

múzeumőr



Szilágyi Lenke felvétele

KARÁCSONY ÁGNES

„NEM LETTÜNK TELJESEN VÁROSI LÉNYEK”

INTERJÚ DÜLL ANDREA KÖRNYEZETPSZICHOLÓGUSSAL

**T**A világ 7,4 milliárd lakosának ma már több mint a fele város lakó. Számuk 2050-re meghaladhatja a 6,3 milliárdot. Urbanistákban nincs kétség: a 21. század a város évszázada. Düll Andrea környezetpszichológus professzor úgy véli: a városiasodással sem lettünk egyértelműen és pusztán városi lények, a természeti történetünk ugyanis sokkal hosszabb, de nem is nem fogunk visszaköltözni kunyhókba, nem engedi a modern társadalom, nem is bírnák el az emberek. Viszont a városi terek át fognak alakulni. Számos mozgalom indult világszerte, amelyeknek mégiscsak azonos céljuk van: nem az autóknak, hanem az embereknek kell városokat tervezni és építeni.

*MC: Hogyan definiálja a város fogalmát a környezetpszichológia?*

¶ A pszichológiában – bár gondolom, más tudomány is így van vele – nincs egyetlen elfogadott definíciója a városnak. Meghatározása két problematikához illeszkedik. Az egyik a város tényleges léptéke, amely összefügg a másik kérdéssel: van-e városi élményed a térben. Ki mitől érez városias jellegűnek egy települést? Nyilván nem ugyanaz az élmény, mondjuk, Fóton és Rio de Janeiróban vagy Szegeden és Budapesten. Mindebből részben következik: a várost, ha kutatjuk, végül is úgy kezeljük, mint egy viszonylag nagy létszámú – persze az is kérdés pszichológiailag, mit tartunk annak, lehet, hogy már egy embert is soknak érzünk magunk mellett –, városias építészettel rendelkező helyet közigazgatási és egyéb formális kritériumokkal. De pszichológiailag valóban az a kérdés, van-e városélmény valakinek, vagy nincs.

*MC: Én azt gondolnám, a város nemcsak fizikai tér, ahol emberek laknak, hanem egyfajta gondolkodásmód is, amely például meghatározó a benne élők világ-érzékelésének és környezetfogalmának kialakulásában.*

¶ Ez igaz. Egyértelműen identitásképző a város. Majdnem minden elmélet említi, hogy az emberek meghatározzák magukat a város–vidék dimenzió mentén. De azért mégsem teljesen egyértelmű a város identitásképző ereje, legalábbis pszichológiai értelemben. Hogy valaki városinak vagy vidékinek tartja-e magát,

ezzel kapcsolatban vissza tudunk kanyarodni a városélményhez. Én debreceni vagyok, és mindenki mást, aki nem volt debreceni, vidékinek mondtunk, gondoltunk, ideértve a budapestieket is. Mert az nem a mi városunk. Úgyhogy pszichológiai szempontból ez eléggé összetett kérdés, nincs is igazán feltárva, de itt tényleg a problematika az érdekes, mit lát az ember maga körül, azt városnak gondolja-e, azt a várost vonatkoztatja-e az énjére, és kedveli-e.

*MC: Nincs is egységes városi identitás. Két város úgy hasonlíthat egymásra, mint két ember.*

¶ Sőt egy városon belül sincs közös identitás. Egy város sorsokból áll, közös vagy privát történetekből, emlékekből. Lakói másként élnek meg a városukat, és ezeken az eltérő megéléseken keresztül másképp teremtik meg azt. Kevin Lynch várostervező, urbanista szerint úgy kell felfogni a várost, ahogyan azt a lakói látják. Ez a „belső kép”, ami alakítja, segíti az „élőhely megtalálását”, amely alapvető igénye minden embernek. Lynch mondta azt is, hogy a városnak meg kell felelnie bizonyos kritériumoknak: ilyenek – sok más mellett – a tágasság, az áttekinthető szerkezet, a közbiztonság, a közösségek kommunikációja. Egyébként viszonylag új attitűdcsoportosítás az urbanofil és az urbanofób, vagyis hogy mennyire városkedvelő vagy sem valaki.

*MC: Mi marasztalja mégis az urbanofóbot a városban?*

¶ A világban való létünk nem csupán szeretés kérdése. Sokrétűbb annál. A városban lehet több pénzt, munkát szerezni, ami nem teljesen fed át azzal, hogy valaki jó vagy funkcionáló városlakó. Számos kutató foglalkozik a városi élet előnyös oldalával is. John Zeisel szociológus, urbanista a várostervezéssel kapcsolatban hat alapvető szükségletet említ, amelyeket figyelembe kell venniük a várostervezőknek: a városnak mint környezetnek ki kell elégítenie a lakók és a használók biztonságigényét, tájékozódási szükségletét, privátszféra-igényét, szükségletét a társas interakciókra, kényelemigényét és identitásszükségletét.

*MC: Herbert Girardet urbanista is számos tanulmányában elemzi az élhető és fenntartható városokat. Ő így fogalmazott: „A város részben autonóm, önálló funkcióval, céllal rendelkező elemek – emberek, csoportok, intézmények, épületek, utcák, övezetek, satöbbi – viszonyrendszerének, kapcsolatrendszerének szuperorganizmusa.”*

¶ Komplexebb, tárgyiasultabb világ a város, sokkal több emberi műtermékhez kötött, értem ezen az épületeket, egyéb struktúrákat, amelyeket létre kellett hozni.

Kezdetől itt koncentráltak – egyebek mellett – a modernizáció, a gazdasági, társadalmi fejlődés feltételei, a történetileg felhalmozott tudás eredményei, a kulturális örökség. A város mint társadalmi-környezeti formáció hatékony együttműködési formát biztosít nagy embercsoportok számára. A vidékhez mindig másfajta szervezettség kellett. A várost egészében átfogni szinte lehetetlen, komplexitása felfoghatatlan, feldolgozhatatlan. Ha egy kistelepülésen élő személy nagyvárosba kerül, kulturális sokkot él át, és ha sikerül is eligazodnia, nem lesz átfogó képe a városról, és ez a hiány bizonytalanságot, félelmet is kiválthat belőle. Ha viszont egy nagyvárosi ember egy másik nagyvárosba kerül, felismeri a fő strukturális elemeket, máris rutinosabban közlekedik benne.

*MC: Nálunk még mindig úgy tartják: a faluról városba költözés – az életminőséget tekintve – feljebb lépés.*

¶ Itt megint a kritériumok jönnek elő. Amíg konkrétan nem a pszichológiáról beszélünk, hanem arról, hogy nincs normális egészségügyi ellátás a városon kívül, meg vidéki helyről nehezen lehet bejutni a városba, addig nem kérdés: egy olyan térben élni, ahol minden van, az az életminőség javulását jelenti. Hangsúlyozom: nem feltétlenül pszichológiailag, mert lehet a világ legnagyobb stresszese, hogy ott él az ember. Ebben az esetben a valódi pszichológiai kérdés az: mit jelent a feljebb jutás, mi az, hogy jó életminőség. Ez kicsit átfed az urbanofób-urbanofil témával: vajon az a jó életminőség, hogy sok zöld veszi körül az embert, ami nem zárja ki a városiasságot, ám mégsem a városiasság jellemzője, vagy esetleg a nagyobb csend, a kisebb létszám a jó életminőség. De lehet, hogy valaki éppen a sűrűséget, a pörgést kedveli – ezzel máris a személy-környezet összeilléshez jutunk –, ott pszichológiailag is életminőség-növekedés állhat elő. Az urbanofilok a nagyvárosi nyüzsgés nélkül nem tudnának már élni. Ők azok, akik úgy érzik, nem jön elég inger csendes környezetben.

*MC: A személy-környezet összeillés azt jelöli, milyen a megfelelés, kompatibilitás az egyén szükségletei, motivációi, mentális tartalmi és a környezet lehetőségei, követelményei között. Önnek van olyan városélménye, amely ebből a személy-környezet összeillésből fakad?*

*Komplexebb, tárgyiasultabb világ a város, sokkal több emberi műtermékhez kötött, értem ezen az épületeket, egyéb struktúrákat, amelyeket létre kellett hozni.*

¶ Nekem össze nem illésből van sok. Los Angelesben nem tudnék élni. Noha ez is bonyolult, mert ha valaki több időt tud ott tölteni, akár kényszerből, meg kell teremtenie a személy-környezet összeillést, nem tud mást tenni, különben ki-dobja magából a rendszer, szociofizikai értelemben is. Nekem nagyon sokáig Budapesten is ez volt az élményem, hogy élménytelen léptékű, zsúfoltságú, beláthatatlan méretű város. Most is jobban vonzódok a kisebb léptékekhez. De azért jól vagyok Pesten.

MC: *Mennyire befolyásolják a félelmeink azt, hogy egy várost élménytelennek tartunk-e?*

¶ Nagyon. Lynch mondta azt is: a nagyváros a félelmeink tárgya. Az épített környezetben maga a biztonság problémája is egy nagyvárosi problematika. És az átélt biztonság élményének valójában nincs köze a tényleges közbiztonsági adatokhoz. Pont a városélményhez van köze, hogy milyennek észleli az ember a várost, s egy nagyváros nyilván félelmetesebb ingerekkel szembesít például egy lepukkant környékkel, sikátorokkal, gyér utcai világítással, a bizonytalansággal. Sosem látjuk egyben a várost. És ha a várost nem lehet teljesen megismerni, az stresszel. De akár már az is stresszelheti az embert, leszívja az energiáit, hogy új helyre kell eljutnia a városban. Tudjuk, minél jobban ismerünk valamit, annál jobban kedveljük. Az ismerősségi hatás kapcsolatban van a város áttekinthetőségével is. S minél nagyobb a város, annál kevésbé látják át az emberek, és emiatt nehezebben szerethető mint konkrét egész.

MC: *Bizonyos kutatások szerint a városokban a legnagyobb az elmagányosodás.*

*Önvédelemből van ez így? Túl akarunk élni a városban?*

¶ Létezik ilyen, én is azt gondolom. Számos pszichológiai mechanizmus magyarázza ezt. A fontosabbak közé tartozik a zsúfoltság kérdése. Ha ugyanis túltöltődünk ingerekkel, sodródunk, s idővel már – sokszor nem tudatos módon – azt keressük, miként küzdhetjük le körülöttünk a káoszt, s vehetjük vissza az irányítást magunk felett. Úgy működünk: ha a tér korlátozott, akkor legalább a kontroll érzése legyen minél nagyobb. A környezetpszichológiában a zsúfoltság nem függ kizárólag a jelenlévők létszámától, arról szól: hogyan tudjuk

*A környezetpszichológiában a zsúfoltság nem függ kizárólag a jelenlévők létszámától, arról szól: hogyan tudjuk a magánszféránkat szabályozni.*



A hamburgi „raktárváros”

a magánszféránkat szabályozni, a személyes térbe milyen impulzusokat engedünk be a külvilágból. A „zsúfoltság élményét” – ez a neve hivatalosan – kiválthatja bármi, amikor nem rajtunk múlik a kontroll, s nem tehetjük azt, amit akarunk. A zsúfoltság érzete miatt állandó készenlétben vagyunk, ami persze nem tudatosul, mert többnyire nem erre figyelünk, csakhogy ettől még leszívja az energiáinkat, diszharmóniát és kimerültséget okoz bennünk.

*MC: Ha semmi mást nem csinálnánk egész nap, csak ülnénk a Vörösmarty téren, akkor is elfáradnánk?*

¶ El. Feldolgozhatatlan, amennyi inger éri az embert. Észre sem vesszük, ahogyan elhasználjuk az energiáinkat egy nagyvárosban. Gyakran azok sem tűnnek fel nekünk az utcán, akik segítséget kérnek esetleg tőlünk. Sokan egyszerűen elmennek a hajléktalan mellett, nem veszik észre az ismerősöket az utcán, de ez nem feltétlenül közönyből, figyelmetlenségből fakad, hanem abból: az ember visszahúzódik, védekezik, „kikapcsol”, hogy a mentális energiáját megtartsa.

*MC: Az urbanizáció kapcsán négy szakaszt szoktak említeni a kutatók: a „városrobbanást”, majd a „szuburbanizációt” – a menekülést a városi zsúfoltságból –, aztán a dezurbanizációt, amelyben ismét előnybe kerül a vidéki életforma, a negyedik szakasz a reurbanizáció, a központi, történelmi városmag felélesztése akár luxus-lakóköznyezet létrehozásával. Utóbbira példa a hamburgi Speicherstadt, ahol az üres raktárból irodaházakat, lakásokat és művészeti galériákat hoztak létre. Nekem úgy tűnik, már egy ötödik szakasz is elindult, legalábbis egyre több városlakó felteszi a kérdést, miért nem úgy viselkedik a város, mint egy természeti környezet, miért nincs több zöld?*

¶ Pszichológiai nézőpontból én egy ingának látom ezt. Ugyanakkor nem csak pszichológiai kérdés, hogy nem lettünk városi lények: erre nyilván nem elég az evolúciónak háromszáz év. A 18. századtól indult el a mai értelemben vett városiasodás nagy közlekedéssel, népsűrűséggel, később a vertikális építkezéssel, tehát mindazzal, ami a nagyvárosokat terheli. Ennyi idő alatt a biológiánk, az idegrendszerünk, az agyunk, a pszichológiánk nem tudott átalakulni, sokkal hosszabb a természeti történetünk. Másrészt a város soha nem lesz természet. Vagy ha az lesz, akkor megszűnik a jelenlegi értelemben vett városnak lenni. Az utóbbi időben valóban egyre többet hallani például az „urban green” fogalmáról, a városi zöldről, aminek mást kell tudnia, mint az érintetlen őserdőnek vagy épp a Hortobágnak. Jó példa erre a New York-i Paley Park, amelyet az Egyesült Államok legszebb városi parkjának mondanak: kialakítása példaértékű, hogyan





New York, Paley Park

lehet egy kis területen, a városi nyüzsgésben, a betonba ékelve egy oázist létrehozni vízeséssel, fákkal, tágas terekkel. A városban ilyen léptékben kellene gondolkozni. A városi zöld nagyon sok mindenben jó, ugyanakkor nem fog feloldódni a város a zöldben. Ezen kívül egy új térfajta is megjelent, amit ne felejtsünk el: a virtuális terekkel rengeteg dologtól tehermentesül a város, előbb-utóbb bizonyos vásárlási funkciók kikerülnek a valós terekből, megjelennek az önvezető autók is. Más lesz a térhasználat, máshogy találkozunk, másként közlekedünk majd. Minden változóban van, és nem a természet az egyedüli megoldás. Azzal együtt, hogy a természet iszonyú fontos. Számos kutatás arra jutott: a zöldebb környezetben élőket kevésbé viseli meg a mentális fáradtság, az ingerlékenység és az agresszió is alacsonyabb szinten maradt náluk, mint a természettől elzártabb épületekben lakóknál. A városi életminőséget is csodásan javíthatja a természet, jó hatással van ránk, ezt szintén kutatások egész sora igazolja. De már nem fogunk visszaköltözni kunyhókba, nem engedi a fogyasztói társadalom, nem is bírnák el az emberek.

*MC: Milyen fontosabb várospszichológiai kutatások vannak jelenleg?*

¶ Csomó tudott dolog finomra hangolása zajlik a kutatásokban. Az említett „urban green” nagyon megy most, hogy mit is jelent pontosan a városi zöld, egy városi park, ami összefügg a városi biztonsággal, amely szintén fontos kutatási téma. Merthogy nem igaz, hogy „minél zöldebb, annál jobb”. Persze látszólag a növények mennyisége „kimaxolja” a jó érzést, de ha ez egy dzsumbuj, s nincsen meg a száznyolcvan centiméteres átlátás a fák törzsei között, akkor inkább negatív érzelmeket, félelmeket vált ki egy park. Jelentősek a participatív kutatások, hogyan lehetne bevonni a lakókat a városok megújításába. A virtuális struktúrákat is sokan kutatják. Ami nem történik, pedig nagyon kellene, az a smart szféra pszichológiai kutatása. Egyre többen beszélnek a smart cityről, ám sajnos hiányzik belőle a pszichológia. Konkrét kérdés például: ha egy önvezető autóban ülök, mit fogok csinálni? Hogyan befolyásolja a mentális térképemet, a kapcsolataimat, ha nem én vezetek, vagy nem egy ember mellett ülök utasként. Ez alapjaiban borítja majd, amit eddig tudunk a városról. És nincs kutatása.

*MC: Ön szerint milyen az ideális város?*

¶ Nem tudom. A kutatások valamikor a negyvenezer főt tartották ideálisnak, ma már százezer fővel is eléggé jól élhető lehet a városi közeg. És itt már a Slow and the city környezettudatos mozgalomnál tartunk, amely Olaszországból indult

*Az utóbbi időben valóban egyre többet hallani például az „urban green” fogalmáról, a városi zöldről, aminek mást kell tudnia, mint az érintetlen őserdőnek vagy épp a Hortobágnak.*

1999-ben. Célja, hogy a városi lét tempóját emberléptékűre lassítsa, hogy a városlakók jobban megismerhessék a közvetlen környezetüket és a helyi értékeket, ezáltal magukénak érezzék a városukat, és vigyázzanak rá. Itthon Hódmezővásárhely lett az első „lassú város”, és nem voltak egyöntetűen pozitívak a helyi vélemények a „slow-ságukkal” kapcsolatban. Az emberek úgy érezték, a slow city elvei visszafogják a várost a fejlődésben. Amivel én nagyon egyetértek, az az „új urbanizmus”, amelynek a koncepciója az egész világon egyre népszerűbb a városfejlesztésben. Ez is egy mozgalom, az Egyesült Államokban indult. Egyik fő tényezője a belátható, könnyen megközelíthető, összekapcsolható közösségek és környékek létrehozása, hogy gyalogosan elérhető legyen sok minden a lakóterületről. Átalakul így a környék fogalma. Az új urbanizmus nagy jelentőséget tulajdonít az egy környéken élő sokféle csoportnak – különféle életkorú, jövedelmi szintű, háttérbeli, etnikai hovatartozású és kultúrájú emberek közösségében gondolkodik. Egyetértek abban is, hogy ne legyenek szegregátumok, legyenek vegyes lakóterek. A mozgalom képviselői azt hirdetik: nem az autóknak, hanem az embereknek kell városokat tervezni és építeni. Fontos elvük a környezetbarát, fenntartható városfejlesztés, amelyben a harmonikus élet szempontjából sorsdöntő az „épületek közötti élet”. Ugyanilyen fontosnak tartom az emberek bevonását, részvételét a tereik formálásában. Ilyen nekem az ideális város, az élhetőségtől lesz újjászervezett.

**DÚLL ANDREA** Prof. Dr., Sapere Aude-díjas környezetpszichológus, az MTA doktora, az ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Karának dékánhelyettese, a Szervezet- és Környezetpszichológia Tanszék tanszékvezető egyetemi tanára, a BME Szociológia és Kommunikáció Tanszék egyetemi tanára. A Magyar Pszichológiai Társaság Környezetpszichológiai Szekciójának alapító elnöke, a környezetpszichológia hazai meghonosítója. 2016-ban a Magyar Érdemrend lovagkeresztje (polgári tagozat) kitüntetésben részesült. Előadásai, kutatásai multidiszciplináris irányba mutatnak, így több egyetem doktori iskolájában oktató és témavezető (BME, PTE, ELTE).



Szilágyi Lenke felvétele