



VSEBINSKI OPIS PROJEKTA Z OSNOVNIMI PODATKI GLEDE FINANCIRANJA

NASLOV PROJEKTA:

K zdravju naravnano vedenje kot kreator trajnostnega razvoja grajenega okolja, št. projekta J7 4599

Predstavitev raziskovalnega projekta

Znanstvena izhodišča ter predstavitev problema in ciljev raziskav:

V projektu izhajamo iz vedenjskih determinant posameznikove umeščenosti v prostor in okolje. Osredotočimo se na k zdravju naravnane vedenjske dejavnike. Sledenje prepoznamo kot kreatorja trajnostno grajenega prostora. Pomen tega inovativnega pristopa lahko pripomore k reševanju problemov, katere v zadnjih dveh letih razkriva pandemija COVID-19. K zdravju naravnano vedenje je definirala že Gochman (1988), ki je ugotavljal, da le to izvira iz osebnostnih lastnosti kot so prepričanja, motivi, vrednote, zaznave in drugi kognitivni elementi, osebnostne značilnosti, vzorci vedenja ter navade, ki se nanašajo na zdravje. K zdravju naravnano vedenje oblikuje percepcijo zdravja in dobrega počutja posameznikov in populacij (Short, Mollborn, 2015). Navedeno proučujeta vedenjska in zdravstvena psihologija, ki sta, po Chandlerju (2020), temelj trajnostne psihologije, slednja pa je tesno povezana z družbeno-ekonomskim napredkom, ki vodi k izboljšanju življenjskega standarda in dobremu počutju ljudi. Pri tem razumemo dobro počutje (well-being) kot sinonim za srečo, kakovost življenja, vse povezano z zdravjem, udobjem in zadovoljevanjem bivalnih potreb (Grum, Kobal, Grum, 2020). V raziskavi bo torej izraz dobro počutje uporabljen za odražanje širšega, bolj celovitega pristopa, kar pomeni premik naprej od sprejetih definicij udobja in zdravja kot »stanja duha, ki izraža zadovoljstvo« (Ashrae, 2013). Zadovoljstvo povezujemo z individualno percepcijo, omejeno na sprejemanje okoljskih razmer, medtem ko je zdravje razumemo kot sinonim za preprečevanje stresorjev in omejevanje škodljivih vplivov (Altomonte, et al., 2020). Po drugi strani pa so se, v domeni grajenega okolja, vrednote in prepričanja o tem, kako lahko prostorske in okoljske kvalitete vplivajo na dobro počutje, spreminjale in poudarjale potrebo po večji jasnosti, vlogi, pomenu, prispevku in proučevanju medsebojnih odnosov številnih dejavnikov (Hanc, et al., 2019). Raziskave kažejo (Pinheiro, Luis, 2020), da do strukturne spremembe v grajenem okolju pride, ko obstaja konvergenca med možnimi dejavniki rešitve in sprožilci za bistveno spremembo. Iz navedenega razvijamo osnovno raziskovalno idejo. Zato nas prvenstveno zanima iskanje odgovorov na vprašanja, kateri so tisti dejavniki k zdravju naravnane vedenja, ki lahko v svojih razsežnostih ključno kreirajo večdimenzionalne (družbeni, okoljski, ekonomski vidiki) spremembe v grajenem okolju in hkrati sprejemajo trajnostna razvojna tveganja in njihove spremembe (mutacije). Z raziskavo uvajamo novo paradigmo v tem, kako razmišljamo o grajenem okolju. Da ustvarimo okvir za razmišljanje o tem, si izposodimo Maslowo hierarhijo potreb, ki nakazuje, da moramo po hierarhiji najprej zadovoljiti svoje osnovne zahteve za življenje na dnu piramide (dihanje,

hrana, voda itd.), preden se premaknemo po piramidi navzgor, da bi stremeli k našim višjim željam po užitku, ljubezni, varnosti, lastni vrednosti in ustvarjalnosti. To hierarhijo reinterpreteriramo kot hierarhijo okoljskih izkušenj s poudarkom na k zdravju naravnemu vedenju. Na najnižji ravni je cilj prepoznati to vedenje, ki je podlaga za smernice k kreiranju trajnostno grajenega okolja. Na samem vrhu piramide je ideja o dobrem počutju, kot posledica tako ustvarjenega grajanega okolja, ki podpira naše fizično, socialno in čustveno zdravje, naše kognitivne funkcije in produktivnost, kar sta to opisala Heschong (1979) in Erwine (2017). Primer je pandemija COVIC-19. Posledice, ki jih že pušča pandemija COVID-19, bodo še posebej dolgoročno odsevale v duševnem in telesnem zdravju prav prebivalcev urbanih okolij. Zato bo naš projekt v prvi vrsti usmerjen v razvijanje interdisciplinarnih urbanističnih modelov, s pomočjo katerih bi čimbolj zajezili posledice pandemiji COVID-19 podobnih vplivov. Na podlagi prepoznanih ključnih dejavnikov k zdravju naravnega vedenja bi kreirali model trajnostnega razvoja grajenega okolja (npr. v post pandemičnem obdobju).

Znanstvena izhodišča projekta temeljijo na problemu povezanosti med k z zdravju usmerjenim vedenjem in grajenim okoljem, ki pa je v dosedanjih raziskavah obravnavan zgolj parcialno in ne ponuja celovitega vpogleda v razumevanje načrtovanja trajnostno grajanega okolja. Večinoma se študije nanašajo na povezanost med naravnim okoljem in blagostanjem ali na povezanost s socialnim okoljem, ki se nanaša na medosebne interakcije v skupnosti, manj pa je raziskav, ki jih zanima vedenje prebivalcev, na osnovi katerega bi lahko iskali skupne napovednike trajnostnega razvoja grajenega okolja, blagostanja in zdravega bivalnega okolja. Za razliko od večine obstoječih raziskav, ki iz obstoječega urbanega okolja, izluščijo dejavnike, ki pripomorejo k zdravju usmerjenemu vedenju, je inovativnost te raziskave reinterpreteriran oz. obrnjen pristop, torej k zdravju naravnano vedenje prepoznamo kot glavnega kreatorja trajnostnega razvoja grajenega okolja. Delno smo se tej problematiki že posvečali (npr. Grum in Kobal Grum, 2020; Kobal Grum, 2018; Temeljotov Salaj idr., 2020), v predlaganem projektu pa temu problemu posvečamo vso raziskovalno pozornost in ga načrtujemo skozi interdisciplinarni pristop, v katerem sodelujejo pretežno raziskovalci s področja urbanizma, psihologije in metodologije.

Izvirnost raziskovalne zamisli je tako usmerjena v interakcijo med človekom in grajenim okoljem, pri čemer se skozi parametre k zdravju naravnega vedenja izrazi skrb za zdrav življenjski slog kot najpomembnejša spremenljivka, saj mora posameznik samoiniciativno delovati v smeri vedenja, usmerjenega v zdrav način življenja in izražati visoko motivacijo zanj, skozi slednje pa kreira trajnosti razvoj grajenega okolja. Razvijamo idejo in znanstveni pristop, ki sta novost v raziskovanju in aplikaciji spodbujanja blagostanja.

Osnovni podatki financiranja:

Vrednost projekta 50.000,00 EUR

Trajanje projekta 3 leta s pričetkom 1.10.2022.

Raziskovalne institucije na projektu s povezavami na Sicris:

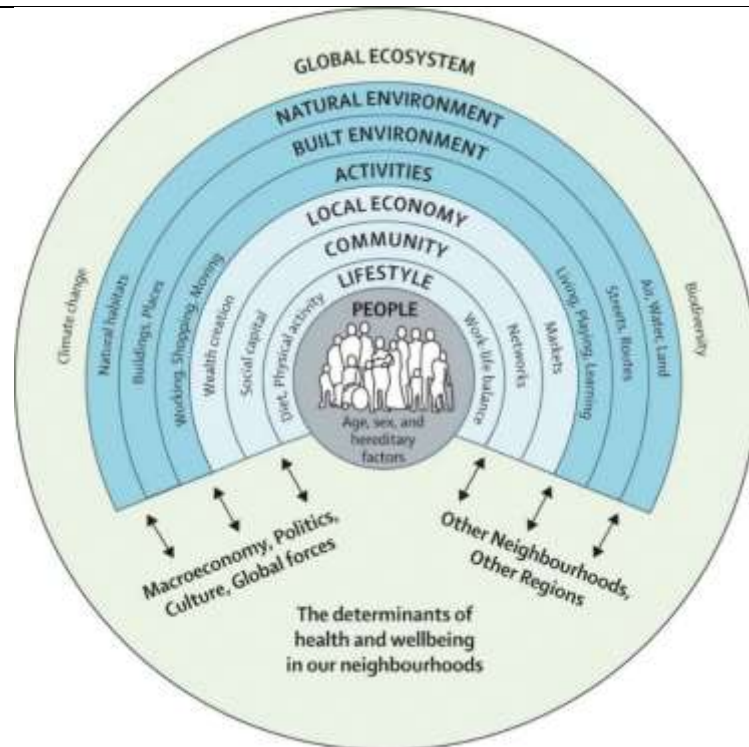
Raziskovalne institucije:	Raziskovalne ure	Raziskovalec
EVROPSKA PRAVNA FAKULTETA NOVE UNIVERZE	583	Bojan Grum
		David Bogataj
		Ajda Fošner
		Marjana Šijanec Zavrl
		Živa Kristl
INŠTITUT ZA NEPREMIČNINSKE VEDE	170	Alenka Temeljotov Salaj
		Bojan Grum
URBANISTIČNI INŠTITUT	170	Boštjan Kerbler
		Richard Sendi
FILOZOFSKA FAKULTETA UNIVERZE V LJUBLJANI	170	Darja Kobal Grum
		Gregor Sočan
	Skupaj: 1093	

Faze raziskovalnega projekta:

Raziskovalni načrt bo zajet v šestih fazah, v katerih bomo uporabili model mešanih raziskovalnih metod:

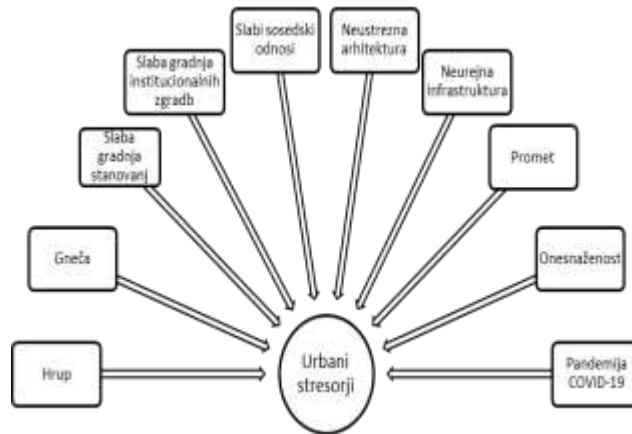
(1) v prvi fazi bomo identificirali neodvisne parametre k zdravju naravnane vedenja v urbanem grajenem okolju po posameznih statističnih regijah v Sloveniji.

(2) v drugi fazi v drugi fazi projekta bomo identificirali odvisne spremenljivke trajnostno grajenega okolja ter analizirali raznolikosti njihovih oblik zaznavanja dobrega počutja, življenjskega zadovoljstva, blagostanja. Ti dve fazi predstavlja temeljni teoretski pregled obstoječe znanstvene domače in tuje literature zadnjih petih let, kar bo predstavljalo raziskovalna izhodišča, vezana na parametre bivalnega okolja in socialne infrastrukture, v luči trajnostnega in vzdržnega (mednarodne in domače baze kot so: ISI Web of Science, ProQuest, EIFL Direct-EBSCO Host, Science Direct, COBISS, in druge). Pri tem bomo izhajali iz motiva po pripadnosti, ki je eden najpomembnejših človekovih motivov. Opredelil ga je psiholog Abraham Maslow (1954, 1968), ki je znan po svoji teoriji hierarhije motivov. To hierarhijo reinterpretiramo kot hierarhijo okoljskih izkušenj s poudarkom na k zdravju naravnane vedenju. Na najnižji ravni je cilj prepoznati to vedenje, ki je podlaga za smernice k kreiranju trajnostnega grajenega okolja. Na samem vrhu je ideja o dobrem počutju, kot posledica tako ustvarjenega grajenega okolja, ki podpira naše fizično, socialno in čustveno zdravje, naše kognitivne funkcije in produktivnost, kar sta to opisala Heschong (1979) in Erwine (2017). Raziskava je še toliko bolj aktualna, saj se bo izvajala v času pandemije COVID-19. Torej v času, ko je k zdravju naravnane vedenje še toliko bolj vrednostno pomembno, če že ne ključno. Pri tem izhajamo iz »mape zdravja«, ki sta jo oblikovala Barton in Grant, (2006). Človeka postavljamo v sredino, njegovemu k zdravju naravnane vedenju pa pripisujemo ključno vlogo za kreiranje širših koncentričnih krogov (v našem primeru trajnostno grajeno po okolje), kot to prikazuje spodnja slika.



Slika 1: Mapa zdravja (*The health map*, Barton and Grant, 2006)

V tej fazi raziskovanja se bomo osredotočili tudi na pregled psihometričnih kakovosti obstoječih tujih vprašalnikov namenjenih ocenjevanju k zdravju naravnane vedenja uporabnikov grajenega prostora, natančneje, na psihometrično evalvacijo vprašalnikov. Uporabili bomo metodo sistematičnega pregleda (Moher idr., 2015), ki smo jo člani projektne skupine že uporabljali (Grum, Kobal Grum npr. [COBISS.SI-ID [2669763](#)], [COBISS.SI-ID [290619136](#)]; Sočan, npr. [COBISS.SI-ID [2904003](#)]), V ta namen bomo izvedli sistematični pregled najrelevantnejše tarčne literature v zadnjih 10 letih, in sicer s pomočjo tehnike PRISMA. Na osnovi preliminarnega sistematičnega pregleda [COBISS.SI-ID [70756194](#)]; [COBISS.SI-ID [2669763](#)]) in preteklih raziskav (Svetina: [COBISS.SI-ID [60115042](#)]; v katerih smo identificirali nekatere oblike k zdravju usmerjenih vedenj, bomo v tej študiji metodo izpopolnili in v širšem smislu zajeli večje število digitalnih baz. Definirali bomo glavne komponente vedenj in psihosocialnega blagostanja v grajenem okolju, ki jih bomo raziskovali v projektu. Pričakujemo identifikacijo naslednjih odvisnih spremenljivk, ki so značilne za osebe v okolju in njihovo interakcijo z okoljem: doživljanje okoljskega stresa kot odraz interakcije med osebo in okoljem, spoprijemaje s stresom, motivacija za zdravo vedenje, čustva, osebnostne dimenzije, samopodoba, zdrava vedenja in različne oblike blagostanja. V zvezi z okoljskim stresom bomo proučevali najpomembnejše stresorje, kot so: hrup, gneča, gradnja stanovanj in drugih zgradb, sosedski odnosi, arhitekturi naselij, infrastrukturi, urejenost prometa in onesnaženost ter posledice pandemije COVID-19, kar smo predstavili v leta 2020 izdani knjigi *Psihologija pandemije* ([COBISS.SI-ID [45435139](#)]). Nadalje, raziskali bomo oblike k zdravju usmerjenega vedenja (ki smo jih identificirali v preteklih študijah, kot npr. [COBISS.SI-ID [70756194](#)], ([COBISS.SI-ID [45435139](#)]; [COBISS.SI-ID [5549489](#)]; [COBISS.SI-ID [66278754](#)]; Kobal Grum, v tisku) ki jih prikazujemo na Sliki 3. To so: telesna aktivnost, zdravo prehranjevanje, neraba alkohola in tobaka, psihično blagostanje, preprečevanje poškodb, prometna varnost in varovalno vedenje pred okužbo COVID-19.



Slika 2: K zdravju usmerjeno vedenje v urbanem okolju.

Psihično blagostanje, ki je povezano z bivanjem v urbanem okolju (Kobal Grum, 2019), bomo obravnavali kot sklop vedenj, usmerjenih k zdravju in kot samostojno psihično entiteto, pri čemer bomo izhajali iz modelov Dienerja (2001) in Ryffove (1989), ki razlikujeta med čustvenim (zadovoljstvo z življenjem, pozitivno in negativno čustvovanje) in psihološkim blagostanjem (samosprejemanje, pozitivni odnosi z drugimi, avtonomnost, obvladovanje okolja, smisle življenja, osebna rast) (glej tudi Kobal Grum in Musek, 2009).

Vsebina je usmerjena na preučevanje dimenzije k zdravju usmerjenega vedenja in psihosocialnega blagostanja v grajenih urbanih okoljih in oblikovanje tarčnih pristopov in strategij za spodbujanje zdravega življenjskega sloga v specifičnih grajenih okoljih.

(3) v tretji fazi bomo izdelati ali priredili ankete, lestvice in vprašalnike za merjenje k zdravju usmerjenih vedenj in kompleksnosti blagostanja. Za uporabo bomo analizirali naslednje merske pripomočke: lestvice za merjenje okoljskega stresa, lestvice za merjenje samozaznave k zdravju usmerjenih vedenj, lestvice za merjenje motivacije za zdravo vedenje, vprašalnike za merjenje osebnosti (BFI; Costa in McCrae, 1992), lestvice za merjenje samopodobe, lestvico za merjenje čustvenega in psihološkega blagostanja (Ryff, 1989), lestvice za merjenje stresa zaradi strahu pred okužbo COVID-19, ki smo jih Kobal Grum (npr. [COBISS.SI-ID [5549489](#)]; [COBISS.SI-ID [24978662](#)]; [COBISS.SI-ID [290619136](#)]), Svetina (npr. [COBISS.SI-ID [65862754](#)]; [COBISS.SI-ID [36608771](#)]) in Bračič (npr. [COBISS.SI-ID [33412099](#)]; [COBISS.SI-ID [4434661](#)]) parcialno že preverjali in uporabljali v preteklih raziskavah. Uporabili bomo validacijsko metodo, za izvedbo katere imamo eksperta v naši raziskovalni skupini (Sočan, npr. [COBISS.SI-ID [68932450](#)]; [COBISS.SI-ID [66225762](#)] in številne druge publikacije). Na Sliki 1 sta to 5. in 6. stopnja eksplanatornega raziskovalnega načrta projekta z uporabo mešanih metod. Na osnovi rezultatov tretje študije bomo izbrali ali izdelali ustrezne merskih instrumente za merjenje parametrov urbanega grajenega okolja, socialne infrastrukture in psihosocialnega blagostanja. Pri tem bomo izvedli ustrezne validacijske študije za ugotavljanje veljavnosti, zanesljivosti in občutljivosti instrumentov. V študijo bomo vključili reprezentativno število udeležencev, ki bo zadostilo kriterijem za izvedbo validacijske študije. Udeleženci bodo izpolnjevali izbrane vprašalnike in lestvice, poleg tega pa bomo ponovno validirali tudi *Vprašalnik samozaznave grajenega okolja* (Grum, 2010; [COBISS.SI-ID [1024230513](#)]). Postopek validacije vseh instrumentov bo potekal po naslednjih korakih: (1) analiza rezultatov glede na spol in starost (Levenov test, F- test ipd.); (2) izvedba konfirmatorne faktorске analize, s katero bomo preverili prileganje podatkov modelov posameznih področij; za mero prileganja bomo izbrali RMSEA in vrednosti CFI ter izračunali korelacije ($p < 0,01$) med posameznimi postavkami in faktorji (r) in popravljenе koeficiente diskriminativnosti (r); (3) na podlagi vrednosti Kaiser-Mayer-Olkin in Bartlettov testov sferičnosti, ki se uporabljata za ugotavljanje ustreznosti podatkov za analizo glavnih komponent, bomo izvedli eksploratorno faktorško analizo; na osnovi ekstrakcijske metode in Kaiser-Gutmanovega kriterija bomo izdvojili ustrezno število komponent za vsako

merjeno področje posebej komponent in izmerili veljavnost posameznih modelov. V kolikor bomo ugotovili, da so dimenzije med seboj povezane, bomo komponentno analizo izvedli s poševnokotno rotacijo Direkt Oblimin; (4) za vsako področje posebej in vsako lestvico posebej bomo izračunali koeficiente zanesljivosti (Cronbachov alfa koeficienti), s katerimi bomo ugotovili stopnjo zanesljivosti posameznih instrumentov in; (5) na osnovi vrednosti koeficientov popravljenih diskriminativnosti in razlik med vrednostmi popravljenih koeficientov zanesljivosti in vrednostmi koeficientov zanesljivosti vprašalnikov bomo opravili izbor in izvedli izločitev nizko zanesljivih postavk.

(4) v četrti fazi v četrti fazi bomo izvedli kvantitativno študijo, ki bo integracija vseh dosedanjih faz in bo vključevala neodvisne in odvisne spremenljivke, ki jih bomo identificirali v predhodnih fazah. Izvedli bomo več statističnih analiz, med drugim, diskriminantne, faktorske ipd. analize. V tej fazi bomo obravnavali vprašanja: (1) Kako se neodvisne spremenljivke k zdravju naravnega vedenja prebivalcev povezujejo z odvisnimi spremenljivkami grajenega okolja in raznolikimi oblikami blagostanja? (2) Katere so tiste specifične tarčne strategije za slovensko urbano okolje, na osnovi katerih lahko pripomoremo k višji kakovosti življenja, bolj zdravemu življenjskemu slogu in psihosocialnem blagostanju prebivalcev? Cilj četrte študije je identificirati odvisne spremenljivke akterjev - prebivalcev v grajenih okoljih ter analizirati raznolikosti njihovih oblik blagostanja in k zdravju usmerjenih vedenj. Zbrali bomo vzorce udeležencev, katerih število bo odražalo metodološki upravičeno reprezentativnost. Vzorčenje bo potekalo po metodi snežne kepe. Udeleženci bodo stari 18 let in več, vseh spolov. Beležili bomo njihovo izobrazbo in nekatere druge demografske podatke. Za skupine udeležencev bomo izračunali učinke moči in s tem utemeljili njihovo reprezentativnost. Na Sliki 1 sta to 7. in 8. stopnja eksplanatornega raziskovalnega načrta projekta z uporabo mešanih metod. Postopek analize podatkov bo temeljil na kvantitativnih analizah in potekal po naslednjih korakih: (1) enosmerne in večsmerne analize variance glede na demografske značilnosti udeležencev (pridobljenih, v študiji 4. in parametre (neodvisne spremenljivke) urbanega grajenega okolja (pridobljene v študiji 2); (2) neparametrijske statistične metode (Hi-kvadrat ipd.); (3) multikorelacijske analize uporabljenih spremenljivk (področja okoljskega stresa, samozaznave k zdravju usmerjenih vedenj, motivacije za zdravo vedenje, osebnostne dimenzije, telesna samopodoba, čustveno in psihološko blagostanje; pridobljene v študijah 3 in 4), (4) strukturne oz. faktorske analize uporabljenih spremenljivk, pridobljenih v študijah 3 in 4 in (5) diskriminantne analize. Poleg klasičnih statističnih metod bomo uporabili tudi napredne metode razločljivega strojnega učenja, da hkrati povežemo več vhodnih (neodvisno) z več izhodnimi (odzivnimi) spremenljivkami (Levatic et al., [COBISS.SI-ID 31275815]).

(5) v peti fazi sledi kvalitativna študija, s katero nameravamo pridobiti mnenja ekspertov načrtovanja okoljskih politik ter mnenja ekspertov s področja psihologije in urbanizma, ki bi jih integrirali v rezultate predhodnih štirih študij z namenom pridobiti čim bolj objektivno in holistično perspektivo povezanosti med grajenim okoljem, zdravjem in blagostanjem.



Slika 3: Raziskovalni načrt Metoda

V peti fazi bomo uporabili kvalitativno metodo in izvedli kvalitativno študijo, pri kateri bomo uporabili tehnike polstrukturiranih intervjujev udeležencev s poudarkom na Delphi tehniki (Bloor, 2004). Na Sliki 1 sta to 9. in 10. stopnja eksplanatornega raziskovalnega načrta projekta z uporabo mešanih metod. Na Sliki 6 prikazujemo natančnejše korake poteka kvalitativne študije. V študijo bomo zajeli ustrezno število ekspertov načrtovanja okoljski politik, zlasti urbanistov, arhitektov ipd. ter ekspertov s področja psihologije in javnega zdravstva, za katere bomo pripravili kombinacijo polstrukturiranih intervjujev in vprašalnikov po tehniki Delphi. Za obdelavo podatkov in polstrukturiranih intervjujev bomo izvedli kodiranje ter uporabili program ATLAS, s pomočjo katerega bomo rezultate tudi grafično predstavili. Postopek bo zajemal: (1) transkripcijo gradiva, (2) določanje enot kodiranja na podlagi vprašanj intervjuja, (3) odprto kodiranje, (4) določanje ključnih kategorij, (5) korelacijsko kodiranje, (6) oblikovanje modela in (7) interpretacijo.

(6) V šesti fazi, bomo interpretirali aplikativno mreženje napovednikov psihofizičnega zdravja v interakciji z grajenim urbanim okoljem. Oblikovali bomo smernice za razvoj specifičnih tarčnih strategij za slovensko grajeno okolje, na osnovi katerih lahko pripomoremo k višji kakovosti življenja, bolj zdravemu življenjskemu slogu in psihosocialnemu blagostanju prebivalcev.

Izvedene aktivnosti