

Stadsparken onderzoek Sheffield - samenvatting



Van den Berg, A. E., Jorgensen, A., & Wilson, E. R. (2014). Evaluating restoration in urban green spaces: Does setting type make a difference? *Landscape and Urban Planning*, 127(0), 173-181.

http://www.agnesvandenbergh.nl/LUP_2014_final.pdf

Onderzoeksvraag

Is de natuurlijkheid van stadsparken van invloed op de stressherstellende werking van een wandeling door het park?

Definitie natuurlijkheid

Veel bomen en struiken, verschillende vegetatielagen, afwisselende vegetatiestructuur.



Verzorgd



Weelderig



Wild

natuurlijkheid

Opzet

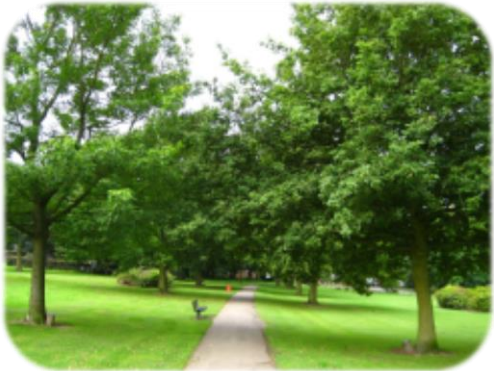
- Bij 102 deelnemers werd eerst stress opgewekt via een eng filmfragment
- Daarna keken ze ca. 7 minuten naar foto's en filmpjes van een wandeling door één van drie stadsparken in en rond de Engelse stad Sheffield, of een wandeling door het oude centrum van Sheffield.
- Negatieve stemming en gevoelens van vitaliteit en ontspanning werden op drie momenten gemeten: (T1) bij aanvang (T1), na de enge film (T2) en na de beelden van de wandeling (T3).



Sheffield centrum



Verzorgd park



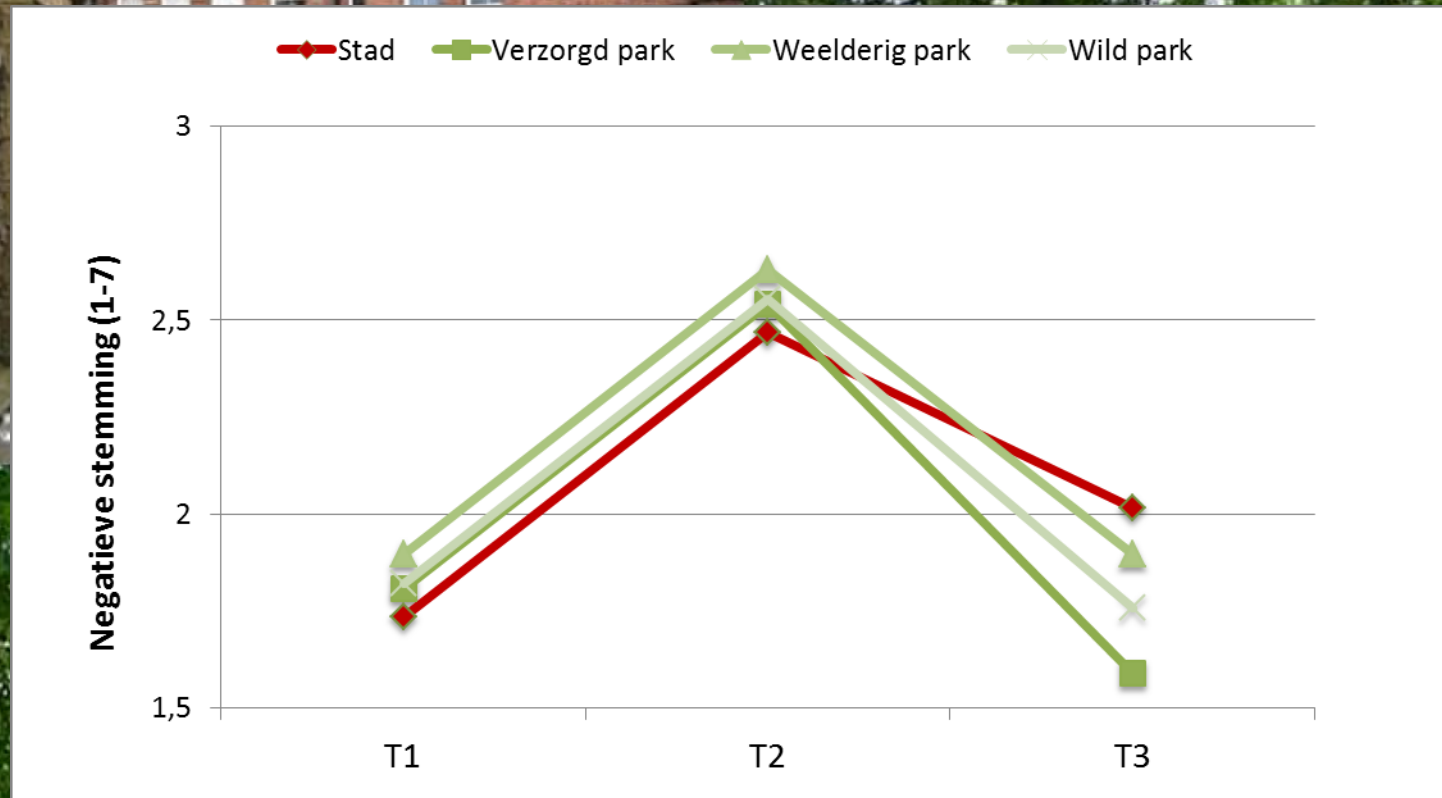
Weelderig park



Wild park

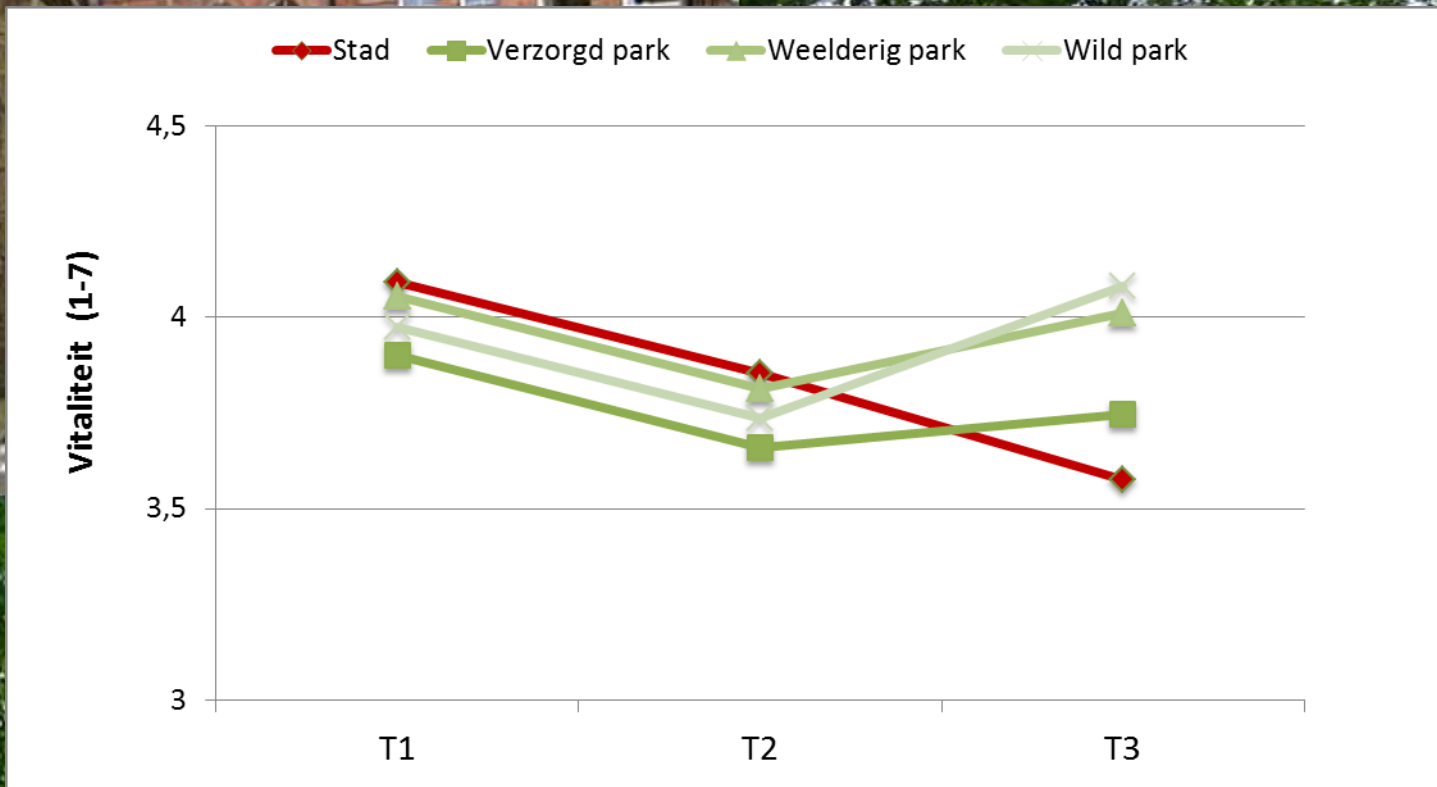


Resultaten negatieve stemming



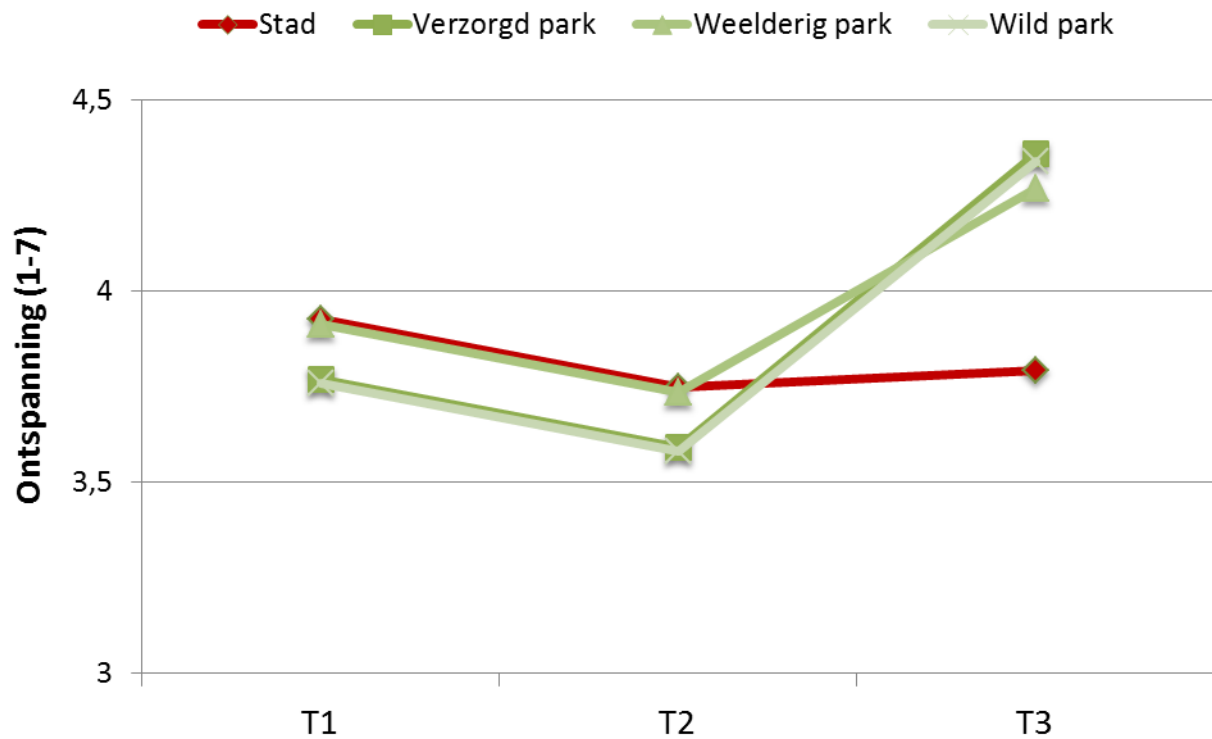
- Toename negatieve stemming door enge film (T1-T2)
- Meer herstel tijdens kijken naar park dan tijdens kijken naar stad (T2-T3)
- Geen significante verschillen in herstel tussen de drie parken

Resultaten vitaliteit



- Afname vitaliteit (T1-T2) door enge film
- Verdere afname vitaliteit tijdens kijken naar stad, herstel tijdens kijken naar park (T2-T3)
- Geen significante verschillen in herstel tussen de drie parken

Resultaten ontspanning



- Afname gevoelens van ontspanning (T1-T2) door enge film
- Herstel tot boven baseline (T1) tijdens kijken naar park, geen herstel tijdens kijken naar stad (T2-T3)
- Geen significante verschillen in herstel tussen de drie parken

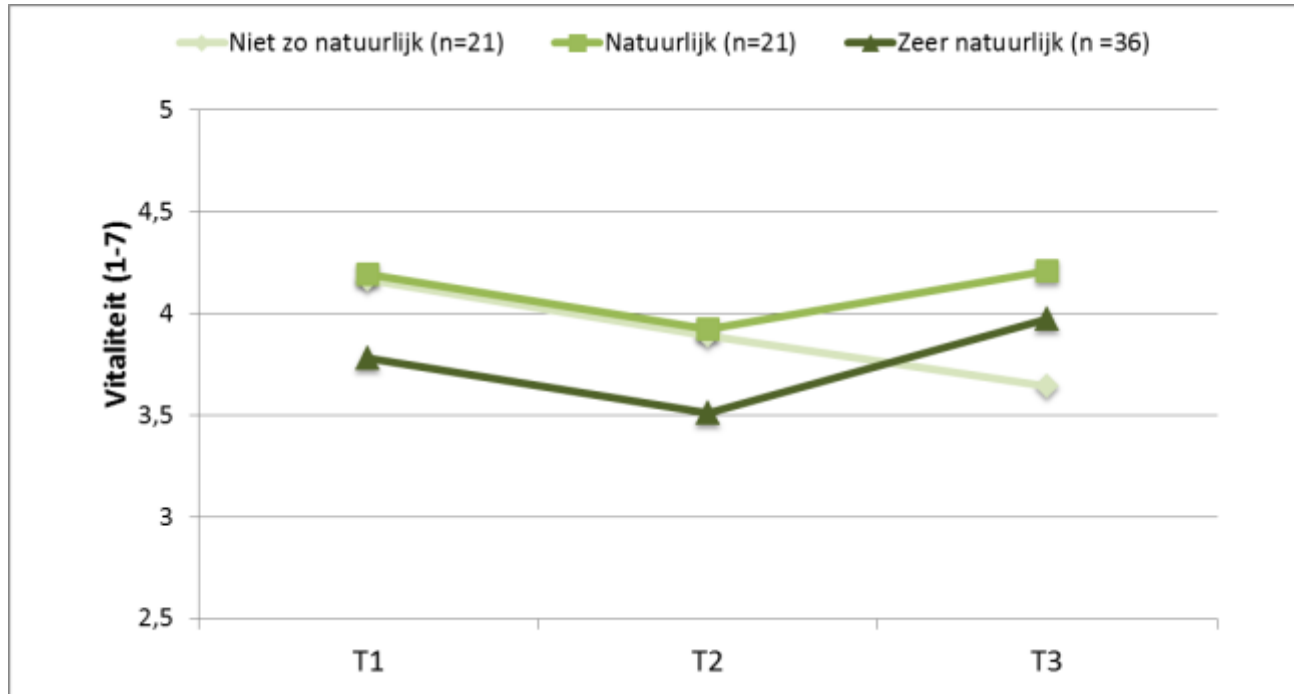
Conclusies

- Kijken naar beelden van een wandeling door een park is bevorderlijker voor herstel van stress dan kijken naar beelden van een wandeling door de stad.
- De natuurlijkheid van het park is niet van invloed op de stress herstellende werking ervan, alle drie de parken zijn even effectief in het herstellen van stress.

Maar.....

- De ene persoon herstelt wel meer van het kijken naar de wandeling door het park dan de andere persoon.
- Deze individuele verschillen hangen samen met de subjectief beleefde natuurlijkheid van het park.

Subjectieve beleving



- Kijken naar een park leidt alleen tot herstel van vitaliteit als het park als natuurlijk wordt beleefd.
- Personen die een park niet zo natuurlijk vinden, vertonen een verdere afname van vitaliteit tijdens het kijken naar een park, vergelijkbaar met de afname van vitaliteit in de stadsconditie.

Tot slot

- De subjectieve beleving van een park lijkt belangrijker voor herstel van stress dan de objectieve, fysieke kenmerken van het park.
- Vervolgonderzoek moet inzicht geven in de factoren die van invloed zijn op de subjectieve beleving van parken.

