

واکاوی تجربه‌های زیسته اکوتوریست‌ها از محیط‌های روستایی و اثرات مثبت آن

خدیجه بوزرجمهری^{۱*}، امیرعلی برومند^۲

۱ دانشیار گروه جغرافیا، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

۲ دانشجوی کارشناسی ارشد آموزش محیط‌زیست، گروه برنامه‌ریزی، مدیریت و آموزش محیط‌زیست، دانشکده محیط‌زیست، دانشگاه تهران، تهران، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۲/۱۸ تاریخ تصویب: ۱۴۰۰/۱۰/۰۶

چکیده

هدف عمده این پژوهش، کشاندن تجربه‌های زیسته گردشگران از طبیعت و فضای نیمه‌طبیعی روستایی و اثرات مثبت آن به حوزه‌ی دانش رسمی، کشف داده‌های مهم و مقوله‌های جدید است. در این راستا، پژوهش حاضر بر آن است تا با تکمیل پازلی از مقوله‌ها به فهم و تبیین کیفیت «تجربه طبیعت در فضای روستایی» و اثرات سازنده‌ی آن در ابعاد گوناگون منجر شود. روش پژوهش حاضر کیفی است و در آن از نظریه بنیادی استفاده شده است. جامعه آماری مورد مطالعه، گردشگران مشهدی هستند که در سال‌های ۱۳۹۸ و ۱۳۹۹ دست کم پنج سفر گردشگری روستایی داشته‌اند. برای جمع‌آوری اطلاعات به شیوه گلوله برفی با استفاده از دو معیار «تنوع» و «رسیدن به نقطه اشباع نظری» با ۴۱ نفر مصاحبه نیمه‌ساختاریافته انجام گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد گردشگران طیف متنوعی از تجربه‌های مستقیم طبیعت را در محیط‌های طبیعی روستایی با حواس پنجگانه خود تجربه کرده‌اند که با تأثیرات مثبت فراوانی از جمله بهبود سلامت روحی، روانی و جسمانی، احساس لذت و عزت نفس، بروز خلاقیت و نوعی حس رضایت‌مندی همراه بوده است. در پایان پیشنهادهایی به مسئولین ذی‌صلاح در راستای توسعه بسترهای تجربه طبیعت و غنی‌سازی سفرهای گردشگری روستایی ارائه شد. هم‌چنین، از آن جا که پژوهش حاضر تلاشی در راستای تداوم گفتمان‌سازی آکادمیک برای توجه به اهمیت و ابعاد تجربه طبیعت، نقش و تأثیرات آن به شمار می‌رود، مهم‌ترین پیشنهاد این مطالعه به پژوهشگران آتی انجام پژوهش‌های کمی-کیفی و آمیخته بیشتر در این قلمروی نوپا و میان‌رشته‌ای است.

کلیدواژه‌ها: تجربه طبیعت، گردشگری روستایی، طبیعت روستایی، تأثیرپذیری محیط‌زیستی، کنشگری محیط‌زیستی.

سرآغاز

توسعه پرشتاب شهرنشینی در قرن حاضر باعث ایجاد تغییرات زیادی در سبک زندگی انسان معاصر از جمله دور شدن او از ریشه تاریخی، ازلی و ابدی‌اش، یعنی طبیعت، شده است. این تغییر موجب گردیده تا امروزه انسان مدرن به دنبال راهکارهایی در جهت پرکردن این خلاء باشد (Malekzadeh et al., 2022). گردشگری روستایی یکی از این راهکارهاست، زیرا روستاها در قیاس با محیط‌های شهری پیوند مستحکم‌تری با طبیعت داشته و بستر طیف گسترده‌تری از تجارب طبیعت را برای گردشگران فراهم می‌سازند.

تجربه طبیعت به سه نوع «مستقیم»، «غیرمستقیم» و «نمادین» تقسیم می‌شود (Tabatabaei yazdi & Boroumand, 2022) که در پژوهش حاضر تجربه طبیعت «مستقیم» مد نظر بوده است. تعریف Kahn & Kellert (2002) از تجربه طبیعت مستقیم عبارت است از:

تجربه فیزیکی و واقعی عناصر طبیعت و موجودات زنده، که عمدتاً بیرون از خانه و مستقل از محیط‌های انسان ساخت رخ می‌دهد، به عبارت دیگر گیاهان، جانوران و زیستگاه‌هایی که تا حد زیادی جدا از کنترل و دخالت دائم انسان عمل می‌کنند، بستر این تجارب را فراهم می‌آورند. هم‌چنین این تجارب غالباً برنامه‌ریزی نشده بوده و سازماندهی خاصی برای آن‌ها صورت نمی‌گیرد. این قبیل تجربه‌ها، مواردی نظیر بازی یا فعالیت‌های خودانگیخته در حیاط، جنگل، چمنزار، نهر و رودخانه نزدیک، پارک نزدیک خانه یا اراضی بایر را نیز شامل می‌شود و در همه این مکان‌ها گرچه عناصر طبیعی تحت تاثیر دست‌کاری انسانی قرار دارند، اما موجودات زنده و زیستگاه‌هایشان تا حد زیادی مستقل از کنترل انسانی نیز کارکرد دارند.

در ادبیات پژوهشی فارسی زبان، بررسی مفهوم «تجربه‌ی طبیعت» با ترجمه‌های ارزشمند عبدالحسین وهاب‌زاده مورد توجه قرار گرفت. در گام بعد کتاب‌ها و مقاله‌های نگارش شده در این حوزه توسط پژوهشگران ایرانی (Bouzarjomehri & Boroumand, 2022; 2022; Tabatabaei yazdi & Boroumand, 2022; Avari et al., 2020; Boroumand & Kolahi, 2021; Soleimani et al., 2019; Hajhosseini et al., 2020; Behrooz & Zarghami, 2019) تجربه طبیعت را در فضاهای آموزشی، موزه‌های تاریخ طبیعی و فضاهای گردشگری محلی بررسی کردند. علیرغم تحقیقات صورت گرفته، تا به امروز، تجربه

طبیعت در محیط‌های روستایی موضوعی کمتر مطالعه شده به شمار می‌رود. به همین دلیل، اهمیت جستار حاضر به عنوان تداوم‌دهنده‌ی گفتمانی نو، دست کم در زبان فارسی، در کاربست نگاهی جدید به مفهوم «تجربه طبیعت» در گردشگری روستایی در قالب مصاحبه‌های عمیق، نیمه‌ساختاریافته و سیال مشخص می‌شود. در واقع کوشش این پژوهش ارایه تصویری شفاف از واقعیت این تجارب زیسته و آثار آن‌ها بر گردشگران است.

چارچوب نظری

مفهوم تجربه طبیعت، ذاتاً مبتنی بر حواس تجربی انسان است (Tabatabaei yazdi & Boroumand, 2022) از این رو در ادامه به تفکیک حواس پنجگانه، این تجارب و اثرات آن‌ها مرور می‌شود:

تجارب دیداری

از مهم‌ترین تجربه‌های ادراکی انسان از هستی، تجارب دیداری هستند. این تجارب از بدو تولد با روندی تجمعی شناخت انسان از چیستی و کیفیت محیط پیرامونی‌اش را شکل می‌دهند. امروزه علیرغم این که دانشمندان به اثرات مثبت تجارب دیداری طبیعت پی برده‌اند، علل و ریشه‌های تاثیرات مثبت نهفته در تماشای طبیعت هم‌چنان در هاله‌ای از ابهام است و پیش‌بینی می‌شود به شبکه‌ای از علل پیچیده و درهم تنیده مرتبط باشد، با این حال بعضی پژوهشگران در قیاس فضاهای طبیعی با شهری، فرضیه‌هایی را مطرح کرده‌اند. به عنوان مثال آن‌ها معتقدند ریشه تاثیرات مثبت ناشی از تجربه‌های بصری طبیعت در رنگ‌های غالب در این فضاهای طبیعی نهفته است. رنگ‌های آبی و سبز که در صحنه‌های طبیعت غالب‌اند، آرامش‌بخش، غیرهیجانی و غیرمحرکند (Valdez & Mehrabian, 1994; Guilford & Smith, 1959; Jacobs & Suess, 1975) در حالی که رنگ‌های خاکستری مناظر شهری منجر به تشدید احساس پرخاشگری و افسردگی می‌شود (Frank & Gilovich, 1988). گروهی دیگر از پژوهش‌ها علت آرامش‌بخش بودن مناظر طبیعی را در ویژگی‌های بصری آن‌ها نظیر فقدان خطوط مستقیم، شکل پوشش گیاهی، میانگین اشباع رنگ، تنوع رنگ متوسط، تنوع بصری و فراکتال‌ها در مناظر بکر طبیعت ارزیابی می‌کنند (Berman et al., 2014; Kardan et al., 2015; Aks & Sprott, 1996; Bishop & Rohrmann, 2003).

تجارب شنیداری

با توجه به تکامل‌یافتگی حس شنوایی در انسان و حساسیت این قوه به طیف وسیعی از محرک‌ها (Faure & Hoy, 2000)، صداهای طبیعی، که معمولاً پیچیده‌ترین و آموزنده‌ترین انواع صداها محسوب می‌شوند، می‌توانند اطلاعات مهمی را در مورد شرایط مکانی و زمانی ارائه دهند (Pijanowski et al., 2011) و به این وسیله به هوشیاری و بقای انسان کمک شایانی کنند. در واقع شنوایی، مؤلفه‌ای کلیدی در ساخت و ترمیم تجسم فضایی انسان‌ها نسبت به طبیعت است (Kaplan, 1995; Schafer, 1993) و به نظر می‌رسد که محتوای غنی اطلاعاتی که قوه شنوایی از طبیعت به مغز انسان ارائه می‌دهد، به وابستگی، پیوند و احساس مثبت انسان به مناظر طبیعی کمک می‌کند (Schafer, 1993; Torigoe, 2003; O'CONNOR, 2008; Halpenny, 2010).

در ریشه‌یابی اثرات مثبت تجارب شنیداری طبیعت، به نظر می‌رسد پتانسیل ترمیمی محیط‌های طبیعی، به آن دلیل باشد که در این محیط‌ها به جای پراکنده شدن صداهای بی‌شمار و تحمل بار سنگین امواج وای فای، رادیویی و ماکروویو، می‌توان به صدای پرندگان و جریان آب گوش داد و به جای استرس، آرامش را تجربه کرد (Purcell et al., 2001; Van den Berg et al., 2003; Alvarsson et al., 2010). در همین راستا بسیاری از پژوهش‌ها (Diette et al., 2003; Arai et al., 2008; Ratcliffe et al., 2013; Annerstedt et al., 2013; OGDEN et al., 1993; Aghaie et al., 2014) بهره‌گیری از صداهای طبیعت را برای فرآیندهای درمانی خصوصاً در جهت کاهش استرس و اضطراب، اثربخش گزارش کرده‌اند.

در ریشه‌یابی تاثیر شگرف صداهای طبیعت بر سلامت افراد، یافته‌های پژوهشی (Fisher, 1999; Carles et al., 1999; indquist et al., 2016; Anderson et al., 1983; Lopez (Barrio & Carles, 1995; Rohrman & Bishop, 2002) حاکی از آن است که صداها، آن بعد از کیفیت طبیعت هستند که عکاسان طبیعت و گردشگران از ثبت آن عاجزند و از این رو تجربه زیسته آن‌ها از ارزشی غیرقابل توصیفی برخوردار است. هم‌چنین صداها، اطلاعاتی را برای ارزیابی مؤلفه‌های رئالیستی محیط در اختیار بازدیدکنندگان قرار می‌دهند که منحصر به فرد و در اکثر مواقع غیرقابل بازسازی یا شبیه‌سازی هستند و در خاطر افراد ماندگار می‌شوند. یافته‌های گروه دیگری از پژوهش‌ها (Mace et al., 1999; Mace et al., 2003; Benfield et al., 2010; Kim & Shelby, 2011; Coensel et al., 2011; Fisher,

(1998) نیز نشان دهنده آن است که هر چه صداهای شنیده شده توسط انسان در طبیعت، آمیختگی کمتری با صداهای انسان ساخت داشته باشند و به عبارتی بکرتر باشند، لذت‌بخش‌تر هستند.

تجارب چشایی

چشایی، حسی بسیار خاص است که با خوردن و آشامیدن آدمی عجین بوده و به همین دلیل بیشتر برای کیفیت‌سنجی مواد غذایی کاربرد دارد و با مکانیسم‌های تلفیقی حواس و اعصاب با پیش‌گیری از خوردن و آشامیدن بسیاری از غذاها و نوشیدنی‌های سمی برای سلامت انسان بسیار مهم است (Wooding et al., 2010; Ames et al., 1990; Bate-Smith, 1972; Brieskorn, 1990; Garcia, J. & Hankins, 1975; Glendinning, 1994). این قوه انسان‌ها را به طور غیرقابل وصفی با طبیعت پیوند می‌دهد. همه غذاها به نحوی از طبیعت، مزارع محلی یا بین‌المللی تهیه می‌شود و به همین دلیل در پیوند با طبیعت هستند، حتی اگر مصرف‌کنندگان مستقیماً پیوند آن‌ها با طبیعت را درک نکنند. این چیزی است که نمی‌توان از آن جلوگیری کرد، به همین دلیل حس چشایی در هر وعده غذایی یادآور ریشه‌های طبیعی انسان‌ها است.

در ریشه‌یابی واکنش انسان به طعم‌ها و مزه‌ها، پژوهشگران (Fox & Davidson, 1986; Crook, 1978; Rolls, 2008; Yamamoto, 2008) اذعان می‌کنند انسان از بدو تولد به طعم‌ها و واکنش نشان می‌دهد و اساساً قوه چشایی به پیوند میان احساسات، واکنش‌های عصبی و مکانیسم‌های نظارتی که باعث ایجاد احساس گرسنگی و سیری و میزان مصرف غذایی ما می‌شوند، سبتره دارد.

تجارب بویایی

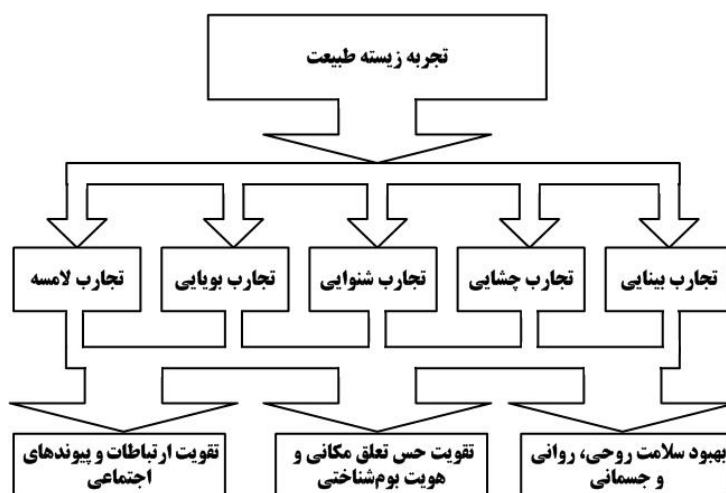
در حالی که مناطق شهری و طبیعت روستایی را بوی محاصره کرده‌اند، گیرنده‌های انسان برای دریافت و درک همه آن‌ها بسیار ضعیف بوده و تنها بخش اندکی از آن‌ها را برای تجزیه و تحلیل به مغز می‌فرستند. تفاوت اصلی بویهای موجود در محیط‌های شهری و روستایی، فراوانی بوی فعالیت‌های انسانی در محیط‌های شهری و فراوانی بوی گل‌ها، درختان، درختچه‌ها، علف‌ها، حیوانات وحشی، دام‌ها، مواد پوسیده و حشرها در محیط‌های روستایی طبیعی است. در واکاوی چگونگی تاثیرگذاری بو در تجارب انسان، بسیاری از پژوهش‌ها (Zald & Pardo, 2000; Kay & Freeman, 1998; Kohler et al., 2007; Herz &

تجارب لامسه

حس لامسه اولین حسی است که انسان پیش از تولد، در رحم مادر، آن را تجربه می‌کند (Dijka et al., 2010). از این رو حس لامسه برای انسان بسیار مهم است و بر ایجاد پیوند اجتماعی بین افراد و گروه‌ها، تقویت روابط دوستی و عاشقانه بین فردی، توسعه درک انسان از مولفه‌های محیطی و کاهش استرس تاثیر می‌گذارد (Gallace & Spence, 2010; Essick et al., 2010; Dunbar, 2010; Moss, 1970; Passman, 1977; Schaffer & Emerson, 1964).

مدل نظری پژوهش

براساس مرور ادبیات موضوعی تجربه طبیعت، مدل مفهومی پژوهش حاضر در شکل (۱) ارائه شده است.



شکل (۱): مدل مفهومی پژوهش

نظریه بنیادی

در این پژوهش به منظور ارائه تصویری روشن از تجارب زیسته اکوتوریست‌ها از محیط‌های روستایی و اثرات آن، از تئوری بنیادی استفاده گردید. این روش کیفی، نوعی تحقیق در عرصه و مبتنی بر رویکرد استقرایی بوده و به صورتی سیستماتیک و در قالب مراحل منظم، پدیده‌ها را در موقعیت طبیعی مورد بررسی قرار می‌دهد. در این روش قابلیت تعمیم ملاک نیست، بلکه هدف درک پدیده و ابعاد مختلف آن است (Beecroft & Schmidt, 2014; Ha-Brookshire et al., 2017; Kwee, 2021). فرآیند نمونه‌گیری در تحقیقات کیفی از نوع غیراحتمالی و هدفمند یا ضابطه‌مند است. از این رو جامعه هدف تحقیق شامل گردشگران

Cupchik, 1995; Soudry et al., 2011; Horowitz, 2011; Price, 1985; Goel & Grasso, 2004; Chen & Haviland-Jones, 1999; Lehrner et al., 2000; Eelen, 1986; Millot & Brand, 2001; Doty, 1998) به پیوند بین حس بویایی با سیستم لیمبیک، هیپوتالاموس و هیپوکامپ اشاره کرده‌اند و معتقدند به دلیل این ارتباطات، بوها بر عواطف، شناخت، خلق و خوی، رفتار، خاطره‌ها و حتی احساس گرسنگی انسان تاثیرگذارند. یافته‌های این پژوهش‌ها تصریح می‌کنند تاثیر بویایی بر سلامت انسان آن قدر چشم‌گیر است، که در صورت هر گونه بروز اختلال در این حس، ممکن است افراد طیفی از واکنش‌های بیماری‌زای جسمی، روحی و روانی از جمله افسردگی را تجربه کنند.

روش پژوهش

تحقیق حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از نظر ماهیت، کیفی محسوب می‌شود. در این مطالعه، ابتدا، برای گردآوری مفاهیم، داده‌ها و اطلاعات از مطالعه‌ها و نظرات صاحب‌نظران، از روش مرور اسنادی استفاده شد. سپس با توجه به پیشینه و ادبیات پژوهش، پیش نویس سوالات اصلی جهت طرح در مصاحبه‌های تحقیق تهیه گردید و با استفاده از نظریه بنیادی و تکنیک گلوله برفی، مصاحبه عمیق با ۴۱ نفر گردشگر مشهدی به اشباع نظری رسید. نهایتاً اطلاعات جمع‌آوری شده کدگذاری باز و محوری و مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

جامعه هدف به روش گلوله برفی صورت گرفت، تنوع افراد معرفی‌شده برای مصاحبه به حدی بود که گستره قابل قبول و متنوعی از ویژگی‌های دموگرافیک را پوشش می‌داد، لذا در روند مصاحبه‌ها ویژگی «تنوع» نیز تامین شد.

پس از پیاده‌سازی متن مصاحبه‌ها، محتوای این گفت و گوها چند بار بازخوانی شد تا درک کلی از داده‌ها به دست آید. در این مرحله از روش کدگذاری محوری استفاده شد تا مضامین اولیه پژوهش استخراج شوند. کدهای اولیه مشخص و در یک طبقه قرار داده شدند. هر گروه با استفاده از مشخصات محتوای کلمات و بر اساس تطبیق با داده‌های نظری و طرح اولیه پژوهش، طبقه‌بندی شدند. خلاصه‌سازی تا آن‌جا که میسر بود، ادامه یافت. ضمناً کوشش شد نظرات و پیش‌فرض‌های ذهنی مصاحبه‌گران در روند پیاده‌سازی داده‌ها دخالت داده نشود و برای ادارک بهتر تجربه‌ها از کدگذاری به روش دستی و دقیق استفاده شود. برای ارزیابی و افزایش اعتبار مطالعه که برای استحکام علمی یافته‌ها، ضروری است به اقتضای روش، از درگیری دائمی و مستمر استفاده شد. بر همین اساس در طول مطالعه از روش‌هایی مثل رفت و برگشت‌های مکرر و بازنگری شرکت‌کنندگان، برای تأیید صحت داده‌ها و مفاهیم محوری مستخرج، استفاده شد و هر جا نیاز بود تغییراتی صورت گرفت و اصلاحات انجام شد.

یافته‌ها

ویژگی فردی پاسخگویان

در جدول ۱ آمار توصیفی پاسخ‌دهندگان ارایه شده است. چنان که جدول مذکور نشان می‌دهد، از این تعداد ۵۳٫۶ درصد زن و ۴۶٫۴ درصد مرد هستند. همچنین میانگین سنی مصاحبه‌شوندگان ۳۴ سال بود. اغلب آن‌ها با ۳۱٫۷ درصد، دارای مدرک کارشناسی ارشد که غالباً (۴۸٫۸ درصد) دانشجو می‌باشند.

یافته‌های حاصل از کدگذاری باز

در گام نخست تحلیل اطلاعات، پس از پیاده‌سازی مطالب جمع‌آوری شده، کدگذاری باز صورت گرفت. حاصل این مرحله شناسایی ۶۷ تجربه طبیعت بود. سپس با توجه به حس درگیر (حس‌های پنجگانه) در آن‌ها، به هر یک از تجارب کدهایی از A تا E اختصاص یافت (جدول ۲).

ساکن مشهد بودند که در بازه دوساله (۱۳۹۸ و ۱۳۹۹) با هدف گردشگری به صورت مکرر (دست کم پنج مرتبه) به محیط‌های روستایی سفر کرده‌اند. در این راستا با ۴۱ نفر از افراد واجد شرایط به‌صورت حضوری، تلفنی و فضای مجازی (از طریق نرم‌افزارهای اسکایپ و گوگل میت) و به شیوه گلوله برفی، مصاحبه شدند. مصاحبه‌ها با قرار قبلی و به طور میانگین بین ۳۰ تا ۶۰ دقیقه به طول می‌انجامید و جهت آشنایی مصاحبه شونگان، نمونه سوال‌های اولیه از قبل ارسال می‌شد و به آنان اطمینان داده می‌شد که هر زمان از مصاحبه یا پس از مصاحبه از ادامه همکاری منصرف شدند، از اطلاعات آنان استفاده نخواهد شد. همچنین در ابتدای مصاحبه توضیح داده می‌شد که:

هیچ پاسخ درست یا غلطی به این سؤالات وجود ندارد و هدف این پژوهش تنها کشاندن تجارب زیسته گردشگران به عرصه ادبیات علمی و قرار دادن آن در دسترس مخاطبان پژوهش‌های دانشگاهی، برنامه‌ریزان، مدیران و سیاست‌گذاران گردشگری استان و کشور است.

برای شفافیت بیشتر، گفتگوها ضبط و سپس به صورت مکتوب پیاده‌سازی و مراحل کدگذاری و تحلیل انجام می‌گرفت. اهمیت این روش به این دلیل است که به مصاحبه شونگان این امکان را می‌دهد تا عقاید، تجارب و افکار خود را همان گونه که هست، بیان کنند. پژوهشگر در این گفتگوهای هدفمند به پاسخ‌های شرکت‌کنندگان گوش فرا می‌دهد و آن‌ها را همراهی می‌کند. علاوه براین، ضمن این که با شیوه‌ای کم و بیش هدایت‌کننده، مصاحبه شونده را به سوی هدف خود سوق می‌دهد، محتوای پنهان مصاحبه را مشاهده کرده و آن را به شیوه‌ای کیفی تحلیل می‌نماید (Saldana, 2009).

محور سؤال‌های مصاحبه‌ها، تجربه‌های زیسته گردشگران از طبیعت روستایی و تأثیرات آن بر ابعاد مختلف وجودی آنان بود و ابتدا با یک سؤال کلی مبنی بر این که «تا کنون چه تجربه‌هایی حس از گردشگری در طبیعت روستایی داشته‌اید؟» آغاز می‌شد و سپس تأثیرات این تجارب مورد پرسش قرار می‌گرفت و در طول مصاحبه‌ها نیز به‌منظور دستیابی به اطلاعات بیشتر و روشن شدن موضوع، سؤال‌های پیگیری‌کننده، کاوشگر یا تلنگر پرسیده می‌شد که مشارکت‌کنندگان را تشویق به ادامه مصاحبه می‌کرد. پس از ۳۵ مصاحبه اطلاعات جدیدی مطرح نشد و این موضوع نشان از رسیدن به نقطه اشباع نظری بود، اما برای اطمینان بیشتر، ۵ مصاحبه دیگر نیز انجام شد. همچنین از آن‌جا که نمونه‌گیری از

جدول (۱): آمار توصیفی پاسخگویان

عنوان	زیرعنوان	فراوانی	درصد
جنس	مرد	۲۲	۵۳,۶
	زن	۱۹	۴۶,۴
رده سنی	۱۸-۲۲	۵	۱۲,۲
	۲۲-۲۶	۱۴	۳۴,۱
	۲۶-۳۲	۶	۱۴,۷
	۳۲-۳۶	۲	۴,۹
	۳۶+	۱۴	۳۱
	دانشجو	۲۰	۴۸,۸
شغل	معلم	۴	۹,۷
	عضو هیئت علمی دانشگاه	۴	۹,۷
	آزاد	۴	۹,۷
	کارمند	۹	۲۲
	دانشجوی کارشناسی	۱۲	۲۹,۳
میزان تحصیلات	کارشناسی	۸	۱۹,۵
	دانشجوی کارشناسی ارشد	۳	۷,۴
	کارشناسی ارشد	۱۳	۳۱,۷
	دانشجوی دکتری	۱	۲,۴
	دکتری	۴	۹,۷

جدول (۲): کدگذاری باز تجربه‌های گردشگران مورد مصاحبه

ردیف	تجارب	کد
۱	صدای شبیه اسب	B4
۲	تماشای حیوانات اهلی روستاییان	A1
۳	مشاهده حیوانات وحشی خصوصا در حاشیه مناطق روستایی	A2
۴	صدای باد	B8
۵	طعم لبنیات محلی	E3
۶	طعم ادویه‌های بومی	E8
۷	لمس کردن برگ و غنچه گل‌ها	C8
۸	لمس خوشه‌های گندم، یونجه و ... در مزارع روستایی	C9
۹	صدای جرقه‌های آتش	B11
۱۰	عطر غذاهای محلی	D10
۱۱	طعم میوه‌ها و سیفی جات محلی	E9
۱۲	تماشای شیردوشی روستاییان از دام‌ها	A7
۱۳	تماشای شیردادن پسر بچه روستایی به گوساله	A8
۱۴	تماشای پرواز پرندگان	A9
۱۵	توجه به شکل ظاهری گیاهان در طبیعت روستا	A10
۱۶	جمع آوری تخم‌مرغ از اشیانه	C3
۱۷	بوی یونجه و کاه	D1

D2	بوی طویله گوسفندان، گاو و گوساله‌ها	۱۸
E1	طعم غذاهای محلی	۱۹
D7	بوی آتش و خاکستر	۲۰
B6	صدای موج دریا	۲۱
B7	صدای نم باران و بارش برف	۲۲
D11	بوی کاهگل در دیوارهای خانه‌ها.	۲۳
A3	مشاهده لانه حیوانات اهلی و وحشی در مزارع و خانه‌های روستایی	۲۴
E2	طعم نان تنوری	۲۵
C15	چیدن سبزی‌های معطر و سیفی‌جات مثل گوجه و خیار	۲۶
C1	نوازش حیوانات خانگی روستاییان مثل گاو، گوسفند	۲۷
C2	شیردوشیدن از دام‌های روستایی مثل گاو و گوسفند	۲۸
E4	طعم تخم مرغ محلی	۲۹
D8	بوی دریا و ساحل	۳۰
D9	عطر روغن زرد محلی	۳۱
E7	طعم سبزی‌های خودرو کنار جوی‌های آب، مثل نعنا و پونه	۳۲
D4	بویدن عطر گل‌های شکوفا	۳۳
D5	بوی سبزی‌های معطر، چمن و سبزه	۳۴
A18	دیدن خورشید و شروع یک روز آفتابی	۳۵
E5	طعم ترشی لواشک‌های محلی	۳۶
B2	صدای دام‌های روستاییان مثل صدای گاو، گوسفند و بزها	۳۷
B3	صدای زنبور عسل، مرغ و خروس در خانه‌های روستایی	۳۸
E11	گرد و خاک خوردن	۳۹
B5	صدای پیچیدن باد در لابلای شاخ و برگ گیاهان	۴۰
A12	توجه به تفاوت‌های گیاهان در طبیعت روستایی	۴۱
E6	طعم آب چشمه	۴۲
A4	دیدن رفتارهای اجتماعی حیوانات همچون زندگی گروهی مورچه‌ها	۴۳
A5	تماشای رفتار غذایی حیواناتی نظیر گربه یا کبوتر به توله‌ها یا جوجه‌هایشان	۴۴
C6	پیاپی روی روی برگ‌ها خشک شده و رنگارنگ پاییزی	۴۵
C7	نوازش برگ و تنه درختان	۴۶
B12	صدای پیچیدن باد در مزارع گندم، جو و ...	۴۷
A15	تماشای آسمان شب (ماه و ستاره‌ها)	۴۸
C14	چیدن میوه از درختان باغات	۴۹
A17	تماشای بارش باران، تگرگ و برف	۵۰
C10	لمس دیوارهای کاهگلی	۵۱
B1	آواز پرندگان، جیرجیرک‌ها، قورباغه‌ها، گرگ‌ها و سگ‌ها	۵۲
B9	صدای حرکت شن‌های ساحلی هنگام راه رفتن روی آن‌ها یا تکان خوردنشان بر اثر حرکت امواج	۵۳
B10	صدای خردن شاخه‌ی درختان	۵۴
A11	مشاهده اجزای یک درخت یا بوته، مثل برگ‌ها، گل‌ها و میوه‌ها	۵۵
E10	طعم ترشیجات و مرباهای محلی روستایی	۵۶
A13	توجه به شکفتن گل‌ها و برگ‌های تازه روییده گیاهان	۵۷
A6	شناسایی حیوانات از روی ردپا، مدفوع یا علائم دیگری که در طبیعت بر جای می‌گذارند	۵۸
A16	دیدن جریان آب در جوی‌ها، ابشارها و فواره‌ها	۵۹

C4	لمس بدن اسب و الاغ	۶۰
C5	لمس سگ‌های گله.	۶۱
D3	بوی اسطبل اسب‌ها و آغل مرغ و خروس‌ها	۶۲
C11	پیاده روی روی خاک، سنگ، برف، شن	۶۳
C13	نوازش نسیم ملایم بر روی گونه	۶۴
C16	شنا و آبتنی در آب رودخانه	۶۵
D6	بوی خاک پس از آبیاری باغات یا بارندگی	۶۶
C12	خاک بازی و شن بازی	۶۷
A14	تماشای خزان در جنگل	۶۸

در همین گام تحلیل اطلاعات پس از پیاده‌سازی مطالب جمع آوری شده، کدگذاری باز تأثیرات تجربه‌های طبیعت نیز صورت گرفت. حاصل این مرحله شناسایی ۲۹ تأثیر مثبت تجربه طبیعت بود. سپس با توجه به ماهیت آن‌ها به هر یک از تأثیرات کدهایی از F تا I اختصاص یافت (جدول ۳).

جدول (۳): کدگذاری باز تأثیرات حاصل از تجارب گردشگران

کد	تأثیر تجارب	ردیف
H2	افزایش حس نشاط و سرزندگی	۱
I7	اطلاع مشاهده حیوان زخمی یا اسیر به دامپزشک	۲
I12	لذت هرس کردن و رسیدگی به گیاهان باغچه خانه خود	۳
F3	ایجاد انگیزه و الهام برای نقاشی کشیدن	۴
I18	تذکر به کسانی که به طرق مختلف آب، خاک و هوا را آلوده می‌کنند	۵
F5	خواندن و نواختن موسیقی	۶
I15	تذکر به کسی که زباله خود را بر زمین می‌اندازد	۷
G2	کاهش فشارخون	۸
G3	تسکین سردردهای عصبی	۹
I3	انتقال حیوان مصدوم به بیمارستان دامپزشکی	۱۰
I4	اطلاع حضور شکارچیان غیرمجاز به ماموران محیط‌بانی	۱۱
G1	کاهش دردهای جسمانی	۱۲
I6	تذکر و برخورد با حیوان آزارها	۱۳
I8	اطلاع مشاهده حیوان زخمی یا اسیر به دفتر انجمن‌های حامی حقوق حیوانات یا کنش‌گران محیط‌زیست	۱۴
I9	تذکر به افرادی که به درختان و گیاهان آسیب می‌زنند	۱۵
I13	نگهداری از گل و گیاهان خانگی	۱۶
H1	کاهش استرس	۱۷
F4	عکاسی از مناظر طبیعت روستایی	۱۸
I5	کمک به حیوان گرفتار در بند، تور و تله	۱۹
F1	ایجاد انگیزه و الهام شعر سرودن	۲۰
F2	داستان و انشا نویسی با الهام از مناظر طبیعی روستایی	۲۱
H3	بازیابی تمرکز ذهنی	۲۲
I1	جمع کردن پسماند غذایی و بردن آن‌ها برای حیوانات	۲۳
I2	کمک به حیوان زخمی در طبیعت	۲۴
I17	تذکر خاموش کردن آتش اجاق به افراد قیل از ترک جنگل	۲۵
I16	تذکر به کسی که خودروی خود را کنار رودخانه یا دریا بشوید	۲۶
I10	جمع‌آوری زباله‌های رها شده در طبیعت و تذکر به افرادی که زباله خود را در طبیعت رها می‌کنند	۲۷
I11	اهتمام بیشتر به آبیاری باغچه خانه و مقابل خانه خود	۲۸

یافته‌های حاصل از کدگذاری محوری

در یک طبقه قرار گرفتند، بدین ترتیب، خوشه‌هایی با مفاهیم جامع به شرح جدول (۴) تشکیل شدند.

لازمه این مرحله، مقایسه دایمی داده‌ها بود. به این منظور تجربه‌های کدگذاری شده با یکدیگر مقایسه شدند و کدهای مشابه

جدول (۴): طبقات حاصل از کدگذاری محوری

ردیف	زیر طبقات	طبقات
۱	تماشای حیوانات اهلی روستاییان	۱. تجربه طبیعت مبتنی بر حس بینایی
۲	مشاهده حیوانات وحشی خصوصا در حاشیه مناطق روستایی	
۳	مشاهده لانه حیوانات اهلی و وحشی در مزارع و خانه‌های روستایی	
۴	دیدن رفتارهای اجتماعی حیوانات همچون زندگی گروهی مورچه‌ها	
۵	تماشای رفتار غذایی حیواناتی نظیر گربه یا کبوتر به توله‌ها یا جوجه‌هایشان	
۶	شناسایی حیوانات از روی ردپا، مدفوع یا دیگر علائمی دیگری که در طبیعت بر جای می‌گذارند	
۷	تماشای شیردوشی روستاییان از دام‌ها	
۸	تماشای شیردادن پسر بچه روستایی به گوساله	
۹	تماشای پرواز پرندگان	
۱۰	توجه به شکل ظاهری گیاهان در طبیعت روستا	
۱۱	مشاهده اجزای یک درخت یا بوته، مثل برگ‌ها، گل‌ها و میوه‌ها	
۱۲	توجه به تفاوت‌های گیاهان در طبیعت روستایی	
۱۳	توجه به شکفتن گل‌ها و برگ‌های تازه روییده گیاهان	
۱۴	تماشای خزان در جنگل	
۱۵	تماشای آسمان شب (ماه و ستاره‌ها)	
۱۶	دیدن جریان آب در جوی‌ها و فواره‌ها	
۱۷	تماشای بارش باران، تگرگ و برف	
۱۸	دیدن خورشید و شروع یک روز آفتابی	
۱۹	آواز پرندگان، جیرجیرک‌ها، قورباغه‌ها، گرگ‌ها و سگ‌ها	۲. تجربه طبیعت مبتنی بر حس شنوایی
۲۰	صدای دام‌های روستاییان مثل صدای گاو، گوسفند و بزها	
۲۱	صدای زنبور عسل، مرغ و خروس در خانه‌های روستایی	
۲۲	صدای شیشه اسب	
۲۳	صدای پیچیدن باد در لابلای شاخ و برگ گیاهان	
۲۴	صدای موج دریا	
۲۵	صدای نم نم باران و بارش برف	
۲۶	صدای باد	
۲۷	صدای حرکت شن‌های ساحلی هنگام راه رفتن روی آن‌ها یا تکان خوردنشان بر اثر حرکت امواج	
۲۸	صدای خردن شاخه‌ی درختان	
۲۹	صدای جرقه‌های آتش	
۳۰	صدای پیچیدن باد در مزارع گندم، جو و ...	
۳۱	نوازش حیوانات خانگی روستاییان مثل گاو، گوسفند	۳. تجربه طبیعت مبتنی بر حس لامسه
۳۲	شیردوشیدن از دام‌های روستایی مثل گاو و گوسفند	
۳۳	جمع آوری تخم‌مرغ از آشیانه	
۳۴	لمس بدن اسب و الاغ	
۳۵	لمس سگ‌های گله.	

	۳۶	پیاده‌روی روی برگ‌ها خشک شده و رنگارنگ پاییزی	
	۳۷	نوازش برگ و تنه درختان	
	۳۸	لمس کردن برگ و غنچه گل‌ها	
	۳۹	لمس خوشه‌های گندم، یونجه و ... در مزارع روستایی	
	۴۰	لمس دیوارهای کاهگلی	
	۴۱	پیاده روی روی خاک، سنگ، برف یا شن	
	۴۲	خاک بازی و شن بازی	
	۴۳	نوازش نسیم ملایم بر روی گونه	
	۴۴	چیدن میوه از درختان باغات	
	۴۵	شنا و آبتنی در آب رودخانه	
	۴۶	چیدن سبزی‌های معطر و سیفی‌جات مثل گوجه و خیار	
	۴. تجربه طبیعت مبتنی بر حس بوایی	۴۷	بوی یونجه و کاه
		۴۸	بوی طولیله گوسفندان، گاو و گوساله‌ها
۴۹		بوی اسطبل اسب‌ها و آغل مرغ و خروس‌ها	
۵۰		بویدن عطر گل‌های شکوفا	
۵۱		بوی سبزی‌های معطر، چمن و سبزه	
۵۲		بوی خاک پس از آبیاری باغات یا بارندگی	
۵۳		بوی آتش و خاکستر	
۵۴		بوی دریا و ساحل	
۵۵		عطر روغن زرد محلی	
۵۶		عطر غذاهای محلی	
۵. تجربه طبیعت مبتنی بر حس چشایی	۵۷	بوی کاهگل در دیوارهای خانه‌ها	
	۵۸	طعم غذاهای محلی	
	۵۹	طعم نان تنوری	
	۶۰	طعم لبنیات محلی	
	۶۱	طعم تخم مرغ محلی	
	۶۲	طعم ترشی لواشک‌های محلی	
	۶۳	طعم آب چشمه	
	۶۴	طعم سبزی‌های خودرو کنار جوی‌های آب، مثل نعنا و پونه	
	۶۵	طعم ادویه‌های بومی	
	۶۶	طعم میوه‌ها و سیفی‌جات محلی	
	۶۷	طعم ترشیجات و مرباهای محلی روستایی	
	۶۸	خاک خوردن	

یافته‌ها به شرح جدول (۵) کدگذاری محوری شدند.

به منظور پاسخگویی به پرسش دوم پژوهش مبنی بر اثرات تجربه‌های طبیعت گردشگران مشهدی در طبیعت روستایی،

جدول (۵): کدگذاری محوری تاثیرات حاصل از تجارب گردشگران

ردیف	زیرطبقات	طبقات
۱	ایجاد انگیزه و الهام برای شعر سرودن	الهامات هنری
۲	داستان‌نویسی و انشانویسی با الهام مناظر طبیعی روستایی	
۳	ایجاد انگیزه و الهام برای نقاشی کشیدن	
۴	عکاسی کردن از مناظر طبیعت روستایی	

	خواندن و نواختن موسیقی	۵
بهبود سلامت جسمانی	کاهش دردهای جسمانی	۶
	کاهش فشارخون	۷
	تسکین سردردهای عصبی	۸
بهبود سلامت روحی-روانی	کاهش استرس	۹
	افزایش حس نشاط و سرزندگی	۱۰
	بازیابی تمرکز ذهنی	۱۱
کنشگری محیط‌زیستی	جمع کردن پسماند غذایی و بردن آن‌ها برای حیوانات	۱۲
	کمک به حیوان زخمی در طبیعت	۱۳
	انتقال حیوان مصدومی به بیمارستان دامپزشکی	۱۴
	اطلاع حضور شکارچیان غیرمجاز به ماموران محیط‌بانی	۱۵
	کمک به حیوان گرفتار در بند، تور و تله	۱۶
	تذکر و برخورد خورد با حیوان آزار	۱۷
	اطلاع مشاهده حیوان زخمی یا اسیر به دامپزشک	۱۸
	اطلاع مشاهده حیوان زخمی یا اسیر به دفتر انجمن‌های حامی حقوق حیوانات یا کنش‌گران محیط‌زیست	۱۹
	تذکر به کسی که به درختان و گیاهان آسیب می‌زد	۲۰
	جمع‌آوری زباله‌های رها شده در طبیعت و تذکر به افرادی که زباله خود را در طبیعت رها می‌کنند	۲۱
	اهتمام بیشتر به آبیاری باغچه خانه و مقابل خانه	۲۲
	لذت هرس کردن و رسیدگی به گیاهان باغچه خانه	۲۳
	نگهداری از گل و گیاهان خانگی	۲۴
	تذکر به کسی که زباله خود را بر زمین می‌اندازد	۲۵
	تذکر به کسی که خودروی خود را کنار رودخانه یا دریا بشوید	۲۶

بحث و نتیجه‌گیری

در مقوله‌بندی یافته‌های پژوهش حاضر تجربه‌های طبیعت گردشگران براساس حواس پنج‌گانه و اثرات آن نیز بر اساس حوزه تاثیرگذاری تقسیم‌بندی شد و در مقایسه با پیشینه تحقیق مشخص گردید که یافته‌های این پژوهش هم‌راستا با نتایج پژوهش‌های (Velarde et al., 2007; Ulrich, 1979; Moore, 1981; Ulrich, 1984; Laumann et al., 2001) تایید کننده آن است که تجارب بصری طبیعت در بهبود وضعیت روحی-روانی افراد همچون کاهش استرس، اضطراب و بهبود سلامت جسمانی آن‌ها موثر است. همچنین مصاحبه شونده‌گان در مطالعه حاضر همسو با نتایج پژوهش‌های (Tennesen & Cimprich, 1995; Ulrich, 2002)، از تاثیر مثبت حضور در طبیعت بکر و مشاهده آثار طبیعی در بهبود سلامتی خود در هنگام بیماری گزارش دادند. نتایج مقایسه تجارب سمعی مصاحبه‌شونده‌گان در پژوهش حاضر نظیر یافته‌های (Yang & Kang, 2005; Fisher, 1999; Carles et al., 1999; Zhang & Kang, 2007; Irvine et al., 2009; Pilcher et al., 2009) نشان دهنده آن است که

مردم صداهایی که در طبیعت می‌شنوند مانند صدای باد، آب روان و حیوانات را به صداهای محیط‌های شهری مانند ترافیک، سر و صدای تفریحی و سر و صداهای صنعتی ترجیح می‌دهند. همچنین یافته‌های این جستار نظیر پژوهش (Payne, 2013) نشان داد مردم صداهای طبیعت و فضای طبیعی روستایی را نسبت به صدا پارک‌ها و فضاهای سبز شهری مطلوب‌تر و آرامش‌بخش‌تر می‌دانند.

نتایج تجارب بویایی گردشگران این پژوهش هم‌نظر با (Glass et al., 2014; Weber & Heuberger, 2008) نشان داد، استشمام بوهای طبیعی از گل‌ها، چمن، زمین مرطوب در فصل بهار، هوای تابستان (الکل برگ) و موم زنبورها بر سلامتی جسمانی، روحیه و روانشان تاثیر مثبت می‌گذارد و تجربه بویایی طبیعت می‌تواند به احساس نشاط، لذت، آرامش، هوشیاری، خلق و خوی خوب و سرخوشی در گردشگران منجر شود. همچنین نتایج پژوهش حاضر همسو با (Lorig et al., 1990; Schloss et al., 2015; Chen & Haviland-Jones, 2000; Davidson, 1938; Franco et al., 2017) نشان داد، بوها بر ارزش‌گذاری

همچنین مصاحبه‌شوندگان در تبیین تجربه‌های خود هم‌نظر با (Kellert & Wilson, 1993; Shiloh et al., 2003; Widstrom et al., 1988; Uvnäs-Moberg, 1989; Barker et al., 2003; Legros J et al., 1988; Petersson et al., 1999; Neumann et al., 2000; Petersson et al., 1996; Petersson et al., 2005; Neumann et al., 2000; Barker et al., 2003) باور داشتند تماس و تعامل نزدیک با حیوانات اهلی و خانگی، نظیر آن‌چه در مدارس جنگلی یا مدارس طبیعت تمرین می‌شود، می‌تواند در حوزه سلامت جسمانی باعث افزایش قدرت تحمل درد، تنهایی، ترس، استرس فردی، استرس اجتماعی، ناامیدی، افزایش آستانه درد، افزایش تولیدات ضد التهاب و افزایش عملکرد پاراسمپاتیک عصبی سیستم و در نتیجه افزایش عملکرد گوارش موثر واقع شود و نیاز به مراقبت‌های پزشکی را کاهش دهد، آن‌ها همسو با نتایج پژوهش‌های (O'Brien & Murray, 2007; Lafreniere et al., 1999; Montagu, 1972; Spence & Olson, 1997) مدعی شدند در بعد روحی، روانی و اجتماعی نیز تجربه لامسه حیوانات به تقویت اعتماد به نفس، مهارت‌های اجتماعی، زبان و ارتباطات، انگیزه و تمرکز، مهارت‌های بدنی، دانش طبیعی-تجربی و درک مخاطبان از طبیعت کمک می‌کند.

بررسی اثرات تجربه‌های لمس طبیعت بی‌جان بیشتر کمتر مورد بررسی قرار گرفته است (Franco et al., 2020). این در حالی است که مصاحبه‌شوندگان پژوهش حاضر معتقد بودند تجربه‌های نظیر لمس خاک زیر پاهای خود هنگام پیاده‌روی در طبیعت بکر روستایی، پیاده‌روی بر روی ساحل شنی، قرار دادن پاها در آب روان و احساس نوازش باد بر روی گونه‌هایشان تجربه‌های بی‌نظیری است که همراه با ایجاد احساس شادی درونی منجر به تشدید حس سرخوشی، کاهش استرس و لذت می‌شود.

برای توسعه تجارب طبیعت گردشگران می‌توان در کنار توسعه گردشگری پایدار روستایی، بستر لازم جهت رشد گردشگری کشاورزی را نیز مهیا کرد. زیرا نتایج بسیاری از پژوهش‌ها نشان دهنده آن است که تجربه کشاورزی به درک بهتر و قوی‌تر افراد از طبیعت کمک می‌کند. فراتر از آن، اگر افراد غذای خود را پرورش دهند، علاوه بر تقویت هویت اکولوژیک و پیوندهای محیط‌زیستی خود با محیط طبیعی، ابعاد شخصیتی، هویت اجتماعی، اعتماد به نفس، شوق یادگیری مهارت‌های مرتبط با طبیعت، شادی و نشاط و خودباوری نیز در آن‌ها تقویت خواهد شد (Church et al., 2015; Crouch & Ward, 1999; Kortright & Wakefield, 2011; Fuller & Irvine, 2010).

بر غذاهای، اشیاء، محیط‌ها و افرادی که افراد با آن‌ها مواجه می‌شوند تاثیر می‌گذارند و به عنوان بخشی از پازل شکل‌دهنده به یک خاطره خوب یا بد در ذهن مردم حک می‌شود.

نتایج مصاحبه با گردشگران در خصوص تجربه‌های چشایی نیز هم‌سو با (Lyman, 2012; Canetti et al., 2002) نشان داد در غذا خوردن ظرفیتی بالقوه برای کاهش اضطراب و سایر احساسات نامطلوب وجود دارد. همچنین هم‌راستا با یافته‌های پژوهشی (Hughner, et al., 2007; Roddy et al., 1994; Schifferstein & Ophuis, 1998; Magnusson et al., 2001; Lea & Worsley, 2005; Roddy et al., 1996; Shafie & Rennie, 2012; McEachern & McClean, 2002; Hjelm, 2011; Fillion & Arazi, 2002; Davies et al., 1995; Baker et al., 2004; Zanolli, and Naspetti, 2002; Yiridoe et al., 2005; Jacka et al., 2011; McCreddie, 2003; McGrath-Hanna et al., 2003; Cordain et al., 2005; Lee et al., 2002; Willcox et al., 2009; Lockie et al., 2004) مشخص شد غذاهای ارگانیک و طبیعی به دلیل جذابیت حسی و عاطفی، پیوندهای سنتی، باکیفیت و سالم‌تر بودن، طعم و عطر بهتر و مطبوع‌تر، تاثیرات مثبت بیشتری بر سلامت جسمانی، روحی و روانی می‌گذارند. همچنین مصاحبه‌شوندگان هم‌نظر با (Cordain et al., 2005; Boaz, 2002; Nesse & Williams, 2012; Eaton & Konner, 1985; Eaton et al., 1988) باور داشتند، رژیم‌های غذایی مدرن که به غذاهای تراریخته و فرآوری شده وابسته است با نظام بیولوژیک ما سازگار نبوده و به همین دلیل باعث بروز بسیاری از بیماری‌های مزمن جدید می‌شود.

یکی از راه‌های اصلی تجربه طبیعت، لمس کردن، صحبت کردن و نوازش حیوانات اهلی است. در این پژوهش مصاحبه‌شوندگان از تجارب متعدد و متنوع لامسه خود از حیوانات در فضای روستایی گزارش کردند و هم‌راستا با پژوهش‌های (Katcher & Wilkins, 1993; Shepard, 1996; Kahn Jr, 1997; Kellert et al., 1993; Friedmann et al., 1983; Grossberg & Alf, 1985; Jenkins, 1986; Beetz et al., 2012; Uvnäs-Moberg, 2003; Insel, 2010; Odendaal, 2003) معتقد بودند از آن‌جا که این تجارب سیستم اکسی‌توسینرژیک را فعال می‌کند و منجر به مزایای مثبتی از قبیل بهبود وضعیت قلب و عروق، افزایش اکسی‌توسین پلازما، کاهش فشار خون، افزایش احساس آرامش، تسهیل کنش‌های مثبت اجتماعی و درمان مشکلات اجتماعی و علائم اوتیستیک می‌شود.

حوزه گردشگری پایدار پیشنهاد می‌شود به تلفیق پررنگ‌تر انواع گردشگری ماجراجویانه در اکوتوریسم و گردشگری پایدار روستایی اهتمام ورزند.

پیشنهادها برای پژوهش‌های آتی

در حالی که در دهه‌های اخیر بسیاری از پژوهشگران با تخصص‌های مختلف در سطح بین‌المللی به پژوهش بر روی موضوع «تجربه طبیعت» اهتمام ورزیده‌اند و در حال تبیین و تشریح مفاهیم نظری، مصادیق کاربردی و اثرات آن هستند، پژوهش حاضر تلاش دارد در قلمروی ادبیات تخصصی حوزه گردشگری بر مفهوم تجربه طبیعت و دریافت گردشگران ایرانی از طبیعت روستایی بومی کشور متمرکز شود تا ضمن بسط ادبیات تخصصی، به تداوم گفت‌وگوهای تخصصی در این زمینه کمک کند. با توجه به گستردگی و پیچیدگی ذاتی موضوع در کنار تنوع بی‌نظیر فرهنگی و بوم‌شناختی ایران، شایسته است سایر محققان مفهوم تجربه طبیعت و کارکرد آن در این حوزه را در عرصه‌های نظری و میدانی، مورد بررسی‌های گسترده‌تر، عمیق‌تر و طولانی‌مدت‌تر قرار دهند.

هم‌چنین لازم است پژوهشگران آتی به این نکته خطیر توجه داشته باشند که اگر چه مفهوم تجربه طبیعت ذاتاً فاقد سوگیری مثبت و منفی است و صرفاً گزارشی از تاثیر و تاثرات، کنش و واکنش‌های یک یا دوسویه‌ی فرد با محیط طبیعی است اما اثرات آن می‌توانند کاملاً سوگیری مثبت و منفی داشته باشند و اصطلاحاً جاذب یا دافع و یا رانشی و کششی باشند (Bouzarjomehri & Boroumand, 2022). لذا تجربه‌های ناشی از هر نوع فعالیتی از جمله طبیعت‌گردی و اکوتوریسم در محیط‌های طبیعی و نیمه‌طبیعی، روستایی و مانند آن در کنار آثار مثبت، آثار منفی نیز هم به همراه دارد. در پژوهش حاضر به سبب ماهیت روش برگزیده شده برای پژوهش، محققان استخراج و کلاسه‌بندی تجربه‌های مصاحبه‌شوندگان را هدف قرار دادند و گردشگران مورد مصاحبه در این تحقیق به آثار منفی و ناخوشایند تجارب خود اشاره‌ای نکردند. هم‌چنین پژوهشگران در چارچوب مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته و در مسیر پربین و خم سوالات رفت و برگشتی نیز به مورد خاصی از تجارب و آثار منفی برنخوردند. در این راستا پیشنهاد می‌شود برای بررسی‌های بیشتر و شفاف شدن ابعاد تاریک موضوع، پژوهشگران علاقه‌مند آتی بر این حیطة متمرکز شوند و

احتمالاً محصولات تولید شده از این طریق ارزان‌تر، ایمن‌تر، خوشمزه‌تر و با کیفیت‌تر به عمل خواهند آمد (National Gardening Association, 2016; ortright & Wakefield, 2011; Wakefield et al., 2007; Tomkins, 2014).

به مسئولان، برنامه‌ریزان و دست‌اندرکاران اجرایی گردشگری روستایی کشور پیشنهاد می‌شود با اجرای راهبردهای زیر بستر کسب تجارب زیسته از طبیعت و به تبع آن، افزایش آثار مثبت ناشی از آن را بیش از پیش هموار سازند:

- توسعه اقامتگاه‌ها و سراهای بوم‌گردی که توسط مردم محلی اداره و خالی از تجملات مصرف‌گرایانه شهری باشند. چرا که اکوتوریست‌ها، در این پژوهش همسو با بسیاری از مطالعه مشابه، تصریح داشتند در صورتی که در معماری و ساخت اقامتگاه از مصالح و صنایع دستی نیز محلی بهره‌گیری شود، پیوند اقامتگاه با طبیعت محلی بیشتر خواهد بود و در این بستر ارتباط میهمانان با طبیعت را تسهیل می‌بخشد.
- گردشگران مورد مطالعه این پژوهش باور داشتند با طبخ غذاهای محلی و استفاده از پوشش‌های محلی و سنتی، خاطرات بیشتری از فضای نیمه طبیعی روستا خواهند داشت. لذا به برنامه‌ریزان و مجریان طرح‌های گردشگری پایدار روستایی توصیه می‌شود، غذاهای سنتی، سالم، محلی و ارگانیک مناطق روستایی کشور را شناسایی و در سراهای بوم‌گردی میهمانان را با این غذاها پذیرایی کنند.
- در پاسخ به بهترین راه بسترسازی جهت تنوع بخشی به تجربه طبیعت در محیط روستایی، ۶۳ درصد از مصاحبه‌شوندگان، اقامت صرف در روستا و محیط پیرامونی را، هر چند هم بکر و دست نخورده باشد، کافی نمی‌دانستند و معتقدند مدیران و برنامه‌ریزان تورهای طبیعت‌گردی باید امکان دسترسی به مناطق طبیعی دست نخورده را با تورهای روستاگردی تلفیق کنند. این موضوع نشان‌دهنده لزوم برنامه‌ریزی خلاقانه‌تر تورهای گردشگری روستایی است.
- از آنجایی که ۳۷ درصد از مصاحبه‌شوندگان پژوهش حاضر جوان و نوجوان بودند، از برنامه‌های خلاقانه و نوآورانه، هر چند مشکل باشد و مثلاً نیاز به کوهنوردی داشته باشد، استقبال می‌کردند و معتقد بودند در صورتی که در فضاهای گردشگری روستایی برنامه‌های هیجان‌مدار مبتنی بر تجربه ورزش در طبیعت ارایه شود، انگیزه آنان برای هزینه اقتصادی دست کم دو برابر خواهد شد. لذا به مسئولان ذی‌صلاح و سرمایه‌گذاران

پژوهش‌های پیش‌رو مطرح نظر قرار گیرد. نتایج این مطالعه‌ها با توجه به تنوع بالای اقلیمی و طبیعی ایران و نیاز روزافزون به تقویت صنعت گردشگری کشور می‌تواند در مدیریت و هدایت صحیح این نوع از فعالیت، موثر واقع گردد. بنابراین لازم است این نوع از تحقیق به تفکیک در حوزه‌های روستایی، شهری و مناطق تحت حفاظت در پژوهش‌های آتی در دستور کار قرار گیرد.

سعی کنند آثار منفی احتمالی را نیز احصاء نمایند. با توجه به این که در مناطق جغرافیایی مختلف و اکوسیستم‌های گوناگون ایران و جهان، نوع دریافت گردشگران از محیط و نیز اثرپذیری و اثرگذاری بر آن می‌تواند متفاوت باشد، مناسب است ارتباط میان اقلیم و طبیعت پیرامون روستا با نوع دریافت‌ها از حضور در محیط روستایی و اثرگذاری بر آن محیط، بررسی و در

فهرست منابع

- Aghaie, B.; Rejeh, N.; Heravi-Karimooi, M.; Ebadi, A., Moradian, S. T.; Vaismoradi, M. & Jasper, M. 2014. Effect of nature-based sound therapy on agitation and anxiety in coronary artery bypass graft patients during the weaning of mechanical ventilation: A randomised clinical trial. *International Journal of Nursing Studies*, 51(4), 526-538.
- Aks, D. J. & Sprott, J. C. 1996. Quantifying aesthetic preference for chaotic patterns. *Empirical studies of the arts*, 14(1), 1-16.
- Alvarsson, J. J.; Wiens, S. & Nilsson, M. E. 2010. Stress recovery during exposure to nature sound and environmental noise. *International journal of environmental research and public health*, 7(3), 1036-1046.
- Ames, B. N.; Profet, M. & Gold, L. S. 1990. Dietary pesticides (99.99% all natural). *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 87(19), 7777-7781.
- Anderson, L. M.; Mulligan, B. E.; Goodman, L. S. & Regen, H. Z. 1983. Effects of sounds on preferences for outdoor settings. *Environment and behavior*, 15(5), 539-566.
- Annerstedt, M.; Jönsson, P.; Wallergård, M.; Johansson, G.; Karlson, B.; Grahn, P. ... & Währborg, P. 2013. Inducing physiological stress recovery with sounds of nature in a virtual reality forest—Results from a pilot study. *Physiology & behavior*, 118, 240-250.
- Arai, Y. C.; Sakakibara, S.; Ito, A.; Ohshima, K.; Sakakibara, T.; Nishi, T., ... & Kuniyoshi, K. 2008. Intra-operative natural sound decreases salivary amylase activity of patients undergoing inguinal hernia repair under epidural anesthesia. *Acta Anaesthesiologica Scandinavica*, 52(7), 987-990.
- Avari, S.; Hoseinkhah, a. & Asgari, M. A. 2020. Explaining and analyzing the elements of learning and the position of children and facilitators in nature schools. *School Administration*, 8(1), 1-23. (In Persian).
- Baker, S.; Thompson, K.E.; Engelken, J. & Huntley, K. 2004, "Mapping the values driving organic food choice: Germany vs the UK", *European Journal of Marketing*, 38 (8), 995-1012.
- Barker, S. B.; Pandurangi, A. K. & Best, A. M. 2003. Effects of animal-assisted therapy on patients' anxiety, fear, and depression before ECT. *The journal of ECT*, 19(1), 38-44.
- Bate-Smith, E. C. 1972. Attractants and repellents in higher animals. *Phytochemical ecology*.
- Beecroft, R. & Schmidt, J. C. 2014. Method-based higher education in sustainability: The potential of the scenario method. *Sustainability*, 6(6), 3357-3373.
- Beetz, A.; Uvnäs-Moberg, K.; Julius, H. & Kotrschal, K. 2012. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. *Frontiers in psychology*, 3, 234.
- Behrooz, S. & Zarghami, E. 2019. Natural learning; an observational study of children behavior in Kavikonj Nature School. *Technology of Education Journal (TEJ)*, 13(2), 249-262. (In Persian).
- Benfield, J. A.; Bell, P. A.; Troup, L. J. & Soderstrom, N. C. 2010. Aesthetic and affective effects of vocal and traffic noise on natural landscape assessment. *Journal of environmental psychology*, 30(1), 103-111.

- Berman, M. G.; Hout, M. C.; Kardan, O.; Hunter, M. R., Yourganov, G., Henderson, J. M., ... & Jonides, J. 2014. The perception of naturalness correlates with low-level visual features of environmental scenes. *PloS one*, 9(12), e114572.
- Bishop, I. D. & Rohrmann, B. 2003. Subjective responses to simulated and real environments: a comparison. *Landscape and urban planning*, 65(4), 261-277.
- Boaz, N. T. 2002. *Evolving health: the origins of illness and how the modern world is making us sick*. John Wiley & Sons.
- Boroumand, A. & Kolahi, M. 2021. A Critical Study on Water Education in "Man and the Environment" Course Curriculums (11th grade, 2nd highschool). *Research in Teaching*, 9(1), 233-205. (In Persian).
- Bouzarjomehri, K. & Boroumand, A. 2022. Profile of Positive and Negative Motivations of Local (Urban-Rural) Tourism during the Corona (SARS-CoV-2) Disease Epidemic. *urban tourism*, 9(2), 1-12. (In Persian).
- Brieskorn, C. H. 1990. Physiological and therapeutical aspects of bitter compounds. *Developments in food science*, 25, 15-33.
- Canetti, L.; Bachar, E. & Berry, E. M. 2002. Food and emotion. *Behavioural processes*, 60(2), 157-164.
- Carles, J. L.; Barrio, I. L. & De Lucio, J. V. 1999. Sound influence on landscape values. *Landscape and urban planning*, 43(4), 191-200.
- Chen, D. & Haviland-Jones, J. 1999. Rapid mood change and human odors. *Physiology & behavior*, 68(1-2), 241-250.
- Chen, D. & Haviland-Jones, J. 2000. Human olfactory communication of emotion. *Perceptual and motor skills*, 91(3), 771-781.
- Church, A.; Mitchell, R.; Ravenscroft, N. & Stapleton, L. 2015. 'Growing your own': A multi-level modelling approach to understanding personal food growing trends and motivations in Europe. *Ecol. Econ.* 110, 71-80.
- Coensel, B. D.; Vanwetswinkel, S. & Botteldooren, D. 2011. Effects of natural sounds on the perception of road traffic noise. *The Journal of the Acoustical Society of America*, 129(4), EL148-EL153.
- Cordain, L.; Eaton, S. B.; Sebastian, A.; Mann, N.; Lindeberg, S.; Watkins, B. A., ... & Brand-Miller, J. 2005. Origins and evolution of the Western diet: health implications for the 21st century. *The American journal of clinical nutrition*, 81(2), 341-354.
- Crook, C. K. 1978. Taste perception in the newborn infant. *Infant Behavior and Development*, 1, 52-69.
- Crouch, D. & Ward, C. 1999. *The Allotment: Its Landscape and Culture; Five Leaves: Nottingham*, UK.
- Davidson, G. M. 1938. Concerning hallucinations of smell. *Psychiatric Quarterly*, 12(2), 253-270.
- Davies, A.; Titterington, A. J. & Cochrane, C. 1995. Who buys organic food?. *British Food Journal*. 97(10), 17-23.
- Diette, G. B.; Lechtzin, N.; Haponik, E.; Devrotes, A. & Rubin, H. R. 2003. Distraction therapy with nature sights and sounds reduces pain during flexible bronchoscopy: A complementary approach to routine analgesia. *Chest*, 123(3), 941-948.
- Dijka, E. O.; Nijholt, A.; van Erpc, J. B.; Kuyper, E. & van Wolferene, G. 2010. Audio-tactile stimuli to improve health and well-being. *EuroHaptics 2010*, 1.
- Doty, R. L. 1986. Odor-guided behavior in mammals. *Experientia*, 42(3), 257-271.
- Dunbar, R. I. 2010. The social role of touch in humans and primates: behavioural function and neurobiological mechanisms. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(2), 260-268.
- Eaton, S. B. & Konner, M. 1985. Paleolithic nutrition: a consideration of its nature and current implications. *New England Journal of Medicine*, 312(5), 283-289.

- Eaton, S. B., Konner, M. & Shostak, M. 1988. Stone agers in the fast lane: chronic degenerative diseases in evolutionary perspective. *The American journal of medicine*, 84(4), 739-749.
- Eelen, D. H. F. B. P. 1998. Odours as Affective-processing Context for Word Evaluation: A Case of Cross-modal Affective Priming.
- Essick, G. K., McGlone, F., Dancer, C., Fabricant, D., Ragin, Y., Phillips, N., ... & Guest, S. (2010). Quantitative assessment of pleasant touch. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(2), 192-203.
- Faure, P. A. & Hoy, R. R. 2000. The sounds of silence: cessation of singing and song pausing are ultrasound-induced acoustic startle behaviors in the katydid *Neoconocephalus ensiger* (Orthoptera; Tettigoniidae). *Journal of Comparative Physiology A*, 186(2), 129-142.
- Fillion, L. & Arazi, S. 2002. Does organic food taste better? A claim substantiation approach. *Nutrition & Food Science*. 32(4), 153-157.
- Fisher, J. A. 1998. What the hills are alive with: In defense of the sounds of nature. *The Journal of aesthetics and art criticism*, 56(2), 167-179.
- Fisher, J. A. 1999. The value of natural sounds. *Journal of Aesthetic Education*, 33(3), 26-42.
- Fox, N. A. & Davidson, R. J. 1986. Taste-elicited changes in facial signs of emotion and the asymmetry of brain electrical activity in human newborns. *Neuropsychologia*, 24(3), 417-422.
- Franco, L. S.; Shanahan, D. F. & Fuller, R. A. 2017. A review of the benefits of nature experiences: more than meets the eye. *International journal of environmental research and public health*, 14(8), 864.
- Frank, M. G. & Gilovich, T. 1988. The dark side of self-and social perception: Black uniforms and aggression in professional sports. *Journal of personality and social psychology*, 54(1), 74.
- Friedmann, E.; Katcher, A. H.; Thomas, S. A.; Lynch, J. J. & Messent, P. R. 1983. Social interaction and blood pressure: influence of animal companions. *Journal of Nervous and Mental Disease*.
- Fuller, R. A. & Irvine, K. N. 2010. Interactions between people and nature in urban environments. In *Urban Ecology*; Cambridge University Press: Cambridge, UK, p. 134.
- Gallace, A. & Spence, C. 2010. The science of interpersonal touch: an overview. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(2), 246-259.
- Garcia, J. & Hankins, W. 1975. The evolution of bitter and the acquisition of toxiphobia. In *Olfaction and taste: 5th Symposium* (pp. 39-45). Academic Press.
- Glass, S. T., Lingg, E. & Heuberger, E. 2014. Do ambient urban odors evoke basic emotions?. *Frontiers in psychology*, 5, 340.
- Glendinning, J. I. 1994. Is the bitter rejection response always adaptive?. *Physiology & behavior*, 56(6), 1217-1227.
- Goel, N. & Grasso, D. J. 2004. Olfactory discrimination and transient mood change in young men and women: variation by season, mood state, and time of day. *Chronobiology international*, 21(4-5), 691-719.
- Grossberg, J. M. & Alf, E. F. 1985. Interaction with pet dogs: Effects on human cardiovascular response. *Journal of the Delta Society*.
- Guilford, J. P. & Smith, P. C. 1959. A system of color-preferences. *The American Journal of Psychology*, 72(4), 487-502.
- Ha-Brookshire, J.; McAndrews, L.; Kim, J.; Freeman Jr, C.; Jin, B., Norum, P., ... & Marcketti, S. 2017. Moral education for sustainable development: Exploring morally challenging business situations within the global supply chain context. *Sustainability*, 9(9), 1641.

- Hajhosseini, M.; Azad, F. & Naji, E. S. 2020. The Phenomenological Study of the Nature School and its Implications for Children's Emotional and Social Development. *Journal of Applied Psychological Research*, 11(1), 117-136. (In Persian).
- Halpenny, E. A. 2010. Pro-environmental behaviours and park visitors: The effect of place attachment. *Journal of environmental psychology*, 30(4), 409-421.
- Herz, R. S. & Cupchik, G. C. 1995. The emotional distinctiveness of odor-evoked memories. *Chemical Senses*, 20(5), 517-528.
- Hjelmar, U. 2011. Consumers' purchase of organic food products. A matter of convenience and reflexive practices. *Appetite*, 56(2), 336-344.
- Horowitz, S. 2011. Aromatherapy: current and emerging applications. *Alternative and Complementary Therapies*, 17(1), 26-31.
- Hughner, R. S.; McDonagh, P.; Prothero, A.; Shultz, C. J. & Stanton, J. 2007. Who are organic food consumers? A compilation and review of why people purchase organic food. *Journal of Consumer Behaviour: An International Research Review*, 6(2-3), 94-110.
- Insel, T. R. 2010. The challenge of translation in social neuroscience: a review of oxytocin, vasopressin, and affiliative behavior. *Neuron*, 65(6), 768-779.
- Irvine, K. N.; Devine-Wright, P.; Payne, S. R.; Fuller, R. A.; Painter, B. & Gaston, K. J. 2009. Green space, soundscape and urban sustainability: an interdisciplinary, empirical study. *Local Environment*, 14(2), 155-172.
- Jacka, F. N.; Mykletun, A.; Berk, M.; Bjelland, I. & Tell, G. S. 2011. The association between habitual diet quality and the common mental disorders in community-dwelling adults: the Hordaland Health study. *Psychosomatic medicine*, 73(6), 483-490.
- Jacobs, K. W. & Suess, J. F. 1975. Effects of four psychological primary colors on anxiety state. *Perceptual and motor skills*, 41(1), 207-210.
- Jenkins, J. L. 1986. Physiological effects of petting a companion animal. *Psychological Reports*, 58(1), 21-22.
- Kahn Jr, P. H. 1997. Developmental psychology and the biophilia hypothesis: Children's affiliation with nature. *Developmental review*, 17(1), 1-61.
- Kahn Jr, P. H. & Kellert, S. R. 2002. *Children and nature: Psychological, sociocultural, and evolutionary investigations*. MIT press.
- Kaplan, S. 1995. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of environmental psychology*, 15(3), 169-182.
- Kardan, O.; Demiralp, E.; Hout, M. C.; Hunter, M. R.; Karimi, H.; Hanayik, T., ... & Berman, M. G. 2015. Is the preference of natural versus man-made scenes driven by bottom-up processing of the visual features of nature?. *Frontiers in Psychology*, 6, 471.
- Katcher, A. & Wilkins, G. 1993. Dialogue with animals: Its nature and culture. *The biophilia hypothesis*, 173-197.
- Kay, L. M. & Freeman, W. J. 1998. Bidirectional processing in the olfactory-limbic axis during olfactory behavior. *Behavioral neuroscience*, 112(3), 541.
- Kellert, S. R. & Wilson, E. O. 1993. *The Biophilia Hypothesis*; Island Press: Washington, DC, USA, 451.
- Kim, S. O. & Shelby, B. 2011. Effects of soundscapes on perceived crowding and encounter norms. *Environmental management*, 48(1), 89-97.
- Kohler, C. G.; Barrett, F. S.; Gur, R. C.; Turetsky, B. I. & Moberg, P. J. 2007. Association between facial emotion recognition and odor identification in schizophrenia. *The Journal of neuropsychiatry and clinical neurosciences*, 19(2), 128-131.

- Kortright, R. & Wakefield, S. (2011). Edible backyards: A qualitative study of household food growing and its contributions to food security. *Agric. Hum. Values*, 28, 39–53.
- Kwee, C. 2021. I want to teach sustainable development in my English classroom: A case study of incorporating sustainable development goals in English teaching. *Sustainability*, 13(8), 4195.
- Lafreniere, K. D.; Mutus, B.; Cameron, S.; Tannous, M.; Giannotti, M.; Abu-Zahra, H. & Laukkanen, E. 1999. Effects of therapeutic touch on biochemical and mood indicators in women. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 5(4), 367-370.
- Laumann, K., Gärling, T. & Stormark, K. M. 2001. Rating scale measures of restorative components of environments. *Journal of Environmental Psychology*, 21(1), 31-44.
- Lea, E. & Worsley, T. 2005. Australians' organic food beliefs, demographics and values. *British food journal*.
- Lee, M. J.; Popkin, B. M. & Kim, S. 2002. The unique aspects of the nutrition transition in South Korea: the retention of healthful elements in their traditional diet. *Public health nutrition*, 5(1a), 197-203.
- Legros, J. J.; Chiodera P. & Geenen V. 1988. Inhibitory Action of Exogenous Oxytocin on Plasma Cortisol in Normal Human Subjects: Evidence of Action at the Adrenal Level. *Neuroendocrinology*. 48, 204-206.
- Lehrner, J.; Eckersberger, C.; Walla, P.; Pötsch, G. & Deecke, L. 2000. Ambient odor of orange in a dental office reduces anxiety and improves mood in female patients. *Physiology & behavior*, 71(1-2), 83-86.
- Lindquist, M.; Lange, E. & Kang, J. 2016. From 3D landscape visualization to environmental simulation: The contribution of sound to the perception of virtual environments. *Landscape and Urban Planning*, 148, 216-231.
- Lockie, S.; Lyons, K.; Lawrence, G. & Grice, J. 2004. Choosing organics: a path analysis of factors underlying the selection of organic food among Australian consumers. *Appetite*, 43(2), 135-146.
- Lopez Barrio, I. & Carles, J. 1995. Acoustic dimensions of inhabited areas: Quality criteria. *The Soundscape Newsletter*, 10, 6-8.
- Lorig, T. S.; Herman, K. B.; Schwartz, G. E. & Cain, W. S. 1990. EEG activity during administration of low-concentration odors. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 28(5), 405-408.
- Lyman, B. 2012. *A psychology of food: More than a matter of taste*. Springer Science & Business Media.
- Mace, B. L.; Bell, P. A. & Loomis, R. J. 1999. Aesthetic, affective, and cognitive effects of noise on natural landscape assessment. *Society & Natural Resources*, 12(3), 225-242.
- Mace, B. L.; Bell, P. A.; Loomis, R. J. & Haas, G. E. 2003. Source attribution of helicopter noise in pristine national park landscapes. *American Academy for Park and Recreation Administration*.
- Magnusson, M. K.; Arvola, A.; Hursti, U. K. K.; Åberg, L. & Sjöden, P. O. 2001. Attitudes towards organic foods among Swedish consumers. *British food journal*.
- Malekzadeh, A.; Tabatabaei yazdi, F.; Boroumand, A. & Noghani Dokht Bahmani, M. 2022. Biodiversity Profile in Knowledge, Attitude and Practice (KAP) of the Citizens of Mashhad Metropolis applying Sustainable Development. *Geography and Environmental Sustainability*, 12(2), 37-57. (In Persian).
- McCreadie, R. G. 2003. Diet, smoking and cardiovascular risk in people with schizophrenia: descriptive study. *The British Journal of Psychiatry*, 183(6), 534-539.
- McEachern, M. G. & McClean, P. 2002. Organic purchasing motivations and attitudes: are they ethical?. *International journal of consumer studies*, 26(2), 85-92.
- McGrath-Hanna, N. K.; Greene, D. M.; Tavernier, R. J. & Bult-Ito, A. 2003. Diet and mental health in the Arctic: is diet an important risk factor for mental health in circumpolar peoples?-a review. *International Journal of Circumpolar Health*, 62(3), 228-241.
- Millot, J. L. & Brand, G. 2001. Effects of pleasant and unpleasant ambient odors on human voice pitch. *Neuroscience letters*, 297(1), 61-63.

- Montagu, A. 1972. Touching, the human significance of the skin. Perennial Library, 98-99.
- Moore, E. O. 1981. A prison environment's effect on health care service demands. *Journal of environmental systems*, 11(1), 17-34.
- Moss, H. 1970. Early environmental effects: Mother-child relations. *Perspectives in Child Psychology*. McGraw-Hill, 2-34.
- National Gardening Association. 2016. The Impact of Home and Community Gardening in America. Available online: <http://www.gardenresearch.com/files/2009-Impact-of-Gardening-in-America-White-Paper.pdf> (accessed on 25 august 2020).
- Nesse, R. M. & Williams, G. C. 2012. Why we get sick: The new science of Darwinian medicine. Vintage.
- Neumann, I. D.; Krömer, S. A.; Toschi, N. & Ebner, K. 2000. Brain oxytocin inhibits the (re) activity of the hypothalamo-pituitary-adrenal axis in male rats: involvement of hypothalamic and limbic brain regions. *Regulatory peptides*, 96(1-2), 31-38.
- Neumann, I. D.; Wigger, A.; Torner, L.; Holsboer, F. & Landgraf, R. 2000. Brain oxytocin inhibits basal and stress-induced activity of the hypothalamo-pituitary-adrenal axis in male and female rats: partial action within the paraventricular nucleus. *Journal of neuroendocrinology*.
- O'Brien, L. & Murray, R. 2007. Forest School and its impacts on young children: Case studies in Britain. *Urban Forestry & Urban Greening*, 6(4), 249-265.
- O'connor, P. 2008. The sound of silence: valuing acoustics in heritage conservation. *Geographical Research*, 46(3), 361-373.
- Odendaal, J. S. 2000. Animal-assisted therapy—magic or medicine?. *Journal of psychosomatic research*, 49(4), 275-280.
- Odendaal, J. S. & Meintjes, R. A. 2003. Neurophysiological correlates of affiliative behaviour between humans and dogs. *The Veterinary Journal*, 165(3), 296-301.
- Ogden, J. J.; Lindburg, D. G. & Maple, T. L. 1993. The effects of ecologically-relevant sounds on zoo visitors. *Curator: The Museum Journal*, 36(2), 147-156.
- Passman, R. H. 1977. Providing attachment objects to facilitate learning and reduce distress: Effects of mothers and security blankets. *Developmental Psychology*, 13(1), 25.
- Payne, S. R. 2013. The production of a perceived restorativeness soundscape scale. *Applied Acoustics*, 74(2), 255-263.
- Petersson, M.; Alster, P.; Lundeberg, T. & Uvnäs-Moberg, K. 1996. Oxytocin increases nociceptive thresholds in a long-term perspective in female and male rats. *Neuroscience letters*, 212(2), 87-90.
- Petersson, M.; Eklund, M. & Uvnäs-Moberg, K. 2005. Oxytocin decreases corticosterone and nociception and increases motor activity in OVX rats. *Maturitas*, 51(4), 426-433.
- Petersson, M.; Lundeberg, T. & Uvnäs-Moberg, K. 1999. Short-term increase and long-term decrease of blood pressure in response to oxytocin-potentiating effect of female steroid hormones. *Journal of cardiovascular pharmacology*, 33(1), 102-108.
- Pijanowski, B. C.; Farina, A.; Gage, S. H.; Dumyahn, S. L. & Krause, B. L. 2011. What is soundscape ecology? An introduction and overview of an emerging new science. *Landscape ecology*, 26(9), 1213-1232.
- Pilcher, E. J.; Newman, P. & Manning, R. E. 2009. Understanding and managing experiential aspects of soundscapes at Muir Woods National Monument. *Environmental Management*, 43(3), 425.
- Price, J. L. 1985. Beyond the primary olfactory cortex: olfactory-related areas in the neocortex, thalamus and hypothalamus. *Chemical Senses*, 10(2), 239-258.

- Purcell, T.; Peron, E. & Berto, R. 2001. Why do preferences differ between scene types? . *Environment and behavior*, 33(1), 93-106.
- Ratcliffe, E.; Gatersleben, B. & Sowden, P. T. 2013. Bird sounds and their contributions to perceived attention restoration and stress recovery. *Journal of Environmental Psychology*, 36, 221-228.
- Roddy, G.; Cowan, C. A. & Hutchinson, G. 1996. Consumer attitudes and behaviour to organic foods in Ireland. *Journal of International Consumer Marketing*, 9(2), 41-63.
- Roddy, G.; Cowan, C. & Hutchinson, G. 1994. Organic food—a description of the Irish market. *British Food Journal*.
- Rohrmann, B. & Bishop, I. 2002. Subjective responses to computer simulations of urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 22(4), 319-331.
- Rolls, E. 2008. Functions of the orbitofrontal and pregenual cingulate cortex in taste, olfaction, appetite and emotion. *Acta Physiologica Hungarica*, 95(2), 131-164.
- Saldana, J. 2009. *The coding manual for qualitative researchers*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Schafer, R. M. 1993. *The soundscape: Our sonic environment and the tuning of the world*. Simon and Schuster.
- Schaffer, H. R. & Emerson, P. E. 1964. The development of social attachments in infancy. *Monographs of the society for research in child development*, 1-77.
- Schifferstein, H. N. & Ophuis, P. A. O. 1998. Health-related determinants of organic food consumption in the Netherlands. *Food quality and Preference*, 9(3), 119-133.
- Schloss, K. B.; Goldberger, C. S.; Palmer, S. E. & Levitan, C. A. 2015. What's that smell? An ecological approach to understanding preferences for familiar odors. *Perception*, 44(1), 23-38.
- Shafie, F. A. & Rennie, D. 2012. Consumer perceptions towards organic food. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 49, 360-367.
- Shepard, P. 1996. *The Others: How Animals Made Us Human*; Island Press: Washington, DC, USA.
- Shiloh, S.; Sorek, G. & Terkel, J. 2003. Reduction of state-anxiety by petting animals in a controlled laboratory experiment. *Anxiety, stress, and coping*, 16(4), 387-395.
- Soleimani, F.; Soleimani, N.; Jamali, A. & Shabannejad Khas, R. 2019. A Model Representation with Grounded Theory approach for Nature Schools Development in Iran. *School Administration*, 7(3), 103-123. (In Persian).
- Soudry, Y.; Lemogne, C.; Malinvaud, D.; Consoli, S. M. & Bonfils, P. 2011. Olfactory system and emotion: common substrates. *European annals of otorhinolaryngology, head and neck diseases*, 128(1), 18-23.
- Spence, J. E. & Olson, M. A. 1997. Quantitative research on therapeutic touch: An integrative review of the literature 1985–1995. *Scandinavian journal of caring sciences*, 11(3), 183-190.
- Tabatabaei Yazdi, F. & Boroumand, A. 2022. The educational mission of natural history museums; New and efficient approaches. *Environmental Research Institute Publications of Jihad-e-daneshgahi*. 300p. (In Persian).
- Tennessen, C. M. & Cimprich, B. 1995. Views to nature: Effects on attention. *Journal of environmental psychology*, 15(1), 77-85.
- Tomkins, M. 2014. *Making Space for Food: Everyday Community Food Gardening and Its Contribution to Urban Agriculture*; University of Brighton: Brighton, UK.
- Torigoe, K. 2003. Insights taken from three visited soundscapes in Japan. In Conf. proceedings “Acoustic Ecology”, Australian Forum for Acoustic Ecology/World Forum for Acoustic Ecology, Melbourne, Australia, 19-23 March.
- Ulrich, R. S. 1979. Visual landscapes and psychological well-being. *Landscape research*, 4(1), 17-23.

- Ulrich, R. S. 1984. View through a window may influence recovery from surgery. *science*, 224(4647), 420-421.
- Ulrich, R. S. 2002. Health benefits of gardens in hospitals. In Paper for conference, Plants for People International Exhibition Floriade (Vol. 17, No. 5, p. 2010).
- Uvnäs-Moberg, K. 1989. The gastrointestinal tract in growth and reproduction. *Scientific American*, 261(1), 78-83.
- Uvnäs-Moberg, K. 2003. The Oxytocin Factor: Tapping the Hormone of Love, Calm and Healing.
- Valdez, P. & Mehrabian, A. 1994. Effects of color on emotions. *Journal of experimental psychology: General*, 123(4), 394.
- Van den Berg, A. E.; Koole, S. L. & van der Wulp, N. Y. 2003. Environmental preference and restoration: (How) are they related? . *Journal of environmental psychology*, 23(2), 135-146.
- Velarde, M. D.; Fry, G. & Tveit, M. 2007. Health effects of viewing landscapes—Landscape types in environmental psychology. *Urban Forestry & Urban Greening*, 6(4), 199-212.
- Wakefield, S.; Yeudall, F.; Taron, C.; Reynolds, J. & Skinner, A. 2007. Growing urban health: Community gardening in South East Toronto. *Health Promot. Int.* 22, 92–101.
- Weber, S. T. & Heuberger, E. 2008. The impact of natural odors on affective states in humans. *Chemical senses*, 33(5), 441-447.
- Widstrom, A. M. & Winberg, J. W. S., Svensson, K., Poslonccc, B. and Uvnäs-Moberg, K., 1988. Breast feeding-induced effects on plasma gastrin and somatostatin levels and their correlation with milk yield in lactating females. *Early Hum. Dev.* 16, 293-301.
- Willcox, D. C., Willcox, B. J., Todoriki, H. & Suzuki, M. 2009. The Okinawan diet: health implications of a low-calorie, nutrient-dense, antioxidant-rich dietary pattern low in glycemic load. *Journal of the American College of Nutrition*, 28(sup4), 500S-516S.
- Wooding, S.; Gunn, H.; Ramos, P.; Thalmann, S.; Xing, C. & Meyerhof, W. 2010. Genetics and bitter taste responses to goitrin, a plant toxin found in vegetables. *Chemical senses*, 35(8), 685-692.
- Yamamoto, T. 2008. Central mechanisms of taste: Cognition, emotion and taste-elicited behaviors. *Japanese Dental Science Review*, 44(2), 91-99.
- Yang, W. & Kang, J. 2005. Soundscape and sound preferences in urban squares: a case study in Sheffield. *Journal of urban design*, 10(1), 61-80.
- Yiridoe, E. K.; Bonti-Ankomah, S. & Martin, R. C. 2005. Comparison of consumer perceptions and preference toward organic versus conventionally produced foods: A review and update of the literature. *Renewable agriculture and food systems*, 193-205.
- Zald, D. H. & Pardo, J. V. 2000. Functional neuroimaging of the olfactory system in humans. *International Journal of Psychophysiology*, 36(2), 165-181.
- Zanoli, R. & Naspetti, S. 2002. "Consumer motivations in the purchase of organic food: A means-end approach", *British Food Journal*, 104(8), 643-653.
- Zhang, M. & Kang, J. 2007. Towards the evaluation, description, and creation of soundscapes in urban open spaces. *Environment and Planning B: Planning and design*, 34(1), 68-86.

Analysis of Eco-Tourists' Lived Experiences of Rural Environments and their Positive Effects

Khadijeh Bouzarjomehri^{1*}, Amirali Boroumand²

1 Department of Geography, Faculty of Literature and Humanities,
Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran

2 Department of Environmental planning, management and education,
Faculty of Environment, University of Tehran, Tehran, Iran

(Received: 2021/05/08 Accepted: 2021/12/27)

Abstract

The main purpose of this study was to bring tourists' experiences of nature and rural semi-natural spaces and their positive effects to the formal knowledge and discover important data and new categories of tourist's experiences. This research seeks to complete a puzzle of categories that ultimately helps to understand and explain the quality of "nature experience in rural areas" and its positive effects in various dimensions. We used the contextual theory method in this qualitative research. The study population was tourists from Mashhad who had at least five rural trips in the years 2019 & 2020. To sample by the snowball method, semi-structured interviews were conducted involving 41 individuals using the two criteria of "diversity" and "reaching the theoretical saturation point". Findings showed that tourists have experienced a variety of direct nature experiences in rural environments with their senses, which have been associated with many positive effects such as improved physical and mental health, feeling of pleasure and self-esteem, creativity and finally a kind of satisfaction. Toward the end, suggestions were made to the relevant officials for development of the nature experience platforms and enrichment of the rural tourism trips. As the current research is an effort in line with academic discourse on the importance and dimensions of experiencing nature, its role and effects, the most important suggestion of this study to future researchers is to conduct more quantitative, qualitative and mixed method research in this new and multidisciplinary field of study.

Keywords: Nature experience, Rural tourism, Ecotourism, Rural nature, Environmental impresion.