

Patrycja PELIKANT¹, Dominika PAZDER²

O POWIĄZANIACH POMIĘDZY PLANOWANIEM URBANISTYCZNYM OPARTYM NA DOWODACH NAUKOWYCH A POCZUCIEM DOBROSTANU UŻYTKOWNIKÓW PRZESTRZENI NA PRZYKŁADZIE ULICY ŚWIĘTY MARCIN W POZNANIU

W czasach szybkiej dezurbanizacji dobre samopoczucie mieszkańców miast coraz częściej uznawane jest za jeden z priorytetów przy ich projektowaniu. Zapobieganie odpływowi ludności miejskiej na przedmieścia i do mniejszych jednostek osadniczych jest kluczowe z punktu widzenia zachowania ładu przestrzennego metropolii.

Celem tego artykułu jest ocena, które elementy przestrzeni miejskiej wyczerpujące znamiona projektowania opartego na dowodach naukowych są najbardziej efektywne w podnoszeniu poczucia dobrostanu jej użytkowników. Ocena ta oparta jest na przykładzie projektu rewitalizacji ulicy Święty Marcin w Poznaniu, realizowanej w latach 2017-2023. Badania przeprowadzone zostały metodą ankietową w styczniu i lutym 2025 r. Głównym narzędziem badawczym była ankieta plenerowa uzupełniona o wywiady.

Wnioski wysnute na podstawie analizy wyników badań to konieczność zadbania o jakość i estetykę ulicy, w tym uporządkowanie chaosu reklamowego, a także dostosowanie przestrzeni do zmian klimatu. Warto podkreślić, że rola projektowania biofilnego jest szczególnie istotna ze względu na silny pozytywny wpływ obcowania ludzi ze światem przyrody.

Słowa kluczowe: dobrostan, projektowanie oparte na dowodach naukowych, jakość przestrzeni miejskiej

1. WPROWADZENIE

Nasze życie kształtowane jest przez codzienne interakcje z otaczającą nas przestrzenią. Każda forma działalności projektowej, która w sposób bardziej lub mniej zamierzony oddziałuje na środowisko, ma wpływ na odczucia użytkowników wykreowanego w ten sposób miejsca. Świadome formowanie przestrzeni miejskich

¹ Słuchaczka studiów podyplomowych w latach 2024-2025, Politechnika Poznańska.

² Politechnika Poznańska, Wydział Architektury, Instytut Architektury i Planowania Przestrzennego. ORCID: 0000-0002-0071-3540.

ma tym większe znaczenie, że obserwujemy sukcesywny odpływ mieszkańców centrów miast na przedmieścia. Zmiany te dotyczą również Poznania, gdzie według Głównego Urzędu Statystycznego spadek liczby mieszkańców w latach 1990-2013 wyniósł 42 tys. osób. Zjawisko to skorelowane jest z rozwojem – nie zawsze kontrolowanym – ośrodków podmiejskich.

Aby zachować ład przestrzenny, konieczne jest zapobieganie degradacji obszarów śródmiejskich poprzez świadome kształtowanie polityki przestrzennej. Na poziomie projektowym pomóc w tym może zastosowanie instrumentów projektowania opartego na dowodach naukowych. Dzięki tej metodzie urbanista może z dużą dozą prawdopodobieństwa przewidzieć skutki zastosowanych przez siebie rozwiązań planistycznych oraz tak je dobierać, aby maksymalizować pozytywne odczucia użytkowników kształtowanych przestrzeni.

W niniejszym artykule przedstawiono sześć wybranych teorii projektowania opartego na dowodach naukowych oraz obserwację stopnia ich zastosowania w projekcie ulicy Święty Marcin. Następnie dokonano oceny poczucia dobrostanu użytkowników tej przestrzeni celem sformułowania wniosków i rekomendacji dotyczących dalszego rozwoju ulicy.

2. BADANIA JAKOŚCI PRZESTRZENNO-SPOŁECZNEJ OBSZARÓW ŚRÓDMIEJSKICH – IDENTYFIKACJA TŁA TEORETYCZNEGO

2.1. Dobrostan – od eudajmonii do well-being

Eudajmonia, termin filozoficzny stosowany w starożytnej Grecji, nie miała ściśle określonej definicji, a filozofowie różnych nurtów pojmowali ją w różny sposób. Dla Platona i Sokratesa była ona poczuciem doskonałości życia, dla Arystotelesa i Epikura – stanem ducha osiąganym poprzez zrównoważone zaspokojenie wszystkich potrzeb. Hedoniści postrzegali eudajmonię jako tożsamą z odczuwaniem przyjemności, dla stoików była ona natomiast niezależnym od czynników zewnętrznych następstwem stoickiego podejścia do życia [Karaś 2019].

Znalezienie definicji dobrostanu jest obiektem badań nie tylko filozofów, ale również specjalistów w dziedzinie psychologii. Ed Diener określił dobrostan psychiczny jako subiektywną pozytywną ocenę własnego życia [Diener et al. 2010: 143-156]. Carol D. Ryff zidentyfikowała sześć cech dobrostanu psychicznego, którymi są: samoakceptacja, autonomia, sprawczość, poczucie celu w życiu, zdolność do rozwoju osobistego i satysfakcjonujące relacje [Ryff 1989: 1069-1081]. Martin E.P. Seligman wysunął natomiast ideę „psychologii pozytywnej”, która przedstawia dobrostan psychiczny jako połączenie spełnienia i przyjemności. Autor tej definicji podkreśla, że szczęście charakteryzuje się występowaniem pozytywnych emocji, a nie tylko brakiem nieprzyjemnych odczuć i wydarzeń [Seligman 2004: 76-112].

Termin *well-being* pojawił się w definicji zdrowia sformułowanej w 1948 r. przez Światową Organizację Zdrowia (WHO). Według niej dobrostan jest pozytywnym stanem doświadczanym zarówno przez jednostki, jak i przez całe społeczeństwa. Podobnie jak zdrowie, jest on zasobem niezbędnym do życia codziennego i zależy od warunków społecznych, ekonomicznych i środowiskowych [World Health Organization 2021].

W Nowej Karcie Lipskiej [2020] wspomniano o dobrostanie mieszkańców w kontekście wysokiej jakości przestrzeni publicznych umożliwiających wzajemne oddziaływanie oraz integrację społeczności. W wytycznych zawarto zalecenie wskazujące na zintegrowane planowanie przestrzenne jako na czynnik pozwalający na kształtowanie zwartych przestrzeni, heterogenicznych społecznie i gospodarczo, dobrze rozwiniętych infrastrukturalnie i kreowanych z poszanowaniem środowiska naturalnego.

Przejsie od jednostkowego poczucia szczęścia i harmonii do wpływu projektowania przestrzennego na dobrostan całych społeczeństw jest wynikiem ewolucji w myśleniu o przestrzeni jako o czynniku mającym kluczowe znaczenie dla jakości życia, które od wieków było postrzegane intuicyjnie, a dziś ma odzwierciedlenie w badaniach naukowych.

2.2. Mierzenie dobrostanu

Podjętych zostało wiele prób zmierzenia jakości życia w kontekście otaczającej nas przestrzeni. Można je podzielić na badające dobrostan w danej chwili oraz bardziej długoterminowe. W niniejszym artykule skupiono się na tych pierwszych ze względu na turystyczny charakter ulicy Święty Marcin i obecność osób przebywających w tym miejscu w większości tymczasowo.

Jedną z rozważanych badań właściwości psychometrycznych była Hedonic and Arousal Affect Scale (HAAS) [Roca, Vazquez, Ondé 2023] – lista przymiotników służąca do oceny afektu, jednak nie została ona udostępniona w pełni publicznie. Kolejną była The Wellbeing in Place Perceptions Scale (WIPPS), jednak zakłada ona regularne przebywanie w danym miejscu. Dostępność oraz odpowiednia liczba i szczegółowość pytań zadecydowały o zastosowaniu Perceived Restorativeness Scale (PRS) – skali pozwalającej na zmierzenie dobrostanu w danym miejscu w konkretnej chwili. „Psychometryczne miary subiektywnego dobrostanu nie są pozbawione wad, a ich pozyskanie jest wymagające. Odpowiedzi mogą być zależne m.in. od cech osobowości, wyznawanych wartości czy aktualnego samopoczucia w momencie badania. Jednocześnie miary takie są jedynym obecnie dostępnym źródłem indywidualnych ocen jakości życia i nie mogą być wprost zastąpione przez zewnętrzne oceny” [Czepakiewicz, Jankowski 2015].

2.3. Projektowanie oparte na dowodach naukowych

Evidence-based design (EBD) to podejście, które bazuje na dowodach naukowych i badaniach empirycznych w celu zaprojektowania przestrzeni, które maksymalizują dobrostan ich użytkowników. Badania naukowe dostarczają cennych wniosków dla urbanistów, architektów i decydentów, dążących do tworzenia bardziej przyjaznych i zdrowych środowisk miejskich.

Wybrane teorie EBD³:

- teoria afordancji, czyli jak przestrzeń może być zaprojektowana, by zachęcać (lub zniechęcać) do określonych zachowań i doświadczeń;
- teoria perspektywy i schronienia, czyli jak zaspokoić pierwotne potrzeby jednocześnie obserwacji przestrzeni i przebywania w ukryciu;
- teoria dystansów personalnych, czyli jak uwzględnić ludzką potrzebę przestrzeni osobistej w procesie projektowym;
- teoria *genius loci*, czyli jak kształtować unikalne miejsca, z którymi odbiorcy mogą się identyfikować;
- teoria przywiązania do miejsca, czyli dlaczego ludzie wykształcają emocjonalne więzi z konkretnymi miejscami;
- teoria projektowania biofilnego, czyli o uzdrawiającej mocy przyrody.

2.3.1. Teoria afordancji

Jako pierwszy teorię afordancji sformułował w 1986 r. psycholog percepcyjny James J. Gibson [1986] do wyjaśnienia, jak postrzegamy nasze środowisko życia pod kątem jego właściwości, które możemy wykorzystać. I mimo że to Gibson wymyślił teorię afordancji, to Donald A. Norman – inżynier zajmujący się psychologią poznawczą – rozpowszechnił ją w 1999 r. w kontekście projektowania przestrzeni [Norman 1999].

Badania [Flanders-Cushing, Miller 2020] wskazują, że wolimy miejsca, które oferują znaczące dla nas funkcje, które są unikalne w danej okolicy. Te możliwe aktywności mogą być nawet bardziej istotne niż fizyczne atrybuty miejsca. Jednocześnie indywidualne cechy każdego człowieka, jak np. wzrost, wiek czy stopień sprawności, będą wpływać na to, co użytkownicy będą robić w przestrzeni. Rozpoznanie, kto będzie użytkował dane miejsce i jakie są potrzeby grupy docelowej, pozwoli projektantowi zdecydować, jaką ofertę aktywności zaproponować oraz jakie wskazówki umieścić w przestrzeni.

Ludzki umysł ma skłonność do interpretowania wskazówek płynących z przestrzeni w kontekście rozpoznawania aktywności, które są w niej możliwe. Robi to bez względu na projektowane przeznaczenie danego miejsca. Możemy postrzegać te sygnały zarówno świadomie, jak i nieświadomie oraz oceniać w celu podjęcia

³ Na podstawie: Creating great places. Evidence-based urban design for health and wellbeing.

decyzji, czy i jak wejść w interakcję z otoczeniem. Niektóre wskazówki są dla nas naturalnymi sygnałami, niewymagającymi udziału świadomości – może to wynikać z prostych zasad logiki lub z ergonomii obiektu. Inne znaki wymagają znajomości konwencji – sposób ich rozumienia zależy będzie np. od wieku, wykształcenia czy przynależności do kręgu kulturowego. Wskazówki możemy podzielić również w inny sposób – na wyrażone wprost (np. niebudzący wątpliwości znak lub napis), fałszywe (np. siedzisko zlokalizowane pod drzewem obleganym przez ptaki, przez co permanentnie jest zabrudzone) i ukryte (np. elementy miejskiego krajobrazu wykorzystywane przez użytkowników deskorolek). Zintegrowanie wskazówek z planowanymi w danym miejscu aktywnościami jest kluczowe z punktu widzenia zarówno projektanta, jak i użytkownika. Istotna jest również wielopoziomowość sygnałów, np. w skali makro kosze na śmieci powinny tworzyć przemyślaną sieć, natomiast w skali mikro – być łatwe w obsłudze, odporne na warunki atmosferyczne i wandalizm.

Według Donalda A. Normana [1999] są trzy typy ograniczeń, które mogą zapobiegać podjęciu aktywności w przestrzeni: fizyczne, logiczne i kulturowe. Fizyczne przeszkody mogą znajdować się zarówno w samym środowisku (np. zamknięta droga), jak i w jego użytkowniku (np. osoba z niepełnosprawnością ruchową nie pokona schodów). Logiczne ograniczenia wynikają z racjonalnych powodów (np. boczna nieoznakowana ścieżka raczej nie prowadzi do głównej atrakcji turystycznej), natomiast przeszkody kulturowe wymagają znajomości kręgu kulturowego, z którego wywodzi się dana przestrzeń (np. w Japonii numeruje się domy w kolejności ich powstawania, dlatego osobie z Europy może być trudno znaleźć właściwy adres). Nie zawsze jednak projektant ma wpływ na końcowe zachowanie użytkowników – niektórzy zawsze znajdą sposób na ominięcie ograniczeń – świadczą o tym m.in. wydeptane w trawie w parku ścieżki, które skracają drogę z punktu A do punktu B.

Zastosowanie teorii afordancji sprawia, że projekt środowiska miejskiego jest nie tylko estetyczny, ale i funkcjonalny. Stanowi zaproszenie do bezpiecznego użytkowania miejsca, dając użytkownikom jasne i intuicyjne wskazówki, które aktywności są mile widziane i co jest możliwe w danej przestrzeni.

2.3.2. Teoria perspektywy i schronienia

Koncepcja ta została sformułowana przez brytyjskiego geografa Jaya Appletona w 1975 r. [Appleton 1975]. Mimo że nie był on architektem czy urbanistą, to jego praca stała się przełomowa dla projektowania przestrzeni.

Podstawowym założeniem tej teorii jest twierdzenie, że ludzie w przestrzeniach publicznych wolą miejsca, które pozwalają im obserwować otoczenie, jednocześnie samemu pozostając w ukryciu. Mają wtedy jednocześnie poczucie kontroli i bycia chronionym. Teoria perspektywy i schronienia nawiązuje do ewolucyjnych początków oraz pojęć myśliwego i zbieracza, którzy potrzebowali mieć wgląd w otoczenie, jednocześnie przebywając poza zasięgiem wzroku drapieżników [Appleton 1975]. Ma to do dziś swoje konsekwencje w postrzeganiu miejsc jako bezpieczne lub nie.

Teoria perspektywy i schronienia jest jednym z częściej stosowanych pojęć, zarówno w planowaniu przestrzennym, jak i w projektowaniu obiektów kubaturowych. Jest najbardziej znana dzięki prostemu przekazowi: widzieć, jednocześnie nie będąc widzianym. Mimo że ta teoria wydaje się nieskomplikowana i łatwa do zastosowania, to ma poważne konsekwencje dla dobrostanu użytkowników przestrzeni miejskiej. Nie tylko wpływa na ich bezpieczeństwo, ale też na częstotliwość podejmowania interakcji. Środowisko miejskie może przynosić dwa rodzaje zagrożeń [Appleton 1975]:

- incydentalne niebezpieczeństwa pochodzące z zewnątrz, np. od innych ludzi czy trudnych warunków pogodowych;
- permanentnie obecne przeszkody pochodzące z samej przestrzeni, utrudniające lub uniemożliwiające swobodne z niej korzystanie, np. niemożliwa do pokonania pieszo droga szybkiego ruchu.

Teoria perspektywy i schronienia zachęca projektantów przestrzeni publicznych do bycia uważnymi na umożliwienie użytkownikom zauważenia nadciągającego zagrożenia oraz uniknięcia go. Nie jest oczywiście możliwe przewidzenie subiektywnych odczuć każdego z potencjalnych użytkowników, zwłaszcza, że mogą się one wykluczać. Badania wskazują jednak, że tylko 30% poczucia bezpieczeństwa pochodzi z indywidualnych uwarunkowań człowieka, a aż 70% – ze sposobu ukształtowania jego otoczenia [van Rijswijk, Rooks, Haans 2016: 103-115].

2.3.3. Teoria dystansów personalnych

Teoria dystansów personalnych stawia pytania na temat tego, jak ludzie używają fizycznej przestrzeni wokół swojego ciała i koncentruje się głównie na tym, jakie są nasze wewnętrzne potrzeby dotyczące dystansów międzyludzkich oraz dystansów na linii człowiek–otoczenie fizyczne. Antropolog Edward T. Hall tak zdefiniował proksemikę: „(...) powiązane ze sobą obserwacje i teorie dotyczące użytkowania przestrzeni przez ludzi jako wyspecjalizowaną formę kultury” [Hall 1963: 1007].

Każdy z nas tworzy wokół siebie niewidzialną bańkę przestrzeni osobistej – to sformułowanie neurologa Michaela Graziano [2018] wyjaśnia w bardziej obrazowy sposób, dlaczego czujemy się niekomfortowo, gdy ktoś obcy usiądzie zbyt blisko nas lub dlaczego mamy tendencję do zachowywania mniejszego dystansu w stosunku do osób, które są nam bliskie.

Pierwszym, który zaobserwował i sformułował koncepcję przestrzeni osobistej, był Haini Hediger, biolog, zoopsycholog i dyrektor zoo. Zrobił to w odniesieniu do zwierząt, które, wiedzione naturalnym instynktem, zachowują stały dystans pomiędzy sobą oraz wydają się niewerbalnie komunikować jego zmiany. Wprowadził dwa ważne pojęcia: dystansu ucieczki i dystansu krytycznego (inaczej zwanego dystansem bezwzględnej obrony). Jego teoria ustanowiła podwaliny dla pracy Edwarda T. Halla, który dostrzegł podobne wzorce zachowań u ludzi. Dwa główne założenia teorii Halla to:

- interpretacja przestrzeni jest zazwyczaj ukryta i pozostaje poza naszą świadomością;
- każdy człowiek uczy się zasad i wskazówek dotyczących przestrzeni ze swojego otoczenia, a oczekiwania i granice indywidualnej przestrzeni osobistej są uwarunkowane kulturowo.

Edward T. Hall [2021] wyróżnił cztery strefy dystansów personalnych:

Tab. 1. Dystanse personalne według Edwarda T. Halla

dystans intymny	od 15 do 45 cm – do tej strefy dopuszczane są jedynie osoby bardzo bliskie i wymaga to naszej zgody
dystans indywidualny	od 45 do 120 cm – dystans wyciągniętej ręki; do tej strefy dopuszczani są ludzie dobrze nam znani
dystans społeczny	od 120 do 360 cm – dystans dla codziennych interakcji z obcymi i znajomymi, z którymi nie wiążą nas zażyłe stosunki; w tej strefie załatwiane są wszelkie oficjalne sprawy
dystans publiczny	powyżej 360 cm – postrzegany jako dystans, z którego można bezpiecznie kogoś zignorować, a także jako taki, a w którym jednym rzutem oka można ogarnąć całą sylwetkę drugiej osoby

Źródło: Hall 2021

Dystanse personalne mają pewne zakresy, na które wpływ może mieć kształt przestrzeni. Edward T. Hall zaobserwował, że elementy trwałe (np. ściany, drzewa) i półtrwałe (np. meble) wpływają na nasze postrzeganie przestrzeni osobistej. Psychiatra Humphry Osmond zauważył natomiast, że zaaranżowanie otoczenia może zarówno sprzyjać, jak i blokować interakcje społeczne. Przetestował to następnie z Robertem Sommerem, psychologiem środowiskowym [Sommer 1969]. Przestrzeń odspołeczna może być zaprojektowana na ortogonalnej siatce, twarda i z rozstawionymi w znacznych odległościach od siebie meblami, a przestrzeń dospołeczna – zaokrąglona, meandrująca, z meblami w ustawieniu zachęcającym do zainicjowania rozmowy.

Projektanci William H. Whyte [1980] oraz Jan Gehl [2011] kładą nacisk na fakt, jak przemyślane projektowanie mebli miejskich może wpłynąć nie tylko na relacje międzyludzkie, a wręcz na kreowanie wspólnoty. Publiczne siedziska mogą być zarówno dostępne, zapraszające i inkluzywne, jak i zniechęcające, utrudniające korzystanie lub wykluczające pewne grupy użytkowników. Te najchętniej używane są ergonomiczne oraz respektują dystanse indywidualne przy jednoczesnym umożliwieniu podjęcia interakcji.

Duża liczba badań nad proksemiką dowodzi, że tworzenie miejsc z dbałością o użytkownika wymaga uwzględnienia także teorii dystansów personalnych. Projekt miejsca może sprawić, że ludzie oddalą się od siebie lub wręcz przeciwnie – zjednoczą się we wspólnych aktywnościach.

2.3.4. Teoria *genius loci*

Genius loci to po łacinie „duch miejsca” i odnosi się do unikalnej atmosfery, charakteru i tożsamości danej przestrzeni. Współczesne projektowanie jest często oskarżane o bycie oderwanym od kontekstu, podczas gdy w dużej liczbie źródeł [Jacobs 1961; Lynch 1981] wspomina się o tym, że fizyczny krajobraz może mieć realny wpływ na tożsamość jego użytkowników. Przywiązanie do miejsca to rodzaj emocjonalnej bliskości pomiędzy użytkownikiem a miejscem na podstawie symbolicznego znaczenia mu przypisywanego [Seamon 2018; Relph 1976].

Teoretyk architektury Juhani Pallasmaa w swojej książce [1996] przedstawia, jak miejsca mogą być łącznikiem między obecnymi użytkownikami a przeszłością, ponieważ historyczna spuścizna często jest głównym czynnikiem tworzącym *genius loci*.

John B. Jackson w swojej książce [1994] krytykuje pojęcie „poczucia miejsca” jako zbyt szerokie, ogólne i subiektywne, a tym samym mające niewielkie znaczenie. Nie zgodziłby się z tym geograf Edward Relph [1976], który zidentyfikował trzy filary kreowania poczucia tożsamości miejsca: fizyczne umiejscowienie, znaczenie i możliwe aktywności. Kolejni badacze uszczegółowili te kryteria, dodając: życie uliczne, kulturę kawiarnianą, godziny otwarcia, możliwość doświadczania sensorycznego, symbolikę, witalność, bezpieczeństwo i różnorodność [Canter 1977; Montgomery 1998; Heath, Oc, Tiesdell, Carmona 2010]. Nie ma oczywiście jednej uniwersalnej listy, której realizacja zagwarantuje powodzenie projektu, ponieważ prawdziwe miejsca i prawdziwi użytkownicy są nie do końca przewidywalni, jednak warto śledzić wyniki badań na temat ludzkich preferencji dotyczących ich otoczenia.

2.3.5. Teoria przywiązania do miejsca

Przywiązanie do miejsca to emocjonalna więź, jaką ludzie wytwarzają z przestrzenią w odpowiedzi na przykład na znaczące życiowe doświadczenia czy znajomości. Wielu ludzi wykształca przywiązanie także do miejsca swojego zamieszkania. Pozytywne odczucia, które są kluczowe w tej teorii, mogą rozciągać się pomiędzy sentymentem, szacunkiem, wdzięcznością aż do poczucia odpowiedzialności za daną przestrzeń. Odpowiedzialność za miejsce czy wpływ na jego kształt mogą oddziaływać na poczucie sprawczości, a więc jedną ze składowych dobrostanu [Altman, Low 1992]. Więzy z miejscem mogą mieć znaczenie dla naszego zadowolenia z życia, a nawet decydować o miejscu, które wybierzemy do zamieszkania, spędzenia urlopu czy choćby popołudnia.

Irwin Altman i Setha M. Low [1992] wskazują, że teoria przywiązania do miejsca bazuje na koncepcji dotyczącej zrozumienia przez ludzi swojego otoczenia, obejmującej perspektywę socjologiczną i uwzględniającą różnice kulturowe. Setha M. Low wyróżniła [Altman, Low 1992] trzy typy przywiązania:

- socjologiczne – np. więzi genealogiczne i historyczne;
- materialne – związane z posiadaniem nieruchomości;
- ideologiczne – oparte na religii lub duchowości.

Gentryfikacja jako zjawisko często występujące na obszarach rewitalizacji w śródmieściach może być przykładem teorii przywiązania do miejsca. Jeśli w tym negatywnym procesie nowi mieszkańcy wprowadzą się do okolicy, ale pozostaną względnie anonimowi, to nie wykształcą więzi zarówno z sąsiadami, jak i z sąsiedztwem. W konsekwencji będą mniej skłonni do dbania o własny dom oraz do pracy na rzecz swojej społeczności, przez co mogą narastać w sąsiedztwie konflikty [Manzo, Perkins 2006]. Z drugiej strony poczucie więzi z miejscem prowadzi do troski o otoczenie, która skutkuje jeszcze większym przywiązaniem do danej przestrzeni [Seamon 2013]. Projektanci powinni brać to pod uwagę, proponując przemiany społeczne.

Badania [Manzo, Perkins 2006: 335-350] wskazują na trzy główne czynniki prowadzące do wykształcenia przywiązania do miejsca:

- oferta społeczna – pod tym pojęciem można rozumieć obecność miejsc do spotkań indywidualnych oraz organizacji wydarzeń, a także ich programowanie;
- otwartość – czyli poziom życzliwości społeczności do różnorodnych użytkowników danej przestrzeni;
- estetyka – fizyczne piękno otoczenia.

Przywiązanie do przestrzeni może pozytywnie wpływać na nasz dobrostan na wielu płaszczyznach, takich jak: poczucie przynależności, poczucie sprawczości, poczucie własnej wartości czy poczucie sensu życia. Zrozumienie, dlaczego ludzie wytwarzają więzi z otoczeniem, oraz umiejętne wykorzystanie tej wiedzy, pomagają stworzyć niezapomniane miejsca.

2.3.6. Teoria projektowania biofilnego

Koncepcja biofilii opiera się na naturalnym dla każdego żywego organizmu, w tym dla ludzi, umiłowaniu życia, a przez to poczuciu i potrzebie związku ze światem przyrody. Zdefiniowana przez filozofa i psychologa Ericha Fromma jako „namiętna miłość życia i wszystkiego, co żyje” [Fromm 1992: 366] oraz spopularyzowana przez botanika Edwarda O. Wilsona [198] biofilia, w wyniku naszej ewolucyjnej przeszłości, sprawia, że ludzie doceniają naturę i przywiązują się do niej. Dawniej żyliśmy ściśle związani z przyrodą, obecnie środowisko miejskie przejęło część jej funkcji, jak np. zapewnienie miejsca do spania czy ochronę przed niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi.

W. Browning, C. Ryan i J. Clancy [2014] zaproponowali 14 wzorców, których zastosowanie w projektowaniu wpływa pozytywnie na poszczególne aspekty poczucia dobrostanu:

NATURA WE WZORACH

- 1) Wizualny kontakt z naturą.

- 2) Pozawizualny kontakt z naturą.
- 3) Nierytmiczna stymulacja sensoryczna.
- 4) Zmienność cieplna i przepływ powietrza.
- 5) Obecność wody.
- 6) Światło dynamiczne i rozproszone.
- 7) Połączenie z systemami naturalnymi.

NATURALNE ANALOGIE

- 1) Formy i wzory biomorficzne.
- 2) Naturalne materiały.
- 3) Złożoność i porządek.

CHARAKTER PRZESTRZENI

- 1) Perspektywa.
- 2) Schronienie.
- 3) Tajemnica.
- 4) Ryzyko i zagrożenie.

Badania [Kellert 2018] dowodzą, że nie tylko bezpośredni kontakt z przyrodą ma korzystny wpływ na człowieka – czasami wystarczy otwarcie widoku na zieleń w oddali, obraz o tematyce przyrodniczej lub choćby cechy przestrzeni nawiązujące do natury. Projektowanie miejsc w zgodzie z naturą może przynieść szereg korzyści dla użytkowników przestrzeni, takich jak: zmniejszenie współczynnika przestępczości [Kuo, Sullivan 2001: 343-367], poprawę stanu zdrowia fizycznego i psychicznego [Sarkar, Webster, Gallacher 2018; Bratman, Hamilton, Daily 2012] wzrost produktywności oraz możliwości poznawczych.

3. BADANIA JAKOŚCI PRZESTRZENNO-SPOŁECZNEJ PRZESTRZENI MIEJSKIEJ – STUDIUM PRZYPADKU

3.1. Metoda badawcza

Postępowanie badawcze oparto na wybranych pozycjach literaturowych, analizie przykładów zastosowania EBD w projekcie ulicy Święty Marcin oraz metodzie ankietowej. Do pomiaru dobrostanu zastosowano Perceived Restorativeness Scale (PRS) [Hartig, Korpela, Evans, Gärling 1997: 175-194] – skalę pozwalającą na zmierzenie dobrostanu w danym miejscu w konkretnej chwili. Skala PRS składa się z 26 pytań ocenianych na siedmiopunktowej skali Likerta (0 = wcale, 6 = całkowicie), opisujących cztery komponenty oparte na Attention Restoration Theory (ART). Pytania w PRS są podzielone na cztery sekcje:

ODERWANIE

- 1) Przebywanie tutaj jest dla mnie doświadczeniem ucieczki.
- 2) Spędzanie tu czasu pozwala mi oderwać się od codziennej rutyny.
- 3) To miejsce, w którym mogę uciec od wszystkiego.

- 4) Bycie tutaj pomaga mi się zrelaksować i skupić na wykonywaniu zadań.
- 5) Przychodzenie tutaj pomaga mi uwolnić się od niechcianych spraw wymagających mojej uwagi.

FASCYNACJA

- 1) To miejsce ma fascynujące cechy.
- 2) Moją uwagę przyciąga tu wiele interesujących rzeczy.
- 3) Chcę lepiej poznać to miejsce.
- 4) Jest tu wiele do odkrycia i zbadania.
- 5) Chcę spędzać więcej czasu patrząc na to otoczenie
- 6) To miejsce jest nudne. (-)
- 7) To otoczenie jest fascynujące.
- 8) Nie ma tu nic wartego obejrzenia. (-)

SPÓJNOŚĆ

- 1) Dzieje się tu za dużo. (-)
- 2) To miejsce wprowadza w błąd. (-)
- 3) Jest tu mnóstwo rozpraszaczy. (-)
- 4) Jest tu chaos. (-)

ZGODNOŚĆ

- 1) Bycie tutaj pasuje do mojej osobowości.
- 2) Mogę tu robić rzeczy, które lubię.
- 3) Czuję, że tu należę.
- 4) Mogę znaleźć sposoby, aby się tu dobrze bawić.
- 5) Czuję jedność z tym otoczeniem.
- 6) Są tu punkty orientacyjne, które pomagają mi się poruszać.
- 7) Mogę łatwo stworzyć mentalną mapę tego miejsca.
- 8) Łatwo jest mi się tu odnaleźć.
- 9) Łatwo jest tu zobaczyć, jak wszystko jest zorganizowane.

Uwagi: (-) element, którego wartość musi zostać odwrócona podczas analizy.

Badanie zostało przeprowadzone na ulicy Święty Marcin w styczniu i lutym 2025 r. na próbie 150 badanych.

3.2. Analiza przykładów zastosowania EBD w projekcie ulicy Święty Marcin

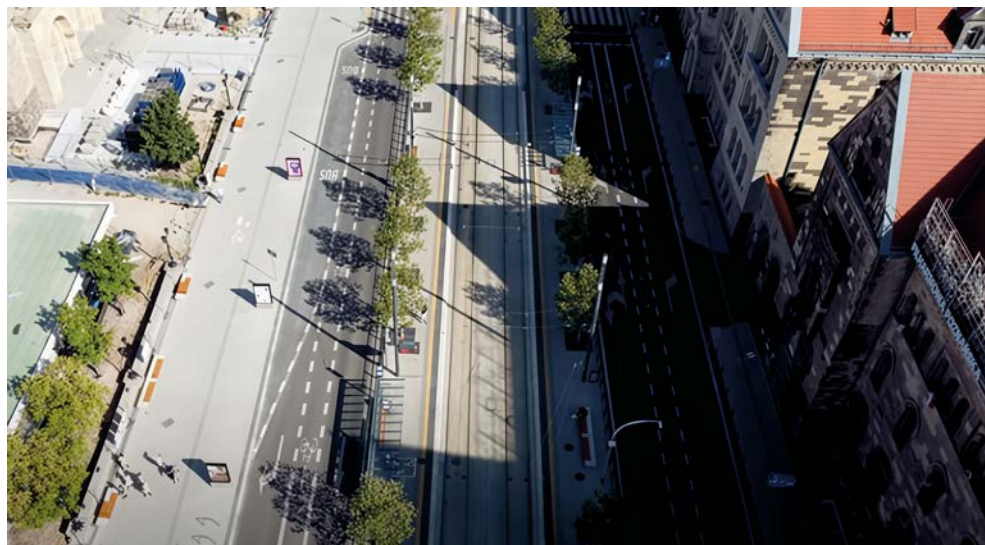
3.2.1. Okolica CK Zamek

Obszar ten, rozciągający się pomiędzy skrzyżowaniami z al. Niepodległości oraz z ulicą Gwarną, jest najbardziej nasycony elementami noszącymi znamiona projektowania opartego na dowodach naukowych.



Fot. 1. Widok z ulicy Święty Marcin na CK Zamek
[r-xx.bstatic.com 2025]

Znajdują się tu symboliczne obiekty historyczne, które mają unikalne w skali miasta funkcje. Brak w tej okolicy ograniczeń logicznych, a informacja wizualna jest spójna i nie wprowadza w błąd. Budynki takie jak CK Zamek są dostępne o różnych porach i inkluzywne. Bez większego trudu można tu znaleźć schronienie np. przed niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi.



Fot. 2. Widok na ulicę Święty Marcin w okolicy CK Zamek z lotu ptaka
[YouTube 2025]

Na zdjęciu z lotu ptaka widoczny jest czytelny układ ulicy z uspokojonym ruchem kołowym. Obecność zieleni, która dopiero osiągnie swoje docelowe rozmiary, wpływa pozytywnie na estetykę miejsca. Ogólnodostępne siedziska pozwalają na odpoczynek, a pawilon już niedługo poszerzy ofertę gastronomiczną ulicy.

3.2.2. Strefa gastronomiczna

Strefą gastronomiczną nazwano odcinek Świętego Marcina pomiędzy skrzyżowaniami z ulicami Gwarną i Ratajcza. Dominują tu lokale o charakterze restauracyjno-kawiarnianym. W czytelnym układzie ulicy znajduje się sporo zieleni wysokiej, a także elementy wodne. Dominuje tutaj ruch pieszy oraz obowiązuje strefa zamieszkania.



Fot. 3. Widok na ulicę Święty Marcin w okolicy zespołu Domów Towarowych Alfa [Kierunkowo.pl 2025]

W tej strefie znajduje się również geograficzny środek Poznania, oznaczony punktem świetlnym. Użytkownik znajdzie tu zarówno schronienie, jak i miejsca do siedzenia dostępne dla każdego. Komunikacja wizualna jest dość czytelna, jednak pojawia się chaos reklamowy.



Fot. 4. Geograficzny środek Poznania
[Wpoznaniu.pl 2025]

3.2.3. Strefa handlowa



Fot. 5. Widok na część handlową ulicy Święty Marcin
[D. Pazder]

Strefa handlowa rozciąga się od skrzyżowania z Ratajczaka aż do kościoła pw. św. Marcina, który zamyka ulicę i stanowi jej dominantę znaczeniową. Poza tym historycznym obiektem o symbolicznym znaczeniu jest tu niewiele oznak teorii EBD – ulica zwęża się w tym miejscu i, mimo uspokojonego ruchu kołowego, jest przez niego zdominowana. Chodniki są zdecydowanie zbyt wąskie dla obecnego tam ruchu pieszego, a niewielkie ogródki gastronomiczne i nieliczna zieleń jeszcze tę przestrzeń zwężają.



Fot. 6. Widok na część handlową ulicy od strony kościoła pw. św. Marcina
[fGoogle Maps 2025]

W tej części ulicy panuje zupełny chaos reklamowy, dając wrażenie zaniedbania przestrzeni mimo niedawno zakończonego remontu. Również oferta handlowa jest dość wąska i nie zaspokaja podstawowych potrzeb stałych mieszkańców.

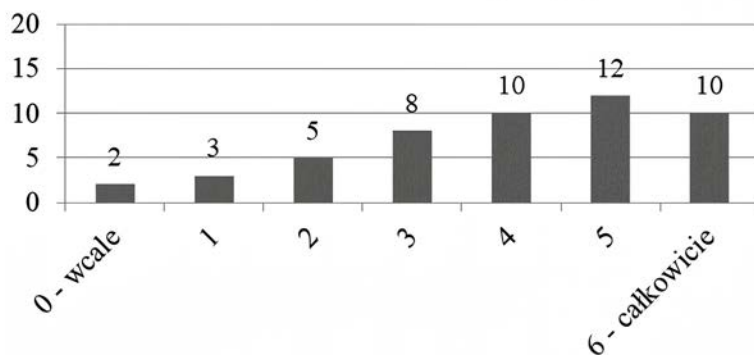
3.3. Wyniki badań

Tab. 2. Wyniki badań dla okolicy CK Zamek

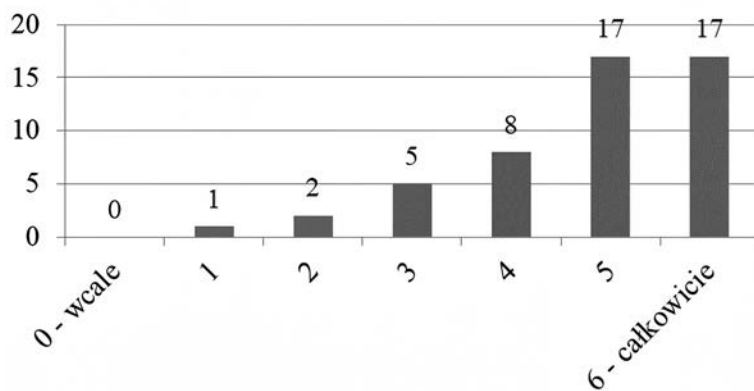
L.p.	Stwierdzenie	Średnia	Odchylenie
1.	Przebywanie tutaj jest dla mnie doświadczeniem ucieczki.	4.2	(± 1.1)
2.	Spędzanie tu czasu pozwala mi oderwać się od codziennej rutyny.	4.0	(± 1.5)
3.	To miejsce, w którym mogę uciec od wszystkiego.	3.8	(± 1.3)
4.	Bycie tutaj pomaga mi się zrelaksować i skupić na wykonywaniu zadań.	3.7	(± 1.2)
5.	Przychodzenie tutaj pomaga mi uwolnić się od niechcianych spraw wymagających mojej uwagi.	3.5	(± 1.3)
6.	To miejsce ma fascynujące cechy.	4.5	(± 1.0)
7.	Moją uwagę przyciąga tu wiele interesujących rzeczy.	4.8	(± 1.1)
8.	Chcę lepiej poznać to miejsce.	4.2	(± 1.2)
9.	Jest tu wiele do odkrycia i zbadania.	4.0	(± 1.1)
10.	Chcę spędzać więcej czasu patrząc na to otoczenie	4.1	(± 1.3)
11.	To miejsce jest nudne.	1.5	(± 1.2)
12.	To otoczenie jest fascynujące.	4.6	(± 1.1)
13.	Nie ma tu nic wartego obejrzenia.	1.7	(± 1.1)
14.	Dzieje się tu za dużo.	2.2	(± 1.3)
15.	To miejsce wprowadza w błąd.	1.8	(± 1.2)
16.	Jest tu mnóstwo rozpraszaczy.	2.0	(± 1.3)
17.	Jest tu chaos.	1.9	(± 1.1)
18.	Bycie tutaj pasuje do mojej osobowości.	3.9	(± 1.2)
19.	Mogę tu robić rzeczy, które lubię.	4.0	(± 1.3)
20.	Czuję, że tu należę.	3.7	(± 1.3)
21.	Mogę znaleźć sposoby, aby się tu dobrze bawić.	4.2	(± 1.2)
22.	Czuję jedność z tym otoczeniem.	3.6	(± 1.3)

23.	Są tu punkty orientacyjne, które pomagają mi się poruszać.	4.3	(± 1.2)
24.	Mogę łatwo stworzyć mentalną mapę tego miejsca.	4.5	(± 1.1)
25.	Łatwo jest mi się tu odnaleźć.	4.9	(± 1.1)
26.	Łatwo jest tu zobaczyć, jak wszystko jest zorganizowane.	4.6	(± 1.1)

**Spędzanie tu czasu pozwala mi
oderwać się od codziennej rutyny.**



Łatwo mi się tu odnaleźć.

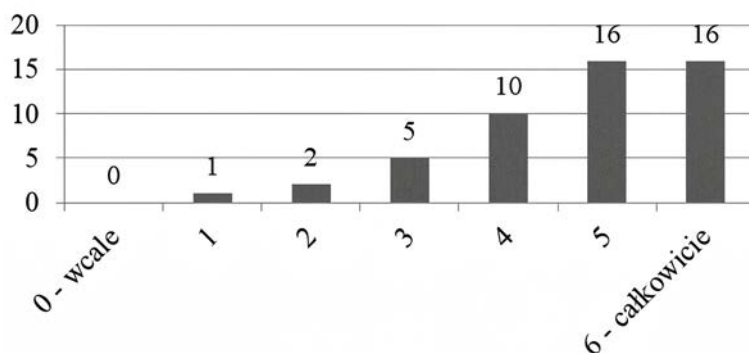


Tab. 3. Wyniki badań dla strefy gastronomicznej

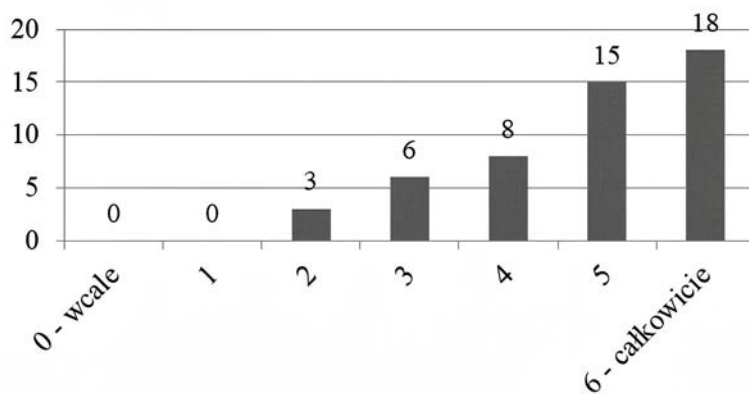
L.p.	Stwierdzenie	Średnia	Odchylenie
1.	Przebywanie tutaj jest dla mnie doświadczeniem ucieczki.	4.8	(± 1.2)
2.	Spędzanie tu czasu pozwala mi oderwać się od codziennej rutyny.	5.1	(± 1.0)
3.	To miejsce, w którym mogę uciec od wszystkiego.	4.7	(± 1.3)
4.	Bycie tutaj pomaga mi się zrelaksować i skupić na wykonywaniu zadań.	4.5	(± 1.4)
5.	Przychodzenie tutaj pomaga mi uwolnić się od niechcianych spraw wymagających mojej uwagi.	4.6	(± 1.3)
6.	To miejsce ma fascynujące cechy.	5.0	(± 1.1)
7.	Moją uwagę przyciąga tu wiele interesujących rzeczy.	5.3	(± 1.0)
8.	Chcę lepiej poznać to miejsce.	5.1	(± 1.2)
9.	Jest tu wiele do odkrycia i zbadania.	4.9	(± 1.3)
10.	Chcę spędzać więcej czasu, patrząc na to otoczenie	5.2	(± 1.1)
11.	To miejsce jest nudne.	1.2	(± 0.9)
12.	To otoczenie jest fascynujące.	5.4	(± 0.9)
13.	Nie ma tu nic wartego obejrzenia.	1.1	(± 0.8)
14.	Dzieje się tu za dużo.	2.5	(± 1.3)
15.	To miejsce wprowadza w błąd.	1.8	(± 1.1)
16.	Jest tu mnóstwo rozpraszaczy.	2.2	(± 1.2)
17.	Jest tu chaos.	1.7	(± 1.0)
18.	Bycie tutaj pasuje do mojej osobowości.	5.0	(± 1.1)
19.	Mogę tu robić rzeczy, które lubię.	5.3	(± 0.9)
20.	Czuję, że tu należę.	4.8	(± 1.2)
21.	Mogę znaleźć sposoby, aby się tu dobrze bawić.	5.2	(± 1.1)
22.	Czuję jedność z tym otoczeniem.	4.9	(± 1.2)
23.	Są tu punkty orientacyjne, które pomagają mi się poruszać.	5.0	(± 1.0)
24.	Mogę łatwo stworzyć mentalną mapę tego miejsca.	4.8	(± 1.2)

25.	Łatwo jest mi się tu odnaleźć.	5.1	(± 1.0)
26.	Łatwo jest tu zobaczyć, jak wszystko jest zorganizowane.	5.0	(± 1.1)

**Spędzanie tu czasu pozwala mi
oderwać się od codziennej rutyny.**



Łatwo mi się tu odnaleźć.

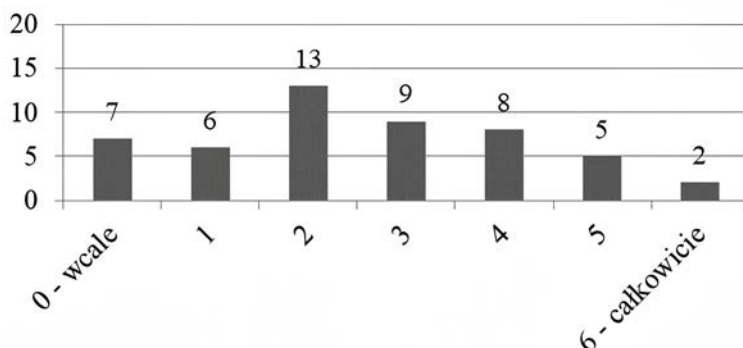


Tab. 4. Wyniki badań dla strefy handlowej.

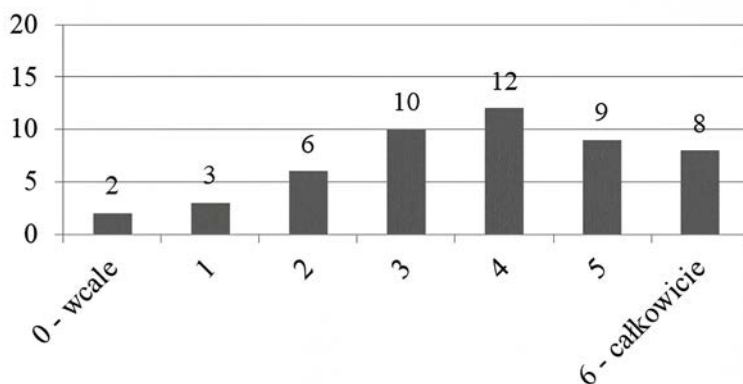
L.p.	Stwierdzenie	Średnia	Odchylenie
1.	Przebywanie tutaj jest dla mnie doświadczeniem ucieczki.	2.1	(±1.3)
2.	Spędzanie tu czasu pozwala mi oderwać się od codziennej rutyny.	2.5	(±1.5)
3.	To miejsce, w którym mogę uciec od wszystkiego.	1.8	(±1.2)
4.	Bycie tutaj pomaga mi się zrelaksować i skupić na wykonywaniu zadań.	2.0	(±1.4)
5.	Przychodzenie tutaj pomaga mi uwolnić się od niechcianych spraw wymagających mojej uwagi.	1.7	(±1.1)
6.	To miejsce ma fascynujące cechy.	3.5	(±1.7)
7.	Moją uwagę przyciąga tu wiele interesujących rzeczy.	4.2	(±1.6)
8.	Chcę lepiej poznać to miejsce.	3.0	(±1.5)
9.	Jest tu wiele do odkrycia i zbadania.	3.7	(±1.4)
10.	Chcę spędzać więcej czasu patrząc na to otoczenie	2.9	(±1.6)
11.	To miejsce jest nudne.	1.9	(±1.5)
12.	To otoczenie jest fascynujące.	3.3	(±1.4)
13.	Nie ma tu nic wartego obejrzenia.	2.2	(±1.3)
14.	Dzieje się tu za dużo.	5.4	(±1.2)
15.	To miejsce wprowadza w błąd.	4.8	(±1.3)
16.	Jest tu mnóstwo rozpraszaczy.	5.1	(±1.0)
17.	Jest tu chaos.	5.6	(±0.9)
18.	Bycie tutaj pasuje do mojej osobowości.	2.7	(±1.5)
19.	Mogę tu robić rzeczy, które lubię.	3.1	(±1.6)
20.	Czuję, że tu należę.	2.4	(±1.3)
21.	Mogę znaleźć sposoby, aby się tu dobrze bawić.	3.5	(±1.4)
22.	Czuję jedność z tym otoczeniem.	2.1	(±1.2)
23.	Są tu punkty orientacyjne, które pomagają mi się poruszać.	3.9	(±1.3)
24.	Mogę łatwo stworzyć mentalną mapę tego miejsca.	4.5	(±1.2)

25.	Łatwo jest mi się tu odnaleźć.	4.0	(±1.3)
26.	Łatwo jest tu zobaczyć, jak wszystko jest zorganizowane.	3.6	(±1.4)

**Spędzanie tu czasu pozwala mi
oderwać się od codziennej rutyny.**



Łatwo mi się tu odnaleźć.



4. ZAKOŃCZENIE

Uzyskane wyniki przeprowadzonych badań sugerują, że subiektywny dobrostan ma pewną naturę przestrzenną, jednak kierunek tych relacji jest w dużym stopniu zależny od zastosowanej metody jego badania. Perceived Restorativeness Scale pozwoliła zmierzyć dobrostan w trzech punktach w czasie regularnego użytkowania ulicy, jednak jej charakter zmienia się choćby w przypadku corocznie organizowanych imprez, jak na przykład Imienin Ulicy Święty Marcin, Letniego Świętego Marcina czy Dnia Sąsiada. W tym czasie wyniki ankiet byłyby zapewne inne.

Zwraca uwagę fakt, że nagromadzenie elementów związanych z EBD jest skorelowane z wyższymi wynikami uzyskanymi w ankiecie. Dobrostan jest powiązany z kształtem, dostępnością czy umeblowaniem przestrzeni. Należy podkreślić także ogromne znaczenie wykorzystania przestrzeni zielonej w środowisku miejskim w kontekście dobrego samopoczucia użytkowników.

„Zalecenia urbanistyczne powinny być bezpośrednim elementem uzdrawiania społeczności” [Promińska 2023]. Dążąc do poprawy dobrostanu odbiorców ulicy Święty Marcin, przygotowano zbiór wytycznych, mających na celu priorytetyzację człowieka i natury. Po zakończeniu okresu ochrony gwarancyjnej rekomenduje się na całej długości ulicy Święty Marcin:

- dostosowanie przestrzeni do zmian klimatu,
- poprawienie jakości małej architektury,
- uporządkowanie chaosu reklamowego,
- dbałość o czystość przestrzeni,
- zapobieganie odpływowi stałych mieszkańców.

W okolicy CK Zamek:

- zwiększenie ilości zieleni.

W części gastronomicznej:

- zadbanie o jakość architektury,
- poprawienie dostępności informacji o historii miejsca.

W części handlowej:

- uporządkowanie przestrzeni,
- więcej miejsca dla pieszych,
- poszerzenie oferty handlowej,
- usunięcie dominacji funkcji komunikacyjnej.

Warto mieć na uwadze myśl, że dobre miejsca nigdy nie są zupełnie ukończone – są zawsze po części w trakcie budowy – zmieniają się odbiorcy, zmienia się sposób użytkowania, zmienia się forma. Kiedy kilka lat temu powstawał projekt obecnego kształtu ulicy, nie było jeszcze tak dużej świadomości zmian klimatycznych, którymi obecnie uzasadnia się konieczność zwiększenia ilości zieleni w centrum miasta. Święty Marcin ewoluuje wraz z rozwojem świadomości jego użytkowników. Patrząc w ten sposób na tę ulicę, obserwujemy jej sukcesywny rozwój w zakresie funkcji i formy, a dodatkowa zielen pojawi się wraz z ewaluacją oraz z kolejnymi pokoleniami projektantów i decydentów [Niezabitowska 2017].

LITERATURA

- Altman I., Low S.M., 1992, *Place Attachment*, Springer, Boston.
- Biloria N., Seabag G., Robertson H., 2023, *The Empathic City: An Urban Health and Wellbeing Perspective*, John Wiley & Sons, London.
- Bratman G.N., Hamilton J.P., Daily G.C., 2012, *The impacts of nature experience on human cognitive function and mental health*, „Annals of the New York Academy of Sciences”, t. 1249, s. 118-136.
- Browning W., Ryan C., Clancy J., 2014, *14 patterns of biophilic design: improving health and well-being in the built environment*, Terrapin Bright Green, New York.
- Canter D.V., 1977, *The Psychology of Place*, The Architectural Press, London.
- Czepkiewicz M., Jankowski P., 2015, *Analizy przestrzenne w badaniach nad jakością życia w miastach*, „Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny”, t. 77 nr 1, s. 101-118.
- Diener E., Wirtz D., Tov W., Kim-Prieto C., Choi D.-W., Oishi S., Biswas-Diener R., 2010, *New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings*, „Social Indicators Research”, nr 97(2), s. 143-156.
- Flanders Cushing D., Miller E., 2020, *Creating great places. Evidence-based urban design for health and wellbeing*, Routledge, New York.
- Fromm E., 1992, *The Anatomy of Human Destructiveness*, Holt Paperbacks, New York.
- Gehl J., 2011, *Life Between Buildings: Using Public Space*, Island Press, Washington.
- Gibson J.J., 1986, *The Ecological Approach to Visual Perception*, Psychology Press, New York.
- Graziano M.S.A., 2018, *The Spaces Between Us: A Story of Neuroscience, Evolution, and Human Nature*, Oxford University Press, New York.
- Hadavi S., Kaplan R., Hunter M.C., 2015, *Environmental affordances: a practical approach for design of nearby outdoor settings in urban residential areas*, „Landscape and Urban Planning”, nr 134, s. 19-32.
- Hall E.T., 1963, *A System for the Notation of Proxemic Behavior*, „American Anthropologist”, t. 65, nr 5, s. 1003-1026.
- Hall E.T., 2001, *Ukryty wymiar*. Spectrum (Muza), Warszawa.
- Hartig T., Korpela K., Evans G., Gärling T., 1997, *A Measure of restorative quality in environments*, „Scandinavian Housing and Planning Research”, nr 14(4), s. 175-194.
- Heath T., Oc T., Tiesdell S., Carmona M., 2010, *Public Places Urban Spaces: The Dimensions of Urban Design*, Architectural Press, London.
- Jackson J.B., 1994, *A Sense of Place, a Sense of Time*, Yale University Press, New Haven.
- Jacobs J., 1961, *The Death and Life of Great American Cities*, Random House, New York.
- Karaś D., 2019, *Pojęcia i koncepcje dobrostanu: przegląd i próba uporządkowania*, <https://bibliotekanauki.pl/articles/1878766.pdf> (dostęp: 11.06.2024).
- Kellert S.R., 2018, *Nature by Design: The Practice of Biophilic Design*, Yale University Press, New Haven.
- Kuo F.E., Sullivan W.C., 2001, *Environment and Crime in the Inner City: Does Vegetation Reduce Crime?*, „Environment and Behavior”, nr 33(3), s. 343-367.
- London F., 2020, *Healthy Placemaking: Wellbeing Through Urban Design*, RIBA Publishing, London.
- Lynch K., 1981, *Theory of Good City Form*, MIT Press, Cambridge,

- Manzo L.C., Perkins D.D., 2006, *Finding Common Ground: The Importance of Place Attachment to Community Participation and Planning*, „Journal of Planning Literature”, nr 20(4), s. 335-350.
- Montgomery C., 2015, *Miasto szczęśliwe. Jak zmienić nasze życie, zmieniając nasze miasta*, Wysoki Zamek, Kraków.
- Montgomery J., 1998, *Making a city: Urbanity, vitality and urban design*, „Journal of Urban Design”, nr 3(1), s. 93-116.
- Niezabitowska E.D., 2017, *Badania jakościowe a projektowanie*, „Builder Polska”, t. 235, nr 2, s. 40-43.
- Norman D.A., 1999, *Affordance, conventions, and design*, „Interactions”, nr 6(3), s. 38-42.
- Nowa Karta Lipska, 2020, <https://www.gov.pl/attachment/a56e8572-34f8-4d40-b7bc-2d-23d16f0dee> (dostęp: 10.06.2024).
- Pallasmaa J., 1996, *The Eyes of the Skin: Architecture and the Senses*, John Wiley & Sons, London.
- Promińska M., 2023, *Zdrowa urbanistyka. Nowy standard planowania przestrzennego*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Relf E., 1976, *Place and Placelessness*, Pion, London.
- van Rijswijk L., Rooks G., Haans A., 2016, *Safety in the eye of the beholder: Individual susceptibility to safety-related characteristics of nocturnal urban scenes*, „Journal of Environmental Psychology”, nr 45, s. 103-115.
- Roca P., Vazquez C., Ondé D., 2023, *Hedonic and Arousal Affect Scale (HAAS): A brief adjective checklist to assess affect states*, „Personality and Individual Differences”, nr 207(4), s. 2-8.
- Ryff C.D., 1989, *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*, „Journal of Personality and Social Psychology”, 57(6), s. 1069-1081.
- Sarkar C., Webster C., Gallacher J., 2018, *Residential greenness and prevalence of major depressive disorders: a cross-sectional, observational, associational study of 94 879 adult UK Biobank participants*, „The Lancet Planetary Health”, t. 2, s. 162-173.
- Seamon D., 2013, *Lived Bodies, Place, and Phenomenology: Implications for Human Rights and Environmental Justice*, „Journal of Human Rights and the Environment”, t. 4, nr 2, s. 143-166.
- Seamon D., 2018, *Life Takes Place: Phenomenology, Lifeworlds, and Place Making*, Routledge, New York.
- Seligman M.E.P., 2004, *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*, „American Journal of Psychiatry”, nr 161(5), s. 936-937.
- Sommer R., 1969, *Personal Space: The Behavioral Basis of Design*, Prentice-Hall, Inc., London.
- Sternberg E.M., 2010, *Healing Spaces: The Science of Place and Well-Being*, Harvard University Press, Cambridge.
- Whyte W.H., 1980, *The Social Life of Small Urban Spaces*, Project for Public Spaces, New York.
- Wilson E.O., 1986, *Biophilia*, Harvard University Press, Cambridge.

World Health Organization, 2021, *Health promotion glossary of terms 2021*, s. 10, <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/350161/9789240038349-eng.pdf?sequence=1> (dostęp: 10.06.2024).

PATHWAYS LINKING THE EVIDENCE-BASED URBAN PLANNING TO SUBJECTIVE WELL-BEING ON THE EXAMPLE OF SAINT MARTIN STREET IN POZNAŃ

Summary

In times of rapid deurbanization, the well-being of city inhabitants is increasingly recognized as one of the priorities in urban design. Preventing the outflow of urban population to the suburbs and smaller settlement units is crucial from the point of view of maintaining the spatial order of the metropolis.

The aim of this article is to assess which elements of urban space that meet the criteria of evidence-based design are most effective in increasing the sense of well-being of its users. This assessment is based on the example of the revitalization project of Saint Martin Street in Poznań, implemented in the years 2017-2023. The research was conducted using the survey method in January and February 2025. The main research tool was an outdoor survey supplemented with interviews.

The conclusions drawn from the analysis of the research results are the need to take care of the quality and aesthetics of the street, including organizing the advertising chaos, as well as adapting the space to climate change. It is worth emphasizing that the role of biophilic design is particularly important due to the strong positive impact of people's contact with the natural world.

Keywords: well-being, evidence-based design, quality of urban space

