

## ارزیابی اصول و معیارهای کمی (فیزیکی) و کیفی (روانشناختی) در طراحی اتاق خواب مطلوب خوابگاه‌های دانشجویی

لیلا السادات حمیدیان دیوکلائی\*: کارشناس ارشد مهندسی معماری، مدرس و عضو هیئت علمی دانشکده فنی و حرفه ای الزهراء، بابل، ایران  
مهسا حقانی: کارشناس ارشد مهندسی معماری، مدرس و عضو هیئت علمی دانشکده فنی و حرفه ای الزهراء، بابل، ایران

### چکیده

طراحی مناسب فضای اتاق خواب در خوابگاه‌ها از عوامل موثر در حفظ آرامش و موفقیت تحصیلی دانشجویان به شمار می‌آید. هدف از این پژوهش بررسی معیارهای فیزیکی و تاثیر متقابل آن بر شاخصه‌های روانشناختی در طراحی اتاق خواب مطلوب خوابگاه‌های دانشجویی است. روش تحقیق حاضر از نوع توصیفی-تحلیلی با استفاده از شیوه پیمایشی از نوع عرضی آن می‌باشد که هدف این نوع روش مطالعه، نگرش یک جمعیت و ترجیحات استفاده‌کنندگان است. در این میان ۴۵ نفر از دانشجویان دختر دانشگاه مازندران که در بین ۲ نوع خوابگاه (راهرویی-سویتی) ساکن بودند، به عنوان جامعه هدف انتخاب و نمونه‌گیری به روش تصادفی ساده صورت گرفت. روش گردآوری داده‌ها با استفاده از نظرسنجی از دانشجویان به کمک بهره‌گیری از پرسشنامه‌ای که حاوی چند گروه سوال (شامل مشخصات کمی: ابعاد و اندازه اتاق، نوع تخت و شرایط آن، تعداد قفسه، گنجه و همچنین معیارهای کیفی: انعطاف‌پذیری اتاق، حفظ قلمرو شخصی، ازدحام و شلوغی اتاق، احساس راحتی و... به کار رفته در اتاق خواب فعلی و اتاق خواب ترجیحی) بود، در نظر گرفته شد. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری میانگین و Chi-Square به کمک نرم افزار SPSS (۷.۱۶) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در بررسی ارتباط میان ظرفیت اتاق (تعداد افراد) و به تبع آن رضایت از ابعاد و اندازه با آرامش روانی دانشجویان، نتیجه می‌شود که آرامش روانی دانشجویان وابسته به بعد فیزیکی اتاق است ( $P < 0/05$ ). به بیان دیگر، بعد فیزیکی اتاق در آرامش دانشجویان تاثیر گذار است. از طرفی می‌توان گفت که بین آرامش روانی دانشجویانی که در خوابگاه راهرویی زندگی می‌کنند و دانشجویانی که در خوابگاه سویتی زندگی می‌کنند اختلاف معنادار وجود ندارد ( $P > 0/05$ ). همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که مواردی چون انعطاف‌پذیری اتاق در احساس آرامش دانشجویان موثر است. با بهره‌گیری از سرانه کافی به ازای هر دانشجو و رعایت حداقل مساحت مورد نیاز، احساس آرامش و راحتی، حفظ فضای شخصی و تداعی خانه در خوابگاه‌های دانشجویی حاصل می‌شود.

کلمات کلیدی: اتاق خواب مطلوب خوابگاه، معیارهای کمی و کیفی، فضای شخصی

**مقدمه**

در طراحی خوابگاه‌ها عموماً اتاق‌هایی برای دانشجویان در نظر گرفته می‌شود که صرفاً از جنبه اقتصادی بررسی شده و در کمتر مواردی به نیازهای دانشجویان توجه می‌شود. غافل از این که محیط بر رفتار انسان و احساسات او تأثیر گذار است، اتاق‌هایی با مساحت کم و تعداد افراد زیاد در کنار هم برای دانشجویان تعبیه می‌شود که معیارهایی هم چون خلوت شخصی (Personal space)، آرامش و راحتی، ازدحام (crowding) و... را تحت تأثیر قرار می‌دهند. متأسفانه در سی سال اخیر در ایران به تأثیر شرایط محیطی و معماری خوابگاه‌ها توجه چندانی نشده است. از آنجا که دانشجویان جز مهم‌ترین اقشار جامعه‌اند و توجه به حفظ فضای خصوصی آن‌ها منجر به آرامش خاطر و در نتیجه انجام کارها توسط آنها به بهترین شکل می‌شود، لذا طراحی مناسب اتاق خواب ایشان در خوابگاه مسالهای بسیار مهم و ضروری است. با توجه به اینکه دانشجویان بعد از کلاس‌های درس در دانشگاه، اکثر وقت خود را در اتاق به منظور استراحت و مطالعه می‌پردازند، از این‌رو در این پژوهش به طور خاص به بررسی شرایط مطلوب اتاق خواب دانشجویان از نظر کمی و کیفی پرداخته می‌شود.

**پیشینه پژوهش**

در این زمینه تحقیقاتی در راستای اثرات کمی و کیفی خوابگاه دانشجویان بر احساسات، رفتار و اندیشه‌های آن‌ها انجام شده است. برای مثال مطالعه Meyers و Zhu نشان می‌دهد که ارتفاع اتاق خواب بر روند حل مشکل توسط دانشجویان موثر است. Wardono و همکاران (۲۰۱۲) در بررسی شرایط تنش‌زا در خوابگاه‌ها به این نتیجه رسیدند که اغلب این موارد حاکی از آن است که فضاهای اختصاص یافته بسیار کوچک است و سرانه کافی برای دانشجویان به منظور حفظ فضای شخصی و انجام امور توسط ایشان وجود ندارد. در تحقیقات انجام شده توسط وی به نحوه چیدمان مناسب اتاق خواب دانشجویان به منظور بهره‌گیری بیشتر از فضا پرداخته شده است و به این گفته آلتمن (۱۹۷۵) اشاره دارد که با وجود کوچکی اتاق خواب دانشجویان، هنوز نیاز به فضای شخصی و قلمرو برای افراد حس می‌شود. از آنجا که هر فرد خصوصیات، روحیات و شیوه زندگی متفاوتی دارد، مبلمان فضای اتاق بهتر است به نحوی صورت گیرد که انعطاف پذیر بوده و با اکثر روحیات آنان سازگار باشد. Heilweil مبلمان اتاق را مهم‌ترین فاکتور در طراحی اتاق خواب می‌داند، حال آنکه در کمتر مواردی به آن پرداخته شده است. Kasmar برای هر اتاق شاخصه‌ای را تعریف می‌کند و آن را "شاخص توصیف محیطی" نام‌گذاری می‌کند که بر اساس ویژگی‌های معماری اتاق به توضیح آن می‌پردازد.

در پژوهش‌های صورت گرفته توسط Altman و همکاران به بررسی فضای شخصی در اتاق خواب به کمک عکاسی از دیوارها، فضاهای نشانه‌گذاری شده و تحلیل آن‌ها پرداخته شده است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که قلمرو هر فرد در خوابگاه بین افراد تقسیم، کم و کم‌تر می‌شود.

از دیدگاه آلتمن فضای شخصی بیشتر به فاصله فیزیکی فرد با دیگران تعبیر می‌شود. به گفته آلتمن "فضای شخصی" به فرد "متصل و وابسته" است. فرد هر جا که برود فضای شخصی‌اش را با خودش می‌برد، در صورتیکه قلمرو معمولاً به منطقه‌ای جغرافیایی گفته می‌شود که نام‌تحرک و پایاست (آلتمن، ۱۳۸۲: ۷۳-۷۱). در طراحی اتاق خواب دانشجویان فاکتورهای متفاوتی اعم از شاخص‌های زیباشناختی، راحتی فیزیکی و آسایش روانی می‌بایست در نظر گرفته شوند. شاخصه زیبایی شناختی به درک زیبایی و حس رضایت بصری از مکان مربوط می‌شود. (Ritterfeld & Qupchik, ۱۹۹۶). آسایش روانی شامل حفظ فضای شخصی، قلمرو و حس حضور در خانه میان خانواده مربوط می‌گردد. حس تعلق به مکان و حس فرد از خود در ارتباط با دیگران مفاهیمی هستند که در تحقیقات آلتمن به آن پرداخته شده است. در حس تعلق به مکان، فرد با محیط اطراف خود درگیر شده درحالی‌که در حس فرد از خود به ارتباطات او با دیگران پرداخته می‌شود. در این یافته‌ها آشکار می‌شود درک قلمرو فرد و کمک به افزایش آن موجب آرامش خاطر او و امکان انجام فعالیت‌های بیشتری توسط وی (Mccoy & Evans, 2002).

دانشجویان، اولیا و مدیران انتظار دارند که خوابگاه‌ها، فضاهای اجتماعی و خصوصی مناسب، محریمیت و خلوت شخصی بدون ایزوله کردن و منزوی کردن همراه با بیشترین میزان انعطاف‌پذیری را برای دانشجویان فراهم آورند. نحوه قرار گرفتن اتاق‌ها، نحوه برخورد با فضاهای عمومی، به کارگیری مبلمان، تکنولوژی و نورپردازی مناسب می‌توانند ابزارهای مناسبی برای رسیدن به این اهداف باشند (Kurtin, 2008).

بنابراین با توجه به موارد یاد شده و نظر به اینکه پژوهش‌های انجام گرفته در خصوص طراحی اتاق خواب خوابگاه‌ها به صورت همه جانبه اندک است هدف از انجام این پژوهش بررسی و مطالعه شاخصه‌های به کار رفته در طراحی یک اتاق خواب مطلوب دانشجویی و مقایسه دو نوع اتاق خواب خوابگاه‌های راهرویی و سویتی به منظور ارتقا بخش خصوصی خوابگاه می‌باشد. به این ترتیب، بر اساس یافته‌های این پژوهش با شناسایی این شاخصه‌ها و به کارگیری درست آن‌ها می‌توان اتاقی برای دانشجویان طراحی کرد که در آن علاوه بر فرصت برای انجام امور روزمره توسط وی، به احساسات و شاخص‌های روان‌شناختی او توجه و موجب آرامش خاطر دانشجویان در فضایی دور از خانه گردد.

**روش تحقیق**

این پژوهش توصیفی-تحلیلی بر روی ۴۵ نفر از دانشجویانی که در دو نوع خوابگاه‌های دانشگاه مازندران (راهرویی-سویتی) ساکن بودند انجام گرفته است. در واقع در این پژوهش از روش "تحقیق پیمایشی" از نوع "عرضی" استفاده شده است که هدف این نوع روش مطالعه، نگرش یک جمعیت و ترجیحات استفاده‌کنندگان است و استفاده از نوع عرضی به جهت مطالعه چند گروه در یک برش زمانی است (سامانی، ۱۳۸۸).

خوابگاه دخترانه حضرت زینب خوابگاه راهرویی و خوابگاه نسیم کوثر از نوع خوابگاه سویتی هستند. نمونه پژوهش از خوابگاه بلوک ۵ خوابگاه حضرت زینب انتخاب شد که با توجه به جمعیت حدود ۴۰۰ نفره آن، حدود ۲۸ نفر سنجیده شد. جهت ضریب اطمینان، پرسشنامه مورد نظر بین ۳۵ نفر از این بلوک توزیع داده شد. از طرفی ۱۰ پرسشنامه نیز با توجه به جمعیت ۱۰۰ نفره خوابگاه سویتی نسیم کوثر میان دانشجویان توزیع گشت که تعداد تخمینی پرسشنامه برای این جمعیت حدود ۷ پرسشنامه در نظر گرفته شده بود.

سوالات پرسشنامه مبتنی بر ۳ گروه بوده است: ۱- پیرامون اطلاعات فردی، شامل رشته و مقطع تحصیلی، مدت تحصیل و اقامت در دانشگاه، ۲- مشخصات اتاق خواب خوابگاه (از حیث کمی) شامل ۲۳ سوال در مورد نوع خوابگاه، دسترسی به فضاهای عمومی نشیمن، آشپزخانه و سرویس‌ها، ظرفیت اتاق فعلی و اتاق ترجیحی، ابعاد و اندازه اتاق و رضایت از آن، نوع تخت و رضایت از آن، بررسی تعداد قفسه و کمد، ابعاد و اندازه آن، رضایت از امکانات داخل اتاق، انعطاف‌پذیری اتاق و پرسش پیرامون ترسیم کروکی اتاق فعلی و اتاق مطلوبشان، پرسش از رنگ اتاق فعلی و بیان رنگ ترجیحی، نوع پوشش کف و دیوار، وجود پنجره و... ۳- مشخصات اتاق خواب خوابگاه (از حیث کیفی) شامل ۱۰ سوال در مورد امکانات مطلوب و مورد نیاز دانشجویان در اتاق خواب، احساس آرامش و راحتی، ازدحام و شلوغی، فضای خلوت شخصی،

فرصت کافی برای انجام امور دلخواه و احساس حضور در اتاق خواب شخصی که سوالات به صورت پنج گزینه‌ای طیف لیکرت از خیلی کم تا خیلی زیاد طراحی شده است. در این میان اسکیس ترسیمی اتاق خواب مطلوب میان دانشجویان نیز توزیع و از آنها خواسته شده بود تا اتاق خواب مطلوب خود را ترسیم نمایند. تحلیل‌های توصیفی از جمله تحلیل‌های فراوانی جهت به دست آوردن میزان فراوانی پاسخ‌های هر سوال، آزمون‌های کای دو جهت مقایسه و پیدا کردن رابطه بین دو متغیر و معنادار بودن رابطه آن‌ها، تحلیل واریانس یک‌طرفه و آزمون تعقیبی مقایسه میانگین‌ها جهت پیدا کردن ارتباط یک متغیر وابسته با متغیرهای مستقل هر سوال انجام گرفت. سطح معناداری در همه آزمون‌ها ۰/۰۵ انتخاب شد. در پرسشنامه توزیع شده ۳۵ عدد متعلق به خوابگاه دختران راهرویی حضرت زینب (۷۷،۷)٪، ۱۰ عدد متعلق به خوابگاه سوییته نسیم کوثر است (۲۲،۳)٪.

### یافته های پژوهش

در بررسی ظرفیت اتاق مشخص شد که ظرفیت بیشتر اتاق‌ها ۶ نفره و بالاتر بودند که حدود ۷۱/۴٪ دانشجویان از این ظرفیت ناراضی بودند. مساحت بیشتر اتاق‌ها با ظرفیت‌های متفاوت به طور میانگین ۱۲ متر مربع بود که نارضایتی بیشتر دانشجویان را در بر داشت (جدول ۱).

جدول ۱. جدول توصیفی مربوط به ظرفیت اتاق

ظرفیت	تعداد	درصد
دو نفره	۲	۴،۴۴٪
سه نفره	۳	۶،۶۶٪
چهار نفره	۱۱	۲۴،۴۴٪
پنج نفره	۶	۱۳،۳۳٪
۶ نفره و بالاتر	۲۳	۵۱،۱٪
جمع کل	۴۵	۱۰۰،۰٪

منبع: نگارنده

در بررسی ارتباط میان ظرفیت اتاق و به تبع آن رضایت از ابعاد و اندازه با آرامش روانی دانشجویان، با توجه به مقدار آمارکای-دو بدست آمده و مقدار سطح معنی داری که برابر با ۰/۰۴۷ حاصل شده است، نتیجه می شود که آرامش روانی دانشجویان وابسته به بعد فیزیکی اتاق است. به بیان دیگر، بعد فیزیکی اتاق در آرامش روانی دانشجویان تاثیر گذار است (جدول ۲). در راستای پاسخ دانشجویان پیرامون ظرفیت مطلوب اتاقشان و همچنین بررسی‌های انجام شده از کרוکی های دانشجویان این نتایج حاصل گشت که دانشجویان خواستار اتاق‌هایی با ظرفیت کم به صورت حداکثر دو نفره می‌باشند.

جدول ۲. جدول نتایج آزمون Chi-Square ارتباط میان ظرفیت اتاق و آسایش روانی دانشجویان

Pearson Chi-Square	Value (درجه آزادی)	df	sig
	۲،۹۰۴	۳	۰/۰۴۷

منبع: نگارنده

آنالیز توصیفی cross-tab رضایت از اتاق بین دو گروه اتاق خواب خوابگاه راهرویی و سوییته انجام شد. در آزمون مقایسه ای میانگین و آزمون t دو نمونه مستقل بین دو گروه اتاق خواب خوابگاه راهرویی و سوییته مشاهده می شود که مقدار Sig برابر با ۰/۶۷۲ بدست آمده و از آنجا که این مقدار از ۰/۰۵ بزرگتر است با توجه به فرض، می توان گفت که در سطح معناداری ۰/۰۵ بین آرامش روانی دانشجویانی که در خوابگاه راهرویی زندگی میکنند و دانشجویانی که در خوابگاه سوییته زندگی می کنند اختلاف معنادار وجود ندارد.

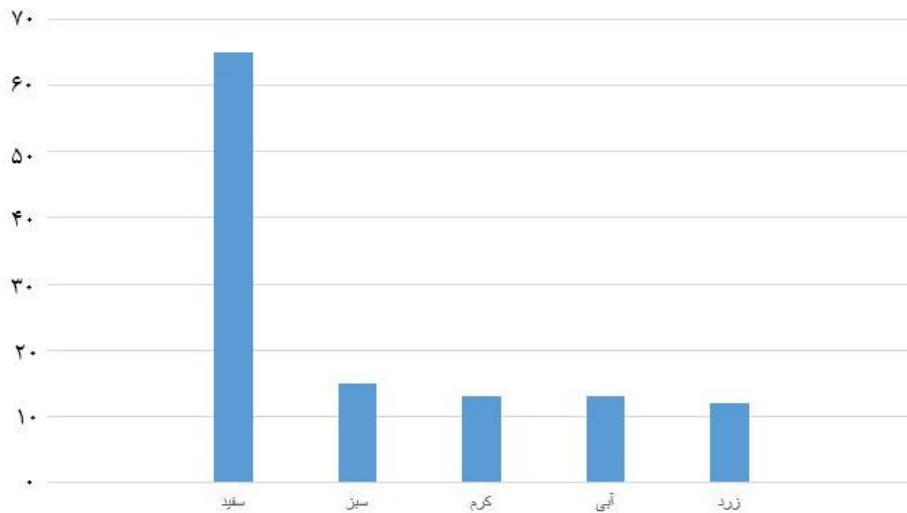
نوع تخت نیز در جامعه آماری ۴۵ نفره مورد بررسی قرار گرفت و مشخص شد که حدود ۷۷/۶٪ تخت‌ها دو نفره بودند. حدود ۵۱٪ دانشجویان از شرایط خواب و تخت خود احساس رضایت می کردند و همچنین اکثر دانشجویان تخت یک طبقه را به دلیل رفت و آمد آسان تر ترجیح دادند (جدول ۳). برای بررسی بیشتر، مقایسه‌ای بین آرامش روانی دانشجویانی که از تخت ۱ طبقه استفاده میکنند و آرامش روانی دانشجویانی که از تخت ۲ طبقه استفاده می کنند، انجام شده است مشاهده می شود که مقدار Sig برابر با ۰/۲۰۶ بدست آمده و از آنجا که این مقدار از ۰/۰۵ بزرگتر است می توان گفت که در سطح معناداری ۰/۰۵ بین آرامش روانی دانشجویانی که از تخت ۱ طبقه استفاده میکنند و آرامش روانی دانشجویانی که از تخت ۲ طبقه استفاده می کنند اختلاف معنادار وجود ندارد.

جدول ۳. جدول آنالیز توصیفی cross-tab مربوط به رضایت از نوع تخت

نوع تخت	درصد	رضایت از نوع تخت			
		خیلی کم	کم	متوسط	زیاد
یک طبقه	۲۲،۴٪	۰٪	۱۸،۲٪	۸۱،۸٪	۰٪
دو طبقه	۷۷،۶٪	۲،۶٪	۴۲،۱٪	۴۷،۴٪	۷،۹٪

منبع: نگارنده

در بررسی رنگ اتاق نیز آشکار شد که اتاق بیشتر دانشجویان به رنگ سفید است و اکثریت آنان از این رنگ راضی (حدود ۷۱/۴)٪ و رنگ‌های شاد را نیز پیشنهاد کردند. نمودار ۱ بیانگر رنگ اتاق دانشجویان با توزیع فراوانی به درصد است. در بررسی ارتباطی که میان رضایتمندی از رنگ اتاق و آرامش روانی دانشجویان وجود داشت آشکار شد که با توجه به مقدار آمارکای-دو بدست آمده و مقدار سطح معناداری که برابر با ۰/۰۱۲ حاصل شده است، نتیجه می شود که رضایتمندی از رنگ اتاق در آرامش روانی دانشجویان تاثیر دارد.



شکل ۱. نمودار میله ای رنگ اتاق خواب خوابگاه دانشجویان. منبع: نگارنده

در مبحث انعطاف پذیری نیز آشکار شد که حدود ۸۸٫۹٪ دانشجویان از جامعه آماری ۴۵ نفره اتاق خود را انعطاف ناپذیر دانسته‌اند. در بررسی ارتباط میان انعطاف پذیری اتاق و آرامش روانی دانشجویان مشخص شد که با توجه به مقدار آمارکای- دو بدست آمده و مقدار سطح معنی داری که برابر با ۰/۰۳۵ به دست آمده است، نتیجه می شود که انعطاف پذیری اتاق خواب در آرامش روانی دانشجویان موثر است (جدول ۴).

جدول ۴. جدول نتایج آزمون Chi-Square ارتباط میان انعطاف پذیری اتاق و آسایش روانی دانشجویان

sig	df	Value (درجه ارزشمندی)	Pearson Chi-Square
۰/۰۳۵	۳	۲٫۶۲۰	

منبع: نگارنده

همچنین در بخش نورگیری اتاق‌ها مشاهده شد که در جامعه آماری ۴۵ نفره همه‌ی اتاق‌ها پنجره داشته و حداقل نورگیری را دارا بودند. در بررسی‌ها مشاهده شد که در سطح معناداری ۰/۰۵ بین آرامش روانی دانشجویانی که اتاقشان به قدر کافی نور گیر است و دانشجویانی که اتاقشان به قدر کافی نورگیر نیست، اختلاف معنادار وجود ندارد. نتیجه می‌شود که کفایت نورگیری اتاق در آرامش روانی دانشجویان تاثیر ندارد. در مباحث کیفی و روان شناختی اتاق خواب دانشجویان نیز ۷ مورد سوال مطرح شد. اکثریت دانشجویان از ازدحام و شلوغی اتاق‌ها رنج برده و خواستار فضایی برای خلوت شخصی بیشتر خود بودند. هم‌چنین در آخر از دانشجویان سوال پرسیده شد که در کدام قسمت از اتاق خود احساس راحتی بیشتری می‌کنند که اکثریت آنان تخت و حوزه قلمرو شخصی خود را پاسخ دادند که از عباراتی مانند "تنها فضای شخصی من، تنها جایی که یادآور اتاق خواب من در خانه است" استفاده کردند. جدول ۵ درصد پاسخ‌گویی دانشجویان به سوالات کیفی پیرامون اتاق خواب خوابگاهشان را نشان می‌دهد.

جدول ۵. جدول توصیفی رضایتمندی دانشجویان از اتاق خوابشان (آسایش روانی دانشجویان)

رضایتمندی از اتاق					
خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	خیلی کم	
٪۲/۰	٪۱۴/۳	٪۵۳/۱	٪۱۶/۳	٪۱۴/۳	احساس آرامش و راحتی
٪۱۸/۴	٪۳۴/۵	٪۳۰/۸	٪۱۰/۳	٪۶/۱	ازدحام و شلوغی
٪۲/۰	٪۲/۰	٪۱۴/۳	٪۳۲/۷	٪۴۹/۰	فضای خلوت شخصی
٪۲۶/۵	٪۴۰/۸	٪۲۶/۵	٪۲/۱	٪۴/۱	داشتن روابط دوستانه با هم اتاقیان
٪۲/۰	٪۴/۱	٪۲۴/۵	٪۲۴/۵	٪۴۴/۹	نزدیکی ذهنی اتاق خواب خوابگاه به اتاق خواب خانه

منبع: نگارنده

### بحث و نتیجه گیری

این پژوهش که با هدف بررسی عوامل کمی و کیفی در طراحی اتاق خواب مطلوب دانشجویان انجام گرفته به خوبی ارتباط میان تاثیر این عوامل را بر آسایش فیزیکی و روانی دانشجویان ساکن خوابگاه‌ها نشان می‌دهد. شواهد این پژوهش تاثیرگذاری مهم و غیر قابل انکار شاخصه‌های فیزیکی و روانشناختی را در طراحی مناسب اتاق خواب خوابگاه‌ها در بر می‌گیرد. بر این اساس آسایش روانی دانشجویان تحت تاثیر عواملی چون ظرفیت و مساحت اتاق، مشخصات فیزیکی اتاق مانند رنگ، و انعطاف پذیری فضای اتاق است.

برخی از یافته‌های این پژوهش با بخشی از پژوهش‌های انجام شده داخلی و خارجی در خصوص اثرگذاری ابعاد فیزیکی بر آسایش روانی دانشجویان هماهنگی دارد. در پژوهش انجام گرفته توسط Curtin به نحوه قرارگیری اتاق‌ها، به کارگیری مبلمان، تکنولوژی و نورپردازی مناسب پرداخته و در نظر گرفتن آن‌ها به عنوان ابزاری جهت رسیدن به اهداف مهمی چون حفظ محریمیت و خلوت شخصی پرداخته می‌شود. در مطالعه صورت گرفته توسط بهبهانی به تمایل اکثر دانشجویان به

اتاق های دو نفره به لحاظ خلوت شخصی، قلمرو مکانی بیشتر، ازدحام کمتر و در عین حال تنها و ایزوله نبودن در تمامی مقاطع تحصیلی اشاره دارد که نتایج آن مشابه این پژوهش است (بهزادبهبهانی، ۱۳۹۰).

از طرفی نتایج این پژوهش با برخی از بخش های پژوهش بهبهانی تا حدودی مغایرت دارد. این مغایرت که شامل ترجیح خوابگاه از نوع سوییچی به خوابگاه از نوع سالی و راهرویی می باشد می تواند به این دلیل باشد که در این پژوهش صرفاً اتاق خواب دو نوع خوابگاه به عنوان بخش خصوصی خوابگاه مورد بررسی قرار گرفته و فضاهای عمومی در نظر گرفته نشده است. همچنین در ارتباط با رابطه معناداری میان تعداد نفرات حاضر در اتاق و میزان رضایتمندی از فضای اتاق میان این پژوهش با مطالعه انجام شده توسط شاکری تفاوت وجود دارد (شاکری، ۱۳۹۳). در پژوهش یاد شده ارتباط میان ظرفیت اتاق و رضایت افراد از آن، رابطه معناداری نیست که این می تواند به دلیل تفاوت فرهنگی افراد حاضر در این پژوهش و پژوهش یاد شده (دانشجویان خارج کشور) باشد. با توجه به اهمیت قابل توجه جایگاه خوابگاه ها بر تحصیل و موفقیت دانشجویان، مطالعات و نتایج این پژوهش پیشنهاداتی را جهت طراحی اتاق خواب مطلوب دانشجویی ارائه می دهد.

۱. با توجه به نتایج پژوهش، متوسط مساحت اتاق خواب دانشجویان ۱۲ مترمربع بوده که بیشتر به اتاق های ۴ نفره اختصاص داده شده است. حال آنکه با توجه به مطالعه سوابق پژوهشی چنین سرانه ای اختصاص به اتاق های تک نفره دارد. پیشنهاداتی برای این سرانه ها در نظر گرفته شده است که در این میان اتاق هایی با ظرفیت حداکثر تا دو نفر پیشنهاد شده است. اتاق های تک نفره ۹ الی ۱۱ مترمربع، اتاق های دو نفره ۱۶،۷ الی ۱۸،۵ متر مربع در نظر گرفته شود.
۲. در ارتباط با نوع تخت، دانشجویان تخت ۱ طبقه را به دلیل دسترسی آسان تر به نسبت به تخت ۲ طبقه ترجیح دادند. توصیه می شود تخت هایی چندکاره و انعطاف پذیر مطابق با نیاز دانشجو در نظر گرفته شود و قابلیت تنظیم ارتفاع را نیز داشته باشند.
۳. در مورد وجود پنجره و کفایت نورگیری در طراحی باید در نظر داشت که نورگیر و پنجره را در جایی قرار داد که بهترین دید و کوران هوا حاصل آید و حداقل نورگیری از شمال و تابش در جنوب فراهم شود.
۴. در طراحی مبلمان از جمله میز مورد نیاز دانشجو نیز بهتر است قابلیت تنظیم ارتفاع داشته باشد. کمد، قفسه لباس و کتاب متناسب با نیاز دانشجو تعبیه شود. اتاق می بایست به صورتی باشد که قابلیت انعطاف پذیری داشته و دانشجو بتواند آن را مطابق با سلیقه ی شخصی و نیازهای خود تغییر دهد. طول و عرض و تناسب مناسب اتاق از جمله مواردی است که این امکان را فراهم می آورد.
۵. رنگ دیوارها و کف بهتر است مطابق با پیشنهادات دانشجویان، رنگ های روشن و شاد در نظر گرفته شود. همچنین بهتر است بر روی دیوارها در صورت امکان از پوشش های تزئینی و دکوراتیو استفاده شود.

مفاهیم کیفی احساس آرامش و راحتی، حفظ فضای شخصی، مفهوم قلمرو و قلمرو پای، تداعی خانه و احساس حضور در خانه از جمله مهم ترین مواردی است که تا حدی با بهره گیری از سرانه کافی به ازای هر دانشجو و رعایت حداقل مساحت مورد نیاز حاصل می شود. با توجه به عدم توجه کافی به طراحی مطلوب خوابگاه ها، امید است در آینده تحقیقات گسترده تری در زمینه بهبود وضعیت سکونت دانشجویان در فضاهای خصوصی و عمومی در انواع خوابگاه ها و همچنین در خوابگاه های پسرانه انجام پذیرد.

## منابع و مراجع

۱. آلتمن، ای. (۲۰۰۳). محیط و رفتار اجتماعی: خلوت، فضای شخصی، قلمرو، ازدحام. ترجمه علی نمازیان، ۱۳۸۲. تهران: انتشارات شهید بهشتی
۲. انصاری، مجتبی. (۱۳۸۹). بررسی حس قلمرو و رفتار قلمروپایی در پارک های شهری، آرمانشهر، شماره ۴۰۳-۴۸
۳. بحرینی، سید حسین. (۱۳۷۷). مفهوم قلمرو در فضاهای شهری و نقش طراحی شهری خودی در تحقق آن. نشریه هنرهای زیبا، شماره ۶، صفحه ۱۸-۳۰
۴. بهزاد بهبهانی، آرزو. (۱۳۹۰). طراحی خوابگاه های جدید بر اساس ترجیحات دانشجویان در ابعاد معماری و روان شناسی محیطی روانشناسی معاصر. شماره ۶، صفحه ۵۹-۶۸
۵. سامانی، س. (۱۳۸۸). کنگره روش های تحقیق در معماری. ۲۳ مرداد ماه ۱۳۸۸، شیراز
۶. شاکری، شکوه و لیتکوهی، ساناز. (۱۳۹۳). "اختلافات فرهنگی، عاملی تاثیر گذار بر ترجیحات محیطی دانشجویان نسبت به فضای خوابگاه (نمونه موردی: ایران و قبرس)". نشریه علمی - پژوهشی انجمن علمی معماری و شهرسازی ایران، دوره ۵، شماره ۸، صص ۱-۱۱.
۷. Sommer R. (1996), The physical environment of the ward, Chapter 11. In E. Friedson, (Ed.), The Hospital in Modern Society, The Free Press, Glencoe. Revised version in Hospitals; p. 71-4.
۸. Meyers-Levy J, Zhu R. (2007), The Influence of Ceiling Height: The Effect of Priming on the Type of Processing That People Use. Journal of consumer research, Inc, 8; (34).
۹. Wardono P, Susanto R. (2012), Student Furniture Design as Behavioral and Local Business Resources. Journal of Social and Behavioral Sciences, 50; p. 691-98.
۱۰. Heilweil M. (1973), the influence of dormitory architecture on resident behavior. Environment and Behavior, 5 (4); p.409-426.
۱۱. Kasmar J.V. (1970), The Development of a Usable Lexicon of Environmental Descriptors. Environment and Behavior, 2(2); p.153-169.
۱۲. Altman I (Eds). (1987), Handbook of Environmental Psychology. 2<sup>nd</sup> ed. New York: Wiley.
۱۳. Ritterfeld U, Cupchik GC. Perceptions of interiors of spaces. J Environ Psychol. 1996; 16(4): 349-360.
۱۴. Altman I, The environment & social behavior. (2002), 1st ed. New York: Brooks/Cole Pub. Co; 1975.
۱۵. McCoy J.M, Evans G. (2002), The potential role of the physical environment in fostering creativity. Creativity Research Journal 14(3-4);p. 409-426.
۱۶. Curtin J. (2008), Next generation student living. Learning By Design. 7; p. 22-25.
۱۷. Thompson T, Robinson J, Graff M, Ingenmey R. (1991), Home-like architectural features of residential environments. American Journal of Mental Retardation. 9; 5(3); p. 328-34.