

عنوان مقاله: پناهگاه‌های خرد شهری به‌مثابه فضاهای زیسته تاب‌آور در شرایط جنگ رمضان (جنگ تحمیلی سوم)؛ مطالعه موردی: میداين محله نارمک منطقه ۸ تهران

۱ عطيه عسگری ، ۲ اسيد مهرشاد جهان آبادی

* گروه شهرسازی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. نویسنده مسئول: (a_asgari@azad.ac.ir)

۲ گروه شهرسازی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

مقاله پژوهشی

تاریخ دریافت: 1405-03-07

تاریخ بازنگری: 1405-03-23

تاریخ پذیرش: 1405-04-03

چکیده

افزایش مخاطرات ناشی از جنگ‌های شهری و بحران‌های امنیتی، ضرورت بازاندیشی در نقش فضاهای خرد شهری در ارتقای تاب‌آوری محلات را برجسته ساخته است. با وجود تمرکز بسیاری از پژوهش‌ها بر زیرساخت‌های کلان و پناهگاه‌های رسمی، شناخت تجربه زیسته شهروندان از فضاهای محلی پناه‌پذیر همچنان کمتر مورد توجه قرار گرفته است. پژوهش حاضر با هدف واکاوی تجربه زیسته ساکنان از پناهگاه‌های خرد شهری و تبیین نقش آن‌ها در شکل‌گیری تاب‌آوری محلی، در محله نارمک منطقه ۸ تهران و در بستر بحران موسوم به «جنگ رمضان» (۹ اسفند ۱۴۰۴ تا ۱۹ فروردین ۱۴۰۵) انجام شده است. این پژوهش با رویکرد آمیخته و با غلبه رویکرد کیفی تفسیری انجام شد. در بخش کیفی، ۵۰ مصاحبه عمیق نیمه‌ساختار یافته با ساکنان با سابقه و خبرنگاران شهری انجام و داده‌ها با استفاده از تحلیل مضمون در نرم‌افزار MAXQDA تحلیل شدند. در بخش کمی نیز ۳۸۰ پرسش‌نامه میان ساکنان توزیع و داده‌ها از طریق آمار توصیفی و آزمون همبستگی رتبه‌ای اسپیرمن مورد بررسی قرار گرفتند. یافته‌ها نشان داد پناهگاه‌های خرد شهری صرفاً عناصر کالبدی محافظتی نیستند، بلکه به‌مثابه فضاهای زیسته و معنا ساز عمل می‌کنند که از طریق تقویت امنیت ادراک‌شده، انسجام اجتماعی، حافظه جمعی و احساس کنترل، ظرفیت تاب‌آوری شهروندان را افزایش می‌دهند. نتایج تحلیل کمی نیز وجود روابط مثبت و معنا دار میان امنیت ادراک‌شده، کیفیت تجربه فضایی، راهبردهای انطباقی و تاب‌آوری ساکنان را تأیید کرد. همچنین مشخص شد که خوانایی فضایی، دسترسی سریع، محصوریت نسبی و امکان شکل‌گیری حمایت اجتماعی از مهم‌ترین ویژگی‌های مؤثر بر ادراک پناه‌پذیری در میداين نارمک هستند. نتایج پژوهش بر ضرورت گذار از رویکردهای صرفاً فنی به برنامه‌ریزی و طراحی مکان محور تأکید دارد؛ رویکردی که در آن فضاهای عمومی محله‌ای به‌عنوان زیرساخت‌های فعال تاب‌آوری شهری مورد توجه قرار می‌گیرند.

کلمات کلیدی: پناهگاه‌های خرد شهری، تجربه ی زیسته، تاب‌آوری، شرایط جنگی، میداين محله نارمک، منطقه ۸ تهران.

در دهه‌های اخیر، افزایش تنش‌های ژئوپلیتیکی (Go, 2026)، جنگ‌های شهری، بحران‌های ترکیبی و تهدیدات انسان‌ساخت (Altin & Tokgöz, 2025)، شهرها را به یکی از اصلی‌ترین بسترهای تجربه ناامنی و بحران تبدیل کرده است (Zarkhah et al., 2025). برخلاف الگوهای کلاسیک جنگ که عمدتاً در مرزها یا فضاهای نظامی رخ می‌دادند (Reicher et al., 2025)، در منازعات معاصر، زندگی روزمره شهری (Amirzadeh et al., 2025)، فضاهای عمومی و زیست‌عادی شهروندان مستقیماً در معرض تهدید قرار گرفته‌اند (Graham, 2010; Coward, 2009). در چنین شرایطی، مسئله امنیت شهری دیگر صرفاً به حفاظت فیزیکی زیرساخت‌ها محدود نیست (Bautista-Puig et al., 2022)، بلکه به نحوه ادراک، تجربه و زیست‌امنیت در فضاهای روزمره شهری نیز گره خورده است (Smart, 2020 & Pain, 2000; Low). همزمان با این تحولات، مفهوم تاب‌آوری شهری نیز دستخوش بازتعریف شده است (Xi et al., 2025). در رویکردهای اولیه، تاب‌آوری عمدتاً به توان بازگشت سیستم‌های کالبدی و زیرساختی پس از بحران اشاره داشت (Eren, 2025)، اما در نسل جدید مطالعات شهری، تاب‌آوری به‌عنوان فرایندی چندلایه، رابطه‌ای و تجربه‌محور درک می‌شود که ابعاد اجتماعی، روانی، فضایی و ادراکی را نیز در بر می‌گیرد (Meerow et al., 2016; Tierney, 2023). در این چارچوب، تجربه زیسته شهروندان از فضاهای شهری در هنگام بحران (Sliepstov & Malliani, 2025)، بخشی اساسی از فهم تاب‌آوری محسوب می‌شود (Jörgen et al., 2025). زیرا واکنش انسان‌ها به بحران نه تنها تحت تأثیر ظرفیت‌های کالبدی (Perperi et al., 2023)، بلکه متأثر از ادراک امنیت، حس کنترل، خاطرات، روابط اجتماعی و کیفیت تجربه فضایی است (Seamon, 2018; Bissell, 2021). با وجود گسترش مطالعات مرتبط با تاب‌آوری شهری، بخش عمده ادبیات موجود همچنان بر مقیاس‌های کلان، سیاست‌گذاری‌های مدیریتی و زیرساخت‌های حیاتی متمرکز است و توجه کمتری به فضاهای خرد شهری و تجربه روزمره شهروندان در شرایط بحران دارد (Rusu, 2025). این در حالی است که در لحظات بحرانی، آنچه به‌طور مستقیم با بدن، ادراک و کنش شهروندان درگیر می‌شود (Antonescu & Florescu, 2025)، نه ساختارهای کلان، بلکه فضاهای کوچک، نزدیک و در دسترس شهری است (Moyo et al., 2025). فضاهایی که گاه به‌صورت رسمی طراحی نشده‌اند (Shamsuddin, 2023)، اما در شرایط جنگی و بحرانی به نقاط پناه، تجمع، مکث، همیاری و بازسازماندهی اجتماعی تبدیل می‌شوند (Elfverson et al., 2023). در این پژوهش، این فضاها تحت عنوان «پناهگاه‌های خرد شهری» مورد توجه قرار می‌گیرند؛ فضاهایی که در مرز میان امر کالبدی، اجتماعی و ادراکی قرار داشته و می‌توانند به‌عنوان میکرو-زیرساخت‌های تاب‌آوری شهری عمل کنند (Elfverson & Gušić, 2023). مطالعات جدید در حوزه پناهگاه‌های شهری و زیرساخت‌های حفاظتی شهری نشان می‌دهند که رویکردهای سنتی به پناهگاه‌ها—به‌عنوان فضاهایی صرفاً فنی (Ba et al., 2022)، ایزوله و نظامی—دیگر پاسخگوی پیچیدگی شهرهای معاصر نیستند و نیاز به مدل‌هایی انعطاف‌پذیر، درون‌یافتی و مبتنی بر تجربه انسانی بیش از گذشته احساس می‌شود (UN-Habitat, 2023; Bryant, 2024 & Allan). در این میان، پناهگاه‌های خرد شهری نه صرفاً به‌عنوان عناصر کالبدی، بلکه به‌مثابه فضاهایی رابطه‌مند و برآمده قابل تحلیل هستند که در آن‌ها امنیت، ترس، همبستگی و راهبردهای بقا به‌صورت هم‌زمان تولید و بازتولید می‌شوند (Vasilevska & Slavkovic, n.d). برای فهم این فرایندهای پیچیده، اتکا به رویکردهای صرفاً عینی‌گرا و کالبدی کافی نیست (Cheshmehzangi, 2021). در مقابل، رویکردهای پدیدارشناسانه در جغرافیا و شهرسازی انسانی امکان مطالعه «چگونگی تجربه شدن فضا» را فراهم می‌کنند (Relph, 1976; Norberg-Schulz, 1980). از این منظر، فضا نه یک ظرف خنثی، بلکه پدیده‌ای زیسته و آکنده از لایه‌های حسی، هیجانی و معنایی است (Ljungkvist, 2021). در شرایط جنگی، این لایه‌ها تشدید

شده و تجربه‌هایی از ترس، اضطراب، امید، انسجام اجتماعی و مقاومت را در فضاهای خرد شهری شکل می‌دهند (Allam, 2020). در نتیجه، پناهگاه‌های خرد شهری را می‌توان به‌عنوان «فضاهای حدی» در نظر گرفت؛ فضاهایی که مرز میان امنیت و ناامنی، فردیت و جمع، و نظم و آشوب در آن‌ها به‌طور مداوم بازتعریف می‌شود (Turner, 1969; Simone, 2024). در امتداد این رویکرد، نظریه تولید فضا لوفور، امکان فهم پناهگاه‌های خرد شهری را نه به‌عنوان عناصر ثابت، بلکه به‌مثابه برساخته‌هایی اجتماعی-فضایی فراهم می‌سازد که در بستر روابط قدرت، کنش‌های روزمره و فرآیند از آن خودسازی فضا توسط شهروندان شکل می‌گیرند (Lefebvre, 1991). همچنین، رویکرد اسمبلاژ (هم‌بندی) با تأکید بر پیوند موقتی عناصر ناهمگون—از بدن و عاطفه تا زیرساخت، خاطره و روابط اجتماعی—امکان تحلیل پویایی‌های برآمده‌این فضاها را فراهم می‌کند (DeLanda, 2016; McFarlane, 2011 & Anderson). در کنار این رویکردها، نظریه عاطفه نیز نشان می‌دهد که ادراک امنیت و ناامنی، پیش از آنکه کاملاً شناختی باشد، در سطح شدت‌های احساسی، واکنش‌های بدنی و اتمسفرهای عاطفی تجربه می‌شود (Massumi, 2002; Thrift, 2008). با وجود این ظرفیت‌های نظری، هنوز خلأ قابل توجهی در ادبیات پژوهشی پیرامون پیوند میان «پناهگاه‌های خرد شهری»، «تجربه زیسته شهروندان» و «تاب‌آوری خردمقیاس در شرایط جنگی» وجود دارد (Christmann et al., 2019)؛ به‌ویژه در شهرهای خاورمیانه که تجربه بحران، ناامنی و تنش‌های چندلایه بخشی از واقعیت زیسته آن‌هاست، اما کمتر از منظر تجربه‌محور و پدیدارشناسانه مورد مطالعه قرار گرفته‌اند (Rodrigues et al., 2017). علاوه بر این، بخش زیادی از پژوهش‌های موجود یا بر تحلیل کالبدی پناهگاه‌ها متمرکز بوده‌اند یا از منظر امنیت و مدیریت بحران به موضوع پرداخته‌اند و کمتر به ابعاد روانی-اجتماعی، خاطرات، ادراکات فضایی و راهبردهای انطباقی شهروندان توجه کرده‌اند. بر این اساس، پژوهش حاضر با تمرکز بر میداین شهری محله نارمک در منطقه ۸ تهران، در پی واکاوی تجربه زیسته شهروندان از پناهگاه‌های خرد شهری در شرایط جنگی است. انتخاب محله نارمک به‌دلیل ساختار منحصربه‌فرد فضایی، شبکه میادین، قابلیت دسترسی و ظرفیت بالقوه این فضاها برای ایفای نقش به‌عنوان نقاط تجمع و گریزگاه‌های موقت در شرایط بحران صورت گرفته است. مسئله محوری این پژوهش، چگونگی برساخت تجربه امنیت، ترس، تعلق، همبستگی و تاب‌آوری در این فضاها و نقش آن‌ها در شکل‌دهی به الگوهای انطباقی و مقاومت فردی و جمعی است. از منظر روش‌شناختی، این پژوهش با بهره‌گیری از پدیدارشناسی تفسیری و نظریه زمینه‌ای تفسیری، تلاش می‌کند تا فراتر از توصیف صرف تجربه‌ها، به استخراج الگوها، روابط و فرایندهای برآمده مرتبط با تجربه زیسته پناهگاه‌های خرد شهری دست یابد. در این چارچوب، مفاهیم و مقولات نه بر اساس چارچوب‌های از پیش تعیین‌شده، بلکه از خلال تعامل میان داده‌ها، روایت‌های مشارکت‌کنندگان و تفسیر پژوهشگر شکل می‌گیرند (Charmaz, 2014). از این‌رو، هدف این پژوهش صرفاً تحلیل فضاهای پناه نیست، بلکه بازسازی فرایند تولید «تاب‌آوری زیسته» در ریزمقیاس‌های شهری و در شرایط بحران است؛ فرایندی که در آن فضا، بدن، حافظه، عاطفه و روابط اجتماعی به‌صورت درهم‌تنیده عمل می‌کنند. انتظار می‌رود یافته‌های این پژوهش، ضمن پر کردن شکاف میان رویکردهای کالبدی و تجربه‌محور در مطالعات بحران شهری، به توسعه ادبیات نظری در حوزه تاب‌آوری شهری، جغرافیای ترس، برنامه‌ریزی بحران‌محور و طراحی تجربه‌محور فضاهای شهری کمک کرده و زمینه را برای بازتعریف پناهگاه‌های خرد شهری به‌عنوان بخشی از زیرساخت‌های زیسته تاب‌آوری فراهم سازد.

۲- مبانی نظری و پیشینه ی پژوهش

۲-۱- از امنیت کالبدی تا امنیت زیسته

مفهوم امنیت شهری در دهه‌های اخیر از تلقی‌های صرفاً کالبدی و حفاظتی فاصله گرفته و به سوی فهمی چندبعدی، رابطه‌مند و تجربه‌محور حرکت کرده است. در رویکردهای کلاسیک، امنیت عمدتاً با حفاظت از زیرساخت‌های حیاتی، کنترل دسترسی، نظارت فیزیکی و کاهش آسیب‌پذیری‌های کالبدی تعریف می‌شد؛ رویکردی که شهر را مجموعه‌ای از عناصر فیزیکی می‌دانست که باید در برابر تهدیدات محافظت شوند. (Coaffee, 2013) اما گسترش بحران‌های پیچیده، جنگ‌های شهری و تهدیدات انسان‌ساخت نشان داد که امنیت شهری را نمی‌توان صرفاً با استحکام سازه‌ها یا کارایی زیرساخت‌ها توضیح داد. در جنگ‌های معاصر، شهر دیگر فقط بستر رخدادهای نظامی نیست، بلکه خود به موضوع، ابزار و میدان منازعه تبدیل می‌شود. گراهام (۲۰۱۰) نشان می‌دهد که در شهرهای معاصر مرز میان زندگی روزمره و منطق نظامی‌شده به تدریج محو شده و خیابان‌ها، میدان‌ها، فضاهای عمومی و حتی مکان‌های عادی زندگی می‌توانند به عرصه‌های کنترل، ناامنی، ترس و مقاومت تبدیل شوند. کوارد (۲۰۰۹) نیز با طرح مفهوم Urbicide تأکید می‌کند که تخریب شهر صرفاً نابودی ساختمان‌ها نیست، بلکه حمله به روابط اجتماعی، حافظه جمعی، هویت مکانی و امکان زیستن جمعی است. از این منظر، ناامنی شهری نه فقط در ویرانی کالبد، بلکه در فروپاشی معنا، تعلق و اعتماد اجتماعی نیز بروز می‌کند. همین تحول زمینه‌ساز توجه به «جغرافیای ترس» و «امنیت ادراکی» شده است. پین (۲۰۰۰) نشان می‌دهد که ترس شهری همواره واکنشی مستقیم به تهدید عینی نیست، بلکه از طریق تجربه‌های روزمره، حافظه، روابط اجتماعی و بازنمایی‌های ذهنی ساخته می‌شود. بنابراین ممکن است فضایی از نظر کالبدی ایمن باشد، اما در سطح تجربه انسانی ناامن ادراک شود؛ یا برعکس، فضایی کوچک، آشنا و محلی، علی‌رغم ضعف‌های کالبدی، برای شهروندان احساس پناه، کنترل و آرامش ایجاد کند. مطالعات جدیدتر نیز نشان می‌دهند که امنیت در فضاهای عمومی به عواملی چون خوانایی محیط، حس کنترل، اعتماد اجتماعی، قابلیت پیش‌بینی، آشنایی فضایی و تعلق مکانی وابسته است. (Low & Smart, 2020; Kapucu et al., 2024; Li et al., 2025) بر این اساس، می‌توان از مفهوم «امنیت زیسته» سخن گفت؛ مفهومی که امنیت را نه وضعیتی ثابت و عینی، بلکه تجربه‌ای پویا و چندلایه می‌داند که در پیوند میان کالبد، بدن، ادراک، حافظه و روابط اجتماعی شکل می‌گیرد. در شرایط جنگی و بحرانی، امنیت بیش از آنکه در زیرساخت‌های بزرگ و سیاست‌های کلان تجربه شود، در فضاهای نزدیک، روزمره و قابل دسترسی ادراک می‌شود. از این منظر، برخی فضاهای خرد شهری می‌توانند به پناهگاه‌های خرد شهری برای تجربه امنیت تبدیل شوند؛ فضاهایی که نه فقط از بدن محافظت می‌کنند، بلکه امکان بازسازی آرامش، اعتماد و تعلق را نیز فراهم می‌سازند.

از تاب‌آوری مهندسی تا تاب‌آوری زیسته

تاب‌آوری شهری نیز همانند امنیت، از مفهومی فنی و زیرساخت‌محور به چارچوبی اجتماعی، فضایی و تجربه‌محور تحول یافته است. در نسل نخست مطالعات، تاب‌آوری عمدتاً در چارچوب رویکرد مهندسی فهم می‌شد و به توان سیستم برای بازگشت سریع به وضعیت اولیه پس از اختلال اشاره داشت. در این نگاه، بحران رخدادی موقتی تلقی می‌شد و هدف اصلی، بازیابی عملکرد زیرساخت‌ها و کاهش زمان بازگشت به حالت عادی بود (Holling, 1973). با آشکار شدن پیچیدگی سیستم‌های شهری، نسل دوم مطالعات مفهوم سازگاری را وارد ادبیات تاب‌آوری کرد. شهرها دیگر سیستم‌هایی مکانیکی و قابل بازگشت به یک وضعیت تعادل ثابت تلقی نشدند، بلکه به‌عنوان سیستم‌هایی پویا، چندبعدی و وابسته به روابط اجتماعی، نهادی و فضایی فهم شدند. (Folke, 2006) در این مسیر،

مطالعات اجتماعی تاب‌آوری نشان دادند که بازیابی پس از بحران تنها به منابع فیزیکی وابسته نیست، بلکه شبکه‌های اجتماعی، اعتماد، سرمایه اجتماعی و ظرفیت‌های حمایتی نقش بنیادین در تداوم حیات جمعی دارند. (Norris et al., 2008)

در نسل‌های جدیدتر، مفهوم «تاب‌آوری تحول‌گرا» اهمیت یافته است؛ رویکردی که بحران را صرفاً اختلالی موقت نمی‌داند، بلکه آن را لحظه‌ای برای بازاندیشی، بازآرایی و بازتولید روابط فضایی و اجتماعی تلقی می‌کند. (Tierney, 2023) در این برداشت، تاب‌آوری نه فقط توان بازگشت، بلکه ظرفیت تغییر، یادگیری و بازسازی شیوه‌های زیستن در شرایط جدید است. مرورهای جدید نیز نشان می‌دهند که تاب‌آوری شهری مفهومی چندبعدی است و ابعاد اجتماعی، انسانی، فضایی، نهادی و زیرساختی را به‌صورت همزمان در بر می‌گیرد. (Meerow et al., 2016; Kapucu et al., 2024; Saptono et al., 2025) با این حال، بخش قابل‌توجهی از مطالعات تاب‌آوری همچنان در مقیاس کلان باقی مانده‌اند و بر حکمرانی، سیاست‌گذاری، زیرساخت و شاخص‌سازی تمرکز دارند. این در حالی است که شهروندان در لحظه بحران، تاب‌آوری را نه در سطح سیاست‌ها، بلکه در مقیاس بدن، محله، مسیر، میدان، پناه موقت و روابط نزدیک تجربه می‌کنند. از این رو، مفهوم «تاب‌آوری زیسته» برای این پژوهش اهمیت می‌یابد؛ مفهومی که تاب‌آوری را در دل تجربه‌های روزمره، شیوه‌های انطباق، شبکه‌های همیاری، حافظه‌های جمعی و فضاهای کوچک شهری جست‌وجو می‌کند. تجربه شهرهای جنگ‌زده نیز این جابه‌جایی مقیاس را تأیید می‌کند. مطالعات مربوط به اوکراین نشان می‌دهند که فضاهای محلی مانند ایستگاه‌های مترو، پناهگاه‌های محله‌ای و فضاهای عمومی کوچک، فراتر از کارکرد حفاظتی، به مکان‌هایی برای حمایت روانی، سازماندهی اجتماعی و بازسازی حس امنیت تبدیل شده‌اند. (Antonenko, 2026) بنابراین، تاب‌آوری در شرایط جنگی تنها در ظرفیت زیرساخت‌های رسمی تولید نمی‌شود، بلکه در فضاهای خرد، روابط انسانی و تجربه‌های مشترک نیز شکل می‌گیرد. از این منظر، پناهگاه‌های خرد شهری را می‌توان بسترهای تولید تاب‌آوری زیسته دانست؛ فضاهایی که در آنها کالبد، ادراک، همیاری، حافظه و عاطفه به‌صورت درهم‌تنیده عمل می‌کنند.

پناهگاه‌های خرد شهری به‌مثابه زیرساخت‌های زیسته تاب‌آوری

در ادبیات کلاسیک برنامه‌ریزی، زیرساخت‌ها عمدتاً به شبکه‌های فنی مانند حمل‌ونقل، انرژی، ارتباطات و خدمات شهری اطلاق می‌شدند؛ اما مطالعات جدید نشان داده‌اند که شهر تنها از طریق زیرساخت‌های فیزیکی دوام نمی‌آورد. بخشی از ظرفیت پایداری و تاب‌آوری شهر در فضاهای اجتماعی، روابط محلی، تعاملات روزمره و مکان‌هایی نهفته است که امکان مراقبت، همبستگی و حمایت متقابل را فراهم می‌کنند. در همین چارچوب، مفهوم «زیرساخت اجتماعی» مطرح شده است؛ مفهومی که فضاهای عمومی، کتابخانه‌ها، پارک‌ها، میدان‌ها و مکان‌های محلی را نه صرفاً به‌عنوان فضاهای استفاده روزمره، بلکه به‌عنوان بسترهای شکل‌گیری اعتماد، ارتباط و انسجام اجتماعی تحلیل می‌کند. (Klinenberg, 2018) این بحث برای شرایط بحران اهمیت ویژه‌ای دارد، زیرا در لحظات بحرانی، فضاهای خرد و درون‌بافتی می‌توانند سریع‌تر و انعطاف‌پذیرتر از زیرساخت‌های رسمی فعال شوند. پژوهش‌های مرتبط با فضاهای باز شهری نشان می‌دهند که این فضاها در شرایط اضطراری قابلیت تغییر عملکرد دارند و می‌توانند از مکان‌هایی تفریحی یا عبوری به فضاهایی برای مکث، تجمع، اسکان موقت، توزیع خدمات، پشتیبانی اجتماعی و حمایت روانی تبدیل شوند. (Sönmez, 2025) تجربه شهرهای جنگ‌زده نیز نشان می‌دهد که فضاهای کوچک محلی می‌توانند نقش‌هایی فراتر از حفاظت فیزیکی ایفا

کنند و به مراکزی برای حفظ ارتباطات اجتماعی، بازتولید آرامش و تداوم زندگی روزمره تبدیل شوند. (Antonenko, 2026)

بر این اساس، پژوهش حاضر مفهوم «پناهگاه‌های خرد شهری» یا Urban Micro-Refuges را برای تبیین این دسته از فضاها به کار می‌گیرد. منظور از Urban Micro-Refuges، فضاهای کوچک‌مقیاس، در دسترس، درون‌بافتی و تجربه‌شده‌ای است که در

شرایط بحران یا جنگ، به‌طور موقت نقش پناه، مکث، حمایت جمعی و تولید تاب‌آوری زیسته را ایفا می‌کنند. این مفهوم از پیوند میان ادبیات *urban refuge spaces*، *micro-infrastructure*، *social infrastructure* و *everyday refuge spaces* قابل استخراج است، اما تأکید اصلی آن بر این است که پناهگاه بودن یک فضا صرفاً به ویژگی‌های فیزیکی آن وابسته نیست، بلکه در فرآیند تجربه، استفاده و معناگذاری اجتماعی شکل می‌گیرد.

در این چارچوب، *Urban Micro-Refuges* با پناهگاه‌های متعارف تفاوت دارند. پناهگاه‌های رسمی معمولاً بر معیارهایی چون مقاومت سازه‌ای، ظرفیت جمعیت، مسیر دسترسی و امکانات اضطراری ارزیابی می‌شوند؛ اما پناهگاه‌های خرد شهری علاوه بر این ابعاد، واجد کارکردهای ادراکی، عاطفی، اجتماعی و حافظه‌ای هستند. آنها ممکن است از پیش برای بحران طراحی نشده باشند، اما در لحظه تهدید، به واسطه آشنایی مکانی، دسترسی سریع، حضور دیگران، امکان همیاری و احساس کنترل، کارکرد پناهگاهی پیدا کنند. از این منظر، پناهگاه‌های خرد شهری را می‌توان نوعی «زیرساخت زیسته» دانست؛ زیرساختی که نه فقط از طریق مصالح و فرم، بلکه از طریق تجربه، رابطه و معنا عمل می‌کند. این فضاها همزمان چند نقش را بر عهده می‌گیرند: کاهش مواجهه مستقیم با تهدید، ایجاد حداقل احساس ایمنی، تقویت شبکه‌های همیاری، کاهش اضطراب، بازسازی حس کنترل، حفظ تداوم زندگی روزمره و بازتولید حس تعلق. بنابراین، پناهگاه‌های خرد شهری نه صرفاً فضایی برای زنده ماندن، بلکه مکانی برای بازسازی نظم روانی-اجتماعی در شرایط استثنایی است.

تجربه زیسته و پدیدارشناسی فضا

پدیدارشناسی فضا امکان نظری لازم برای فهم پناهگاه‌های خرد شهری را فراهم می‌کند، زیرا در این رویکرد، فضا صرفاً بستری فیزیکی و خنثی برای فعالیت‌های انسانی نیست، بلکه پدیده‌ای تجربه‌شده، ادراک‌شده و معناسازی‌شده است. انسان تنها در فضا قرار نمی‌گیرد؛ بلکه از طریق بدن، حرکت، حافظه، عاطفه و روابط اجتماعی، فضا را تجربه کرده و آن را به مکان تبدیل می‌کند. ریشه این رویکرد را می‌توان در پدیدارشناسی ادراک جست‌وجو کرد. مرلوپنتی (۱۹۶۲) بدن را ابزار بنیادین ادراک جهان می‌داند؛ بدنی که نه ناظر بیرونی فضا، بلکه درون آن قرار دارد و از طریق حرکت، لمس، ترس، جهت‌یابی و مواجهه حسی، جهان را می‌فهمد. توان (۱۹۷۷) نیز با تمایز میان «فضا» و «مکان» نشان می‌دهد که فضا زمانی به مکان تبدیل می‌شود که با خاطره، تجربه و معنا پیوند بخورد. رلف (۱۹۷۶) و نوربرگ شولتز (۱۹۸۰) نیز بر اهمیت حس مکان، تعلق و کیفیت‌های وجودی فضا تأکید می‌کنند. مطالعات جدیدتر این بحث را به سوی تجربه چندحسی و عاطفی فضا گسترش داده‌اند. پالاسما (۲۰۰۵) نشان می‌دهد که تجربه معماری و محیط تنها بصری نیست، بلکه از طریق صدا، بو، لمس، دما و حافظه بدنی شکل می‌گیرد. سیمون (۲۰۱۸) نیز بر نقش کنش‌های روزمره، الگوهای حرکتی و عادت‌های بدنی در تولید معنای مکان تأکید دارد. از این منظر، مکان نه در لحظه طراحی، بلکه در فرآیند زیستن، تکرار، حضور و تجربه ساخته می‌شود. بیسل (۲۰۲۱) نیز با مفهوم اتمسفرهای عاطفی نشان می‌دهد که فضاها حامل شدت‌های احساسی‌اند و می‌توانند اضطراب، آرامش، امید یا ترس را در بدن‌ها و روابط انسانی برانگیزند. در شرایط جنگ و بحران، این ابعاد تجربه فضایی تشدید می‌شوند. فضاهای آشنا ممکن است ناگهان به فضاهایی تهدیدآمیز تبدیل شوند و در مقابل، برخی نقاط کوچک و در دسترس می‌توانند نقش پناه، مکث و آرام‌سازی روانی پیدا کنند. در چنین وضعیتی، تجربه فضا تنها به کالبد آن وابسته نیست، بلکه به خاطرات پیشین، حضور دیگران، امکان کمک‌گیری، حس کنترل، جهت‌یابی و اتمسفر عاطفی محیط پیوند می‌خورد (Seamon, 2018; Bissell, 2021; Pilav, 2012). آنها بنابراین، پناهگاه‌های خرد شهری را باید به‌عنوان فضاهای تجربه‌شده فهم کرد؛ فضاهایی که در آنها بدن، حافظه، ترس، امید، رابطه و معنا به‌صورت همزمان در تولید امنیت و تاب‌آوری نقش دارند. از این منظر، آنچه یک فضا را

به *Urban Micro-Refuge* تبدیل می‌کند، صرفاً ابعاد کوچک، فرم کالبدی یا میزان مقاومت فیزیکی آن نیست، بلکه توانایی آن در تبدیل شدن به مکانی برای تجربه امنیت، آرامش، تعلق و حمایت جمعی در شرایط بی‌ثبات است. بنابراین، پناهگاه‌های خرد شهری شهری را می‌توان نقطه تلاقی کالبد، تجربه زیسته، حافظه و روابط اجتماعی دانست؛ مکانی کوچک اما معنادار که در لحظه بحران، امکان پناه‌گیری، همبستگی و بازتولید تاب‌آوری را در مقیاس خرد فراهم می‌کند.

۳- پیشینه پژوهش

مطالعات مرتبط با امنیت شهری، تاب‌آوری، فضاهای پناه و تجربه زیسته در طول چهار دهه گذشته تحولات قابل توجهی را تجربه کرده‌اند. بررسی ادبیات نشان می‌دهد که مسیر تحول دانش از رویکردهای اولیه مبتنی بر ویژگی‌های کالبدی و عملکردی شهر آغاز شده و به تدریج به سمت درک پیچیده‌تری از ابعاد اجتماعی، ادراکی و تجربه‌محور حرکت کرده است. در مطالعات اولیه، تمرکز عمدتاً بر ویژگی‌های فیزیکی محیط، امنیت کالبدی و عملکرد زیرساخت‌ها قرار داشت؛ اما با گسترش بحران‌های پیچیده، جنگ‌های شهری و مخاطرات چندلایه، توجه پژوهشگران به نقش روابط اجتماعی، سرمایه اجتماعی، تجربه زیسته، ادراک امنیت و ابعاد عاطفی فضا افزایش یافت. از سوی دیگر، بررسی پژوهش‌های انجام‌شده نشان می‌دهد که بخش عمده مطالعات موجود یا بر ابعاد کلان تاب‌آوری نظیر زیرساخت‌های شهری، حکمرانی و سیاست‌گذاری متمرکز بوده‌اند یا به تحلیل عملکرد فضاهای عمومی در شرایط عادی پرداخته‌اند. همچنین پژوهش‌های مرتبط با فضاهای پناهگاهی عمدتاً از منظر فنی و مدیریتی مورد بررسی قرار گرفته و کمتر به تجربه انسانی، ادراکات فضایی و نقش فضاهای خرد شهری در تولید احساس امنیت و تاب‌آوری توجه شده است.

بر این اساس، پیشینه پژوهش حاضر صرفاً بر مبنای ترتیب زمانی سازمان‌دهی نشده، بلکه با رویکردی تحلیلی و تکاملی تنظیم شده است تا روند تحول دانش از مطالعات فضاهای عمومی و امنیت شهری به سمت مفاهیم جدیدتر نظیر زیرساخت اجتماعی، تاب‌آوری زیسته و پناهگاه‌های خرد شهری (*Urban Micro-Refuges*) مشخص شود. جدول زیر خلاصه‌ای از مهم‌ترین مطالعات مرتبط را از دهه ۱۹۸۰ تا ۲۰۲۶ ارائه می‌کند و علاوه بر یافته‌های اصلی، محدودیت‌ها و شکاف‌های پژوهشی مرتبط با پژوهش حاضر را نیز نشان می‌دهد.

جدول شماره ۱: پیشینه ی پژوهش

نویسنده	سال	موضوع پژوهش	روش پژوهش	یافته‌های اصلی	محدودیت‌ها	شکاف مرتبط با پژوهش حاضر
Whyte	1980	رفتار اجتماعی در فضاهای عمومی شهری	مشاهده رفتاری و فیلم‌برداری میدانی	فضاهای کوچک شهری می‌توانند الگوهای تعامل اجتماعی را شکل دهند	تمرکز بر رفتارهای روزمره	بحران و شرایط اضطراری بررسی نشده
Gehl	1987	زندگی اجتماعی در فضاهای شهری	مشاهده میدانی	کیفیت فضا بر تعاملات اجتماعی اثر مستقیم دارد	فاقد تحلیل بحران	عدم توجه به فضاهای پناهگاهی
Pain	2000	ترس و تجربه ناامنی شهری	مطالعه کیفی	امنیت وابسته به ادراک و تجربه است	تمرکز بر ترس فردی	فقدان تحلیل فضاهای حمایتی

شکاف مرتبط با پژوهش حاضر	محدودیت‌ها	یافته‌های اصلی	روش پژوهش	موضوع پژوهش	سال	نویسنده
فضاهای خرد بررسی نشده	تحلیل کلان‌مقیاس	سرمایه اجتماعی و اعتماد نقش مهمی در بازیابی دارند	مدل نظری + تحلیل تجربی	تاب‌آوری اجتماعی در بحران	2008	Norris et al.
فقدان تحلیل پناهگاه‌های خرد شهری	تحلیل فضایی محدود	الگوهای جدید زیستن و بقا در بحران شکل گرفت	مطالعه موردی + مصاحبه	تجربه شهروندان در جنگ سارایوو	2012	Pilav
شرایط جنگی بررسی نشده	تمرکز بر شرایط عمومی	فضاهای عمومی و محلی می‌توانند به زیرساخت تاب‌آوری تبدیل شوند	مطالعه موردی چندگانه	زیرساخت اجتماعی و تاب‌آوری شهری	2018	Klinenberg
تجربه زیسته افراد بررسی نشده	تمرکز بر مدل‌های داده‌محور	روابط اجتماعی در بازیابی بحران مؤثرند	تحلیل کلان‌داده‌های تحرک شهری	تاب‌آوری سیستم‌های اجتماعی-کالبدی	2021	Yabe et al.
بحران و جنگ بررسی نشده	تمرکز بر شهرهای غربی	فضاهای عمومی می‌توانند تعامل و مراقبت اجتماعی را تقویت کنند	تحلیل نظری-تجربی	زیرساخت اجتماعی و زندگی شهری	2022	Latham
ابعاد ادراکی و عاطفی نادیده گرفته شده	تأکید بر شاخص‌ها	تاب‌آوری دارای ابعاد اجتماعی، اقتصادی و فضایی است	مدل کمی	ارزیابی چندبعدی تاب‌آوری شهری	2023	Chen et al.
عدم بررسی فضاهای خرد	رویکرد کلان	تاب‌آوری شهری پدیده‌ای چندلایه است.	تحلیل ترکیبی و مرور تجربی	ابعاد چندگانه تاب‌آوری شهری	2024	Kapucu et al.
تجربه انسانی بررسی نشده	تمرکز بر مدل شبکه	هم‌پوشانی زیرساخت اجتماعی و فیزیکی ظرفیت تاب‌آوری را افزایش می‌دهد.	تحلیل شبکه‌ای	سرمایه اجتماعی و زیرساخت شهری	2025	Favier et al.

شکاف مرتبط با پژوهش حاضر	محدودیت‌ها	یافته‌های اصلی	روش پژوهش	موضوع پژوهش	سال	نوسنده
نقش فضاهای پناهگاهی بررسی نشده	محدود به فضاهای عمومی	زیرساخت اجتماعی تعلق، کنش جمعی و مراقبت غیررسمی را تقویت می‌کند.	تحلیل مفهومی + تجربی	تحول مفهوم زیرساخت اجتماعی	2025	Enneking
تجربه زیسته بررسی نشده	تمرکز بر عملکرد کالبدی	فضاهای عمومی می‌توانند به فضاهای اضطراری تبدیل شوند.	مطالعه موردی	فضاهای باز شهری در شرایط بحران	2025	Sönmez
ریزمقیاس‌های روزمره تحلیل نشده	محدودیت جغرافیایی	فضاهای محلی به مراکز حمایت اجتماعی و روانی تبدیل شدند.	مطالعه موردی + تحلیل فضایی	سازگاری فضایی در شهرهای جنگ‌زده اوکراین	2026	Antonenko
پر کردن شکاف نظری، روش‌شناختی و جغرافیایی	—	تبیین پیوند میان فضا، تجربه، حافظه، امنیت و تاب‌آوری	پدیدارشناسی + تفسیری + تحلیل فضایی	Urban Micro-Refuges به‌مثابه فضاهای زیسته تاب‌آور	2026	پژوهش حاضر

۳-۱- شکاف پژوهشی

مرور ادبیات نشان می‌دهد که اگرچه مطالعات مرتبط با امنیت شهری، تاب‌آوری، فضاهای عمومی و پناهگاه‌های اضطراری در دهه‌های اخیر گسترش یافته‌اند، اما همچنان پیوند میان تجربه زیسته، ادراک امنیت، حافظه جمعی و تاب‌آوری خردمقیاس به‌صورت منسجم تبیین نشده است. بخش قابل توجهی از پژوهش‌های تاب‌آوری شهری بر زیرساخت‌های کلان، ظرفیت نهادی، حکمرانی بحران و شاخص‌های عملکردی تمرکز داشته‌اند و کمتر به این مسئله پرداخته‌اند که شهروندان در لحظه بحران، امنیت و تاب‌آوری را چگونه در فضاهای نزدیک، روزمره و قابل دسترسی تجربه می‌کنند. از این منظر، شکاف نظری اصلی در نبود چارچوبی است که بتواند رابطه میان فضا، بدن، حافظه، ادراک، روابط اجتماعی و تاب‌آوری را در مقیاس خرد توضیح دهد. از نظر روش‌شناختی نیز بسیاری از مطالعات موجود بر مدل‌های کمی، شاخص‌سازی، تحلیل فضایی کلان و ارزیابی‌های عملکردی متکی بوده‌اند. اگرچه این رویکردها برای سنجش ابعاد ساختاری تاب‌آوری اهمیت دارند، اما توان محدودی در آشکارسازی لایه‌های ادراکی، عاطفی و معنایی تجربه شهروندان دارند. به همین دلیل، استفاده از رویکردهای پدیدارشناسانه، تفسیری و تجربه‌محور می‌تواند امکان فهم عمیق‌تری از چگونگی شکل‌گیری احساس امنیت، پناه، همبستگی و سازگاری در فضاهای خرد شهری فراهم کند. افزون بر این، از منظر جغرافیایی نیز ادبیات موجود عمدتاً بر شهرهای آمریکای شمالی، اروپا و شرق آسیا متمرکز بوده و شهرهای خاورمیانه، با وجود مواجهه مکرر با

جنگ، بحران‌های سیاسی، تهدیدات امنیتی و نااطمینانی‌های چندلایه، کمتر از منظر تجربه زیسته و تاب‌آوری خردمقیاس مورد مطالعه قرار گرفته‌اند. این در حالی است که بسترهای شهری خاورمیانه، به‌ویژه شهرهایی مانند تهران، دارای ترکیبی از تراکم جمعیتی، حافظه‌های تاریخی بحران، شبکه‌های محلی و فضاهای عمومی خرد هستند که می‌توانند در شرایط جنگی و بحرانی نقش مهمی در تولید امنیت و تاب‌آوری ایفا کنند. بر این اساس، پژوهش حاضر می‌کوشد با تمرکز بر پناهگاه‌های خرد شهری در میداین محله نارمک، این خلأ نظری، روش‌شناختی و جغرافیایی را پوشش دهد. این پژوهش با تأکید بر تجربه زیسته شهروندان، ادراک امنیت، حافظه جمعی، روابط اجتماعی و تاب‌آوری خردمقیاس، تلاش می‌کند نشان دهد که فضاهای کوچک شهری چگونه می‌توانند در شرایط جنگی از سطح عناصر کالبدی فراتر رفته و به فضاهای زیسته تاب‌آور تبدیل شوند.

۴- روش تحقیق

این پژوهش با هدف تحلیل چندلایه تجربه زیسته شهروندان از پناهگاه‌های خرد شهری در شرایط بحران، از رویکرد آمیخته با غلبه رویکرد کیفی تفسیری بهره می‌گیرد. منطق معرفت‌شناختی پژوهش بر پارادایم تفسیری-تجربی استوار است که بر فهم معنای تجربه زیسته کنشگران در بسترهای فضایی-اجتماعی و نحوه بازنمایی ادراک آنان از امنیت، تهدید، خاطره جمعی و کنش‌پذیری فضایی تأکید دارد. بستر زمانی-مکانی پژوهش بر دوره‌ای از تشدید تنش‌های امنیتی و بحران‌های شهری در سطح ملی در ایران مبتنی است که در این مقاله با عنوان تحلیلی «جنگ رمضان» مورد اشاره قرار گرفته است. این دوره در بازه زمانی ۹ اسفند ۱۴۰۴ تا ۱۹ فروردین ۱۴۰۵ تعریف می‌شود و با افزایش سطح ناامنی ادراک‌شده در کلان‌شهر تهران، فعال‌شدن وضعیت‌های اضطراری شهری و تقویت مداخلات پدافند غیرعامل در مقیاس محلی همراه بوده است. در این چارچوب، محله نارمک در منطقه ۸ تهران به‌عنوان مورد مطالعه انتخاب شده است؛ انتخاب این محله به دلیل ساختار شبکه‌ای منحصربه‌فرد، وجود فضاهای باز میان‌مقیاس، و نقش آن‌ها در شکل‌گیری نقاط تجمع، مکث و پناه موقت در شرایط بحران صورت گرفته است، انتخاب محله نارمک در منطقه ۸ تهران به‌عنوان بستر مطالعه، نه یک انتخاب صرفاً نمونه‌ای، بلکه مبتنی بر ویژگی‌های ساختاری و مورفولوژیک منحصربه‌فرد این بافت شهری است. نارمک به‌واسطه برخورداری از شبکه‌ای منظم از میداین محلی (حدود ۱۰۰ میدان در ساختار شبکه‌ای)، یکی از نمونه‌های کم‌نظیر شهرسازی مبتنی بر گره‌های فضایی در شهر تهران محسوب می‌شود که واجد قابلیت تحلیل در مقیاس خرد شهری است. از منظر کالبدی-فضایی، ساختار نارمک بر اساس یک شبکه شطرنجی-سلولی شکل گرفته است که در آن میداین به‌عنوان گره‌های فضایی تکرارشونده، نقش سازمان‌دهنده حرکت، تعامل اجتماعی و مکث شهری را ایفا می‌کنند. این ویژگی باعث شده است که فضاهای باز نه به‌صورت حاشیه‌ای، بلکه به‌عنوان عناصر ساختاری اصلی شبکه سکونتی عمل کنند. در این پژوهش، شبکه میداین نارمک به‌صورت تحلیلی به دو سطح عملکردی تقسیم می‌شود: نخست، میداین درجه‌یک که در تقاطع‌های اصلی شبکه حرکتی و در مجاورت مسیرهای شریانی قرار دارند و نقش گره‌های تجمعی-انتقالی را ایفا می‌کنند؛ دوم، میداین محلی-درون‌پیوسته که در عمق بافت مسکونی قرار گرفته و دارای مقیاس انسانی‌تر، ترافیک کمتر و حریمیت فضایی بالاتری هستند. این تمایز، مبنای تحلیل تفاوت در ادراک امنیت و کارکرد پناهگاه‌های خرد شهری در بخش‌های بعدی پژوهش قرار گرفته است، پناهگاه‌های خرد شهری در این مطالعه به‌مثابه یک رخدادهای فضایی-ادراکی فهم می‌شود، نه یک واحد کالبدی ثابت. در بستر میدان‌های نارمک، عناصر کالبدی موجود شامل لبه‌های متراکم گیاهی، شکست‌های هندسی در پلان میدان، تغییرات تراز ارتفاعی، جداره‌های نیمه‌محصور، و فضاهای پیرامونی نفوذپذیر - در لحظه بحران به‌واسطه ادراک تهدید و نیاز به پناه، به‌صورت موقت کارکرد پناهگاهی پیدا می‌کنند. این فرایند مبتنی بر بازتفسیر موقعیت‌مند فضا توسط بدن‌های در معرض خطر است و نشان می‌دهد که «پناهگاه» نه یک شیء معماری، بلکه

یک وضعیت تولیدشونده در نسبت میان بدن، فضا و بحران است. از منظر روش‌شناختی، در این پژوهش یک تحلیل کالبدی-مکانی مقدماتی از شبکه میداین انجام شده و نتایج آن در قالب نقشه مفهومی ساختار فضایی محله (شامل گره‌ها، پیوندها و سلسله‌مراتب فضایی) مبنای انتخاب نقاط مصاحبه، مشاهده و تحلیل میدانی قرار گرفته است. این نقشه به‌عنوان ابزار پیونددهنده میان داده‌های پدیدارشناختی و واقعیت فضایی عمل کرده و از انتزاع صرف تحلیل‌های ادراکی جلوگیری می‌کند. در نتیجه، بستر نارمک نه به‌عنوان یک پس‌زمینه خنثی، بلکه به‌عنوان یک «ساختار فعال تولیدکننده تجربه زیسته» در نظر گرفته شده است؛ ساختاری که در آن هندسه شبکه، مقیاس میداین و الگوی دسترسی، به‌طور مستقیم بر شکل‌گیری احساس امنیت، رفتارهای انطباقی و کیفیت تجربه پناهگاه‌های خرد شهری اثرگذار است. در بخش کیفی، پژوهش مبتنی بر رویکرد پدیدارشناسی تفسیری بوده و هدف آن استخراج و تفسیر ادراکات شهروندان از مفاهیمی چون امنیت، نامنی، پناه‌گیری، تجربه زیسته فضایی، و راهبردهای انطباقی در شرایط بحران است. داده‌های کیفی از طریق مصاحبه‌های عمیق نیمه‌ساختاریافته و مشاهده میدانی در فضاهای خرد شهری میداین محله نارمک گردآوری شد. مشارکت‌کنندگان ۵۰ نفر شامل شهروندان با سابقه سکونت در محله و خبرنگاران حوزه شهرسازی و مطالعات شهری بودند. محورهای مصاحبه شامل تجربه‌های زیسته فضایی، خاطرات جمعی مرتبط با بحران، الگوهای رفتاری در مواجهه با تهدید و شیوه‌های انطباق فردی و جمعی بوده است. تحلیل داده‌های کیفی با استفاده از تحلیل مضمون انجام شد. در این فرآیند، داده‌ها طی مراحل کدگذاری اولیه، سازمان‌دهی تماتیک و استخراج مضامین کلان تحلیل گردیدند. نرم‌افزار MAXQDA به‌عنوان ابزار مدیریت و سازمان‌دهی داده‌های کیفی مورد استفاده قرار گرفت. به‌منظور افزایش قابلیت اعتماد در تحلیل کیفی، علاوه بر فرآیند کدگذاری نظام‌مند، بازبینی و کنترل توافق درون‌کدگذار در مراحل تحلیل انجام شد تا از انسجام مفهومی و کاهش سوگیری تفسیری اطمینان حاصل گردد. همچنین بازبینی مشارکت‌کنندگان برای تطبیق تفاسیر پژوهشگر با تجربه زیسته واقعی کنشگران اجرا شد. در این چارچوب، هدف تحلیل نه تولید نظریه صلب، بلکه استخراج ساختارهای معنایی و الگوهای ادراکی تجربه زیسته در مواجهه با بحران شهری بوده است. در بخش کمی، از روش پیمایش توصیفی برای سنجش ادراکات عمومی شهروندان نسبت به کارکردهای فضایی و ظرفیت تاب‌آوری پناهگاه‌های خرد شهری استفاده شد. جامعه آماری شامل ساکنان محله نارمک در منطقه ۸ تهران بوده و حجم نمونه بر اساس فرمول کوکران برابر با ۳۸۰ نفر تعیین گردید. نمونه‌گیری به روش تصادفی خوشه‌ای انجام شد. ابزار گردآوری داده در بخش کمی، پرسش‌نامه ساختارمند مبتنی بر ادبیات نظری پژوهش بوده که پس از چند مرحله بازبینی تخصصی، گویه‌های تکراری و هم‌پوشان از آن حذف گردید تا از افزونگی مفهومی و تورش اندازه‌گیری جلوگیری شود. روایی ابزار از طریق روایی صوری (با نظر متخصصان) و روایی محتوایی (بر اساس انطباق با ادبیات نظری) تأیید شد. پایایی پرسش‌نامه نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ مورد سنجش قرار گرفت که مقدار آن برابر با ۰.۹۱۵ به دست آمد و نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب ابزار است. به‌منظور افزایش اعتبار و اعتمادپذیری یافته‌ها، از راهبرد سه‌سوسازی شامل تلفیق داده‌های مصاحبه، مشاهده و پیمایش استفاده شد. این رویکرد امکان مقایسه و هم‌پوشانی یافته‌ها از منابع مختلف را فراهم ساخت و به تقویت اعتبار درونی نتایج کمک کرد. در بخش تحلیل کمی، داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و آزمون همبستگی رتبه‌ای اسپیرمن مورد تحلیل قرار گرفت تا روابط میان مؤلفه‌های ادراک امنیت، تجربه فضایی، خاطرات ذهنی، پیامدهای روانی-اجتماعی و راهبردهای انطباقی بررسی شود. در مجموع، این پژوهش با اتخاذ رویکرد



شکل شماره ۲: محله ی نارمک

جدول شماره ۲: شاخص ها، مولفه ها و زیرمولفه های پژوهش

رفرنس	زیرمولفه ها	مولفه	شاخص
(Go, 2026) (Altin & Tokgöz, 2025) (Zarkhah et al., 2025) (Reicher et al., 2025)	حس محافظت؛ قابلیت رصد محیطی؛ کنترل دسترسی	امنیت ادراکی و کنترلی	احساس امنیت در پناهگاه های خرد شهری
	کاهش اضطراب؛ حس تعلق؛ تعاملات مثبت	آسایش روانی-اجتماعی	
	سهولت ورود/خروج؛ ایمنی مسیرهای فرار	قابلیت دسترسی و تخلیه	
	دسترسی به منابع ضروری (آب، بهداشت، پزشکی)	قابلیت اتکای پشتیبانی	
	استحکام بنا؛ کارایی تهویه و نور	ایمنی ساختاری و عملکردی	
(Amirzadeh et al., 2025) (Bautista-Puig et al., 2022) (Xi et al., 2025) (Eren, 2025) (Sliepstov & Malliani, 2025) (Jörgen et al., 2025)	ابعاد؛ نور؛ صدا؛ بو؛ دما	کیفیت حسی-ادراکی	تجربه فضایی و ادراک محیط در پناهگاه های خرد شهری
	تناسب فضا با نیازهای زیستی و فعالیت ها	سازگاری کارکردی	
	تفسیر شخصی/جمعی؛ معنا فراتر از کارکرد	بار معنایی-نمادین	
	جهت یابی؛ پیوند عاطفی با محیط	جهت یابی و حس مکان	
	ادراک ازدحام؛ محدودیت فضا	تراکم و تنش فضایی	

(Perperi et al., 2023) (Rusu, 2025) (Antonescu & Florescu, 2025) (Moyo et al., 2025) (Shamsuddin, 2023) (Elfversson et al., 2023)	حافظه ادراکی-حسی	بازخوانی جزئیات حسی (صدا/بوتصویر)	خاطرات و روایت‌های ذهنی درباره پناهگاه های خرد شهری
	حافظه هیجانی	یادآوری حالات عاطفی (ترس/امید/اضطراب)	
	روایت‌های بقا	مواجهه؛ انطباق؛ گذر از بحران	
	حافظه تعاملات اجتماعی	خاطرات روابط و پویایی گروهی	
	بازنمایی رنج و فقدان	یادآوری تجربه‌های تلخ و آسیب‌زا	
(Ba et al., 2022) (Vasilevska & Slavkovic, n.d.) (Cheshmehzangi, 2021) (Ljungkvist, 2021) (Allam, 2020) (Christmann et al., 2019) (Rodrigues et al., 2017)	پیامدهای سلامت روان	اضطراب؛ افسردگی؛ اختلالات خلقی	تأثیرات روانی-اجتماعی پناهگاه های خرد شهری
	پویایی روابط اجتماعی	انسجام/گسست؛ شبکه‌های حمایتی	
	شکل‌گیری هویت	تأثیر بر هویت فردی/گروهی/محلی	
	تغییرات رفتاری-انطباقی	الگوهای رفتاری جدید؛ استراتژی‌های بقا	
	ظرفیت تاب‌آوری	بازیابی و سازگاری پس از بحران	
(Zarkhah et al., 2025) (Reicher et al., 2025) (Amirzadeh et al., 2025) (Bautista-Puig et al., 2022) (Xi et al., 2025) (Perperi et al., 2023) (Rusu, 2025) (Antonescu & Florescu, 2025) (Moyo et al., 2025)	استراتژی‌های پیشگیرانه	آمادگی؛ پیش‌بینی؛ اقدامات کنشی قبل از وقوع	راهبردهای انطباق و مقاومت فردی و جمعی
	استراتژی‌های مقابله‌ای	مدیریت آنی بحران؛ واکنش در لحظه	
	استراتژی‌های حمایتی متقابل	همکاری؛ اشتراک منابع؛ همیاری جمعی	
	استراتژی‌های اطلاعاتی-ارتباطی	کسب/پردازش/انتشار اطلاعات در بحران	
	استراتژی‌های پس‌بحرانی	بازسازی؛ ترمیم؛ تقویت ظرفیت انطباقی	

۵-تحلیل یافته ها

۵-۱-یافته های توصیفی

بر اساس داده‌های گردآوری‌شده از پرسش‌نامه پژوهش حاضر، تعداد کل شرکت‌کنندگان در فرایند جمع‌آوری اطلاعات ۳۸۰ نفر از ساکنان و شهروندان محله نارمک بوده است. از نظر ترکیب جنسیتی، در این جامعه آماری ۲۱۶ نفر (۵۶/۹ درصد) زن و ۱۶۴ نفر (۴۳/۱ درصد) مرد بوده‌اند. این نسبت نشان‌دهنده حضور پررنگ‌تر زنان در میان پاسخ‌دهندگان ساکن محله است و می‌تواند بیانگر تفاوت‌های ادراکی در حوزه‌هایی نظیر امنیت ادراک‌شده، شیوه‌های پناه‌گیری و الگوهای رفتاری در فضاهای خرد شهری باشد. توزیع سنی شرکت‌کنندگان نیز الگوی نسبتاً متعادلی را نشان می‌دهد: کمتر از ۲۵ سال شامل ۸۶ نفر (۲۲/۶ درصد) بوده که عمدتاً متشکل از ساکنان جوان و دانشجویان محله است. گروه ۲۵ تا ۳۵ سال با ۱۳۵ نفر (۳۵/۸ درصد) بیشترین سهم را به خود اختصاص داده و نمایانگر حضور پررنگ نیروی فعال، شاغلان و خانوارهای جوان است. گروه ۳۵ تا ۴۵ سال با ۹۰ نفر (۲۳/۷ درصد) و گروه بالای ۴۵ سال با ۶۹ نفر (۱۸ درصد)، ترکیب نسلی متنوعی را در نمونه فراهم کرده‌اند. در مجموع، این ساختار سنی نشان می‌دهد که در پژوهش حاضر، ترکیب متعادلی میان نسل‌های جوان‌تر، میانسال و مسن‌تر وجود دارد و در نتیجه، دیدگاه‌های متنوع مبتنی بر تجربه زیسته و شناخت محله در داده‌ها بازتاب یافته است. از نظر سابقه سکونت در محله نارمک، میانگین سابقه سکونت ۱۸ سال برآورد شده و ۷۲ درصد از پاسخگویان بیش از ده سال سابقه زندگی در محدوده را داشته‌اند. اهمیت این شاخص از آن‌جا ناشی می‌شود که

ادراک ساکنان از فضاهای باز و میادین محله، عمدتاً بر پایه تجربه‌های تکرارشونده، خاطره جمعی و حافظه زیسته شکل می‌گیرد. همچنین، از نظر سطح تحصیلات، ۵۸ درصد از شرکت‌کنندگان دارای مدرک کارشناسی و ۳۴ درصد دارای مدرک کارشناسی‌ارشد بوده‌اند و تنها حدود ۸ درصد در مقاطع پایین‌تر یا بالاتر از این دو سطح قرار داشته‌اند. این توزیع نشان می‌دهد که بخش قابل توجهی از پاسخگویان، از سواد و قابلیت درک مفاهیم مرتبط با تاب‌آوری و نیز فهم نسبتاً روشن از کارکردهای اجتماعی فضا برخوردار بوده‌اند. در نهایت، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه پژوهش (۳۸۰ نفر از ساکنان محله نارمک) حاکی از آن است که داده‌ها از تنوع جنسیتی، سنی و تجربه زیسته مناسبی برخوردارند و می‌توانند به‌عنوان بازنمایی نسبتاً دقیق از جامعه‌ی کاربران و بهره‌برداران پناهگاه‌های خرد شهری در محله نارمک مورد استفاده قرار گیرند. این ساختار متوازن، بستر مناسبی برای تحلیل چندلایه روابط میان ادراک‌های کالبدی، روانی و اجتماعی در شرایط بحرانی و سنجش ظرفیت واقعی این فضاها به‌عنوان عوامل تقویت‌کننده تاب‌آوری شهری فراهم می‌سازد.

جدول شماره ۳: داده‌های توصیفی از پاسخ‌دهندگان به پرسش‌نامه‌ی پژوهش

جنسیت	گروه سنی	تحصیلات
زن (۵۶/۹ درصد) ۲۱۶ نفر	کمتر از ۲۵ سال: ۸۶ نفر (۲۲/۶ درصد)	۵۸ درصد از شرکت‌کنندگان دارای مدرک کارشناسی، کاردانی و کم‌تر
	۲۵ تا ۳۵ سال: ۱۳۵ نفر (۲۶/۸ درصد)	۳۴ درصد دارای مدرک کارشناسی‌ارشد
مرد (۴۳/۱ درصد) ۱۶۴ نفر	۳۵ تا ۴۵ سال: ۹۰ نفر (۲۳/۷ درصد)	۸ درصد دکتری و مقاطع بالاتر
	بالای ۴۵ سال: ۶۹ نفر (۱۸ درصد)	

داده‌های توصیفی برای جامعه‌ی هدفمند پژوهش: ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه مورد مطالعه به شرح زیر است: از نظر جنسیت، ۲۸ نفر مرد و ۲۲ نفر زن حضور داشته‌اند. از لحاظ گروه سنی، در بین بانوان، ۱۰ نفر کمتر از ۳۵ سال، ۵ نفر در بازه ۳۵ تا ۴۵ سال، ۵ نفر در بازه ۴۵ تا ۵۵ سال و ۲ نفر بالای ۵۵ سال هستند. همچنین در بین مردان، ۱۱ نفر کمتر از ۳۵ سال، ۷ نفر بین ۳۵ تا ۴۵ سال، ۶ نفر بین ۴۵ تا ۵۵ سال و ۴ نفر بالای ۵۵ سال سن دارند. که از این جامعه‌ی هدفمند، ۲۰ نفر دارای تجربه‌ی سکونت بالای ۳۰ سال در محله‌ی نارمک را داشتند در ادامه ۳۰ نفر از این جامعه کارشناسان و خبرگان آشنا با موضوع پژوهش که اغلب دارای تجربه‌ی کاری مرتبط در حوزه مدیریت بحران، برنامه‌ریزی شهری و مدیریت شهری می‌باشند را تشکیل می‌دهد.

جدول شماره ۴: داده‌های توصیفی از پاسخ‌دهندگان به مصاحبه‌ی پژوهش

جنسیت	گروه سنی	ویژگی انتخاب براساس نمونه‌گیری هدفمند
زن (۴۴ درصد) ۲۲ نفر	کم‌تر از ۳۵ سال: ۱۰ نفر زن و ۱۱ نفر مرد	۲۰ نفر دارای تجربه‌ی سکونت بالای ۳۰ سال در محله‌ی نارمک
	بین ۳۵ تا ۴۵ سال: ۵ نفر زن و ۷ نفر مرد	
	۴۵ تا ۵۵ سال: ۵ نفر زن و ۶ نفر مرد	

۲۸ نفر مرد (۵۶ درصد آقا)	بالای ۵۵ سال: ۲ نفر زن و ۴ نفر مرد	۳۰ نفر از این جامعه کارشناسان و خبرگان آشنا با موضوع پژوهش که اغلب دارای تجربه‌ی کاری مرتبط در حوزه مدیریت بحران، برنامه‌ریزی شهری و مدیریت شهری
--------------------------	------------------------------------	--

یافته های تحلیلی

تحلیل یافته‌های میدانی حاصل از ۳۸۰ پرسشنامه نشان می‌دهد که درک و تجربه‌ی ساکنان از پناهگاه‌های خرد شهری در میداین محله نارمک واجد ماهیتی عمدتاً مثبت و چندبعدی است؛ به‌گونه‌ای که در اغلب شاخص‌ها، بیش از دو سوم پاسخگویان وضعیت این فضاها را در سطوح «راضی» و «کاملاً رضایتمند» ارزیابی کرده‌اند. این الگوی توزیع پاسخ‌ها بر این نکته دلالت دارد که چنین فضاهایی در ذهن ساکنان نه صرفاً به‌عنوان عناصری کالبدی، بلکه به مثابه فضاهای زیسته و تجربه‌شده با کارکردی حفاظتی، روانی و اجتماعی قابل‌تلقی‌اند. در شاخص مرتبط با حس محافظت در برابر تهدید، مجموع ۶/۷۲ درصد از پاسخگویان احساس رضایت داشته‌اند که نشان‌دهنده درک نسبتاً قوی از توان دفاعی و پناه‌دهنده فضاست. همین روند در شاخص کاهش اضطراب با ورود به پناهگاه تکرار شده و بیش از ۷۵ درصد از شرکت‌کنندگان این فضاها را واجد نقش آرامش‌بخش و تثبیت‌کننده می‌دانند؛ امری که بیانگر اثر روان‌فضایی پناهگاه‌های خرد شهری بر مهار تنش‌های ادراکی در شرایط بحرانی است. شاخص کنترل نسبی بر وضعیت بحران نیز با حدود ۶۹ درصد رضایت، حاکی از احساس توانایی نسبی ساکنان در مدیریت موقعیت است، درحالی‌که شاخص سهولت ورود سریع با ۸۴ درصد و ایمنی مسیر خروج با بیش از ۸۰ درصد رضایت، نشان‌دهنده درک بالای قابلیت دسترسی فوری و خروج ایمن است. این مؤلفه‌ها در کنار یکدیگر بیانگر آنند که وجه عملکردی فضاها در ابعاد واکنش سریع و پناه‌پذیری مطلوب ارزیابی شده است. در سطح اجتماعی و ادراکی نیز شاخص‌های احساس تعلق، امکان کمک‌رسانی همسایگان و انسجام محلی همگی با میانگین رضایت بالای ۷۸ تا ۸۰ درصد همراه بوده‌اند. این ارقام نشان می‌دهد پناهگاه‌های خرد شهری در نارمک به‌مثابه بستری برای تقویت همیاری، تبادل اجتماعی و بازتولید پیوندهای همسایگی عمل می‌کنند و فراتر از معنای فیزیکی خود، به کنش‌های جمعی و هم‌زمانی عاطفی میان ساکنان عینیت می‌بخشند. در حوزه‌ی ویژگی‌های کالبدی، شاخص استحکام فضایی با ۷۵ درصد رضایت گویای اطمینان نسبی از پایداری سازه‌هاست، اما شاخص‌های آسایش محیطی در مقایسه، مقدار پایین‌تری دارند؛ تهویه و نور کافی (۷۰.۵ درصد)، ابعاد قابل‌قبول فضا و شرایط صوتی، بویایی و حرارتی (هرکدام حدود ۶۸ درصد) همگی بیانگر محدودیت‌هایی در جنبه‌های اقلیمی و کارکردی فضا هستند. بنابراین می‌توان گفت که ادراک مثبت ساکنان، بیش از آن‌که به کیفیت‌های فیزیکی وابسته باشد، ریشه در جنبه‌های روانی، اجتماعی و فرهنگی رابطه‌ی انسان و فضا دارد. از منظر خوانایی و آشنایی ذهنی، شاخص‌های تداعی مکان امن و آشنا، خوانایی مسیرها و حس تعلق مکانی با بالای ۷۷ تا ۸۱ درصد رضایت، گواهِ پیوند میان حافظه جمعی محله و قابلیت‌های ادراکی فضاست. این موضوع نشان می‌دهد که احساس امنیت و اعتماد در این فضاها نه فقط حاصل ویژگی‌های کالبدی، بلکه نتیجه‌ی استمرار تجربه‌های زیسته و حافظه‌ی اجتماعی ساکنان است. داده‌های مرتبط با تجربه‌ی حسی و حافظه‌ی بحران نیز چنین تبیینی را تقویت می‌کند؛ ساکنان به‌طور میانگین در حدود ۸۰ درصد «خاطرات همیاری، حضور همسایگان و روایت‌های عبور از بحران» را مثبت ارزیابی کرده‌اند، که نشان‌دهنده شکل‌گیری نوعی حافظه‌ی جمعی بقا در مقیاس محله است. این حافظه‌ی روایی ظرفیت آن را دارد که در بحران‌های آینده به عنوان سازوکار درونی تاب‌آوری عمل کند. شاخص‌های مرتبط با بازسازی روانی و کنترل هیجانات

نیز مؤید نقش این فضاها در بازگشت به تعادل پس از بحران‌اند؛ میانگین ۷۴ تا ۷۸ درصدی رضایت در «کاهش اضطراب پس از ورود»، «بازسازی روانی پس از بحران» و «ترمیم روابط اجتماعی» بیانگر آن است که این فضاها کارکرد درمانی و بازتوان‌بخشی در سطوح فردی و جمعی دارند. افزون بر این، شاخص‌های ناظر بر آمادگی، همکاری و کنش جمعی از بالاترین مقادیر رضایت برخوردارند و اکثراً بیش از ۸۰ درصد رضایت را نشان می‌دهند. متغیرهایی چون توان بازیابی پس از بحران، اشتراک منابع، هدایت جمعی و پیش‌بینی خطر، گویای آن‌اند که از منظر مردم، کارکرد پناهگاه‌های خرد شهری صرفاً به حفاظت فیزیکی محدود نمی‌شود بلکه شامل سازماندهی کنش‌های گروهی، مدیریت اضطرار و تداوم ارتباطات محلی نیز هست. با وجود این فراوانی رضایت، تعدادی از شاخص‌ها از جمله ادراک ازدحام، محدودیت حرکتی، تهویه ناکافی و ابعاد محدود فضا، سطوحی از نارضایتی نسبی بین ۲۸ تا ۳۴ درصد را نشان می‌دهند که بیانگر ضعف طراحی در ابعاد انسانی و شرایط آسایش است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که پناهگاه‌های خرد شهری در نارمک از منظر روانی و اجتماعی واجد ظرفیت بالایی تاب‌آوری‌اند، اما برای دستیابی به عملکرد بهینه، نیازمند ارتقاء کیفیت کالبدی و بهبود شرایط زیست‌اقليمی هستند. برآیند تحلیل‌ها نشان می‌دهد این فضاها در سه لایه‌ی همزمان عمل می‌کنند: نخست، به‌عنوان ساختارهای فیزیکی امن و در دسترس؛ دوم، به‌عنوان فضاهای آرامش‌بخش و معنادار در سطح روانی؛ و سوم، به‌عنوان شبکه‌های پیونددهنده‌ی اجتماعی که امکان همیاری، بازیابی و استمرار حیات جمعی را در شرایط بحرانی فراهم می‌سازند.

جدول شماره ۵: داده‌های تحلیلی از پاسخ دهندگان به پرسش‌نامه‌ی پژوهش

مؤلفه‌های بهره‌گرفته در پرسش‌نامه	کاملاً ناراضی	ناراضی	تاحدی ناراضی	راضی	کاملاً رضایتمند	جمع
حس محافظت در برابر تهدید	18	34	52	148	128	380
کنترل نسبی بر وضعیت بحران	20	39	58	141	122	380
کاهش اضطراب با ورود به فضا	16	31	46	151	136	380
احساس تعلق و همراهی با دیگران	14	27	45	155	139	380
سهولت ورود سریع به پناهگاه	10	18	32	154	166	380
ایمنی مسیر خروج و فرار	12	22	40	150	156	380
دسترسی به منابع ضروری	19	35	52	142	132	380
امکان کمک‌رسانی همسایگان	13	24	39	156	148	380
استحکام کالبدی فضا	17	30	48	150	135	380
تهویه و نور کافی	21	36	55	138	130	380
ابعاد قابل‌قبول فضا	24	39	58	139	120	380
نور، صدا، بو و دما	22	38	61	136	123	380

380	133	147	49	33	18	تناسب فضا با نیازهای اضطراری
380	126	143	55	36	20	امکان استفاده چندمنظوره موقت
380	139	152	44	29	16	قابل اعتماد بودن در ذهن ساکنان
380	146	154	40	26	14	تداعی مکان امن و آشنا
380	152	158	37	21	12	خوانایی مسیر و ورودی/خروجی
380	143	151	43	28	15	حس تعلق مکانی
380	119	132	60	41	28	ادراک ازدحام
380	120	136	59	39	26	محدودیت حرکتی در فضا
380	135	151	47	30	17	یادآوری جزئیات حسی فضا
380	129	145	52	34	20	یادآوری ترس و آرامش همزمان
380	146	158	39	24	13	روایت‌های عبور از بحران
380	141	154	42	28	15	تجربه انطباق با شرایط اضطراری
380	151	160	35	22	12	خاطرات همیاری و همکاری
380	153	162	34	20	11	یادآوری حضور همسایگان
380	122	136	58	40	24	یادآوری فشار روانی بحران
380	128	140	54	37	21	تجربه فقدان امنیت عادی
380	134	147	49	32	18	کاهش اضطراب پس از ورود
380	139	150	46	29	16	کمک به کنترل هیجان
380	148	157	38	24	13	تقویت انسجام محلی
380	136	148	48	31	17	کاهش بی‌اعتمادی میان افراد آشنا
380	147	153	40	26	14	تقویت هویت محله‌ای
380	145	152	41	27	15	بازتعریف تعلق به شهر
380	151	160	35	22	12	شکل‌گیری رفتارهای سازگاران
380	141	151	44	28	16	کاهش رفتارهای آشوب‌زا
380	160	160	31	19	10	توان بازیابی پس از بحران

380	157	158	33	21	11	آمادگی برای مواجهه دوباره
380	148	154	39	25	14	آمادگی پیش از بحران
380	151	157	37	23	12	پیش‌بینی خطر و واکنش سریع
380	137	149	47	30	17	مدیریت لحظه‌ای اضطراب
380	143	152	43	27	15	کنترل موقعیت بحرانی
380	159	160	32	19	10	همکاری و همیاری
380	157	157	34	21	11	اشتراک منابع و امکانات
380	150	155	38	24	13	دریافت و انتقال خبر
380	153	158	35	22	12	هدایت و راهنمایی جمعی
380	140	150	45	29	16	بازسازی روانی پس از بحران
380	146	153	41	26	14	ترمیم روابط و بازگشت به روال

تحلیل آماری

به‌منظور بررسی روابط بین سازه‌های مفهومی پژوهش، از آزمون همبستگی رتبه‌ای اسپیرمن استفاده شد. این آزمون با توجه به ماهیت ترتیبی داده‌های لیکرت و فرض نرمال بودن توزیع متغیرها، مناسب‌ترین روش برای تحلیل روابط بین ابعاد مختلف تجربه زیسته و تاب‌آوری فضایی تشخیص داده شد. نتایج نشان داد که بین تمامی سازه‌های اصلی پژوهش، روابط مثبت و معناداری در سطح ۰.۰۱ وجود دارد. به‌طور مشخص، بیشترین همبستگی میان تجربه فضایی و خاطرات ذهنی (۰.۶۵) مشاهده شد که نشان‌دهنده نقش ادراک محیطی در شکل‌گیری حافظه جمعی است. همچنین، تاب‌آوری فضایی با پیامدهای روانی-اجتماعی (۰.۶۳) و احساس امنیت (۰.۶۰) رابطه معنادار دارد.

جدول شماره ۶: همبستگی رتبه‌ای اسپیرمن

سازه‌ها	احساس امنیت در پناهگاه های خرد شهری	تجربه فضایی و ادراک محیط	خاطرات و روایت‌های ذهنی	پیامدهای روانی-اجتماعی	راهبردهای انطباق و مقاومت
احساس امنیت در پناهگاه های خرد شهری	1	0.62**	0.58**	0.55**	0.60**
تجربه فضایی و ادراک محیط	0.62**	1	0.65**	0.52**	0.59**
خاطرات و روایت‌های ذهنی	0.58**	0.65**	1	0.60**	0.57**
پیامدهای روانی-اجتماعی	0.55**	0.52**	0.60**	1	0.63**
راهبردهای انطباق و مقاومت	0.60**	0.59**	0.57**	0.63**	1

رویه‌شناسی تحلیل کیفی محتوا

تحلیل کیفی محتوا، فرایندی است نظام‌مند، بازگشتی (Recursive) و پویا که طی آن محقق به‌طور مداوم میان مراحل مختلف تحلیل در حرکت است تا به عمق معنایی داده‌ها دست یابد. این رویکرد روش‌شناختی در بازه‌ای مشخص از زمان و با هدف استخراج الگوهای معنایی از داده‌های متنی صورت می‌پذیرد. مراحل اجرایی این فرایند، مبتنی بر چارچوب‌های استاندارد تحلیل کیفی، به شرح زیر است:

غوطه‌وری در داده‌ها (Data Immersion)

نخستین گام در تحلیل محتوا، دستیابی به درک جامع و اشراف تام بر داده‌ها است. محقق از طریق «غوطه‌وری در داده‌ها (Data Immersion)» که حاصل بازخوانی‌های مکرر و تعاملی است، می‌کوشد تا لایه‌های زیرین معنا و الگوهای مستتر در متن را واکاوی نماید. در این فاز، با اتخاذ رویکردی فعالانه در مطالعه داده‌ها، مفاهیم کلیدی مرتبط با تجربیات سوژه‌های پژوهش (موزیسین‌های خیابانی) از بطن مصاحبه‌ها استخراج و شناسایی می‌گردد.

کدگذاری اولیه و تقطیع داده‌ها (Initial Coding)

پس از حصول شناخت اشباع‌کننده از داده‌ها، مرحله کدگذاری اولیه آغاز می‌شود. در این فاز، محقق با تفکیک میان «واحد تحلیل (Unit of Analysis)» و «واحد کدگذاری (Coding Unit)» ویژگی‌های واجد اهمیت و مرتبط با اهداف پژوهش را شناسایی و برچسب‌گذاری می‌نماید. تمامی قطعات داده (Data Extracts) به‌طور نظام‌مند کدگذاری و طبقه‌بندی می‌شوند. به‌منظور ارتقای دقت روش‌شناختی، مدیریت بهینه داده‌ها و تسهیل فرایند تحلیل ساختاریافته، از نرم‌افزار تخصصی MAXQDA برای ساماندهی کدهای استخراج‌شده استفاده می‌شود.

مقوله‌بندی و تجمیع مفاهیم (Searching for Themes/Categories)

در این مرحله، کدهای اولیه بر اساس شباهت‌های مفهومی در قالب مقوله‌های کلان (Themes/Categories) طبقه‌بندی می‌شوند. محقق در این فاز با اتخاذ رویکردی تحلیلی-ترکیبی، به واکاوی روابط میان کدها پرداخته و با غربالگری مقوله‌ها، حذف کدهای زائد و ادغام مفاهیم هم‌پوشان (Redundant Codes)، ساختاری منسجم و سلسله‌مراتبی از شاخص‌های پژوهش ارائه می‌دهد. این فرایند نهایتاً منجر به تقلیل داده‌ها و دستیابی به مقوله‌هایی انتزاعی‌تر می‌گردد که مبنای تفسیر نهایی پژوهش را تشکیل می‌دهند.

نظام کدگذاری: مقوله‌ها و کدهای اولیه (Open Coding)

جدول شماره ۷: کدگذاری اولیه

کدهای اولیه (نمونه‌های استخراجی برای تحلیل)	کد توصیفی (مؤلفه)	شاخص اصلی (مقوله)
حصار امن، دید محیطی، کنترل ورود، نظارت جمعی	امنیت ادراکی/کنترلی	۱. امنیت در پناهگاه‌های خرد شهری
کاهش وحشت، حس پناهگاه، آرامش ذهنی، تعلق مکانی	آسایش روانی-اجتماعی	
مسیر فرار امن، سرعت خروج، عدم انسداد راه	دسترسی و تخلیه	
دسترسی به آب/غذا، جعبه کمک‌های اولیه، تهویه مناسب	قابلیت اتکای پشتیبانی	

مقاومتِ سازه‌ای، تاب‌آوریِ فیزیکی، عملکردِ سیستم‌ها	ایمنی ساختاری	
تنگی فضا، تاریکی، صدایِ محیطی، دمایِ خفقان‌آور	کیفیت حسی-ادراکی	۲. تجربه فضایی
تغییرِ کاربریِ فضا، تناسبِ ابعاد، انعطاف‌پذیریِ عملکرد	سازگاریِ کارکردی	
تقدسِ فضا، پناهگاه به مثابه خانه، تداعیِ مرگ/زندگی	بار معنایی-نمادین	
نشانه‌شناسیِ مسیر، حسِ تعلق، خاطره‌انگیزیِ محیط	جهت‌یابی و حس مکان	
شلوغیِ آزاردهنده، حریمِ خصوصیِ از دست‌رفته، اضطرابِ جمعی	تراکم و تنش فضایی	
بوهای ماندگار، صدایِ آژیر، تصویرِ اضطراب	حافظه ادراکی-حسی	
یادآوریِ ترس، امیدِ ناچیز، فشارِ روانی	حافظه هیجانی	
روایتِ نجات، قصه‌ی پنهان‌شدن، گذر از شرایطِ سخت	روایت‌های بقا	
هم‌بستگیِ همسایگی، حمایتِ جمعی، اشتراکِ رنج	حافظه تعاملات	
سوگِ فضایِ از دست‌رفته، یادآوریِ تخریب، زخمِ خاطره	بازنماییِ رنج و فقدان	
اختلالاتِ اضطرابی، افسردگیِ محیطی، شوکِ پس از واقعه	سلامت روان	۴. تأثیرات روانی-اجتماعی
انسجامِ اجتماعی، نزاع‌هایِ بر سرِ منابع، گروه‌هایِ حمایتی	پویاییِ روابطِ اجتماعی	
هویتِ قربانی، هویتِ مقاوم، هویتِ محلیِ بحران‌زده	شکل‌گیریِ هویت	
الگوهایِ گریز، تغییرِ سبکِ زیستِ شبانه، مخفی‌کاری	رفتارهایِ انطباقی	
پذیرشِ بحران، بازیابیِ توانِ روانی، بازگشت به روالِ عادی	ظرفیت تاب‌آوری	
ذخیره‌سازی، شناساییِ نقاطِ امن، تمرینِ تخلیه	استراتژی‌هایِ پیشگیرانه	۵. راهبردهای انطباق
مدیریتِ اضطرار، تصمیم‌گیریِ لحظه‌ای، پناه‌گیریِ سریع	استراتژی‌هایِ مقابله‌ای	
همیاریِ محلی، اشتراکِ منابع، شبکه‌سازیِ غیررسمی	استراتژی‌هایِ حمایتی	
انتشارِ خبرِ امن، اطلاع‌رسانیِ محلی، رادیو/کانال‌هایِ ارتباطی	استراتژی‌هایِ ارتباطی	
ترمیمِ فضا، احیایِ روابط، تقویتِ زیرساختِ خرد	استراتژی‌هایِ پسابحرانی	

بازبینی و پالایش نظام‌مند مقوله‌ها (Refining and Reviewing Themes)

مرحله چهارم تحلیل، به بازبینی نقادانه و پالایش مضامین (Themes) استخراج‌شده اختصاص دارد. این فرایند بازگشتی (Recursive)، شامل دو سطح تحلیلی است: نخست، ارزیابی همگونی درونی کدها در ذیل هر مقوله و دوم، بررسی روایی مقوله‌ها در پیوند با کل پیکره‌بندی داده‌ها (Data Corpus). در این فاز، محقق با سنجش «برآزش نظری» نقشه مضامین، اطمینان حاصل می‌کند که مقوله‌های تدوین‌شده بازنمای دقیق تجربیات مشارکت‌کنندگان است. چنانچه نقشه موضوعی (Thematic Map) از انسجام مفهومی لازم برخوردار نباشد یا شواهد کافی در داده‌ها برای پشتیبانی از آن یافت نشود، محقق ملزم به بازگشت به مراحل پیشین و بازنگری در کدگذاری و دسته‌بندی‌هاست تا ساختاری متن و انتزاعی حاصل گردد. هدف از این مرحله، دستیابی به فهمی عمیق از روابط درونی مقوله‌ها و روایت نهایی پژوهش است. در این راستا، شاخص‌های احصاء‌شده پس از مقوله‌بندی اولیه، تحت غربالگری دقیق قرار گرفته و کدهای فاقد ارزش تبیینی (Explanatory Power) یا موارد زائد (Redundant Codes) حذف می‌گردند تا الگوی مفهومی پژوهش به خلوص معنایی برسد. افزون بر این، به‌منظور رعایت اصول اخلاق پژوهش و تضمین محرمانگی مشارکت‌کنندگان، فرایند کدگذاری داده‌ها (Data Coding) بر اساس یک نظام شناسایی اختصاصی صورت می‌گیرد؛ بدین نحو که هر قطعه از داده با کد اختصاری «MIX» متمایز می‌شود (که در آن M نشانگر Interview، I بیانگر شناسه مصاحبه، و X نمایانگر شماره کد مستخرج از متن است). این سازوکار نظام‌مند، علاوه بر حفظ حریم خصوصی مصاحبه‌شوندگان، قابلیت «ردیابی شواهد» (Audit Trail) و تکرارپذیری تحلیلی را برای داوران و پژوهشگران آینده فراهم می‌آورد.

جدول شماره ۸: کدگذاری بازبینی مقوله‌ها

شناسه نمونه (MIX: مستند)	زیربخش‌ها، توضیحات و نمونه‌های موردبررسی	کد مفهومی (Conceptual Code)	تم اصلی (مقوله پالایش شده)
M31- M 21 ، M42	- تغییرات در حس حضور (امنیت، آرامش، تعلق) - تأثیر فضا بر اضطراب و استرس - حس میدان، مرز و حریم	ادراک فضا و احساس امنیت	۱. ادراک زیستی - فضایی و آرامش روانی
M13- M 33 ، M49- M 24	- بوهای محیطی، صداها، نور و دما کنترل بر حس‌های فیزیولوژیکی (تاریکی، سرما، گرما) - برداشت محیطی در حس مشترک و فردی	تجربه حسی محیط	
M25- M15 {M3,12} {M48,30} {M35,4} {M19, 9}	- حذف و جایگزینی کاربری‌های معمول (به طور مثال: از فضای سکونت به فضای امن) - انعطاف‌پذیری و تطابق با نیازهای بحران	تغییر کارکرد فضا	
M12- M 19 ، M13- M10	- ازدیاد جمعیت و ازدحام - کمبود حریم خصوصی، افزایش استرس و تنش فضایی	تنگناهای فضایی و تراکم	
M20-M14 ، M21-I15	- نمادهای مقاومت و پناه، حس خاطره و خاطره‌سازی - کارکرد معنوی و نمادین در فضای بحران	تفسیر و معنای فضایی	
M23- M22 ، M17- M 45	- کنترل دسترسی، حصار، دروازه- حس حفاظتی و پایدار در قلب بحران	مقیاس و سلسله‌مراتب محافظت	

M18- M36 ، M14- M27	- سیستم‌های تهویه و نور - سیستم‌های آب‌رسانی، منابع پزشکی، امنیت سیستم‌های حفاظتی	پایداری تجهیزات و تجهیزات حیاتی	۲. امنیت ادراکی - پایداری و کنترل
M22- M16 ، M23- M13	- استحکام بنا، مقاومت در برابر تهدیدات - دوام و انعطاف‌پذیری در برابر زلزله، انفجار و ...	ایمنی ساختاری و مقاومت سازه‌ای	
M24 {M8,4} {M7,4} {M5,6} {M3,3} {M8,3} {M1,3} M18	- حس مالکیت، انحصار فضا - سازگاری محیطی با حملات، شناخت نقاط ضعف	امنیت‌ساز بودن فضا در میدان جنگ	
M02- M 42 ، M09- M 27	- خاطرات بو، صدا، تصویر و حس - ماندگاری خاطرات در فضای فیزیکی و ذهنی	حافظه‌ی حسی و ادراکی	۳. روایت‌های بقا، خاطرات و حافظه‌های جمعی
M11- M38، M2- M39	- احساس ترس، امید، ناامیدی، انزوا - احساس پیوند، وابستگی و حفاظتی	حافظه‌ی هیجانی	
M34- M 22 ، M15- M 13	- حکایت‌های موفقیت، مقابله، نجات- توانایی هم‌پناهی و همیاری در بحران	روایت‌های بقا، انطباق و مقاومت	
M36- M 44 ، M17- M 15 {M16,33} {M23,45} {M28,28} {M33,50}	- خاطرات زخم و ناتوانی، آسیب‌های جسمی و روانی - یادآوری خاطرات تلخ و اثرات آن بر جمعیت	بازنمایی رنج، آسیب و فقدان	۴. تأثیرات روانی - اجتماعی، هویت و ارتباطات
M25- M 18 ، M26- M 19	- اضطراب، افسردگی، اختلالات روانی - اثرات بلندمدت و کوتاه‌مدت بحران	سلامت روان و تنش‌های روانی	
M27- M 20 ، M28- M 21	- حمایت متقابل، شبکه حمایتی - تقابل‌ها و درگیری‌های جمعی	پویایی روابط اجتماعی و انسجام گروهی	
M29- M 22 ، M30- M 23	- هویت فردی، گروهی و جمعی - حس مقاومتی و کاراکتر جمعی	شکل‌گیری هویت در فضای بحران	۵. راهبردهای انطباق، مقاومت و پسا-بحران
M31- M 24 ، M32- M 45	- گریز، مخفی‌کاری، تغییر سبک زندگی - ابتکارهای محلی و راهکارهای فردی و جمعی	رفتارهای انطباقی و الگودهی‌ها	
M33- M 26 ، M34- M 27	- فرآیندهای بازسازی روانی و فضای - پایداری‌های فردی و جمعی	ظرفیت تاب‌آوری و بازگشت به حالت عادی	
M35- M28 {M41,33} {M39,45} {M27,4} {M15,41}	- آموزش، تمرین، برنامه‌ریزی پیش از بحران - ذخیره‌سازی منابع و مهارت‌های لازم	استراتژی‌های پیشگیرانه و آمادگی	
M16- M29 {M44,15} {M29,30} {M29,50} {M18, 39} {M37, 42}	- واکنش‌های فوری، تصمیم‌گیری در لحظه - مدیریت اضطراری، تخلیه سریع	مداخلات لحظه‌ای و واکنش سریع	

M37- M39 {M8, 4}	- شبکه‌های حمایتی، اشتراک منابع، کمک‌های محلی	همکاری و همکاری‌های جمعی	
M38- M41 {M8,4} {M7,4} {M3,4} {M1,4} {M2,6} {M5,3} {M7,3} {M8,3}	- اطلاع‌رسانی سریع و دقیق، شبکه‌های ارتباطی- انتشار اخبار و آموزش‌های لازم	ارتباطات و اطلاع‌رسانی در بحران	
M39- M47 {M16,33} {M23,45} {M28,28} {M33,50}	- ترمیم ساختار، تقویت زیرساخت‌ها - برنامه‌ریزی برای مواجهه بلندمدت	بازسازی و تقویت سیستم‌ها پس از بحران	

مرحله پنجم: تبیین روابط میان مقولات بر اساس مدل پارادایمی

در این پژوهش، به منظور درک چگونگی تکوین تجربه‌ی زیسته‌ی ساکنان در مواجهه با پناهگاه‌های خرد شهری، از الگوی پارادایمی اشتراوس و کوربین استفاده شده است. هدف از این مدل‌سازی، فراتر رفتن از توصیف پدیده‌ها و دستیابی به یک تبیین نظری از دینامیک حاکم بر «پناهندگی فضایی» در بافت محله نارمک است. پارادایم حاکم بر این پژوهش، تفسیری-انتقادی است؛ به این معنا که ضمن ارج نهادن به معنای ذهنی و تجربه‌ی زیسته‌ی ساکنان (رویکرد تفسیری)، به نقد سازوکارهای قدرت، نابرابری‌های توزیعی در زیرساخت‌های ایمنی و نارسایی‌های حکمرانی شهری در مدیریت بحران می‌پردازد (رویکرد انتقادی). این تقابل دیالکتیکی، بستری را فراهم می‌آورد تا بتوان «پناهگاه‌های خرد شهری» را نه صرفاً به مثابه یک «پناهگاه کالبدی»، بلکه به عنوان یک «میدان کنش اجتماعی» بازتعریف نمود.

جدول شماره ۹: تفسیر پارادایم پژوهش

مؤلفه پارادایم	تبیین مفهومی و تحلیلی
پارادایم پژوهش	این پژوهش در چارچوب پارادایم تفسیری-انتقادی صورت‌بندی شده است. در سطح تفسیری، تمرکز بر فهم معنای زیسته افراد از حضور در پناهگاه اضطراری، ادراک امنیت، تجربه اضطراب، مواجهه با محدودیت‌های فضایی و شکل‌گیری سازوکارهای سازگاری است. در سطح انتقادی، پژوهش به نقد مناسبات قدرت، نابرابری‌های فضایی، ناکارآمدی سیاست‌های مدیریت بحران، و فاصله میان الزامات انسانی پناهگیری و وضعیت واقعی پناهگاه‌ها می‌پردازد. این دوگانه، امکان فهم هم‌زمان «تجربه» و «ساختار» را فراهم می‌کند.

شرایط علی

مصدق/معنای پژوهشی	تبیین مفهومی و تحلیلی	شرط علی
جنگ، حمله، زلزله، سیل، بحران‌های ناگهانی، ناامنی شدید	پیدایش پناهگیری در پناهگاه اضطراری، پیش از هر چیز حاصل مواجهه با موقعیت‌های تهدیدکننده حیات است؛ موقعیت‌هایی که استمرار زیست عادی را مختل کرده و نیاز به فضای امن را به یک ضرورت فوری بدل می‌کنند.	تهدیدهای زیستی و اضطراری
ترس، اضطراب، احساس بی‌پناهی، ناتوانی در کنترل محیط	کنش پناه گرفتن فقط واکنشی فیزیکی نیست، بلکه از تجربه عمیق ناامنی و شکنندگی در برابر خطر سرچشمه می‌گیرد. این وضعیت، فرد را از وضعیت زیست معمول به وضعیت «بقا» منتقل می‌کند.	احساس ناامنی و شکنندگی وجودی
تخریب مسکن، قطع خدمات، از بین رفتن حس تعلق به فضای معمول	زمانی که خانه، محله، خیابان یا زیرساخت‌های عادی کارکرد ایمن خود را از دست می‌دهند، پناهگاه اضطراری به جایگزین موقت زیست تبدیل می‌شود.	تخریب یا ناپایداری فضاهای زیست روزمره
نبود آموزش بحران، ضعف نظام مدیریت اضطراری، نبود تجهیزات	نبود آموزش، برنامه‌ریزی، زیرساخت و سازوکارهای پیشگیرانه باعث می‌شود افراد و خانواده‌ها هنگام بحران به‌طور ناگهانی به سمت پناهگاه‌ها سوق داده شوند.	فقدان آمادگی پیشینی فردی و نهادی

شرایط زمینه‌ای

جدول شماره ۱۱: تفسیر شرایط زمینه‌ای

مصدق/معنای پژوهشی	تبیین مفهومی و تحلیلی	شرط زمینه‌ای
فضاهای تنگ، تاریک، کم‌تهویه، فاقد امکانات مناسب	شکل، اندازه، ساختار، تهویه، نور، دما، دسترسی و کیفیت فیزیکی پناهگاه، زمینه اصلی شکل‌گیری تجربه زیسته افراد را می‌سازد.	ویژگی‌های کالبدی پناهگاه
قرارگیری در زیرزمین، مترو، فضاهای عمومی، محله‌های متراکم	محل استقرار پناهگاه در بافت شهری، میزان دسترسی، پیوند با شبکه معابر و کیفیت پیرامون، در نحوه استفاده و درک افراد از پناهگاه مؤثر است.	بافت شهری و موقعیت مکانی
فقر، نابرابری، آسیب‌پذیری گروه‌های کم‌برخوردار	سطح درآمد، سرمایه اجتماعی، سطح تحصیلات و میزان آسیب‌پذیری اجتماعی بر نحوه مواجهه با بحران و کیفیت تجربه زیست در پناهگاه اثر می‌گذارد.	وضعیت اقتصادی-اجتماعی ساکنان
مقررات مدیریت بحران، سیاست‌های شهری، ضعف نظارت و نگهداری	قوانین، دستورالعمل‌ها و الگوهای حکمرانی بحران، بستر کلانی را شکل می‌دهند که در آن پناهگاه ساخته، مدیریت و بهره‌برداری می‌شود.	ساختارهای نهادی و سیاستی
تجربه‌های قبلی جنگ، زلزله، حملات، تخلیه اضطراری	پیشینه زیست در بحران‌ها، ترس‌های جمعی و خاطرات تاریخی از خطر، به‌عنوان بستر معنایی تجربه فعلی عمل می‌کند.	حافظه جمعی و تجربه‌های پیشین بحران

شرایط مداخله‌گر

جدول شماره ۱۲: تفسیر شرایط مداخله‌گر

مصدق/معنای پژوهشی	تبیین مفهومی و تحلیلی	شرط مداخله‌گر
نظم، آشفتگی، ابهام، ضعف هماهنگی	نحوه اطلاع‌رسانی، سازماندهی، هدایت جمعیت و پاسخ‌نهادی، می‌تواند تجربه پناهگاه را تسهیل یا تشدید کند.	کیفیت مدیریت بحران
اعتماد، همیاری، تنش، بی‌اعتمادی	میزان اعتماد میان ساکنان و اعتماد آنان به مسئولان، در شکل‌گیری همکاری، آرامش و پذیرش وضعیت نقش اساسی دارد.	سطح اعتماد اجتماعی
همراهی، همبستگی، کمک متقابل، مراقبت	حضور روابط همسایگی، خانواده، گروه‌های حمایتی و کنش‌های جمعی، به تعدیل فشار بحران کمک می‌کند.	سرمایه اجتماعی و شبکه‌های حمایتی
آرامش، آشفتگی، مقاومت روانی، فرسودگی	تاب‌آوری، اضطراب‌پذیری، تجربه‌های پیشین و سازوکارهای مقابله‌ای، بر نحوه درک و تحمل شرایط پناهگاه اثر می‌گذارد.	ویژگی‌های روانی-عاطفی افراد
همکاری، بی‌نظمی، نزاع، همدلی	کنش‌های دیگر ساکنان، از همکاری تا تعارض، می‌تواند فضا را به محیطی حمایتی یا تنش‌زا تبدیل کند.	نحوه رفتار سایر افراد حاضر در پناهگاه

مقوله محوری

جدول شماره ۱۳: تفسیر مقوله محوری

تبیین مفهومی و تحلیلی	مقوله محوری
این مقوله بیانگر آن است که پناهگاه اضطراری صرفاً فضایی برای زنده‌ماندن نیست، بلکه عرصه‌ای است که در آن افراد در مواجهه با تهدید، از سطح بقا به سطح معناپردازی، سازگاری، بازتنظیم روابط، و بازسازی حس امنیت حرکت می‌کنند. در این فرآیند، تجربه زیسته افراد از «پناه گرفتن» به «زیستن در شرایط استثنایی» ارتقا می‌یابد و امنیت، امری صرفاً کالبدی تلقی نمی‌شود، بلکه محصول هم‌زمان فضا، رابطه، معنا و کنش است.	تجربه زیست انطباقی در پناهگاه اضطراری؛ از بقا تا بازسازی معنا

راهبردها

جدول شماره ۱۴: ارائه ی راهبردها

مصدق/معنای پژوهشی	تبیین مفهومی و تحلیلی	راهبرد
پذیرش وضعیت، تغییر عادت‌ها، تنظیم زمان و رفتار	افراد برای تحمل وضعیت اضطراری، الگوهای رفتاری و ذهنی خود را با شرایط پناهگاه تنظیم می‌کنند.	سازگاری رفتاری و ادراکی
همیاری، تقسیم منابع، مراقبت متقابل	شکل‌دهی به روابط همدلانه و همکاری جمعی، یکی از مهم‌ترین شیوه‌های کاهش فشار روانی و افزایش احساس امنیت است.	ایجاد و تقویت روابط حمایتی
انتخاب محل مناسب، نظم‌دهی، مراقبت از کودکان و سالمندان	افراد با راهبردهای مختلف می‌کوشند بر محیط مسلط شوند یا دست‌کم احساس کنترل نسبی ایجاد کنند.	جست‌وجوی حس امنیت و کنترل
روایت تجربه، دلگرمی، معنابخشی، امیدآفرینی	بازگویی، روایت‌سازی و تفسیر مجدد تجربه بحران، به افراد کمک می‌کند رنج را در یک چارچوب قابل تحمل‌تر قرار دهند.	معنادارسازی تجربه بحران
حل مسائل روزمره، سازگاری موقت، تصمیم‌گیری سریع	مواجهه عملی با نیازهای فوری، مانند خواب، غذا، بهداشت و آرامش، بخشی از راهبردهای بقا در پناهگاه است.	مدیریت آنی موقعیت و حل مسئله

پیامدها

پیامد	تبیین مفهومی و تحلیلی	مصدق/معنای پژوهشی
افزایش یا کاهش احساس امنیت ادراکی	تجربه پناهگاه می‌تواند به تقویت احساس امنیت یا برعکس، تشدید ناامنی روانی منجر شود؛ این امر وابسته به کیفیت فضا و روابط اجتماعی است.	آرامش، اضطراب، اطمینان، ترس
تقویت یا تضعیف انسجام اجتماعی	اگر روابط حمایتی شکل بگیرند، پناهگاه می‌تواند به فضای همبستگی تبدیل شود؛ در غیر این صورت، به محیطی تنش‌زا بدل می‌شود.	همدلی، همکاری، تعارض، بی‌اعتمادی
تغییر در ادراک از فضا و امنیت	تجربه بحران، نگاه افراد به فضاهای شهری و زیرساخت‌های ایمنی را دگرگون می‌کند و حساسیت آنان را نسبت به کیفیت فضا افزایش می‌دهد.	بازاندیشی نسبت به خانه، محله، شهر و پناهگاه
تکوین تاب‌آوری فردی و جمعی	افراد و گروه‌ها از خلال تجربه بحران، ظرفیت بیشتری برای مواجهه با موقعیت‌های مشابه آینده پیدا می‌کنند.	مقاومت، سازگاری، آمادگی بیشتر
آشکار شدن شکاف‌های ساختاری و سیاستی	تجربه زیسته پناهگاه، نارسایی‌های برنامه‌ریزی، طراحی و مدیریت بحران را عیان می‌کند و زمینه نقد نهادی را فراهم می‌سازد.	ضعف طراحی، ناکارآمدی مدیریتی، کمبود منابع

جمع‌بندی مدل پارادایمی

• تبیین روابط دیالکتیکی میان مقولات

مدل پارادایمی حاضر، گویای یک فرآیند پویاست:

- شرایط علی (احساس تهدید) در بستر شرایط زمینه‌ای (نارسایی کالبدی)، ساکنان را به سمت کنش‌مندی سوق می‌دهد.
- در این میان، شرایط مداخله‌گر مانند «حافظه جمعی» و «سرمایه اجتماعی»، تعیین می‌کند که آیا کنش پناه گرفتن به یک «تجربه‌ی انزوابخش» منجر می‌شود یا به «تقویت همبستگی اجتماعی».
- مقوله محوری بر این نکته تأکید دارد که در فضای محدود پناهگاه‌های خرد شهری، «امنیت» یک ویژگی ذاتی ساختمان نیست، بلکه محصول تعامل مداوم ساکنان با فضای در دسترس و بهره‌گیری از هوش محلی (Local Wisdom) برای انطباق با بحران است.

• تحلیل انتقادی (نقد نهادی)

پارادایم انتقادی این پژوهش نشان می‌دهد که تکیه بر «تاب‌آوری خودجوش ساکنان» نباید به معنای سلب مسئولیت از نهادهای حکمرانی باشد. نتایج این مرحله از تحلیل، «شکاف میان نیاز زیستی ساکنان» و «ظرفیت‌های کالبدی طراحی شده» را آشکار می‌سازد. به عبارت دیگر، عدالت فضایی در مدیریت بحران شهری، زمانی محقق می‌شود که سیاست‌گذاران از «پناهگاه‌سازی صرفاً فنی» به سمت «پناهگاه‌سازی جامعه‌محور» حرکت کنند؛ جایی که پایداری فضا، با پایداری پیوندهای اجتماعی ساکنان در هم تنیده است. در مرحله پنجم تحلیل، روابط میان مقولات نشان می‌دهد که تجربه زیسته در پناهگاه‌های اضطراری یک وضعیت صرفاً مکانی یا موقتی نیست، بلکه فرایندی پیچیده و چندلایه است که در آن تهدیدهای زیستی، اختلال در نظم عادی زندگی، و احساس ناامنی، زمینه‌ساز شکل‌گیری کنش‌های انطباقی در میان ساکنان می‌شود. این فرایند از آنجا اهمیت می‌یابد که پناهگاه اضطراری، برخلاف تصور رایج،

فقط یک فضای فیزیکی برای در امان ماندن از خطر نیست، بلکه به‌مثابه یک میدان اجتماعی-روانی عمل می‌کند که در آن افراد ناگزیرند میان بقا، کرامت، تعلق، و بازتعریف امنیت توازن برقرار کنند. در این میان، شرایط علی همچون وقوع بحران، ترس از آسیب، قطع پیوند با زیست روزمره، و ناتوانی در پیش‌بینی آینده، موتور اولیه ورود افراد به وضعیت زیست اضطراری را شکل می‌دهند. با این حال، شدت و نحوه تجربه این وضعیت، به‌شدت تحت تأثیر شرایط زمینه‌ای مانند کیفیت کالبدی پناهگاه، میزان تراکم جمعیت، نحوه چیدمان فضا، دسترسی به امکانات پایه، و ویژگی‌های بافت اجتماعی و شهری پیرامون قرار دارد. زمانی که این زمینه‌ها ضعیف، ناکارآمد یا ناهمخوان با نیازهای واقعی ساکنان باشند، تجربه زیسته از سطح «پناه گرفتن» فراتر رفته و به تجربه‌ای از فرسودگی، تنش و بی‌ثباتی تبدیل می‌شود. در کنار این عوامل، شرایط مداخله‌گر نقش تعیین‌کننده‌ای در جهت‌دادن به کیفیت تجربه زیست دارند. کیفیت مدیریت بحران، نحوه سازمان‌دهی خدمات، میزان اعتماد به متولیان، شفافیت اطلاع‌رسانی، و سطح سرمایه اجتماعی موجود در میان ساکنان، همگی از عواملی هستند که می‌توانند اثر تهدیدها و محدودیت‌های زمینه‌ای را تقویت یا تعدیل کنند. در مواردی که مدیریت پناهگاه پاسخ‌گو، منسجم و مبتنی بر درک نیازهای انسانی باشد، پناهگاه می‌تواند از یک فضای صرفاً اضطراری به یک محیط نسبتاً زیست‌پذیر تبدیل شود؛ اما در شرایطی که بی‌نظمی، کمبود خدمات، یا بی‌اعتمادی حاکم باشد، همان فضا به بستری برای تشدید اضطراب، تعارض، و احساس بی‌پناهی بدل می‌شود. بنابراین، آنچه در کانون مدل پارادایمی قرار می‌گیرد، نه صرفاً «پناهگاه» به‌عنوان یک سازه، بلکه «تجربه زیسته انطباقی» به‌عنوان فرایندی است که در آن افراد در پاسخ به بحران، شیوه‌های گوناگونی برای سازگاری، حفاظت از خود و دیگران، و بازسازی حداقلی معنا به کار می‌گیرند. مقوله محوری در این پژوهش را می‌توان «تجربه زیسته انطباقی در پناهگاه اضطراری؛ از بقا تا بازسازی معنا» دانست. این مقوله بیانگر آن است که ساکنان در مواجهه با وضعیت اضطراری، فقط درگیر حفظ جان و رفع نیازهای اولیه نیستند، بلکه به‌تدریج وارد فرایندی می‌شوند که در آن، تجربه بحران را تفسیر، تنظیم و بازساخت می‌کنند. به عبارت دیگر، انطباق در اینجا به معنای تسلیم شدن در برابر شرایط نیست، بلکه نوعی کنش فعال برای حفظ تعادل روانی، اجتماعی و رفتاری در دل ناپایداری است. این کنش می‌تواند در قالب همکاری با دیگران، شکل‌دادن به روابط حمایتی، پذیرش موقت محدودیت‌ها، و یافتن معنا در رنج بروز پیدا کند. در همین چارچوب، پناهگاه اضطراری زمانی کارکرد واقعی خود را پیدا می‌کند که از یک «پناهگاه کالبدی» صرف، به یک «اکوسیستم امنیتی-اجتماعی» تبدیل شود؛ یعنی فضایی که نه‌فقط از خطر فیزیکی حفاظت می‌کند، بلکه امکان آرامش نسبی، احترام متقابل، نظم قابل‌قبول، و احساس تعلق را نیز فراهم می‌سازد. از سوی دیگر، راهبردهای ساکنان در پاسخ به وضعیت اضطراری نشان می‌دهد که افراد به‌صورت منفعل در برابر شرایط قرار نمی‌گیرند، بلکه از مجموعه‌ای از سازوکارهای رفتاری و ارتباطی برای سازگاری استفاده می‌کنند. برخی با کاهش انتظارات، تنظیم رفتار و پذیرش موقت شرایط سعی می‌کنند تنش را کنترل کنند؛ برخی دیگر از طریق همیاری، تقسیم منابع، مراقبت از کودکان، سالمندان یا افراد آسیب‌پذیر، و ایجاد شبکه‌های حمایت غیررسمی، به بازتولید نوعی نظم اجتماعی خرد کمک می‌کنند. این راهبردها در نهایت به پیامدهایی منجر می‌شوند که می‌توان آن‌ها را در دو سطح تحلیل کرد: در سطح فردی، کاهش نسبی اضطراب، بازیابی احساس کنترل، و شکل‌گیری نوعی تاب‌آوری موقعیتی؛ و در سطح جمعی، افزایش یا کاهش انسجام اجتماعی، تقویت یا تضعیف اعتماد، و تثبیت یا فرسایش حس امنیت. با این حال، این پیامدها قطعی و یکدست نیستند، بلکه وابسته به کیفیت تعامل میان ساختار، فضا، مدیریت و کنش‌های روزمره ساکنان‌اند. بر این اساس، تفسیر نهایی روابط میان مقولات نشان می‌دهد که پناهگاه اضطراری باید به‌مثابه یک پدیده صرفاً فیزیکی فهم نشود، بلکه به‌عنوان یک موقعیت اجتماعی-فضایی و تجربه‌محور تحلیل گردد. چنین نگاهی، تحلیل را از سطح توصیف وضعیت‌های بحرانی فراتر می‌برد و امکان می‌دهد تا نشان داده شود که چگونه طراحی فضا،

شیوه اداره بحران، و مناسبات میان افراد، مستقیماً بر کیفیت زیست اضطراری اثر می‌گذارند. بنابراین، اگر هدف نهایی مدیریت پناهگاه، صرفاً حفاظت از بدن‌ها نباشد و به سمت حفظ کرامت، تقویت اعتماد، و امکان‌پذیر ساختن زندگی حداقلی اما معنادار حرکت کند، آنگاه می‌توان از «پناهگاه اضطراری» به‌عنوان یک سازوکار اجتماعی حمایت‌گر یاد کرد، نه صرفاً یک محل موقتی برای استقرار.

جدول شماره ۱۶: جمع‌بندی مفهومی

بخش	جمع‌بندی مفهومی
منطق کلی مدل	در این پژوهش، تجربه زیست در پناهگاه اضطراری حاصل برهم‌کنش تهدیدهای عینی، زمینه‌های کالبدی و اجتماعی، و عوامل مداخله‌گر است که در نهایت به شکل‌گیری تجربه‌ای انطباقی، چندلایه و معنا ساز منجر می‌شود.
نقش مقوله محوری	مقوله محوری، پیونددهنده همه اجزای مدل است و نشان می‌دهد که پناهگاه اضطراری نه یک مکان صرفاً فیزیکی، بلکه فضایی برای بقا، تعامل، معناپردازی و بازسازی امنیت است.
دلالت نظری	یافته‌ها نشان می‌دهند که امنیت در شرایط بحران، تنها محصول سازه‌های مهندسی نیست، بلکه حاصل هم‌زمان طراحی، مدیریت، روابط اجتماعی، و تجربه زیسته انسان‌هاست.

نقل قول‌ها و تحلیل مقوله‌ها بر اساس تجربه زیسته ساکنان پناهگاه‌های خرد شهری در شرایط جنگی

مقوله فضایی-کالبدی: پناهگاه‌های خرد شهری به‌مثابه «پناه نزدیک، اما نه لزوماً امن»

تجربه زیسته ساکنان و استفاده‌کنندگان از میادین محله نارمک نشان می‌دهد که ارزش پناهگاه‌های خرد شهری در شرایط جنگی، بیش از آنکه به ظرفیت فیزیکی آن‌ها وابسته باشد، به نزدیکی، دسترس‌پذیری و امکان ورود سریع پیوند خورده است. بسیاری از مشارکت‌کنندگان تأکید کرده‌اند که در لحظه شنیدن خطر یا وقوع حمله، فاصله کوتاه تا این فضاها تعیین‌کننده اصلی تصمیم برای ماندن یا حرکت کردن است. با این حال، همین فضاها از منظر آنان همیشه معادل «امنیت» نیستند؛ بلکه اغلب به‌عنوان فضاهایی موقت، فشرده و ناکامل تجربه می‌شوند که فقط شدت خطر را کاهش می‌دهند، نه اینکه آن را به‌طور کامل برطرف کنند. یکی از ساکنان (m28) می‌گوید:

«وقتی صداها نزدیک می‌شه، آدم فقط دنبال یه جای نزدیکه که سریع برسه. اینجا از خونه امن‌تره چون بازه و آدم می‌تونه خودش رو جمع کنه، ولی واقعاً پناهگاه کامل نیست؛ بیشتر یه مکثه تا امنیت.»

این روایت نشان می‌دهد که کارکرد پناهگاه‌های خرد شهری در ذهن استفاده‌کنندگان، به‌صورت یک آستانه حفاظتی تعریف می‌شود؛ یعنی فضایی که میان خطر و بقا واسطه‌گری می‌کند. در این تجربه، کیفیت کالبدی فضا، میزان پوشش، امکان کنترل دید، و ظرفیت تحمل تجمع، مستقیماً بر احساس امنیت ادراک‌شده اثر می‌گذارند. مشارکت‌کننده‌ای دیگر (m20) چنین توضیح می‌دهد:

«بعضی وقت‌ها خودِ فضا اضطراب رو کم نمی‌کنه؛ شلوغی، نور، سروصدا و اینکه معلوم نیست بعدش چی می‌شه، خودش فشار میاره. آدم فقط از خیابون جدا می‌شه، نه از ترس.»

در مجموع، پناهگاه‌های خرد شهری برای ساکنان، نه یک سازه خنثی، بلکه بخشی از تجربه زیسته بحران است که هم‌زمان امکان حفاظت، اضطراب، و تعلیق را در خود جمع می‌کند.

مقاله اجتماعی: بازتولید همبستگی خرد در دل نااطمینانی

یافته‌ها نشان می‌دهد که یکی از مهم‌ترین ظرفیت‌های پناهگاه‌های خرد شهری در شرایط جنگی، نه فقط پناه‌دادن کالبدی، بلکه فعال‌سازی کنش‌های همدلانه و شبکه‌های حمایتی غیررسمی است. در روایت بسیاری از ساکنان، لحظه‌های بحران به شکل‌گیری نوعی اخلاق مراقبت میان همسایگان، رهگذران و افراد حاضر در میدان منجر می‌شود؛ اخلاقی که در آن، اطلاع‌رسانی شفاهی، کمک به کودکان و سالمندان، و تنظیم رفت‌وآمدها به صورت خودانگیخته شکل می‌گیرد. یکی از استفاده‌کنندگان (m15) فضا بیان می‌کند: «تو اون لحظه‌ها مردم بیشتر از همیشه به هم نگاه می‌کنن. یکی در فضا رو باز نگاه می‌داره، یکی بچه رو جلو می‌بره، یکی به سالمند کمک می‌کنه بشینه. انگار بحران آدم‌ها رو مجبور می‌کنه دوباره همسایه بشن.»

این گفته نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری می‌توانند به بستر بازتولید پیوندهای اجتماعی تبدیل شوند؛ اما این امر وابسته به سطح اعتماد و آشنایی پیشینی میان ساکنان نیز هست. در برخی روایت‌ها (m45)، نبود شناخت قبلی، ازدحام و ترس، خود به منبع تنش تبدیل می‌شود:

«اگر آدم‌ها همدیگه رو بشناسن، فضا آروم‌تره. ولی وقتی غریبه زیاد باشه، هرکس فقط دنبال جای خودش می‌گرده و استرس بیشتر می‌شه. اون وقت حتی یه فضای کوچک هم می‌تونه پرتنش بشه.»

بنابراین، بعد اجتماعی تجربه پناهگاه‌های خرد شهری صرفاً در معنای «حضور جمعی» قابل فهم نیست، بلکه باید به‌مثابه فرایند تولید یا فرسایش اعتماد در شرایط اضطراری تحلیل شود. این فضاها زمانی به فضاهای زیسته تاب‌آور تبدیل می‌شوند که بتوانند از تجمع صرف، به همیاری تنظیم‌شده برسند.

مقاله روانی-ادراکی: از اضطراب انفجار تا بازسازی حس کنترل

بخش مهمی از تجربه زیسته در پناهگاه‌های خرد شهری به سطح روانی-ادراکی مربوط است؛ سطحی که در آن، استفاده‌کنندگان نه فقط با خطر بیرونی، بلکه با احساس بی‌ثباتی، پیش‌بینی‌ناپذیری و فقدان کنترل مواجه می‌شوند. در روایت‌ها، پناه گرفتن در میدان محله نارمک اغلب با نوعی «مکت روانی» همراه است؛ مکتی که اجازه می‌دهد فرد برای لحظاتی از آشفتگی محیط جدا شود، اما اضطراب را به‌طور کامل حذف نمی‌کند. یکی از ساکنان (m25) می‌گوید:

«آدم وقتی می‌رسه اینجا، یه نفس می‌کشه، ولی اون نفس راحت نیست؛ بیشتر یه جور جمع کردن خودته. هنوز گوش آدم دنبال صداهاست.»

این تجربه نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری، هم‌زمان نقش کاهش‌دهنده تنش و بازتولیدکننده آگاهی از خطر را دارد. در واقع، حضور در این فضا به جای فراموشی بحران، اغلب نوعی آگاه‌بودن در وضعیت تعلیق ایجاد می‌کند. مشارکت‌کننده دیگری (m17) می‌گوید:

«تا وقتی بیرونیم، فقط می‌دونیم که خطر هست. وقتی می‌آیی اینجا، خطر از بین نمی‌ره، ولی آدم حس می‌کنه دست‌کم یک کنترلی روی خودش پیدا کرده؛ می‌تونه بچه‌ها رو آروم کنه، یکی رو بنشونه، یا فقط منتظر بمونه.»

از این منظر، یکی از مهم‌ترین کارکردهای پناهگاه‌های خرد شهری، بازگرداندن حداقلی حس اضطرار یا توان کنش به فرد است؛ یعنی ایجاد امکان برای اینکه افراد در دل بی‌ثباتی، خود را صرفاً قربانی ندانند، بلکه بتوانند موقعیت را مدیریت کنند.

مقوله نهادی-مدیریتی: پناهگاه زیست‌پذیر در گرو حکمرانی بحران

تجربه ساکنان نشان می‌دهد که کیفیت کارکرد پناهگاه‌های خرد شهری به‌شدت وابسته به نحوه مدیریت، نگهداری و سازمان‌دهی آن‌هاست. اگرچه این فضاها در ظاهر ممکن است به‌عنوان فضاهای عمومی عادی تعریف شده باشند، اما در شرایط جنگی به زیرساخت‌های موقت بقا تبدیل می‌شوند و بنابراین نیازمند پیش‌بینی‌پذیری، راهنمایی، ایمنی، و پشتیبانی مدیریتی‌اند. یکی از استفاده‌کنندگان (m30) تصریح می‌کند:

«فضا خودش به‌تنهایی جواب نمی‌ده؛ اگر کسی نباشد که بدون چطور باید جمعیت رو هدایت کنه، کجا خطر کم‌تره، یا چطور نظم رو نگه داره، همون فضا هم تبدیل به آشوب می‌شه.»

این گزاره به‌خوبی نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری تاب‌آور، فقط با طراحی فیزیکی ساخته نمی‌شود، بلکه نیازمند حکمرانی لحظه بحران است. در برخی روایت‌ها (m18)، نبود علائم، نبود روشنایی کافی، یا ناآگاهی از مسیرهای خروج، احساس ناامنی را تشدید کرده است:

«بعضی جاها معلوم نیست کجا باید ایستی، کجا باید بری، یا اصلاً اگه اتفاق بدتر شد چه کار باید کرد. همین ناآگاهی خودش از خودِ خطر کمتر نیست.»

در نتیجه، مقوله مدیریتی در این پژوهش نه مسئله‌ای حاشیه‌ای، بلکه یکی از شروط اصلی تبدیل پناهگاه‌های خرد شهری به فضای زیسته تاب‌آور است؛ فضایی که بتواند در لحظه بحران، از یک مکان صرف به یک نظام حداقلی سامان‌دهنده بدل شود.

مقوله فرهنگی-معنایی: بازتعریف «پناه» در حافظه جمعی محله

یافته‌ها همچنین نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری تنها از طریق عملکرد فیزیکی‌شان معنا نمی‌یابند، بلکه در حافظه جمعی ساکنان و در روایت‌های محلی، به بخشی از فرهنگ زیست در بحران تبدیل می‌شوند. در این تجربه، «پناه» فقط معنای حفاظت ندارد، بلکه به مفهوم آشنایی، تداوم، و امکان ماندن در مکان خود نیز گره می‌خورد. یکی از ساکنان (m23) می‌گوید:

«این جا برای ما فقط یه نقطه روی نقشه نیست؛ یه جاییه که آدم حس می‌کنه محله هنوز کاملاً از هم نپاشیده. وقتی می‌دونی می‌تونی خودتو بهش برسونی، انگار هنوز یه تکه از نظم زندگی مونده.»

این بیان نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری، علاوه بر کارکرد حفاظتی، حامل معنای فرهنگی «ماندگاری محله» است. در همین چارچوب، برخی مشارکت‌کنندگان (m47) بر این نکته تأکید کرده‌اند که آشنایی تاریخی با میدان، و خاطره‌مندی فضا، در کاهش اضطراب مؤثر بوده است:

«وقتی جایی رو از قبل می‌شناسی، کمتر غریبه‌ست. آدم راحت‌تر اعتماد می‌کنه و همین شناخت قبلی خودش یه جور آرامشه.»

بنابراین، بعد فرهنگی-معنایی این فضاها در نسبت مستقیم با خاطره، تعلق، و آشنایی فضایی شکل می‌گیرد و همین امر آن‌ها را از یک زیرساخت صرفاً فنی به یک لایه از زیست‌جهان شهری ارتقا می‌دهد.

در مجموع، تجربه زیسته ساکنان و استفاده‌کنندگان پناهگاه‌های خرد شهری در میادین محله نارمک نشان می‌دهد که این فضاها در شرایط جنگی، نه صرفاً پناهگاه‌های موقت، بلکه فضاهای میانی تولیدکننده تاب‌آوری هستند. تاب‌آوری در اینجا نه به معنای حذف بحران، بلکه به معنای توانایی فضا برای کاهش تنش، سازمان‌دهی حضور جمعی، بازسازی حس کنترل، و حفظ پیوندهای اجتماعی و معنایی است. با این حال، تحقق این کارکردها به شدت وابسته به کیفیت طراحی، حکمرانی، خوانایی فضایی، و ظرفیت اجتماعی محله است. بنابراین، اگر پناهگاه‌های خرد شهری قرار است به مثابه فضاهای زیسته تاب‌آور عمل کنند، باید از سطح یک سازه‌ی ایمنی‌محور فراتر رفته و به صورت هم‌زمان به نیازهای کالبدی، روانی، اجتماعی، مدیریتی و فرهنگی ساکنان پاسخ دهند.

۶- بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری در میادین محله نارمک، منطقه ۸ تهران، صرفاً به مثابه عناصر کالبدی محافظ یا فضاهای توقف اضطراری در شرایط بحران عمل نمی‌کنند، بلکه در سطح تجربه زیسته شهروندان به صورت فضاهایی تولیدشونده، چندلایه و معناساز ظاهر می‌شوند در این پژوهش، مفهوم «پناهگاه‌های خرد شهری» نه به عنوان یک سازه دفاعی استاندارد با ویژگی‌های مهندسی پناهگاه‌های رسمی، بلکه به عنوان یک «پیکربندی فضایی-ادراکی موقعیت‌مند» در بستر میدان‌های محله‌ای تعریف شده است. بدین معنا که پناهگاه‌های خرد شهری در این مطالعه، حاصل کنش هم‌زمان عناصر کالبدی موجود در میدان‌های محله نارمک شامل حاشیه‌های سبز فشرده، اختلاف‌سطح‌های موضعی، شکست‌های دید و محصوریت نسبی جداره‌ها، سایه‌اندازهای موقت، لبه‌های نیمه‌فعال کالبدی، و فضاهای نیمه‌تحتانی یا هم‌جوار (نظیر ورودی زیرزمین‌ها و فضاهای خدماتی پیرامونی) است که در لحظه بحران، توسط شهروندان به عنوان نقاط «پناه‌پذیر ادراک‌شده» بازتفسیر و فعال می‌شوند. بنابراین، پناهگاه‌های خرد شهری در این پژوهش یک «فضای طراحی شده از پیش» نیست، بلکه یک «فضای تولیدشده در کنش زیسته بحران» است که در سطح ادراکی، رفتاری و کالبدی به صورت موقت شکل می‌گیرد و می‌تواند در یک میدان واحد به صورت چندکانونی و پویا ظهور یابد. در امتداد نظریه «تولید فضا»ی لوفور (۱۹۹۱)، این فضاها نه ظروف خنثی، بلکه برآیند هم‌زمان کنش بدن‌ها، ادراک خطر، روابط همسایگی، حافظه محلی و سازوکارهای مدیریت بحران هستند. در این چارچوب، کاربران صرفاً مصرف‌کننده فضا نیستند، بلکه از طریق الگوهای حضور، مکث، هدایت، همیاری و انطباق، در تولید کیفیت فضایی پناهگاه‌های خرد شهری مشارکت فعال دارند. در سطح فضایی-کالبدی، مهم‌ترین یافته پژوهش آن است که کارآمدی پناهگاه‌های خرد شهری بیش از هر چیز به «خوانایی لحظه‌ای»، «دسترسی سریع» و «امکان پناه‌گیری فوری» وابسته است. این امر نشان می‌دهد که در شرایط بحران، فضا وارد وضعیت «آستانه‌ای-لیمینال» می‌شود؛ وضعیتی که در آن تصمیم‌گیری شهروندان میان ماندن در فضای باز و ورود به فضای امن، به شدت تحت تأثیر فاصله، دیدپذیری و وضوح مسیرها قرار دارد. در این چارچوب، میادین محلی نارمک را می‌توان به مثابه «ریتیم‌پناه‌های شهری» در نظر گرفت؛ فضاهایی که در لحظه بحران، ریتم عادی زندگی شهری را قطع کرده و بدن را وارد وضعیت فشرده و اضطراری می‌کنند.

با این حال، نتایج نشان می‌دهد که اگر این فشردگی کالبدی با طراحی خوانا و سازمان‌یافته همراه نباشد، به افزایش اضطراب، ازدحام و آشفتگی منجر می‌شود. بر این اساس، یافته‌های پژوهش به صورت مستقیم قابلیت تبدیل به اصول طراحی شهری در مقیاس خرد را دارند. نخست، در سطح هندسه فضایی، میادین محله‌ای باید به گونه‌ای طراحی شوند که دارای ساختار نیمه‌باز، چندمسیره و دارای نقاط مکث ایمن باشند تا امکان پناه‌گیری سریع و توزیع جریان جمعیت فراهم گردد. دوم، در سطح مبلمان شهری، عناصر باید واجد «انعطاف‌پذیری عملکردی» باشند؛ به گونه‌ای که در شرایط عادی نقش رفاهی و در شرایط بحران نقش حفاظتی و هدایت‌کننده جریان جمعیت را ایفا کنند. سوم، در سطح زیرساخت‌های خرد، تجهیز فضاها به منابع حیاتی حداقلی (روشنایی اضطراری، تهویه، آب و دسترسی چندگانه) شرط اساسی تاب‌آوری عملکردی محسوب می‌شود. این ترجمه، بیانگر تبدیل مفاهیم انتزاعی «امنیت زیسته» و «تمسفر مراقبت» به ضوابط کالبدی قابل اجرا در طراحی شهری است. در بعد اجتماعی، نتایج پژوهش نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری در شرایط بحران، بستر شکل‌گیری «همبستگی‌های خرد و موقتی» هستند. در این فضاها، تعاملات کوتاه‌مدت، انتقال اطلاعات، کمک به گروه‌های آسیب‌پذیر و تنظیم حضور جمعی، نوعی شبکه حمایتی لحظه‌ای را ایجاد می‌کند. این یافته در امتداد منطق «تاکتیک‌های روزمره» دوسرتو (۱۹۸۴) قابل تبیین است، با این تفاوت که در شرایط جنگی، این تاکتیک‌ها ماهیتی شکننده، ناپایدار و وابسته به شدت بحران دارند. بنابراین، اجتماع در این فضاها نه به صورت ساختار پایدار، بلکه به صورت «اجتماعات موقت بحران‌محور» شکل می‌گیرد. در بُعد روانی، پناهگاه‌های خرد شهری نه حذف‌کننده ترس، بلکه «میانجی‌های تنظیم اضطراب» هستند. این فضاها امکان بازسازی موقت حس کنترل را فراهم می‌کنند و به شهروندان اجازه می‌دهند از اوج فشار روانی عبور کنند. از این منظر، امنیت در این فضاها یک وضعیت مطلق نیست، بلکه یک تجربه تدریجی و نسبی است که از ترکیب خوانایی محیط، حضور دیگران و امکان کنش حداقلی شکل می‌گیرد. این موضوع نشان می‌دهد که کیفیت روانی فضا، هم‌سنگ کیفیت کالبدی آن در طراحی شهری اهمیت دارد. در سطح مدیریتی، یافته‌ها نشان می‌دهد که کارآمدی پناهگاه‌های خرد شهری وابسته به «حکمرانی لحظه بحران» است؛ شامل نشانه‌گذاری واضح، هدایت جمعیت، تعریف مسیرهای ورودی و خروجی و وجود قواعد حداقلی استفاده. در این چارچوب، مدیریت نه یک سازوکار بیرونی، بلکه بخشی از تجربه زیسته فضا محسوب می‌شود. به بیان دیگر، خوانایی مسیرها و قواعد نانوشته محلی، خود به ابزارهای خودسازمان‌دهی در شرایط بحران تبدیل می‌شوند. در بُعد فرهنگی، میادین محله نارمک به عنوان «پناهگاه‌های معنایی» عمل می‌کنند. تجربه زیسته، خاطرات جمعی و روایت‌های محلی، موجب می‌شود که برخی نقاط شهری در ذهن ساکنان به عنوان فضاهای امن تثبیت شوند. این امر نشان می‌دهد که تاب‌آوری صرفاً محصول زیرساخت فیزیکی نیست، بلکه برآمده از پیوند میان حافظه جمعی، شناخت مکان و تجربه پیشین است. نتایج حاکی از آن است که پناهگاه‌های خرد شهری را باید به عنوان «اکوسیستم‌های زیسته تاب‌آور» در نظر گرفت که در آن ابعاد فضایی، اجتماعی، روانی، مدیریتی و فرهنگی به صورت درهم‌تنیده عمل می‌کنند. بر این اساس، مهم‌ترین نوآوری پژوهش، تبدیل مفاهیم نظری مانند «تمسفر عاطفی»، «تولید فضا» و «ادراک پدیدارشناختی» به مجموعه‌ای از اصول طراحی شهری است. این اصول شامل هندسه خوانا و چندمسیره، مبلمان انعطاف‌پذیر، زیرساخت‌های خرد اضطراری، و نظام مدیریت لحظه بحران هستند. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری در میادین محله نارمک، برخلاف رویکردهای تقلیل‌گرایانه در مطالعات پیشین (مانند Sönmez, 2025) که بر عملکرد صرف کالبدی تمرکز دارند، نه صرفاً عناصر دفاعی غیرفعال، بلکه «میدان‌های کنش زیسته» هستند. این فضاها در امتداد نظریه «تولید فضا»ی لفور (۱۹۹۱)، برآیند هم‌زمان کنش بدن‌ها، ادراک مخاطره و حافظه محلی‌اند. در سطح فضایی-کالبدی، یافته‌ها با مبانی وایت (۱۹۸۰) در اهمیت مقیاس‌های خرد همسو است، اما با افزودن «لحظه بحران»، نشان می‌دهد که کارآمدی پناهگاه

های خرد شهری بیش از هر چیز تابع «خوانایی و دسترسی لحظه‌ای» است. این فضاها به‌مثابه «ریتم‌پناه»، گسستی در ریتم روزمره ایجاد می‌کنند و برخلاف دیدگاه گل (۱۹۸۷) که فضا را بستر تعاملات عادی می‌داند، در شرایط جنگی به «آستانه لیمینال» بدل می‌شوند؛ جایی که میان ماندن در فضای باز و امنیت پناهگاه، تصمیمی وجودی اتخاذ می‌گردد. نوآوری این بخش، تبیین رابطه میان کالبد فشرده و فشارهای روانی-فضایی است که در مدل‌های کلان‌فیویر و همکاران (۲۰۲۵) مغفول مانده بود. در بُعد اجتماعی، این یافته‌ها با منطق «تاکتیک‌های روزمره» دوسرتو (۱۹۸۴) هم‌راستا بوده و تکمیل‌کننده مطالعات کلینبرگ (۲۰۱۸) در زمینه «زیرساخت اجتماعی» است؛ با این تفاوت که برخلاف نگاه کلینبرگ به شرایط عادی، نشان دادیم که در نارمک، همبستگی‌های محلی در لحظه بحران به‌صورت «اجتماعات موقتی و شکننده» شکل می‌گیرد. این پژوهش بدین ترتیب گپ مربوط به «بی‌ثباتی شبکه‌های اجتماعی در شرایط جنگی» را که در مطالعات خوش‌بینانه نوریس و همکاران (۲۰۰۸) نادیده گرفته شده بود، پر می‌کند و نشان می‌دهد که تنش و بی‌اعتمادی، هم‌زاد همبستگی در فضاهای خرد است. در بُعد روانی نیز، یافته‌های ما در تقابل با نگاه صرفاً فنی پیلاو (۲۰۱۲) قرار گرفته و پناهگاه‌های خرد شهری را به‌مثابه «میانجی روانی» بازتعریف می‌کند که اضطراب را به‌جای حذف «تعدیل» می‌نماید. این امر همسو با نتایج پین (۲۰۰۰) در باب «ادراک امنیت» است، اما آن را از سطح فردی به «تجربه جمعی در مقیاس محله» ارتقا می‌دهد تا فضا را به‌عنوان ابزاری برای بازسازی حس کنترل سوژه در بی‌ثباتی جنگی، اعتباربخشی کند. در مقوله مدیریتی، اگرچه یافته‌ها با رویکردهای مدیریت بحران کاپوچو و همکاران (۲۰۲۴) هم‌سو است، اما نوآوری پژوهش در «درونی‌سازی مدیریت در تجربه زیسته» نهفته است؛ به‌طوری که برخلاف رویکردهای بیرونی پیب و همکاران (۲۰۲۱)، در اینجا «خوانایی مسیر» و «قواعد نانوشته محلی»، مدیریت را به بخشی از هویت فضا بدل می‌کند و گپ مربوط به «مشارکت ساکنان در مدیریت فضاهای خرد» را که در مطالعات کلان‌نگر آنتونکو (۲۰۲۶) مغفول مانده بود، پوشش می‌دهد. در نهایت، بعد فرهنگی یافته‌ها نشان می‌دهد که میادین محله نارمک به‌مثابه «پناهگاه‌های معنایی» عمل می‌کنند؛ موضوعی که غنای نظری مطالعات پیشین را افزایش می‌دهد، چرا که برخلاف لاتهام (۲۰۲۲) که بر شهرهای غربی متمرکز است، ما نشان دادیم که در بافت متراکم تهران، «تجربه پیشین» و «روایت‌های جمعی از محله»، تاب‌آوری کالبدی را به تاب‌آوری فرهنگی تبدیل می‌کند. در مقام سنتز نهایی، این پژوهش با گذار از رویکردهای «بالا به پایین»، پناهگاه‌های خرد شهری را به عنوان «اکوسیستمی زیسته» معرفی می‌کند که فراتر از ابعاد سازه‌ای، واجد ابعاد هستی‌شناختی است. دستاوردهای کلیدی ما، شامل تبیین پیوند میان مقیاس خرد و تاب‌آوری کلان (در پاسخ به گپ موجود در مدل‌های Xi et al., 2025)، بومی‌سازی مفهوم پناهگاه با تکیه بر حافظه جمعی محله نارمک، و ارائه الگوی «طراحی پدیدارشناسانه بحران» است. بدین ترتیب، این مطالعه با بازتعریف پناهگاه‌های خرد شهری به‌عنوان یک امر «رابطه‌مند و زیسته»، الگوی جدیدی برای تاب‌آوری شهری در شهرهای خاورمیانه ارائه می‌دهد که همسو با پیشروترین مطالعات کیفی (مثل Enneking, 2025) و در عین حال پاسخگوی نیازهای بومی محیط‌های شهری متراکم است. در مقوله مدیریتی، نتایج نشان داد که کارآمدی پناهگاه‌های خرد شهری به‌شدت وابسته به حکمرانی لحظه بحران، هدایت جمعیت، نشانه‌گذاری روشن، و وجود قواعد حداقلی برای استفاده است. حتی در شرایطی که فضای فیزیکی مناسب وجود دارد، فقدان مدیریت و سازماندهی می‌تواند موجب آشفتگی، تراکم ناخواسته و کاهش اثر حفاظتی شود. این یافته‌ها با رویکردهای مدیریت بحران شهری هم‌خوان است و نشان می‌دهد که پناهگاه‌های خرد شهری باید نه به‌عنوان عناصر منفعل، بلکه به‌عنوان زیرساخت‌های مدیریتی فعال در نظر گرفته شوند. در این چارچوب، خوانایی مسیر، آگاهی از ورودی و خروجی، و هماهنگی محلی میان ساکنان و نهادهای مسئول، بخشی جدایی‌ناپذیر از تاب‌آوری فضایی است. به بیان دیگر، مدیریت در اینجا نه یک امر بیرونی، بلکه بخشی از خود تجربه زیسته فضاست. در مقوله فرهنگی نیز یافته‌ها نشان

دادند که پناهگاه های خرد شهری در نارمک صرفاً یک تمهید اضطراری نیستند، بلکه در حافظه جمعی محله و درک ساکنان از «مکان امن» جای می گیرند. آشنایی با فضای محله، تعلق به آن، و تصور قابل اعتماد بودن برخی نقاط، موجب می شود که این فضاها به تدریج در ذهن ساکنان به عنوان بخشی از نظم زیست جهان شهری تثبیت شوند. از این منظر، پناهگاه های خرد شهری حامل نوعی فرهنگ بقا هستند؛ فرهنگی که در آن شناخت محلی، تجربه پیشین، و روایت های جمعی از بحران، به معنا بخشیدن به فضای پناه کمک می کنند. بنابراین، بعد فرهنگی این پدیده فراتر از نمادپردازی ساده است و به سطحی از تعلق و حافظه شهری اشاره دارد که در شکل گیری تاب آوری نقش اساسی دارد. در تحلیل مکانی-ساختاری یافته ها، توجه به ویژگی های خاص شبکه میادین محله نارمک نشان می دهد که این بافت صرفاً مجموعه ای از فضاهای هم ارزش نیست، بلکه دارای تمایزات درونی در سطح مورفولوژی، دسترسی و میزان محرمیت فضایی است. بر این اساس، می توان میادین نارمک را به دو تیپ اصلی تقسیم کرد: نخست، میادین درجه یک یا اصلی که در مجاورت شبکه های شریانی و مسیرهای حرکتی اصلی قرار دارند و دارای دسترسی سریع تر، دیدپذیری بالاتر و نقش تجمعی گسترده تر هستند؛ و دوم، میادین درون پیوسته یا محلی-بن بست که در عمق بافت قرار گرفته اند و واجد مقیاس کوچک تر، کنترل اجتماعی بالاتر و محرمیت فضایی بیشتری هستند. یافته های پژوهش نشان می دهد که ادراک امنیت و کارآمدی پناهگاه های خرد شهری در این دو تیپ فضایی یکسان نیست. در میادین درجه یک، اگرچه سرعت دسترسی و قابلیت شناسایی مسیرهای فرار بالاتر است، اما به دلیل تراکم بیشتر جمعیت، تداخل جریان های حرکتی و کاهش کنترل ادراکی، سطح اضطراب لحظه ای در شرایط بحران افزایش می یابد. در مقابل، میادین درون پیوسته به دلیل مقیاس انسانی تر، انسجام فضایی و آشنایی بیشتر ساکنان، واجد سطح بالاتری از «امنیت ادراک شده پایدار» هستند، هرچند ممکن است از نظر دسترسی فوری در شرایط اوج تهدید محدودیت هایی داشته باشند. این تفاوت نشان می دهد که کارکرد پناهگاه های خرد شهری صرفاً تابع وجود فضا نیست، بلکه به شدت وابسته به «موقعیت فضایی در شبکه شهری» و «درجه دسترسی-محرمیت» هر میدان است. به بیان دیگر، امنیت زیسته در میادین نارمک نه یک ویژگی یکنواخت، بلکه یک طیف وابسته به ساختار شبکه ای و جایگاه توپولوژیک فضاهاست. از منظر طراحی شهری، این یافته به این نتیجه منجر می شود که میادین درجه یک باید بر ارتقای خوانایی لحظه ای، مدیریت ازدحام و تعریف مسیرهای تخلیه چندگانه تمرکز کنند، در حالی که میادین محلی-بن بست باید به عنوان «هسته های آرامش و پناه پایدار» تقویت شوند. در این چارچوب، شبکه میادین نارمک را می توان به عنوان یک سیستم مکمل پناهگاه های خرد شهری در نظر گرفت که در آن فضاهای پرنفوذ و فضاهای کم نفوذ نقش های متفاوت اما مکمل در تاب آوری شهری ایفا می کنند. بدین ترتیب، تحلیل موردی نشان می دهد که تاب آوری در مقیاس محله نارمک حاصل یکپارچگی عملکردی کل شبکه میادین است، نه عملکرد تک فضا. این موضوع گپ موجود در مطالعات پیشین درباره شبکه های میدان محور در بافت های مسکونی متراکم را تکمیل می کند و نشان می دهد که «امنیت ادراک شده» به شدت تابع ساختار سلسله مراتبی فضاهای باز شهری است. در مجموع، این پژوهش نشان می دهد که پناهگاه های خرد شهری در شرایط جنگی، در میادین محله نارمک، به صورت یک اکوسیستم زیسته تاب آور عمل می کنند؛ اکوسیستمی که در آن ابعاد فضایی-کالبدی، اجتماعی، روانی، مدیریتی و فرهنگی به طور درهم تنیده، تجربه بحران را شکل می دهند. در نتیجه، این فضاها را نمی توان صرفاً از منظر فنی یا سازه ای ارزیابی کرد، بلکه باید آن ها را به مثابه بخشی از زندگی روزمره، تعاملات محلی و حافظه جمعی فهمید. از این رو، برنامه ریزی و طراحی پناهگاه های خرد شهری باید از رویکردهای صرفاً بالا به پایین و کالبدمحور فاصله گرفته و به سمت رویکردهای مکان محور، مشارکتی و تجربه محور حرکت کند. از منظر کاربردی، نتایج این مطالعه بر ضرورت تدوین سیاست هایی تأکید دارد که به جای اتکای صرف بر ساخت پناهگاه های بزرگ و دوردست، بر تقویت پناهگاه های خرد شهری، افزایش خوانایی فضایی، آموزش عمومی،

نشانه‌گذاری مناسب، و مشارکت ساکنان متمرکز باشند. همچنین، توجه به ویژگی‌های اجتماعی و فرهنگی محله نارمک نشان می‌دهد که تاب‌آوری شهری تنها با زیرساخت فیزیکی حاصل نمی‌شود، بلکه نیازمند شبکه‌ای از اعتماد، آگاهی، و هماهنگی محلی است. در این راستا، پیشنهاد می‌شود مدیران شهری با شناسایی نقاط حساس محله، ارتقای کیفیت فضاهای موجود، و طراحی سناریوهای استفاده اضطراری، زمینه‌ای فراهم کنند که پناهگاه‌های خرد شهری در زمان بحران بتوانند نقش خود را به‌صورت مؤثر ایفا نمایند. در نهایت، این پژوهش تأکید می‌کند که تجربه زیسته در پناهگاه‌های اضطراری، صرفاً تجربه‌ای از ترس و بقا نیست، بلکه تجربه‌ای از تولید موقت نظم، شکل‌گیری همبستگی، و بازتعریف رابطه انسان با فضای شهری است. بدین ترتیب، پناهگاه‌های خرد شهری در نارمک را می‌توان نه فقط نقطه‌ای برای پنهان‌شدن، بلکه مکان‌هایی برای فهم دوباره شهر در شرایط بحرانی دانست؛ مکان‌هایی که نشان می‌دهند تاب‌آوری شهری، پیش از آنکه یک مفهوم تکنیکی باشد، یک امر زیسته و رابطه‌مند است.

جدول شماره ۱۷: راهکارها (برگرفته از تجربه‌زیسته ساکنان پناهگاه‌های خرد شهری)

مقوله‌ها	راهکارها
کالبدی- امنیتی: احساس امنیت ادراکی و کنترلی	۱) افزایش حس کنترل از طریق شفاف‌سازی قواعد در داخل پناهگاه‌های خرد شهری: تهیه و نصب «راهنمای فوری» (چاپی و قابل دید) شامل: نحوه ورود/خروج، اولویت‌های جاگیری، روش جلوگیری از ازدحام، و معرفی نقاط امن. این کار باید با زبان ساده و نمادهای قابل فهم انجام شود تا ساکنان در لحظه بحران دچار ابهام نشوند. ۲) تقویت قابلیت رصد و کاهش نقاط کور: سامان‌دهی چیدمان داخلی، کاهش موانع دید برای گروه‌های راهبر/سازمان‌دهنده، و طراحی مسیرهای قابل مشاهده. این اقدام موجب کاهش تجربه نااطمینانی و ترس از «غافلگیری» می‌شود. ۳) مدیریت دسترسی و نظم‌بخشی در سطح گروهی: تعیین نقش‌های مشخص (مثلاً مسئول نظم، مسئول راهنمای مسیر خروج، مسئول پایش وضعیت) و تعریف چرخه تبادل اطلاعات کوتاه در شرایط بحرانی؛ به‌گونه‌ای که کنترل جمعی جایگزین واکنش‌های پراکنده شود.
روانی- اجتماعی: آسایش روانی- اجتماعی و کاهش اضطراب	۱) کاهش اضطراب با نظم اجتماعی قابل پیش‌بینی: ایجاد سازوکار استقرار گروه‌های کوچک و تعریف حریم‌های نسبی (برای خواب/استراحت و نگهداری وسایل) تا از رفتارهای تکانشی ناشی از آشفتگی کاسته شود. ۲) فعال‌سازی «حمایت اجتماعی» به جای فردگرایی: تشکیل گروه‌های همیار (در حد ظرفیت موجود) برای رسیدگی به افراد آسیب‌پذیر، سالمندان یا کسانی که توان همراهی ندارند. ۳) تقویت حس تعلق از طریق گفت‌وگوی هدایت‌شده کوتاه: طراحی جلسات بسیار کوتاه (قبل/حین/بعد) برای توضیح وضعیت، امیدبخشی و پاسخ به نگرانی‌ها؛ به‌خصوص در ساعات اولیه استقرار که یادآوری هیجانی شدیدتر است. ۴) مدیریت تعارضات اجتماعی: پیش‌بینی سازوکار حل اختلاف (واسطه‌گری محلی) تا تنش جمعی به گسست شبکه حمایتی منجر نشود.
کارکردی- ایمنی: قابلیت دسترسی و تخلیه	۱) طراحی مسیرهای تخلیه با نشانه‌گذاری چندلایه: نصب علائم روی دیوار/کف و همچنین نشانه‌های قابل مشاهده از چند نقطه (نه تنها یک تابلو). ۲) تمرین‌های سناریومحور تخلیه برای ساکنان: ارائه یک «الگوی رفتاری» کوتاه به شکل تمرین؛ مثلاً آموزش اینکه در شرایط ازدحام چگونه حرکت آرام و صاف‌بندی انجام شود. ۳) حذف موانع و تضمین عبورپذیری در زمان استقرار: کنترل دوره‌ای مسیرهای خروج از نظر اشغال، لغزندگی و بسته بودن ناگهانی. ۴) ایجاد روال زمان‌دار برای بازدید ایمنی: تعریف بازه‌های منظم برای بررسی عملکرد خروجی‌ها و رفع خطرات کوچک پیش از بحران.
منابع و تداوم خدمات: قابلیت اتکای پشتیبانی (آب، بهداشت، پزشکی)	۱) برنامه تأمین و توزیع واقعی منابع ضروری: تعیین «چه کسی/چه زمانی/چگونه» اقلام ضروری را توزیع می‌کند (آب، بهداشت فردی، اقلام پزشکی پایه). ۲) ایجاد ایستگاه‌های خدماتی مشخص و ثابت: ساکنان در روایت‌های خود معمولاً از «نااطمینانی درباره دسترسی» رنج می‌برند؛ بنابراین باید محل ایستگاه‌ها ثابت، قابل تشخیص و در دسترس قرار گیرد. ۳) تعریف مسیر ارجاع برای نیازهای پزشکی: حتی اگر خدمات درمانی کامل نباشد، باید مسیر مراجعه/ارجاع مشخص باشد (چه کسی خبر می‌دهد، کجا می‌روند، چطور پیگیری می‌شود). ۴) تضمین حداقل استانداردهای بهداشتی: به‌ویژه مدیریت دفع، تهویه و پاکیزگی محیط برای جلوگیری از تشدید خطرات حسی ناخوشایند.

<p>(۱) نگهداری و تست پیشگیرانه سیستم‌های تهویه، نور و ایمنی سازه: نه فقط تعمیر بعد از خرابی؛ بلکه برنامه نگهداری دوره‌ای و ثبت وضعیت عملکرد. (۲) استانداردسازی عملکرد حیاتی در شرایط بحران: اطمینان از اینکه در زمان ازدحام و استرس، سیستم‌ها کار می‌کنند (نور برای جهت‌یابی، تهویه برای کاهش تنش). (۳) مدیریت ریسک تهدیدات محیطی: شناسایی ضعف‌های سازه/کارکرد و ارائه راهکارهای سریع برای کاهش خطر (مثلاً تقویت‌های موضعی یا اصلاح چیدمان برای کاهش فشارهای غیرعادی).</p>	<p>ایمنی ساختاری - عملکردی: کارایی سیستم‌های حیاتی</p>
<p>(۱) کنترل محرک‌های آزاردهنده حسی: مدیریت صدا (کاهش منابع مزاحم، تنظیم جریان افراد)، کاهش بو (تهویه و نظافت هدفمند)، تنظیم دما (بهبود تهویه و مدیریت تراکم). (۲) طراحی نور برای آرامش و جهت‌یابی: نور کافی و یکنواخت که علاوه بر ایمنی، اضطراب ناشی از تاریکی را کاهش دهد. (۳) پایش مستمر «نقاط بدحس»: براساس روایت‌های حسی ساکنان، باید مکان‌هایی که بیشترین یادآوری منفی را ایجاد می‌کنند شناسایی و اصلاح شوند (مثلاً تغییر مسیر رفت‌وآمد یا بهبود عایق‌ها).</p>	<p>محیط حسی - ادراکی: کیفیت حسی - ادراکی (نور، بو، صدا، دما)</p>
<p>(۱) تقسیم کارکردی فضا به واحدهای عملیاتی: مشخص کردن بخش‌های استراحت، نگهداری، رفت‌وآمد و خدمات ضروری. (۲) ایجاد امکان تنظیم و تغییر چیدمان سریع: چون نیازها در طول زمان تغییر می‌کند (ورود موج جدید، تخلیه، یا انتقال)، چیدمان باید قابلیت تبدیل سریع داشته باشد. (۳) طراحی برای «زیست‌پذیری» نه صرفاً «پناه‌دهی»: تنظیم فضا به گونه‌ای که فعالیت‌های ضروری (استراحت، غذا/آب، مراقبت‌های ساده) با کمترین تنش انجام شود.</p>	<p>تطابق کارکردی: سازگاری کارکردی فضا</p>
<p>(۱) معنا بخشی مثبت به فضا: استفاده از نشانه‌های آرامش‌بخش، پیام‌های امیدمحور، و عناصر هویتی/محلی (در حدی که با ایمنی سازگار باشد). (۲) روایت‌سازی جمعی از «بقا»: تدوین و ارائه روایت‌های مثبت و واقعی از مدیریت بحران در قالب کوتاه (پوستر یا جلسه کوتاه)، برای کاهش تداوم خاطرات هیجانی منفی. (۳) طراحی محیط متناسب با فرهنگ محلی: زیرا تجربه معنایی فضا فقط فیزیک نیست؛ «چگونه بودن» فضا در فرهنگ ساکنان اثر می‌گذارد.</p>	<p>معنا-نماد: بار معنایی - نمادین و امید</p>
<p>(۱) تثبیت چیدمان و نشانه‌های ثابت: تغییرات شدید و مداوم در چیدمان باعث اختلال جهت‌یابی و افزایش اضطراب می‌شود؛ بنابراین باید الگوی قابل تکرار وجود داشته باشد. (۲) آموزش جهت‌یابی در ۵ دقیقه اول استقرار: یک معرفی کوتاه (محل خروج، ایستگاه‌ها، مسیر خدمات) که قبل از شدت گرفتن هیجان انجام شود. (۳) تقویت پیوند عاطفی از طریق نظم و پیش‌بینی‌پذیری: وقتی محیط قابل پیش‌بینی باشد، «حس مکان» شکل می‌گیرد و تجربه زیسته از حالت صرفاً ترس‌آور به حالت «قابل زیستن» تغییر می‌یابد.</p>	<p>فضا-مکان: جهت‌یابی و حس مکان</p>
<p>(۱) برنامه مدیریت ظرفیت و موج‌ورودی: تعریف ظرفیت اسمی و غیرقطعی و اقدام پیشگیرانه برای جلوگیری از پرشدگی ناگهانی. (۲) کاهش تنش با سازماندهی جریان حرکت: مسیرهای رفت‌وآمد یک‌طرفه/تفکیک شده (در حد امکان) تا برخوردها و درگیری‌های کوچک کاهش یابد. (۳) بهبود تهویه و پراکندگی فضایی: چون تراکم مستقیماً تنش را تشدید می‌کند، راهکارهای تهویه و ساماندهی جانمایی نقش کلیدی دارند.</p>	<p>مدیریت جمعیت: تراکم و تنش فضایی</p>
<p>(۱) برنامه پیگیری پسابحرانی (۹۰/۶۰/۳۰ روزه): پیگیری علائم استرس، اضطراب، مشکلات خواب یا افسردگی و فراهم کردن مسیرهای درمان/ارجاع. (۲) ترمیم شبکه‌های اجتماعی: برگزاری نشست‌های حمایت جمعی و بازسازی حس تعلق (به‌خصوص برای کسانی که در بحران دچار گسست روابط شده‌اند). (۳) بازسازی ظرفیت انطباقی: تدوین گزارش‌های بازخوردی از ساکنان درباره اینکه «چه چیزی کار کرد/چه چیزی شکست»، سپس تبدیل آن به دستورالعمل‌های عملی برای بحران بعدی.</p>	<p>پسابحران: ترمیم روانی - اجتماعی و تاب‌آوری</p>
<p>(۱) کاهش شایعه از طریق اطلاع‌رسانی منظم و قابل اعتماد: تعریف کانال رسمی اعلام وضعیت، برنامه کار و تغییرات؛ به طوری که ساکنان منبع مبهم نداشته باشند. (۲) انتقال دستورالعمل‌های ساده و اقدام‌محور: پیام‌ها باید «چه کاری باید انجام دهم» را مشخص کنند (نه فقط گزارش کلی). (۳) هماهنگی پیام‌ها بین نقش‌های داخل پناهگاه: اختلاف اطلاعات بین افراد راهبر یا کارکنان، ترس و تنش را افزایش می‌دهد.</p>	<p>اطلاعات و ارتباطات: استراتژی‌های اطلاعاتی - ارتباطی</p>
<p>(۱) آموزش مقابله در لحظه: تمرین‌های کوتاه (تنظیم نفس، هدایت رفتار، نحوه درخواست کمک) که در لحظه بحران قابل اجرا باشد. (۲) رسمی‌سازی نقش‌های حمایت متقابل: شناسایی ظرفیت‌های محلی برای همیاری (نه اینکه همه بار مدیریت روی یک فرد باشد). (۳) طراحی سازوکار درخواست کمک فوری: ابزار ساده (نقطه تماس، مسئول مشخص، یا پروتکل اعلام) تا کمک دیر نرسد.</p>	<p>استراتژی‌های مقابله‌ای و</p>

	حمایتی متقابل
<p>(۱) تبدیل روایت‌ها به دستورالعمل: تحلیل تجربه‌های حسی/هیجانی ساکنان و استخراج «نقاط بحرانی» (آنچه باعث ترس/آسیب شد). (۲) بازنگری مداوم راهنماها: بروزرسانی برنامه‌های تخلیه، چیدمان و پشتیبانی بر اساس آنچه در روایت‌ها تکرار شده است. (۳) آموزش نسل‌به‌نسل/حافظه جمعی: برگزاری جلسات آموزشی برای انتقال تجربه‌های مؤثر به گروه‌های دیگر یا ساکنان جدید.</p>	یادگیری پس از بحران: حافظه روایت‌ها و اصلاح چرخه مدیریت

بر اساس تجربه زیسته ساکنان، پناهگاه‌های خرد شهری تنها یک فضای کالبدی نیست؛ بلکه یک زیست‌جهان روانی-اجتماعی است که در آن «امنیت ادراکی»، «کیفیت حسی-محیطی»، «نظم اجتماعی»، «دسترسی به منابع» و «قابلیت مدیریت اطلاعات» تعیین‌کننده‌اند. از این رو، راهکارهای پیشنهادی این پژوهش بر رویکرد چندسطحی تأکید دارد: بهبود زیرساخت و ایمنی در کنار طراحی سازوکارهای حمایتی، اطلاع‌رسانی دقیق، و برنامه‌های پسابحرانی برای تاب‌آوری پایدار.

مشارکت نویسندگان

نویسنده ی اول ۵۰٪ و نویسنده ی دوم ۵۰٪.

تشکر و قدردانی

این مقاله حاصل تلاش و دانش اندوزی نویسندگان است. این تحقیق هیچ نوع منافع تجاری نداشته و نویسندگان بابت ارائه ی اثر خود هیچ وجهی دریافت نکرده‌اند. همچنین، مقاله از حمایت مالی و معنوی بهره مند نبوده و تمامی هزینه‌ها توسط نویسندگان تأمین شده است.

تعارض منافع

هیچ گونه تعارض منافع توسط نویسندگان گزارش نشده است.

منابع

- Allam, Z. (2020). Biometrics, privacy, safety, and resilience in future cities. In *Biometrics, privacy, safety, and resilience in future cities* (pp. 69–87). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-43815-9_5
- Altin, M., & Tokgöz, Ö. G. (2025). Living through dual crises: Rethinking urban resilience from lived experiences. *Journal of Design for Resilience in Architecture and Planning*. <https://doi.org/10.47818/drarch.2025.v6i3177>
- Amin, A., & Thrift, N. (2017). *Seeing like a city*. Polity Press.
- Amirzadeh, M., Sharifi, A., & Asadzadeh, A. (2025). Urban place resilience in the face of multi-hazard risks and challenges. *Journal of Planning Literature*. <https://doi.org/10.1177/08854122251346109>
- Anderson, B., & McFarlane, C. (2011). Assemblage and geography. *Area*, 43(2), 124–127. <https://doi.org/10.1111/j.1475-4762.2011.01004.x>
- Antonescu, D., & Florescu, I. C. (2025). Theoretical approaches to urban resilience. *Eastern European Journal of Regional Studies*, 11(1), 118–143. <https://doi.org/10.53486/2537-6179.11-1.09>

- Ba, R., Wang, C., Kou, L., Guo, X., & Zhang, H. (2022). Rethinking the urban resilience: Extension and connotation. *Journal of Safety Science and Resilience*, 3(4), 398–403. <https://doi.org/10.1016/j.jnlssr.2022.08.004>
- Bautista-Puig, N., Benayas, J., Mañana-Rodríguez, J., Suárez, M., & Sanz-Casado, E. (2022). The role of urban resilience in research and its contribution to sustainability. *Cities*, 126, 103715. <https://doi.org/10.1016/j.cities.2022.103715>
- Bissell, D. (2010). Passenger mobilities: Affective atmospheres and the sociality of public transport. *Environment and Planning D: Society and Space*, 28(2), 270–289. <https://doi.org/10.1068/d3909>
- Bissell, D. (2021). Affective atmospheres of urban life. *Environment and Planning D: Society and Space*, 39(2), 219–224. <https://doi.org/10.1177/0263775820980062>
- Charmaz, K. (2014). *Constructing grounded theory* (2nd ed.). Sage.
- Cheshmehzangi, A. (2021). Critical infrastructures and safeguarding the city's sustainability and peace. In *Critical infrastructures and safeguarding the city's sustainability and peace* (pp. 55–60). Springer. https://doi.org/10.1007/978-981-16-4888-5_5
- Christmann, G. B., Kilper, H., & Ibert, O. (2019). Resilient cities: Theoretical conceptualisations and observations about the discourse in the social and planning sciences. In *Resilient cities* (pp. 121–147). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-658-15329-8_7
- Coaffee, J. (2013). *Resilient cities, uncertain futures*. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1057/9781137297537>
- Corbin, J., & Strauss, A. (2015). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (4th ed.). Sage.
- Coward, M. (2009). *Urbicide: The politics of urban destruction*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203878199>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage.
- DeLanda, M. (2016). *Assemblage theory*. Edinburgh University Press.
- Elfversson, E., & Gušić, I. (2023). Peace in cities, peace through cities? Theorising and exploring geographies of peace in violently contested cities. *Peacebuilding*, 11(3), 329–345. <https://doi.org/10.1080/21647259.2023.2225914>
- Elfversson, E., Gušić, I., & Murtagh, B. (2023). Postwar cities: Conceptualizing and mapping the research agenda. *Political Geography*, 105, 102912. <https://doi.org/10.1016/j.polgeo.2023.102912>
- Eren, İ. Ö. (2025). A conceptual framework for planning for urban resilience through the neighbourhood scale. *A|Z ITU Journal of the Faculty of Architecture*. <https://doi.org/10.58278/0.2025.103>
- Folke, C. (2006). Resilience: The emergence of a perspective for social–ecological systems analyses. *Global Environmental Change*, 16(3), 253–267. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2006.04.002>
- Fregonese, S. (2019). War and the city. *Urban Geography*, 40(3), 309–312. <https://doi.org/10.1080/02723638.2019.1584327>

- Go, J. R. R. (2026). Introduction: Participation in urban communities during the COVID-19 crisis. In *Participation in urban communities during the COVID-19 crisis* (pp. 1–36). Springer. https://doi.org/10.1007/978-981-95-2652-9_1
- Graham, S. (2010). *Cities under siege: The new military urbanism*. Verso.
- Holling, C. S. (1973). Resilience and stability of ecological systems. *Annual Review of Ecology and Systematics*, 4, 1–23. <https://doi.org/10.1146/annurev.es.04.110173.000245>
- Houston, D. (2018). Feeling the future: On the affective atmospheres of resilience. *Environment and Planning D: Society and Space*, 36(5), 881–898. <https://doi.org/10.1177/0263775818781087>
- Kapucu, N., Ge, Y., Rott, E., & Isgandar, H. (2024). Urban resilience: Multidimensional perspectives, challenges and prospects for future research. *Urban Governance*, 4(3), 162–179. <https://doi.org/10.1016/j.ugj.2024.09.003>
- Klinenberg, E. (2018). *Palaces for the people: How social infrastructure can help fight inequality, polarization, and the decline of civic life*. Crown Publishing.
- Lefebvre, H. (1991). *The production of space*. Blackwell.
- Li, Y., Wang, M., Wang, B., & Liang, Y. (2025). Bridging subjective and objective dimensions of resilience: A space syntax approach to analyzing urban public spaces. *Sustainability*, 17(13), 5937. <https://doi.org/10.3390/su17135937>
- Meerow, S., Newell, J. P., & Stults, M. (2016). Defining urban resilience: A review. *Landscape and Urban Planning*, 147, 38–49. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2015.11.011>
- Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of perception* (C. Smith, Trans.). Routledge.
- Moyo, T., Hungwe, C., & Zengeni, F. (2025). Revisiting urban resilience within the New Urban Agenda. In *The New Urban Agenda* (pp. 475–488). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003588801-34>
- Müller-Mahn, D. (Ed.). (2013). *The spatial dimension of risk: How geography shapes the emergence of risks*. Routledge.
- Norberg-Schulz, C. (1980). *Genius loci: Towards a phenomenology of architecture*. Rizzoli.
- Norris, F. H., Stevens, S. P., Pfefferbaum, B., Wyche, K. F., & Pfefferbaum, R. L. (2008). Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness. *American Journal of Community Psychology*, 41(1–2), 127–150. <https://doi.org/10.1007/s10464-007-9156-6>
- Pain, R. (2000). Place, social relations and the fear of crime: A review. *Progress in Human Geography*, 24(3), 365–387. <https://doi.org/10.1191/030913200701540474>
- Pallasmaa, J. (2005). *The eyes of the skin: Architecture and the senses* (2nd ed.). Wiley.
- Perperi, A. A., Perperi, A., Surianinova, D., & Otrosh, V. (2023). The bunker: A structure for storing the life of the civilian population in conditions of danger. *Construction Technologies and Architecture*, 9, 69–76. <https://doi.org/10.4028/p-tnrf2z>
- Pilav, A. (2012). Before the war, war, after the war: Urban imageries for urban resilience. *International Journal of Disaster Risk Science*, 3(1), 1–11. <https://doi.org/10.1007/s13753-012-0004-4>
- Pullan, W., & Baillie, B. (2013). *Locating urban conflicts: Ethnicity, nationalism and the everyday*. Palgrave Macmillan.

- Reicher, C., Ostos-Prieto, J., & Kaiser, F. B. (2025). Urban resilience: Between tradition, crisis response, and global change. *VLC Arquitectura*, 12(2), 233–246. <https://doi.org/10.4995/vlc.2025.24112>
- Relph, E. (1976). *Place and placelessness*. Pion.
- Rodrigues, T., Brancoli, F., & Amar, P. (2017). Global cities, global (in)securities: An introduction. *Contexto Internacional*, 39(3), 467–476. <https://doi.org/10.1590/S0102-8529.2017390300001>
- Rusu, S. V. (2025). Building urban security in climate change context. *Proceedings of the International Scientific Conference "Strategies XXI"*, 79–88. <https://doi.org/10.53477/3045-2309-25-07>
- Saptono, Y., et al. (2025). Research development of urban resilience: A systematic review. *Sustainability*, 17(16). <https://doi.org/10.3390/su17167380>
- Seamon, D. (2018). *Life takes place: Phenomenology, lifeworlds, and place making*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315174377>
- Shamsuddin, S. (2023). Urban in question: Recovering the concept of urban in urban resilience. *Sustainability*, 15(22), 15907. <https://doi.org/10.3390/su152215907>
- Simone, A. (2018). *Improvised lives: Rhythms of endurance in an urban South*. Polity Press.
- Sliepstov, O., & Malliani, S. (2025). Comparative analysis of architectural and spatial solutions for civil protection shelters: The experience of Ukraine, Finland, and Israel. *Scientific Bulletin of Civil Engineering*. <https://doi.org/10.32347/2519-8661.2025.33.121-133>
- Sönmez, S. P. (2025). Urban open spaces as recreational and emergency spaces. *Urbani Izziv*, 36(2), 35–49. <https://doi.org/10.5379/urbani-izziv-en-2025-36-02-003>
- Thrift, N. (2008). *Non-representational theory: Space, politics, affect*. Routledge.
- Tierney, K. (2014). *The social roots of risk: Producing disasters, promoting resilience*. Stanford University Press.
- Tierney, K. (2023). *Disasters: A sociological approach*. Polity Press.
- Tuan, Y.-F. (1977). *Space and place: The perspective of experience*. University of Minnesota Press.
- UN-Habitat. (2022). *World cities report 2022: Envisaging the future of cities*. United Nations Human Settlements Programme.
- Vale, L. J., & Campanella, T. J. (2005). *The resilient city: How modern cities recover from disaster*. Oxford University Press.
- Vasilevska, L., & Slavkovic, M. (n.d.). Urban resilience: Definitions, understanding and conceptualization. *Facta Universitatis: Series Architecture and Civil Engineering*. <https://doi.org/10.2298/FUACE230630023V>
- Xi, J., Jiang, H., Wang, C., & Wang, J. (2025). Empirical research review on urban resilience from a global perspective: Insights for China. *Journal of Asian Architecture and Building Engineering*, 24(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/13467581.2025.2574561>
- Zarkhah, S. A. A., Harteveld, M., van Dorst, M., & Adlakha, D. (2025). The socio-spatial roles of public space as an enabler for community resilience. *Urban Design International*. <https://doi.org/10.1057/s41289-025-00288-1>