

Architektura miasta a zdrowie.

1. Co to jest psychologia środowiskowa?

Jest to badanie molarnych związków pomiędzy: doświadczeniem a środowiskiem naturalnym z jednej strony i środowiskiem zbudowanym przez człowieka z drugiej strony.

2. Determinizm architektoniczny – wyjaśnia jak otoczenie fizyczne może prowokować w nas pewne zachowania. Skrajna wersja – dane otoczenie zawsze i w każdym wywołuje zachowanie, w wersji łagodniejszej jest to możliwość.

3. Czynniki istotne dla zdrowia z punktu widzenia architektury miasta:

- *Gęstość populacji* – odpowiednie umiejscowienie na kontinuum pomiędzy zbyt dużą gęstością (ryzyko przeludnienia) i zbyt małą (niebezpieczeństwo osamotnienia). Konieczna jest odpowiednia proporcja między ilością budynków w różnych rozmiarach oraz powierzchnią, na jakiej się znajdują.
- *Parki i ogrody miejskie* – są konieczne dla utrzymania dobrego stanu psychicznego i fizycznego, dają możliwość relaksu.
- *Place zabaw* – pole rekreacji młodszych i chwila wypoczynku dla rodziców.
- *Wiatr* – istotny czynnik, jest wzmagany przez wysokie budynki a niwelowany przez deflektory wiatru – instalacje w kształcie litery V znajdujące się na budynkach. Badania przedstawiają wiatr jako bardzo negatywny czynnik, spowalnia procesy poznawcze, osłabia koordynację ruchową itd., może również wpływać na dobrostan psychiczny.
- *Sieć połączeń spacerowych* – powinna się charakteryzować następującymi cechami:

1. Zbudowana na podstawie wcześniejszego, szerszego planu,
2. Połączona z innymi trasami,
3. Ciągła, bez istotnych barier i przeszkód po drodze,
4. Zapewniająca dostęp do innych środków transportu,
5. Bezpieczna, chroniona przed ruchem ulicznym i przestępczością,
6. O wysokiej jakości - szeroka, oświetlona, oznakowana,
7. Biegnąca w odpowiednim kontekście krajobrazowym.

4. Porady praktyczne:

- ❖ Unikajcie wysokich budynków ze względu na dużą liczbę osób na małej powierzchni oraz nasilenie wiatru.
- ❖ Istotne jest zamieszkiwanie obok parku (dla starszych) oraz placu zabaw (dla młodszych).
- ❖ Chodzenie ma wiele zalet!
- ❖ Korzystne jest zamieszkiwanie na przedmieściach.

Bibliografia.

- Bell, P. A., Greene Th. C., Fisher J. D., Baum A. (2004). Psychologia środowiskowa. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Rumsey, P., McLennan J. (2005). Green edge. Enviromental design + construction, 3, 55-56.
- Southworth, M. (2005). Designing the walkable city. Journal of urban planning and development, 12, 246-257.