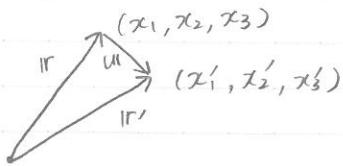


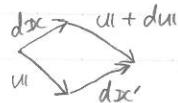
## §1. 歪みテンソル



$$u_i = x'_i - x_i \quad \text{変位ベクトル} \quad (1.1)$$

$$\begin{cases} x'_i \text{ は } x_i \text{ の関数} \\ u_i \text{ は } x_i \text{ の関数} \end{cases}$$

2つの近い点を考えて.



$$dx'_i = dx_i + du_i$$

$$\begin{cases} \text{距離} \\ \begin{aligned} dl &= \sqrt{dx_1^2 + dx_2^2 + dx_3^2} \\ dl' &= \sqrt{dx'_1^2 + dx'_2^2 + dx'_3^2} \\ dl^2 &= dx_i^2 \\ dl'^2 &= dx'_i^2 = (dx_i + du_i)^2 \end{aligned} \end{cases}$$

$$du_i = \frac{\partial u_i}{\partial x_k} dx_k \quad \text{を代入}$$

$$dl'^2 = dl^2 + 2 \frac{\partial u_i}{\partial x_k} dx_i dx_k + \frac{\partial u_i}{\partial x_k} \frac{\partial u_i}{\partial x_l} dx_k dx_l$$

$\approx 2''$

$$\begin{cases} \frac{\partial u_i}{\partial x_k} dx_i dx_k = \frac{\partial u_k}{\partial x_i} dx_i dx_k \\ \frac{\partial u_i}{\partial x_k} \frac{\partial u_i}{\partial x_l} dx_k dx_l = \frac{\partial u_l}{\partial x_k} \frac{\partial u_l}{\partial x_i} dx_k dx_i \\ \begin{aligned} dl' &= dl^2 + 2u_{ik} dx_i dx_k \\ u_{ik} &= \frac{1}{2} \left( \frac{\partial u_i}{\partial x_k} + \frac{\partial u_k}{\partial x_i} + \frac{\partial u_l}{\partial x_i} \frac{\partial u_l}{\partial x_k} \right) \end{aligned} \end{cases} \quad (1.2) \quad (1.3)$$

歪みテンソル

$$u_{ik} = u_{ki} \quad \text{対角化可能} \quad (1.4)$$

$$\text{つまり} \quad \begin{pmatrix} u_{11} & 0 & 0 \\ 0 & u_{22} & 0 \\ 0 & 0 & u_{33} \end{pmatrix} = u^{(1)} u^{(2)} u^{(3)}$$

の座標系を選ぶことができる

ある点 $z$ 対角化可能  $\Rightarrow$  他の点 $z$ も対角化可能

ある点 $z$ 歪みテンソルが対角化可能のとき  
(1.2) より

$$\begin{aligned} dl'^2 &= (u_{ik} + 2u_{ik}) dx_i dx_k \\ &= (1 + 2u^{(1)}) dx_1^2 \\ &\quad + (1 + 2u^{(2)}) dx_2^2 \\ &\quad + (1 + 2u^{(3)}) dx_3^2 \end{aligned}$$

歪みは3つの直交成分に分けられる.

$$dx'_i = \sqrt{1 + 2u^{(1)}} dx_1$$

$$\frac{dx'_i - dx_i}{dx_i} = \sqrt{1 + 2u^{(1)}} - 1$$

歪みが十分小さい  $\rightarrow u_i$  も小さい.

$\rightarrow$  (1.3) の第3項は無視できる.

$$u_{ik} = \frac{1}{2} \left( \frac{\partial u_i}{\partial x_k} + \frac{\partial u_k}{\partial x_i} \right) \quad (1.5)$$

$$\sqrt{1 + 2u^{(1)}} - 1 \approx u^{(1)}$$

微小体積の変形  $dV \rightarrow dV'$

$$dx'_i = (1 + u^{(1)}) dx_i$$

$$\begin{cases} dV = dx_1 dx_2 dx_3 \\ dV' = dx'_1 dx'_2 dx'_3 \end{cases}$$

$$\begin{aligned} dV' &= dV (1 + u^{(1)}) (1 + u^{(2)}) (1 + u^{(3)}) \\ &= dV (1 + \underbrace{u^{(1)} + u^{(2)} + u^{(3)}}_{\text{不变}}) \end{aligned}$$

$$u_{ii} = u_{11} + u_{22} + u_{33}$$

$$\begin{cases} dV' = dV (1 + u_{ii}) \\ u_{ii} = \frac{dV' - dV}{dV} \end{cases} \quad (1.6)$$

球座標  $(r, \theta, \phi)$

$$u_{rr} = \frac{\partial u_r}{\partial r}$$

$$u_{\theta\theta} = \frac{1}{r} \frac{\partial u_\theta}{\partial \theta} + \frac{u_r}{r}$$

$$u_{\phi\phi} = \frac{1}{r \sin \theta} \frac{\partial u_\phi}{\partial \phi} + \frac{u_\theta}{r} \cot \theta + \frac{u_r}{r}$$

$$2u_{\theta\phi} = \frac{1}{r} \left( \frac{\partial u_\phi}{\partial \theta} - u_\phi \cot \theta \right) + \frac{1}{r \sin \theta} \frac{\partial u_\theta}{\partial \phi}$$

$$2u_{r\theta} = \frac{\partial u_\theta}{\partial r} - \frac{u_\theta}{r} + \frac{1}{r} \frac{\partial u_r}{\partial \theta}$$

$$2u_{\phi r} = \frac{1}{r \sin \theta} \frac{\partial u_r}{\partial \phi} + \frac{\partial u_\phi}{\partial r} - \frac{u_\phi}{r}$$

} (1.7)

円柱座標  $(r, \phi, z)$

$$u_{rr} = \frac{\partial u_r}{\partial r}$$

$$u_{\phi\phi} = \frac{1}{r} \frac{\partial u_\phi}{\partial \phi} + \frac{u_r}{r}$$

$$u_{zz} = \frac{\partial u_z}{\partial z}$$

$$2u_{\phi z} = \frac{1}{r} \frac{\partial u_z}{\partial \phi} + \frac{\partial u_\phi}{\partial z}$$

$$2u_{rz} = \frac{\partial u_r}{\partial z} + \frac{\partial u_z}{\partial r}$$

$$2u_{r\phi} = \frac{\partial u_\phi}{\partial r} - \frac{u_\phi}{r} + \frac{1}{r} \frac{\partial u_r}{\partial \phi}$$

} (1.8)

$$\left( \cot x = \frac{1}{\tan x} \right)$$

## §2 応力テンソル

変形が起きたときに元に戻さうとする力  
= 内部応力

ある部分の全ての力  $\int F \, dv$

  
内部は作用反作用でキャンセル  
表面にはたらく力のみになる  
 $F$ がスカラーナラ表面積分可能

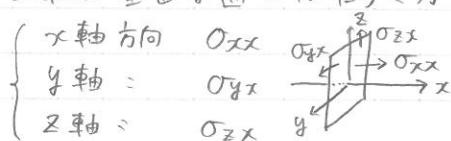
$$F_i = \frac{\partial \sigma_{ik}}{\partial x_k} \quad (2.1)$$

$$\int F_i \, dv = \int \frac{\partial \sigma_{ik}}{\partial x_k} \, dv = \oint \sigma_{ik} \, df_k \quad (2.2)$$

応力テンソル

$\left\{ \begin{array}{l} \sigma_{ik} \, df_k \text{ は } df \text{ にはたらく力の } i \text{ 成分} \\ \sigma_{ik} \text{ は } x_k \text{ 軸に垂直な面にはたらく力の } i \text{ 成分} \end{array} \right.$

例)  $x$  軸に垂直な面にはたらく力



内部応力による力  $- \oint \sigma_{ik} \, df_k$

モーメント  $F_i x_k - F_k x_i$

( $x_i$  は力がはたらく点)

全体のモーメント  $M_{ik} = \int (F_i x_k - F_k x_i) \, dv$

$$M_{ik} = \int \left( \frac{\partial \sigma_{il}}{\partial x_l} x_k - \frac{\partial \sigma_{kl}}{\partial x_l} x_i \right) \, dv$$

$$= \int \frac{\partial (\sigma_{il} x_k - \sigma_{kl} x_i)}{\partial x_l} \, dv$$

$$- \int \left( \sigma_{il} \frac{\partial x_k}{\partial x_l} - \sigma_{kl} \frac{\partial x_i}{\partial x_l} \right) \, dv$$

$$\therefore \frac{\partial x_k}{\partial x_l} = \delta_{kl}, \quad \sigma_{il} \delta_{kl} = \sigma_{ik} \text{ などより}$$

$$M_{ik} = \oint (\sigma_{il} x_k - \sigma_{kl} x_i) \, df_l + \int (\sigma_{ki} - \sigma_{ik}) \, dv$$

$M_{ik}$  が"表面積分のみ"であるためには

$$\sigma_{ik} = \sigma_{ki} \quad (2.3)$$

つまり応力テンソルは対称

$$\left. \begin{aligned} M_{ik} &= \int (F_i x_k - F_k x_i) \, dv \\ &= \oint (\sigma_{il} x_k - \sigma_{kl} x_i) \, df_l \end{aligned} \right\} \quad (2.4)$$

全ての面から一様圧縮しているとき

圧力  $P$  なら力は  $-P df_i$

$$-P df_i = -P \delta_{ik} df_k = \sigma_{ik} df_k$$

$$\therefore \sigma_{ik} = -P \delta_{ik} \quad (2.5)$$

一般的には非対角要素は"0"

→ 接線応力が"0"はたらく

→ 表面要素をうごかす。

平衡状態  $F_i = 0$

$$\frac{\partial \sigma_{ik}}{\partial x_k} = 0 \quad (2.6)$$

$$\text{重力場} \quad \frac{\partial \sigma_{ik}}{\partial x_k} + P g_i = 0 \quad (2.7)$$

単位表面あたりの外力を  $P$  とするとき

$df$  には  $P df$  の力が"はたらく

平衡状態では  $P_i df - \sigma_{ik} df_k = 0$

$$df_k = n_k df$$

とすると

$$\sigma_{ik} n_k = P_i \quad (2.8)$$

が"平衡状態"の表面の条件

応力テンソルの平均値を導出

(2.6) に  $x_k$  をかけて積分

$$\int \frac{\partial \sigma_{il}}{\partial x_l} x_k \, dv = \int \frac{\partial (\sigma_{il} x_k)}{\partial x_l} \, dv - \int \sigma_{il} \frac{\partial x_k}{\partial x_l} \, dv$$

$$= 0$$

$$\therefore \oint \sigma_{il} x_k \, df_l - \int \sigma_{ik} \, dv = 0$$

(2.8) を代入

$$\oint P_i x_k \, df = \int \sigma_{ik} \, dv = V \bar{\sigma}_{ik}$$

$$\sigma_{ik} = \sigma_{ki} \text{ より}$$

$$\bar{\sigma}_{ik} = \frac{1}{2V} \oint (P_i x_k + P_k x_i) \, df \quad (2.9)$$

### §3 変形の熱力学

変形したものを考える。

$$F_i = \frac{\partial \sigma_{ik}}{\partial x_k}$$

$$u_i \downarrow \quad u_i + \delta u_i$$

$$\int \delta R dV = \int \frac{\partial \sigma_{ik}}{\partial x_k} \delta u_i dV$$

$\delta R$  は 単位体積あたりの内部応力の仕事

$$\int \delta R dV = \oint \sigma_{ik} \delta u_i dF_k - \int \sigma_{ik} \frac{\partial \delta u_i}{\partial x_k} dV$$

無限遠で 単位ゼロ  $\rightarrow$  第一項ゼロ

$$\int \delta R dV = -\frac{1}{2} \int \sigma_{ik} \left( \frac{\partial \delta u_i}{\partial x_k} + \frac{\partial \delta u_k}{\partial x_i} \right) dV$$

$$= -\frac{1}{2} \int \sigma_{ik} \delta \left( \frac{\partial u_i}{\partial x_k} + \frac{\partial u_k}{\partial x_i} \right) dV$$

$$= - \int \sigma_{ik} \delta u_{ik} dV$$

$$\therefore \delta R = - \underbrace{\sigma_{ik} \delta u_{ik}}_{\text{応カテンソル}} \quad (3.1)$$

歪みテンソル

弹性体を考える

全ての瞬間で 热力学平衡の成立を仮定

（エントロピー  $S$ 、内部エネルギー  $E$   
 単位体積あたり）

$$dE = \underbrace{T dS}_{\text{得た熱}} - \underbrace{dR}_{\text{仕事}}$$

$$dE = T dS + \sigma_{ik} d u_{ik} \quad (3.2)$$

(2.5) より 静水圧圧縮:  $\sigma_{ik} = -P \delta_{ik}$

$$\sigma_{ik} d u_{ik} = -P \delta_{ik} d u_{ik} = -P d u_{ii}$$

$d u_{ii}$  は (1.6) より  $dV$

$$\therefore dE = T dS - P dV$$

$$\text{自由エネルギー } F = E - TS$$

$$dF = -SdT + \sigma_{ik} du_{ik} \quad (3.3)$$

熱力学ポテンシャル歪:

$$\bar{\epsilon} = E - TS - \sigma_{ik} u_{ik} = F - \sigma_{ik} u_{ik} \quad (3.4)$$

$$( \bar{\epsilon} = E - TS + PV )$$

$$(3.3)(3.4) \text{ より } d\bar{\epsilon} = -SdT - u_{ik} d\sigma_{ik} \quad (3.5)$$

$$\begin{cases} (3.2) & \rightarrow S, u_{ik} \\ (3.3) & \rightarrow T, u_{ik} \end{cases}$$

$$\therefore \sigma_{ik} = \left( \frac{\partial \bar{\epsilon}}{\partial u_{ik}} \right)_S = \left( \frac{\partial F}{\partial u_{ik}} \right)_T \quad (3.6)$$

同様に (3.5) より

$$u_{ik} = - \left( \frac{\partial \bar{\epsilon}}{\partial \sigma_{ik}} \right)_T \quad (3.7)$$

## §4 フックの法則

自由エネルギー  $F$  を歪みテンソル  $U_{ik}$  で表した  
 $U_{ik} = 0$  のとき 内部応力ゼロ  $\therefore \sigma_{ik} = 0$

$$\sigma_{ik} = \frac{\partial F}{\partial U_{ik}} \rightarrow \text{線形項はない}$$

$$F \text{ はスカラーリー} \rightarrow U_{ii}^2 \text{ と } U_{ik}^2$$

2次までだ

$$F = F_0 + \frac{1}{2} \lambda U_{ii}^2 + \mu U_{ik}^2 \quad (4.1)$$

$\lambda, \mu$ : 定数

変形による体積変化は  $U_{ii}$  の合計

$\{ U_{ii} = 0 \rightarrow \text{形のみ変化: pure shear}$

$\{ \text{形不变 体積変化: 静水圧压縮}$

$\rightarrow$  全ての変形はこの和で表される  $(4.2)$

$$U_{ik} = \underbrace{(U_{ik} - \frac{1}{3} \delta_{ik} U_{ll})}_{\text{pure shear}} + \underbrace{\frac{1}{3} \delta_{ik} U_{ll}}_{\text{static comp.}}$$

$$\{ F = \mu (U_{ik} - \frac{1}{3} \delta_{ik} U_{ll})^2 + \frac{1}{2} K U_{ll}^2 \quad (4.3)$$

$$\{ K = \lambda + \frac{2}{3} \mu \quad (4.4)$$

$K$ : 体積弾性率,  $\mu$ : 剛性率

熱力学平衡  $\rightarrow F_{\min}$  ( $U_{ik} = 0$ )  $\rightarrow \mu > 0$

第一項ゼロのとき  $\rightarrow K > 0$

$$\therefore K > 0, \mu > 0 \quad (4.5)$$

T一定のとき

$$dF = K U_{ll} dU_{ll} + 2\mu (U_{ik} - \frac{1}{3} U_{ll} \delta_{ik}) \frac{\partial}{\partial U_{ik}} \times d(U_{ik} - \frac{1}{3} U_{ll} \delta_{ik})$$

$$= K U_{ll} dU_{ll} + 2\mu (U_{ik} - \frac{1}{3} U_{ll} \delta_{ik}) dU_{ik}$$

$$:= "dU_{ll} = \delta_{ik} dU_{ik}"$$

$$dF = [K U_{ll} \delta_{ik} + 2\mu (U_{ik} - \frac{1}{3} U_{ll} \delta_{ik})] \times dU_{ik}$$

$$\sigma_{ik} = \frac{\partial F}{\partial U_{ik}} \quad (4.6)$$

$$\sigma_{ik} = \underbrace{K U_{ll} \delta_{ik}}_{\text{応力テンソル}} + \underbrace{2\mu (U_{ik} - \frac{1}{3} U_{ll} \delta_{ik})}_{\text{歪みテンソルで表現}}$$

$$\sigma_{ii} = 3K U_{ii} \quad (\text{第2項省略})$$

$$U_{ii} = \frac{\sigma_{ii}}{3K} \quad (4.7)$$

$$U_{ik} = \frac{\sigma_{ik} U_{ll}}{9K} + \frac{\sigma_{ik} - \frac{1}{3} \delta_{ik} \sigma_{ll}}{2\mu} \quad (4.8)$$

$$(\delta_{ii} = 3)$$

$$\sigma_{ik} = -P \delta_{ik} \quad (4.7) \text{ より}$$

$$U_{ii} = -\frac{P}{K} \quad (4.9)$$

$$\frac{U_{ii}}{P} = \frac{1}{V} \left( \frac{\partial V}{\partial P} \right)_T = -\frac{1}{K}$$

$$\therefore \frac{1}{K} = -\frac{1}{V} \left( \frac{\partial V}{\partial P} \right)_T$$

圧縮率

$$(4.8) \rightarrow \text{歪みテンソル } U_{ik} \text{ と 応力テンソル } \sigma_{ik} \text{ は 線形}$$

$\rightarrow$  変形は力に比例  $\rightarrow$  フックの法則

$$\text{オイラーの定理 } U_{ik} \frac{\partial F}{\partial U_{ik}} = 2F$$

$$\frac{\partial F}{\partial U_{ik}} = \sigma_{ik} \quad \text{より}$$

$$F = \frac{1}{2} \sigma_{ik} U_{ik} \quad (4.10)$$

$$U_{ik} が \sigma_{ik} は 線形 \rightarrow F は \sigma_{ik}^2 は 比例$$

$$\rightarrow \sigma_{ik} \frac{\partial F}{\partial \sigma_{ik}} = 2F$$

$$\rightarrow U_{ik} = \frac{\partial F}{\partial \sigma_{ik}} \quad (4.11)$$

$$\text{フックの法則} \rightarrow U_{ik} = \frac{\partial F}{\partial \sigma_{ik}}, \sigma_{ik} = \frac{\partial F}{\partial U_{ik}}$$

## §5 一様変形

歪みテンソルが一定とする ( $U_{ik}$ )



単位面積あたりの力 :  $P$

$$U_{ik} \text{一定} \rightarrow \sigma_{ik} \text{一定} \rightarrow (2.8) \sigma_{ik} n_k = P_i \quad (5.7)$$

横の横側で外力をゼロ:  $\sigma_{ik} n_k = 0$

$$\hookrightarrow n_z = 0 \rightarrow \sigma_{zz} \text{以外 } \sigma_{ik} = 0$$

$$\sigma_{zi} n_i = P \quad \text{or} \quad \sigma_{zz} = P$$

(4.8) より  $U_{ik} (i \neq k) = 0$  なので

$$\left. \begin{aligned} U_{xx} &= U_{yy} = -\frac{1}{3} \left( \frac{1}{2\mu} - \frac{1}{3K} \right) P \\ U_{zz} &= \frac{2U_z}{2z} = \frac{1}{3} \left( \frac{1}{3K} + \frac{1}{\mu} \right) P \end{aligned} \right\} \begin{array}{l} \text{縮み or 伸び} \\ \text{伸び} \end{array} \quad (5.1)$$

$U_{zz}$  は 相対的な伸びを表す

$$\left. \begin{aligned} U_{zz} &= \frac{P}{E} \\ E &= \frac{9K\mu}{3K+\mu} \end{aligned} \right\} \begin{array}{l} \uparrow \rightarrow U_z \\ \uparrow \rightarrow U_{z'} \end{array} \quad (5.2) \quad (5.3)$$

$U_{xx}, U_{yy}$  は 横向の相対的な縮み/伸び

$$\left. \begin{aligned} U_{xx} &= U_{yy} = -\sigma U_{zz} \quad (5.4) \quad \uparrow \rightarrow \frac{u_x}{u_z} \\ \sigma &= \frac{1}{2} \frac{3K-2\mu}{3K+\mu} \quad (5.5) \quad \text{ポアソン比} \end{aligned} \right\}$$

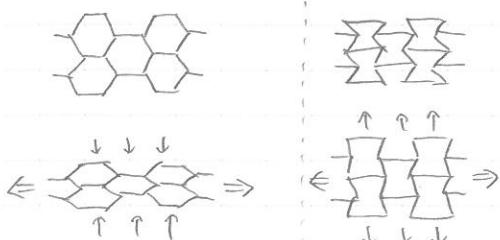
ポアソン比: 縦の伸びに対する

横の縮みの比 (伸びなら  $\sigma < 0$ )

$K, \mu > 0$  より

$$-1 \leq \sigma \leq \frac{1}{2} \quad (5.6)$$

$$\left. \begin{aligned} \sigma > 0 &\cdots \text{縦に伸びると横は縮む} \\ \sigma = 0 &\cdots \text{横は変化しない} \\ \sigma < 0 &\cdots \text{横も伸びる} (\approx < 稀) \end{aligned} \right\}$$



体積の相対的な増加は

$$U_{ii} = \frac{P}{3K} \quad (5.7)$$

自由エネルギーには (4.10) より  $\sigma_{zz} \neq 0$  (なぜせん)

$$F = \frac{1}{2} \sigma_{zz} U_{zz}$$

$$F = \frac{P^2}{2E} \quad (5.8)$$

$$(5.3)(5.5) \text{ より } \mu = \frac{E}{2(1+\sigma)}, \quad K = \frac{E}{3(1-2\sigma)} \quad (5.9)$$

$$\begin{aligned} (4.3) \text{ より } F &= \mu (U_{ik}^2 - \frac{2}{3} S_{ik} U_{ik} U_{ee} + \frac{1}{9} S_{ik}^2 U_{ee}^2) \\ &\quad + \frac{1}{2} K U_{ee}^2 \\ &= \mu (U_{ik}^2 - \frac{1}{3} U_{ee}^2) + \frac{1}{2} K U_{ee}^2 \\ &= \frac{E}{2(1+\sigma)} (U_{ik}^2 - \frac{U_{ee}^2}{3}) + \frac{E U_{ee}^2}{6(1-2\sigma)} \\ &= \frac{E}{2(1+\sigma)} \left( U_{ik}^2 - \frac{U_{ee}^2}{3} + \frac{(1+\sigma)}{3(1-2\sigma)} U_{ee}^2 \right) \\ &= \frac{E}{2(1+\sigma)} \left( U_{ik}^2 + \frac{\sigma}{1-2\sigma} U_{ee}^2 \right) \quad (5.10) \end{aligned}$$

$$\sigma_{ik} = \frac{\partial F}{\partial U_{ik}} = \frac{E}{1+\sigma} \left( U_{ik} + \frac{\sigma}{1-2\sigma} U_{ee} S_{ik} \right) \quad (5.11)$$

$$(4.8) \text{ より } U_{ik} = \frac{(1+\sigma) \sigma_{ik} - \sigma U_{ee} S_{ik}}{E} \quad (5.12)$$

$$\left. \begin{aligned} \sigma_{xx} &= \frac{E}{(1+\sigma)(1-2\sigma)} [(1-\sigma)U_{xx} + \sigma(U_{yy} + U_{zz})] \\ &\quad \begin{array}{cccc} yy & & yy & xx \\ & & & zz \\ zz & & zz & xx \\ & & & yy \end{array} \\ \sigma_{xy} &= \frac{E}{1+\sigma} U_{xy} \\ &\quad \begin{array}{cc} xz & xz \\ yz & yz \end{array} \end{aligned} \right\} \quad (5.13)$$

$$\left. \begin{array}{l} u_{xx} = \frac{1}{E} [\sigma_{xx} - \sigma(\sigma_{yy} + \sigma_{zz})] \\ \sigma_{yy} \quad \sigma_{yy} \quad \sigma_{xx} \quad \sigma_{zz} \\ \sigma_{zz} \quad \sigma_{zz} \quad \sigma_{xx} \quad \sigma_{yy} \\ u_{xy} = \frac{1+\sigma}{E} \sigma_{xy} \\ \sigma_{xz} \quad \sigma_{xz} \\ \sigma_{yz} \quad \sigma_{yz} \end{array} \right\} (5.14)$$

  $\Downarrow$  unilateral compression  
U<sub>zz</sub>以外で

$$\sigma_{xx} = \sigma_{yy} = \frac{E\sigma}{(1+\sigma)(1-2\sigma)} u_{zz}$$

$$\sigma_{zz} = \frac{E(1-\sigma)}{(1+\sigma)(1-2\sigma)} u_{zz}$$

$$z=z'' \quad \sigma_{zz} = P \quad (P < 0 \text{ for comp.})$$

$$u_{zz} = \frac{P(1+\sigma)(1-2\sigma)}{E(1-\sigma)} \quad (5.15)$$

$$\sigma_{xx} = \sigma_{yy} = \frac{P\sigma}{1-\sigma} \quad (5.16)$$

$$F = \frac{1}{2} \sigma_{zz} u_{zz} = \frac{P^2 (1+\sigma)(1-2\sigma)}{2E(1-\sigma)} \quad (5.17)$$