

## تقييم دمج مؤشرات الصحة العقلية المرتبطة بالتكثيف الحضري في سياسات التخطيط العمراني

أحمد محمد محمد أبوسعدة\*، محمد شحاته درويش قطب، سالي محمود علي محمد

كلية التخطيط الاقليمي والعمراني جامعة القاهرة

البريد الإلكتروني للباحث الرئيسي: [a.aboseda2008@gmail.com](mailto:a.aboseda2008@gmail.com)

تاريخ استلام البحث: 3 يوليو 2024، تاريخ الموافقة على النشر: 28 يوليو 2024

## المستخلص

يشهد العالم تحضرًا متسارعًا، حيث يتوقع أن يعيش 70% من سكان العالم في المدن بحلول عام 2050. يفرض هذا النمو السكاني ضغوطًا هائلة على البنية التحتية والخدمات، مما يؤثر بشكل مباشر على جودة حياة سكان المدن، مما يتطلب التركيز على تعزيز الصحة العقلية، والوقاية من الاضطرابات العقلية، ودعم أولئك الذين يعانون من مشاكل الصحة العقلية. هذا يوافق الهدف الـ 11 من أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة "تحتاج المدن إلى التركيز على تعزيز الصحة العقلية الجيدة، والوقاية من الاضطرابات العقلية، ودعم أولئك الذين يعانون من مشاكل الصحة العقلية للعيش بصحة وسعادة وحياء منتج". إن التكثيف الحضري، باعتباره أحد أبرز سمات المدن الحديثة، ينطوي على تحديات كبيرة لصحة عقول سكانها. فالضوضاء والتلوث والازدحام وغياب المساحات الخضراء والتفاعل الاجتماعي المحدود، كلها عوامل تساهم في زيادة التوتر والقلق والاكتئاب بين سكان المدن. وتبحث هذه الدراسة في العلاقة التفاعلية بين التكثيف الحضري والصحة العقلية، مع ضرورة دمج مؤشرات محددة في سياسات التخطيط الحضري لفهم العلاقة بين البيئة الحضرية والصحة العقلية. تتعامل الدراسة مع تحليل المؤشرات المختلفة المرتبطة بالتكثيف الحضري والصحة العقلية في البيئة الحضرية لخلق مدن صحية ومستدامة. يتم تناول الموضوعات الرئيسية التالية في الدراسة: (1) التكثيف الحضري والتحضر (المفاهيم والآراء)، (2) الصحة العقلية (المفاهيم والأدوات القياسية وأساليب التقييم)، (3) النتائج المستخلصة من التجارب الدولية التي تدرس العلاقة بين التكثيف الحضري والصحة العقلية، (4) مجموعة من المؤشرات التي يمكن اعتمادها لتعزيز الصحة العقلية في المدن. توصي الدراسة بأن تضمن مؤشرات الصحة العقلية في سياسات التخطيط العمراني يتطلب مراعاة مؤشرات وعوامل مختلفة يجب تحقيقها ومنها توفير المساحات الخضراء والزرقاء وتحسين البنية التحتية للنقل العام مع زيادة المناطق المخصصة للتفاعل الاجتماعي والأنشطة المتنوعة، والحفاظ على الأمن والسلامة في المدينة مع الحد من التلوث البيئي وكذلك دعم البنية التحتية للصحة العقلية.

الكلمات المفتاحية: التحضر - التكثيف الحضري - الصحة العقلية - مؤشرات التكثيف الحضري - مؤشرات الصحة العقلية.

## المقدمة

في السنوات الأخيرة، تزايدت معدلات اضطرابات الصحة النفسية والعقلية بسبب التغيرات الديموغرافية والبيئية السريعة التي تشهدها المدن الحضرية. مع التكثيف الحضري السريع والتحولات العمرانية التي تجري، تشكل الأمور النفسية والعقلية تحديًا متزايدًا للصحة العامة. حسب تقرير منظمة الصحة العالمية لعام 2020، يعاني شخص واحد من بين كل ثلاثة أشخاص من اضطرابات عقلية في المدن التي يزيد عدد سكانها عن نصف مليون نسمة حيث تعمل هذه التحولات السريعة على تفاقم الفوارق الاجتماعية والاقتصادية، وتزيد من معدلات التنافس بين السكان<sup>(1)</sup>. في هذا السياق، يصبح من الأهمية بمكان إجراء دراسات متعمقة لفهم وتحليل الضغوط والإجهادات التي يتعرض لها السكان بسبب التكثيف الحضري، وكيف يؤثر ذلك على صحتهم النفسية والعقلية، وأدائهم، وسلوكهم مع محاولة الوصول إلى دروس مستفادة على الصعيد العمراني والاجتماعي والاقتصادي، والتي يمكن أن تساهم في تعزيز صحة الإنسان وخلق بيئة حضرية مناسبة. في هذا البحث، سيتم مناقشة العلاقة بين التكثيف الحضري والصحة العقلية، بالإضافة إلى الحاجة إلى التركيز على تعزيز الصحة العقلية الجيدة واقتراح مؤشرات واليات تساعد على تعزيز الصحة العقلية للفرد والمجتمع.

## الهدف وأهمية الدراسة:

تتمثل الغاية الجوهرية لهذا البحث في استكشاف العلاقة التفاعلية بين التكثيف الحضري والصحة العقلية، من خلال تحديد وتعريف مفهومي التكثيف الحضري والصحة العقلية وبيان كيفية قياسهما حيث يتضمن البحث استعراض النتائج

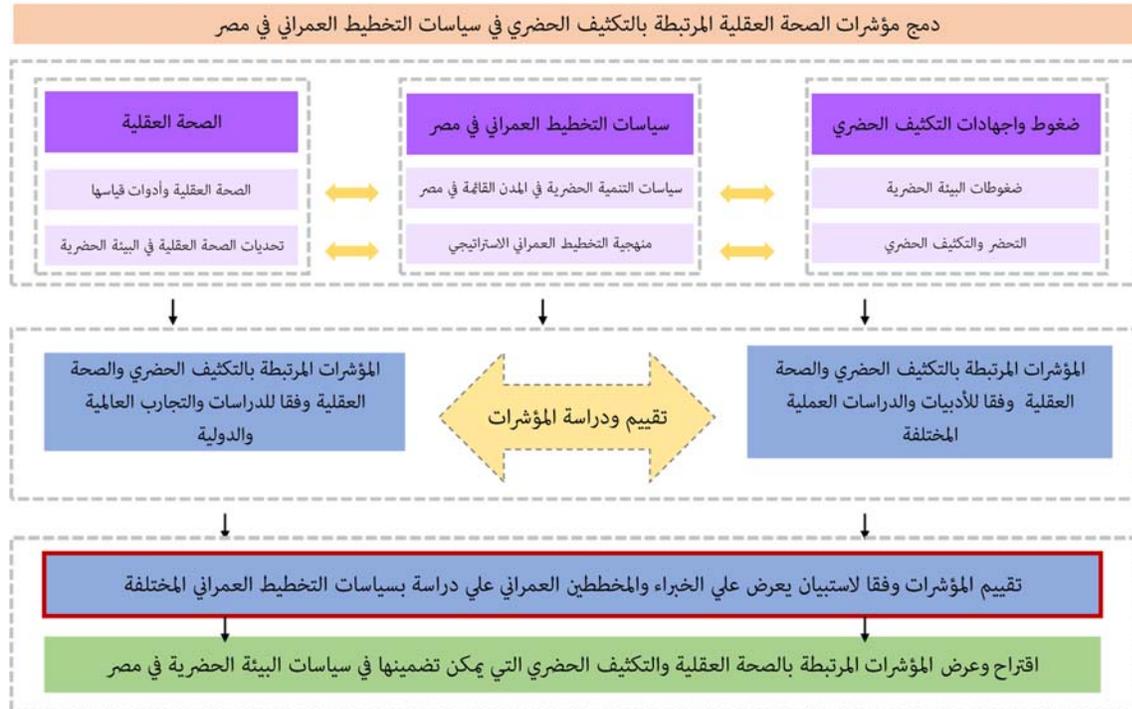
المستخلصة من التجارب الدولية لفهم التأثيرات المتبادلة بين العنصرين، مما يمهد الطريق لتقديم المؤشرات التي من شأنها تحسين سياسات التخطيط العمراني.

بالأهمية نفسها، يسלט البحث الضوء على التحديات النفسية والبيئية التي يواجهها السكان في البيئات الحضرية المكثفة وأثرها على الصحة العقلية من ناحية الرفع من مستوى التوعية بأهمية الصحة العقلية في الحياة الحضرية يعد أساسياً لتطوير السياسات العامة واستراتيجيات التخطيط الحضري التي تدعم الرفاهية النفسية للأفراد. إضافة إلى ذلك، يهدف البحث لتوفير بيانات عملية قابلة للتطبيق في تطوير السياسات العامة، مما يساعد في التقليل من الضغوط الناجمة عن البيئة الحضرية المكثفة من خلال تقديم توصيات مستندة إلى الأدلة، يمكن لصانعي السياسات تضمين مؤشرات الصحة العقلية في التخطيط العمراني، مما يعزز من تحقيق الهدف الحادي عشر من أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة.

يهدف البحث الي تقديم منهجيات دقيقة ومتكاملة تدعم تقييم ودمج مؤشرات الصحة العقلية في التخطيط العمراني، ما يسهم في بناء مدن أكثر استدامة ومراعاة للصحة العقلية لسكانها. وسوف، تساهم نتائج البحث في إثراء الأدبيات العلمية المتعلقة بالتكثيف الحضري والصحة العقلية ويقدم فهماً أعمق للعلاقة بين البيئة الحضرية والصحة العقلية، ما يشكل دافعاً لمزيد من الأبحاث والدراسات في هذا المجال الحيوي.

### منهجية الدراسة

يبدأ البحث باستخدام المنهج الوصفي التحليلي الذي يركز على جمع وتحليل البيانات الخاصة بالتنمية الحضرية وآثارها على الضغوط البيئية. هذا المنهج يستخدم لتحديد العوامل المؤثرة على الصحة العقلية في المناطق الحضرية، وتحليل كيفية تفاعل هذه العوامل مع بعضها البعض. ويتبع البحث باستخدام المنهج المقارن الذي يحلل الأدبيات والتجارب العالمية للكشف عن العلاقات بين التكثيف الحضري والصحة العقلية كذلك للمقارنة بين مختلف الدراسات والمؤشرات، ويعمل على استنباط الأنماط والفروقات لتقديم فهم أعمق للموضوع. كما تم استخدام المنهج الإحصائي الاستقرائي الذي يتعامل مع تحليل البيانات الواردة من استبيانات تم توجيهها للخبراء والمختصين. هذا المنهج يستخدم لتطبيق التحليلات الإحصائية عبر برامج مثل SPSS لتفسير النتائج بدقة، وتحديد الاتجاهات والعلاقات السببية. وقد تم استخدام دراسة الحالة كمنهج وصفي ارتباطي تتناول التخطيط العمراني في مصر ودمج مؤشرات الصحة العقلية فيه. هذا المنهج يستخدم لتقييم سياسات التنمية الحضرية الحالية في مصر وتحديد مدى فعالية دمج الصحة العقلية في التخطيط، وتوضيح الفجوات والتوصيات لتحسينات مستقبلية (شكل 1).



شكل (1). المنهجية المتبعة في الدراسة. أعداد الباحث

## النتائج والمناقشة

### 1 الضغوطات البيئية الحضرية

تعد المدن الحضرية مراكز للنمو الاقتصادي والثقافي، ولكنها تواجه سلسلة من الضغوطات والتحديات الكبيرة التي تؤثر على البيئة والمجتمع بدءاً من الزحام المروري إلى التلوث البيئي، وكذلك الضغوطات النفسية والاجتماعية التي تعمل على تشكيل الحياة اليومية في المدن الحضرية كنتائج رئيسية لتسارع التحضر وزيادة معدلات التكثيف الحضري<sup>(2)</sup>.

**1.1 التنافسية على الدخل** حيث البحث عن دخل مناسب يشكل تحدياً كبيراً في المدن خاصة في البلدان الغنية حيث يؤدي التنافس على الدخل والوظائف إلى زيادة الضغط النفسي والفقر وعدم المساواة مما يفاقم من الضغوط في البيئات الحضرية<sup>(3)</sup>.

**2.1 الضغوطات البيئية والتلوث البيئي:** تعاني المناطق الحضرية من الازدحام والتلوث مما يضر بالبيئة ويؤثر على صحة الناس. حيث يتأثر حوالي 91% من السكان بالتلوث الهوائي الذي يسبب أمراضاً تنفسية وتوتراً، بينما يساهم التلوث الضوضائي والبصري في مشاكل الصحة العقلية.

**3.1 الضغوطات الاجتماعية والاقتصادية:** تؤدي هذه عند تفاقمها بسبب المنافسة المتزايدة على الدخل وفقدان الوظائف الى ارتفاع معدلات الأمراض النفسية، حيث أن الأحياء ذات معدلات الجريمة المرتفعة لها صلة بزيادة حالات الأمراض العقلية مثل انفصام الشخصية وغيرها من الاضطرابات<sup>(4)</sup>.

**4.1 تحديات الأحوال المعيشية:** العديد من سكان المدن يعانون من ظروف معيشية قاسية، تتمثل في الإسكان المتدني الجودة والازدحام الشديد، مما يؤثر على التعليم ويزيد من الجريمة، ويتسبب في تدهور الصحة النفسية<sup>(5)</sup>.

**5.1 نقص الإسكان والازدحام في المساكن:** المدن الحضرية تواجه نقصاً في الإسكان وارتفاعاً في الأسعار، مما يؤثر سلباً على جودة الحياة ويضر بصحة السكان العقلية، خاصة للفئات الاجتماعية منخفضة الدخل<sup>(6)</sup>.

**6.1 الازدحام المروري في المناطق الحضرية:** يسبب الازدحام المروري ضغوطاً كبيرة على سكان المدن، مما يزيد من الإجهاد والتوتر ويؤدي إلى القلق والاكتئاب، ويقلل من الرضا عن الحياة<sup>(7)</sup>.

تتطلب مواجهة هذه الضغوطات نهجاً متكاملماً متعدد الأبعاد يشجع التعاون بين الحكومات، الشركات، المنظمات غير الحكومية، والمواطنين حيث يجب أن تركز الاستراتيجيات على حلول شاملة تأخذ في الاعتبار الاستدامة البيئية، العدالة الاجتماعية، والنمو الاقتصادي، وتعزيز الوعي البيئي للتقليل من التأثيرات السلبية على الصحة النفسية والجسدية للأفراد.

### 2 التحضر وزيادة النمو في المدن

التحضر هو انتقال الناس من الريف إلى المدينة، مما يسبب تحديات بيئية وصحية مثل التلوث، الازدحام والمشاكل البيئية التي تؤثر سلباً على البيئة وصحة السكان. ومع ذلك، يمكن للمدن أن تحسن الوضع بفضل اليات وطرق البنية التحتية الحديثة مثل الطاقة المتجددة والمواصلات العامة، التي تعود بالفائدة على البيئة والصحة العامة<sup>(4)</sup>. وعلى المدى الطويل، يتعين على صانعي القرار الاستثمار في البنية التحتية والخدمات التي تجعل المدن مواقع جاذبة وصحية ومستدامة للعيش مما يشمل التركيز على تحسين الوصول إلى التعليم وتقديم فرص عمل جديدة، وتطوير استراتيجيات للتعامل مع الضغوط النفسية المرتبطة بالحياة الحضرية<sup>(4)</sup>. وشهدت المدن نموًا حضريًا كبيرًا، حيث ارتفع عدد سكانها من 0.8 مليار في 1950 إلى 4.2 مليار في 2018، وقد زادت نسبة السكان الحضريين من 30% إلى 55% خلال الفترة نفسها ويُتوقع أن تستمر هذه الزيادة حيث تشكل المناطق الحضرية موطناً لأغلبية البشرية في المستقبل.

ساهم النمو الحضري المدفوع بزيادة عدد السكان، والهجرة، وإعادة التصنيف الإداري بدرجات متفاوتة في مختلف البيئات الى تحقيق مستويات عالية من التحضر في البلدان المتقدمة بحلول منتصف القرن العشرين، بينما شهدت البلدان النامية نمواً حضرياً بدرجة اقل ولكنه سريعاً، مع توقعات بأن تصل نسبة التحضر إلى 87% في البلدان المتقدمة و66% في البلدان النامية بحلول عام 2050.

ان التحضر السريع المتزايد يؤدي إلى استهلاك الأراضي الطبيعية وتدمير البيئات، ويزيد من التلوث والنفايات بسبب الأنشطة البشرية حيث يساهم في تغير المناخ بزيادة استهلاك الطاقة ويزيد من خطر الفيضانات بتقليل الأراضي التي تستوعب المياه بالإضافة الي ضغوطات على البنية التحتية والخدمات الاجتماعية، ويزيد الفقر والتفاوت وللتعامل مع هذه التحديات، يتطلب الأمر استراتيجيات بيئية مستدامة ويحدث ذلك نتيجة لزيادة التكتيف الحضري في المدن.

### 3 التكتيف الحضري

التكتيف هو زيادة الكثافة السكانية أو البناء في منطقة معينة. يشمل ذلك زيادة عدد الأدوار في المباني القائمة أو زيادة الإطار المبني للمدينة اما التكتيف الحضري يشير إلى زيادة الكثافة السكانية والاقتصادية والثقافية في المناطق الحضرية القائمة. يمكن تحقيق ذلك من خلال تطوير الأحياء القائمة، أو بناء مساكن جديدة في المساحات الفارغة، أو زيادة العناصر الجديدة في النسيج العمراني اما عوامل التكتيف الحضري تختلف من مدينة إلى أخرى، ولكنها تشمل النمو السكاني، التطور الاقتصادي، وتغيرات السياسات الحكومية والتخطيط العمراني. على سبيل المثال، الزيادة في السكان قد تزيد الطلب على المساكن والخدمات، مما يقود إلى التكتيف حيث يمكن للتطور الاقتصادي أن يجذب المزيد من السكان إلى المناطق الحضرية، مما يؤدي إلى التكتيف. ويمكن الحديث عن الآثار الإيجابية للتكتيف الحضري (التكتيف الحضري الجيد) الذي يشمل يعمل على استخدام الموارد بكفاءة مع توفير فرص العمل، تحسين الوصول إلى الخدمات، وتوفير المساحات الخضراء، يقلل من استهلاك الأراضي ويحافظ على البيئة أما التحديات او الآثار السلبية (التكتيف الحضري السيئ) الازدحام، التلوث وزيادة التكاليف الاجتماعية لذا، يجب إدارة التكتيف الحضري بطريقة مستدامة ومراعية للبيئة والثقافة المحلية تراعي الصحة العقلية والنفسية.

### 4 الصحة العقلية

الصحة العقلية هي أساس الرفاهية الفردية والاجتماعية، تمكن الأفراد من إدراك قدراتهم، التكيف مع التحديات اليومية، والمشاركة الفعالة في مجتمعاتهم. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية تعرف الصحة العقلية بأنها " حالة من الرفاهية يدرك فيها كل فرد إمكاناته أو قدراتها الخاصة، ويمكنه التغلب على ضغوط الحياة الطبيعية، والعمل بشكل منتج ومثمر، ويكون قادراً على المساهمة في مجتمعه" حيث أن الصحة العقلية تعني ببساطة غياب الاضطرابات النفسية بل هي تشمل القدرة على التعامل مع الضغوط والتوترات الطبيعية للحياة، العمل بشكل منتج وإيجابي، والإسهام بشكل فعال في المجتمع. (8) وتزداد تحديات الصحة العقلية في المدن بسبب عوامل مثل الزحام والتلوث والضوضاء، الأزمات الاقتصادية، والعزلة الاجتماعية. هذه العوامل تسهم في رفع معدلات الاضطرابات النفسية وتؤثر سلباً على القدرة على التكيف الاجتماعي للفرد. وتشكل استراتيجيات تعزيز الصحة العقلية في المناطق الحضرية عنصراً أساسياً لضمان استدامة ونمو المجتمعات حيث يجب أن تتضمن السياسات العامة وبرامج التدخل المبكر، التوعية والتعليم الصحي، تقديم الدعم النفسي، وتطوير بيئات داعمة للصحة العقلية من خلال اتباع سياسات تخطيطية متناسقة. هذا النهج يعزز إنتاجية الفرد والمجتمعات وتماسكها(9).

#### 1.4 العوامل المؤثرة على الصحة العقلية

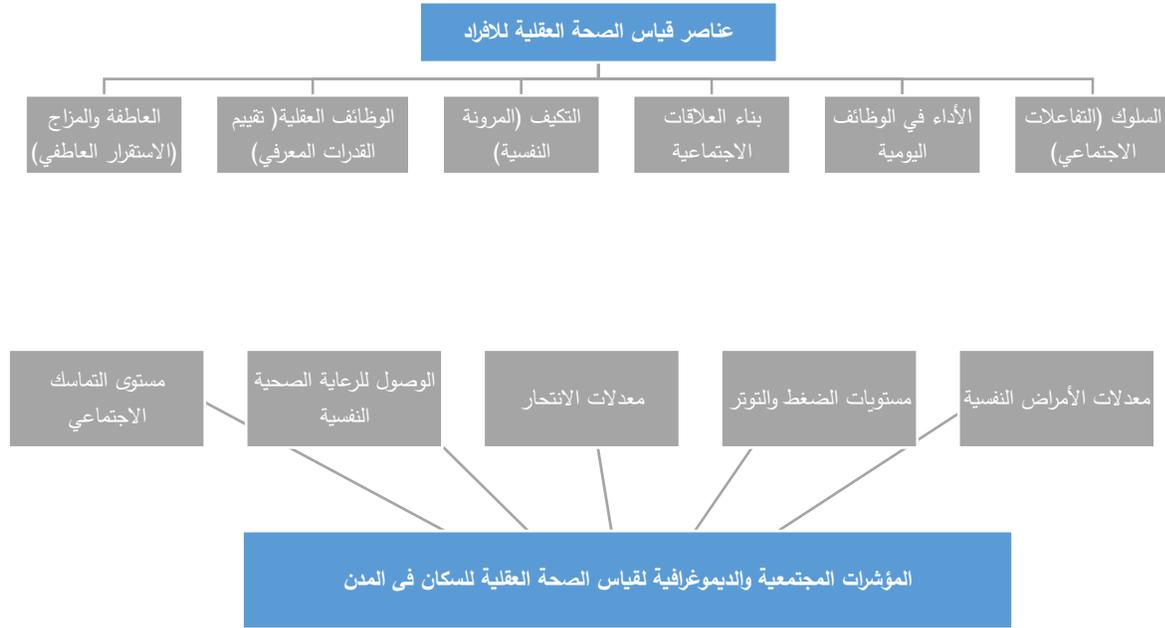
التخطيط العمراني يؤثر بشكل مباشر على الصحة العقلية، حيث أن التصميم غير الكفء يمكن أن يزيد من مستويات التوتر والإجهاد ويقاوم المشكلات العقلية وتشمل المؤثرات على الصحة العقلية مايلي:

- التلوث البيئي : مثل الضوضاء وتلوث الهواء له علاقة واضحة بتدهور الصحة العقلية، مساهماً في زيادة القلق والاكتئاب وتقليل الرفاهية النفسية أم بالنسبة للفقر والمساكن في ظروف غير مواتية تزيد من معدلات الإجهاد والاضطرابات النفسية. وجود المساحات الخضراء وفرص الترفيه يساهم في تخفيف التوتر ويعزز الرفاهية النفسية، مما يساعد على تحسين الصحة العقلية. أما بالنسبة لعوامل الدعم الاجتماعي فهي تلعب دوراً هاماً في التقليل من الضغوط النفسية(10).

#### 2.4 عناصر قياس الصحة العقلية

يرتكز قياس الصحة العقلية للأفراد على معايير متعددة، تشمل الوظائف العقلية والسلوكية والعاطفية والاجتماعية، بالإضافة إلى المرونة في التكيف مع الضغوط والقدرة على أداء الوظائف اليومية (شكل 2). ويعتمد قياس الصحة العقلية للمدن على مؤشرات متعددة مجتمعية وديموغرافية كما موضح في شكل (2).

## تقييم دمج مؤشرات الصحة العقلية المرتبطة بالتكثيف الحضري في سياسات التخطيط العمراني



شكل (2). عناصر قياس الصحة العقلية للأفراد وللسكان في المدن. أعداد الباحث

### 3.4 التأثير المتبادل بين تخطيط المدن والصحة العقلية

الدراسات تشير إلى أهمية تصميم المدن للصحة العقلية والعامة لكنها غالباً ما تهمل الصحة العقلية حيث أن المدن لها تأثير كبير على الصحة النفسية والعقلية، ومشكلات الصحة النفسية تؤثر بدورها على المدن، مما يخلق دورة مفرغة. يمكن للتخطيط الحضري الذي يراعي للصحة العقلية أن يحسن من رفاهية الأفراد ويقي من الأمراض النفسية ويدعم المعانين منها مما يعني ان هناك حاجة لمزيد من البحث لفهم تأثير التخطيط الحضري على الصحة العقلية.

### 4.4 أثر الصحة العقلية على السكان والمدينة:

تبين أن لها تأثير كبير على تطور المدن ورفاهية السكان حيث أنه مع زيادة الكثافة السكانية في المناطق الحضرية، تصبح الحاجة ملحة لإدماج مؤشرات الصحة العقلية ضمن سياسات التخطيط العمراني لتعزيز بنية تحتية داعمة للرفاهية النفسية. ومشكلات الصحة العقلية تشكل عبئاً اقتصادياً ضخماً، حيث تستهلك أكثر من 4% من الناتج المحلي الإجمالي عبر التكاليف المباشرة كالرعاية الصحية والخدمات الاجتماعية والعجز الناتج عن الاضطرابات العقلية. الأمراض العقلية أيضاً تزيد كذلك من خطر الإصابة بالأمراض الجسدية، مما يرفع تكاليف العلاج ويؤدي إلى نتائج صحية سلبية وارتفاع معدلات الوفاة. أما التكاليف غير المباشرة لمشكلات الصحة العقلية تؤثر سلبيًا على العمل، الإنتاجية، والأجور، وتسبب التمييز والتهميش للمصابين بمشكلات عقلية. نسبة كبيرة من القوى العاملة في المدن تعاني من اضطرابات عقلية، مما يؤثر على العمالة ويزيد من تكاليف العجز عن العمل كما تتأثر أوضاع مقدمي الرعاية غير الرسمية، وترتبط الصحة العقلية بالبطالة والتشرد، حيث يعاني الكثير من الأشخاص بلا مأوى من أمراض عقلية. ومع تزايد عدد سكان المدن، يتوقع تفاقم مشكلات الصحة العقلية، خصوصاً مع الارتباط بين الحياة الحضرية وارتفاع معدلات الاضطرابات مثل الاكتئاب، القلق، والفصام<sup>(11)</sup>.

### 5 سياسات التنمية الحضرية في المدن القائمة

سياسات التنمية الحضرية تتضمن عادة التخطيط الاستراتيجي الذي يشمل التحليل الشامل للعوامل الاقتصادية، الاجتماعية، البيئية والعمرانية. هذه السياسات تهدف إلى تحقيق التنمية المستدامة من خلال موازنة النمو الاقتصادي مع الحفاظ على الموارد وتحسين جودة الحياة. في الدول المتقدمة، تتمحور سياسات التنمية الحضرية حول بناء مدن مستدامة بيئياً واجتماعياً. تهتم هذه الدول بتقليل التلوث وانبعاثات الكربون، وتوفير سكن ميسر وخدمات عامة عالية الجودة للجميع. كما تستثمر هذه الدول بشكل كبير في التكنولوجيا لتحسين البنية التحتية والنقل وإدارة الطاقة والموارد. بالإضافة إلى ذلك، تُشجع هذه الدول مشاركة المواطنين في عمليات التخطيط الحضري واتخاذ القرارات لضمان تلبية احتياجاتهم. من أمثلة هذه السياسات التخطيط الحضري الذكي، وبناء المدن الخضراء، ومشاريع التجديد الحضري. أما الدول النامية تواجه تحديات فريدة في التنمية الحضرية، حيث

تعاني من التوسع الحضري السريع الذي يضع ضغوطاً هائلة على البنية التحتية والخدمات العامة. كما يؤثر الفقر وانعدام المساواة على قدرة هذه المدن على توفير الخدمات الأساسية للسكان. لذلك، تركز سياسات التنمية الحضرية في هذه الدول على معالجة هذه التحديات من خلال برامج الإسكان الاجتماعي، وتحسين الأحياء الفقيرة، وتطوير وسائل النقل العام. كما تسعى هذه الدول إلى تحسين أداء المؤسسات لتعزيز قدرة الحكومات على تنفيذ سياسات التنمية الحضرية بشكل فعال<sup>(12)</sup>..

وعلى الرغم من الاعتراف المتزايد بأهمية الصحة العقلية في التخطيط الحضري، إلا أن الكثير من الدول لا زالت تغفل عن ضمها بشكل فعال في السياسات العمرانية. الدول التي تأخذ بعين الاعتبار الصحة العقلية عادة ما تكون من الدول المتقدمة مثل الدول الإسكندنافية وكندا، حيث تتضمن السياسات الحضرية مكونات لتحسين الصحة العقلية مثل توفير الفراغات العامة المناسبة والخدمات الصحية المتكاملة وتعزيز التماسك الاجتماعي.

### 1.5 سياسات التنمية الحضرية في المدن القائمة في مصر

تتبع مصر منذ عام 2008 منهجية التخطيط الاستراتيجي العمراني، والتي تشمل إطاراً مؤسسية، تنظيمية، وتشريعية، من خلال خطوات محددة تشمل تحديد احتياجات وأولويات التنمية العمرانية واقتراح المشروعات وخطط العمل ومن ثم إعداد مخطط استراتيجي يشمل تحليل الوضع الحالي للمدينة عمراً، اقتصادياً، اجتماعياً ثم عرض المخطط الاستراتيجي للعموم والجهات المعنية لجمع الملاحظات. تعديل المخطط وفقاً للملاحظات المستلمة ومن ثم اعتماد المخطط<sup>(13)</sup>. ومع ذلك، يلاحظ أن دليل عمل المخطط الاستراتيجي الصادر في 2015 يغفل عن جانب الصحة العقلية. فعلى الرغم من شمولية التحليل للعوامل الإقليمية، البيئية، العمرانية، الخدمات العامة، والخصائص الاجتماعية والاقتصادية، إلا أنه لا يتضمن دراسة متخصصة حول الصحة العقلية أو يشير إلى أهميتها في التخطيط للمدن الكبرى. هذا الغياب يشير إلى حاجة ملحة لإدماج الصحة العقلية كجزء أساسي في التخطيط الاستراتيجي العمراني لضمان ضمان تنمية مستدامة وشاملة وتحسين جودة الحياة والرفاهية العامة لسكان المدن<sup>(14)</sup>..

### 6 المؤشرات المرتبطة بتأثير التخطيط العمراني على الصحة العقلية

تُعد المدن الحضرية مراكز حيوية تنبض بالنشاط وتعتبر مرآة تعكس التقدم في العديد من المجالات المتنوعة. الاستيعاب الدقيق لديناميكيات تطور المدن وتأثيراتها على السكان يتطلب التركيز على معايير متعددة، بما في ذلك تلك المؤشرات الخاصة بالصحة العقلية حيث تلعب هذه المعايير دوراً محورياً في تحليل الآثار الناجمة عن سياسات التخطيط العمراني، وتسلط الضوء على مختلف جوانب التنمية الحضرية. هذه المؤشرات تشكل أداة قياس دقيقة لصانعي السياسات والباحثين لتقييم الأداء العمراني ومقارنته عبر المناطق المختلفة.

يوضح الجدول (1)، قمنا بتجميع مجموعة متنوعة من البيانات المستفادة من أدبيات ودراسات متعددة، والتي تبرز الأبعاد المتنوعة للحياة الحضرية. هذه الأبعاد تشمل الجوانب العمرانية، الاجتماعية، الاقتصادية، الثقافية، البيئية، وغيرها، والتي تُقاس بواسطة مؤشرات كمية وكيفية، موضحة الوضع الراهن حسب كل دراسة والتحولات التي تشهدها. التنوع في هذه المؤشرات يتيح لنا رسم صورة شاملة ومعتمدة للتحديات والفرص التي تعترض المدن الحضرية، مؤكداً على أهمية تضمين الصحة العقلية كجزء لا يتجزأ من التخطيط الحضري، لضمان تنمية مستدامة تراعي جودة حياة الأفراد بكافة جوانبها.

### جدول (1). المؤشرات والعوامل المستنتجة من دراسة الأدبيات السابقة

المؤشر	مدينة الدراسة	نوع المؤشر	المرجع والمصادر
تقليل معدل هجرة السكان من والى المناطق الحضرية	المملكة المتحدة	كمي	(15, 16)
نسب استهلاك الأراضي (المساحات المبنية)	اليابان	كمي	(17)
نسب الأحياء ذات الدخل المنخفض	نيويورك	كمي	(18)
نسب الاستخدامات المختلفة (فصل الاستخدامات)	بلجيكا	كمي	(19)
نسب توافر مساحات زرقاء (المسطحات المائية)	ملبورن	كمي	(20)
سهولة الوصول إلى مناطق الأعمال CBD	نيوزيلندا - كوينهاغن	كمي / كفي	(21)
نسب توافر بيئات إصلحية ( المساحات الخضراء والزرقاء) - حسن تصميم هذه البيئات			(22, 23)
التصميم الحضري للشوارع		كفي	(24)
إمكانية الوصول العادل للسكان لخدمات المدينة		كمي	(24)
إمكانية الوصول الي وسائل النقل الجماعي	كوينهاغن- أنقرة	كمي	(25)
تكلفة وسائل النقل الجماعي		كمي	(26)

## تقييم دمج مؤشرات الصحة العقلية المرتبطة بالتكثيف الحضري في سياسات التخطيط العمراني

(27)	كيفي	السويد هولندا	جودة البيئة الداخلية المبنية	المعماري
(28)	كيفي	المملكة المتحدة	الاهتمام بنوعية السكن (مساحة الوحدات، جودة البناء، التهوية، الإضاءة)	
(15)	كمي		معدل التزامم	
(28)	كيفي	جنوب استراليا البرازيل	التصميم المعماري	الاجتماعي
(29)	كمي	استراليا	نسبة التشرد	
(30)	كمي	القاهرة	معدل الفقر	
(31)	كمي		توافر مساحات دعم النشاط البدني	الاقتصادي
(32)	كيفي	القاهرة	السلامة والأمان في المدينة	
(33)		ديترويت، الولايات المتحدة	انخفاض مستوي الدخل - متوسط الدخل للفرد	
(34)		ساو باولو، البرازيل		التقني
(35)	كمي		معدل البطالة	
(36)	كيفي		زيادة تبادل المعرفة والخبرات	
(36)	كيفي		مدي تنافسية السوق المحلية	البيئي
(37)	كيفي		نقص الوعي والمعرفة	
(2)	كمي		التغيرات المناخية	
(33, 38)	كمي	لندن نيويورك	زيادة معدل التلوث والضوضاء	
(39, 40, 24)	كمي	لندن نيودلهي أنقرة	تدهور جودة الهواء	
(41, 42)	كمي	كيب تاون شنغهاي	زيادة الضغط على الموارد المائية	
(41, 43)	كمي	سنغافورة	مدي كفاءة استخدام الموارد	

## 7 التجارب والدراسات العالمية – الدراسات المختارة

بعد دراسة الأدبيات السابقة والمؤشرات المرتبطة بها، تم النظر الي مجموعة من الدراسات العالمية استنادا الي أرسنتها للمدن الحضرية الكبرى التي تعاني من زيادة في التحضر والتكثيف الحضري مع النظر الي جانب الصحة العقلية بشكل شامل وخاص.

## 7.7 أسس اختيار التجارب في الدراسة

تم استعراض مجموعة من الدراسات العالمية استناداً إلى مدى صلتها بعوامل مثل توافر والوصولية الي المساحات الخضراء، سهولة الوصول إلى المواصلات، التنوع في استخدامات الأراضي، والمساحات التي تشجع الأنشطة الاجتماعية أن تؤثر على الرفاهية النفسية مع مراعاة مدي صلتها بالموضوع وتشابهها مع الحالة المصرية. وتشمل هذه الجوانب الهوية العمرانية للمدينة، التي تتأثر بالبنية التحتية والثقافة التاريخية والمعالم الحضرية، كما تم الأخذ في الاعتبار التنوع الجغرافي للمدن المدروسة وتشابهها مع المدن المصرية، إلى جانب الهوية الثقافية والاجتماعية للسكان التي تعتبر عاملاً مهماً في تفاعلهم مع البيئة الحضرية. البيئة الحضرية بما في ذلك جغرافيتها ومواردها الطبيعية، تلعب دوراً مؤثراً في الصحة العقلية للسكان، بالإضافة إلى ذلك، يتم التطرق إلى النشاط الاقتصادي وفرص العمل وتأثيرها على الصحة العقلية وتعزيز الشعور بالأمان. أخيراً، تم النظر في تأثير الظروف المناخية المتشابهة على الصحة العقلية، مع التركيز على أهمية التخطيط لمواجهة التحديات البيئية والاجتماعية والثقافية حيث يهدف ذلك الي السعي لمعرفة الاليات والمؤشرات المرتبطة بالصحة العقلية التي يمكن دمجها في السياسات العمرانية في مصر.

## أنقرة، تركيا

الدراسة التي أجريت حول الصحة النفسية في أنقرة تسلط الضوء على التحديات التي يواجهها السكان نتيجة لعوامل التخطيط الحضري حيث مع تزايد الكثافة السكانية، واجهت أنقرة تحديات تتعلق بالبطالة التي وصلت إلى 14.4% في عام 2019، وهي نسبة تتجاوز المتوسط الوطني، بالإضافة إلى معدلات الفقر التي بلغت 19.1% في منطقة الأناضول الوسطى. هذه الأوضاع

الاقتصادية تضاف إلى مشكلات مثل كثافة الحركة المرورية نظرًا لاعتماد السكان بشكل كبير على الحافلات مقارنة بالمترو، والتلوث الجوي الذي يمثل قضية بيئية ملحة. ومن ناحية أخرى، يشير البحث إلى أهمية مناخ التخطيط الحضري التي تؤثر على الصحة النفسية، مثل توفير بيئات ترميمية من خلال المساحات الخضراء، وضمان الأمان، وتقليل التلوث، وتحسين وسائل النقل العام، وتعزيز الأماكن الاجتماعية الإيجابية، وهي عوامل تسهم في تحسين نوعية حياة السكان وصحتهم النفسية مستندة إلى نقص الأبحاث حول هذا الموضوع في سياق أنقرة. تؤكد نتائج الدراسة على أن تخطيط المدن بطريقة تدعم الصحة النفسية يتطلب تناولاً شاملاً يتضمن تحسين البنية التحتية للنقل، تقديم فرص متكافئة للوصول إلى الموارد الحضرية، وتعزيز المشي والتفاعل الاجتماعي. كل هذه المؤشرات ليست فقط مهمة للصحة العقلية للأفراد بل أيضًا لازدهار المجتمع ككل (24).

### لاغوس، نيجيريا

الدراسة تتناول تأثير التخطيط العمراني والتصميم الحضري على الصحة النفسية لسكان المدينة بعد استعراض الأدبيات واستطلاع آراء الخبراء حيث تبرز أهمية التخطيط السياسي والحكومي في تحسين الصحة النفسية. ووفقًا للإحصائيات، يعاني ما بين 20 إلى 30% من سكان نيجيريا من اضطرابات نفسية مختلفة، وهي من بين الأسباب الرئيسية للمرض والوفاة على مستوى العالم. لاغوس بشكل خاص، كونها إحدى أكثر المدن اكتظاظًا بالسكان في نيجيريا، تواجه تحديات فريدة مرتبطة بهذه القضية، تزايد كثافة السكان وتصميم مراكز المدن من العوامل المتزايدة لخطر الإصابة بالاضطرابات النفسية حيث تصل الكثافة السكانية إلى حوالي 6871 شخصًا لكل كيلومتر مربع وهي مركز اقتصادي يجذب الهجرة الداخلية والتي تضغط على المساكن المحدودة ووسائل النقل والتصميم العمراني. أظهرت الدراسات أن الإجهاد الناتج عن التصميم الحضري يمكن أن يؤثر سلبيًا على الصحة النفسية، مع ارتباط واضح بين الضغوط البيئية واضطرابات مثل القلق والاكتئاب حيث نسبة الإصابة بالاكتئاب تبلغ 5.5%، والقلق العام يبلغ 3.5% في لاغوس، مع ارتفاع معدلات الإصابة بين الشباب (18-24 سنة) والنساء والعاطلين عن العمل. ذكرت الدراسة الحاجة إلى تحسين الوعي بالصحة النفسية، ضرورة توفير بيئة عمرانية تشمل الوصول إلى الفضاءات العامة، ووسائل نقل موثوقة، ومساكن ميسورة التكلفة، وحماية المناطق الرطبة تساهم في الاستقرار النفسي كذلك وأهمية الخدمات العامة والمرافق التي تدعم نمط حياة صحي تؤكد الدراسة على أن التخطيط العمراني السليم والتصميم الحضري يمكن أن يكون لهما تأثير كبير في تعزيز الصحة النفسية لسكان المدن (43).

### جورج تاون، ماليزيا

تشير الدراسة إلى أن التصميم الحضري له تأثير ملحوظ على الصحة العقلية في ظل نسبة عالية من التحضر تخطت الـ 75%. الدراسة أظهرت أن هناك عوامل عدة في التصميم الحضري يمكن أن تؤثر إيجابًا أو سلبيًا على الصحة العقلية للسكان. من بين هذه العوامل، تم التعرف على مشكلتين إضافيتين: الأولى تتعلق بالتوتر الناتج عن ترميم وحفظ المباني التراثية الذي يؤدي إلى ازدحام وفقدان الخصوصية للسكان، والثانية تتمثل في الحرارة الحضرية التي تمنع الناس من المشي في الخارج. الدراسة تؤكد على أهمية العوامل مثل المساحات الخضراء، الفراغات النشطة للتمارين، الأماكن الاجتماعية الإيجابية، الأمان، النوم بدون تلوث، التخفيف من الضغط الاقتصادي، والحد من تلوث الهواء، وكيف يمكن لهذه العوامل أن تساهم في دعم الصحة العقلية وتحسين جودة الحياة العامة (44).

### دهلي، الهند

تناقش الدراسة العلاقة بين التخطيط الحضري على الصحة العقلية لسكان دهلي، وهي مدينة شهدت نموًا سكانيًا كبيرًا وتحديات حضرية معقدة. الدراسة تستهدف فهم كيف يمكن للمشهد الحضري المتغير أن يؤثر على الحالة النفسية للأفراد حيث تختلف البيئة الداخلية للأفراد تبعًا لخلفياتهم الاجتماعية والاقتصادية في سياق يتسم بالهجرة المكثفة، السكن غير الكافي، والتلوث. دهلي، المعروفة بثقافتها السكانية وتعقيداتها الحضرية، تواجه تحديات مثل العشوائيات، نقص البنية التحتية، وتفاقم مشكلات الصحة العامة والعقلية حيث شهدت نموًا سكانيًا مضطربًا منذ عام 1971 وقد تفاقم هذا النمو بسبب الهجرة الداخلية، مع زيادة صافي المهاجرين ففي عام 2016، كان معدل النمو اليومي لسكان دهلي يقارب الألف، 33% منهم من المهاجرين حيث تُظهر المدينة نموًا يوميًا متسارعًا وتبعات سلبية على الرفاهية والصحة النفسية للسكان. وعلى الرغم من المحاولات الرسمية للتخطيط وتوفير البنية التحتية، فإن العاصمة تعاني تحت ضغط التحضر السريع حيث تسبب النمو العمراني غير المخطط في مشكلات

## تقييم دمج مؤشرات الصحة العقلية المرتبطة بالتكثيف الحضري في سياسات التخطيط العمراني

متعددة مثل السكن دون المستوى، التلوث، مشكلات المياه والصرف الصحي، الأمراض المنقولة والضغط الناجم عن الفقر والبطالة كذلك التغيرات السريعة في النسيج الحضري للمدينة أثرت بشكل كبير على بيئتها الاجتماعية والبدنية وصحة سكانها العقلية حيث ارتبط النمو الحضري بمجموعة واسعة من الاضطرابات مثل الفصام، الاكتئاب، إدمان المخدرات والكحول، الجريمة وتفكك الأسرة. وتفيد الدراسة بأن التخطيط الحضري في المدينة لم ينجح في دعم الصحة العقلية والرفاهية حيث تُبرز الأهمية الكبيرة للمساحات الخضراء، الأمان، الأماكن النشطة اجتماعياً، والبنية التحتية الاجتماعية والمواصلات لتحسين الحالة النفسية للسكان. كما تناقش الحاجة للتقليل من التلوث والضغوط الاقتصادية مع التركيز على جودة النوم لتعزيز جودة الحياة(19).

### تورينو، إيطاليا

تناقش الدراسة تأثير البيئة الحضرية على الصحة العقلية لسكانها، مع التركيز على العلاقة بين العمران ومعدلات استهلاك مضافات الاكتئاب و عدة عوامل بيئية وديموغرافية منها العوامل الشخصية مثل التعليم، حيازة السكن من خلال تحليل البيانات المستمدة من الدراسة الطولية لتورينو، استكشف الباحثون كيف أن الوصول إلى وسائل النقل العام، توافر الخدمات، ووجود المساحات الخضراء يمكن أن يؤثر على الحالة النفسية للأفراد، مع أخذ العوامل الديموغرافية والاجتماعية المحيطة مثل الاضطرابات ومعدلات الجريمة في الاعتبار. أظهرت النتائج أن الكثافة السكانية وجودة البنية التحتية العمرانية لها تأثير مباشر على الصحة العقلية، حيث وجد أن التصميم العمراني الجيد والوصول إلى المرافق العامة يمكن أن يساعد في الحد من مشكلات الصحة العقلية مثل الاكتئاب، خصوصاً بين النساء وكبار السن، وذلك عبر تحسين فرص التفاعل الاجتماعي والحركة. كما تؤكد نتائج الدراسة على أهمية الدور الذي يلعبه التخطيط الحضري المدروس والتعاون بين مختلف التخصصات مثل الصحة العامة وعلم النفس في تعزيز الصحة العقلية حيث تقدم الدراسة دليلاً على أن تحسين البيئة العمرانية يمكن أن يكون استراتيجية فعالة للحد من الأعباء المرتبطة بالاضطرابات العقلية، مما يدعو صانعي السياسات والمخططين الحضريين إلى اعتماد نهج شامل يراعي الصحة العقلية في تطوير المدن(45).

### واشنطن، الولايات المتحدة الأمريكية

تتناول الدراسة التأثيرات المحتملة للتخطيط الحضري في واشنطن العاصمة على الصحة العقلية لسكان المدينة حيث يسعى لفهم كيف يمكن لتصميم المدينة أن يؤثر إيجاباً أو سلباً على الصحة العقلية. تم استخدام إطار عمل الذي يركز على الأماكن الخضراء، النشطة، الاجتماعية، والأمنة لتعزيز الصحة العقلية ويُلاحظ تقدم المدينة نحو بيئة أكثر خضرة ولكن بتوازن غير متساوٍ بين أجزاء المدينة المختلفة. وهدت هذه الدراسة إلى استكشاف كيفية دمج التخطيط الحضري الموجه نحو الصحة العقلية في مدينة واشنطن العاصمة حيث يسعى لفهم كيف يمكن لتصميم المدينة أن يؤثر إيجاباً أو سلباً على الصحة العقلية. تم استخدام إطار عمل الذي يركز على الأماكن الخضراء، النشطة، الاجتماعية، والأمنة لتعزيز الصحة العقلية ويُلاحظ تقدم المدينة نحو بيئة أكثر خضرة ولكن بتوازن غير متساوٍ بين أجزاء المدينة المختلفة. توضح البيانات الإحصائية عن أهمية التصميم الحضري في معالجة الاضطرابات النفسية وتعاطي المواد، التي تُعد من أهم أسباب الإعاقة في المدينة، خاصةً بين الشباب والبالغين حتى سن الـ 49 كما تواجه الدراسة تحديات مثل قلة البيانات المفصلة حول الصحة النفسية على مستوى الأحياء والتباين في تفسير مفهوم التصميم الحضري المدعم للصحة. يُعد الربط بين التصميم الحضري والصحة النفسية عنصراً حاسماً في تنمية مدينة واشنطن العاصمة بطريقة تدعم رفاهية سكانها النفسية. يُعتبر تعزيز جمع البيانات الدقيقة وتوحيد تعريف التصميم الحضري الموجه للصحة أمراً مهماً لتقييم فعالية السياسات الحضرية المتبعة التي تعد التزاماً بتحسين البنية التحتية الحضرية بشكل يعزز الصحة النفسية، وذلك من خلال إنشاء مساحات خضراء وتشجيع نمط الحياة النشط(46).

### 8 المؤشرات المختلفة طبقاً للدراسات العالمية والدولية

يوضح الجدول (2) تأثير التحضر المتزايد في المدن الكبرى على صحة السكان العقلية، عبر مقارنة بين مدن مختلفة استناداً إلى مؤشرات مثل النمو الديموغرافي وجودة التخطيط الحضري. تشمل هذه المؤشرات أيضاً البنية التحتية ومستويات التلوث، مما يبرز الصلة بين التركيز الحضري والرفاهية النفسية. وقد تم جمع البيانات المعروضة من خلال بحوث دقيقة، وتضم تحليلات لعوامل مختلفة مثل الهجرة السكانية، التوسع العمراني، وتوفر الأماكن الخضراء. تهدف الدراسة إلى توفير رؤى قد تساهم في صياغة سياسات عامة تقود لتحسين الصحة العقلية لسكان المدن.

## جدول (2). المؤشرات الناتجة من الدراسة النظرية وعرضها علي التجارب والدراسات العالمية والدولية.

المؤشرات المختارة طبقا للدراسات العالمية والدولية	انقرة، تركيا	لاغوس نيجيريا	جورج تاون، ماليزيا	دلهي، الهند	تورينو، ايطاليا	واشنطن أمريكا
المران	تقليل معدل هجرة السكان من والي المناطق الحضرية ( زيادة نسبة السكان* )	✓		✓	✓	✓
	نسب تزايد المناطق العشوائية – توفير السكن المناسب		✓		✓	
	تخطيط عمراني جيد يحد من العشوائية ويشجع على الاستدامة	✓	✓	✓	✓	
	نسب استهلاك الأراضي ( المساحات المبنية)					
	نسب الاستخدامات المختلفة					✓
	نسب المساحات الخضراء	✓	✓	✓	✓	✓
	نسب توافر مساحات زرقاء (المسطحات المائية)					
	نسب توافر بيئات إصلحية ( المساحات الخضراء والزرقاء) – حسن تصميم هذه البيئات	✓	✓	✓	✓	✓
	إهمال التراث التاريخي والمعالم الحضرية / الاهتمام المفرط بها على حساب احتياجات السكان			✓	✓	
	تزايد نسب الازدحام المروري وكثافة حركة المرور		✓	✓	✓	
(الطرق المواصلات)	ارتفاع نسب الحوادث المرورية			✓		
	التصميم الحضري للشوارع		✓			✓
	إمكانية الوصول العادل للسكان لخدمات المدينة	✓				
	زيادة المساحات المخصصة للمشاة وتسهيل الوصول إلى الأماكن العامة	✓	✓	✓	✓	✓
	توفير وسائل نقل عام فعالة وسهلة الوصول إليها.	✓	✓	✓	✓	✓
	ارتفاع تكلفة وسائل النقل الجماعي		✓			
	العمل على سهولة الوصول الي الفراغات العامة	✓	✓	✓	✓	✓
	معدل انتشار الكباري والجسور				✓	
	سوء إدارة أماكن الانتظار للسيارات					
	سهولة الوصول إلى مناطق الأعمال CBD					
المعماري	جودة البيئة الداخلية المبنية		✓			✓
	نوعية السكن			✓		✓
	معدل التزامم					
	التصميم المعماري					
الاجتماعي	نسبة التشرد			✓		✓
	ارتفاع معدل الفقر					
	العمل على تزايد التفاعل والتماسك الاجتماعي بين سكان المنطقة الواحدة	✓	✓	✓	✓	✓
	توافر مساحات دعم النشاط البدني	✓	✓	✓	✓	✓
الاقتصادي	تزايد معدلات السلامة والأمان في المدينة	✓	✓	✓	✓	✓
	نسب الأحياء ذات الدخل المنخفض					
	انخفاض مستوي الدخل - متوسط الدخل للفرد			✓		
	معدل البطالة					
	مدي تنافسية السوق المحلية					
	إمدادات البنية الأساسية ( المرافق الأساسية)				✓	
	الاهتمام بالوعي والمعرفة			✓	✓	
	زيادة معدلات التغيرات المناخية				✓	
	الحد من معدلات التلوث والضوضاء	✓	✓	✓	✓	✓
	تدهور جودة الهواء			✓	✓	
ادارية	زيادة الضغط علي الموارد المائية					
	مدي كفاءة استخدام الموارد					
	دعم السياسات الحكومية التي تدمج الصحة العقلية في التخطيط العمراني	✓	✓	✓	✓	✓
	نسبة مشاركة المواطنين في التنمية الحضرية				✓	

## تقييم دمج مؤشرات الصحة العقلية المرتبطة بالتكثيف الحضري في سياسات التخطيط العمراني

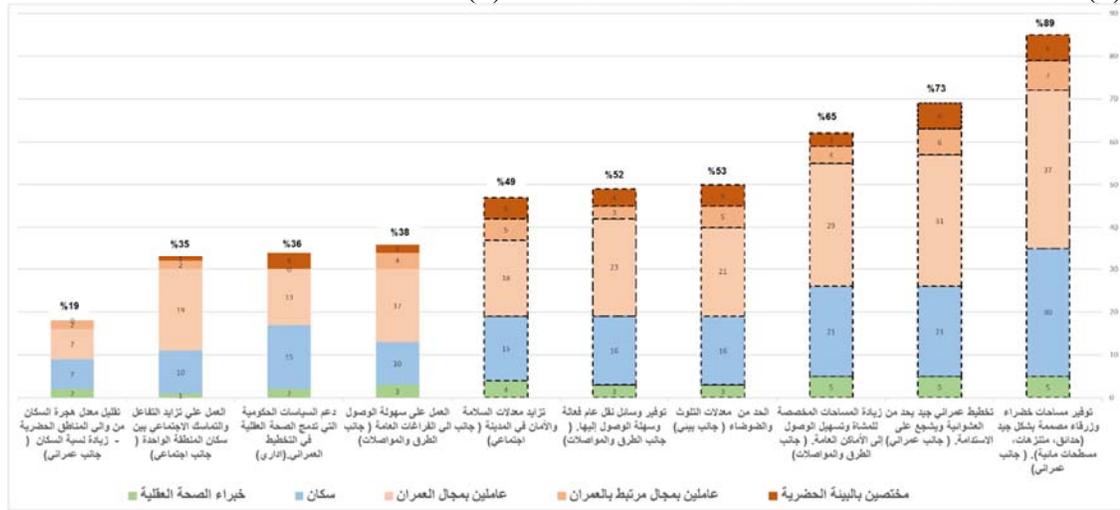
تُبيّن الدراسات المُتعمّقة لتجارب المدن العالمية مثل أنقرة في تركيا، لاغوس في نيجيريا، جورج تاون في ماليزيا، دلهي في الهند، تورينو في إيطاليا، وواشنطن في الولايات المتحدة الأمريكية، الأهمية البالغة لعدة مؤشرات عمرانية واجتماعية وإدارية وبيئية في التأثير على الصحة العقلية للسكان. وتوافر وتصميم بيئات إصلاحية (المساحات الخضراء والزرقاء) ونسب المساحات الخضراء مؤشرات حيوية لتعزيز الصحة العقلية. هذه البيئات توفر ملاذاً للراحة والاسترخاء، وتساهم في تقليل مستويات التوتر والقلق لدى السكان.

في المقابل، أشارت الدراسات إلى أن التخطيط العشوائي أو غير الجيد للمدن، كما هو الحال في أنقرة ولاغوس ودلهي، يؤدي إلى تدهور الصحة العقلية ويؤثر سلباً على الصحة العقلية نتيجة للإجهاد البيئي وعدم الاستقرار. كما أن زيادة هجرة السكان التي كانت متفاوتة في المدن المدروسة، خاصة في المدن الحضرية مثل دلهي، تورينو، وواشنطن، يمكن أن تسهم في تفاقم التحديات العمرانية والاجتماعية. إلى جانب ذلك فإن إمكانية الوصول إلى وسائل النقل الجماعي ونسب مناطق المشاة تُعد من المؤشرات الرئيسية في تعزيز الصحة العقلية حيث أن المدن التي تقدم سهولة الوصول إلى هذه المرافق تدعم أسلوب حياة أكثر نشاطاً وتقلل من التوتر المرتبط بالتنقل اليومي.

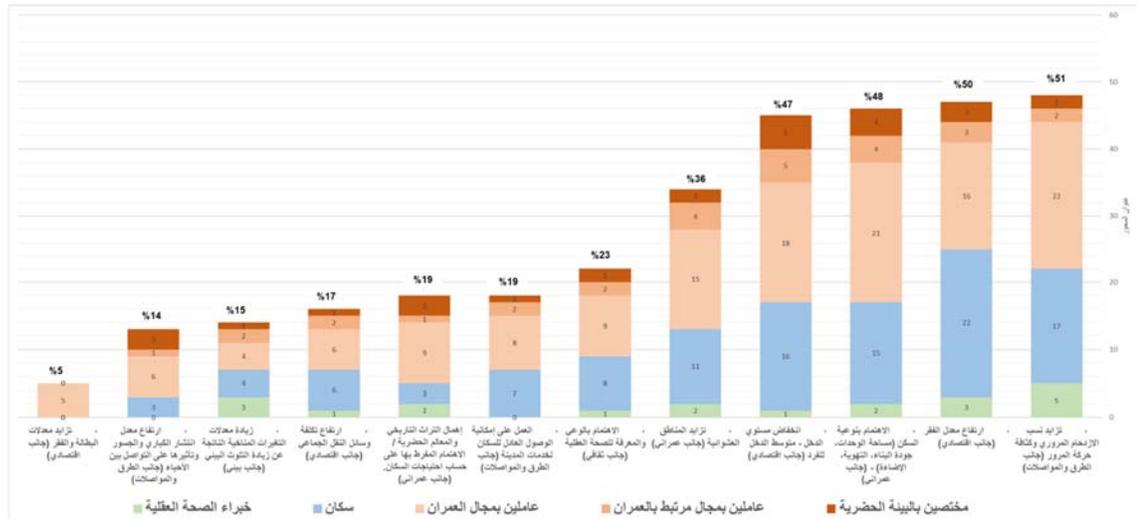
ومن نتائج الدراسات السابقة فإن السلامة والأمان في المدينة وكذلك التفاعل والتماصك الاجتماعي تعتبر من الأسس الرئيسية للصحة العقلية. والتجارب العالمية تؤكد أن الشعور بالأمان في المدينة يساهم بشكل كبير في الرفاهية النفسية. كما يُعد توافر مساحات لدعم النشاط البدني عاملاً هاماً في الحفاظ على صحة عقلية جيدة. وقد كان لسياسات الإدارة الحكومية الفعالة تأثير كبير على الصحة العقلية للسكان الحضريين ومنها الاستثمار في البنية التحتية للصحة العقلية وتوفير الخدمات المتخصصة يُحسن الرفاهية النفسية. في المقابل وجود عوائق إدارية وحكومية ومالية مثل نقص التمويل وضعف التنسيق لتطوير برامج الصحة العقلية. لذلك من الضروري تطوير ودعم السياسات الشاملة للصحة العقلية لتعزيز جودة الحياة في المدن.

### نتائج الدراسة الاستطلاعية

في البحث الحالي أُجريت دراسة استطلاعية (استبيان) شملت 95 فرداً من المتخصصين في العمران والبيئة الحضرية وخبراء الصحة العقلية لتأكيد وتقييم وتحديد أولوية المؤشرات المتعلقة بالصحة العقلية والتكثيف الحضري والتي تساعد علي تحسين الصحة العقلية. تم عرض قائمة المؤشرات النهائية المستخلصة من التجارب الدولية والدراسات العالمية على العينة شكل (3)، وكذلك المؤشرات المستخلصة من الدراسة النظرية شكل (4).



شكل(3). نتائج اختيارات المؤشرات المستخرجة في التجارب والدراسات الدولية على عينة الدراسة النظرية والتي تساهم في تحسين الصحة العقلية.



شكل (4). نتائج اختيارات المؤشرات الأخرى المستخرجة من الدراسة النظرية التي تساعد في تحسين الصحة العقلية.

يتضح أن بعض المؤشرات الستة الأولى في شكل (4) التي تم تسليط الضوء عليها أكثر من غيرها تلقت تقييمات عالية تصل إلى 89% مثل توافر بيئات إصلاحية (المساحات الخضراء والزرقاء) وكذلك حسن تصميم هذه البيئات، مما يشير إلى أهميتها البالغة في دمجها ضمن استراتيجيات التخطيط العمراني لتعزيز الصحة العقلية في البيئة الحضرية. وبالمثل، تم تقييم ودراسة المؤشرات المستخلصة من الدراسة النظرية التي تم اختيارها بنسبة اعلي من المتوسط، مما يعكس الحاجة أيضا للتركيز على عناصر مثل انخفاض نسب الازدحام المروري وارتفاع معدلات الفقر وانخفاض مستويات الدخل لتحسين الصحة العقلية. نتائج الاستبيان تُظهر تفضيل واضح للمؤشرات التي تعزز البيئة الحضرية وتدعم الصحة العقلية، مما يعكس الإدراك المتزايد لأهمية تصميم البيئات الحضرية بطريقة تراعي الصحة العقلية. كذلك تؤكد على ضرورة تبني سياسات تخطيط عمراني تركز على الاستدامة والشمولية، مع الاهتمام بإدماج المؤشرات الصحية العقلية في التصميم الحضري لتعزيز بيئات حضرية صحية وتفاعلية. يُشدد على أهمية إجراء المزيد من البحوث لفهم العلاقات بين التكتيف الحضري والصحة العقلية وتطوير مبادرات تعليمية تعزز الوعي والمشاركة المجتمعية حول هذه القضايا.

يوضح الجدول (3) تحليلاً مفصلاً للتأثيرات المباشرة وغير مباشرة لمختلف العوامل البيئية والاجتماعية على الصحة العقلية في البيئات الحضرية، بناءً على مؤشرات متعددة واستجابات محددة لكل مؤشر. وبناءً على الاختيارات والنتائج من الدراسة النظرية الاستطلاعية والتجارب الدولية ظهرت أهمية بالغة لعدة مؤشرات تؤثر على الصحة العقلية في البيئات الحضرية حيث تم التأكيد بشكل خاص على الدور الحيوي للمساحات الخضراء والزرقاء وكذلك وجود تخطيط عمراني جيد مع زيادة المساحات المخصصة للمشاة كل ذلك وغيره من المؤشرات الموضحة بالجدول حيث أشارت التقييمات إلى أن تحسين هذه العوامل يمكن أن يسهم بشكل ملحوظ في تعزيز الصحة العقلية للسكان. كما تم التعرف على مدي خطورة مؤشرات مقل ارتفاع مستويات التلوث والفقر كمؤشرات سلبية تستوجب التدخل لتقليل تأثيراتها السلبية على الرفاهية النفسية.

تعزز هذه النتائج الدعوة لدمج مؤشرات الصحة العقلية في سياسات التخطيط العمراني، مؤكداً على الحاجة لتضمين هذه المعايير ضمن سياسات التخطيط العمراني. يُعد إدماج معايير الصحة العقلية في التخطيط الحضري خطوة ضرورية لتطوير مدن صحية ومستدامة تُعزز من جودة الحياة للسكان وتُقلل من الأعباء النفسية المرتبطة بالتحديات العمرانية.

## تقييم دمج مؤشرات الصحة العقلية المرتبطة بالتكثيف الحضري في سياسات التخطيط العمراني

جدول (3). يوضح نتائج دراسة المؤشرات في ضوء نتائج الاستبيان والدراسة النظرية والتجارب والدراسات الدولية

الجانب	المؤشرات	الدراسة النظرية والأدبيات	التجارب والدراسات الدولية	الدراسة الاستطلاعية	درجة الأولوية بناء على النتائج
العمران	تقليل معدل هجرة السكان من والى المناطق الحضرية (زيادة نسبة السكان)		*		16
	نسب تزايد المناطق العشوائية – توفير السكن المناسب				12
	تخطيط عمراني جيد يحد من العشوائية ويشجع على الاستدامة *		**	**	2
	نسب استهلاك الأراضي (المساحات المبنية)				
	نسب الاستخدامات المختلفة				
	نسب المساحات الخضراء				
	نسب توافر مساحات زرقاء (المسطحات المائية)				
	نسب توافر بيئات إصلاحية (المساحات الخضراء والزرقاء) – حسن تصميم هذه البيئات *		**	**	1
	إهمال التراث التاريخي والمعالم الحضرية / الاهتمام المفرط بها على حساب احتياجات السكان				18
الطرق (المواصلات)	تزايد نسب الازدحام المروري وكثافة حركة المرور *			**	6
	ارتفاع نسب الحوادث المرورية				
	التصميم الحضري للشوارع				
	إمكانية الوصول العادل للسكان لخدمات المدينة				17
	زيادة المساحات المخصصة للمشاة وتسهيل الوصول إلى الأماكن العامة *		**	**	3
	توفير وسائل نقل عام فعالة وسهلة الوصول إليها *		**	**	5
	ارتفاع تكلفة وسائل النقل الجماعي				19
	العمل على سهولة الوصول الي الفراغات العامة		*		11
	ارتفاع معدل انتشار الكباري والجسور				21
المعماري	سوء إدارة أماكن الانتظار للسيارات				
	سهولة الوصول إلي مناطق الأعمال CBD				
	جودة البيئة الداخلية المبنية				
	الاهتمام بنوعية السكن (مساحة الوحدات، جودة البناء، التهوية، الإضاءة) *			**	9
الاجتماعي	معدل التزاحم				
	التصميم المعماري				
	نسبة التشرد				
	ارتفاع معدل الفقر			**	7
	العمل على تزايد التفاعل والتماسك الاجتماعي بين سكان المنطقة الواحدة		*		14
الاقتصادي	توافر مساحات دعم النشاط البدني				
	تزايد معدلات السلامة والأمان في المدينة		**	**	8
	نسب الأحياء ذات الدخل المنخفض				
	انخفاض مستوى الدخل - متوسط الدخل للفرد *			**	10
	تزايد معدل البطالة				22
	مدي تنافسية السوق المحلية				

إمدادات البنية الأساسية ( المرافق الأساسية)			
15			الاهتمام بالوعي والمعرفة
20			زيادة معدلات التغيرات المناخية
4	**	**	الحد من معدلات التلوث والضوضاء*
			تدهور جودة الهواء
			زيادة الضغط علي الموارد المائية
			مدي كفاءة استخدام الموارد
13		*	دعم السياسات الحكومية التي تدمج الصحة العقلية في التخطيط العمراني
			نسبة مشاركة المواطنين في التنمية الحضرية

(\* تعبر عن المؤشرات ذات معدل تكرار كبير في التجارب والدراسات الدولية.

(\*\*) تعبر عن المؤشرات التي تم اختيارها بنسب اعلي من المتوسط في الاستبيان.

(\*) تعبر عن المؤشرات التي تم اختيارها بشكل أكبر من المختصين بالبيئة الحضرية او العاملين في المجال العمراني ( البيئة الحضرية) أو مرتبطين بهم

### التوصيات

تُظهر نتائج البحث أن التحديات المتصاعدة التي تواجهها الصحة العقلية في البيئات الحضرية. وعليه، من الضروري أن تُدمج المؤشرات الخاصة بالصحة العقلية ضمن استراتيجيات التخطيط العمراني، نظرًا للتأثير الكبير للبيئة الحضرية على الصحة النفسية. تُسهم عوامل مثل الازدحام المروري المتزايد، التلوث البيئي، وقلة المساحات الخضراء في رفع مستويات الضغط والقلق بين السكان.

التوصيات الأساسية لدمجها في سياسات التخطيط العمراني:

- توفير المساحات الخضراء والزرقاء: تساهم المساحات الخضراء والمساحات المائية في تحسين الصحة العقلية للسكان من خلال توفير فرص للراحة والاسترخاء والتفاعل الاجتماعي، مما يخفف من ضغوط الحياة الحضرية.
- تحسين البنية التحتية للنقل العام: تحسين خدمات النقل العام وجعلها أكثر كفاءة يقلل من الازدحام والتوتر المرتبطين بالتنقل اليومي، مما يعود بالنفع على الصحة العقلية.
- تطوير المناطق المخصصة للتفاعل الاجتماعي: إنشاء أماكن تشجع على التفاعلات الاجتماعية مثل الساحات العامة والمكتبات ومراكز المجتمع، لدعم الروابط الاجتماعية وتقوية النسيج الاجتماعي.
- الحد من التلوث البيئي والضوضاء: تقليل مستويات التلوث من خلال تشجيع استخدام الطاقة النظيفة وتقييد استخدام المركبات التي تعمل بالوقود الأحفوري يمكن أن يحسن الصحة العقلية والبدنية.
- تعزيز الأمن والسلامة العامة: تحسين الأمن في المناطق الحضرية من خلال تعزيز الإضاءة العامة وتوفير الخدمات الأمنية للحد من الجريمة والشعور بالأمان.
- تخطيط عمراني يحد من العشوائية ويشجع على الاستدامة: تشجيع التنوع في استخدامات الأراضي لتقليل الحاجة للتنقلات الطويلة وتعزيز إحساس الأمان للمجتمع والانتماء.
- دعم البنية التحتية للرعاية الصحية النفسية: توفير سهولة الوصول إلى خدمات الصحة النفسية وتعزيز برامج الوقاية من الاضطرابات العقلية والتدخل المبكر مع تعزيز البرامج التوعوية لزيادة الوعي وتقليل وصمة العار المتعلقة بالاضطرابات العقلية.
- إشراك المجتمع في التخطيط والتطوير العمراني: تعزيز مشاركة المجتمع في عمليات التخطيط لضمان انعكاس السياسات والبرامج على احتياجات السكان الحقيقية.
- من خلال هذه الاستراتيجيات، يمكن للمدن الكبرى تحسين الصحة العقلية لسكانها وخلق بيئة عمرانية تساهم في رفاهية الجميع، مع التأكيد على أهمية الدمج الفعال للسياسات الصحية العقلية في التخطيط العمراني لضمان تحقيق أعلى مستويات الجودة الحياتية.

## المراجع

1. World Health Organization (2013). Global status report on road safety 2013: supporting a decade of action. World Health Organization.
2. World Urbanization Prospects (2019). World Urbanization Prospects The 2018 Revision. New York: United Nations, Department of Economic and Social Affairs.
3. Arcaya, M.; Davis, M. and Galea, S. (2010). Housing and Health: Current Issues and Implications for Research and Programs. J. Urban Health.
4. Sartorius, N.; Kua, E.; Okkels, N. and Kristiansen, C.B. (2021). Mental Health and Illness in the City. Springer.
5. Zelle, H. (201). The impact of architecture on our psyche. <http://health.138c.com/>
6. El Ansari, W. and Kasim, A. (2015). Urbanization and Mental Health in the Middle East. Globalization and Health.
7. Xu, X.; Wu, Q.; Zhang, J. and Zhu, Q. (2019). The effects of urbanization on mental health in China. Int. J. Mental Health Systems.
8. منظمة الصحة العالمية (2018). الصحة النفسية.
9. Spark Street Consulting. (2017). Noncommunicable Disease Prevention and Adolescents. Spark Street Consulting.
10. W. Evans, G. (2003). The built environment and mental health. Journal of Urban Health, pp. pages536–555.
11. The Center For Urban And Mental Health. (2021). How mental health affects the city. The Center For Urban And Mental Health.
12. برنامج الأمم المتحدة للمستوطنات البشرية (مؤئل الأمم المتحدة) التحضر والتنمية. (2016). التقرير العالمي عن المدن . برنامج الأمم المتحدة للمستوطنات البشرية.
13. حسام قطب الغراب ، هايدى احمد شلبي - فاعلية نظام التخطيط العمراني في مصر في تحقيق التنمية العمرانية المستدامة للمدن – المؤتمر العملي السادس ، ادارة الأراضي في العراق بأبعادها التخطيطية والقانونية ، 2013
14. الهيئة العامة للتخطيط العمراني (2015) ، دليل عمل المخطط الاستراتيجي العام للمدن المصرية - القاهرة.
15. K. Trivedi, J., Himanshu, S. and Dhyani, M. (2008). Rapid urbanization - Its impact on mental health: A South Asian perspective. National Library of Medicine, pp. 161–165.
16. Burns, R.; Zhang, C.X.; Patel, P.; Eley, I.; Campos-Matos, I. and Aldridge, R.W. (2021). Migration health research in the United Kingdom: A scoping review. J. Migration and Health, 4: 100061. doi: 10.1016/j.jmh.2021.100061.
17. Michael, H. (1986). Urban Sprawl and Urban Planning in Japan. JSTOR.
18. Kondo, M. C., Fluehr, J. M., McKeon, T., & Branas, C. C. (2018). Urban Green Space and Its Impact on Human Health. Int. J. Environ. Res. Public Health, 15(3):445. Doi: 10.3390/ijerph15030445.
19. Agarwal, K. (20196). From the City of Djinnns to the City of Sins: how Delhi has facilitated mental wellbeing through urban design. J. Urban Design and Mental Health.
20. White, M.P.; Elliott, L.R.; Gascon, M.; Roberts, B. and Fleming, L.E. (2020). Blue space, health and well-being: A narrative overview and synthesis of potential benefits. Environ. Res., 191, 110169. doi: 10.1016/j.envres.2020.110169.
21. Badland, H.; Whitzman, C.; Lowe, M.; Davern , M.; Aye, L.; Butterworth, I.; . . . Giles-Corti, B. (2014). Urban liveability: Emerging lessons from Australia for exploring the potential for indicators to measure the social determinants of health. Soc. Sci. Med.,111:64-73. Doi: 10.1016/j.socscimed.2014.04.003.Nichani, V.; N Dirks, K.l Burns, B. and Grant, C.C. (2017). Green Space and Depression during

- Pregnancy: Results from the Growing Up in New Zealand Study. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 14:1083.
22. Grahn, P. and K. Stigsdotter, U. (2010). The relation between perceived sensory dimensions of urban green space and stress restoration. *Landscape and Urban Planning*, 94(3-4):264-275.
  23. Sari, E. and Bozo, Ö. (2020). Urban Design and Psychological Health in Ankara, Turkey: A City Case Study. *Turkey. J. Urban Design and Mental Health*, 6(8).
  24. The World Bank. (2022). Urban Development. <https://www.worldbank.org/en/topic/urbandevelopment/overview>
  25. Maria, V.; Teixeira, M. G.; Beraldi, F. and Andrade, L. (2009). Sao Paulo Megacity Mental Health Survey - A population-based epidemiological study of psychiatric morbidity in the Sao Paulo Metropolitan Area: aims, design and field implementation. *Special Article - Braz. J. Psychiatry* 31 (4). <https://doi.org/10.1590/S1516-44462009000400016>.
  26. Haverinen-Shaughnessy, U. and J. Shaughnessy, R. (2015). Effects of Classroom Ventilation Rate and Temperature on Students' Test Scores. *National Library of Medicine*.
  27. J. Pevalin, D.; Taylor, M. and Todd, J. (2008). The Dynamics of Unhealthy Housing in the UK: A Panel Data Analysis. *Housing Studies*, 23(5):679-695.
  28. Australian Government - Australian Institute of Health and Welfar. (2022). Homelessness and homelessness services: Australian Government - Australian Institute of Health and Welfar.
  29. البنك الدولي. (2021). تمويل سياسات التنمية لدعم النمو الاقتصادي الشامل من أجل تعافى مستدام للاقتصاد المصري . القاهرة.
  30. Byrne, W. and Newell. (2014). Urban green space, public health, and environmental justice: The challenge of making cities 'just green enough'. *Landscape and Urban Planning*, 125(1).
  31. Eurostat Statistics Explained. (2019). Urban Europe - statistics on cities, towns and suburbs. Eurostat Statistics Explained.
  32. American Community Survey (2019). U.S. Census Bureau . American Community Survey 1-Year Estimates. American Community Survey .
  33. Pitcairn, C.F.M.; Laverty, A.A.; Chan, J.L.C.; Oyebode, O.; Mrejen, M.; Pescarini, J.M.; Machado, D.B. and Hone, T.V. (2021). Inequalities in the prevalence of major depressive disorder in Brazilian slum populations: a cross-sectional analysis. *Epidemiol Psychiatr Sci.*, 21(30): e66. doi: 10.1017/S204579602100055X.
  34. Paul, K. and Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *J. Vocational Behavior*, 74(3): 264-282. doi: 10.1016/j.jvb.2009.01.001.
  35. Osborne, T. and Frey, C. (2018). Urban Density, Creativity and Innovation. *The Oxford Handbook of Urban Economics and Planning*.
  36. M. Rohe, W. (2009). Urban planning and mental health. *Prevention in Human Services*.
  37. Mayor of London logo (2018). Mental health and wellbeing support in London. [london.gov.uk/programmes-strategies/health-and-wellbeing/health-inequalities/mental-health-and-wellbeing-support-london](https://www.london.gov.uk/programmes-strategies/health-and-wellbeing/health-inequalities/mental-health-and-wellbeing-support-london)
  38. Manczak, E. (2022,). Air pollution linked to depressive symptoms in adolescents. *American Psychological Association*.
  39. London air (2020). London air pollution in UK. <https://www.urbanhealth.org.uk>
  41. Parnell, S.; Shewenius, M.; Sendstad, M. and C. Seto (2013). Urbanization, Biodiversity and Ecosystem Services: Challenges and Opportunities. Springer Netherlands.
  42. Rodina, L. (2018). Water resilience lessons from Cape Town's water crisis. *WIREs Water*.

43. Land Transport Authority (2022). Growing Singapore's land transport network. Land Transport Authority.
44. Akindejoye, F.; Ezedinma, U. and Ike, N. (2021). A case study of Urban Design for Wellbeing and Mental Health in Lagos, Nigeria. *J. Urban Design and Mental Health*, 7:10.
45. Dietrich, U.; Chu, J.C.; Li, Y.H. and Kumar, A. (2019). Urban design and mental health in George Town, Malaysia: a city case study. *Journal of Urban Design and Mental Health*, 6:10 (Advance publication 2019).
46. Melis, G.; Gelormino, E.; Marra, G.; Ferracin, E. and Costa, G. (2015). The Effects of the Urban Built Environment on Mental Health: A cohort study in a large northern Italian City. *Int. J. Environ. Res. and Public Health*, 12(11), 14898–14915. Doi: 10.3390/ijerph121114898.
47. McCay, L. ; Bremer, I. ; Endale, T. ; Jannati, M. and Yi, J. (2017). Urban Design and Mental Health. In *Mental Health and Illness in the City*:1-24). Di: 10.1007/978-981-10-0752-1\_12-1.

### **Evaluating the integration of mental health indicators associated with urban densification into urban planning policies**

**Ahmed M.M. Aboseeda\*, Mohamed S.D. Kotb and Sally M.A. Mohamed**

Faculty of Regional and Urban Planning, Cairo University

\*Corresponding author E-mail: a.abosed2008@gmail.com

#### **ABSTRACT**

The world is rapidly urbanizing, with projections indicating that 70% of the global population will live in urban areas by 2050. This growth places immense pressure on infrastructure and services, affecting the quality of life for urban residents. It emphasizes the need to focus on mental well-being, aligning with the United Nations' Sustainable Development Goal 11, which calls for cities to prioritize mental health for healthy and productive lives. Urban densification, a key feature of modern cities, poses significant challenges to mental health. Factors such as noise pollution, air pollution, overcrowding, limited green spaces, and decreased social interaction lead to heightened stress, anxiety, and depression among urban dwellers.

This study explores the complex relationship between urban densification and mental health, highlighting the necessity of incorporating specific indicators into urban planning policies. Such integration is vital for understanding how urban environments impact mental well-being. The research examines various indicators related to urban densification and mental health, aiming to provide insights that could lead to healthier and more sustainable urban environments. The study addresses the following key themes: (1) Urban densification and urbanization (concepts and perspectives), (2) Mental health (concepts, measurement tools, and assessment methods), (3) Findings from international case studies examining the relationship between urban densification and mental health, and (4) A proposed set of indicators for promoting mental well-being in cities.

The study recommends that incorporating mental health indicators into urban planning policies require considering various factors, including the provision of green and blue spaces, improving public transportation infrastructure, increasing areas dedicated to social interaction and diverse activities, ensuring safety and security, reducing environmental pollution, and bolstering mental health infrastructure.

**Keywords:** Urbanization, Urban Densification, Mental Health, Urban Densification Indicators, Mental Health Indicators.