایت حریم و قلمرو کودک و فضای شخصی او اهمیت بسیار دارد. این امر کمک می‌کند تا او آزادی عمل کافی در تفکر، اندیشه و تصمیم‌گیری درباره‌ی وسایل خود داشته باشد (عمرانی‌پور و محمدمرادی، ۱۳۹۰). از این رو توصیه شده است که اتاق کودک در طراحی



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

فضا به ویژه فضای خواب وی را، باید از سایرین جدا ساخت و کودک حریم خصوصی مختص خود را داشته باشد. توجه به این مطالب اهمیت فراوان می‌یابد زمانی که صحبت از کودکان دارای اختلال بیش‌فعالی است که نسبت به سایر کودکان به فضای بیشتری برای انجام فعالیت‌های جسمی و حرکتی نیاز دارند و نبود فضای کافی باعث ایجاد تنش و پرخاشگری در آنان می‌شود (اژده‌فر و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۴۶).

نور طبیعی و ارتباط بصری: پدیده نور به طور اعم و نور روز به طور اخص، از اساسی‌ترین نیازهای جسمی و روانی انسان به شمار می‌رود که در طراحی محیط کالبدی باید مورد توجه قرار گیرد. تحقیقات نشان می‌دهد که میزان شدت، نوع منبع، رنگ، جهت و شیوه‌ی توزیع نور در محیط - های متفاوت فعالیت انسانی ممکن است تا حدود زیادی بر رفتارها، روحیه، بازدهی و کارایی وی تأثیر بگذارد. در این میان نقش نور طبیعی به مثابه‌ی کامل‌ترین و مطلوب‌ترین نور انکارناپذیر است. نور طبیعی و ارتباط بصری با محیط خارج در فضاهای زیستی انسان اعم از محل کار، فراغت، تفریح، تحصیل و علاوه بر افزایش کارایی و بازدهی موجب کاهش اضطراب، بهبود رفتار و نیز حفظ و افزایش سلامتی و آسایش می‌شود (پوردیهیمی و حاجی سیدجوادی، ۱۳۸۷). در واقع تحقیقات نشان داده است که قرارگرفتن در معرض نور طبیعی و روشن ممکن است برای سلامت کودکان (برای مثال افسردگی، بهبود خواب و کاهش استفاده از داروها) مناسب باشد. از طرفی بررسی‌های متعدد نشان داده است که در نظر گرفتن پنجره‌هایی با داشتن دید به طبیعت، برای بهبود تمرکز در میان کودکان مبتلا به بیش‌فعالی تأثیر به‌سزایی دارد؛ به طوری که گاه این تأثیر بهبود تمرکز با بهبود تمرکز حداکثر با حاصل از داروی متداول برای اختلال مشابه است (اژده‌فر و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۴۶).

بازی پذیری: بازی درمانی به عنوان یکی از روش‌های تشخیص و درمان اختلال بیش‌فعالی معرفی شده است. نتایج تحقیقات جنتیان و همکاران (۱۳۸۷) نشان داد که بازی درمانی باعث کاهش معنی دار شدت علائم بیش‌فعالی همراه با نارسایی توجه، بیش‌فعالی و کمبود توجه در گروه آزمایش شد. نکته قابل توجه این است که امروزه فضای باز آپارتمان‌ها اکثراً به دلیل راه ارتباطی ماشین با پارکینگ‌ها چه در طبقه همکف و چه در زیرزمین اشغال شده و دیگر فضایی برای فعالیت و بازی کودک باقی نمی‌ماند که خود بسی قابل تأمل است (اژده‌فر و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۴۷).

فرم: کودک قدرت تمرکز روی چند صفت با هم را ندارد، لذا قادر به درک پیچیدگی کلی نیست و نمی‌تواند همزمان درباره‌ی کل و جزء فکر کند. در هر واحد زمانی روی قسمتی از کل (جزء) تمرکز می‌کند. بنابراین استفاده از عناصر پیچیده به صورت غالب لزومی ندارد و می‌توان ترکیب کل و جزء از روابط ساده به صورت غالب استفاده کرد، به عبارتی از پرداختن به جزئیات زیاد و پیچیده در



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

طراحی خودداری نمود. به دلیل ساختار ذهنی کودک بهتر است از فرم‌های ابتدایی و ساده‌تر در طراحی محیط کالبدی، به جای اشکال پیچیده و نامنظم استفاده کرد. فرم ساده در ایجاد احساس امنیت و آرامش کمک می‌کند. مطابق تجربه‌ای که در یکی از موسسات آموزشی آمریکا در ارتباط با کودکانی که از مسائل احساسی و عاطفی در رنج بوده‌اند، انجام شد، نشان داده شد که مشکلات آنان با فرم اتاق بهبود داده می‌شود. فرم اتاق به طور مستقل توجه بچه‌ها را تقویت می‌کند. در این راستا تجربه دیگری از یک مدرسه‌ای به انجام رسید که با مواد ساختمانی سبک از فوم بچه‌ها قادر به ساخت مبلمان و یا آنچه که دوست داشتند، بودند. آن‌ها در سازماندهی فضایی که در آن احساس راحتی می‌کردند، فرم‌های نهایی بسیار آزادانه‌تر از فضاهای تحصیلی معمولی و با خطوط منحنی ایجاد کردند(خلج و عبدالله زاده‌گاه، ۱۳۹۵: ۲۹۳).

رنگ: پرورش مفهوم شکل و رنگ در کودکی خیلی زود آغاز می‌شود. کودک در تاکید بر صفت رنگ تمایل زیادی از خود نشان می‌دهد. در نتیجه رنگ یکی از شاخص‌ترین صفاتی است که در طراحی محیط کالبدی و طراحی مبلمان باید به آن توجه شود. از ترکیب‌بندی‌های متضاد و خیلی شدید که دارای تنش هستند، پرهیز کرد و همچنین رنگ‌های مورد استفاده نیز از نظر شدت نباید شدید باشند، بطوریکه غالب باید از توالی‌های ملایم رنگ‌ها استفاده شود.

در بررسی‌هایی که در خصوص تاثیرات رنگ بر روی کودکان بیش‌فعال در مقایسه با کودکان دیگر انجام شد، این عامل نه تنها از اهمیت بیشتر بلکه با اثربخشی معکوس نسبت به کودکان نرمال نشان داده شد و نتایج حاکی از آن است که از تحریکات رنگ برای تقویت توجه و فعالیت در کودکان بیش‌فعال استفاده شده است. رنگ از لحاظ نظری می‌تواند به عنوان محرک مشوق قوی برای کودکان بیش‌فعال عمل کند که به تقویت توجه و تحریک تکالیف مداوم کمک می‌کند. بنابراین رنگ مناسب می‌تواند کودکان بیش‌فعال را آرام کرده، فعالیت آن‌ها را پایین آورد، آنان را کنترل کرده و توجه آن‌ها را بالا برد(خلج و عبدالله زادگان، ۱۳۹۵: ۲۹۴).

سلسله مراتب: بنابر اصول جیورج در طراحی(۱۹۷۳)، باید سلسله مراتب و رده بندی فضاهای عمومی و حریم خصوصی در طراحی محیط کالبدی کاملاً رعایت شود. کودکانی که در برقراری ارتباط با دیگران دچار مشکل هستند، گذر ناگهانی از یک محیط به محیط دیگر برای آنان ناراحت کننده است. ورود یا خروج، ماندن یا رفتن، انتخاب‌های دشواری هستند که باید کاری مطلوب در کاهش اثرات ناراحت کننده‌ی آنان در رابطه با کودکان انجام داد. تغییرات تدریجی که از داخل به خارج فضا فراهم می‌شوند، مانند رواق‌ها، پلکان ورودی یا دیوارهای شیشه‌ای بین راهروها و کلاس‌ها یا راهروها و فضای بیرونی می‌توانند به رفع این مسئله کمک نمایند(خلج و عبدالله زادگان، ۱۳۹۵: ۲۹۴).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

فضای باز و سبز طبیعی: مطالعات متعددی ارتباط محیط طبیعی را بر منافع بهداشتی، اجتماعی، روانی، فکری و فیزیکی کودکان نشان داده‌اند. تحقیقات نشان می‌دهند که محیط‌های طبیعی، خستگی حاصل از توجه را کاهش داده، زیرا در این محیط‌ها، از توجه غیر اختیاری استفاده می‌شود. بررسی‌ها نشان داده است که در نظر گرفتن ویژگی‌هایی نظیر امکانات طبیعی قابل دسترس (از قبیل درختان، گل‌ها، زمین‌های چمن باز، بوته‌های کوچک) در فضای بیرون از ساختمان، امکانات طبیعی (از قبیل آکواریوم‌ها، گلخانه‌ها، گیاهان در داخل ساختمان) در فضای داخلی آرام (از نظر صدا) در میان کودکان مبتلا به بیش‌فعالی تأثیر بسزایی دارد (اژده‌فر و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۴۷).

تملك فضایی: کودک در هر سنی که باشد، در خانه یا مدرسه در تلاش است بخشی از فضا را به تملك خود درآورد و هر کودک اتاق مخصوص خود را می‌خواهد. در مدارس بسیاری از کودکان از نداشتن فضایی متعلق به خود رنج می‌بند، آنان فضاهای صمیمانه‌تر را ترجیح می‌دهند. این نیاز به تملك در نزد کودک یک نیاز بنیادی است و در تمام سنین مشاهده می‌شود. بنابراین پرداختن به معماری فضایی خاص که مختص کودک و متعلق به او باشد، حس اعتماد به نفس کودک در اجتماع را بالا خواهد برد. در راستای رفتار درمانی، کودکان بیش‌فعال معمولاً نیازمند آموزش‌های انطباقی هستند، از این رو تخصیص فضاهایی با عنوان مالکیت شخصی کودک که مسئولیت نگهداری و حفظ آن را داشته باشند، اقدامی موثر به نظر می‌رسد.

امنیت: کودکان بیش‌فعال بنا به تفاوت در قسمتی از مغز به پیامدهای اعمال خود فکر نمی‌کنند و در نتیجه بسیار مستعد آسیب می‌باشند. بنابراین بهتر است شرایط محیط کالبدی آن‌ها دارای مونیتورینگ دقیق باشد که کاملاً در دید و زیر نظر باشند و همچنین امنیت فضایی را به لحاظ پرخطر بودن رفتارهای فیزیکی آن‌ها کاملاً مدنظر قرار دهند. از آنجایی که فعالیت و واکنش‌های خطرآفرین در این کودکان بیش از کودکان عادی است، به محیطی امن با مبلمان ایمن نیازمندند تا امکان آسیب پایین بیاید (خلج و عبدالله زادگان، ۱۳۹۵: ۲۹۵).

روش تحقیق

این پژوهش از لحاظ هدف پژوهش از نوع تحقیق بنیادی نظری و بر اساس ماهیت و روش از نوع توصیفی تحلیلی موردی است. روش گردآوری اطلاعات، کتابخانه است. این روش با استفاده از متن خوانی، استفاده از عکس‌ها و نقشه‌ها از اسناد کتابخانه‌ای معتبر صورت می‌یابد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

در این پژوهش جمع آوری اطلاعات برای رسیدن به مقوله‌ها و سپس دسته بندی، مقایسه و تفسیر صورت می‌پذیرد و در صورت نیاز از تحلیل‌های توصیفی و تحلیل‌های همبستگی نیز استفاده می‌شود.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها در این پژوهش به صورت تحلیل محتواست. تحلیل محتوا یکی از مهم‌ترین و پرکاربردترین روش‌های تحقیق است و به درستی می‌توان گفت اکثر محققان به صورتی با این روش سرکار داشته و خواهند داشت (بطور مستقیم و غیرمستقیم). این روش بر دیگر روش‌ها برتری دارد زیرا نیازی به جمع‌آوری اطلاعات نیست، کلیه اطلاعات موجود است و فقط نیاز به تحلیل دارند. تحلیل محتوی روشی است بس ظریف، حساس و دقیق با امکانی وسیع و با کاربردهای چنان گسترده و متنوع که شاید در هیچ کتاب روش تحقیقی تماماً جای نگیرد.

تحلیل داده‌ها

طراحی باغ‌ها اندیشه و رفتار برای بهبود کودکان بیش‌فعال، در جهت بهره‌گیری از امکانات محیط طبیعی برای درمان کودکان بیش‌فعال در نظر گرفته شده است. در این میان شاخصه‌های باغ‌های چهارگانه درمانی بر اساس پارامترها در تعاریف باغ‌های درمانی به شرح زیر است:

جدول ۲. شاخصه‌های باغ‌های درمانی بر اساس پارامترها. مأخذ: نگارنده.

باغ‌های درمانی	تعریف	کیفیت فضایی-کاربردی	محقق
باغ‌های مدیتیشن	این باغ‌ها متمرکز بر آرامش به عنوان بخشی از فرآیند شفا و مناسب برای تفکر آرام، جدایی از حواس پرتی و ایجاد فضای خصوصی است همه عناصر در آن تسکین دهنده و صلح آمیز و القاگر امنیت روانی است	القاء آرامش، ایجاد فضای خصوصی، القاء امنیت روانی	Yucel, 2013
باغ‌های شفا بخش	طراحی باغ‌های مدیتیشن باید تا جای امکان ساده و منظم و بدون پیچیدگی باشد	طراحی ساده و بدون پیچیدگی	Sulis, 2015
باغ‌های شفا بخش	هدف باغ‌های شفا بخش القاء حس آرامش و امنیت روانی، استرس کمتر و حتی انرژی بخشیدن به افراد است	القاء حس آرامش، امنیت روانی	Eckerling, 1996
باغ‌های ترمیمی	باغ‌های شفا بخش قادر به تحریک حواس پنجگانه و ارتقاء بهبودی از بیماری‌های جسمی و عاطفی	تحریک حواس	Stark, 2004
باغ‌های ترمیمی	باغ‌های ترمیمی منابع مهم کاهش دهنده استرس هستند، چرا که آن‌ها ابعاد زیر را پرورش می‌دهند: حمایت اجتماعی برای استفاده کنندگان از باغ، ایجاد حریم خصوصی	پرورش حمایت اجتماعی ایجاد حریم خصوصی و کنترل بر	Erickson, 2012



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



	امور، فرصت فعالیت فیزیکی	و کنترل بر آن فرصت فعالیت فیزیکی و ارائه عناصر طبیعت	
Yucel, 2013	القاؤ آرامش و امنیت روانی	این باغها از ارزشهای ترمیمی طبیعت برای ایجاد محیط منجر به آرامش و امنیت روانی استاده می کنند	
DePrado, Polanin & Flagier, 2013	تجربه فعال طبیعت	باغهای تواناسازی به استفاده کنندگان در هر سنی و با هر توانایی اجازه می دهند که از تجربه فعال طبیعت مانند باغبانی لذت ببرند	باغهای تواناسازی
Bengtssom & Grahn, 2014	راحتی، ایمنی-گ	در باغهای تواناسازی استفاده کنندگان اولین نگرانی است. محیط بیرونی همچنین باید دارای ایمنی برای استفاده کاربران بدون هیچ گونه ناخشنودی فیزیکی باشد	

در این بخش به دنبال بررسی رابطه اهداف عملیاتی طراحی باغهای درمانی و ویژگیهای محیط مناسب برای بهبود کودکان بیش فعال هستیم که در غالب اندیشه و رفتار به کودکان بیش فعال کمک می کند. جدول ۳ ارتباط بین اهداف طراحی باغهای درمانی و بهبود کودکان بیش فعال را نشان می دهد:



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



جدول ۳. تأثیر باغ‌های درمانی بر کودکان بیش‌فعال. مأخذ: نگارنده.

اصول طراحی باغ درمانی	هدف	برنامه	اصول طراحی برای کودکان بیش‌فعال	برنامه
افزایش تعامل اجتماعی	کاربران باید بتوانند به صورت گروهی و یا فردی از فضای ایجاد شده استفاده کنند	- طراحی فضاهایی برای حضور کاربران به صورت گروهی و در فضای باز و بسته - طراحی مکان‌های نشیمن متنوع در فضا - بهره جویی از دخالت کاربران در عملیات کاشت، داشت و برداشت گیاهان	تعاملات افزایش اجتماعی در کودکان برای برقراری ارتباط با همسالان و رهایی از انزوا	- دسته بندی برنامه های مجموعه به دو دسته انفرادی و گروهی - بازی درمانی - برگزاری دوره‌های آموزشی به صورت گروهی - برگزاری نمایشگاه‌های آثار دستی کودکان - برگزاری تئاتر و کنسرت‌های موسیقی برای افزایش تعاملات اجتماعی کودکان
لذت بصری و آرام بخشی	لازم است از گیاهان، فضاها و عناصر متنوع در محیط به جهت افزایش حس لذت و آرامش در کاربران استفاده شود	- استفاده از گیاهان رنگارنگ و متنوع که علاوه بر زیبایی ظاهری تغییرات فصلی را نیز به تصویر بکشند - استفاده از گیاهان دارویی و بومی به جهت افزایش حس مکان در کاربران	ایجاد چشم انداز مطلوب	- طراحی پنجره‌های گسترده برای بهره گیری از نور طبیعی و ایجاد چشم انداز به باغ - طراحی در محیطی آرام بخش در دل باغ برای کمک به کودک بیش‌فعال
توانبخشی به بیماران	لازم است در طراحی، اصول استاندارد برای استفاده بیماران مد نظر قرار گیرد.	- طراحی عرض مناسب برای مسیرهای عبور و مرور به این صورت که بتوان بیماران را با تخت یا صندلی چرخدار به باغ آورد. - ایجاد عناصر پنهان در مکان‌های مختلف برای کمک به بیماران - ایجاد فضاهای نشیمن مناسب در طول مسیر	طراحی متناسب با تناسبات کودکانه	- طراحی فضاها به گونه‌ای که برای کودک قابل استفاده باشد



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



		برای استراحت افراد		
کنترل و تسلط بر محیط	کاربران بایر بتوانند بر محیط طراحی شده کنترل داشته باشند که داشتن حق انتخاب مکان‌های نشستن و انتخاب مسیر حرکت و غیره به این موضوع کمک شایانی می‌کند	طراحی مکان‌های نشستن ثابت و متحرک همچنین فضای گروهی یا خصوصی و مسیرهای مختلف اصلی و فرعی برای افزایش اختیارات کاربر بر اساس تمایلات وی	ایجاد احساس تملک در کودک	- طراحی فضاهای اختصاصی برای کودک - طراحی بدون ابهام - تأمین امنیت برای کودک
دسترسی به طبیعت	کاربران باید بتوانند به راحتی با محیط طبیعی ارتباط برقرار کنند	ایجاد فضاهایی ساده و جذاب همچنین ایجاد دید و منظره مناسب از پنجره اتاق بیماران به محوطه سبز و بهره جویی از دخالت کاربران در مراحل کاشت و داشت و برداشت گیاهان	طراحی در دل طبیعت	- قرار دادن ساختمان در میان درختان باغ و ایجاد چشم انداز از داخل ساختمان به باغ - طراحی فضای بازی کودک در باغ
تحریک حواس پنجگانه	لازم است کاربر در محیط طراحی شده به نوعی غنای حسی دست یابد و تمام حواس وی درگیر شود	استفاده از آب در طراحی به جهت ایجاد نوایی دل‌انگیز (موسیقی طبیعت) همچنین استفاده از گل‌ها و گیاهان با رایحه‌های متنوع، حیات وحش خاص، استفاده از نورپردازی و ترکیب نوری متناسب و متنوع و غیره	جمع کردن حواس کودک بیش‌فعال و کاهش پرت شدن توجه کودک	- استفاده از آب، درخت، نور، حیوانات و ایجاد فرصت تجربه عناصر طبیعی برای کودک - به کار گیری نور و رنگ متنوع متناسب با نیاز کودک - موسیقی درمانی - بازی درمانی
آشنایی و حس نزدیکی	لازم است فضا حس نزدیکی را به کاربران القا نماید	استفاده از الگوهای تاریخی طراحی و عناصر خاص قدیمی به عنوان عناصر تأکیدی به منظور افزایش حس مکان در محوطه	طراحی متناسب با نیاز کودک	- طراحی احجام ساده و قابل درک برای کودکان - طراحی سلسله مراتبی برای پرهیز از گیج شدن کودک - استفاده از المان‌ها و عناصر مکان‌یابی راحت برای کودک



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

جمع‌بندی و پیشنهادات

اختلال نارسایی توجه/ بیش‌فعالی از گروه بیماری‌های روانی- رفتاری است که از شایع‌ترین اختلالات در اطفال گزارش شده است. عوارض این بیماری نه تنها به خود فرد آسیب می‌رساند، بلکه خانواده و جامعه را نیز تهدید می‌کند. کودکان بیش‌فعال در معرض مشکلات ارتباطی، مشکلات تحصیلی، اضطراب، افسردگی، اختلال سلوک، شخصیت ضد اجتماعی، بزهکاری و سوء مصرف مواد مخدر هستند. با توجه به صدمات جبران‌ناپذیر عنوان شده، شناسایی و مداخله مناسب می‌تواند نقش چشمگیری در جلوگیری از عوارض آن داشته باشد. از جمله راه‌های بهبود این کودکان، آموزش مهارت‌های اجتماعی مانند ورزش‌درمانی و بازی‌درمانی است و تکنیک‌های اصلاح رفتار که راه‌های غیردارویی هستند. باغ‌اندیشه و رفتار با رویکرد بهبود کودکان بیش‌فعال راهکاری پیشنهادی است برای کمک گرفتن از معماری در جهت ارائه خدمات به این کودکان.

از طرفی جامعه امروز آن چنان از حالت اصلی طبیعی بیگانه شده است که در تشخیص اینکه وابستگی ابتدایی نوع بشر به طبیعت به عنوان بخشی از رشد و نمو بوده، ناتوان است. فرهنگ کودکی که بازی خارج از خانه را در برداشت، در حال از بین رفتن است و زندگی کودکان هر روز به سمت بازی در خانه سوق داده می‌شود. در نتیجه فرصت کودکان برای ارتباط مستقیم و همزمان با طبیعت تجربه‌ای است که به تدریج در حال حذف شدن از دوران کودکی است و حذف طبیعت بر رفتار کودکان تأثیر مستقیم گذاشته و آن‌ها از لحاظ روانی دچار مشکلاتی کرده است، در حالی که ارتباط کودک با طبیعت بر عملکرد فیزیولوژیکی، عملکرد روانشناختی، عملکرد شناختی، رشد عاطفی- هیجانی، رشد اجتماعی و رشد ارزشی کودک تأثیر مستقیم می‌گذارد. ارتباط کودکان با طبیعت در سه نوع ارتباط مستقیم با طبیعت، ارتباط غیر مستقیم و ارتباط سمبلیک دسته‌بندی می‌شود که در غالب یک باغ‌درمانی به مرحله طراحی می‌رسد.

از طرفی انسان‌ها برای دانستن یا شناختن پدیده‌ها، اطلاعاتی را گرد می‌آورد، آن‌ها را پردازش می‌کند و آن‌ها را نگاه می‌دارد. این سه عمل را ضمن احساس و ادراک، یادگیری و حفظ کردن و اندیشیدن تکمیل می‌کند. در واقع کار تفکر این است که اطلاعاتی را که ما احساس می‌کنیم، درمی‌یابیم و می‌فهمیم، ذخیره و انبار می‌کنیم و نگه می‌داریم، به کار می‌برد. به عبارت دیگر تفکر عبارت است از فعالیت ذهنی متضمن تشکیل مفاهیم، حل مسئله و پرداختن استدلال. اندیشه خلاق و خلاقیت، از میان انواع اندیشه‌ها، می‌تواند به کودکان بیش‌فعال کمک کند تا بتوانند با به کارگیری توانایی‌های ذهنی خود، به ایجاد یک فکر یا مفهوم جدید دست یابند. خلاقیت دارای ۳ بعد معارث‌های خلاقانه، انگیزه و مهارت‌های موضوعی است.

همچنین رفتار به معنی عملی که از فرد سر می‌زند یا سخنی که بر زبان می‌آورد و هر فعالیتی که ارگانیسم انجام می‌دهد و به وسیله ارگانیسمی دیگر با یک ابزار اندازه‌گیری قابل مشاهده یا اندازه‌گیری است، به دو دسته هنجار و ناهنجار دسته‌بندی می‌شود، رفتارهای ناهنجار که ناسازگار با محیط یا اجتماع



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

است، نیاز به اصلاح دارد. برای این امر از الگوهای رفتار درمانی استفاده می‌شود. فرد دچار مشکلات رفتاری یا دچار کمبود رفتار است، یا فزونی رفتار. کودک بیش فعال با مشکل فزونی رفتار مرتکب اشتباهاتی ناشی از بی‌دقتی می‌شود، قادر به حفظ توجه و سازماندهی فعالیت‌ها نیست، به دستورها گوش نمی‌دهد و از آن‌ها پیروی نمی‌کند. در توجه پایدار ضعف دارد، تمایلی به شرکت در فعالیت‌هایی که مستلزم توجه پایدار است، نشان نمی‌دهد، وسایل خود را پیوسته گم می‌کند و به آسانی با محرک‌های نامربوط دچار حواسپرتی و فراموش کاری می‌گردد. آموزش شناختی - رفتاری با تأکید بر اندیشه و رفتار به کودک کمک می‌کند تا بر تغییرات رفتارشان نظارت داشته باشند. کودکان بیش فعال از نظر اجتماعی خام، درس‌ساز، ناسازگار و نافرمان هستند و کودکان دیگر نسبت به آن‌ها واکنش منفی نشان می‌دهند. آموزش مهارت‌های اجتماعی و ارتباط با همسالان به این کودکان کمک می‌کنند تا رفتارهای اجتماعی و مناسب را آموزش ببینند.

راهکارهای پیشنهادی طراحی باغ اندیشه و رفتار با رویکرد بهبود کودکان بیش فعال به شرح زیر است:

جدول ۴. راهکارهای پیشنهادی مربوط به باغ اندیشه و رفتار با رویکرد بهبود کودکان بیش فعال. مأخذ: نگارنده.

مولفه‌های موثر در طراحی	راهکارهای طراحی
تراکم فضا	- داشتن فضای شخصی برای هر کودک - نیاز به فضای بیشتر برای انجام فعالیت‌های جسمی حرکتی
نور طبیعی و ارتباط بصری	- تامین نور طبیعی به عنوان کامل‌ترین و مطلوب‌ترین نور برای کلیه فضاها - دید به طبیعت از طریق پنجره که باعث بهبود تمرکز کودک می‌شود
بازی پذیری	طراحی فضاهای مختص به بازی در دو بخش درون ساختمان و طبیعت و امکان استفاده از آن در شرایط مختلف
فرم	- استفاده از فرم‌های ساده، منظم، ایستا و قابل درک برای کودک - تنوع در استفاده از فرم‌های ابتدایی و ساده برای افزایش احساس امنیت و آرامش و افزایش حس کنجکاوی در کودک
رنگ	- پرهیز از رنگ‌های متضاد و خیلی شدید برای کاهش هیجان کودک بیش فعال - بکارگیری تنوع رنگ در بخش‌های مختلف - استفاده از رنگ‌های شاد برای کودکان
سلسله مراتب	- تفکیک مناسب حوزه‌ها بر اساس نوع فعالیت‌ها و نیازهای آن‌ها که توسط کودک قابل دسته بندی است - توجه به سیرکولاسیون حرکتی کودک - طراحی فضاها در دو بهش سکون و پویا
فضای باز و سبز طبیعی	- طراحی در بستر طبیعت - بهره‌گیری از امکانات طبیعی قابل دسترس در بیرون و درون ساختمان



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

<ul style="list-style-type: none"> - استفاده از فضای سبز در درون ساختمان - بهره گیری از عناصر طبیعی 	
<ul style="list-style-type: none"> - امنیت فضایی و کاهش رفتارهای فیزیکی پر خطر کودک 	امنیت
<ul style="list-style-type: none"> - توجه به نیاز به تملک در کودک و مسئولیت پذیری در نگهداری و حفظ آن فضا 	تملك فضایی
<ul style="list-style-type: none"> - طراحی فضاهایی برای بازی های گروهی - ایجاد فعالیتهای مشارکتی - طراحی فضاهایی برای تعامل کودکان با والدین - اجرای تئاتر و کنسرت های موسیقی برای عموم 	افزایش تعامل اجتماعی برای بهبود رفتار
<ul style="list-style-type: none"> - طراحی کارگاه های خلاقیت - برگزاری نمایشگاه های صنایع دستی کودکان 	افزایش انگیزه و مهارت- های خلاقانه در تفکر و اندیشه

ایده های طراحی پیشنهادی برای طراحی باغ اندیشه و رفتار با رویکرد بهبود کودکان بیش فعال نیز به شرح زیر است:

جدول ۵. ایده های معماری بهره گیری از مصالح در باغ اندیشه و رفتار با رویکرد بهبود کودکان بیش فعال. مأخذ: نگارنده.

ایده	راهکار
<ul style="list-style-type: none"> - استفاده از مصالح طبیعی مانند چوب در سایت و سایبان ها و طراحی خانه های درختی برای کودکان 	بهره گیری از مصالح طبیعی
<ul style="list-style-type: none"> - استفاده از سنگ در طراحی نما و محوطه سازی - استفاده از سایبان برای کنترل نور روز 	توجه به اقلیم در انتخاب مصالح
<ul style="list-style-type: none"> - بهره گیری از مصالح طبیعی برای ایجاد ارتباط بیشتر کودک با طبیعت - استفاده از مصالح با رنگ های شاد و ملایم برای کودکان 	هم خوانی مصالح با کاربری مجموعه

جدول ۶. ایده های معماری بهره گیری از طبیعت در باغ اندیشه و رفتار با رویکرد بهبود کودکان بیش فعال. مأخذ: نگارنده.

ایده	راهکار
<ul style="list-style-type: none"> - انتخاب سایت در مجاورت باغ های شیراز و بهره گیری از چشم اندازهای مطلوب - احیاء باغ های از دست رفته 	طراحی در بستر طبیعت



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

<p>بهره گیری از عناصر طبیعی</p> <ul style="list-style-type: none"> - استفاده از سنگ فرش در سایت - بهره گیری از نور طبیعی در روز - بهره گیری از آب در طراحی سایت و فضاهای داخلی - استفاده از چوب در نما و سایت سازی و فضاهای داخلی - استفاده از گیاهان رنگارنگ و متنوع - استفاده از آکواریوم در فضای داخلی 	
<p>حفظ طبیعت</p> <ul style="list-style-type: none"> - طراحی ساختمان مجموعه در زمینی که نیازی به قطع کردن درختان نیست 	
<p>شناخت طبیعت</p> <ul style="list-style-type: none"> - طراحی فضاهایی برای نگهداری حیوانات، ماهی ها و پرندگان و آموزش به کودکان - طراحی فضایی برای کاشت و نگهداری گیاهان و ارتباط بیشتر کودکان با طبیعت - تحریک حواس پنجگانه 	
<p>لذت بصری و آرام بخشی</p> <ul style="list-style-type: none"> - استفاده از گیاهان رنگارنگ و متنوع - استفاده از گیاهان بومی جهت افزایش حس مکان در کودکان 	

جدول ۷. ایده‌های معماری بهره‌گیری از فرم در باغ اندیشه و رفتار با رویکرد بهبود کودکان بیش‌فعال. مأخذ: نگارنده.

ایده	راهکار
<ul style="list-style-type: none"> - ایده گرفتن از فرم ساختمان‌هایی که کودکان در نقاشی‌های خود به عنوان خانه طراحی می‌کنند برای ایجاد ارتباط بیشتر کودک با فضا 	<p>بهره‌گیری از ساختارهای منظم، ساده و ایستا</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ترکیب حجم‌ها و استفاده از فرم‌های متنوع 	<p>استفاده از ترکیب‌های متعادل</p>

جدول ۸. ایده‌های معماری سلسله‌مراتب در باغ اندیشه و رفتار با رویکرد بهبود کودکان بیش‌فعال. مأخذ: نگارنده.

ایده	راهکارها
<ul style="list-style-type: none"> - تفکیک بخش‌های پر سر و صدا مربوط به بازی کودکان از دیگر بخش‌ها - تفکیک بخش‌های اداری از دیگر بخش‌ها 	<p>تفکیک مناسب حوزه‌ها بر اساس نوع فعالیت و نیازها</p>
<ul style="list-style-type: none"> - طراحی سیرکولاسیون حرکتی به گونه‌ای که با طبیعت ارتباط داشته باشد و کودک طبیعت را تجربه کند - تفکیک مجموعه به بخش‌های گوناگون به منظور جلوگیری از تداخل نایجای فعالیت‌ها - ایجاد ارتباط بصری میان بخش‌های مختلف - طراحی پل ورودی در میان درختان موجود در طبیعت 	<p>توجه به سیرکولاسیون حرکتی</p>



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

منابع:

- اژده‌فر، شیرین؛ اژده‌فر، لیلا و عمرانی‌پور، علی (۱۳۹۳). رابطه بین محیط کالبدی معماری با نشانه‌های اختلال بی‌فعالی / نارسایی توجه در کودکان ۶-۱۰ سال تهران. دوفصلنامه معماری ایران، شماره ۶، صص ۱۴۱-۱۵۸.
- افسر، بهاره (۱۳۹۴). طراحی مجتمع مسکونی با رویکرد رشد و پرورش خلاقیت کودک. پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز.
- پوردیپیمی، شهرام (۱۳۸۲). فضای باز مسکونی. دو فصلنامه صغه، شماره ۳۶، صص ۳۶-۵۱.
- پوردیپیمی، شهرام و حاجی سید جوادی، فریبرز (۱۳۸۷). تأثیر نور روز بر انسان: فرایند ادراکی و زیست‌شناسی - روانی روشنایی روز. دوفصلنامه صغه، شماره ۴۶، صص ۶۷-۷۵.
- سعیدیان، نجمه؛ معارضیاء، کاظم، ذاکری، سید محمدحسین و حبیبی، امین (۱۳۹۴). تبیین میزان تطابق الگوی منظر باغ ایرانی و باغ‌های چهارگانه درمانی. دوفصلنامه پژوهش‌های منظر شهر، سال دوم، شماره ۴، صص ۸۱-۹۴.
- شاهچراغی، آزاده (۱۳۸۸). پارادایم‌های پردیس، چاپ دوم، نشر جهاد دانشگاهی، تهران.
- صادقی، اکبر؛ شهیدی، شهریار و خوشابی، شهیدی (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش مدیریت والدین بر کارکرد خانواده کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی. خانواده پژوهی، سال هفتم، شماره ۲۶.
- علیزاده، حمید؛ کاوه، منیژه و حکیمی راد، الهام (۱۳۹۷). درمان اختلال نارسایی توجه/ بیش‌فعالی (راهبردهای آموزشی و تربیتی). نشر ارسباران، چاپ اول.
- عمرانی‌پور، علی و محمدمرادی، اصغر (۱۳۹۰). تحلیلی بر ویژگی‌های محیط در نظریه شخصیت اریکسون. معماری و شهرسازی آرمانشهر، دوره ۴، شماره ۷، صص ۵۰-۴۱.
- کردلو، محسن؛ اسماعیل، زینب و آزادی، اسماعیل (۱۳۹۲). بیش‌فعالی: راهکارهای مطلوب در تعامل با کودکان بیش‌فعال. نشریه تعلیم و تربیت استثنایی، سال سیزدهم، شماره ۴، پیاپی ۱۱۷، صص ۳۸-۴۸.
- محمدزاده، معصومه (۱۳۸۶). اختلال نارسایی توجه/ بیش‌فعالی. نشریه تعلیم و تربیت استثنایی، شماره‌های ۶۸ و ۶۹، صص ۹۰-۱۱۶.
- مکتبی فرد، لیلا (۱۳۸۸). انواع تفکر و ارتباط آن‌ها با تأکید بر تفکر انتقادی. نشریه فرهنگ، شماره ۶۹، صص ۳۵۹-۳۷۲.
- میرکمالی، سید محمد (۱۳۸۰). تفکر خلاق و باروری آن در سازمان‌های آموزشی، مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره جدید، سال چهارم، شماره ۲، صص ۹۹-۱۲۰.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

