

PSICOLOGÍA AMBIENTAL: ESCENARIOS DE INVESTIGACIÓN E INTERVENCIÓN

JOSÉ ANTONIO CORRALIZA RODRÍGUEZ Y
SILVIA COLLADO SALAS
Universidad Autónoma de Madrid





Formación Continuada a Distancia
Consejo General de la Psicología de España

Contenido

DOCUMENTO BASE.....	3
Psicología Ambiental: Escenarios de investigación e intervención	
FICHA 1.....	17
Experiencia emocional y espacios públicos: Criterios psicológicos para la evaluación de la calidad ambiental	
FICHA 2	22
Restauración psicológica en muestras infantiles	

Documento base.

Psicología Ambiental: Escenarios de investigación e intervención

1. INTRODUCCIÓN

Somos los lugares que habitamos. La vida humana consiste en una sucesión de actividades por medio de las cuales interactuamos con el espacio y a través de las cuales, entre otras cosas, llenamos de significado el ambiente en que nos movemos y construimos el universo de significados de nuestra mente.

Fue L.S. Vygotsky uno de los autores que sugirió con más clarividencia la importancia del contexto en la génesis de la actividad humana. Según este autor, para comprender a la persona, para comprender la “actividad” de la persona es necesario tener en cuenta, al menos, tres factores: el motivo (lo que la persona pretende), la acción que la persona ejecuta y las condiciones en que la desarrolla. Lo que resulta de gran interés en esta perspectiva (denominada en la jerga psicológica socio-cultural) es que las tres dimensiones (motivación, acción y condición) tienen una importancia comparable a la hora de describir la actividad humana. Una idea comparable fue desarrollada por la Psicología Ecológica cuando afirmaba que si quieres realmente explicarte la conducta de una persona debes acudir al lugar en el que ocurre. En la literatura de las ciencias sociales es muy conocida la afirmación de M. Weber que describe a las personas como arañas suspendidas en las redes de significación que ellos mismos, laboriosamente, han tejido a lo largo del tiempo.

Pues bien, lo que se deduce de las ideas expresadas hasta ahora es el decisivo papel que juegan en los procesos de la actividad humana los espacios (el contexto, las condiciones, las circunstancias), los lugares que las personas habitan, tanto los vinculados a escenarios naturales como a entornos contruidos. Sin una referencia a ellos, sería incomprendible las redes de significación que laboriosamente tejen y construyen las personas, que se proyectan y se alojan precisamente en los espacios que las personas llenan. El miedo, la ansiedad, el duelo, y todos los componentes significativos de la experiencia humana tienen un locus y, en la medida en que estas experiencias se comparten, generan tramas sociales que se asientan sobre los lugares que envuelven la actividad humana.

La Psicología Ambiental nace como una disciplina que estudia las relaciones recíprocas entre el ser humano y el entorno –natural y/o construido- que lo rodea (Aragónés y Américo, 2010). El término «medio ambiente” forma parte de nuestro vocabulario habitual, y es fácil escucharlo en boca de políticos, periodistas, investigadores, medios de comunicación así como en el discurso de la población general. Además, los problemas ambientales no se refieren únicamente a entornos naturales sino que los entornos contruidos, la condiciones pocos saludables de los mismos y el creciente proceso de urbanización también tienen cabida en el término “medio ambiente” tan frecuentemente utilizado.

Son varias las definiciones de Psicología Ambiental y los intereses de investigación recibidos. Giuliani y Scopelliti (2009) las resumen en la siguiente tabla.

Autor	Definición	Objetivos de investigación
Barker (1968)	Psicología ecológica	El estudio del comportamiento humano situado en un contexto/ambiente específico
Canter (1970)	Psicología de la arquitectura	El papel de los procesos psicológicos en la relación individuo-ambiente construido
Craik (1973)	Psicología ambiental	El estudio de la relación ser humano-ambiente desde una perspectiva psicológica
Pol (1993)	Psicología verde	Un cambio de la preocupación por la arquitectura y el urbanismo hacia un interés en temas proecológicos y de la naturaleza
Stokols (1995)	Psicología ambiental	Parte de un campo multidisciplinar sobre ambiente y comportamiento, con el objetivo común de las relaciones de las personas con su ambiente sociofísico circundante
Gifford (1995)	Psicología de la naturaleza	Una rama de la psicología ambiental en la que los científicos se centran en el estudio de las transacciones persona – naturaleza
Bonnes & Bonaiuto (2002)	Psicología ambiental del desarrollo sostenible	Estudio de los comportamientos – y los procesos psicológicos que los influyen – en ambientes cotidianos que afectan los procesos naturales o los recursos a nivel local y global

La Psicología Ambiental, aún siendo difícil de definir, posee cualidades que enmarcan como una disciplina distinta al resto. Uzzell (2009) afirma que “una de las cualidades de la psicología ambiental, que sirve para definirla y distinguirla de otras áreas en psicología es la importancia e incluso centralidad que la psicología ambiental otorga al contexto” (Uzzell, 2009, p. 307). De acuerdo con este autor, cualquier ambiente social está influenciado por el contexto físico y, de igual manera, cualquier ambiente físico está dotado de significado social a través de la cultura. Siguiendo con las cualidades y características de la Psicología Ambiental, Winkel, Saegert y Evans (2009) identifican seis temas y principios claves que caracterizan esta disciplina:

- 1) análisis teóricos y empíricos sobre el papel del ambiente físico en el comportamiento humano;
- 2) la naturaleza contextual de la experiencia y acción humana en ámbitos físicos;
- 3) la adopción de metodologías para el estudio de la compleja relación persona/ambiente;
- 4) la aplicación de enfoques multidisciplinarios;
- 5) el uso de estrategias de análisis de datos que reflejen la naturaleza contextual de las relaciones persona/ambiente y
- 6) la necesidad de utilizar teorías y de investigar de manera que se tengan en cuenta problemas del mundo real.

Dentro del contexto de la Psicología Ambiental, nos vamos a centrar en las dos grandes dimensiones que han guiado los trabajos empíricos llevados a cabo desde sus comienzos: 1) la relación de las personas con el medio construido. La relación del ser humano con el medio natural.

2. COMPORTAMIENTO HUMANO Y ESPACIOS URBANOS

La ciudad es el mayor artefacto tecnológico jamás imaginado por el ser humano. Es una forma de asentamiento territorial forjada como resultado de un complejo proceso de adaptación, orientado fundamentalmente por la satisfacción de las necesidades de eficiencia productiva. La vasta concentración de pobladores que supone la ciudad moderna tiene unas ventajas indiscutibles para la mejora de la productividad económica, la eficiencia de los servicios y, en suma, la racionalización de la vida. Es el más claro y contundente indicador de la modernidad. Durante mucho tiempo, además, la ciudad, con sus luces y sus sombras, ha sido, y aún hoy es, uno de los mayores reclamos de mejora vital. En efecto, la mayor parte de la empobrecida población condensa sus sueños en llegar a una gran ciudad donde aún, se cree, podrá encontrarse remedio a los problemas de carestía y exclusión social. Ello explica el vertiginoso crecimiento de las grandes concentraciones metropolitanas, especialmente en los países aún no desarrollados.

Según los datos del informe de 2008/2009 de Naciones Unidas/ UNESCO la mitad de la humanidad vive actualmente en ciudades y, dentro de dos décadas, será el 60% de la población la que resida en entornos urbanos. A mediados del siglo XXI, la población urbana total de los países en vías de desarrollo será más del doble que ahora, pasando de los 2,3 mil millones en 2005 a los 5,3 mil millones en 2050. En los países en vías de desarrollo las urbes ganan una media de cinco millones de residentes al mes. [UN-HABITAT, 2008]

Las ciudades, como hábitat que concentra progresivamente una mayor cantidad de personas, han crecido espectacularmente en el último siglo. Y el número de concentraciones metropolitanas sigue creciendo. Rifkin (2007), en una reconocida contribución, ha indicado que el número de ciudades de más de un millón de habitantes es 414, y en pocos años se espera doblar esta cifra. Rifkin da tanta importancia a este fenómeno que los convierte en el rasgo específico de nuestro tiempo. A este respecto, señala:

“En el año 2008 quedará marcado un gran hito en la historia de la saga humana. Por primera vez en la historia, según las Naciones Unidas, la mayoría de los seres humanos estará viviendo en vastas zonas urbanas —muchos de ellos en megaciudades y extensiones suburbanas— con poblaciones de 10 millones de habitantes o más. Nos hemos convertido en “Homo Urbanus”. (...) La existencia de millones de personas apiñadas y apiladas en gigantescos centros urbanos es un fenómeno nuevo. Recordemos que hace 200 años, la persona promedio que habitaba la Tierra quizá habría conocido a otras 200 ó 300 en toda su vida. Hoy, un habitante de Nueva York puede vivir y trabajar entre 220.000 personas en un radio de diez minutos de su casa u oficina en el centro de Manhattan. (Rifkin, 2007)

Y en este contexto concede una extraordinaria relevancia a la tipología de los espacios públicos como la clave principal que explica la forma en que las personas se relacionan con los espacios urbanos. El paisaje, la plástica urbana resultante adquiere una gran importancia en la definición del uso y la interacción con los espacios urbanos prediciendo un desequilibrio crónico, un desbalance, entre la ciudad y la naturaleza. Este “desbalance” acaba generando una cierta nostalgia de espacios perdidos, conformados con elementos más cercanos a experiencias claves de los humanos. Así, escribe este autor:

La otra cara de la urbanización es lo que dejamos atrás en nuestra marcha hacia un mundo de edificios de oficinas de cien pisos y viviendas de gran altura, y un paisaje de vidrio, cemento, luz artificial e interconectividad electrónica. No es accidental que, mientras festejamos la urbanización del mundo, nos estemos acercando a otra divisoria de aguas histórica, la desaparición de las zonas salvajes. El aumento de la población y del consumo de alimentos, agua y materiales de construcción, la expansión del transporte vial o ferroviario y el crecimiento urbano siguen avanzando sobre lo que queda del mundo salvaje, llevándolo a la extinción.

Nuestros científicos nos dicen que, en el transcurso de la vida de los niños de hoy, el mundo salvaje desaparecerá de la faz de la tierra tras millones de años de existencia. La Autopista Transamazónica, que atraviesa toda la extensión de la selva del Amazonas, está acelerando la destrucción del último gran hábitat salvaje. Otras regiones salvajes, desde Borneo a la Cuenca del Congo, se reducen rápidamente con cada día que pasa, abriendo paso a crecientes poblaciones humanas que buscan espacios y recursos para vivir. No es de extrañarse que, según el biólogo de Harvard E. O. Wilson, estemos experimentando la mayor ola de extinción masiva de especies animales en 65 millones de años. (Rifkin, 2007).

A pesar de ello, no podemos dejar de considerar la ciudad como el hábitat natural en la sociedad moderna. Pero, como tal hábitat, aún nuestra especie no se ha adaptado completamente y ello plantea problemas de índole muy diversa. En un trabajo reciente hemos sintetizado estos problemas aludiendo a la ciudad como un escenario vulnerable (Corraliza, 2008), en estrecha relación con lo considerado bajo el rótulo tradicional de la “calidad de la vida urbana”. La ciudad vulnerable hace más vulnerable a la persona que la habita. Y, como se recogía en el trabajo antes mencionado, uno de los más claros indicadores de vulnerabilidad se encuentra en la disminución de la cantidad y calidad de los espacios públicos que corre paralela a la disminución de la intensidad de la implicación personal en redes sociales, más o menos espontáneas. A este respecto, puede destacarse, tal y como se hace en esa contribución, que el mayor riesgo que puede dinamitar los sueños humanos proyectados sobre la gran urbe es, precisamente, que tales concentraciones metropolitanas se conviertan en una trama inabarcable de “no-lugares”, espacios carentes de significación que, por su ubicación en la estructura urbana o por su plástica, interrumpen o bloqueen el diálogo de las personas y los grupos sociales con los espacios urbanos.

Este tema abre un abanico infinito de problemas que han sido objeto de distintas aproximaciones a los estudios urbanos realizadas desde la Psicología, en general, y desde la Psicología Ambiental, en particular (véase, a este respecto, la revisión de Aragonés y Corraliza, 1994 o la más clásica de Kruppat, 1985). Así, en este trabajo, se pretende, por un lado, sistematizar algunos de los referentes conceptuales que, sobre los espacios urbanos, se han ido construyendo desde la Psicología Ambiental. Y, en segundo lugar, intentar una cierta aproximación a las características ideales de los espacios públicos, tomando como referencia específicamente el caso de los espacios públicos “verdes” ubicados en la trama urbana. La justificación de este interés específico en los espacios verdes deriva del hecho de que los espacios verdes (la ausencia de calidad de los espacios verdes) constituye un buen ejemplo de los déficits de calidad de la experiencia humana de los espacios urbanos; en efecto, se ha detectado un déficit de estimulación producido por la ausencia de referentes naturales en la abigarrada plástica de la ciudad moderna. Estos referentes naturales han encontrado su núcleo de discusión en torno al tema de los espacios verdes en la ciudad, que, con mayor expresividad, Kaplan, Kaplan y Ryan (1998) han denominado la “naturaleza de la vida cotidiana”.

2.1 Psicología Ambiental y espacios urbanos: sobre la ciudad genérica

El año 2010 se cumplió el cincuenta aniversario de la publicación del libro de K. Lynch titulado “La imagen de la ciudad”. Y ése mismo año fue el cuarenta aniversario de la publicación en la revista Science del artículo de S. Milgram “The experience of living in cities”. Y en 1977 apareció publicado el libro de D. Canter “La Psicología del Lugar”. Nuestro propósito es, precisamente, unir estas tres contribuciones porque puede decirse que, en gran medida, han sido tres de los puntos de apoyo centrales en y para el desarrollo de la Psicología Ambiental.

Los estudios urbanos, con alcance muy variado, han constituido el principal leit motiv del desarrollo de la psicología ambiental desde sus orígenes. Como ha afirmado muy documentadamente el profesor Enric Pol (2008) en el principio de la Psicología ambiental está la arquitectura que crea ciudades. El interés de los psicólogos por este gran artefacto tecnológico que es la ciudad deriva del reconocimiento de un conjunto de “ejes de tensión de las dinámicas de la ciudad actual” que Pol (2008) enumera mencionando los siguientes:

- ✓ La ciudad de la identidad del lugar, de la apropiación y el apego frente a la ciudad de los no lugares.
- ✓ La ciudad de la participación (que genera apego) frente a la metrópoli vacía (basada en la imposición de planes grandilocuentes).

- ✓ La ciudad del virtuosismo arquitectónico frente a la ciudad de la autoconstrucción.
- ✓ La ciudad del espacio público como lugar de encuentro frente a la ciudad del urbanismo defensivo (áreas residenciales fortificadas, calles marginalizadas y centros comerciales con reserva del derecho de admisión).
- ✓ La ciudad de los ciudadanos frente a la ciudad tematizada, la disney ciudad.

El resultado ha sido la emergencia de la denominada “ciudad genérica” (Koolhaas, 2006). La ciudad genérica se va formando a medida que se van diluyendo todos los rasgos de la identidad de la propia ciudad. El factor que más claramente actúa como desencadenante de este proceso de patología urbana está vinculado a la desaparición o difuminación el centro, referente identitario de la ciudad. Como escribe Koolhaas, “la ciudad genérica rompe con el destructivo ciclo de dependencia del centro”. El resultado más llamativo es que las ciudades se conforman como estructuras espaciales similares en sus formas de organización espacial, en su dinámica social y económica y en su forma de organización política. Este proceso vivido por las ciudades contemporáneas ha sido definido como un proceso de “homogeneización accidental” (Vivas, Pellicer y López, 2008) dando lugar a ciudades que, como los aeropuertos, son “todas iguales”, ofreciendo el panorama de una ciudad “simulada”, según los últimos autores citados. La ciudad toma entidad a medida que se asemeja más a otras ciudades, reforzándose así el carácter genérico e inespecífico de tales espacios urbanos.

Este es uno de los rasgos más recientemente enunciados para ilustrar, una vez más, la “mala fama” de la ciudad. Se han desarrollado otras contribuciones en este mismo sentido. Un trabajo empírico que resume esta perspectiva ha parecido no hace mucho tiempo. Es una investigación realizada en Bordeaux por Felonneau (2004) en la que se investiga sobre las razones que explican el amor y el desprecio por la ciudad, que define como “urbanofilia” y “urbanofobia”. El trabajo es interesante, pero de todos los resultados que en él aparecen, hay uno que llama especialmente la atención. Después de un proceso metodológico a través del cual genera una serie de ítems característicos de la vida urbana, clasificándolos, por un procedimiento de jueces, en atributos específicos de la ciudad y atributos que no son específicos de la ciudad, investiga sobre las características de la ciudad ideal. Y, como puede verse en la Tabla 2, resulta que las propiedades más valoradas de la ciudad ideal son rasgos y características que no son específicamente urbanos: verde, limpieza, cordialidad, seguridad, no contaminación y altruismo. En cierto sentido, concluye la autora, los participantes en el estudio al describir los rasgos del entorno idea para vivir, describe en realidad, rasgos no prototípicamente urbanos. Es decir, la ciudad ideal es en realidad la no-ciudad. La autora avanza relacionando estas cualidades con rasgos de la identidad, lo que en esta investigación se denomina identidad topológica.

Este trabajo, seleccionado por su significación, permite asumir algunos de los rasgos característicos de la visión de la ciudad, de las denominadas “ideologías urbanas” o, si se prefiere, de las “representaciones sociales de la vida urbana”. En ese sentido, la conclusión más clara es que a la hora de definir los atributos de la ciudad ideal, las personas entrevistadas eligen cualidades que han sido consideradas como propiedades prototípicas de los lugares no urbanos y de la vida no urbana. La representación social de la ciudad ideal, pues, sería la suma de atributos de la no-ciudad.

Lo que podemos ver aquí es que, en línea con otros discursos sobre la ciudad, ha resultado decisiva la contribución de los psicólogos ambientales para entender mejor las nuevas formas de habitar que han generado las nuevas formas de planificar y construir las ciudades y que, a su vez, ha generado una nueva manera de ser y comportarse (lo que en otro lugar, he denominado la “urbanización de la conciencia”; véase, Corraliza, 1994).

El resultado más importante de este tipo de análisis se basan precisamente en destacar la mala fama de la ciudad. Los distintos modelos de análisis psicológico de la vida urbana han destacado, directa o indirectamente, la “mala fama” de la ciudad, inci-

TABLA 2
ATRIBUTOS DE LA CIUDAD IDEAL

Items “urbanos”	Media	Primera elec.
1 Cultura	4.508	11
2 Trabajo	1.562	1
3 Vida animada	3.516	3
4 Relación social	4.250	13
5 Valores históricos	1.805	2
6 Salir	3.703	3
7 Moda	0.273	2
8 Consumo	0.875	2
9 Cosmopolitanismo	2.469	5
Items “no urbanos”	Media	Primera elec.
10 Verde	6.398	26
11 Limpieza	5.188	17
12 Tranquilidad	2.469	6
13 No contaminac.	3.719	9
14 No tráfico	0.734	3
15 Seguridad	3.883	9
16 Ayuda mutua	3.250	6
17 Igualdad	2.297	7
18 Amabilidad	3.969	13

Fuente: Felonneau (2004, p.48)

diendo ya sea en la disminución de la intensidad de los lazos comunitarios, ya sea en los efectos adversos para la calidad de vida que derivan de la exposición a los denominados “estresores urbanos”. Sin embargo, se han desarrollado menos teorías centradas en el estudio y la explicación de efectos debidos a las dificultades que plantea la interacción con los espacios urbanos. La investigación sobre los efectos de los escenarios urbanos en el comportamiento humano ha constituido una fuente de referentes conceptuales de gran relevancia para la investigación en Psicología Ambiental.

La tesis que mantenemos en relación con este punto es que las más notables contribuciones conceptuales de la psicología ambiental han derivado precisamente de los estudios psicológicos de la ciudad, de las denominadas por Pol (2008) “psicologías de la ciudad”. En síntesis, podríamos decir que los conceptos más específicamente psicoambientales han surgido de la investigación sobre lo espacios urbanos.

2.2. Psicología de la vida urbana: mapa conceptual

Una visión crítica de la psicología ambiental debe hacer que nos planteemos hacia dónde debemos ir. Esto obliga a redefinir algunos conceptos básicos, con especial atención al propio concepto de lugar, y, específicamente, al concepto de “lugar urbano” (urban place).

Sin duda, la investigación sobre temas urbanos ha sido en la historia ya larga de la Psicología Ambiental uno de los ámbitos más productivos. Sólo en la investigación de mapas cognitivos y organización espacial, entre 1981 y 1997 se han publicado 101 artículos, cantidad ésta sólo superada por los trabajos publicados sobre actitudes ambientales (146) en este mismo período (fuente, Aragonés, 1999). Si a los trabajos sobre mapas cognitivos sumamos los realizados sobre satisfacción residencial (22) y vivienda (50), el total resultante es de 173 llegando a constituir el tema urbano el de mayor y más amplio desarrollo dentro del corpus de la Psicología Ambiental. Además debe destacarse otra particularidad; mientras en el estudio de las actitudes ambientales, los psicólogos ambientales utilizan referentes conceptuales importados, como ya se ha señalado en otros trabajos, es en el ámbito de los estudios urbanos donde la psicología ambiental ha sido más productiva en el ámbito del desarrollo de conceptos. Los estudios urbanos han constituido la fuente de los conceptos más propiamente psicoambientales. ¿Cuáles son estos conceptos?

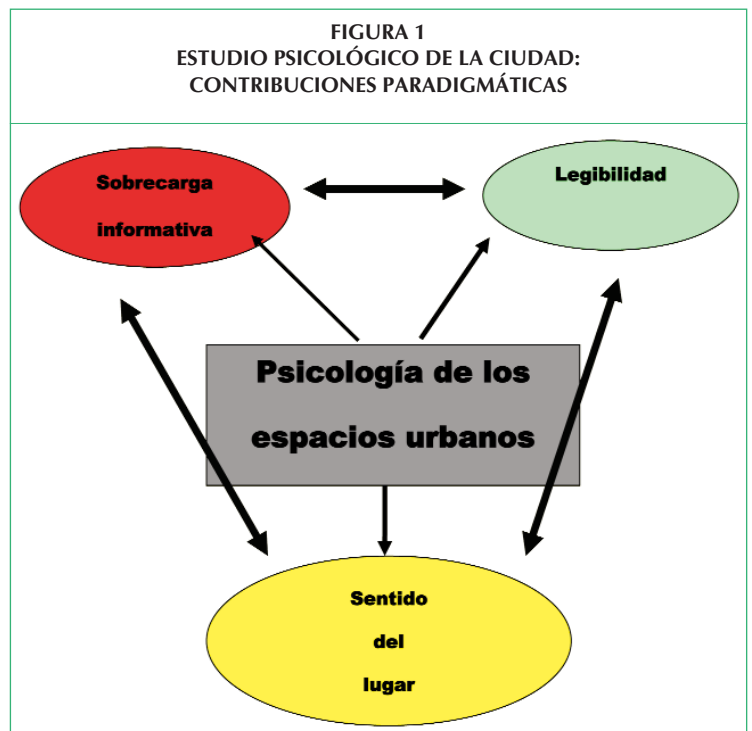
Entendemos que son fundamentalmente tres conceptos centrales, que han permitido desarrollar investigaciones acumulativas. Estos tres conceptos se describen con algunos de los problemas de investigación con los que se han desarrollado, y serían los siguientes: el paradigma de la sobrecarga informativa, el paradigma de la legibilidad y el paradigma del sentido del lugar.

Pasemos, a continuación a describir someramente el alcance y perspectiva de estos conceptos cuya relación queda descrita en la figura 1.

2.2.1. La sobrecarga informativa

Como se ha mencionado anteriormente, el concepto de sobrecarga aplicado a la descripción de la experiencia humana de los entornos urbanos fue acuñado por S. Milgram en su trabajo de 1970. Este autor define la sobrecarga informativa a partir de la siguiente descripción:

“La vida urbana puede caracterizarse como una experiencia con una gran profusión de estímulos informativos que incluyen desde la excesiva demanda y acciones de otras personas, hasta la presencia bombardeante y continua de señales auditivas y visuales, añadiendo a todo esto una serie inacabable de ofertas de acción que exigen de la persona la adopción de decisiones. Esta experiencia provoca un bloqueo de la capacidad atencional, y, como recurso adaptativo, exige a la persona la puesta en marcha de estrategias para controlar la presencia de estímulos informativos no deseados o no prioritarios (mediante el establecimiento de barreras, prioridades o reduciendo el campo de atención, entre otras estrategias)” (Milgram, 1970).



El efecto más importante, tal y como señala Milgram, es que la persona tiende a ignorar toda aquella información no prioritaria (periférica, dice él) y una reducción de la capacidad para prestar atención a estos estímulos. Pero, concluye, todas estas estrategias tienen sólo un éxito parcial, y, en cualquier caso, implican un coste: son fatigosas y estresantes, tal y como es recogido en una significativa revisión sobre los estudios de sobrecarga realizada ya hace tiempo por Rodríguez-Sanabria (1987, p. 79-80).

En relación con este concepto, puede mencionarse un trabajo recientemente realizado (Véase Corraliza y Collado, 2012) sobre la importancia de la naturaleza cercana en la moderación de los efectos del estrés en una muestra infantil. En dicho estudio, se concluye que entre la naturaleza cercana y el estrés de una muestra de niños la correlación media es de $-.74$, contribuyendo a confirmar la idea de que a mayor cercanía de espacios verdes de la casa y del colegio menor probabilidad de estrés. Estos resultados son coincidentes con otros muchos de los que se hablará más adelante sobre el efecto restaurador del equilibrio atencional (lo contrario de la sobrecarga informativa) que tiene los espacios públicos, en general, y, en particular, los espacios verdes.

2.2.2. La legibilidad

La legibilidad está referida a la “imagineabilidad” de los espacios urbanos; es decir a la capacidad para construir una imagen mental de un espacio urbano. Esta es la cualidad esencial para la organización espacial, y ha sido utilizado en múltiples estudios desde que la definiera K. Lynch en su importante trabajo de 1960. El propio K. Lynch mantiene que en la imagen de los espacios urbanos una de las propiedades fundamentales es la de la “identidad”. A este respecto, Lynch (1960, p. 8) escribe lo siguiente:

“Una imagen eficaz requiere, en primer término, la identificación de un objeto, lo que implica su distinción respecto de otras cosas, su reconocimiento como entidad separable”.

La “identidad”, pues, es la característica diferenciada que por el todo de la escena o por alguno de los elementos que la componen permite construir diferencias entre los espacios urbanos. Esta propiedad es una condición ineludible para la legibilidad. El autor antes mencionado define la legibilidad como la cualidad que hace que resulte fácil a una persona reconocer las formas de una ciudad (o un espacio urbano) y organizarlas en una unidad coherente. En este sentido, la legibilidad se relaciona con la capacidad para reconocer una escena urbana, y diferenciarla de otra; ésta es la variable de reconocimiento que ha sido utilizada en distintos trabajos empíricos. Diversos investigadores (entre ellos, S. Milgram, en un estudio sobre el mapa cognitivo de Nueva York) han mostrado que el reconocimiento de un paisaje urbano se realiza en función del grado de centralidad de los elementos que lo componen, el flujo de la población que transita por él y su distintividad arquitectónica (o morfotipológica) y social. Obviamente, en algunos casos estos lugares, escenas o elementos consiguen tener tal nivel de reconocimiento que se convierten en referentes emblemáticos y simbólicos de una ciudad, no sólo para sus habitantes sino para gente de fuera de la ciudad. Sobre esta base conceptual se asienta un trabajo realizado por Fariña y Corraliza (2006) sobre áreas perceptivas de la zona central de la ciudad de Madrid. En este trabajo se muestra, entre otras cosas, la importancia de los rasgos de identidad del lugar a la hora de establecer áreas diferenciadas dentro de un espacio urbano.

2.2.3. El sentido del lugar

Prohansky et al. (1983) definen este concepto como el conjunto de cogniciones, en sentido amplio, relacionadas con el mundo físico en el que las personas viven. Está formado, por tanto, por creencias, valores, actitudes y sentimientos en relación con el entorno. “El lugar en el que vivo no tiene, para mí, significado como concepto geográfico, sino como mi hogar” (Schutz, 1962) y, en consecuencia, la experiencia en él es describible en términos de una extensión del propio yo: La persona es también los lugares que habita. Valera (1999) describe así el papel de los espacios públicos urbanos en la formación de la identidad:

“El espacio construido por el ser humano, con la ciudad como principal paradigma, es, ante todo, un espacio para ser ocupado, para servir y ser usado, para llenar y vaciar con la presencia real o simbólica, para interactuar con otras personas en un entorno y para interactuar con el entorno en tanto que personas. Es éste un espacio normalizado, definido a través de reglas y convenciones. Las menos, aquellas legalmente estipuladas; las más, aquellas construidas social o culturalmente. En él, tanto las características físico-arquitectónicas como las normas de uso posibilitan a la vez que constriñen la actividad actuando como dos facetas que transaccionan (se definen mutuamente) sobre una misma unidad. Las personas y grupos interpretan y reinterpretan constantemente esa unidad, significándola para cada ocasión, para cada momento concreto creando así configuraciones contextualizadas «persona-entorno», escenarios para el comportamiento, para la relación”.

Van Oudenallen (1992, 1993), discípulo que fue del arquitecto Christopher Alexander, explicaba hace algunos años el proceso de ampliación de los barrios de la ciudad de Cali (Colombia) que alojaban a las cada vez más numerosas masas de personas venidas a la ciudad como consecuencia del éxodo rural. Este autor intentando descubrir los procesos de autoayuda en la ampliación del barrio de esta ciudad y en la construcción de viviendas analizaba el caso de Aguablanca. A medida que el espacio se iba ocupando de viviendas auto-construidas, se iban configurando “esquinas”, “plazas”, “calles”, parques... El rasgo común de todos estos espacios es que en ellos ocurría la representación de la vida social. Y, aunque a priori, el objetivo de cada cual era la autoconstrucción de la propia vivienda, el resultado consistía en la conformación de una compleja trama de espacios públicos en la que se desarrollaba la vida social en su conjunto. A medida que se desarrollaba el distrito de Aguablanca en Cali, se iba conformando una tupida y relativamente equilibrada red de espacios privados y públicos, combinadamente. Si la casa representaba la satisfacción de una necesidad privada, los espacios públicos entre casas acababan adoptando la posición de recursos para la satisfacción de las necesidades colectivas (transporte y movilidad, equipamientos comerciales, lugares de interacción social, etc.). Ejemplos similares, pero esta vez sobre los procesos de rehabilitación de los centros y cascos históricos de ciudades latinoamericanas, pueden consultarse en Mesias, Suárez y Delgadillo (2007).

Nuestro argumento central en este punto es que estos tres conceptos (sobrecarga informativa, legibilidad y sentido del lugar) están estrechamente relacionados entre sí, y constituyen el corpus central de lo que es la Psicología de la ciudad. Evidentemente pueden ser objeto de aplicación a múltiples programas de investigación (en la terminología de Patterson y Williams, 2004), con distintas metodologías y, por supuesto, con distintos fines y propósitos (básicos o aplicados). Y de hecho han dado lugar a una extraordinaria variedad de desarrollos de investigación sobre conceptos específicos que, aunque diferentes, pueden ser considerados como formando parte de un tronco paradigmático común que ha generado investigaciones sobre múltiples temas. Una enumeración tentativa de los temas tratados desde la Psicología de la ciudad se recoge en la Figura 2.

3. SER HUMANO Y MEDIO NATURAL

La visión de la naturaleza, la forma en que es entendida y contemplada, forma parte de una de las dimensiones básica de la cultura. El antropólogo Kluckhohn (1962) define la forma de mirar la naturaleza como una de las preguntas básicas a las que debe responder la “cultura” y, según sea mirada la naturaleza, así será la forma de relacionarse con ella. En uno de los trabajos más relevantes en sobre la relación ser humano-naturaleza, Kaplan y Kaplan (1989) plantean la cuestión de si los efectos de la contemplación de la naturaleza son tan importantes y beneficiosos como intuitivamente creemos, y cuál es la razón de tales efectos. Como se ha demostrado en distintas publicaciones (e.g., Talbot y Kaplan, 1986), es relativamente fácil describir los efectos de la contemplación de la naturaleza, pero resulta en extremo difícil construir una explicación psicológica y social de dichos efectos. Así pues, la experiencia de la naturaleza, la forma en que se enjuicia y los sentimientos que provoca son muy variados, pero todos ellos confluyen en el hecho de que la experiencia de la naturaleza induce sentimientos y estados de ánimo, algunos de ellos difíciles de reproducir, y conlleva acciones.

La investigación sobre la belleza de los paisajes constituye una de las líneas centrales de investigación en la Psicología Ambiental actual. El desarrollo de investigaciones y trabajos empíricos sobre este tema ha sido extraordinariamente abundante en los últimos treinta años, produciendo un corpus de evidencias empíricas también extraordinariamente variado. Los estudios de preferencia ambiental y de estimación de la belleza escénica de los paisajes pretenden responder a tres preocupaciones centrales: a) Qué paisajes son los más preferidos y qué características tienen, b) Cuáles son las razones y criterios que explican la preferencia por los mismos, y c) Cómo medir mejor la preferencia por los paisajes.

FIGURA 2
ESTUDIO PSICOLÓGICO DE LA CIUDAD: TEMAS DE INVESTIGACIÓN

- 1. El paradigma de sobrecarga informativa**
 - ✓ Calidad de vida
 - ✓ Estrés urbano
 - ✓ Recuperación (restorativness)
- 2. El paradigma de Legibilidad:**
 - ✓ Mapas cognitivos
 - ✓ Identificación del lugar
 - ✓ Simbolismo urbano
 - ✓ Seguridad
 - ✓ Comprensión e interacción con el lugar
- 3. El paradigma de sentido del lugar:**
 - ✓ Apego al lugar
 - ✓ Apego residencial
 - ✓ Identidad con lugar
 - ✓ Identidad urbana
 - ✓ Dependencia del lugar
 - ✓ Satisfacción residencial

En cuanto a los paisajes más preferidos, dos evidencias quedan claramente confirmadas en los trabajos realizados: la preferencia por los paisajes naturales y las evidencias de los efectos beneficiosos –restauradores– de la experiencia de la naturaleza.

La primera deriva del hecho de que los paisajes naturales son más preferidos que los paisajes urbanos y/o humanizados (industriales, por ejemplo). En efecto, desde los primeros estudios sobre este problema queda claramente establecido que las personas consideran sus “experiencias con los ambientes naturales más positivas y plenas que con los paisajes humanizados”. Las revisiones de Ulrich (1986; 1993), Sardon (1988), Kaplan y Kaplan (1989), Hartig (1993), Coetier (1996) y Kaplan, Kaplan y Ryan (1997), entre otras, resumen evidencias convergentes sobre este hecho: la preferencia de paisajes naturales o de paisajes urbanos con presencia de naturaleza, frente a paisajes en los que predomina claramente las señales de humanización. Este claro y convergente efecto se ha registrado siempre a partir de comparar las medias en preferencia de paisajes urbanos frente a paisajes naturales o con signos de naturalidad. Purcell, Lamb, Mainardi y Falchero (1994) estudiaron tres tipos diferentes de respuestas de preferencia (preferencia general, preferencia de un lugar para vivir, preferencia de un lugar para visita) encontraron que en las tres es más alta la expresión de preferencia por lugares naturales que por lugares urbanos.

En un trabajo posterior, Herzog, Collen, Maguire y Nebel (2003) encuentran claras diferencias significativas entre la preferencia de paisajes urbanos (2,01 sobre 5) y la registrada para paisajes naturales (3,43 sobre 5). Resultados similares han sido encontrados en trabajos anteriores (véase, por ejemplo, Herzog, Black, Fountaine y Knotts, 1997; Herzog y Chernick, 2000). Herzog y Chernick (2000) encontraron diferencias significativas en las puntuaciones en tranquilidad inducida por lugares naturales (4,24 sobre 5) frente a lugares urbanos (2,02 sobre 5). En este mismo trabajo, los autores encuentran que de manera consistente los participantes puntúan más alto en peligro percibido en lugares urbanos (2,66 sobre 5) frente a lugares naturales (1,89 sobre 5). Y en un trabajo experimental realizado por Korpela, Klemmtila y Hietanen (2002) muestra una reacción emocional diferenciada mediante la selección de una expresión vocal de ira o de alegría; estos autores confirman que el tiempo de reacción a las expresiones vocales de ira fue significativamente menor después de la presentación de paisajes urbanos, y que el tiempo de reacción a las expresiones de alegría fue menor después de estar expuesto a imágenes de paisajes naturales.

Como puede observarse, se registra esta principal evidencia: los paisajes naturales son más preferidos y tienen efectos más beneficiosos que los paisajes urbanos. La pregunta que surge a continuación es cómo explicar el efecto beneficioso de la naturaleza (en oposición al medio construido).

3.1. El concepto de restauración

Como se ha comentado, durante años se ha intuido que el contacto con la naturaleza tiene efectos beneficiosos, tanto físicos como psicológicos, para los seres humanos (Kaplan & Kaplan, 1989, p. 1). Esta mera intuición ha sido corroborada por la investigación empírica llevada a cabo durante las últimas tres décadas. Los investigadores han demostrado que pasar tiempo en contacto directo y/o visual con la naturaleza ofrece efectos positivos para las personas. Como se ha comentado en el apartado 2.2.1., los usuarios de las ciudades pueden sufrir una sobrecarga de información puesto que viven en un ambiente que exige la utilización de muchos recursos psicológicos (atención, memoria, etc.). Esto se debe a la necesidad de procesar muchas entradas de información al mismo tiempo o porque los distintos tipos de información aparecen muy rápidamente, por lo que es difícil procesar la primera entrada de información antes de que llegue la segunda (Milgram, 1970, p. 1462). La sobrecarga informacional puede provocar efectos perjudiciales en las personas, como sentimientos negativos o incapacidad para concentrarse. Al tratar de adaptarse a este medio, sobre todo a un entorno tan exigente como el urbano, nuestros recursos (físicos, psicológicos o sociales) se agotan. Si estos recursos no se restauran, la salud de una persona y su bienestar puede sufrir.

En este sentido, la restauración ha sido definida como «la renovación o recuperación de los recursos o capacidades que se han agotado en el cumplimiento de las exigencias de la vida cotidiana» (Hartig, 2011, p. 41). El proceso de restauración incluye «un conjunto de recursos que necesitan restauración, una actividad que permita la restauración, y un ambiente que promueva dicha actividad» (Hartig, 2001, p. 475). Este proceso es visto como un proceso adaptativo que puede tener lugar de diversas maneras, por ejemplo, durmiendo. Otra forma de lograr la restauración es a través del contacto con ambientes que promueven experiencias restauradoras. Los investigadores se han centrado en el estudio de las cualidades que ciertos tipos de ambientes tienen y que los hacen restauradores (Kaplan & Kaplan, 1989; Ulrich, 1983). Es importante señalar que la ausencia de demandas en un ambiente no implica que éste sea restaura-

dor. Un ambiente restaurador sería aquél que proporciona el óptimo nivel de estimulación y promueve la recuperación de recursos psicológicos, fisiológicos y/o sociales disminuidos (Staats, 2012). Así, se ha demostrado que los entornos naturales promueven la restauración mejor que los entornos urbanos (véase, por ejemplo, Hartig, Evans, Jammer, Davis & Garling, 2003) y que estar en contacto con la naturaleza tiene muchos beneficios restauradores para adultos y niños (Kaplan, 2001; Raanaas, Patil & Hartig, 2010; Wells & Evans, 2003).

Desde sus orígenes a principios de los años 80, el concepto de la restauración ha sido explicado principalmente desde dos puntos de vista aparentemente diferentes. Un primer grupo de investigadores definen la restauración como el proceso de reducción y recuperación de experiencias estresantes (Ulrich, 1983). Un segundo grupo de investigadores afirma que la restauración es el proceso de recuperación de la fatiga mental que, a su vez, es el resultado de mantener la atención dirigida por un período largo y / o intenso de tiempo (Kaplan & Kaplan, 1989). Ambas formas de entender la restauración, la situación previa que produce la necesidad de restauración, el proceso y los resultados han sido plasmados en dos teorías. Una de ellas hace hincapié en los resultados afectivos/fisiológicos de la exposición a la naturaleza - (1) la teoría psico-evolutiva de reducción del estrés (Ulrich, 1983) - y la otra se centra en los resultados cognitivo/psicológicos - (2) Teoría de la Restauración Atención (Kaplan & Kaplan, 1989). Las diferencias entre estos dos enfoques condujeron a una discusión polémica reflejada en el documento de Kaplan (1995).

Para una revisión más detallada tanto del concepto, como del proceso de restauración puede consultarse la reciente aportación de Staats (2012).

3.2. Relación entre naturaleza y bienestar

Un creciente número de investigaciones apuntan al contacto con la naturaleza como un importante factor para la salud física y psicológica de las personas. Así, diversos estudios indican que el pasar tiempo en espacios verdes y en paisajes naturales tiene repercusiones positivas en los seres humanos. En general puede afirmarse que el contacto, directo o visual, con escenarios naturales repercute positivamente en la salud física (Liu, Wilson, Qi, y Ying, 2007) y mental (Wells y Evans, 2003) de las personas, y produce sentimientos de conexión con la naturaleza que han sido relacionados con mayor pro-ambientabilidad (actitudes y comportamientos más proambientales) (Hinds y Sparks, 2008). A continuación se pasa a describir estos tres ejes.

3.2.1. Contacto con la naturaleza y bienestar físico

Existen evidencias empíricas que indican que el contacto con la naturaleza es beneficioso para la salud física de las personas. Uno de los trabajos pioneros en este ámbito es el de Ulrich (1984). Este autor estudió la influencia de las vistas desde las ventanas de un hospital en pacientes que se recuperaban de cirugía. La mitad de los participantes (23) tenían vistas a un entorno natural y la otra mitad a una pared de ladrillo. Los resultados de Ulrich (1984) muestran que los pacientes con vistas naturales tuvieron post-operatorios más cortos, necesitaron menos analgésicos para el dolor y sus comentarios fueron más positivos que aquellos con vistas a la pared.

En un estudio más reciente, Liu, Wilson, Qi, y Ying (2007) evaluaron la relación entre la cantidad de naturaleza en las zonas residenciales, registrada a través de Sistemas de Información Geográfica, y el riesgo de sobrepeso en niños y adolescentes. Los autores concluyeron, con una muestra de más de 7.000 participante de entre 3 y 18 años, que un aumento en la cantidad de vegetación en el barrio disminuye el riesgo de sufrir sobrepeso, e indican que esto se debe a que los espacios verdes incitan al desarrollo de actividades físicas más que los espacios urbanos sin naturaleza.

Estos mismos resultados han sido encontrados en zonas escolares. Así, Ozdemir y Yilmaz (2008) afirman que los elementos físicos que constituyen el patio del colegio, incluyendo la presencia de árboles y de agua, influyen en el índice de masa corporal de los estudiantes. Los estudiantes no sólo prefieren los patios con mayor cantidad de naturaleza sino que, además, la actividad física de los niños y adolescentes parece ser mayor cuanto más naturaleza hay en el patio del colegio. Grahn et al. (1997) obtuvieron resultados similares al evaluar entornos escolares de niños de entre 3 y 7 años. Aquellos niños que asistían a clase en un entorno natural mostraron mejores habilidades motoras y se pusieron enfermos menos veces que los de colegios sin naturaleza.

3.2.2. Contacto con la naturaleza y bienestar psicológico

En relación a los beneficios psicológicos del contacto con la naturaleza, la mayoría de las investigaciones se basan en la teoría de la restauración de la atención (ART). ART describe un entorno restaurador como aquél que posee cuatro características:

Fascinación: el ambiente atrae la atención sin esfuerzo e impide el aburrimiento. Esto se produce, utilizando la expresión de W. James (1892) en aquellas situaciones que requieren una forma de atención involuntaria. En principio, la fascinación depende tanto de variables de contenido de un paisaje natural (vegetación, planta, fenómenos naturales etc.), como de variables de proceso, subrayando el papel central que juega la actividad exploratoria

Evasión: Esta propiedad se refiere a la característica e un escenario que elicitaba un contenido mental distinto del que es ordinariamente elicitado. Por tanto, se asocia con cambios en la localización y en las actividades de la vida diaria.

Extensión: Se refiere al grado en que un escenario posee propiedades que le conectan a otro más amplio y que, por tanto, pueden descubrirse nuevos elementos si se explora. De esta forma, la extensión es la cualidad que tiene un lugar que, por su contenido o configuración dispone de suficiente estimulación para ocupar la mente por un período de tiempo suficiente como para recuperarse de la fatiga de la atención dirigida. Estos paisajes sugieren la imagen de estar en un “otro mundo”, y esta experiencia activa el funcionamiento mental y facilita el desarrollo de la actividad exploratoria.

Compatibilidad: esta propiedad hace referencia al grado en que un escenario o paisaje produce la existencia de un buen ajuste entre las metas y propósitos individuales y las demandas provocadas por el ambiente.

Dentro de la población general (principalmente adultos y estudiantes universitarios), existe una cantidad amplia de estudios que muestran los efectos psicológicos beneficiosos del contacto con la naturaleza (Berto, 2005; Cimprich, 1993; Felsten, 2009; Hartig, Catalano & Ong, 2007; Kaplan & Kaplan, 2011; Kuo, 2001; Staats, Kieviet, & Hartig, 2003). Por ejemplo, Berto (2005) llevó a cabo tres experimentos con el fin de comprobar si es cierto que la exposición a ambientes restauradores disminuye la fatiga mental de los individuos. Para ello los participantes realizaron en primer lugar un test que se sabe que produce fatiga mental y después fueron divididos en tres grupos. A uno de los grupos de individuos les enseñó fotografías de ambientes que son considerados restauradores. A otro grupo les mostró fotografías de ambientes considerados no restauradores y al último grupo se le expone a fotografías de figuras geométricas.

El test fue repetido a todos los sujetos después de haber visto las fotografías. Las escenas naturales resultaron ser restauradoras, haciendo que los individuos de este grupo mejorasen sus puntuaciones en el test y lo hiciesen en menos tiempo. Sin embargo, los individuos que fueron expuestos a escenas no restauradoras y a escenas de figuras geométricas no mostraron ninguna mejoría en el test. Estos resultados son acordes con ART ya que únicamente las escenas naturales, que cumplen con todas las propiedades de los ambientes restauradores, son las que tienen capacidad de restauración.

Cabe subrayar que la restauración de la capacidad de atención tiene repercusiones en el día a día de las personas. Por ejemplo, Kuo (2001) concluyó que la capacidad de atención es mayor en aquellos individuos que viven en ambientes donde hay más zonas verdes y que el manejo de los problemas y decisiones de la vida tales como ir o no a la universidad, no tener dinero para comida, el uso de la violencia, etc. dependen de la capacidad de atención. Así, los individuos que viven más cerca de áreas verdes tienen mejor capacidad de decisión y de resolución de problemas así como mayores horizontes vitales.

Los beneficios restauradores del contacto con la naturaleza también han sido descritos en muestras de población infantil, pudiéndose concluir que un mayor contacto con entornos verdes influye positivamente en el comportamiento social de los niños y el tipo de juego de éstos (Taylor, Wiley, Kuo, & Sullivan, 1998), en la autodisciplina (Taylor, Kuo, & Sullivan, 2002), en sus habilidades cognitivas (Wells, 2000) y en su capacidad de soportar el estrés (Wells & Evans, 2003), entre otros.

En conclusión, la preferencia de paisajes naturales y su capacidad restauradora (tanto física como psicológica) se explican tanto por el papel que juegan parámetros y aspectos físicos del entorno, como por variables percibidas (informativas y sociales) con las cuales las personas describen los paisajes.

3.2.3. Conectividad con la naturaleza

Más recientemente se ha comenzado a prestar atención a los sentimientos de conexión con la naturaleza inducidos por el contacto con ésta. Esta conexión con el medio natural ha sido relacionada con la restauración psicológica producida por los espacios verdes. Hinds y Sparks (2008) describen el constructo “conexión con la naturaleza” como una medida de bienestar afectivo.

La relación afectiva con la naturaleza ha sido evaluada como un posible factor de motivación para la protección del medio ambiente e inductor de bienestar. Por ello, se han realizado esfuerzos en el diseño de una herramienta que mida la conexión emocional de los adultos (Mayer y Frantz, 2004; Kals et al, 1999) y los niños (Cheng y Monroe de 2011, Ernst & Theimer, 2011), así como en la comprensión de cómo se crea esta conexión afectiva.

Muchos de los estudios sobre la conexión con la naturaleza se basan en la **hipótesis de la biofilia** (Kellert, 1997; Kellert, y Wilson, 1993; Wilson, 1984) y la necesidad biológica de afiliarse a la naturaleza. Según esta hipótesis, los seres humanos tenemos un sentimiento innato de pertenencia a la naturaleza y necesidad de afiliarnos a ella. El estudio de este sentimiento de conexión es importante, ya que parece estar relacionado con conductas ecológicas de las personas, tales como las intenciones de comprometerse con el medio ambiente natural (Hinds y Sparks, 2008) o apagar la luz cuando se sale de la habitación (Mayer y Frantz, 2004). Según Kellert (1997) las personas sentimos una atracción biológica hacia la naturaleza y nuestro bienestar depende de la relación que tenemos con el mundo natural.

Uno de los primeros estudios en los que se tuvo en cuenta la conexión afectiva con la naturaleza y que ha inspirado investigaciones posteriores fue el realizado por Kals, Schumacher y Montada (1999). Los autores definen la Afinidad Emocional hacia la Naturaleza (EAN) como una experiencia emocional con cuatro aspectos: el amor a la naturaleza, la sensación de libertad en la naturaleza, la sensación de seguridad en la naturaleza, y el sentimiento de unidad con la naturaleza. Estos investigadores estaban interesados en comprobar si la conexión emocional con el mundo natural puede ser promovida por las experiencias pasadas y presentes en la naturaleza, solos o acompañados. También evaluaron el papel que la EAN, junto con la indignación emocional sobre la insuficiente protección de la naturaleza y el interés por la naturaleza tienen sobre la voluntad de llevar a cabo conductas protectoras hacia el medio ambiente. Sus resultados apoyan la idea de que las experiencias directas en entornos naturales durante la niñez y la edad adulta, sobre todo en compañía de otros, promueven EAN.

Más recientemente, Nisbet, Zelenski, y Murphy (2008) definen la Afinidad hacia la naturaleza como un constructo formado por tres factores: un factor de self (internalización e identificación con la naturaleza, lo que refleja sensación y pensamientos acerca de la conexión de uno mismo a la naturaleza), un factor que refleja la visión de las personas del mundo y su relación con el medio natural (dimensión más cognitiva) y un factor de experiencias en la naturaleza (que refleja una conexión física con el mundo natural).

Una herramienta frecuentemente utilizada para medir la conexión con la naturaleza es la desarrollada por Schultz, Shriver, Tabanico, y Khazian (2004). El autor ha utilizado el término inclusión con la naturaleza para describir el grado en que un individuo incluye la naturaleza dentro de la representación cognitiva de sí mismo (Schultz et al., 2004). El instrumento de medición se compone de siete pares de círculos con “yo” y “naturaleza” en ellos, y que se superponen en un grado diferente (desde totalmente separados a casi solaparse). Los participantes tienen que elegir qué par representa su sentido de conexión con el mundo natural. El autor entiende la inclusión como formada por tres dimensiones: afectivo, cognitiva y de compromiso (de comportamiento). El componente afectivo, que se describe como una sensación de intimidad, cercanía y afecto por la naturaleza, es similar al concepto de conexión con la naturaleza utilizado por Mayer y Frantz (2004). Schultz (2002) utiliza el término de inclusión con la naturaleza para hablar sobre el grado en que las personas se asocian con la naturaleza a partir de un punto de vista que hace más hincapié en el cognitivo. Contrariamente, Mayer y Frantz (2004) definen la conexión con la naturaleza como un constructo afectivo, en el sentido experiencial de unidad con el mundo natural (p.504). Los autores diseñaron la Escala de Conexión con la Naturaleza (CNS), formado por 14 ítems y que permite medir el sentido afectivo de conexión con la naturaleza. Se llevaron a cabo cinco estudios consecutivos para demostrar su fiabilidad y validez. Sus resultados muestran que la escala puede ser interpretada como unidimensional y que está relacionada con otras escalas que se relacionan conceptualmente como la Escala de Nuevo Paradigma Ecológico (NEP; Dunlap Van Liere, Mertig, y Jones, 2000). Estos autores demostraron que aquellos estudiantes que cursan estudios relacionados con las ciencias ambientales puntúan más alto en el CNS que los matriculados en otros cursos y que la puntuación en CNS correlaciona significativa y positivamente con la frecuencia de llevar a cabo comportamientos ecológicos.

En conclusión, existen evidencias empíricas suficientes para poder afirmar que el contacto con la naturaleza promueve el bienestar físico y psicológico de las personas. Es por ello que ha aumentado la preocupación por la desconexión de los seres humanos del medio natural. Autores como McCurdy et al. (2010) afirman que el escaso contacto que las personas en países desarrollados tienen con la naturaleza aumenta la incidencia de enfermedades tales como la obesidad, el asma, los trastornos de déficit de atención e hiperactividad y deficiencias de vitamina D. Todas estas patologías se asocian con un patrón de estilo de vida sedentario que caracteriza la vida de las personas, especialmente de aquellos que viven en las ciudades.

De esto se deduce la importancia de dotar a los barrios, lugares de trabajo y escuelas con espacios verdes públicos adecuados que constituyan un recurso para inducir niveles adecuados de salud física, psicológica y social.

4. CONCLUSIÓN

La Psicología Ambiental constituye un ámbito de la Psicología que tiene desarrollos muy variados. En este capítulo se presenta información básica sobre los dos ejes de desarrollo nucleares de la Psicología Ambiental: la relación de las personas con el entorno construido y con los escenarios naturales. Intencionalmente, se han seleccionado estos dos temas porque con ellos se pretende ilustrar el modo de pensar de la Psicología Ambiental.

Las líneas de investigación, básica y aplicada, son muy variadas, así como los contextos de intervención que la investigación va definiendo. En cualquier caso, la contribución de la Psicología Ambiental se basa en asumir que, en efecto, si se pretende explicar el comportamiento humano, el psicólogo debe analizar el lugar en el que el comportamiento ocurre. De esta afirmación clave se deduce que, en efecto, muchos problemas comportamentales requieren soluciones ambientales, de la misma manera que afrontar los problemas ambientales requiere poner en marcha soluciones que implican cambios en el comportamiento humano. Estos supuestos abren un amplio abanico de líneas de trabajo para el futuro.

5. REFERENCIAS

- Aragonés, J. I., & Américo, M. (Ed.). (2010). *Psicología Ambiental*. Madrid: Pirámide.
- Bagot, K. L. (2004). Perceived restorative components: A scale for children. *Children, Youth and Environments*, 14, 107-129.
- Bagot, K. L., Kuo, F. E. & Allen, F. C. (2007). Amendments to the Perceived Restorative Components Scale for Children (PRCS-C II). *Children, Youth and Environments*, 17, 124-127.
- Barker, R. (1968). *Ecological psychology: Concepts and methods for studying the environment of human behavior*. Standford: Standford university Press.
- Berto, R. (2005). Exposure to restorative environments helps restore attentional capacity. *Journal of Environmental Psychology*, 25, 249-259.
- Bonne, M., y Bonaiuto, M. (2002). Environmental Psychology: From spatial physical environment to sustainable development. In R. B. Bechtel, & A. Churchman (Eds.). *Handbook of Environmental psychology* (pp. 28-54). New York: John Wiley & Sons.
- Canter, D. (Ed.). (1998). Editorial. A new awakening. *Journal of Environmental Psychology*, 18, 1-2.
- Cheng, J. C., & Monroe, M. C. (2012). Connection to nature: Children's affective attitude toward nature. *Environment and Behavior*, 44, 31-49.
- Corraliza, J.A. (2008). La ciudad vulnerable. En T. Vidal y B. Fernández (eds.), *Psicología de la ciudad. Debate sobre el espacio urbano*. Barcelona, UOC.
- Corraliza, J.A. y Aragonés, J.I. (1993). La psicología social y el hecho urbano. *Psicothema*, 5, 411-426.
- Corraliza, J.A.; Collado, S.; Ferrer, P. y Lorenzo, E. (2008). The nearby natural environment as a protecting factor of children's life stress. Differences between rural and urban environment. *XX International Association for People-Environment Studies (IAPS) Conference*. Roma, 2008.
- Craik, K. (1973). Environmental psychology. *Annual Review of Psychology*, 24, 403-422.
- De Vries, S., Classen, T., Hug, S. M., Korpela, K., Maas, J., Mitchell, R. et al. (2011). Contributions of natural environments to physical activity: Theory and evidence base. In K. Nilsson, M. Sangster, C. Gallis, T. Hartig, S. De Vries, K. Seeland et al. (Eds.), *Forests, trees, and human health* (pp. 205-243). Dordrecht, The Netherlands: Springer.
- Dunlap, R., Van Liere, K., Mertig, A., & Jones, R. (2000). Measuring endorsement of the New Ecological Paradigm: a revised NEP scale. *Journal of Social Issues*, 56, 425-442.
- Fariña, J. y Corraliza, J.A. (2006). Mapa de áreas paisajísticas. En VV.AA, *El Paisaje del Centro Histórico (Jornadas Técnicas Municipales)*. Madrid: Ayuntamiento de Madrid (Oficina Centro).
- Gifford, R. (1995). Natural Psychology: An introduction. *Journal of Environmental Psychology*, 15, 167-168.
- Giuliani, M., Scopelliti, M. (2009). Empirical research in environmental psychology: Past, present, and future. *Journal of Environmental Psychology*, 29, 375-386.
- Hartig, T. (2011). Issues in restorative environments research: matters of measurement. In B. Fernández, C. Hidalgo, C. Salvador & M^a J., Martos (Eds.), *Psicología Ambiental 2011: entre los estudios urbanos y el análisis de la sostenibilidad*, (pp. 41-66). Almería: Asociación de Psicología Ambiental, PSICAMB.

- Hartig, T. (2001). Restorative environments. Guest editor's introduction. *Environment and Behavior*, 33, 475-479.
- Hartig, T. (1993). Nature experience in transactional perspective. *Landscape and Urban Planning*, 25, 17-36.
- Herzog, T., Black, A., Fountaine, K., y Knotts, D. (1997). Reflections and attentional recovery as distinctive benefits of restorative environments. *Journal of Environmental Psychology*, 17, 165-170.
- Herzog, T., y Chernick, K. (2000). Tranquility and danger in urban and natural settings. *Journal of Environmental Psychology*, 20, 29-39.
- Herzog, T., Macguire, C., y Nebel, M. (2003). Assessing the restorative components of environments. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 159-170.
- Hinds, J., & Sparks, P. (2008). Engaging with the natural environment: the role of affective connection and identity. *Journal of Environmental Psychology*, 28, 109-120.
- James, W. (1892). *Psychology: The briefer course*. New York: Holt.
- Kals, E., Schumacher, D., & Montada, L. (1999). Emotional affinity toward nature as a motivational basis to protect nature. *Environment and Behavior*, 31, 178-202.
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward and integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*, 15, 169-182.
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (Eds.) (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Kaplan, S., Kaplan, R., y Ryan, R. (1998). *With people in mind: Design and management of everyday nature*. Washington, D. C: Island Press.
- Kellert, S. R. (1997). *Kinship to mastery: Biophilia in human evolution and development*. Washington, DC: Island Press.
- Kellert, S. R., & Wilson, E. O. (Eds.). (1993). *The biophilia hypothesis*. Washington, DC: Island Press.
- Kluckhohn, C. (1962). *Culture and behavior. Collected essays of Clyde Kluckhohn*, N. York: Free Press of Glencoe.
- Korpela, K., Klemettilä, T., y Hietanen, J. (2002). Evidence for rapid affective evaluation of environmental scene. *Environment and behavior*, 34, 634-650.
- Kuo, F. (2001). Coping with poverty: impacts of environment and attention in the inner city. *Environment and Behavior*, 33, 5-34.
- Kuo, F., & Taylor, A. (2004). A potential natural treatment for attention-deficit/hyperactivity disorder: Evidence from a national study. *American Journal of Public Health*, 94, 1580-1586.
- Kuo, F., & Sullivan, W. (2001). Environment and crime in the inner city: Does vegetation reduce crime? *Environment and Behavior*, 33, 343-367.
- Larson, L. R., Green, G. T., & Castleberry, S. B. (2011). Construction and validations of an instrument to measure environmental orientations in a diverse group of children. *Environment and Behavior*, 43, 72-89.
- Laumann, K., Gärling, T., & Stormark, K. M. (2001). Rating scale measure of restorative components of environments. *Journal of Environmental Psychology*, 21, 31-44.
- Liu, G., Wilson, J., Qi, R., & Ying, J. (2007). Green neighborhoods, food retail and childhood overweight: Differences by population density. *The Science of Health Promotion*, 21, 317-325.
- Mayer, F., & Frantz, C. (2004). The connectedness to nature scale: a measure of individual's feeling in community with nature. *Journal of Environmental Psychology*, 24, 503-515.
- McCurdy, L.E.; Winterbottom, K.E.; Mehta, S.S. and Roberts, J.R. (2010). Using nature and outdoor activity to improve children health. *Curr probl Paediatric Adolescent Health, Care*, 40, 102-117.
- Millar, G., & Millar, K. (1996). The effects of direct and indirect experience on affective and cognitive responses and the attitude-behavior relation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 32, 561-579.
- Milgram, S. (1970). The experiences of living in cities. Adaptations to urban overload create characteristic qualities of city life that can be measured. *Science*, 167, 1461-1468.
- Nisbet, E., Zelenski, J., & Murphy, S. (2009). The nature relatedness scale. Linking individuals' connection with nature to environmental concern and behavior. *Environment and Behavior*, 41, 715-740.
- Olmsted (1865). The value and care of parks. Reimpreso en Nash, R. (Ed.). (1968). *The American Environment: Readings in the History of Conservation*. Reading, MA: Addison-Wesley (pp. 18-24) (véase también (www.fredericklawolmsted.com)).
- Ozdemir, A., & Yilmaz, O. (2008). Assessment of outdoor school environments and physical activity in Ankara's primary schools. *Journal of Environmental Psychology*, 28, 287-300.

- Pol, E. (2008). Psicología de la ciudad: el reto de la transmutación por la sostenibilidad. En T. Vidal y B. Fernández (eds.), *Psicología de la ciudad. Debate sobre el espacio urbano*. Barcelona, UOC.
- Pol, E. (1993). *Environmental Psychology in Europe. From architectural psychology to green ecology*. Aldershot: Avebury.
- Purcell, A.T.; Lamb, R.J.; Mainardi, E. y Falchero, S. (1994). Preference or preferences for landscape. *Journal of Environmental Psychology, 14*, 195-209.
- Purcell, A., Lamb, R., Mainardi, E., y Falchero, S. (1994). Preference or preferences for landscape. *Journal of Environmental Psychology, 14*, 195-209.
- Rickinson, M. (2001). Learners and learning in environmental education: A critical review of the evidence. *Environmental Education Research, 7*, 207-320.
- Rifkin, J. (2006). Homo urbanus: ¿Celebración o lamento? *El País*, 6 de enero de 2007.
- Smardon, R. (1988). Perception and aesthetics of the urban environment: Review of the role of vegetation. *Landscapes and Urban Planning, 15*, 85-106.
- Schultz, P., Shriver, C., Tabanico, J., & Khazian, A. (2004). Implicit connections with nature. *Journal of Environmental Psychology, 24*, 31-42.
- Sheets, U.L. y Manzer, C.D. (1991). Affect, cognition and urban vegetation. Some effects of adding trees a long city streets. *Environment and Behavior, 23*, 285-304.
- Staats, H. (2012). Restorative environments. In S. Clayton (Ed.), *The Oxford handbook of environmental and conservation psychology* (pp. 445-458). New York, NY: Oxford University Press
- Stokols, D. (1978). Environmental psychology. *Annual Review of Psychology, 29*, 253-295.
- Talbot, J., y Kaplan, S. (1986). Perspectives on wilderness: re-examining the value of extended wilderness experiences. *Journal of Environmental Psychology, 6*, 177-188.
- Ulrich, R. (1993). Biophilia, biophobia, and natural landscapes. In S. R. Kellert & E. O. Wilson (Eds.), *The biophilia hypothesis* (pp. 73-137). Washington DC: Island Press.
- Ulrich, R. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science, 224*, 420-421.
- Ulrich, R. (1983). Aesthetic and affective response to natural environment. In I. Altman, & J. F. Wohlwill (Eds.), *Behavior and the natural environment* (pp. 85-125). New York, NY: Plenum Press.
- Ulrich, R.S.; Simons, R.F.; Losito, B.D.; Fiorito, E.; Miles, M.A. y Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology, 11*, 201-230.
- United Nations Human Settlements Programme (UN-HABITAT). *State of the World's Cities 2008/2009 - Harmonious Cities*
- Uzzell, D. (2009). Introduction: Environmental Psychology on the move. *Journal of Environmental Psychology, 29*, 307-308.
- Vivas, P.; Pellicer, I. López, O. (2008). Ciudad, tecnología y movilidad: espacios de sociabilidad transitoria. En T. Vidal y B. Fernández (eds.), *Psicología de la ciudad. Debate sobre el espacio urbano*. Barcelona, UOC.
- Wells, N. (2000). At home with nature: Effects of "Greenness" on Children's cognitive functioning. *Environment and Behavior, 32*, 775-795.
- Wells, N., & Evans, G. (2003). Nearby nature. A buffer of life stress among rural children. *Environment and Behavior, 35*, 311-330.
- Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Winkel, G., Saegert, S., y Evans, G. (2009). An ecological perspective on theory, methods, and analysis in environmental psychology. Advances and challenges. *Journal of Environmental Psychology, 29*, 318-328.

Ficha 1.

Experiencia emocional y espacios públicos: Criterios psicológicos para la evaluación de la calidad ambiental

Es indudable que los espacios públicos generan sentimientos y afectos que tienen un papel decisivo en la regulación de nuestra interacción con ellos. Y que en el proceso de génesis afectiva es fruto de la transacción que se establece entre los recursos que contiene el espacio público (la forma, la funcionalidad, los usos, etc.) y la actividad mental de la persona que lo vive y lo llena.

Para describir este proceso, se ha acuñado el término de “geografías emocionales” (véase Davidson, Bondi y Smith, 2007) para describir los contenidos afectivos de la relación de la persona con los espacios que ocupa. Y hace tiempo que se empezó a trabajar desde la psicología ambiental en los mapas emocionales de los espacios urbanos (Corraliza, 1987; véase también Corraliza, 2000). Desde una u otra perspectiva, queda claro que el primer nivel de relación de la persona con el espacio es claramente afectivo. Un análisis de la experiencia emocional de los espacios públicos requiere, en primer lugar, definir el tipo de vínculo y transacción que se establece con el espacio público. Y, en segundo lugar, definir los contenidos emotivos asociados al lugar. La exposición que sigue tiene en cuenta estos dos aspectos.

a) Tipo de vínculo con el espacio público

La transacción, el tipo de relación que la persona establece con el lugar constituye la estructura básica que determina el tipo de respuesta emocional que se genere. Es frecuente, por ejemplo, encontrar personas que les gusta mucho pasear o visitar una plaza del centro, en la que bajo ningún concepto le gustaría vivir. Es posible también encontrar que resulta agradable la amplia vista de una avenida de un barrio nuevo, pero que, sin embargo, no resulte atractivo como lugar para vivir. Y resulta también posible que nos sintamos muy atraídos por lugares que visitamos (como turistas) en los que nunca nos quedaríamos más de una jornada. Estas aparentes paradojas derivan de que en la evaluación personal que realizamos de los espacios públicos resulta determinante la evaluación de los mismos como escenario de comportamiento (¿qué podemos hacer en ellos? ¿qué normas regulan su uso y funcionamiento? ¿En qué medida las características topológicas de los espacios públicos se adecuan a nuestras necesidades, metas y planes de acción?).

Para explicar estas contradicciones se hace necesario definir los distintos tipos de transacción entre las personas y los escenarios que evalúan. En el estudio de los paisajes rurales (Milton, 1993) se ha establecido la diferencia entre los términos ingleses de “land” (tierra) y “landscape” (paisaje). Esta distinción hace referencia a la distinta evaluación que la persona realiza de un espacio. En tanto que *land*, un espacio se configura como un recurso tangible, que la persona conoce en detalle y que envuelve la mayor parte de las circunstancias de su vida. Es, bonito o feo, el lugar propio, que la persona ha creado y recreado a veces con dolor y a veces con placer. Es el lugar con el que se establece una vinculación emocional especial que los psicólogos ambientales han denominado apropiación (real y/o simbólica). El espacio urbano que, por excelencia refleja esta vinculación de apropiación es el barrio de residencia. Es el escenario de construcción de significados personales más relevantes. La apropiación del barrio, por ejemplo, es un antecedente de la identificación simbólica con el mismo (Pol, 2002; véase un trabajo concreto sobre el efecto de la apropiación en barrio de Trinitat Nova de Barcelona en Vidal, Pol, Guardia y Però, 2004).

En tanto que *landscape*, un espacio es evaluado como lugar de evasión y como “vista” (recurso visual que fundamentalmente se *observa* y se *contempla*). Posiblemente, en tanto que *landscape* los espacios urbanos confieren identidad al lugar (no a la persona), lo hacen distinto y diferente, llegando a convertir en un lugar único. Y de ahí deriva su atractivo. Este es el caso, por ejemplo, de una persona que se siente atraída por un lugar de cierto valor emblemático (visitar Times Square en Nueva York, o la Plaza del centro de Praga o los Campos Elíseos de París). Su valor y atractivo derivan precisamente de que tales lugares gozan de una entidad e identidad distinguibles. Y su apreciación se justifica por el valor romántico del espacio para un visitante ocasional. La cualidad más importante de estos espacios es su “visualidad”: el hecho de que son lugares fundamentalmente para ser vistos y visitados y, en este sentido, se

relacionan sobre todo con la actividad nómada y cosmopolita. Esto ocurre también no sólo con espacios de fuera de la ciudad propia, sino también con espacios de la propia ciudad fuera del ámbito de recorridos espaciales cotidianos.

Recientemente Urry (2007) ha destacado la importancia de los recorridos y la evaluación afectiva de los mismos que configuran lo que este autor denomina *taskscape*; se refiere a los lugares a los que nos vinculamos en los procesos más ejecutivos de realización de tareas o de satisfacción de necesidades. Son lugares vinculados a actividades más o menos importantes para la personas (el lugar donde compramos, donde vamos a trabajar, donde está el médico que visitamos o donde arreglamos el coche, etc.). Es, sin duda, otra manera de descubrir (y evaluar) los espacios públicos que se basa en el movimiento y en el valor de red de los espacios urbanos. En esta experiencia prototípica de los espacios urbanos juega un importante papel la propiedad que ya enunciara Kevin Lynch de la legibilidad (la cualidad de diferenciar un espacio de otro y su distintividad).

Así, esta triple distinción define diferentes experiencias de los espacios públicos urbanos que generan contenidos emocionales también diferentes. Así, en tanto que *land* predominará los sentimientos que favorecen la identificación con el espacio. En tanto que *landscape* predominarán los sentimientos vinculados a la calidad visual y escénica del espacio público. Y en tanto que *taskscape* predominarán los sentimientos vinculados a la legibilidad del espacio público. Se conforman, así, tres propiedades emocionales básicas de los espacios públicos en los que las tres propiedades (identidad con el lugar, calidad visual y legibilidad) juegan un papel diferente según el tipo de vínculo y relación que la persona establece o planea frente al espacio público. Un espacio público de calidad debería contener recursos espaciales que favorezcan las tres propiedades, aunque siendo conscientes del diferente grado de importancia de cada una de ellas, según la experiencia del lugar.

b) Contenidos emotivos asociados al espacio público

En trabajos previos (véase, por ejemplo, Corraliza 2000), se ha destacado el poder descriptor de los sentimientos en los espacios públicos del denominado modelo de cuatro factores. Desde este punto de vista, la evaluación emocional de un espacio público se describiría con cuatro conjunto de descriptores que son los siguientes: agradabilidad, activación, impacto y nivel de control. Estos cuatro factores describen el contenido emocional de lugares diferentes y la comparación entre estos lugares diferentes permitiría establecer mapas emocionales de la ciudad.

El factor de agradabilidad registra el impacto emocional de un lugar considerado en un continuo bipolar expresable en término de “positivo-negativo” (o “agradable-desagradable”) por cualquier razón. También ha sido denominado el factor de evaluación (positiva o negativa) inespecífica. Y refleja la experiencia que cualquier persona puede tener de un lugar por el que siente atracción o rechazo sin que pueda explicar claramente las razones de este sentimiento.

El factor de activación incluye la evaluación de la carga estimular proporcionada por el espacio público, y se traduce en una evaluación del grado en que el espacio público resulta estimulante o adormecedor (en un continuo bipolar podría expresarse en la dicotomía “activo-pasivo”). Este segundo factor está relacionado con el nivel de confortabilidad proporcionado por el espacio público para que la persona pueda desarrollar sus metas y actividades planeadas.

El factor de impacto hace referencia al grado en que un espacio público resulta llamativo y saliente por cualquier razón. Normalmente, una puntuación alta en este factor está relacionada con la presencia de elementos claramente identificables y distinguibles de elementos presentes en otros espacios públicos urbanos. Un rasgo específico vinculado a este factor es el carácter de lugar único (frente a lugar común o genérico) de un escenario urbano o una parte de mismo.

Y el factor de control incluye la evaluación del sentimiento de seguridad proporcionado por el espacio público considerado. Este factor incluye también contenidos emotivos referidos al grado en que un espacio público resulta tranquilizador (o inquietante) y puede referirse tanto a características de los elementos que conforman el lugar como a determinados patrones de uso (por ejemplo, la presencia de indicios de actividades o usos marginales, de degradación o déficits de mantenimiento).

Los estudios previos realizados utilizando estos cuatro descriptores afectivos permiten establecer que los espacios públicos más preferidos son aquéllos que tienen puntuaciones altas en el factor de agradabilidad, puntuaciones intermedias en el factor de activación (ni muy estimulantes ni muy pobres), y puntuaciones moderadamente altas en los factores de impacto y control (véase para una aplicación de estos cuatro factores a la evaluación de distintos espacios públicos de la ciudad de Madrid también Corraliza, 1987)..

Una aproximación más conceptual (y menos instrumental que la anterior) es la derivada de un referente conceptual muy reconocido como es el denominado modelo informacional de la preferencia de paisajes (aplicable tanto a paisajes urbanos como a paisajes naturales). Desde este modelo (véase Kaplan y Kaplan, 1989 y Kaplan, Kaplan y Ryan, 1998) se

deduce la importancia de cualidades o propiedades del paisaje urbano que explicarían el atractivo y la preferencia por los mismos. Este modelo se basa en la importancia de dos actividades mentales que están implicadas en el proceso de percepción del espacio: Comprensión (dar sentido y ordenar mentalmente el espacio que se percibe) y exploración (realizar inferencias sobre cualidades del escenario evaluado). Comprender y explorar son dos de las necesidades básicas que explican la calidad de la experiencia perceptiva. El modo en que sean satisfechas va a explicar en gran medida el juicio de preferencia del sujeto perceptor. De este modelo se deducen las cuatro propiedades básicas de los paisajes más preferidos. Dos de ellas, la coherencia y la legibilidad, están relacionadas con la actividad mental de la comprensión (dar sentido al lugar percibido) del paisaje considerado. Y las otras dos, complejidad y misterio, lo están con la actividad mental de la exploración (inferir cualidades no directamente presentes en un paisaje). Se supone, desde este punto de vista, que cuanto mayor sea la puntuación en estas cuatro propiedades, más preferido resultará el escenario evaluado. Un espacio público urbano, de calidad escénica, por tanto debe aspirar a reflejar estas cuatro propiedades. Éstas son:

- ✓ La coherencia se refiere a las cualidades que permiten al sujeto perceptor encontrar el sentido y captar el orden de un espacio urbano. Esto resulta crucial para que la persona pueda diferenciar las áreas y planear la satisfacción de sus metas en el escenario urbano. La coherencia está relacionada con el orden del planeamiento y con la cualidad de un contraste moderado entre los distintos elementos que conforman un espacio verde urbano.
- ✓ La legibilidad (relacionada también con la actividad mental de la comprensión) se refiere al grado en que un espacio público urbano o una parte del mismo contiene elementos que lo hacen distinto, fácilmente comprensible, y, por tanto, facilitan la orientación del observador. En cierta medida, la legibilidad está relacionada con la presencia de iconos destacables en el lugar público que pueden ser elementos aislados (por ejemplo, una fuente) o resultado de la trama determinada (los sistemas viarios, por ejemplo, o la combinación de fuente, arbolado, etc.).
- ✓ La complejidad (relacionada con la actividad mental de la exploración) describe el grado en que un espacio público urbano está formado por una gran cantidad y diversidad de elementos. Hace referencia, por tanto, a la riqueza de recursos escénicos del lugar. Normalmente, a mayor complejidad, más atractivo resulta el escenario urbano. La complejidad se puede conseguir por la presencia de elementos constructivos o naturales o de equipamiento variados. En algunos casos, se observa la ley según la cual existiría un óptimo nivel de complejidad. Es decir, se trata de introducir un nivel de variedad que no sea completamente extremado, siendo de aplicación aquella regla general según la cual “la escasa variedad produce monotonía, y la mucha variedad carga el sistema atencional del individuo”.
- ✓ El misterio hace referencia a aquél paisaje o escena que resulta relevante por la información que promete, más que por la información que directamente ofrece al sujeto perceptor. Se destacan, así, las cualidades de aquellos elementos de configuración que proporcionan intriga y suscitan la curiosidad sobre el espacio (“hay algo más que ver”) y provocan la sensación de que se puede descubrir algo nuevo o diferente que descubrir si se deambula por el espacio. Entre los elementos que inducen misterio, puede mencionarse la existencia de pantallas que ocultan (pero dejan entrever) lo que contiene un lugar, a las curvas y los senderos tortuosos que incitan a descubrir lo que sigue, entre otros.

Cómo puede apreciarse, la relación entre la emoción y los espacios públicos urbanos es una relación difusa en la que entra en juego la combinación entre las metas de las personas que perciben y el marco escénico que es percibido. No puede establecerse un catálogo de propiedades que, por sí mismas, definan un escenario ideal. La calidad de un espacio público se fundamenta en la consecución de un adecuado equilibrio entre el universo intencional de la persona o grupos sociales que ocupan un espacio y los recursos que el espacio contiene. Un espacio público “ideal” y “óptimo” lo es porque contiene elementos compatibles con las metas y planes de sus pobladores. Un espacio público no es óptimo en sí, si no es óptimo para algo y para alguien.

DECÁLOGO DE CALIDAD ESCÉNICA DE LOS ESPACIOS PÚBLICOS

Los rasgos y elementos indicados hasta ahora reflejan la extrapolación de algunas evidencias empíricas tomadas de la investigación sobre percepción de paisajes, urbanos y naturales. En este trabajo el autor desea proponer algunos elementos de debate y de discusión sobre la calidad escénica de los espacios públicos urbanos. Durante mucho tiempo, el debate sobre los espacios públicos urbanos (particularmente en los nuevos barrios) se ha centrado en la discusión de meros elementos formales o en la tipología de los mismos (calles, plazas, parques, jardines, etc.). En la actualidad, y en la tradición de la ciudad europea, el debate debe tener en cuenta además de la calidad escénica y formal, la dinámica y “funcionamiento” de los espacios públicos urbanos. Con el fin de contribuir a este debate, este trabajo concluye con una propuesta de diez criterios (inspirado en un trabajo previo sobre espacios públicos urbanos, véase Corraliza, 2007) para mejorar la calidad de los espacios públicos urbanos, que se recogen a continuación:

1. **Espacio saludable.** El espacio público urbano ha de ser un entorno saludable, higiénico, con mecanismos permanentes de control y evitación de la contaminación de todo tipo (del aire, del suelo, acústica, etc.)
2. **Adecuado nivel de mantenimiento.** El espacio urbano ha de reflejar un adecuado nivel de mantenimiento, tanto del equipamiento, como de los elementos de ornato. Especial importancia tiene el mantenimiento de la vegetación y de otros elementos naturales presentes en él (como el agua, por ejemplo), así como un adecuado nivel de preservación frente a actos de degradación o vandalismo urbano.
3. **Espacio seguro.** El espacio público urbano ha de constituir un espacio seguro y de refugio para el ciudadano, frente al riesgo de convertirse en un espacio urbano residual (ghetto). Han de extremarse, pues, las medidas de control espontáneo del lugar (espacio defendible) y los rituales que promuevan la apropiación del espacio.
4. **Equilibrio entre legibilidad y misterio.** El espacio público urbano ha de ser legible interpretable; ello requiera que tenga una estructura claramente diferenciada y que contenga elementos de focalidad, así como información básica sobre los elementos que lo conforman.
5. **Escala intermedida.** El espacio urbano ha de reflejar equilibrio en su escala y tamaño, de forma que puedan integrarse una cierta diversidad de usos y usuarios sin que se vea afectado el nivel de control requerido por las personas.
6. **Espacio mezcla de usos y usuarios.** El espacio urbano ha de contener la cualidad de la diversidad en dos acepciones: la diversidad espacial, buscándose la consecución de un moderado nivel de contraste (entre lo construido y lo natural también), y la diversidad social, promoviendo la concentración de personas y actividades sociales variadas.
7. **Espacio productivo.** El espacio urbano ha de ser diseñado pensando en su productividad en tanto que tal espacio, es decir, el diseño y la planificación han de estar orientados a promover el uso y la “colonización” del espacio en su conjunto, así como de las distintas áreas que lo compongan. Un espacio urbano sin pobladores derivará en un ghetto urbano.
8. **Oportunidad recreativa.** El espacio urbano ha de contener elementos que supongan una oportunidad recreativa diversificada: elementos de paseo, estanciales y de entretenimiento deben ofrecer la oportunidad de recuperar el equilibrio psicológico amenazado por la sobrecarga estimular característica de la vida urbana.
9. **Espacios atractivos (belleza).** El espacio urbano debe proporcionar escenarios atractivos por su belleza. La satisfacción estética, conseguida mediante la combinación de contenidos variados, así como de formas, tonalidades, texturas diversas proporcionan un añadido de valor intangible al espacio urbano.
10. **Evaluación y gestión de los espacios públicos.** El espacio urbano debe ser objeto de un cuidadoso y detallista programa de seguimiento y gestión que ponga el acento no sólo en la preservación de las cualidades originales del diseño tal y como ha sido planificado, sino que incorpore elementos correctores del propio proyecto inicial, así como de otras alteraciones degradantes que puedan surgir como consecuencia de las actividades y usos de sus pobladores.

La accesibilidad, el atractivo y la ocupación de los espacios públicos constituyen elementos centrales de la calidad de vida urbana. La ciudad es, ante todo, una trama de escenarios donde ocurre la compleja representación de la vida personal y social. El debate sobre los espacios públicos no debe ser sólo consecuencia de la confrontación de estilos formales y concepciones urbanísticas de la ciudad. Debe tener en cuenta las consecuencias que la forma y calidad de los espacios públicos tiene en la vida humana. En este sentido, resulta más necesario que nunca tener en cuenta la siguiente afirmación: primero, las personas hacen las ciudades; luego, las ciudades determinan la forma de ser de las personas. El debate sobre los espacios públicos es, pues, también un debate de importancia estratégica para el futuro de la vida humana y de organización social.

REFERENCIAS

- Corraliza, J.A. (1987). *La experiencia del ambiente. Percepción y significado del medio construido*. Madrid: Tecnos.
- Corraliza, J.A. (2000). Emoción y ambiente En J.I. Aragonés y M. Amérigo (eds.), *Psicología Ambiental*. Madrid: Pirámide.
- Corraliza, J.A. (2007). L' experiència humana del verd urbà. En varios autores. *El verd urbà: com y per què*. Barcelona: Fundació Territori y Paisatge.
- Chiesura, A. (2004). The role of urban parks for the sustainable city. *Landscape and Urban Planning* 68, 129–138
- Davidson, J.; Bondi, L. y Smith, M. (eds.), (2007). *Emotional geographies*. Hampshire: Ashgate.

- Kaplan, R. y Kaplan, S. (1989). *The experience of Nature*. N. York: Cambridge University Press.
- Kaplan, R.; Kaplan, S. y Ryan, R.L. (1998). *With people in mind: Design and management of everyday nature*. Washington, D.C: Island Press.
- Milton, K. (1993). Land or landscape: rural planning policy and the symbolic construction of the countryside. E. M. Murray y J. Greer (eds.), *Rural development in Ireland*. Aldershot: Avebury.
- Pol, E. (2002). Special Issue on City-Identity-Sustainability (CIS) research network. *Environment and Behavior*, 34: (1).
- Urry, J. (2007), The place of emotions within place. En J. Davidson; L. Bondi, L. y M. Smith (eds.), *Emotional Geographies*. Hampshire: Ashgate.
- Vidal, T.; Pol, E.; Guàrdia, J. y Però, P. (2004), Un modelo de apropiación del espacio mediante ecuaciones estructurales. *Medio Ambiente y Comportamiento Humano*, 5, 27-52.
- Vivas, P.; Pellicer, I. López, O. (2008). Ciudad, tecnología y movilidad: espacios de sociabilidad transitoria. En T. Vidal y B. Fernández (eds.), *Psicología de la ciudad. Debate sobre el espacio urbano*. Barcelona, UOC

Ficha 2.

Restauración psicológica en muestras infantiles

¿QUÉ EVIDENCIAS HAY? ¿CÓMO EVALUARLA?

La Teoría de la Restauración de la Atención (ART) que, como se comentó anteriormente, ha sido la más utilizada, no ha sido propuesta para un grupo concreto de edad, aunque la mayoría de los estudios empíricos se han llevado a cabo con los adultos y estudiantes universitarios (Berto, 2005; Cimprich, 1993; Felsten, 2009; Hartig, Catalano & Ong, 2007; Kaplan & Kaplan, 2011; Kuo, 2001; Staats, Kieviet, & Hartig, 2003). De hecho, los primeros resultados empíricos sobre ART se obtuvieron de una muestra de adolescentes que pasaron tiempo en un programa de supervivencia al aire libre (véase Talbot & Kaplan, 1986).

Los estudios empíricos sobre restauración llevados a cabo con niños muestran que el contacto directo o visual con la naturaleza ofrece beneficios psicológicos para este grupo de población. Así por ejemplo, Wells (2000) registró las habilidades cognitivas de un grupo de niños de clase socioeconómica baja antes de mudarse de casa donde la presencia de elementos naturaleza era baja o nula a viviendas con mayor presencia de naturaleza. La autora volvió a medir las capacidades cognitivas de este mismo grupo de niños una vez se habían trasladado a viviendas con más naturaleza y concluyó que un aumento en la cantidad de naturaleza a la que los niños tienen acceso influye positivamente en sus habilidades cognitivas. Para ello controló otros factores que pudieran estar afectando como la calidad de la vivienda.

Otros trabajos relevantes son los llevados a cabo por el grupo de investigadores formado por Kuo, Sullivan y Taylor (Kuo y Taylor, 2004; Taylor y Kuo, 2009; Taylor y Kuo, 2011; Taylor, Kuo y Sullivan, 2001). Estos autores se centran en las experiencias restauradoras promovidas por entornos naturales en niños diagnosticados con Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH). Los resultados de sus estudios demuestran que el contacto con la naturaleza después del colegio y los fines de semana disminuye los síntomas de del TDAH como por ejemplo las dificultades para escuchar y seguir instrucciones o la dificultad para completar tareas ya empezadas (Kuo y Taylor, 2004). Más recientemente, Taylor y Kuo (2011) concluyeron que aquellos niños con TDHA que juegan en frecuentemente en entornos naturales muestran síntomas más leves que los que juegan dentro de casa o en ambientes totalmente urbanos.

Una de las razones detrás del escaso número de trabajo con población infantil es la falta de instrumentos adecuados que puedan ser utilizados con este grupo de población. En los estudios llevados a cabo sobre ambientes restauradores se suele utilizar la restauración percibida como medida de restauración. Según Hartig (2011, p. 59), la restauración percibida «es vista como una medida de las cualidades de la experiencia en un ambiente en el que se ha dado la restauración o en el que podrían llegar a darse experiencias restauradoras en el futuro». Con este enfoque, se pide a las personas que califiquen cierto ambiente de acuerdo con sus cualidades restauradoras. Hartig (2011) afirma que las respuestas de las personas se basan en su experiencia previa en entornos que promuevan la restauración y, por lo tanto, son retrospectivas y prospectivas. De hecho, ART propone que la restauración percibida de las personas predice la restauración real que se produciría en un determinado ambiente después de pasar tiempo en el mismo. Dentro de los trabajos sobre restauración, la restauración percibida ha sido muy estudiada porque, entre otras razones, permite la evaluación de los escenarios desde el punto de vista de los usuarios así como adaptar o diseñar los entornos para que tengan un mayor potencial restaurador.

En nuestro análisis de la literatura especializada sobre medidas de restauración, únicamente hemos encontrado una medida de restauración percibida para su uso con niños (Bagot, 2004). Como se ha comentado anteriormente, los entornos naturales son ambientes restauradores para la población infantil. Sin embargo, las propiedades restauradoras de los ambientes incluidos en los estudios con niños se infieren del hecho de que son ambientes naturales y, según ART, los ambientes naturales son más restauradores que los construidos. El contar con una medida de propiedades restauradoras que pueda ser utilizada con niños sería útil para poder evaluar cómo perciben los niños las posibilidades de restauración en los entornos que utilizan.

Bagot (2004) ha diseñado la Escala de Componentes Restauradores Percibidos para niños (*Perceived Restorativeness Components Scale for Children*; PRCS-C) basándose en escalas ampliamente utilizadas para adultos: *Perceived Restorativeness Scale* (PRS; Hartig, Korperla, Evans, & Garling, 1997) y la *Restorativeness Components Scale* (RCS; Lau-

mann, Garling & Stormark (2001). En un primer estudio, En su primer estudio participaron 230 niños, de entre 8 y 11 años. Los entornos elegidos para ser evaluados fueron el patio y la biblioteca del colegio, cada uno de ellos en comparación con las aulas de los participantes. Los ítems utilizados en la escala fueron los ítems de la PRS y RCS, pero adaptados a la población infantil. La escala incluye una redacción más específica que las escalas de adultos con el fin de hacer que los ítems sean más claros y para asegurarse de que los participantes respondían refiriéndose al entorno que se estaba evaluando. Cada niño tuvo que completar la escala para ambos ambientes (patio del colegio y biblioteca), con un descanso de 10 minutos entre los dos cuestionarios.

La autora llegó a la conclusión de que la PRCS-C está formada por 15 ítems y 5 factores: (1) Fascinación, (2) Evasión física, (3) Evasión Psicológica, (4) Compatibilidad y (5) Extensión. Además, la autora también sugiere el uso de una puntuación de restauración percibida total, sumando las puntuaciones de cada uno de los factores.

Bagot, Kuo y Allen (2007) llevaron a cabo otro estudio con 595 niños (de 8-11 años) con el fin de mejorar el factor de extensión de la PRCS-C y de realizar un análisis factorial con una muestra más grande. Los autores evaluaron la restauración percibida del patio de colegio de los niños, esta vez sin compararlo con ningún otro entorno. Después de llevar a cabo un análisis factorial exploratorio, se evaluó el contenido de los ítems y la fiabilidad de cada factor. Esta segunda versión de la escala, PRCS-C II, está formada por 15 ítems y los mismos 5 factores que los encontrados en su estudio anterior, replicando los resultados encontrados con adultos (Laumann et al., 2001).

En general, parece que la PRCS-C II-C es un instrumento válido y fiable que podría ser utilizado para tener en cuenta a los niños a la hora de diseñar espacios que serán utilizados por éstos y que abre nuevas posibilidades para realizar estudios sobre ambientes restauradores con población infantil.

La PRCS-C II ha sido adaptada al uso con población infantil española y utilizada para medir el potencial restaurador del patio de colegio de los niños, distinguiendo entre patios con naturaleza y patios sin naturaleza (Corraliza, Collado y Bethelmy, 2012). Los resultados obtenidos muestran que la escala sigue la misma estructura que estudios de relevancia precedentes (Bagot et al., 2007) y, además, los niños evalúan los patios de colegio más naturales como más restauradores que los no naturales.

A continuación se ofrece un cuestionario que permite evaluar la restauración percibida por los niños en patios de colegio.

Escala PRCS-C II adaptada para su uso en español

A continuación tienes algunas preguntas sobre lo que tú opinas del medio ambiente. No hay respuestas buenas ni malas, sólo estamos interesados en saber qué opinan los niños sobre el medio ambiente. Contesta con la mayor sinceridad posible.

¿Eres un niño o una niña? Soy: Niño Niña

Edad:

Colegio:

Curso:

Ejemplo: Cuando estoy en casa por la tarde, veo la televisión.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

1. Cuando estoy en el patio del colegio, hago cosas distintas a cuando estoy en la clase.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

2. Cuando estoy en el patio del colegio, me siento libre de todas las cosas que los maestros quieren que haga.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

3. Hay muchas cosas que puedo descubrir en el patio del colegio.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

4. Cuanto estoy en el patio del colegio, siento que todo lo que me rodea es distinto al ambiente de la clase.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

5. Las cosas que me gusta hacer puedo hacerlas en el patio del colegio.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

6. Cuando estoy en el patio del colegio, me siento libre de las horas de clase y de las tareas que hacemos en clase.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

7. Hay muchos lugares interesantes para mí en el patio del colegio.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

8. Puedo hacer muchas cosas diferentes en alguna de las zonas del patio del colegio.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

9. Cuando estoy en el patio del colegio, me siento como si estuviese en un lugar distinto a cuando estoy en la clase.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

1. Hay muchas cosas en el patio del colegio que me gustan mucho.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

11. Las cosas que quiero hacer, puedo hacerlas en el patio del colegio.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

12. Cuando estoy en el patio del colegio, me olvido, no pienso, en las cosas que debo hacer.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

13. Hay muchas cosas interesantes que puedo ver en el patio del colegio.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

14. Hago cosas distintas en diferentes zonas del patio del colegio.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

15. El patio del colegio es aburrido.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

16. Creo que todas las distintas zonas del patio del colegio son como pequeños patios unidos juntos.

Nunca Casi nunca Algunas veces Casi siempre Siempre

REFERENCIAS

- Bagot, K. L. (2004). Perceived restorative components: A scale for children. *Children, Youth and Environments, 14*, 107-129.
- Bagot, K. L., Kuo, F. E. & Allen, F. C. (2007). Amendments to the Perceived Restorative Components Scale for Children (PRCS-C II). *Children, Youth and Environments, 17*, 124-127.
- Berto (2005). Exposure to restorative environments helps restore attentional capacity. *Journal of Environmental Psychology, 25*, 249-259.
- Cimprich, B. (1993). Development of an intervention to restore attention in cancer patients. *Cancer Nursing, 16*, 83-92.
- Corraliza, J. A., Collado, S., and Bethelmy, L. (2012). Children's perceived restoration: Adaptation of the PRCSC for Children to a Spanish sample. *Psycology, 3*, 135-144.
- Felsten, G. (2009). Where to take a study break on the college campus: An attention restoration theory perspective. *Journal of Environmental Psychology, 29*, 160-167.
- Hartig, T. (2011). Issues in restorative environments research: matters of measurement. In B. Fernández, C. Hidalgo, C. Salvador & M^a J., Martos (Eds.), *Psicología Ambiental 2011: entre los estudios urbanos y el análisis de la sostenibilidad*, (pp. 41-66). Almería: Asociación de Psicología Ambiental, PSICAMB.
- Hartig, T., Catalano, R., & Ong, M. (2007). Cold summer weather, constrained restoration, and the use of antidepressants in Sweden. *Journal of Environmental Psychology, 27*, 107-116

- Hartig, T., Korpela, K. M., Evans, G. W., & Gärling, T. (1997). A measure of restorative quality in environments. *Scandinavian Housing and Planning Research, 14*, 175-197.
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (2011). Well-being, reasonableness, and the natural environment. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 3*, 304-321.
- Kuo, F., & Taylor, A. (2004). A potential natural treatment for attention-deficit/hyperactivity disorder: Evidence from a national study. *American Journal of Public Health, 94*, 1580-1586.
- Laumann, K., Gärling, T., & Stormark, K. M. (2001). Rating scale measure of restorative components of environments. *Journal of Environmental Psychology, 21*, 31-44.
- Staats, H., Kieviet, A., & Hartig, T. (2003). Where to recover from attentional fatigue: An expectancy-value analysis of environmental preference. *Journal of Environmental Psychology, 23*, 147-157.
- Taylor, A., & Kuo, F. (2011). Could exposure to everyday green spaces help treat ADHD? Evidence from children's play settings. *Applied Psychology: Health and well-being, 3*, 281-303.
- Taylor, A., & Kuo, F. (2009). Children with attention deficits concentrate better after walk in the park. *Journal of Attention Disorders, 12*(5), 402-409.
- Taylor, A., Kuo, F., & Sullivan, W. (2001). Coping with ADD: The surprising connection to green play settings. *Environment and Behavior, 33*, 54-77.
- Wells, N. (2000). At home with nature: Effects of "Greenness" on Children's cognitive functioning. *Environment and Behavior, 32*, 775-795.